



Den hollandsk-australske udviklingspsykolog og forsker **Arianne Struik** har i over ti år haft stor succes med at behandle svært og kronisk traumatiserede børn med en stabiliseringsmetode, hun selv har udviklet. ”**The Sleeping Dogs**” guider klinikere i, hvordan man systematisk forbereder barnet til traumebehandling

Hun vækker traumatiserede børns traumer til live

Af Jannie Iwankow, *journalist*

Hvert år udsættes masser af børn i verden for omsorgs-svigt og overgreb af enten fysisk eller psykisk karakter og bliver alvorligt traumatiseret af hændelserne. For nogle er svigtene og overgrebene så alvorlige og omsiggribende, at de ender med at blive kronisk traumatiserede.

Det er denne gruppe af børn, som den hollandsk-australske psykolog og forsker Arianne Struik har beskæftiget sig med de seneste mange år af sit virke, og som hun har udviklet en behandlingsmetode til kaldet *The Seeping dogs-metoden*.

Den beskrives også i hendes bog, der er udkom på dansk for halvandet år siden med titlen *Behandling af kronisk traumatiserede børn – The Sleeping Dogs-method*.

Børn, der er kronisk traumatiserede, kan deles op i to grupper. Dem, der umiddelbart er åbne for at få hjælp til at overkomme deres traumer og dem, der nægter at modtage hjælp. Oftest er det sidstnævnte gruppe, der har det allerdårligst, og som er i størst risiko for at få ødelagt deres liv, hvis ikke de får den rette hjælp. Det er de børn, som Sleeping dogs-metoden egner sig specielt godt til, fortæller Arianne Struik.

Lad ikke hundene sove

Arianne Struik er udviklingspsykolog, systemisk familierapeut og EMDR-behandler og leder af Institute for Chronically Traumatized Children (ICTC) i Australien. Hun udviklede Sleeping dogs-metoden i 2008.

Når Arianne Struik har valgt at kalde sin metode for Sleeping dogs-metoden, er det et udtryk for, at hun ser børns traumer som "sovende hunde". Sovende hunde, som børnene kan have stor modstand mod og angst for at vække, fordi de derved atter vil blive konfronteret med de oplevelser, der har traumatiseret dem. Men ifølge behandlingsmetoden er det netop afgørende, at hundene bliver vækket til live.

– Den største fejltagelse, man kan begå i forhold til kronisk traumatiserede børn, er at lade hundene sove. Fra forskning ved vi, at det kan have store konsekvenser ikke at lade børn bearbejde deres traumer. De har fx større risiko for at få cancer og diabetes, ligesom de oftere end andre udvikler et stofmisbrug og bliver kriminelle. Det er børn, der har et stort behov for professionel hjælp. Hvis du har fået smadret dit knæ fuldstændigt i en hockeykamp, og lægen siger, du skal opereres, giver det heller ikke mening at afvise og sige, at man bare vil leve med det og håber, det forsvinder af sig selv, hvis man ellers venter længe nok, siger Arianne Struik for at understrege sin pointe.

Der er imidlertid ikke tale om, at de børn, der afviser terapi, tvinges til det. Sleeping dogs-metoden er kendetegnet ved at være inddelt i faser, hvor hele første fase handler om at forsøge at fjerne alle de barrierer, der måtte være for, at barnet magter at gå i gang med egentlig terapi.

– Når barnet afviser hjælp, skal man respektere det. Ellers risikerer man at gentraumatisere det. Men man arbejder videre for at få fjernet de barrierer, som er årsagen til afvisningen. Det kan være, at man inddrager en lærer, en sagsbehandler, en bedstemor eller en forælder, som barnet stoler på. Den person skal hjælpe med at motivere barnet. Hvis barnet fx får et angstanfald, kan den hjælpende person i situationen forklare, at barnet kan få hjælp til at komme af med angsten, som skyldes de traumer, det har været igennem. Barnet kan sige nej flere gange, men oftest ender det med at sige ja. For de her børn vil gerne have det bedre. Udadtil siger de godt nok: "Nej, jeg vil ikke have et kram", men indeni er det præcis, hvad de har allermost lyst til. De tør bare ikke, forklarer Arianne Struik.

Ifølge Arianne Struik er det største problem i virkeligheden ikke at motivere barnet til terapi, men snarere at fjerne årsagen til, at det afviser hjælp. Som oftest er årsagen nem at forstå. Det kan være angst for, at en forælder bliver vred, at nogen kommer i fængsel,

hvis barnet fortæller, hvad der er foregået, eller at det ikke har nogen at tale med om det bagefter.

Denne første fase, stabiliseringsfasen, kan variere i længde alt efter, hvor svært barnet har ved at lukke op, men stort set altid, understreger den hollandsk-australske psykolog, ender det med, at barnet vælger at tage mod hjælp.

Tilbage til traumerne med terapeuten

Af Arianne Struiks bog fremgår det, at det til tider kan være meningsgivende direkte eller indirekte at inddrage det menneske, der har krænket eller svigtet barnet, i den første fase. Det kan fx være, at en mor eller far sender en videohilsen eller et brev, hvori de fortæller, at det svigt eller misbrug, der skete, ikke var barnets skyld.

– Som terapeut kan du også fortælle barnet, at det er helt skyldfrit. Men det er meget svært at overbevise barnet om dette. Når barnet derimod hører det fra den forælder, der har gjort det ondt, har det oftest en meget stærk effekt. Det kan fx være faren, der har udøvet vold mod sit barn, som fortæller det, at det er uden skyld, og at han gjorde det, fordi han tog stoffer. Det kan være en stor lettelse for barnet at få frataget den skyld, det har følt, siger Arianne Struik, der dog understreger, at det ikke altid kan lade sig gøre at inddrage den person, der har udløst traumet, på denne vis.

Den anden fase i Sleeping dogs-metoden er den egentlige traumbearbejdning, når barnet har overvundet barriererne for at gå i terapi. Her handler det om at beskæftige sig med de traumatiske hændelser, barnet har været udsat for. Og Arianne Struik anbefaler, at man tilknytter fx en forælder en bedstemor eller anden omsorgsperson, der kan støtte barnet i, at det er godt, han eller hun går i terapi. Også en far eller mor, der fx sidder i fængsel, kan være til nytte.

– Terapeuten kan aftale med forælderen, at han eller hun sender en sms til barnet om, at han vil tænke på barnet, når det er i terapi. Og når terapien er færdig, kan forælderen skrive endnu en sms om, at han er stolt af, at barnet gjorde det. Barnet skal føle, at det støttes i det, det gør, siger hun.

Den sidste fase af Sleeping dogs-metoden kaldes "integrationen" og er det tidspunkt, hvor barnet skal ud i sit eget miljø medbringende det, han eller hun har fået med i terapien. Det betyder dog ikke, at barnet kan anses som færdigbehandlet, når det kommer hertil.

– Når du tager traumet væk, er der stadig ting, barnet skal arbejde med. Der er ting, det ikke har lært, og måske en udvikling, der er forsinket. At have tillid til andre mennesker er fx ofte ikke naturligt for et traumatiseret barn, siger Arianne Struik.

Metode vinder frem

Det kan være barskt at arbejde med børn, der er kronisk traumatiserede og synes umulige at nå. Mange af børnene bærer på tunge skæbner.

– Vi skal turde gå med børnene hele vejen, selvom det er smertefuldt. Arbejder jeg selv med for mange af disse børn i en periode, er jeg nødt til at stemple ud en tid bagefter. Hvis jeg fortsætter for længe, bliver jeg overvældet og kan begynde at tænke, at det er bedre ikke at vække sovende hunde. Men det er min egen undgåelse, der taler, fordi det kan være så skræmmende at være i noget, der er så tungt. Også for en psykolog er der grænser for, hvad man kan holde til, siger hun.

Sleeping dogs-metoden har efterhånden fundet vej ud til mange steder i verden, særligt i Europa. I Danmark er der således flere kommuner, der enten

lade børn lide unødigt af konsekvenserne fra traumer, siger hun.

God terapi tager tid

Et af de kritikpunkter, som Arianne Struik har mødt mange gange, er at tidsforbruget synes meget omfangsrigt, når man arbejder med Sleeping dogs-metoden. Og det kan også tage lang tid, bl.a. fordi man som terapeut arbejder målrettet med at fjerne barrierer, inden man overhovedet beskæftiger sig med selve traumat. Men der kan også være tilfælde, hvor børn slet ikke behøver så mange terapisesessioner, inden de er parate til den tredje fase, integrationsfasen.

Ifølge Arianne Struik kommer kritikken af lange behandlingsforløb oftest fra dem, der sidder på pengeskassen. Det giver hun ikke meget for, idet fokus bør være på at hjælpe børnene bedst muligt.

– Der findes ingen *quick fixes*, der kan kurere kronisk traumatiserede børn. Men der findes desværre stadig mange med ledelsesansvar, der mener, at traumer skal man ikke røre for meget ved. I stedet mener de, at man skal give børnene noget behandling for deres angst eller depressioner. Og det er også vigtigt at arbejde med symptomerne, men det er slet ikke nok. For så vil børnene kun kortvarigt få det bedre. Vi er nødt til at beskæftige os med de underliggende problemer, så børnene ikke hindres i en positiv udvikling fremadrettet, siger Arianne Struik.

Hendes mål for fremtiden er, at endnu flere børn, der lider som følge af alvorlige kroniske traumer, vil få hjælp fra Sleeping dogs-metoden. Hun vil væk fra argumentet om, at man skal vente med at tale med

er ved at implementere metoden eller allerede har gjort det, bl.a. Aarhus og Gladsaxe kommuner.

Der er dog også kritiske røster, der mener, at Arianne Struiks metode er galt afmarcheret, og at man fremfor at gå tilbage i tiden og beskæftige sig med de traumatiske hændelser bør se fremad og fokusere udelukkende på fremtiden. Men den hollandsk-australske psykolog er ikke i tvivl om, hvad der er det rigtige.

– Jeg kan jo henvise til internationale retningslinjer, der siger, at det altid er bedst at beskæftige sig med børns traumer. EMDR er en evidensbaseret terapi til børn. Og når kritikere siger, at det er uetisk, siger jeg: "Ja, det er det, hvis man tvinger dem. Men det er ikke uetisk at hjælpe dem med at fjerne barrierer og åbne op, så de kan arbejde med at få det bedre. Derimod er det uetisk og imod internationale retningslinjer at

barnet om dets traumer, til det selv er klar. For barnet vil aldrig blive klar - med mindre det bliver hjulpet til at overvinde de førmtalte barrierer. Af samme årsag har hun startet et forskningsprojekt, der skal belyse om de kronisk traumatiserede børn, der normalt vil afvise hjælp for at få det bedre, i virkeligheden gerne vil hjælpes, hvis de vel og mærke først støttes i at få fjernet barrierer. Dette studie vil skabe evidens for, at Sleeping dogs-metoden virker, mener hun.

– Forhåbentlig vil forskningen vise det, der er min kliniske erfaring, nemlig at metoden

hjælper børnene. Forhåbentlig kan det så blive nemmere for psykologer at argumentere fagligt for, at denne slags terapi betaler sig på den lange bane over for dem, der varetager økonomiske interesser, siger Arianne Struik, der regner med, at studiet vil være færdigt i 2024. ●



Foto: Pexel/Flora Westbrook