

Hvad siger eksperterne

Den gode anbringelse ud fra en mentaliseringsbaseret tilgang

Af psykolog Maja Nørgård Jacobsen

Et af de centrale elementer i en god anbringelse er, at plejeforældre er mentaliserende.

Mentalisering er at forstå andres og egen adfærd ud fra mentale tilstande (Bateman & Fonagy, 2012). Mentale tilstande kan være følelser, tanker, behov, mål og grunde. Mentalisering er en mental aktivitet, som vi alle gør brug af.

I hverdagen foregår mentalisering typisk automatisk uden, at vi er bevidste om det. Eksempelvis når en plejefamilie sidder om middagsbordet og spiser i ro og mag. Når så lille Peter på 2 år pludselig begynder at putte fingrene ned i kartoffelmosen, selv om han godt kan spise med skeen, så bliver hans plejemor måske kortvarigt irriteret. Hendes automatiske mentaliseringsevne bliver sat ud af kraft. Før hun reagerer på Peters adfærd, undersøger hun bevidst, hvad mon grunden er til hans adfærd, her anvender hun kontrolleret mentalisering.

Hun tænker måske; ”gør han det fordi, han er ved at afprøve, hvordan kartoflerne mærkes, da han for tiden er meget optaget af at røre ved ting og mærke, om de er kolde, varme, hårde eller bløde”.

Den kontrollerede mentalisering har betydning for hendes adfærd, hun siger: “Ja, det er sjovt at røre ved, men vi spiser med skeen”. Dette er et mentaliserende samspil. Plejemoren er rollemodel for mentalisering, hvilket giver drengen mulighed for selv at lære at mentalisere og regulere egne følelser. Det vil sige, når samspillet med andre ikke forløber glidende, og der opstår konflikter, eller andres/egen adfærd vækker forundring, så er det betydningsfuldt at den kontrollerede mentalisering overtager for at bevare det gode samspil. For plejefamilier er anvendelse af kontrolleret mentalisering nødvendig i alle relationer omkring barnet, fra barnet bliver anbragt og mindst indtil, det formelle anbringelsesforhold afsluttes.

Ikke-mentaliserende samspil

Plejeforældre kan også komme i situationer, hvor de ikke længere er i stand til at være mentaliserende. Det kan være i en enkelt situation, hvor der er stærke følelser på spil. I eksemplet med kartoffelmosen kunne man forestille sig, at plejemoren bliver vred og frustreret i det øjeblik, drengen griser med maden, når hun nu ved, han kan spise med ske. Hun er stresset efter en lang dag og bekymret for, hvordan drengens adfærd påvirker hendes biologiske børn, som også er til stede. Hun oplever negativ følelsesmæssig intensitet og formår ikke at indtage en mentaliserende indstilling i forhold til hverken sig selv eller drengen i den pågældende situation. Hun irettesætter øjeblikkeligt drengen og siger: “Her i huset SKAL man spise ordentligt, jeg vil ikke se på det svineri ”.

Et eksempel hvor mentalisering er sat mere gennemgribende ud af kraft, er en teenagedreng, som har boet hos den samme plejefamilie, siden han var helt lille. I teenageperioden bliver han tiltagende aggressiv, negativ og indelukket.

Samtidig begynder han at opsøge et miljø, der ligner det, hans forældre kommer fra, hvor der er hash og alkohol.

Drengens adfærd påvirker plejemoren i familien meget, ikke mindst fordi drengens aggression ofte er rettet mod hende.

De biologiske børn i familien er tiltagende frustrerede over de konsekvenser, de i mange år har oplevet, det har haft for dem og deres familie, at forældrene har været plejeforældre.

Plejefaren bliver i perioden mere og mere overbevist om, at det er ligegyldigt, hvad de gør med plejedrengen. Han oplever sig som vidne til, at hans familie går i opløsning uden grund og bliver mindre og mindre mentaliserende i samspil med drengen: ”han har de gener fra hans far, og vores indsats hjælper ikke”.

Plejefaren ser således hverken drengens mentale tilstande, hans behov for at frigøre sig eller hans nysgerrighed i forhold til miljøer, som ligner dem hele hans biologiske familie fungerer i.

Ligesom plejefaren ikke ser sine egne mentale tilstande, der vedrører angst for, om drengen er på vej i en forkert udvikling, magtesløshed og sorg over, at kone og børn er påvirkede samt hans behov for at finde en simpel forklaring på det komplekse relationelle udviklingssamspil, han er en del af. Gennem supervision, hvor der er fokus på mentalisering, lykkes det faren at genetablere mentalisering i forhold til alle aktører i familien.

En mentaliserende indstilling i forhold til alle aktører

I den gode anbringelse er der mentalisering i forhold til alle aktører.

Som plejeforældre kan man let blive udsat for, at man selv eller ens plejebarn bliver mødt på en måde, der ikke synes mentaliserende. Det kan være plejefamilien, der har en dreng på 7 år i pleje.

Drengen har levet med massiv vold i hele sit liv.

En dag kommer drengen i en konflikt med en voksen på skolen omkring et FIFA spil, han føler sig presset og reagerer (som han har set sin far reagere, når faren var presset) ved at slå ud efter en dreng, der er involveret i konflikten for derefter at stikke af.

Plejeforældrene bliver kontaktet af skolen og får at vide, at der er nultolerance for den adfærd på skolen, og plejeforældrene oplever også, at lærerne er meget kritiske overfor om plejeforældrene magter opgaven og er grænsesættende nok overfor plejedrengen.

Plejeforældrene oplever ikke, at måden de bliver mødt på er særlig mentaliserende.

De forsøger at iværksætte deres kontrollerede mentalisering og tænker, at episoden har igangsat intense følelser hos lærerne, som er blevet bange for, om drengen får den hjælp, han har brug for og usikre på, hvordan de selv håndterede situationen med FIFA spillet.

Her er det væsentligt, at plejefamilien kan være mentaliserende både i forhold til drengen, dem selv, men også i forhold til skolelæreren. I den gode anbringelse er plejeforældrene også nødt til at forholde sig mentaliserende i forhold til de biologiske forældre. Et eksempel kan være, at den biologiske mor kommer på besøg for at se sin datter på ni måneder, som blev tvangsfjernet ved fødslen. Den biologiske mor vil gerne holde babyen.

Hun lugter af cigaretter og alkohol. Hun er usoigneret og ryster babyen lidt for meget.

Plejemoren oplever stort ubehag og bryder sig ikke om det. Plejemoren reflekterer over sine egne følelser i situationen og er samtidig opmærksom på, hvad der er i spil i den biologiske mor. Hvordan det må føles ikke at formå at tage vare på sin baby, og at en anden kvinde har overtaget. Plejemor tænker også over de mentale tilstande hos hendes plejedatter både her og nu, hvor plejebarnet har brug for at plejemoren støtter den biologiske mor, så hun ikke bliver rystet for meget, men også i en udviklingssammenhæng hvor det vil være betydningsfuldt for plejedatteren, at hendes biologiske mor har ønsket at have samvær med hende, og at en kontakt er forsøgt fastholdt fra starten af anbringelsen, og at der er så god en relation som muligt mellem biomor og plejemor.

At være mentaliserende i forhold til fagfolk, der egentlig burde være til for at støtte og hjælpe, kan være særligt udfordrende i et anbringelsesforløb. Ofte fortæller plejeforældre om frustrationer i mødet med sagsbehandler eller andre fagpersoner fra systemet.

I den gode anbringelse er det meget vigtigt, at plejeforældre formår at balancere mellem plejebarnets behov, familiens behov men også er opmærksomme på at de fagfolk, som de samarbejder med har mentale tilstande.

Sagsbehandler kan være presset af lovgivning, krav om dokumentation, stress, dårligt kendskab til sagen mv. For at opnå det bedste anbringelsesforløb er det nødvendigt, at plejefamilien er i stand til at se bag om sagsbehandlerens måske uhensigtsmæssige adfærd og forstå, hvilke grunde og tanker der ligger bag.

Det kan være en stor udfordring som plejeforældre at være mentaliserende i forhold til alle aktører, men ofte vil man opleve det, som teorien omkring mentalisering foreskriver, nemlig at mentalisering avler mentalisering, så ved at være mentaliserende i alle relationer omkring barnet bliver både barnet og plejefamilien oftere mødt mentaliserende.

Mentalisering og den gode anbringelse

Grunden til, at mentalisering er så centralt i den gode anbringelse, er, at evnen til mentalisering er en forudsætning for, at kunne indgå i meningsfulde vedvarende relationer. Mentalisering giver mulighed for at se den andens perspektiv samtidig med, at man holder fast i sig selv.

Via mentalisering er man bedre i stand til at regulere egne følelser. Man lærer egne følelser og tanker at kende og at forstå, at de er baggrunden for egen adfærd. Dette giver en følelse af selvkontrol, identitet og selvsammenhæng (Hagelquist, 2012).

Mentaliseringstilgangen er præget af positive forventninger til det omsorgssvigtede og traumatiserede barns udviklingsmuligheder.

Når barnet oplever, at være i et mentaliserende miljø understøtter det udviklingen af barnets egne mentaliseringsevner. Mentalisering avler således mentalisering både i barnet, i plejefamilien og samspillet med aktørerne omkring familien.

Artiklen har kort beskrevet det hovedelement, som en god anbringelse forudsætter ud fra en mentaliseringsbaseret tilgang. Nemlig at der er en mentaliserende indstilling i forhold til alle aktører.

Det er af stor betydning at plejeforældre tilbydes supervision, der støtter dem i at se bag om barnets adfærd og reflektere over egne følelser og tanker.

Litteratur:

Bateman, A.W. & Fonagy, P. (2012). Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice. American Psychiatric Publishing.