

## Fantasiens magi i barns terapi

Af Cecilie Erichsen Lærkerød, Norge

cecilieerichsen.laerkerod@bufetat.no

I denne artikkelen vil jeg dele erfaring fra et møte med en 7 år gammel gutt, hvor guttens fantasi åpnet opp for nye muligheter til å mestre og håndtere utfordringer han opplevde. Artikkelen har til hensikt å skape inspirasjon til andre terapeuter som jobber med barn om å være åpen for fantasiens uante muligheter i terapi. Jeg har anonymisert saken i artikkelen. Gutten og hans foreldre har samtykket til at boken vi lagde sammen i terapi, kalt «*symbiose URO*» legges ved artikkelen.



### Inspirasjon

Jeg jobber som familierapeut og har hentet mye inspirasjon til arbeid med barn fra boken «*Narrative Therapy in Wonderland*» (Marsten, Epston & Markham 2016). Boken handler om fantasien vi kan vekke i barn og deres familier, og fantasien de kan vekke i oss som terapeuter. Fantasi defineres her som evnen til å ressursfullt takle uventede eller uvanlige problemer.

Narrativ terapi har vært nyttig i mitt arbeid som familierapeut, spesielt i samtaler med barn og unge. Gjennom å eksternalisere problemet slik det gjøres innen en narrativ tilnærming, kan man ta bort den lammelsen det kan være å bære et problem alene. Jeg har erfart at ved å være åpen for det barn er opptatt av, også barnets fantasi, kan barn gis muligheter til å snakke om vanskene de opplever med språket de selv benytter.

David Marsten skriver om ulike eksempler der han har hentet støtte og inspirasjon fra fantasiens verden, blant annet om en gutt som var vanskelig å oppnå kontakt med i terapirommet. Gutten var spesielt opptatt av en bokserie som han leste mens han satt på venterommet. Marsten valgte å skrive brev fra hans fiktive helter i bokserien. Dette åpnet opp for nye muligheter for å snakke om guttens vansker og ga gutten kraft og støtte til å mestre dem.

### «Wonderfulnes interview»

I tradisjonell narrativ terapi har det vært vanlig å starte terapi med å lytte til problemhistoriene mennesker har oppsøkt terapi for, med hensikt om å eksternalisere og lete etter unntak. David Marsten har erfart at ved å starte terapien med å utforske hva som er barnets spesielle gode kvaliteter kan gi større muligheter til at barnets egne kvaliteter kan nyttes til å bekjempe problemet. Han har laget en egen intervjuform som han har kalt for «*wonderfulnes interview*» (Marsten, Epston og Markham 2016:31-34) «*Wonderfulness*» i denne sammenhengen er vanskelig å oversette til norsk og få med

den fulle betydningen. Barnets «herligheter» og «kvaliteter» er det nærmeste jeg har kommet. Spørsmålene i intervjuet er ment å skulle avdekke hva som er dette barnets spesielle kvaliteter. Spørsmålene er relasjonelle og har fokus på hvordan barnet sees gjennom andres øyne for å utvide historien om barnet. Det vil ikke si at problemer som barn kommer til terapi med ikke er alvorlige og kan få alvorlige konsekvenser. Hovedpoenget er i stedet at det skal gis mer plass til andre historier om styrker og unntak der problemet ikke har vært så mye tilstede.

Ved å starte med å intervju barn og foreldre om hva som er spesielt bra med barnet kan gi informasjon som senere kan være nyttig i møte med problemet de har kommet til terapi med. Jeg stiller spørsmål om hvem som best ser barnets positive kvaliteter, når de først ble oppdaget, og ber foreldre og barn komme med historier for å utdype og å få meg til å forstå hvordan kvalitetene kan vise seg i ulike kontekster, som skole/barnehage, hjemme med venner osv. Fokuset er å vekke til live en rikere identitetshistorie om barnet enn bare utfordringene. Jeg forsøker å knytte positive kvaliteter og verdier som egenskaper ved barnet. Når vi senere utforsker problemet, eksternaliserer vi for å unngå å knytte det til personen, men til problemet som en egen form og størrelse.

### **Erfaringer fra en «fantasifull» måte å jobbe med en gutt på 7 år på**

En familie oppsøkte familierapi hos meg for å få bistand til samarbeidet mellom foreldrene og samtidig jobbe med gutten. Gutten bodde 50 % hos hver av foreldrene. Skolen beskrev gutten som en utfordrende gutt å håndtere. Han satt lite i ro, havnet ofte i konflikter med jevnaldrende og bråkete i klassen. Disse vanskene var også til stede hjemme hos begge foreldrene. Mor og far strevde med samarbeidet rundt gutten. Far var opptatt av grenser og tydelighet og mente at det var dette gutten trengte. Mor var opptatt av å forstå gutten og sa at hun strevde med å sette konsekvente grenser for gutten når han utfordret henne.

Da jeg først traff gutten, viste han liten vilje til å snakke om utfordringene som foreldrene hadde bedt om hjelp for. Det viste seg fort at gutten var fantasifull og kreativ. Jeg valgte derfor å la guttens fantasi og det han var opptatt av få plass i terapirommet. Dette gjorde jeg med tanke på å kunne bruke det som inspirasjon til å hjelpe han med å få et språk på vanskene og finne styrke til å håndtere dem.

### **«The wonderfulnes intervju»**

Vi startet første time med «wonderfulness» intervju. Under intervjuet fortalte mor at gutten var god på å se hvordan andre har det, og jeg spurte etter historier for å beskrive dette. Jeg spurte når hun først hadde blitt klar over at sønnen hennes hadde denne kvaliteten. Mor uttrykte med stolthet hvordan hun hadde sett dette allerede i barnehagen. Guttens lærer hadde fortalt til mor at hun hadde lagt merke til at gutten var god på å se andre barn som strevde, da han uoppfordret hadde tilbudt hjelp til et barn som strevde med å komme inn i klasserommet. Jeg spurte hvordan det var å være mor til en gutt som hadde en slik kvalitet, som kunne se at andre barn hadde det

vanskelig og tilby hjelp på eget initiativ. Mor ble beveget og sa at dette gjorde henne stolt.

Mor sa også at en av guttens andre kvaliteter var hans kreative innfall. Han fant på mye og hadde god fantasi. Dette fikk jeg selv se utspille seg i samtalen. Gutten laget et eget morsesystem på en leke der han kodet svarene han ville gi. Han begynte gjennom dette å bli aktiv i samtalen. Fra å ikke ville svare så ble han aktiv gjennom eget initiativ til å lage et morsesystem. Her var det bare å henge med, for det ble komplisert å holde tritt med hans koder. Jeg måtte til slutt skrive ned kodene han kom med for å klare å følge svarene hans.

### **Eksternalisering av problemet**

Etter å ha gjennomført «wonderfulnes»-intervjuet, begynte vi å utforske problemet som gutten var kommet til terapi med. Jeg spurte om gutten hadde et navn som kunne beskrive vanskene. Sammen ble vi enige om å kalle det for URO. Gutten sa at URO alltid var med han, den kunne ikke forsvinne. Størst var kraften til URO på skolen. Den var med han hjemme også, men mindre.

Gutten ble etterhvert svært aktiv, spesielt da han begynte å fortelle om en trailer av en film som heter VENOM. Han fortalte med innlevelse hvordan VENOM ikke kunne leve alene, men levde som en symbiose på en journalist ved navn Eddie Broch. Gutten la fra seg morsekodesystemet, reiste seg i rommet og forklarte meg ved å spille ut sekvenser fra filmen. Jeg så hans engasjement og begeistring blomstre. Jeg opplevde dette som en åpning, og undret meg over hvordan dette kunne brukes for å hjelpe gutten «mot» problemet.

Neste gang kom han med sin far. Jeg gjenfortalte det gutten hadde fortalt meg om VENOM og Eddie. Faren irttesatte gutten ved å si at det ikke var dette vi skulle snakke om. Gutten virket lettet da jeg sa at jeg synes det var veldig spennende å høre gutten fortelle om VENOM. Jeg spurte om URO kunne ha litt samme effekt på han som VENOM hadde på Eddie? Gutten ble tankefull, men nikket. Vi begynte å tegne bilder av URO som ikke hadde egen kropp, men som var avhengig av levende vesener for å overleve. Gutten tegnet en sirkel og viste hvor stor plass URO tok inne i han på skolen. Jeg spurte om det var noen ganger URO ble mindre. Han svarte at han hadde med seg to legomenn på skolen, de hjalp han. Far sa at gutten ble roligere når han hadde noe å «fikle» med. Jeg spurte gutten om legomennene var med han til timen i dag. «De er alltid med», svarte han. Uten å nøle tok han de opp fra lommen og viste meg.

Videre utforsket Lucas og jeg ulike situasjoner hvor URO var mer eller mindre tilstede.

Jeg begynte å spørre hvordan URO påvirket han hjemme. Lucas tegnet ulike situasjoner hvor URO påvirket han hjemme. Tegningene viste at URO var størst når far kjefte på han. I tegningen tegnet han seg selv som en liten prikk i en stor sirkel inni URO.



## URO sin Plan vs. Lucas sin plan

Vi utforsket URO sin plan, som var:

- 1) Å få pappa til å klikke,
- 2) Ikke høre etter,
- 3) Gjøre det motsatte av det han fikk beskjed om på skolen.

Deretter utforsket vi Lucas sin plan, som var:

- 1) Å høre etter,
- 2) Å følge beskjeder fordi han da vet at han får lov til mer,
- 3) Få mindre kjeft.

## Fars hemmelige våpen

Da jeg spurte Lucas om hans far hadde noe våpen han brukte for å hjelpe Lucas med å bekjempe URO, svarte Lucas umiddelbart. Han fortalte meg at hans far hadde en øks som het «Stormbreaker». Gutten tegnet og forklarte hvordan fars våpen og så ut og hvordan det virket.

Far sin stemme kunne fange URO inn i et fengsel, fortalte Lucas. Når far sin stemme ikke var der, ble URO større. Faren spurte nysgjerrig om det var det som hadde skjedd på et familiebesøk, der fars kjæreste hadde hatt vansker med å roe han ned. Gutten nikket. Far fortalte at han hadde kjeftet mye og vært konsekvent i grensesettingen, da han mente at gutten trengte dette. I det siste hadde han sluttet å kjefte så mye, han prøvde heller å være mer tydelig. Jeg spurte gutten om han merket dette, ja, svarte han. Når pappa kjeftet ble URO størst! Da tok den over hele han.

I mitt arbeid med Lucas, var jeg ikke opptatt av å lete etter logisk mening i det han fortalte meg. Hans beskrivelser av fars våpen virket å gi mening for Lucas. Jeg valgte derfor å ikke utforske videre logikken rundt historiene om URO, så lenge det virket å gi mening til Lucas så kunne det virke hjelpsomt i terapi. I slikt arbeid er det viktig å ikke bli fanget i å lete etter logiske sammenhenger. Fantasier og drømmer som fenomen har ingen begrensninger fra verden vi lever i når vi er våkne. Dette er del av den magien som er gjemt i fantasiens verden.

Det er som magiske triks, hvis du er åpen for det kan du oppleve magien. Dersom du er mest opptatt av forstå virkningene av magien, kan det lettere handle om teknikker noe som kan medføre at magien forsvinner.

## Mors hemmelige våpen

Jeg var nysgjerrig på om mor hadde noen hemmelige våpen i kampen mot URO. Lucas fortalte meg at blomster var hennes spesial våpen. «Blomstene er virkningsfulle, men har ikke samme kraft som øksen til pappa, de treffer alltid URO og ikke meg. Mamma vet ikke hvordan hun bruker øks.» fortalte Lucas meg.

Her viser Lucas oss at mor og far har ulike våpen for å bekjempe URO. Alle barn vet at ulike helter har ulike våpen. I min praksis, møter jeg ofte foreldre som har glemt denne velkjente kunnskapen, nemlig at mennesker har ulike talenter og krefter.

De argumenterer ofte om hvilke krefter og våpen som er best. Ideen om at begge foreldre må bruke det samme våpen, ser jeg ofte kan være en sterk ide mange foreldrenar har.

Videre utforsket vi mors blomstervåpen. De var effektive, målrettet mot URO med det formål og gi mer plass til Lucas. De traff URO ca. 50% av gangene fortalte Lucas meg. Hans mors blomster var magiske, de så ut som varmesøkende blomster bomber og treff URO mitt i brystet. Lucas fortalte meg at mors blomster kunne ofte høres ut som kjeft, hvis det skjedde vokste URO enda større.



Ble den for stor, ble det vanskelig å kontrollere den. Lucas fortalte en liten hemmelighet, dersom mor i stedet for å kjeft heller sa «det er leggetid, Lucas, gå å legg deg nå.» kunne dette noen ganger være nok. Selv om URO ikke ville lytte til en slik beskjed så kunne Lucas selv sparke URO i baken og tvinge den til å lytte. Han tegnet en tegning av mors blomster bombe, han fortalte historier om hvordan den virket.

### **URO på skolen**

Aller størst var URO på skolen. Lærerne hadde tatt opp med mor og far at de bekymret seg for guttens oppførsel på skolen. Hans manglende konsentrasjon og ikke alltid like hensiktsmessige oppførsel mot medelever. Gutten sa at lærerens våpen mot URO var en helt vanlig spikkekni. Læreren kastet den rundt tusenvis av ganger, men det var sjelden at den traff URO. Ofte traff den gutten, og det gjorde vondt. Mest siktet læreren på tre gutter i klassen, deriblant gutten.

Lucas tegnet og forklarte hvordan han opplevde URO på skolen.

Jeg undret meg på om vi skulle snakke med læreren og utveksle erfaringer med blomstermagi og øks og høre om det var noe en helt vanlig spikkekni kunne utrette for å treffe URO og ikke gutten? Det jeg vet om helt vanlige spikkekni, var at de kan være nyttige redskaper om de bare brukes på rett måte.

### **Lucas egne superkrefter**

Jeg utforsket også Lucas sitt eget arsenal av våpen som kunne brukes for å bekjempe URO. I hans arsenal fant han våpnene Dr. Strange og Vision. Han beskrev hvordan han kunne se inn i fremtiden og få et «syn» av hva som kunne skje dersom URO fikk viljen sin. Han fortalte meg om en situasjon på skolen hvor han og en klassekamerat begynte å slåss. Gutten anklaget Lucas for å fuske i et kappløp de konkurrerte i. I møte med denne urettferdigheten, vokste URO større og større inni Lucas. Lucas brukte sine egne superkrefter, Dr. Strange og Vision, så inn i fremtiden hvor han kunne se at guttens nese begynte å blø.

Dette «synet» gjorde det mulig for Lucas å se inn i fremtiden, re-etablere kontakt med sine verdier og forhindre ham å slå gutten i nesen. I stedet for at URO fikk viljen sin, bestemte Lucas seg for å løpe vekk fra gutten.

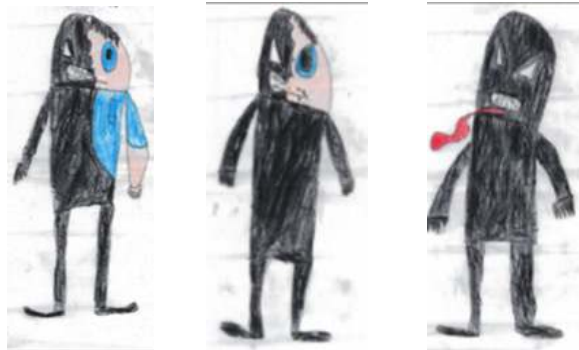


## Boka om URO

Gjennom sin fantasi hadde gutten tegnet et levende bilde av hvordan det var for han å leve med URO. Jeg bestemte meg for å skrive en bok med et kapittel fra hver time, med guttens egne ord og beskrivelser, kortfattet, med et eksternaliserende språk og narrative spørsmål. Boken inneholdt guttens egne illustrasjoner som han tegnet i terapitimene. Kanskje dette kunne hjelpe med eksternaliseringen og holde han engasjert i terapi?

Uken etter kom gutten sammen med sin mor. Han var engasjert helt fra starten. Jeg leste kapittel 1 og 2 fra boken om URO. Gutten rettet fort på meg dersom jeg hadde skrevet noe feil. Det var han som hadde regien på boken og var i førersetet på utforming av historien om hvem han var og hvilke krefter han stod overfor. Ved hjelp av hans ord ble det tryllet frem en spennende bok om URO. Hans fantasi ga rom for å eksternalisere URO og løfte den vekk fra guttens identitet. Guttens identitet ble med ett mye rikere, mer nyansert enn «bare problemhistorien».

*«Vi begynte å tegne bilder av URO som ikke hadde egen kropp, men som var avhengig av levende vesener for å overleve.»*



## Brev fra en fiktiv helt

Ved å hente inspirasjon fra fantasiens verden ville jeg ved hjelp av guttens fiktive helt, Eddie Broch fra filmen VENOM, anerkjenne guttens verdier og kvaliteter for å gjøre guttens identitet rikere. Kanskje det kunne finnes et potensial i magi og fantasiens verden?

Jeg undret meg over hvordan jeg skulle knytte guttens egenskaper, som godhjertet og hjelpsom ovenfor andre barn, til noe som kan hjelpe han til å «temme» URO. Kunne URO lære han noe? Kunne gutten lære URO hvordan den skal oppføre seg ovenfor andre? Kanskje VENOM og Eddie kunne hjelpe oss på vei, slik David Marsten hadde erfart med brev fra bokserie heltene?

Før neste time, bestemte jeg meg for å se filmen om VENOM for å få inspirasjon og innsikt i Lucas sitt univers. Dette ga meg en ide om å knytte kontakt mellom Eddie Broch, Venom og Lucas. Jeg bestemte meg for å skrive et brev fra Eddie Broch som var adressert til Lucas. Jeg konspirerte meg med min kollega. I neste terapitime banket det plutselig på døren. Et brev hadde kommet til gutten. Min kollega hadde lett overalt

etter brevets rette eier. Gutten, litt undrende og samtidig litt flau, utbrøt nesten hviskende; «Jeg heter det». «Da må brevet være ditt, det er ingen andre som heter det her», svarte min kollega overbevisende. Gutten tok nølende imot brevet, han så på det og utbrøt: «Hvorfor er det bilde av VENOM?» Han så på meg. Jeg ristet på hodet og sa at jeg ikke visste noe.

«La oss åpne og se hva som er inni», sa far. Gutten åpnet brevet. Det var et helsides brev til han. Far prøvde å få gutten til å lese det selv, men gutten var så overrumplet at han insisterte på at far skulle gjøre det. Gutten lyttet med store øyne. Hvordan visste Eddie Brock dette? Og finnes VENOM virkelig på ekte? Gutten var engasjert, hoppet i stolen av forundring og entusiasme. Han lyttet til hvert ord som var skrevet til han fra Eddies stemme. De hadde noe til felles han og Eddie.

«URO ser ikke så stygg ut som VENOM da», sa han ettertenksomt. Han ville ta med seg brevet på skolen og vise det til kameratene sine.

### **Et gjennombrudd - Lucas følger sin plan**

Jeg spurte om mor hadde sett URO i det siste. Mor sa at hun hadde sett mindre av URO i det siste, men la merke til at den var ekstra stor en dag familien hadde vært på en felles aktivitet i byen. Gutten ville absolutt inn i en suvenirbutikk før de skulle dra hjem, han hadde fått øye på noe helt spesielt. Mor dro frem sine magiske blomster og sa med streng stemme at de ikke skulle gå inn der og at de nå skulle dra. Blomstene nådde ikke frem. URO hadde bestemt seg for å ikke lytte til beskjednen. Mor tok frem en varmesøkende blomsterbombe og sa bestemt; «Nå sønn, nå går vi!» Mor var vant til at slike situasjoner kunne utvikle seg til langvarige konfliktfylte maktkamper, så hun stålsatte seg. Gutten stod ved en lyktestolpe og tenkte at han hadde et valg. Han fortalte meg at han tenkte på fars fengslende stemme og URO og det vi hadde snakket om. Han bestemte seg for å følge sin plan og ikke URO sin. Han kom derfor med en gang. Mamma så stolt på sin sønn og sa: «jammen gjorde han det!»

### **Gutten klekker ut en komplisert plan**

Lucas visste at URO var avhengig av en menneskekropp for å holde seg levende, dette inspirerte Lucas til å komme opp med en komplisert plan for å få URO ut av sin kropp og sitt sinn. Dette ville føre til URO sin død. Planen involverte biler, busser og meteorer. Lucas fortalte at når han blir 15 år da skal URO falle ut av han å dø. «R.I.P», sa han. (Tegningen finner du i boka om URO)

På overflaten kunne dette virke som galskap, men jeg ble ikke fanget i realismen om meteorer og fantasifigurer. Jeg var mer interessert i kunnskapen Lucas viste i å forstå at dette var en langvarig kamp, og at han måtte jobbe hardt for å bli kvitt URO. Jeg merket meg også at hans plan var fylt med optimisme og håp om at han ville lykkes til slutt.

Gutten spurte far i en bedende tone; «kan du få det til å skje?» Far svarte overbevisende; «Ja gutten min, det skal vi prøve på». Min vurdering var at far, mor og gutten ved denne samtalen fikk et felles språk der foreldrene forstod at gutten trengte



far og mors hjelp til å sette sin plan om å kvitte seg med symbiose URO «ut i livet». Dette kan bidra til at foreldrene ser at guttens ønske ikke er å bli styrt av URO, noe som kan bidra til at de klarer å støtte gutten i å redusere URO sin innflytelse på hans liv.

### **Feiring av bok publisasjon**

Boken ble laget ferdig og klar for publisering. Boken inneholdt alle tegningene Lucas hadde laget i samtale med meg, og historiene om URO som han fortalte med egne ord. Vi feiret boklansering med kake. Etter ønske fra Lucas, ble boken lest høyt flere ganger.

Mor og far meldte om mindre bekymring for guttens atferd. De hadde vært på samtale med læreren og hun hadde sett mindre negativ atferd fra gutten.

### **Erfaringer**

Det kunne virke som det var nyttig å bruke guttens eget språk, og det han selv var opptatt av i terapi. Gutten selv formidlet at det var kjekt å komme til samtaler. I samtale kunne vi snakke om guttens vansker på en leken og undrende måte, der gutten bidro aktivt med sine ønsker og løsninger. Kanskje var historiene om hvem gutten var, hvilke verdier og identiteter han hadde, blitt rikere og mer nyansert. Guttens rike fantasi så ut til å bidra til at mor og far fikk større spillerom der de kunne anerkjenne og støtte guttens plan om å bekjempe URO. Mor og far fikk sammen med gutten et eget språk på vanskene som hjalp gutten å skille problemet fra guttens identitet. Gutten er ikke problemet - problemet er problemet. Ved å løfte problemet ut av gutten fikk mor, far og gutten et felles mål om hvem de skulle kjempe mot. Det ga rom for å anerkjenne guttens egne forsøk på å kjempe mot problemet. Det ga også mer fokus på hva hver av foreldrene bidro med i stedet for hva de ikke gjorde. Dette kan føre til et bedre samarbeidsklima, noe som vi vet hjelper barn. Sammen kunne mor og far involvere de instansene rundt gutten som kunne hjelpe hans kamp mot URO, med et felles språk som gutten hadde skapt.

Jeg var imponert over denne guttens fantasi og kunstneriske evner. Han tegnet alle tegningene i boken om URO. Jeg brukte kun hans egne ord i boken, slik ble det guttens egen historie om URO og hvilken kraft han stod ovenfor.

Det er ikke alltid lett å vite hva som fører til endring. I dette tilfellet meldte alle rundt gutten om positive endringer. Gutten selv tegnet og skrev bok, og beskrev hvordan han opplevde livet sitt gjennom sine egne øyne. Slik jeg vurderer det, erfarte gutten at det han var opptatt av var viktige bidrag i kampen mot problemet.

### **Referanseliste:**

Marsten D., Epston D. og Markham L. (2016) Narrative therapy in Wonderland - connecting with childrens` s imaginative know-how. W.W Norton & company





Epston D., Lobovits D., Freeman J. (1997) Playful approaches to serious problems - Narrative therapy with children and families

White M. (2009) Kart over narrativ praksis. Oslo; Pax forlag