



**Maria Borg & Jenny Butler**  
Stockholm & Lund

## Med pionjärerna DW Winnicott och DN Stern som vägvisare i den kliniska vardagen. Ett långtidsperspektiv på föräldra-barn-relationens betydelse för utvecklingen

Vid ett samtal när Mellanrummets redaktionsmedlemmar träffades i Oslo i juni 2019, i samband med att IBUP (Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi) övertog ägarskapet av tidskriften, berördes behovet av att lyfta fram det psykodynamiska perspektivets historia och utveckling. Där och då föddes idén att skriva en artikel om barnläkaren och psykoanalytikern Donald W Winnicotts (1896–1971), och psykoanalytikern och spädbarnsforskaren Daniel N Sterns (1934–2012) insatser när det gäller relationens betydelse för barns utveckling. Under arbetet med artikeln har vi författare utbytt tankar kring teoretiska perspektiv och klinisk erfarenhet i en dialog som tagit utgångspunkt i vårt arbete som barn-föräldra- och ungdomspsykoterapeuter. Vi har märkt hur dessa perspektiv, när de hålls levande, kan vara till stor hjälp och berika den kliniska vardagen. Vi har utgått från Winnicotts respektive Sterns observationer och utvecklingsteorier och följt deras tankegångar. Vi har även tagit del av senare teoretikers syn på relationens betydelse för späda och små barns utveckling. Även inom neuropsykologin poängteras relationernas grundläggande betydelse för psykologisk utveckling, inbegripet hjärnans utveckling. I det kliniska arbetet med de yngre barnen är det naturligt att utgå från relationen mellan föräldrar och barn och relationen till terapeuten. För att belysa hur vårt "bollande" med begrepp ur beslätade relationsteorier varit hjälpsamt i vårt patientarbete, presenterar vi några kliniska exempel. Vår förhoppning är att därmed levandegöra hur vår förståelse fördjupats genom mötet mellan teori och praktik.

Spädbarnets tidiga upplevelser av ömsesidighet, och den grund som därifrån byggs upp i personligheten, har länge varit i fokus för psykodynamisk teoriutveckling. DW Winnicott och DN Stern var båda banbrytande när det gällde att se och beskriva hur dessa upplevelser av ömsesidighet lade grunden till det späda barnets utveckling.

Winnicott utvecklade sin teori från mitten av 1900-talet fram till sin död 1971. Stern arbetade under senare delen av 1900-talet och de första decennierna av 2000-talet. Redan i början av 1900-talet fanns en tradition där man uppfattade att spädbarnet som nyfödd var en aktiv medskapare i dialogen med föräldrarna. Sandor Ferenczi (1873–1933) observerade spädbarn och intresserade sig för relationer och interaktioner mellan barn och förälder. E Tillberg (2019) beskriver likheter mellan Winnicotts tänkande och Ferenczis utvecklingsteori. Det handlar bland annat om omgivningens och lekens betydelse för barnets utveckling. Objektrelations-teoretikerna M Klein och M Balint var båda influerade av Ferenczis tankar om relationens och lekens betydelse. Klein lämnade Centraleuropa 1925 för England och kom att bli frontfigur för en av två huvudlinjer inom barn- och ungdomspsykoanalysen i slutet av 1920-talet. Anna Freud ledde den andra huvudlinjen. Motsättningarna växte mellan de två grupperna och under regelbundna sittningar, ”Controversial Discussions”, mellan 1941 och 1945 nagelfors deras idéer och tolkningsmetoder. Winnicott var en av flera psykoanalytiker som valde en tredje väg och bildade ”The British Independent Group”, den riktning inom psykoanalysen som framhöll spädbarnets behov att relatera som absolut fundamentalt. Många har citerat Winnicotts berömda uttalande från 1940-talet: ”There is no such thing as an infant” (1960, s 39). G Abrahamson (2014) skriver: ”I følge Winnicott var det meningsløst å snakke om et spedbarn uten samtidig å ta i betraktning den omsorgen og de omsorgspersonene som barnet hadde. Dette brøt med den tradisjonelle psykoanalytiske oppfatningen, som hadde et overveiende fokus på barnets indre psykiske prosesser.”

I en artikel beskriver Winnicott ömsesidigheten mellan spädbarn och mamma i en amnings-situation (Winnicott 1969). I introduktionen skriver redaktörerna: “By studying the behavior of infants the author arrived at the conviction that the non-verbal experiences between an infant and his mot-

her establish a mutuality which unconsciously sets the emotional tone of interpersonal experiences and their intrapsychic coloring throughout life.”

Stern (1985) studerade utvecklingen av intersubjektivitet och beskrev hur barnet utvecklar förmågan att dela inre upplevelser med föräldern. Barnet upplever hur föräldern svarar med en känsla när barnet upptäcker något nytt, och föräldern tonar in barnets känsla av upptäckarglädje genom att svara med en annan modalitet. När föräldern översätter barnets känsla med ett annat uttryck, till exempel med rösten och eller gester, uppfattar barnet att den inre upplevelsen, känslan, delas med föräldern, även om uttrycket för den är olika.

Dessa observationer är länkar i den långa kedjan av studier kring tidiga relationer och ömsesidighet som andra har byggt vidare på. Några exempel som vi tar upp är förutom Stern och Winnicott även Tronick (1998), Lyons-Ruth (1998), Schore (2011), Benjamin (1990; 1998) och Remez (2010).

Förälder och barn beskrivs som två interagerande subjekt av J Benjamin (1990) som refererar till Winnicott och Stern när hon beskriver hur utvecklingen av förmåga till ömsesidigt igenkännande hos barnet hänger samman med barnets växande förståelse för att den andra (föräldern) är ett eget subjekt. Benjamin menar att barnets utveckling av förmågan till intersubjektivitet börjar mycket tidigt, med barnets svarsleenden till föräldern. Benjamin refererar till Winnicott (1971), som när han studerade barn i ett senare utvecklingsskede uppfattade att barnets aggressivitet, under goda omständigheter kom att tjäna som ett hjälpmedel för att uppfatta den yttre verklighetens kvaliteter. ”When destructiveness damages neither the parent nor the self, external reality comes into view as a sharp, distinct contrast to the inner fantasy world. The outcome of this process is not simply reparation or restoration of the good object, but love, the sense of discovering the other” (Benjamin 1990, s 41). På så sätt kan en balans mellan inre fantasi och yttre verklighet växa fram. Barn och vuxen kan se varandra som ”egna” personer, egna subjekt, med förmåga till intersubjektiv kommunikation. Tack vare att den intersubjektiva utvecklingen fortsätter parallellt med intrapsykiska processer under närmandefasen, i vad Benjamin liknar en ”tandemutveckling” bibehålls den inre dialogen mellan barnet och omsorgspersonen medan barnet upptäcker mer och mer av världen omkring sig (Benjamin

refererar här till Mahler 1975). Benjamin framhåller att den intersubjektiva processen innehåller känslan av kärlek till den andre och att man kan dela en upplevelse av det inre tillsammans, utanför i ”det yttre”. “A relational psychoanalysis should leave room for the messy, intrapsychic side of creativity and aggression; it is the contribution of the intersubjective view that may give these elements a more hopeful cast, showing destruction to be the other of recognition.” (Benjamin 1990, s 45).

Med utgångspunkt från en rad forskningsstudier, egna och andras, beskriver A Schore (2011) ett neuropsykoanalytiskt perspektiv. Höger respektive vänster hjärnhalva processar information på helt skilda, unika sätt och utgör grunden för å ena sidan ett tidigt implicit själv, och å andra sidan ett medvetet explicit själv. Att utvecklingen av hjärnan är helt beroende av den nära relationen till föräldrarna är numera ett obestridligt faktum liksom att utvecklingen av höger hjärnhalva sker initialt och är en förutsättning för den vänstra hjärnhalvans utveckling. Goda anknytningserfarenheter och intersubjektiva upplevelser är nycklar i relationen barn - förälder. Upplevelser av stress och osäkerhet hos föräldern i relation till det lilla barnet kan få allvarliga konsekvenser för hjärnans utveckling, till exempel när det gäller barnets möjligheter att känna trygghet och tillit och förmåga att reglera känslor.

### Observationer av utvecklingen som sker i de tidigaste relationerna

I en artikel från 1969 ger Winnicott en bild av hur en 12 veckor gammal baby kommunicerar med sin mamma i en amningsituation. Han ser hur modern matar barnet, och under tiden har spädbarnet sina fingrar i moderns mun, som om babyn också ”matar” modern i en ömsesidig matningsituation. Det är som om spädbarnet ”vet” att modern vet hur det är att bli matad. Winnicott beskriver här en ömsesidighet mellan moderns och babyns erfarenheter, som kan inrymmas i spädbarnets erfarenhet redan vid 12 veckors ålder. Winnicott menade att de allra tidigaste faserna inte kunde observeras. Från 12 veckor kunde man dock se vad babyn gjorde och dra slutsatser om babyns förmåga till ömsesidighet som Winnicott trodde fanns även tidigare (Winnicott 1969). Detta liknar observationer som

andra forskare har kommit fram till senare, men Winnicott hade inte, som nutidens spädbarnsforskare, video till hjälp. Han använde direktobservation och var en tränad iakttagare av samspel. Som barnläkare träffade han många barn tillsammans med sina mödrar. Han hade en levande blick och lyssnande öra och tänkte sig att det samspel han såg speglade relationen mellan barnet och den vuxna.

För att få veta mer om spädbarns inre värld använde Winnicott även en annan observationsmetod; motöverföringskänslor som han erfor när han som psykoanalytiker mötte barn eller vuxna patienter som i överföringsrelationen återupplevde tidiga stadier i livet. Dessa samspel av överföring och motöverföring användes som verktyg för att få kunskap om relationen mellan patienten som spädbarn och dess omvårdnadsperson(-er), eftersom de antogs härröra från tidiga skeden i patientens liv. Denna kunskap från enskilda psykoanalyspatienter användes som underlag för att vidareutveckla teorin om tidig relationsutveckling.

Fairbairn hörde till de tidiga objektrelationsteoretikerna vars perspektiv hade likheter med S Ferenczis tänkande, där spädbarnets tidiga beroende betonades (Igra 1987). Liksom Fairbairn arbetade Winnicott med att hitta nya utvecklingsvägar för psykoanalytisk teori: “And Fairbairn was working, as I am... , on the ways in which psychoanalytic theory needed to be developed or modified if the analyst could hope to become able to cope with schizoid phenomena in the treatment of patients.” (Winnicott 1969).

Det här perspektivet slår en bro genom tiden, från Ferenczi på tidigt 1900-tal, över Klein, Fairbairn och Winnicott samt andra tidiga objektrelationsteoretiker, innan det nya samspeletperspektivet med hjälp av den tekniska utvecklingen med videofilmning fick riktig fart på forskningen och kunde bygga vidare på teorierna, samtidigt som man närmare kunde observera spelet mellan späda och små barn och deras föräldrar.

### Winnicott och Stern: Begynnande själv och kreativitetens rötter

Stern beskrev den tidiga utvecklingen av självet, som sker inom relationen mellan barn och föräldrar. Den första nivån kallade han ”Den begyn-

nande känslan av själv”. Det nyfödda barnet har, enligt Stern, en medfödd förmåga till begynnande organisering av sina sinnesintryck. Den process, då intryck fogas till varandra och börjar få mening, upplevs av barnet och utgör en begynnande känsla av själv (Stern 1991, s 59). Det pågår en ”organisation i vardande” inom spädbarnen (Ibid s 60-61) som är grunden till fortsatt förmåga att organisera, uppfatta och förstå sin omvärld och sig själv. Skapandet av nya mentala organisationer fortsätter, och denna begynnande självnivå finns med genom livet. Subjektiva känslor av olika organisationer i vardande kallade Stern känslan av ett begynnande själv.

Winnicott (1971; 1970) uppmärksammade det tidiga samspelets betydelse för hur det lilla barnets utveckling hängde samman med förmåga till lek och kreativitet. Han menade att den skapande impulsen finns som en potential hos varje människa. Att ha kontakt med den skapande impulsen hör ihop med känslan av att vara levande och innebär för den vuxna människan möjligheten att förhålla sig kreativt till livet eller med Winnicotts ord: ”The child that became you or me found itself equipped with some capacity to see everything in a fresh way” (1970, s 40). Winnicott menade att den skapande impulsen väcks i samklang med det spirande självet. Han talade om det avsiktslösa tillståndet där det lilla barnet, i föräldrarnas närvaro, fritt kan ge uttryck för förnimmelser, impulser och så småningom tankar och idéer som inte har något samband eller någon riktning. Upplevelsen av att finnas till i närvaro av en annan som inte har förväntningar på motprestationer i form av mening eller resultat, skulle enligt Winnicott utgöra själva grunden för känslan av självet och för identitetsutvecklingen och kanske kan vara ett ”winnicottskt” sätt att se på ”organisation i vardande”.

Närheten mellan barn och föräldrar med trygga anknytningensmönster (Bowlby 1969/1988) skulle ur Winnicotts (1971) synvinkel kunna ses som ett drivmedel till den skapande impulsen. I anknytningstestet Främmandesituationen visade det sig att barn med otrygga eller desorganiserade anknytningensmönster på olika sätt förblev upptagna av relationen till föräldern (Ainsworthy, M.D.S., Blechar, M.C., Waters, E. & Wall, S. 1978), och barnets kontakt med den egna skapande impulsen stördes och därmed blev även lusten till utforskandet och lek lidande.

Stern framhöll att ”All inlärning och alla kreativa handlingar tar sin början i domänen för begynnande relatering. Det är den enda av domänerna som har att göra med hur den organisation kommer till, som är själva kärnan i skapande och inlärning ..... De senare känslor av själv som skall stiga fram är produkter av denna organiserande process” (Stern 1991 s 81). Stern beskrev den begynnande känslan av själv som en ”brunn man har att ösa ur för all kreativ upplevelse”: ”Denna globala subjektiva värld av begynnande organisation är och förblir den fundamentala domänen för mänsklig subjektivitet. Den opererar utanför medvetandet som den upplevelsematris från vilken tankar och förnimmelser av form, identifierbara handlingar och verbaliserade känslor senare kommer att stiga fram. Den ligger också till grund för fortlöpande känslomässig utvärdering av skeenden. Och slutligen är den ändå till sist den brunn man har att ösa ur för all kreativ upplevelse.” (Ibid. s 80).

### Tidig känslomässig kommunikation

Stern (1985) utvecklade sina tankegångar om intersubjektivitet som ett eget motivationssystem som kompletterar anknytningssystemet utifrån egen och andras spädbarnsforskning, bland andra Trevarthen (1979).

*Affektintoning* är samspel med hjälp av känslor, barnets och föräldrarnas, där den vuxna ”fångar upp” barnets affekter, reglerar dem med hjälp av sin vuxna erfarenhet och gör dem mer bekanta för barnet. Barnet och den vuxna delar känslotillstånd. Inre föreställningar kommuniceras och blir till ”inre verklighet”. Med hjälp av detta samspel kan barnet se sina egna känslor och inre föreställningar representerade i den andres inre föreställningsvärld. Spädbarnsforskaren E Tronick kallar den interaktionen för den ”dyadiska expansionen av medvetandet” och den finns med genom livet. Det är den interpersonella mekanism genom vilken vi kan kommunicera med varandra, och som hjälper oss att bli anknutna till varandra (Tronick 1998). Det är en grundläggande mekanism vid mänsklig kontakt.

*Markerad spegling*. När barn och förälder samspekar kan barnet se sina egna känslor och inre föreställningar representerade i den andres inre föreställningsvärld. När barnet ”ser” sin egen känsla

eller föreställning uppfattas av föräldern och får svar, blir föräldrarnas inre bild en utgångspunkt för barnets symboliska tänkande. Det är viktigt att speglingen är markerad och inte en imitation, det vill säga den är föräldrarnas svar på barnets upplevelse.

*Missförstånd i kommunikationen och reparation.* Tronick (1998) beskriver att missförstånd i kommunikationen mellan förälder och barn är normalt och repareras genom att man uppfattar att något blivit fel och gör nya försök att förstå. Om reparation ska kunna ske, behöver både förälder och barn förstå den andras upplevelse. Frågandet och svaren kring missförståndet behöver fortsätta tills man hittat rätt. Nyckeln till denna förmåga är föräldrarnas kapacitet att hantera sina egna känslor, speciellt de negativa känslorna (Schore 2004). De barn som får erfarenhet av att gå från positiv affekt till negativ, och sedan kunna hämtas upp igen till en ömsesidig positiv känsla, bygger upp en motståndskraft mot känslomässig stress. "Motståndskraft mot stress är en ultimata indikator på anknytningskapacitet" säger Schore (Ibid s 33, i översättning). Barnets erfarenheter i sådana situationer hjälper till att utveckla epistemisk tillit (Fonagy & Allison 2014), som innebär en tillit till att föräldern kan hjälpa barnet att förstå sig själv och världen. "Ruptures or mismatches which go on too long without repair coupled with escalating affective states in the infant interfere with an internalised sense of a competent experience of self-regulation" (Remez 2010). Föräldrarnas mentaliseringsförmåga är viktig för denna process, och arbete med föräldrarnas föreställningar om barnet i perinatalfasen är därför betydelsefullt (Syrdal Aanderaa 2019).

*"Thirdness". En utvecklingsfrämjande relation.* A Remez (2010) beskriver hur en representation av "thirdness" utvecklas inom föräldrar och barn. Remez menar att denna representation inte är beroende av symbolisering. Hon refererar till Lyons-Ruth (1998) som beskriver erfarenheter som hör till en implicit, ickeverbal värld (Remez 2010 s 293). Thirdness är en förmåga att uppfatta en annan som ett likvärdigt center för varande, med sin egen djupt kända erfarenhet och sitt eget perspektiv. Utrymmet för "thirdness" är ett metaforiskt utrymme som ligger "utanför de två", men sammanhängande med båda" (Ibid s 294). När omvårdnadspersonen "markerar" sitt svar till spädbarnet på ett sådant sätt att svaret både speg-

lar babyns affekt och samtidigt kommunicerar en "egen" (föräldra-)förmåga till hållande, uppfattar sig babyn både igenkänd av den vuxne, och lugnad eftersom föräldern visar sin förmåga att bibehålla en separat, välreglerad respons på dysreglerade affekter (Remez 2010 s 294). Remez kopplar denna process till Benjamins (2004) definition av intersubjektivitet; en "ömsesidig igenkänning mellan två personer - igenkännande av att objektet för våra känslor, behov, handlingar och tankar faktiskt är ett eget subjekt" (Citat från Remez 2010). Tankarna går här till Winnicott som redan på 60-talet beskrev sina iakttagelser av hur ett mellanområde utvecklas i mötet mellan barnets inre värld och mammans, medan barnets upplevelse av sig själv som ett subjekt växer samtidigt med insikten om att även mamman är en egen person. Winnicott framhöll att det är i mellanområdet som förmågan till lek föds, en förmåga som han menade är avgörande för psykisk hälsa - en föregångare till begrepp som intersubjektivitet, och "thirdness"

*Nuvarande ögonblick.* Behovet av intersubjektiv kontakt skapar rum för intima dialoger eller så kallade "nuvarande ögonblick" (Stern 2005 s 48) mellan barnet och föräldern. Stern betraktade nuvarande ögonblick som de minsta beståndsdelarna av psykisk erfarenhet. "Det nuvarande ögonblicket kan inte, medan det levs, fångas in av språket som (åter?)skapar det i efterhand" (s. 30).

## Psykoterapi, samspel och lek

Den relationsgrundade synen på små barns utveckling som Winnicott och Stern utvecklade matchades med deras syn på psykologisk behandling och psykoterapi både med barn och vuxna.

Stern (2005) menade att "bara det nuvarande ögonblicket /.../ utgör en obearbetad subjektiv verklighet, som ger oss fenomenologisk erfarenhet" (s 25). Liksom i de intima dialogerna mellan små barn och deras föräldrar, inträffar nuvarande ögonblick i vardagliga relationer genom livet, och i det terapeutiska samspelet. Handlingar, till exempel mimik, blickar, gester och tonläge förekommer i alla nuvarande ögonblick som delas med en annan, det vill säga som innebär intersubjektiv kontakt mellan människor. Icke-verbal kommunikation behöver därmed uppmärksammas i det psykoterapeutiska samspelet.

Stern delade in medvetna nuvarande ögonblick i tre grupper: ”Vanliga nuvarande ögonblick, nuögonblick och mötesögonblick” (s 161). Starkt känslomässigt laddade nuögonblick kan utvecklas till intersubjektiva mötesögonblick mellan patient och terapeut. Just i mötesögonblicket finns potentialen till förändring, ”ett ögonblick av möjlighet att handla för att förändra vårt öde” (s 28) samtidigt som ögonblicket i sig är en slags kris till följd av en stigande ångestnivå både hos patient och terapeut. Förändringen kan beröra både patientens förflutna och nuet, det vill säga implicita relationella minnen hos patienten som aktiverats i samspelet med terapeuten och som i mötesögonblicket kan bli till berikande nya relationella erfarenheter (Stern 2005).

Stern menar att förståelsen av innehållet är mindre viktigt än känslan av att man håller på med en gemensam kreativ upptäckande process. Han ser det som mycket betydelsefullt att terapeuten kan delta i processen på ett äkta sätt och ”hitta en reaktion som både passar bra i den specifika situationen och bär terapeutens personliga signum” (Stern 2005 s 229). I det förhållningssättet blir det viktigare att vara närvarande i ”nuögonblicket” än att koppla händelseförloppet till hypoteser om t ex problemens ursprung eller motstånd mot uppdykande ångest. Stern menar att båda förhållningssätten behövs, men de kräver varsin deskriptiv och förklarande modell. Han beskriver, med ”det nuvarande ögonblicket som förstoringsglas”, det implicita och upplevelsemässiga i processen (Ibid s 230).

### Att vara tillsammans i lek

När vi leker använder vi det implicita vetandet medan vi laborerar med lekens ”verklighet”, till exempel bygger upp en tågbanas tillsammans. I leken laborerar vi med saker och idéer, och när vi gör det tillsammans använder vi vår implicita kunskap för att kunna samarbeta. Det växer fram ett intersubjektivt fält där i stunden, i relationen mellan de lekande personerna. Regleringen av det intersubjektiva fältet skapar ett sammanhang för det explicita skeendet (Stern 2005 s 132). Leken sker alltså i ett gemensamt skapat relationssammanhang, där vi hela tiden befinner oss i ”både-och”, lekens explicita händelseförlopp och det implicita inter-

subjektiva fältet, där deltagarna bidrar var och en utifrån sin personlighet och sin lekroll. Implicita reglerande minnen spelar stor roll i formandet av den terapeutiska relationen.

I leken deltar barn med alla sina resurser; både de implicita och de explicita, både de som uttalas och de som är outtalade. Leken och känslorna regleras i det gemensamma intersubjektiva fältet. När barn och föräldrar leker tillsammans kan föräldern få ökad förståelse för barnets upplevelsevärld, och därmed kan en större del av barnets upplevelse rymmas i en reglerande relation med föräldrarna. Om det kan uppnås bildas även hemma, i vardagen, ett mer hållande klimat där barnets utveckling får ett mer adekvat och stöttande sammanhang.

Här samspelar vuxen och barn tillsammans med en tredje - terapeuten. Vi tänker att med hjälp av/samspelet mellan äldre och nyare perspektiv på relationens betydelse för barns utveckling (både på implicit nivå och verbalt uttryckt i samtal), kan terapeutens kliniska erfarenhet utgöra ”ett tredje”, jämför Benjamin 2004.

### Leken i mellanområdet

Lek är handling. Här ingår den implicita relationskunskapen som är handlingsbaserad, och här ingår Winnicotts övergångsområde. Här delar man inre värld, tillsammans i ett yttre samspel. Här, i leken, kombineras Winnicotts och Sterns utvecklingsteorier.

För att autentisk kommunikation ska kunna ske behöver barnets och den vuxnes lekrområde överlappa och skapa ett övergångsområde för lek som sedan kan möjliggöra de ”terapeutiska överraskningar” som Winnicott betonade. Han menade att inom det överlappande området; mellanområdet eller lekområdet, kan kreativitet och växande uttryckas. Detta kommer ur Winnicotts teori om normal utveckling. Han beskriver att terapeutens roll är att etablera och bibehålla en omgivning där individen kan börja utvecklas igen, efter att barnets vardagliga omgivning inte varit tillräckligt stöttande för utvecklingen.

Åkerman (2007) använder sig av Winnicotts resonemang om området ”där barnets lek sammanfaller med en annan människas lek” och kombinerar det med en beskrivning av lek hämtad från mentaliseringsutvecklingsteori. Hon refererar

bland annat till Fonagy & Target (Playing with reality 1996). I leken utvecklas barnets mentaliseringsförmåga på så sätt att barnet integrerar sin egen subjektiva syn på hur yttre och inre verklighet hör ihop, med ett fantasiläge där ”allt” är på låtsas. När dessa båda synsätt alltmer integreras kan barnet förstå att det finns olika sätt att uppfatta yttre fenomen och att vi kan tänka olika. För att gå igenom denna mognadsprocess behöver barnet vuxna eller äldre barn som leker med, så att barnet kan ”se sina idéer representerade i den andres psyke, åter introjicera dessa och använda dem som representationer i sitt eget tänkande” (Åkerman 2007, s 114). För att barn ska kunna få upprepade erfarenheter av hjälp av vuxna i leken, bör föräldrarna få möjlighet att delta på ett hjälpanande sätt i barnets lek i terapin, för att kunna släppa förhållningssätt som inte är hjälpanande för barnet. Med föräldrar närvarande i terapin ges möjlighet till det. (Ibid).

### Exempel från en föräldra-barn-terapi, en barnterapi och en samspelslek

#### Lina

Lina, 7 år och hennes mamma sitter och målar varsin bild. Det finns tydliga likheter mellan de två bilderna. Mamman målar ett landskap i vidvinkelperspektiv, med en allé av träd och ett litet hus som syns på avstånd. Lina målar en burrig grön buske, ett högt träd med kraftfull stam och ett stort rött hus med samma form som mammans. Mamman säger ”Man kan ha en bestämd bild i huvudet som man målar, eller man kan sitta och måla och se vad det blir bara”. Lina blandar färger med glädje, prövar färgnyans och tjocklek på färgen. Lina tar ett nytt papper, målar en sol med orange oljekrita, målar korta strålar på solen. Hon tar blå vattenfärg och målar med skiftande tjocklek över hela pappret. Mamman och jag (terapeuten) kommenterar solens färger och himlens skiftningar, säger att himlen förändras medan hon målar, precis som den verkliga himlen alltid skiftar. Lina tar en hushållspappersbit och torkar bort all blå färg som har fastnat på solen och strålar-na. Vi ser att de klara lysande färgerna kom-

mer fram igen.

Det finns en likhet i exemplet ovan med stunder då en förälder och ett spädbarn tonar in känslomässigt med varandra. Föräldern läser av barnets ansiktsuttryck, här ”målningsuttryck” och svarar med röstläge, blick, ansiktsuttryck. Kommunikationen går fram och tillbaka mellan dem, föräldern tonar in barnets känsla, de undersöker känslan av att vara med varandra i en icke-verbal dialog. Här i målningsituationen uppfattar barnet att föräldern fokuserar på det som barnet vill uttrycka, intresserar sig och blir kvar i barnets fokus. Det finns även en likhet med mentaliseringsteorins begrepp markerad spegling (Fonagy et al 2002), fast i det här fallet används målningen som uttryckssätt i stället för spädbarnets ansiktsuttryck eller annan kommunikation. I behandlingsarbetet vill man försöka nå tidiga stadier i barnets utveckling, där barnet kanske har behov av att relatera, men själva aktiviteten behöver vara på den åldersnivå där barnet nu befinner sig. Målning ger liksom lek en möjlighet att nå till tidiga utvecklingsnivåer.

Lina fortsätter måla mer färg på himlen, tar vit färg på penseln och målar in ljusare skvar som streck, tar svart färg och målar några flygande fåglar. Pappret blir ganska blött. Hon kommenterar det, vi tror det kommer att hålla.

Lina och mamman har haft starka konflikter under Linas uppväxt, som har lett till känslor av misslyckande hos båda. Lina har en stark egen osäkerhet. Hittills har hon varit mycket tystlåten kring samtalsämnen som handlar om henne själv. Under denna målningsstund börjar hon berätta om egna tankar och reflektera tillsammans med modern. Har den trygga situationen som skapats genom målningsstunden hjälpt Lina att hitta en dialog på en annan nivå, som hon i och för sig är kapabel till men inte ofta är tillräckligt trygg och ostressad för att nå? Har målningsstunden även skapat en tillräckligt trygg situation för modern, i relation till sin dotter, så att hon kan vara helt närvarande i gemensamt uppmärksamhetsfokus och reglering av känslor? I samvaron kring målningen märks det att de kan hitta fram till en dialog som de nog har haft i lek tidigare, i goda stunder. De kan ha god kommunikation, lyssna på varandra och dela uppmärksamhet i trygga stunder. Målningsstunden passar

Linas åldersnivå och är en aktivitet som även modern tycker om. De gemensamma lek- eller målningsstunderna kompletteras med föräldrasamtal.

### Erik

Erik, 6 år hade nyligen börjat i barnterapi. Första gången som Erik var hos mig på egen hand i bildterapiateljén, utan att mamma eller pappa var i rummet var det till en början svårt för mig att få kontakt med honom. Erik mer eller mindre klättrade på väggarna, stänkte färg, spillde ut vatten, halkade i pö-larna på golvet, drog ett och annat streck på pappret, kastade svampar i vattenhinkarna och på väggarna och fick en plötslig impuls att sticka ner huvudet i en hink med vatten som blivit brunt av färg. I rummet fanns flera hinkar med vatten och utan att tänka, hann jag erbjuda Erik en hink med rent vatten just innan han var på väg att dyka ner med huvudet i hinken med det färgade vattnet. Erik stannade upp och blev lugnare. Han doppade försiktigt luggen i hinken med rent vatten och tog ögonkontakt med mig för första gången under sessionen och slappnade av. När vi fick ögonkontakt var det inte bara Erik som slappnade av, utan även jag. Strax därefter sprang han ut till mamma i väntrummet och visade sin våta lugg och återvände sedan till mig och stängde dörren bakom sig.

Ska vi tävla? frågade Erik mig när han kom tillbaka in i rummet. Han tog upp en av svamparna från golvet och kastade den mot väggen så att den nästan hamnade i en vattenhink när den studsade tillbaka.

Tillsammans ställde vi några hinkar på lagom avstånd från väggen, en med rent vatten, en med färgat vatten och en tom.

- Hur går tävlingen till tänker du? frågade jag.

- Vi får ha tre svampar var, sa Erik.

- Menar du att vi får tre försök var? frågade jag.

- Ja! Alltså, vi kastar svampen mot väggen och om den studsar ner i hinken får vi poäng. Under den följande sessionen la vi märket till

att olika svampar studsade på olika sätt och att det blev olika resultat om svamparna var blöta eller torra. Erik föreslog att träff i olika hinkar skulle ge olika poäng.

- Vi måste ha olika poäng, sa Erik, 1 poäng i tom hink, 5 poäng i smutsigt vatten och 10 poäng i rent vatten. Och vi måste skriva upp poängen!

Erik döpte tävlingen till "hopp i brunnen" och utarbetade ett slags protokoll där vi antecknade poängen och bjöd in mig att efter hand "hopp i brunnen".

Det är när barn återknyter till det begynnande själ-vets sätt att relatera som nya relationsupplevelser kan ta form. Detta sker i livets vardagliga relationer och det sker i kreativa stunder i psykoterapi i samspel med terapeut eller föräldrar. Relationsutvecklande psykoterapi behövs när inte den vardagliga utvecklingen är tillräckligt stödjande, utan när särskilt stöd behövs för att utvecklingen ska gå mot psykisk hälsa. Oron för Erik var mycket stark hos båda hans föräldrar som var skilda sedan några år. Eriks far hade nyligen fått en allvarlig diagnos och föräldrarna bekymrade sig, var och för sig, för att Erik skulle 'gå i faderns fotspår'. "Hopp i brunnen" var en av många olika lekar som Erik utvecklade under barnterapi. Som terapeut uppfattade jag att hållandet, i form av Eriks och min relation och föräldrarnas och min arbetsallians, gav möjlighet till mötesögonblick där Erik inbjöd mig att 'hoppa i den "brunn man har att ösa ur för all kreativ upplevelse"'. Erik var sina föräldrars barn nummer två, och redan under graviditeten hade föräldrarna sökt professionellt stöd för att förbereda sig för att kunna ta emot sitt ofödda barn. Det fanns hos dem en stark önskan om att, med Winnicotts ord, vara "good-enough" föräldrar.

### Albin

Albin, 2 år 6 månader, är enligt föräldrarnas beskrivning överaktiv, har svårt att fokusera, är svårkontaktbar när han är missnöjd och har svårt att komma till ro i en aktivitet. Han har stora sömnproblem. Han har svårt att hantera känslor, speciellt ilska. Mamman är föräldraledig med ett yngre syskon. Hon ammar på nätterna och är mycket ut-



tröttad och orkar inte med Albins röriga sätt. Albin har inte problem i förskolan.

Reglering. Albin leker i sanden med sin mamma. Albin är glad för lekmaterialet. Han tar fram många bilar, och andra fordon. Det blir så småningom en väldig röra i sandlådan. Modern sätter ett trafikljus på kanten, och vägbommar. Albin sätter bilarna i långa rader och kör dit. Fordonen kommer till trafikljuset, väntar, åker genom bommarna när de går upp (Mamman tar upp och fäller bommarna). Albin har stort tålamod och koncentration. Det är dialog mellan honom och modern. Båda fokuserar på Albins aktivitet. Han tar leken på stort allvar och ger intryck av att det är ett arbete han håller på med medan han kör bilarna på kanten. Det blir ordning i trafiken. Albin och mamman samarbetar. I leken hjälper mamman Albin att reglera det kaos han skapat i sandlådan och som han själv inte har förmåga att strukturera utan stöd. I själva aktiviteten att vara tillsammans på detta sätt, ostörda från andra krav, upplever de båda en glädje. I leken sker en utveckling hos barnet, men också en förändring av mammans bild av sitt barn.

Fortsatt lek: Albin och modern bygger upp ett hem, med många familjemedlemmar och möbler. De hjälps åt att lägga alla familjemedlemmarna i sina sängar, med täcken och madrasser. Albin säger "Natt, natt", modern gör snarkljud.

Fantasilek uppstår i leken, efter att modern reglerat den tidigare kaotiska leken.

I föräldrasamtal senare berättar de: Hemma kan mamman nu bemöta Albin på ett nytt sätt när han är okoncentrerad och svår att förstå. Hon stoppar honom, säger: "Stanna, vänta! Säg vad det är du vill!" och tar ögonkontakt med honom. Hon hjälper honom att uttrycka sig så att hon kan förstå. Hon ger sig inte förrän han har lugnat sig, säger hon. Hon tycker nu att hon orkar med honom helt, det har blivit stor skillnad jämfört med tidigare under hösten då hon kände hopplöshet och inte orkade med hans humör. Mamman har introducerat ett belöningssystem. Albin och hans äldre syster belönas när de har pratat, beskrivit vad de vill, försökt lösa

situationer i stället för att "bara gnälla". Barnen har blivit lugnare.

När det gäller föräldrars roll i behandlingsarbetet har jag sett det som teorin beskriver; den vuxnes mer mogna personlighet träder in och stöttar leken. I den ömsesidiga fantasileken blir upplevelsen "mentalt verklig" för barnet, genom att den delas med föräldern. Så som jag har sett det blir upplevelsen mentalt verklig även för föräldern. När de möts i ömsesidig fantasilek förändras föräldrarnas upplevelse av att vara tillsammans med sitt barn. Det kan vara en upplevelse av delad känsla eller en förståelse för hur man som förälder kan reglera sitt barns beteende. De relaterar både på implicit och explicit nivå, på barnets villkor. I efterföljande föräldrasamtal har föräldrar beskrivit fortsatta interaktioner hemma som tyder på att förälder och barn tagit med sig upplevelser hem, från leken. De kan fortsätta använda dessa i sina fortsatta interaktioner, i lek och i samtal hemma. Deras gemensamma upplevelser av möten i leken finns med i minnet när de samspejar i andra aktiviteter. Deras "sammanslagda" mentaliseringsförmåga har ökat.

### Avslutande reflektion

Vår önskan har varit att fördjupa vår kunskap och lära oss nytt genom att ta del av synen på relationen som verktyg i psykologisk/psykoterapeutisk behandling från olika tidsepoker, främst ur Winnicotts och Sterns perspektiv. Arbetet med artikeln har tagit nya kliv genom de samtal vi fört, samtal som ofta frambringt överraskande aha-upplevelser. Det har blivit uppenbart att en ständigt bearbetning pågår där nyare forskningsfynd läggs till den psykodynamiska grund som byggts och att helheten förändras bit för bit, till gagn för det fortsatta psykoterapeutiska arbetet. Det har fått oss att tänka att kunskapen vidgas och fördjupas på ett kreativt sätt när inte olika synsätt polariseras. Här passar perspektivet med "thirdness" in – det behövs en öppenhet för att något nytt ska kunna födas.

De tidiga psykodynamiska teoretikerna var kliniskt arbetande psykoanalytiker och psykoterapeuter som gjorde sina observationer utifrån patienter. Winnicott var även barnläkare och hade därmed ett stort material av normalutvecklade spädbarn

med förälder i sitt observationsmaterial. Stern deltog i och utvecklade forskningstraditionen med videoteknik som använder sig av normalpopulation för sina observationer. Båda studerade även ett kliniskt material från psykoanalys/psykoterapi.

Vi tänker att de schizoida fenomen som Winnicott, Fairbairn och andra studerade tidigare under 1900-talet (se ovan) kan vara mer tillgängliga för förändring tack vare kunskapsutvecklingen när det gäller de tidiga relationernas inverkan på utvecklingen. Särskilt effektivt kan det vara att hjälpa barn och föräldrar under spädbarn- och småbarnstiden, just när utvecklingen fortfarande pågår så starkt. När barn och föräldrar kan få tillgång till ny implicit relationskunskap och kan hitta ett mer intersubjektivt förhållningssätt i vardagen finns möjligheter till förändrade interaktionsmönster. Detta leder vidare till en mer utvecklingsfrämjande omgivning för barnet.

Olika barn, föräldrar och problem kräver olika terapeutiska förhållningssätt. Hur kan bedömning inför eventuell psykoterapi/samspelebehandling erbjuda ett skraddarsytt behandlingskoncept för enskilda familjer, balanserat efter problematik och familjesammanhang?

Ett exempel är att i samspelebehandling/föräldrabarn-terapi fokusera på det observerade samspelet i föräldrabarn-relationen, parallellt med att man i reflekterande terapeutiska samtal bygger en relation där det finns ett hållande med affektreglering i relationen mellan föräldrar och terapeut. Detta kan hjälpa föräldrarna att se och möta sitt barns starka känslor, och att härbärgera eller integrera sina egna "medhavda" svårigheter som påverkar relationen till barnet. I ett sådant arbete kan videofilmade samspelesekvenser mellan förälder och barn fungera som en möjlighet att upptäcka känsliga punkter i förälderns inre erfarenhet, som kan bearbetas med hjälp av mer reflekterande psykoterapeutiska samtal. Detta är ett av många möjliga sätt att kombinera de arbetssätt som genom teoriutveckling vuxit fram genom tiderna.

Leken, bilden och andra kreativa uttryckssätt inrymmer vägar till relation och tidigt samspel och ger möjlighet till ordlös förmedling av innehåll. Det kan vara ett sätt att nå till tidiga nivåer i relationsutvecklingen i samspelebehandling.

Det finns en växande kunskapsbank, som tillhandahåller möjligheter till skraddarsydda behandlingsformer utifrån behov, allt grundat i en

välbeforskad utvecklingsteori som vi behöver vara mycket rädda om. I dagens barnpsykiatri finns kunskap om de tidiga relationernas betydelse för utvecklingen, och det finns fortfarande sammanhang inom barnpsykiatri där denna kunskap används på ett engagerat sätt. Dock har man förlorat mycket kraft genom att bygga in organisatoriska faktorer som förhindrar ett grundligt arbete med fokus på de enskilda barnens och familjernas behov och relationer. Låt oss använda den värdefulla kunskap som finns i forskningsvärlden och i samhället genom att bygga upp fler kliniska sammanhang. Låt oss även stärka det förebyggande arbetet genom att öka användningen av utvecklingspsykologisk kunskap i vardagen, till exempel i konsultation till förskolan och barnhälsovården.

## Abstract

The following article is a result of a mutual interest in the works of DW Winnicott and DN Stern and the meaning of good-enough interplay between children and parents. We have exchanged thoughts upon theory and clinical experience in a dialogue from our point of views, as practicing and former practicing child- and adolescent psychotherapists. We have been struck by the feeling of richness that has grown out of our voyage within psychodynamic theory. More than differences we have found similarities that seem helpful in our understanding of our clients/patients and of how to approach children and parents in psychotherapy.

**Nyckelord:** Ömsesidighet, implicit relationskunskap, lek, psykoterapi med barn eller med barn och föräldrar.

**Key words:** Mutuality, implicit relational knowledge, play, psychotherapy with children or with children and parents.

## Referenser

- Abrahamsen, G (2014). *Et levende blick. Samspeleobservasjon som metode for læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ainsworthy, M, Blechar, M, Waters, E & Wall, S (1978). *Patterns of Attachment*. Hillsdale: NJ: Erlbaum.

- Ibaum.
- Benjamin, J (1990). An Outline of Intersubjectivity: The Development of Recognition. I *Psychoanalytic Psychology*, 1990, 7(suppl.), 33-46.
- Benjamin, J (2004). Beyond Doer and Done to: An Intersubjective View of Thirdness. *Psychoanalytic Quarterly*, LXXIII, 2004.
- Borg, M (2017). *Leken - en egen verklighet*. Barn- och Ungdomspsykiatri, Stockholms läns landsting.
- Bowlby, J (1969). *Attachment and loss: Vol.I. Attachment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J (1988). *A Secure Base. Clinical Applications of Attachment Theory*. London: Routledge.
- Svensk övers. (1994) *En trygg bas*. Borås: Natur & Kultur.
- Fonagy, P, Gergely, G, Jurist, E & Target, M (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: The Other Press.
- Fonagy, P & Allison, E (2014) The Role of Mentalizing and Epistemic Trust in the Therapeutic Relationship *Psychotherapy* 2014, Vol 51, No 3, 372-380.
- Igra, L (1987). *Objektkonstruktioner och psykoterapi*. Lund: Natur & Kultur.
- Lyons-Ruth, K (1998). Implicit Relational Knowing: It's Role in Development and Psychoanalytic Treatment. *Infant Mental Health Journal*, Vol 19(3), 282-289.
- Remez, A (2010). Parent-infant therapy and the use of the third. *Infant Observation Vol. 13*, No 3, December 2010, 293-307.
- Schore, A (2004) The human unconscious: the development of the right brain and its role in early emotional life. I Green, V. (Ed) *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neuroscience - creating connections*. Hove och New York: Brunner-Routledge.
- Schore, AN (2011) The Right Brain Implicit Self Lies at the Core of Psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 21:75-100.
- Stern, DN (1985/1991) *Spädbarnets interpersonella värld ur psykoanalytiskt och utvecklingspsykologiskt perspektiv*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Stern, DN (2005). *Ögonblickets psykologi - om tid och förändring i psykoterapi och vardagsliv*. Falköping: Natur & Kultur.
- Syrdal Aanderaa AH (2019). Endringsprosesser og endrings-arbeid i tiden rundt fødsel. *Mellanrummet* 2, 2019.
- Tillberg, E (2019). På besök i Sándor Ferenczis villa - en upptäcktsfärd bland minnen i exil och på flykt. *Mellanrummet* 38, 2019.
- Trevarthen, C. (1979) Communication and Cooperation in Early in Early Infancy: A Description of Primary Intersubjectivity. In M.M. Bullowa (Eds) *Before Speech: The Begging of Interpersonal Communication*. New York: Cambridge University Press.
- Tronick E (1998) Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change. *Infant Mental Health Journal*, Vol 19(3), 290-299.
- Winnicott, DW (1960) *The theory of the parent-infant relationship*. In *the Maturation Processes and the facilitating Environment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.
- Winnicott, DW (1969) The Mother - Infant Experience of Mutuality. I Anthony, EJ & Benedek, T (red), 1971. *Parenthood - it's psychology and psychopathology*. Boston: Little Brown.
- Winnicott, DW (1970). Living Creatively, s 39-54. *Home is where we start from. Essays by a Psychoanalyst*, 1986, Great Britain, Pelican Psychology. (Originalarbetet publicerat 1971)
- Winnicott, DW (1971). The use of an object and relating through identifications. I *Playing and reality*. London: Tavistock.
- Winnicott, DW (1983). *Lek och verklighet*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Winnicott, DW (1995). *Lek och verklighet*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Åkerman, A-K (2007). Några tankar om vuxnas roll i barns lek - inom och utanför barnpsykoterapi. *Mellanrummet, tidskrift om barn- och ungdomspsykoterapi*. Nr 17, 2007.

**Maria Borg** är leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi samt handledare. Hon har tidigare arbetat inom Barn- och Ungdomspsykiatri i Stockholm med de yngsta barnen och deras föräldrar, och arbetar nu som förskolepsykolog.

[e\\_maria\\_borg@hotmail.com](mailto:e_maria_borg@hotmail.com)

**Jenny Butler** är leg psykoterapeut med inriktning barn- och ungdom, bildterapeut, socionom och fil mag i socialt arbete. Arbetar i Lund i egen regi med barn, ungdomar och vuxna och är redaktionsmedlem i Mellanrummet.

[jenny.butler24@gmail.com](mailto:jenny.butler24@gmail.com)