

Citat:

NARM har givet os en betydningsfuld tilgang til bedre at forstå børnenes reaktionsmønstre og derved understøtte børnenes trivsel og videreudvikling. I tilgift har det medvirket kraftigt til, at vi kan undgå magtanvendelser

Når overlevelsesstrategien står i vejen

Solsikken gør en forskel – med NARM, den NeuroAffektive Relationelle Model, der er en nøgle til at forstå de overlevelsesstrategier, de traumatiserede børn har udviklet af nødvendighed – men som nu spærrer for deres videre udvikling

Af Tina Pedersen og Tove Mejdahl

Solsikken er et opholdssted for børn i længerevarende anbringelser uden for hjemmet. De børn, som vi er godkendt til, er tidligt frustrerede med de psykiske, sociale, adfærdsmæssige og/eller indlæringsproblemer, som det indebærer. Ligeledes er Solsikken godkendt til børn med tab og traumer, og som kan have været udsat for seksuelle overgreb, omsorgssvigt og fejludvikling.

Vi er specielt gode til at arbejde med særlige psykiske lidelser og tilstande, der kan indebære samarbejde med det psykiatriske hjælpesystem. For tiden har vi tre børn, der er ophørt med medicin for ADHD.

Opholdsstedet ligger i et parcelhuskvarter i Ruds Vedby, og udefra ligner det ikke et institutionsmiljø. Det er en bevidst tænkt ramme, at børnene skal føle at de bor så normalt som muligt. De skal opleve at vokse op i et gennemsnitligt middelklassemiljø, hvor ressourcerne er til stede på en måde, så de ikke oplever, at de skiller sig ud fra alle andre. På Solsikken har vi et stabilt personale, hvor flere har været her i mere end ti år. Det betyder, at vi har et godt kendskab til hinanden og forstår at værdsætte den enkeltes ressourcer, samtidigt med, at vi er gode til at bakke op, når 'livet' udfordrer.

Vores fokus er på at kunne skabe tryghed og være tydelige voksne, som man kan stole på. Vi lægger vægt på et respektfuldt forældresamarbejde. Forældre skal føle sig velkomne på Solsikken, og de bliver altid inddraget i vigtige beslutninger omkring deres barn. Vi anerkender og respekterer, at uanset, hvad der er sket tidligere, så hører børn og forældre sammen, og vi ser forældrene som betydningsfulde i forhold til at forstå og arbejde med barnets tidlige historie.

De børn, som har boet på Solsikken, er altid velkomne også som voksne, og vi ser frem til at holde vores 20 års jubilæum for nuværende og tidligere beboere og personale.

## NARM og de fem livstemaer

Som en del af den faglige bevidstgørelse var det naturligt for os at indgå det store arbejde med at blive akkrediteret, hvilket vi blev i 2012. Det betyder, at Solsikken har dokumentation for vores praksis, og at vi lever op til områdets kvalitetsstandard og har fokus på, at denne kvalitet stadigt udvikles.

Gennem de seneste to år har personalet sammen med supervisor og psykolog Tove Mejdahl arbejdet med Den NeuroAffektive Relations Model, NARM, udviklet af Laurence Heller Ph.D. NARM er en nyudviklet terapeutisk metode, der særligt fokuserer på arbejdet med udviklingstraumer. På Solsikken arbejder vi med metoden ud fra en pædagogisk og behandlingsmæssig tilgang, og vi tror på, at der med udviklingen af 'NARM-pædagogik' ligger et stort potentiale i fremtidigt arbejde med de særligt sårbare børn/unge og deres familier. I NARM opereres med fem udviklingsmæssige livstemaer. Man kunne kalde dem universelle eller arketyperiske temaer, som alle mennesker bliver præget og udfordret af gennem deres udvikling. Til hvert af udviklingstemaerne hører centrale ressourcer, der er afgørende for evnen til selvregulering, og vores evne til at være autentisk til stede i nuet.

- **Kontakt.** Vi *#hører#* til i verden. Vi *#er i kontakt#* med vores krop og følelser, og vi oplever os forbundne med os selv og andre.
- **Afstemning.** Vi kan afstemme os med vores behov og følelser, og vi kan række ud efter og modtage fysisk og emotionel omsorg.
- **Tillid.** Vi er i stand til at indgå i sund afhængighed og samhørighed.
- **Autonomi.** Vi kan sætte passende grænser, sige nej og åbent udtrykke, hvad vi har på hjerte uden skyld og frygt
- **Kærlighed-seksualitet.** Vores hjerte er åbent, og vi er i stand til at integrere et kærligt forhold med en vital seksualitet.

I det omfang, at disse fem grundlæggende livstemaer kan udfoldes, oplever vi os i balance. Vi føler os trygge og tillidsfulde i vores omgivelser. Vi oplever et *#flow#*, der gør det let at være i kontakt med os selv og andre. Vi mærker en følelse af kropslig regulering og ekspansion. Når disse livstemaer ikke kan udfoldes, udvikler vi forskellige overlevelse strategier, som har til formål at opnå *#kontrol#* og forsøge at håndtere dys reguleringen i vores nervesystem.

## Overlevelsestrategier

Terapi på et psykodynamisk grundlag har tidligere mest været orienteret mod at identificere patologi og fokusere på problemer. I behandlingssystemerne og i psykiatrien, har man således været vant til at se og forklare børnenes problemer som intra psykiske 'fejl' i individet set isoleret fra sammenhængen og ofte ud fra et indforstået normalitetsbegreb.

Med NARM får vi en meget mere konstruktiv tilgang til de behandlingskrævende børn, idet vi får en forståelse for, at de har udviklet særlige måder at overleve på, som har været helt nødvendige i deres opvækstmiljø; men som giver dem problemer, fordi resten af samfundet ikke fungerer efter deres 'indre' spilleregler.

Grundlæggende kan de fleste psykologiske og mange fysiologiske problemer spores tilbage til en forstyrrelse i en eller flere af de fem organiserende udviklings temaer som blev beskrevet ovenfor. De problematiske symptomer relaterer sig til en særlig 'overlevelsesstil'.

I første omgang repræsenterede disse måder at overleve i verden på 'succes', ikke patologi. Men da hjernen bruger fortiden til at forudsige fremtiden, skaber disse overlevelsesmønstre, som er fixeret i nervesystemet, en tilpasset, men falsk identitet. Overlevelsesstilen passer til fortiden; men den forvrænger de nuværende erfaringer og skaber symptomer.

På Solsikken ser vi ikke personalet som fundamentalt anderledes end børnene, for vi har også hver især ud fra egne opvækstvilkår udviklet forskellige overlevelsesstrategier, som særligt bliver aktiveret, når vi kommer under pres. Personalet på Solsikken arbejder derfor meget bevidst med egne automatiserede mønstre, fordi vi ser det som en helt nødvendig del af det behandlingsmæssige arbejde.

#### Fra overlevelse til udvikling

Vores bestræbelse er at indgå i ligeværdige og anerkendende relationer til vores børn, forældre og med hinanden, og der finder vi hjælp og inspiration i NARM.

I NARM lægges vægt på at arbejde med styrkeområder såvel som med symptomer. Man orienterer sig mod ressourcer, både interne og eksterne, for at støtte udviklingen af en øget kapacitet til selvregulering.

Med NARM får man en metode til hurtigt at kunne spotte, hvilke gentagemønstre børnene gang på gang støder ind i, samtidig med at man effektivt bliver i stand til at hjælpe børnene ud af oplevelsen af, at der er noget fundamentalt i vejen med dem.

Metoden er ressourceorienteret, ikke-regressiv og vægten lægges på at hjælpe børnene med at etablere forbindelse til de dele af 'selvet', der opleves organiserede, sammenhængende og funktionelle. Herfra er det muligt at bringe opmærksomheden til de mere desorganiserede, dysfunktionelle dele uden at børnene regredierer og uden, at det bliver den primære fokus. Vi forholder os til det hele menneske, og arbejder meget bevidst med sansning/nervesystem (Neuro..), følelser (Affektive..) og det Relationelle felt.

NARM har givet os en betydningsfuld tilgang til bedre at forstå børnenes reaktionsmønstre og derved understøtte børnenes trivsel og videreudvikling. I tilgift har det medvirket kraftigt til, at vi kan undgå magtanvendelser.

#### Brændstof

Afslutningsvis vil vi fremhæve, at de grundlæggende værdier for opholdsstedet Solsikken ikke har forandret sig; men vi udvikler os hele tiden, og vi finder det udfordrende at være på forkant med de nyeste psykologiske og pædagogiske tiltag.

Vi er stolte af at kunne medvirke til at NARM også udvikles til en pædagogisk/behandlingsmæssig tilgang i arbejdet med vores sårbare børn og deres forældre, og vi kan fuldt ud tilslutte os følgende citat fra NARM's udvikler:

'I os alle er der en spontan bevægelse hen imod at føle sig forbundet med nogen og imod sundhed. Ligeegyldigt, hvor tilbagetrukne og isolerede vi er blevet, eller hvor alvorlige traumer

vi har oplevet, vil der i hver af os, 'som en plante spontant bevæger sig mod solen', være en impuls, der går mod oplevelsen af at kunne være i kontakt med os selv og med andre. Denne impuls er 'brændstof' for den NeuroAffective Relationel Model (frit oversat fra [www.drLaurenceHeller.com](http://www.drLaurenceHeller.com)).

*Indlægget er skrevet af souschef Tina Pedersen og psykolog Tove Mejdahl i samarbejde med Solsikkens personale – læs mere om stedet på [www.solsikken13.dk](http://www.solsikken13.dk)*

*Reference: Laurence Heller og Aline LaPierre: Udviklingstraumer. Udkommet på Hans Reitzels Forlag, 2014*