

AFSNIT 4 – Minding the baby

Medvirkende

- Anne Blom Corlin, Cand.psych.aut. Refleksivt Forum (ABC)
- Stinne Nygaard Andersen, familierapeut, Tidlig Indsats – Vuggestedet, Familier, Børn og Unge, Socialforvaltningen, Aarhus Kommune (SNA)
- Helle Skovgaard, familierapeut, Tidlig Indsats – Vuggestedet, Familier, Børn og Unge, Socialforvaltningen, Aarhus Kommune (HS)

Produktion

- Vært og tilrettelæggelse: Astrid Bruun Bonnén (ABB)
- Musik og lyddesign: Thomas Banke Brenneche
- Podcasten er produceret af GoLittle Creative for Social- og Boligstyrelsen

INTRO: Det er der med også at begynde at virkeliggøre det der barn, der er inde i maven. Ved du, om det er en lille pige eller en lille dreng? Har du egentlig overvejet, hvad den skal hedde? Har I fundet et navn? Hvad kan barnet høre? Mors stemme, de kan begynde at synge - så det er der med også at komme helt ned i de små ting sammen med familien i graviditeten.

Hvad er det for nogle ønsker, de har for deres barn? Hvad for et barn kunne du ønske dig, du så havde? Hvad ville være kendetegnende ved hende?

ABB: En trygt tilknytning tidligt i det lille barns liv er afgørende for barnets udvikling, trivsel og læring. Og netop den tidlige tilknytning er også omdrejningspunktet i den toårige hjemmebaserede indsats Minding the Baby, hvor et tværfagligt team yder hjælp og støtte til forældre i sårbare positioner.

Formålet med den tidlige indsats er at give det lille barn en trygt start på livet.

Men hvad præcis går Minding the Baby-metoden ud på?

Hvordan foregår et Minding the Baby-forløb i praksis?

Og hvilken forskel kan et Minding the Baby-forløb gøre for familier i sårbare positioner?

Alt det bliver du klogere på i det her afsnit af "En trygt start på livet."

En podcast, der er produceret af GoLittle Creative fra Socialstyrelsen, og som formidler viden om barnets første tusind dage - ligesom du i afsnittet her også får forskningen bag metoden samt konkrete erfaringer fra arbejdet med netop Minding the Baby.

Mit navn er Astrid Bruun Bonnén, og i afsnittet her medvirker en faglig ekspert samt to fagpersoner, som sammen og med hver sin faglige profil har Minding the Baby-forløb.

Sammen vil de tre formidle nyeste forskning og praksis-erfaringer fra arbejdet med netop Minding the Baby.

ABC: Jeg hedder Anne Blom Corlin, og jeg er psykolog, specialist i psykoterapi, og har været psykolog i 16 år.

Jeg har igennem årene beskæftiget mig rigtig meget med forældreskab, også når det er sårbart. I forhold til Minding the Baby-programmet og andre mentaliseringsbaserede metoder og tilgange så er det noget, som fylder meget af mit arbejdsliv. Jeg har i en hel del år været med til at prøve at implementere programmer som Minding the Baby, men også andre programmer her i Danmark, som er mentaliseringsbaserede.

SNA: Jeg hedder Stinne Nygaard Andersen og er uddannet socialrådgiver for 15 års tid siden. Jeg arbejder til daglig på Vuggestedet, som er Aarhus Kommunes tilbud for gravide og med børn op til 3 år. Jeg arbejder i Minding the Baby som familieterapeut, men også som supervisor og til dels underviser.

HS: Jeg hedder Helle Skovgaard og er oprindelig uddannet sygeplejerske og har arbejdet 13 år som sygeplejerske på den afdeling med for tidligt fødte og syge nyfødte og arbejdet med forældre, når de bliver forældre.

Jeg har hele mit arbejdsliv haft særligt fokus på baby og overgangen til at blive forældre og forældreskabet. Jeg har været med i Minding the Baby, siden vi startede i Aarhus Kommune i 2018 og arbejder til daglig sammen med Stinne her i Vuggestedet. Jeg er ligesom Stinne også med i den danske gruppe, hvor vi er med til at uddanne og supervisere andre Minding the Baby praktikere.

ABB: Og med det tager vi hul på afsnittet og det første spørgsmål, som er: "Hvad går Minding the Baby-metoden ud på?"

ABC: Minding the Baby er et amerikansk program, som er udviklet 20 år tilbage af professorerne Lois Sadler og Ariette Slade fra Yale Child Study Center, og det er et program, som vi her i Danmark prøver at få erfaringer med og har gjort det tilbage fra 2017.

Hvis jeg skulle prøve kort at sige, hvad intentionerne er med programmet, så kan man sige, at Ariette Slade og Lois Sadler, de var rigtig optaget af i USA at lave en indsats til udsatte, sårbare familier, som kunne bedre ramme den målgruppe, fordi noget af det, vi ved med den målgruppe, er, at de har ofte psykologiske problemer, de har sociale vanskeligheder, men de har også somatiske vanskeligheder. Og på daværende tidspunkt så var der programmer, der takkede ind i forhold til det psykologiske, eller som ramte ind på det somatiske eller ind på det sociale, men der var ikke ét program, der samlede alle de indsatser, som udsatte familier netop har brug for.

Så deres ærinde var egentlig at prøve at lave et mere tværfagligt, familiebaseret program til en målgruppe sårbare forældre, som selv ofte har traumer og omsorgsvægt med i bagagen, og som også har svært ved det her med at forstå sit barn indefra.

ABB: Minding the Baby er et forskningsbaseret og tværfagligt familiebehandlingsprogram, som har til formål at styrke tilknytningen mellem sårbare forældre og deres børn.

Det tværfaglige team består typisk af en familieterapeut og en sundhedsplejerske, som følger familien tæt.

Et Minding the Baby-forløb begynder mellem andet og tredje trimester før fødslen og slutter, når barnet er fyldt to år, og undervejs i forløbet besøger de fagprofessionelle familien i hjemmet en gang om ugen, hvor forældrene får hjælp til at mentalisere - altså forstå barnets signaler og adfærd.

Samtidig får forældrene også hjælp til at reflektere over egne reaktioner på barnet, ligesom de også får vejledning og støtte, hvis de har udfordringer med f.eks. sundhed, bolig eller økonomi.

Minding the Baby-metoden er udviklet af forskere ved Yale University, og i Danmark afprøves metoden lige nu i ni kommuner.

Forsøget med Minding the Baby i Danmark sker i et samarbejde mellem Yale University og Metodecenteret og er støttet af den A.P. Møllerske Støttefond og af Socialstyrelsen.

På et Minding the Baby-forløb lærer forældrene altså at mentalisere.

Det betyder, at man som forældre lærer at forstå barnets signaler og forstå, hvad der sker inde i barnet, og hvad han eller hun har behov for - som Anne Blom Corlin her uddyber.

ABC: Når vi taler om det nu, så vil de fleste nok tænke, "er det ikke det, vi gør?", fordi det for langt de fleste forekommer intuitivt, så noget vi ikke tænker, at vi faktisk gør. Så det jeg prøver at sige, det er, at vi overvejer ikke særlig bevidst tit, at vi faktisk er opmærksomme på, hvad sker der inde i mit barn lige nu, hvorfor er det, at mit lille barn ikke kan sove, hvorfor er det, at hun er ked af det og utrøstelig, eller hvorfor er det, at hun begynder at vågne mange gange om natten.

Så inde i forælderskabet handler mentalisering om den her manøvre, hvor vi prøver at forestille os, hvad der er på indersiden af barnet. Så det handler om at have barnets sind på sinde, men også sit eget - og have en opmærksomhed på de følelser, tanker og indre bevæggrunde, intentioner, jeg har, hvordan er det, at de farver mit barns sind, og mit barns sind, hvordan er det egentlig, det påvirker mig?

ABB: Og de familier, som i Mining the Baby-forløbet skal lære at mentalisere, det er familier, hvor moren og faren ofte selv har noget med i rygsækken, der kan påvirke forælderskabet - som både Helle Skovgaard og Stinne Nygaard Andersen, der sammen har Mining the Baby-forløbet i Aarhus Kommune, her uddyber.

HS: Det er de familier, som på en eller anden måde har noget med i rygsækken fra deres egen barndom og opvækst, som kan komme til at spænde ben, når man selv skal være mor og far.

Så den der sårbarhed i at selv have noget, hvor det at blive mor og far måske kan være rigtig udfordrende. Fordi for alle er det jo en overgang og en kæmpe udvikling og forandring at blive forældre - men når man selv har noget med, så kan det blive særligt sårbart og særligt udfordrende. Så det er jo nogen, som på en eller anden måde er henvist fra en familierådgiver til at tage imod et behandlingsforløb.

Og så kan man jo sige, at det her med, når man siger ja tak til Mining the Baby, så siger man også ja tak til to og et halvt år. Og det kan for mange til start virke enormt skræmmende. Hvad skal vi med nogle familiebehandlere, en sundhedsplejerske og en familierapeut i to og et halvt år? Og så vil jeg bare sige, med erfaring af at have arbejdet med de her familier i to og et halvt år, så er det aldrig blevet sådan, at man har tænkt, ej, hvad skal vi nu finde på? Fordi netop den der relation, man får i at være sammen med nogen i så lang tid, er for rigtig mange af de familier, vi arbejder med, også helt særligt nyt. Fordi de har også mange brudte relationer i deres liv.

SNA: Ja, så det er også tit en målgruppe, som ikke har haft nogen fast tilknytning til arbejdsmarkedet. Mange af dem har stået udenfor et arbejdsliv i mange år. Så de har noget med sig, både i deres fortid, en del har haft en eller anden form for misbrug, som også har vanskeligt gjort deres liv.

Så man kan sige, det er mennesker, der har noget med sig i bagagen, men som virkelig gerne vil være forældre, og som har et stort ønske om at skabe en familie og nye måder at være familie på end noget af det, de selv har haft med sig.

ABB: Og netop det med at bryde med gamle mønstre, det er også et af målene med Minding the Baby-metoden, som Anne Blom Corlin, der er faglig ekspert og supervisor, her supplerer med.

ABC: Et af de afgørende principper i programmet, og et af de mål, som programmet også har, det er jo i høj grad at fostre trygt tilknytning hos børn. Altså så ambitionen er faktisk at bryde nogle af de her intergenerationelle links, som vi ved, der eksisterer i tilknytning. Og forældrene, vi snakker om her i dag, mange af dem, de har utrygge tilknytningserfaringer med sig i bagagen. Og forskningsmæssigt ved vi, at der er en stor statistisk sandsynlighed for, at de kan overføre det samme mønster til barnet. Og når vi gerne vil sikre børn komme i bedre trivsel, så noget af det, vi gerne vil håbe at give dem, det er at give dem trygt tilknytning med sig.

ABB: Spørgsmål nummer to: "Hvordan foregår et Mining the Baby-forløb i praksis?"

SNA: Typisk vil vi starte et Mining the Baby-forløb med at have et opstartsmøde, hvor en rådgiver for familieafdelingen, det kan også være en jordemor, hvis den er visiteret via sundhedsloven, men vi har som regel et opstartsmøde, hvor vi lærer familien at kende, fortæller lidt omkring, hvad er Mining the Baby, hvad er det, vi skal samarbejde om, og det er jo at sikre, at I får den bedst mulige start som en lille familie på tre.

Så har vi som regel i graviditetsfasen, hvor vi laver de her PI - pregnancy interview - altså graviditetsinterview, hvor vi går rundt omkring og interviewer familien omkring, hvordan opdagede du, at du var gravid, hvordan reagerede dine partner på, at du var gravid, hvordan er det for dig, hvordan oplevede dine omgivelser det, at du nu var gravid, hvad håber du på? Og fordi det giver sådan en lille fornemmelse af, er der allerede en spirende tilknytning til barnet i maven, eller er det virkelig underligt, fordi det var ikke planlagt, at graviditeten kom. Så vi får sådan en rigtig fin fornemmelse af forældrene.

Så laver vi genogram med dem, forstået på den måde, at vi prøver at tegne, hvad er det, de kommer fra, hvad er det for en familie, de selv er opvokset i, hvad for nogle stemninger var der i det hjem, hvordan løste man konflikter, hvem trøstede dem i familien? Så vi kigger lidt på, hvad er det for nogle værdier, som jeg som mor eller far rigtig gerne vil have med mig ind i min nye familie, og hvad ønsker jeg at lade ligge tilbage i den gamle. Fordi det giver sådan et godt samtaleemne, også parret imellem omkring, hvad er det egentlig for en familie, vi håber på, vi kan skabe.

ABB: Og udover opstartsmødet og graviditetsinterviewet i begyndelsen af forløbet, som Stinne Nygaard Andersen beskriver, så hjælper det tværfaglige team også forældrene med at virkeliggøre det lille barn inde i maven, som Helle Skovgaard her fortæller.

HS: Og det der med også at begynde sådan at virkeliggøre det der barn, der er inde i maven. Hvad kan barnet høre? Mors stemme, de kan begynde at synge, så det der med også sådan at komme helt ned i de små ting sammen med familien i graviditeten.

Altså nogle gange så snakker vi sådan lidt om, har du nogen forestilling om hvordan den kan se ud nu? Og ved du, om det er en lille pige eller en lille dreng? Har du egentlig overvejet, hvad den skal hedde? Har I fundet et navn? Hvad tror I, det er for en? Hvordan mærker du den? Hvordan er det at mærke den? Føles det rart? Kilder det? Er det faktisk ubehageligt? Fordi der er jo også nogen, der synes, det er rigtig, rigtig ubehageligt at mærke det der. Og så kan vi også snakke om det, fordi der er faktisk ikke noget, der er forbudt at sige, at det der med hvis man synes, det er rigtig ubehageligt at mærke, og man synes ikke, det er en rar fornemmelse at være gravid, så taler vi om, så hvordan er det, at det minder dig om et eller andet? Hvad føler du lige nu? Hvordan kan vi måske begynde at gøre det lidt mere behageligt? Hvordan kan far blive måske lidt mere optaget af den der gravide mave? Hvordan skal han forstå den der gravide mave? Så hele tiden sådan prøve at være i det nære sammen med dem.

ABB: Minding the Baby-forløbet begynder altså allerede under graviditeten. For mens det lille barn stadig ligger i maven, så forbereder forældrene sig på at blive forældre, både hormonelt, hjernemæssigt og psykologisk.

Og netop det gør graviditeten til et unikt tidspunkt at arbejde med forældrene, som Anne Blom Corlin her uddyber.

ABC: Det er også et af de unikke karakteristika ved Minding the Baby-programmet, at det netop starter i graviditeten. Og her kunne vi jo bruge forskellige terminologier, forskellige forståelser. Daniel Stern, som også er en forsker og psykolog, har brugt det her "motherhood constellation", og det handler egentlig om, at når man er gravid og i gang med at skulle forestille sig at blive parat til et barn, så ved vi psykologisk set, så sker der rigtig meget med en. Det gør der hormonelt, det gør der hjernemæssigt, men det gør der også psykologisk. Det her med, at man gør sig klar, og man begynder at forberede sig. Det er en kæmpe omvæltning, som er forbundet med stor grad af usikkerhed - og også jo tættere på man kommer på fødslen, jo mere er der noget, der tyder på, ens forsvarsværker også kan blive mere sorgbare, hvilket er faktisk hensigtsmæssigt, fordi man skal prøve at tune sig ind på et lille væsen, der ikke har logik eller ikke har det sprog, som vi normalt kommunikerer i.

Så det at Minding the Baby faktisk starter på det her tidspunkt, det er faktisk der, hvor vi ved ret meget om, at her er der en anden parathed, sensitivitet og åbenhed for faktisk også at tage imod ny læring. Så det gør, at der kan være nye veje, men også nye muligheder for faktisk at ændre på noget, som man tidligere måske har haft rigtig svært ved eller ikke synes, man er lykkes med.

ABB: Efter barnet er kommet til verden, er det tværfaglige time sammen med familien i familiens hjem i gennemsnit en gang om ugen. Men nogen forældre kan undervejs have brug for ekstra støtte og vejledning udover det - f.eks. til udfordringer med sundhed og parforhold, som Anne Blom Corlin her forklarer.

ABC: Man kan sige sådan helt, hvordan er det egentlig, programmet er bygget op? Der er jo nogle tanker om hyppighed og varighed og hvor lang tid. Og man kan sige, at på rammeplan, så er det sådan, at teamet skiftes, indtil barnet er et år, med at komme gennemsnitlig en gang om ugen. Derovre har man også kontakt og deslignende gennem telefon, sms, mail og så videre.

Når barnet bliver omkring et år, så prøver man at bevæge sig over en hyppighed, hvor det mere er hver 14. dag, man kommer på skift. Nogle gange kommer man så også sammen.

Men det her er jo sådan overordnede træk, fordi så er der nogle forældre, der i perioder har brug for meget mere end det. Så der er fleksibilitet ind i, at man jo netop kan give sin støtte og hjælp. Mere fleksibel, hvis mor har en krise. Mor og far, mange af dem har jo også brudte parforhold. Mor har det skidt, fordi at far

ikke længere vil være kæreste. Alt det der kan være. Eller far har det skidt, fordi at hans ADHD virker virkelig til at have fat i ham nu, så hans støjenrytme er virkelig dårligt, og de skændes hele tiden. Så der er plads til, at teamet kan komme hyppigere end den ene gang.

Men det er sådan udgangspunktet, indtil barnet er omkring et år.

ABB: Og udover at have tæt kontakt med familien, så har teamet, der følger forældrene og barnet i forløbet, også hver deres faglige profil. Og netop det med at det er et tværfagligt team, der møder forældrene, det har stor betydning - som både Helle Skovgaard og Stinne Nygaard Andersen, der sammen har Minding the Baby-forløb i Aarhus Kommune, her fortæller.

HS: Jeg synes jo, det er en kæmpe gave, at man får lov til at have sådan et helhedssyn på familien. Sådan så det er, at man både har på den fysiske sundhedsdel, og at man også har på den mentale sundhedsdel. At det der med faktisk også at være optaget af, hvad er det for en krop, hvordan er det, man har det med sundhed, hvordan er det, man bruger motion, hvordan er det, man spiser, hvordan er det, man sover. Altså det der med, at vi også får en helhed ind i det, fordi det er jo også nogle gange noget af det, der er rigtig vigtigt, at man lærer noget nyt om det, når man skal være forældre.

SNA: Jeg tænker, det er en kæmpe gave, fordi vi har hver vores perspektiver på familien. Så det her med, at jeg nogle gange kan tænke ét i forhold til et lille barn. Jeg kan tænke, det kan være, at barnet ikke er blevet stimuleret nok, så kan jeg stille min nysgerrighed over til Helle, og vi kan snakke sammen, og Helle kan tænke, nej, det kunne også handle om noget mere fysisk på barnet, der gør, at barnet lige nu ikke ses helt så vitalt, som det plejer at gøre.

Så det der med, at vi kan have en nysgerrighed både som faggruppe og som team, som vi kan dele med forældrene. Lad os lige kigge, at vide, gad vide hvad det her kan handle om.

ABB: Når Helle Skovgaard og Stinne Nygaard Andersen så kommer hjem til familien undervejs i forløbet, så er en af deres første opgaver som behandlere at få en fornemmelse af, hvordan forældrene har det - og hvis der er brug for det hjælpe og støtte dem. På den måde kan forældrene nemlig bedst muligt selv relatere sig til deres barn, som Stine Nygaard Andersen her uddyber.

SNA: Noget af det, der også er vores opgave som behandlere, er at prøve at få forældrene i ro først, så det bliver muligt for dem at se, hvad barnet har brug for.

Vi bruger tit, når vi er ude på hjemmebesøg, det der med at lige få en, inden man går ind ad døren, lige mærke, hvordan er det lige hos mig selv. Er jeg i ro, så jeg kan komme ind med et roligt nervesystem til de her forældre? Og så lige lave en tjekker, når man kommer ind ad døren, hvordan er stemningen i hjemmet? Er der brug for noget, der lige skal i ro? Eller kan vi gå lige på til samspil? Eller at kigge på barnet sammen? Så det er sådan en afvejning. Og jeg tror, noget af de ord, jeg bruger allermest, det er det her med at tænke, det første, vi skal sammen, og jeg skal sammen med forældrene først og fremmest, det er at regulere. Fordi vi ved, at hvis forældrene er helt oppe at køre over et eller andet, hvis der har været en konflikt, eller hvis de kommer lige fra sofaen og er næsten helt søvndyssende, så skal vi lige have lidt gang i kroppen, eller berolige kroppen lidt, fordi så kan man bedre bruge sin refleksion.

Så det er noget af det, vi er optaget af. Så regulere, og så skal vi relatere os til forældrene, så vi til sidst kan få dem til at reflektere omkring, hvad er det, deres barn har brug for? Hvad er det, deres barn venter på? Hvad er det, barnet prøver at fortælle eller vise dem?

ABB: Og netop det med, at fagteamet støtter og møder forældrene, så de i sidste ende kan møde det lille barn i dets behov og sikre dets trivsel, det er også et vigtigt element i Minding the Baby-forløbet, som Anne Blom Corlin her uddyber.

ABC: Vi vil jo rigtig gerne have, at det er barnet, der kommer i trivsel. Det er forældreskabet, det handler om. Men for at barnet skal komme i trivsel og få det, som barnet har brug for, så skal mor og far også mærke, at der er et Minding the Baby-team, der også har dem på sinde og prøver at regulere dem, prøver at skabe en relation til dem, prøver at hjælpe dem med det, som de har brug for hjælp til. For derigennem er det jo noget af det, som ofte er slutproduktet. Det er jo, at forældrene - det viser programmet også - især de forældre, som har sværest ved at mentalisere, dem, som ikke har så høj uddannelse, det er faktisk dem, der profiterer mest af at blive mødt på den her måde. Og som i sidste ende også kan udvikle bedre mentalisering i forhold til deres barn.

ABB: Helle Skovgaard, der har Minding the Baby-forløb i Aarhus Kommune, supplerer med, hvorfor tilliden mellem fagteamet og forældrene er afgørende for det videre forløb.

HS: Jo mere kendskab vi får til dem, som du også snakker om, Anne, med at få tillid, jo mere kendskab, jo mere tillid de får til os, kan vi også komme til at snakke om noget af det, der måske er med fra egen fortid, som kan komme til at spænde lidt ben eller blive en barriere i nutiden i forhold til ens eget forældreskab.

Og med den tryghed og den ro, og det der med, at vi kan vende tilbage, jeg kan se det fra sådan lidt nogle gange et sundhedsfagligt synspunkt, så kan jeg gå tilbage til Stinne, min kollega, som er den mere mentalfaglige del, og sige, vi har snakket lidt om det her, hvis I nu skal snakke lidt om det, kan du så prøve at spørge ind til det på en anden måde, så det der med, at vi også kan være omkring forældrene og se på lidt forskellige måder i, hvordan er det, det her ser ud nu.

ABB: Tilliden mellem behandlerne og forældrene giver altså plads til at tale om det, forældrene selv har med i bagagen, og som måske kan spænde ben for forældreskabet. Traumer fra tidligere livet kan nemlig gøre det svært at skabe tætte relationer til barnet, som Anne Blom Corlin her uddyber.

ABC: Noget af det, som de amerikanske skabere af programmet, Arietta Slater og Lois Sadler, undervejs i deres arbejde med programmet, med at udvikle det i USA, noget af det, som de også er begyndt at få mere og mere erfaring og ord for, det er egentlig, at målgruppen, som vi snakker om her, de forældre, mange af dem, de kan egentlig også rubriceres under den kategori, vi kan kalde komplekse traumer.

Altså det vil sige, at hvor svært det kan være at stå med et utrøsteligt barn, når man meget nemt går i fight, flight eller freeze, og tærsklen dertil er meget mere nedsat, når man har gentagende oplevelser, omsorgsvigt og traumatiske situationer med sig i bagagen, som det komplekse traumer også handler om. Så man har ofte svært ved at regulere sig, man har ofte en meget ringe-agtende opfattelse af sig selv og andre, og man har ofte svært ved at have nære, tætte relationer. Og det er jo lige præcis noget, det et lille barn har brug for.

Det har brug for intimitet, det har brug for nogen, der er mere rolige og kloge og mere ansvarlige. Men det er jo lige præcis noget af det, som de gerne vil lære, men også noget af det, som er rigtig, rigtig svært.

SNA: Ja, så kan man ikke sige, Anne, at der er rigtig mange af de her forældre, som ikke selv har haft en tryk relation i deres liv, eller en forudsigelig person, og det er noget af det, os behandlere virkelig prøver at være og modellere. Så vi hele tiden er forudsigelige, de kan stole på det, vi siger og det, vi gør, og vi prøver at skabe en tryk mellem forældrene og os, så de kan videregive det samme til deres børn. For det er det, vi jo rigtig gerne vil, at de her børn kommer ind i en tryk tilknytning til deres forældre. Og det er det, vi også prøver at modellere hele tiden.

ABB: Og med tilliden mellem behandlerne og forældrene på plads er der rum og mulighed for at arbejde med den vigtige mentalisering mellem forældrene og det lille barn.

Og hvordan fagteamet gør det, fortæller Helle Skovgaard og Stinne Nygaard-Andersen her.

HS: Jeg kan sige, at jeg er rigtig meget sammen med forældrene om, og tit og ofte er det jo mor, der har orlov, men så er jeg jo sammen med mor om at være sammen med barnet. Så det der med at være nysgerrig på, hvad tror du, når hun gør sådan der, har du nogen idé om, hvad kan det være, hun gerne vil? Er det, fordi hun er sur, eller er det, fordi hun bliver frustreret?

Hvad tænker du, når hun siger den der lyd? Og så snakker vi lidt om, at små børn har jo aldrig nogen dårlige intentioner eller dårlige hensigter. At det der med, at de er jo bare frustreret nogle gange, fordi de ikke ved, hvad det er, de skal, så hvordan kan man som mor være med til at skabe tryghed og faktisk også robusthed ved at kunne lære sit barn, når det er, at det skal sove for eksempel - fordi rigtig mange børn kan jo se ud, som om de ikke vil sove. Fordi de har jo lært, at det er mega sjovt at være vågen, og der sker en masse, så derfor, hvis jeg falder i søvn, så oplever jeg jo ikke noget.

Men det der med at kunne være sammen med dem om, ja, det er godt nok sådan, hun ser ud, og det er også det, hun egentlig protesterer over, men alligevel så er du moren, og du ved faktisk, at hun har brug for at få noget sammenhængende søvn, fordi det har hendes lille hjerne brug for, når den skal udvikle sig.

Nogle gange kan man jo også som forældre komme lidt i tvivl. Du kommer faktisk lidt i tvivl om, om det er det her, dit barn vil. Vi prøver alligevel lige, fordi vi ved jo alle sammen godt, at når det lille barn begynder at græde, så bliver vi alle sammen mega hektiske, fordi gråd, det stresser, og det skal det gøre.

Så på den måde, så er der jo noget i det her med, også at snakke med dem om, selvom man er mor og far, så kan man ikke altid få gråd til at forsvinde. Men hvordan kan du så være sammen med dit barn, sådan at barnet lærer, at selvom jeg er ked af det, og det hele føles fuldstændig uoverskueligt, så er min mor og min far, og de vil gerne være sammen med mig.

SNA: Man kan sige, at nogle gange kan de jo ikke altid.. så er de jo ikke der, hvor de kan reflektere. Så er det at starte et andet sted i forhold til at starte med, hvad mærker du lige inde i lige nu? Hvad for nogle følelser kommer du i kontakt med? Hvad tror du dit barn mærker? Så det der med, at vi har ingen forventninger om, at forældre i Minding the Baby kan det her fra start af - så vil det på en måde ikke give mening - men at vi kan nå derhen, hvor de til sidst kan, når der er noget, de ikke forstår, enten hos dem selv eller hos barnet, de så lige kan stoppe op og ikke bare reagere på adfærden, men kan nå at standse op og tænke, "gad vide hvad mit barn prøver at fortælle mig her?"

ABB: Og netop det at lære, hvad ens barn prøver at fortælle en - altså lære at mentalisere barnet - det er afgørende for at give det lille barn en tryk start på livet, som Anne Blom Corlin, der er faglig ekspert og supervisor, understreger.

ABC: For børn og for såvel også os, når vi bliver større, er der ikke noget så tryghedsskabende, som at blive mødt indefra. Det at møde omsorgspersoner, forældre, dem som børnene jo knytter sig allermost til, og dem som der skal sikre deres psykologiske og fysiologiske sikkerhed, det at der er nogen, der forsøger, det kan man ikke altid, hverken hos forældre, der har nemmere ved at være mentaliserende, så det er dødsvært. Men det at mærke, at der faktisk er nogen, der prøver at forstå mig, der er faktisk nogen, der prøver at forstå mine intentioner. Der er faktisk også nogen, der prøver at hjælpe mig med det her ubehag, jeg har i kroppen lige nu. Og der er faktisk også nogen, der prøver at finde ud af, hvad er godt for mig lige nu. Det er noget af det, der i høj grad avler en tryghed - både til at andre vil mig det godt, helt basalt, og

også avler en god selvfølelse indeni, "jeg er sådan en, der faktisk er værd at trøste. Jeg er faktisk sådan en, der er værd at være nysgerrig på." Så det skaber også en oplevelse indenfor af, sådan et menneske er jeg.

ABB: Spørgsmål nummer tre: "Hvilken forskel kan et Minding the Baby-forløb gøre for familier i sårbare positioner?"

ABC: Min tanke er, og det er der faktisk også noget, der underbygges forskningsmæssigt, det er, at vi vil jo rigtig gerne i de familier, vi snakker om, hvor der er tilbøjelighed til, at traumer og omsorgsvigt kan gå på tværs af generationer og gentages, så vi vil jo gerne bryde det her.

Og der er faktisk noget, der tyder på, at Netop Mining the Baby med den lange indsats, med den tålmodighed og med den tværfaglighed, som forældrene hjælpes med, kan være med til netop at bryde nogle af de her arvelige, og også de her ting, der går på tværs af generationer i forhold til at forældrene i mindre grad netop overfører de traumer, de selv har oplevet, på deres børn.

Så det ser ud som om, at netop at arbejde på den her tålmodige, længevarende, mentaliserende måde er med til at installere nye erfaringer, nye kompetencer, som gør, at de i højere grad ikke overfører samme skræmmeoplevelser til deres børn, som de selv har oplevet. Og det er ret betydningsfuldt.

ABB: Og at Minding the Baby-forløbet styrker forældrene og i sidste ende det lille barn, det er også de erfaringer, som Stinne Nygaard Andersen og Helle Skovgaard har efter deres arbejde med Minding the Baby-forløb i Aarhus Kommune.

SNA: Jeg synes, det er meget rørende at se, hvordan forældrene virkelig vokser, både personligt, men også som forældre i løbet af de her to år. Og jeg tror, noget af det, jeg særligt synes giver mening, det er det her med at se nogle af de beskyttelsestrategier, de har haft i livet og overlevelsestrategier, de har haft i livet, hvordan, fordi vi netop har så lang tid, jo i starten nogle gange kan se dem i fuld flor - nogle, der tager væk, eller nogen, der kommer til at blive for hårde eller.. hvor nogle af de her beskyttelsestrategier eller overlevelsestrategier virkelig er i spil til at starte med, fordi gråd trigger, eller manglende søvn trigger noget i deres systemer. Og hvordan vi langsomt med hjælp og nænsomhed, kan se, at de begynder at aftage, og de langsomt begynder at finde nye måder at agere på og være i verden på - det er meget, meget rørende, og giver utrolig meget håb, synes jeg, ind i at skabe nye fortællinger i deres familiehistorie.

Og så tænkte jeg lige på en pointe mere ind i det her med, at noget af det, jeg også synes er rigtig vigtigt, det er, at langt de fleste af familierne også kan svare på, at når næste gang livet rammer dem, og det gør det nogle gange i de her familier, hvad vil de så gøre? Hvem vil de gribe ud efter? Hvem vil de kontakte? Fordi noget af det, vi oplever, når vi starter, det er, at netværket er meget lille, og det der med at bede om hjælp, har de meget dårlige erfaringer med. Og de slutter næsten... Det er noget af det, vi også prøver at tale med dem om. Hvem kan du tale med? Hvem vil kunne hjælpe dig med det her, hvis der er noget i forhold til din pige? Vil det være okay at tale med børnehavepædagogen? Så de faktisk får nogle strategier omkring, hvad gør vi, hvis livet igen bliver lidt tough?

HS: Og så har jeg sådan lige to familier, som jeg lige har sådan fuldstændig frisk i mit følelsesregister, fordi jeg har lige været med til at afslutte eller er ved at afslutte to af de Minding the Baby-familier, vi har arbejdet med nu. Og noget af det, der blev virkelig, virkelig livfuldt for mig, det var, at når vi interviewede forældrene, så kunne de begge to beskrive... altså, det er to vidt forskellige familier, men hver familie kunne faktisk beskrive sit barn, så vi kluk-grinede. Altså det der med at kunne give sit barn ord, have så meget ord og beskrivelse, kunne se de egenskaber, ens barn besidder, og så faktisk kunne give det så meget fylde,

så det var, at man fik sådan tegnet det der fuldstændig billede af... det var to små piger, det her, det hver især handler om, men det der med at opleve, hvordan forældrene med stolthed og med glæde og helt vildt meget liv fortæller om, hvordan hver især deres lille pige var som to-årig.

Det synes jeg bare, det var så livsbekræftende, og til så stor glæde, fordi det der med virkelig at kunne det, så har man jo også rigtig meget sit barn på sinde, fordi så ved man faktisk godt, hvad det er for et lille barn, man har.

ABB: Og med det er det slut på det her fjerde og sidste afsnit af "En tryk start på livet."

Hvis du vil høre de tre andre afsnit i serien, skal du søge efter podcasten der, hvor du normalt lytter til podcasts - ligesom du også kan finde alle afsnittene på Social- og Boligstyrelsens hjemmeside.