

Nedenstående tekst om Susan Harts begreber "den neuroaffektive kompasanalyse" og "den treenige hjerne" er – med tilladelse fra Løkkehus Børnehjem og Bodil Burian – taget fra www.løkkehus.dk

Neuroaffektiv kompasanalyse og den treenige hjerne

- at mødes i det kendte og bevæge sig frem mod det mulige.

Historien om neuroaffektiv kompasanalyse

Susan Hart har både i bogform og på konferencer fortalt følgende om metodens tilblivelse: En dag i 1994 dukkede Marianne Bentzen op til et møde i en gruppe af psykologer, som siden 1988 jævnligt havde sat hinanden stævne i en kollegas sommerhus. Susan Hart var med i denne gruppe. Gruppens særlige interesse var at undersøge og drøfte den nyeste hjerneforskning samt overveje, hvilken indflydelse forskningen kunne få på behandlingspraksis. Kun få i Danmark fandt det interessant på det tidspunkt. Marianne Bentzen, som netop var vendt hjem fra USA, kunne som noget helt nyt fortælle om den amerikanske læge og neurolog Paul MacLeans model om den treenige hjerne. Mødet blev begyndelsen på et nært samarbejde mellem Susan Hart og Marianne Bentzen med fokus på neuroaffektiv tænkning og terapi. Omkring 2010 definerede de modellen for de Neuro-affektive Kompasser, og de samarbejder fortsat om at udvikle og formidle kompasserne for at skabe et brugbart navigations-redskab i behandlingspraksis. Målet er, at den valgte pædagogik og behandling skal tilbyde klienten netop det, som virker for ham eller hende.

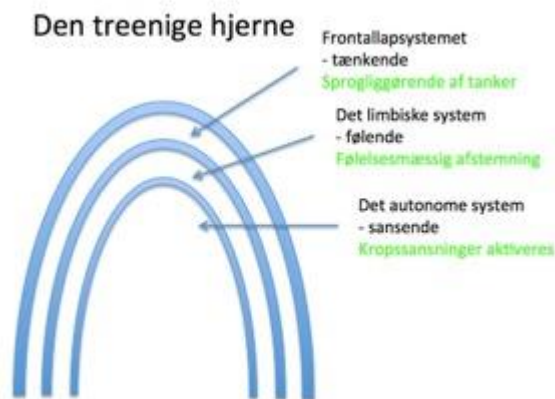
Forståelse og teoretisk reference

I dag anerkender man, at både det medfødte temperament og forholdet til de nære relationer danner personligheden. Der er enighed om, at udviklingen af menneskets hjerne involverer ikke bare dets eget men også mindst et andet hjernesystem, altså et samspil mellem mindst to personer. Samspillet skaber et unikt mønster af neurale kredsløb (hos begge).

Barndommen – og barnets møde med det eller de "andre hjernesystemer" i dets miljø - har dermed stor betydning for udvikling og modning af barnets nervesystem. Omsorgspersoners regulering af barnets følelser har direkte indflydelse på udvikling af barnets hjerne. Mennesker er født med et meget plastisk nervesystem, hvilket gør det muligt for barnet at indgå i en stadig bredere og mere nuanceret samhørighed med andre mennesker.

Susan Hart har gennem sine artikler og bøger gjort viden om hjernens struktur tilgængelig for praktikere inden for pædagogik og behandling. Hendes formidling bygger på teorien om den treenige hjerne. Teorien opdeler menneskets hjernestruktur i tre lag. Hjernens struktur er hierarkisk, hvilket betyder, at højere funktioner kun kan arbejde på basis af lavere funktioner, mens lavere funktioner kan arbejde uafhængigt af højere funktioner.

- **Det nederste/laveste lag, det autonome system**, også kaldet krybdyrhjernen, arbejder instinktivt. Det bidrager til kroppens ligevægts-tilstand i alle indre organer. Det er et aktiveringssystem og et beroligelsessystem. Uden dette lag ville følelser ikke kunne sanses, idet følelser og vurderinger er forankret i kropslige sansninger. I dette lag foregår det føromentaliserende.
- **Det næste lag, det limbiske system** gør det muligt at udvikle det sociale samspil og sociale følelser som legelyst, henrykkelse eller tristhed. Udviklingen af det limbiske system starter i det tidlige samspil mellem omsorgsperson og barn helt fra tre-måneders alderen. På dette niveau udvikles også motivation og lyst til læring. Limbiske følelsesprocesser kan ikke fungere uafhængigt af kropslige tilstande. Det er området for emotionel mentalisering.



- **Det øverste lag, frontallapsystemet**, er det tænkende niveau. Her får tankerne om det, som sanses og føles, et sprog. Der bliver skabt mening i det, man opfatter. Her bliver affekter reguleret, og en følelsesmæssig stabilitet kan udvikle et komplekst og nuanceret følelsesliv. Der er således tale om impuls kontrol med mulighed for at træffe ét valg frem for et andet. Her udvikles også evnen til at forstå, hvad der følelsesmæssigt sker både i en selv og i andre. Udviklingen af frontallapsystemet foregår i spring. Og systemet er først færdigudviklet i 21-23 års alderen. Det er området for rationel mentalisering.

Sammenhængen mellem de tre lag

I et modnet nervesystem sammenkæder narrativerne, dvs. fortællingerne, det at sanse, føle og tænke. Og menneskets indre og ydre virkelighed får sammenhæng. Eftertanken kan forbinde en følelse med en forståelse, som kan fortælles og deles med andre. På den måde bliver der bygget bro til et andet menneske.

Kompasanalyse og tilgang

Susan Hart og Marianne Bentzen relaterer hver enkelt af de tre neuroaffektive kompasser til hvert sit lag af hjernestrukturen i den treenige hjerne. Kompasserne er et navigationsredskab, som hjælper pædagogen til at vurdere barnets nærmeste udviklingszone på alle tre niveauer, det sansende, det følende og det tænkende.

I hverdagen oplever pædagogen barnet i mange forskellige sammenhænge. I leg med andre børn, ved lektierne, til måltidet, i hyggestunder med fjernsyn og musik, på ture i det fri, under besøg fra familien og meget andet. Pædagogen læser også om, hvordan andre har oplevet barnet, og hun lytter til andres beskrivelser. Alle disse indtryk sammenholdt med de samtaler, hun og barnet har, bl.a. over en mindmapping, skaber viden til en kompasanalyse.

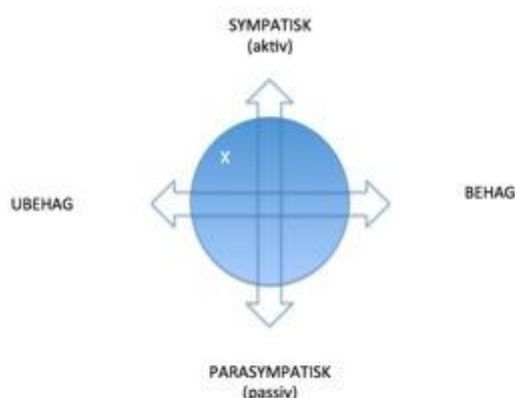
I det følgende beskriver vi, hvordan vi bruger de tre kompasser. (Eksemplet i teksten er markeret med et kryds i diagrammerne).

1. Det autonome kompas – regulering af arousal (vågenhed)

Med dette kompas vurderer vi barnets arousalniveau og overvejer, hvordan vi kan støtte barnet til at regulere og stabilisere den indre dans. (Fx: Barnet er ofte uroligt, det farer op ved den mindste forandring og slår ud efter den nærmeste)

På det niveau er det pædagogens opgave at støtte barnet i at kunne regulere, koordinere og balancere sit arousalniveau. Det første skridt er at skabe oplevelsen af en afspændt behagelig ro. Derefter indleder

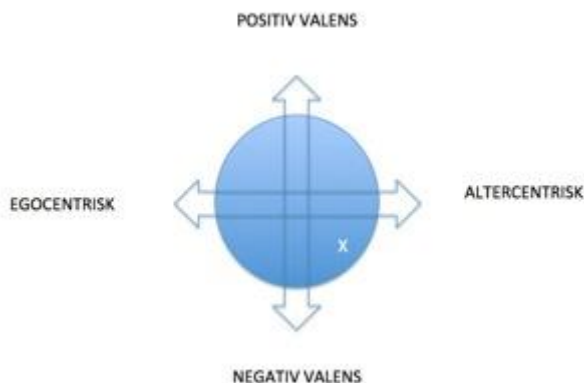
pædagogen et samspil med barnets autonome nervesystem gennem forskellige lege, spil og rytmiske bevægelser, og barnets kropslige sansning bliver stimuleret.



2. Det limbiske kompas – regulering af følelser

Med det næste kompas vurderer vi barnets emotioner, og vi overvejer, hvordan vi kan støtte barnet til både at fornemme sine egne og den andens følelser i mødet og lære at afstemme sig i det sociale samspil. (Fx: Barnet klager konstant over, at de andre altid giver ham skylden)

Pædagogens opgave er at møde barnet i de fastlåste, diffuse eller kaotiske følelser. Hun toner sig ind, udveksler og afstemmer. Det handler om blikkontakt, vejrtrækning, ansigtsudtryk, venlighed, engagement og interesse. Pædagogen tager samtidig et asymmetrisk ansvar, hvor hun afvejer, hvordan deres aktuelle samspil kan støtte udviklingen af barnets afstemninger og fremme dets selvregulering af forskellige følelser.

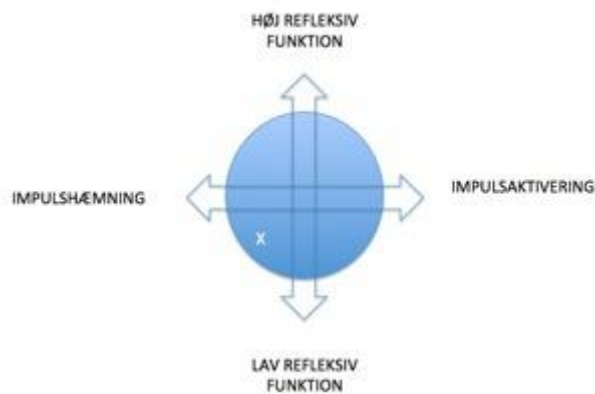


3. Det præfrontale kompas – regulering af forestillinger

Med det tredje kompas vurderer vi barnets forestillinger om sig selv og andre i det, som sker omkring barnet, og vi overvejer, hvordan vi kan støtte barnet til at gå i dialog og realitetsjustere disse forestillinger. (Fx: Barnet hænger ofte fast i, at ting skal være på én bestemt måde, når det er sagt én gang.)

Den pædagogiske tilgang stimulerer det sproglige område hen mod at skabe balance mellem det impulsaktiverende og det impulshæmmende, samtidig med at den refleksive funktion øges ud fra flere og flere følelsesmæssige kategorier.

Der arbejdes også med at dæmpe den refleksive funktion for at holde pause fra den indre fortæller og få ro. Pædagogen og barnet konstruerer i fællesskab nye forestillinger og narrativer, som efterhånden bliver integreret og balanceret med strukturer – både i det limbiske og det autonome system. Målet er at barnet efterhånden lærer at rumme både sig selv og andre.



(...)

Litteratur

Susan Hart: Den følsomme hjerne. Hans Reitzel. 2009

Susan Hart (red.): Neuroaffektiv Psykoterapi med børn. Hans Reitzel. 2011

Susan Hart (red.): Neuroaffektiv Psykoterapi med voksne. Hans Reitzel. 2012

Susan Hart & Marianne Bentzen: Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn. Hans Reitzel. 2013