

Leik som traumeterapi

REFERANSE:

Parker, M. M., Hergenrather, K., Smelser, Q., & Kelly, C. T. (2021). Exploring child-centered play therapy and trauma: A systematic review of literature. *International Journal of Play Therapy, 30*(1), 2–13. DOI: <https://doi.org/10.1037/pla0000136>

Studien som blir presentert her, ser nærmare på påverknaden barnesentrert leikterapi kan ha på barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar.

Traume blir beskrive som eit resultat av ein emosjonelt smertefull situasjon som overvelder ein person si evne til å overkomme eller handtere den. For barn kan kjensla av at dei ikkje har kontroll vere nok til å skape eit traume. Institutt for behandling av stoffmisbruk og psykiske sjukdommar (The Substance Abuse and Mental Health Services Administration) i USA rapporterte i 2017 at to tredjedelar av barn i USA opplevde minimum ein traumatisk situasjon før dei var fylt 16 år. På grunn av det store talet barn som har opplevd potensielt traumatiserende opplevingar, blir traume som stammar frå barndommen sett på som ein av dei viktigaste helsemessige utfordringane for amerikanske helsemyndigheiter å gripe fatt i.

Bakgrunn

Traumatiske situasjonar kan ha stor øydeleggjande effekt på individet langt inn i vaksenlivet. Når barn opplever potensielt traumatiske situasjonar, kan dette påverke deira sosiale, emosjonelle og kognitive utvikling i negativ retning. Når dei blir vaksne, har desse barna auka risiko for å utvikle blant anna depresjon, alkoholmisbruk, risikofylt seksualåtferd og sjølvmondsadferd. Dei har òg ein større risiko for å få blant anna overvekt, diabetes, slag, hjartesyjukdommar og kreft. Eit barn som vert påført traume, kan også utvikla grunnleggjande tillitsproblem og vil då ha mindre tillit til dei som skal hjelpe dei. På grunn av dei negative konsekvensane av å bli påført traume i barndommen er det viktig å identifisere effektive traumesensitive og utviklingsegna tiltak¹ (intervensjonar) for barn som har opplevd potensielt traumatiserende situasjonar.

Barnesentrert leikterapi er ein kunnskapsbasert tilnærming for barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar. Barn brukar leik som ein metode for å lære, for å prosessere kjensler og for å skape mening i verda som dei opplev den. Forskarane ser at ein ved bruk av barnesentrert leikterapi lettare kan identifisere og møte utviklingsbehova til barn som har opplevd traumatiske situasjonar. Likevel er barnesentrert leikterapi sjeldan inkludert i systematiske kunnskapsoversyn² og forskning som utforskar effektive behandlingar for barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar. Gjennom ei metaanalyse³ ynskjer forskarane bak dette systematiske kunnskapsoversynet

¹ **Tiltak:** Inngrep eller behandling. I ein eksperimentell studie gir ein individ, grupper, einingar eller liknande noko som ikkje allereie eksisterer, t.d. tilgang til eit læremiddel eller ein undervisningsmetode, for å undersøkje effekten av tiltaket.

² **Systematisk kunnskapsoppsummering/-oversyn:** Ei systematisk kunnskapsoppsummering tar utgangspunkt i et klart definert forskings spørsmål eller mål og bruker systematiske og eksplisitte metodar for å identifisere, velje ut og kritisk vurdere relevant forskning, samt for å samle inn og analysere data frå studiane som er inkluderte i oppsummeringa. Kunnskapsoppsummeringa resulterer ofte i eit systematisk kunnskapsoversyn, som regel ein artikkel eller ein rapport, som gir eit oversyn over temaet eller svar på forskings spørsmålet.

³ **Metaanalyse:** Statistiske teknikkar for å integrera resultatane av inkluderte studiar i det systematiske kunnskapsoversynet.

bidra til ei auka forståing av effekten leikterapi har på barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar.

Føremål

Følgjande fire forskings spørsmål styrte utvalet av studiar som var relevante for den systematiske kunnskapsoppsummeringa (vår omsetting⁴):

1. Kva er den metodologiske kvaliteten⁵ på forskning som brukar barnesentrert leikterapi med barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar?
2. Kva type traumatiske situasjonar er adressert innanfor forskning som brukar barnesentrert leikterapi?
3. Korleis vurderer forskarane av barnesentrert leikterapi forbetringar hos barn som har opplevd traumatiske situasjonar?
4. Kva effekt har barnesentrert leikterapi på barn og deira føresette etter ein potensielt traumatisk situasjon?

Inkluderte studiar

Søket etter relevante studiar blei gjort i overenskomst med seks kriterium. Studiane måtte:

1. omhandle barn som har opplevd ein eller fleire potensielt traumatiske situasjonar
2. inkludera minimum ei tiltaksgruppe⁶ som fekk ein klar barnesentrert leikterapiorientert intervensjon
3. samanlikne verknaden av barnesentrert leikterapi med verknaden av (a) å ikkje få nokon behandling, (b) terapi/behandling som vanleg, eller (c) ei alternativ behandling
4. bruke kvantitativ psykometrisk vurdering⁷
5. vere skriven på engelsk
6. vere publisert mellom 1999 og 2018

Studien blei ekskludert viss han ikkje oppgav originale resultat, brukte enten ei venteliste-gruppe⁸ eller samanlikningsgruppe⁹, og viss studien ikkje inkluderte detaljert informasjon om intervensjonen.

Det var til saman 32 studiar som møtte kriteria satt for inkludering. Til saman inkluderte studiane 1 207 deltakarar, og kvar studie inkluderte frå 12 til 168 deltakarar. I tidlegare metaanalysar som omhandlar barnesentrert leikterapi, har også andre typar barnesentrert terapi blitt inkludert. Det gjer at det også i dette kunnskapsoversynet blir inkludert studiar med annan barnesentrert terapi. Dei inkluderte terapiformane på tvers av dei inkluderte studiane er barnesentrert leikterapi (n = 7),

⁴ (1) What is the methodological quality among research studies using CCPT with children after potentially traumatic experiences? (2) What types of traumatic events are addressed within CCPT research? (3) How are CCPT researchers assessing improvements after traumatic experiences? (4) What is the measured effect of CCPT on children and their caregivers after potentially traumatic experiences?

⁵ **Metodologiske kvalitet:** I kva grad forsøket sitt design og utførelse har forhindra systematiske feil.

⁶ **Tiltaksgruppe:** Ei gruppe som mottek intervensjon eller tiltak, til dømes ekstra ressursar. I ein eksperimentell studie gir ein individ, grupper, einingar eller liknande noko som ikkje allereie eksisterer.

⁷ **Kvantitativ psykometrisk vurdering:** Målingar av psykologiske fenomen, t.d. symptom på psykiske lidningar.

⁸ **Venteliste-gruppe:** Ein gruppe deltakara som får den same intervensjonen eller behandlinga som dei eksperimentelle gruppene, men på eit seinare tidspunkt. Dei blir brukt som samanlikning og for å hindre feilaktige resultat.

⁹ **Samanlikningsgrupper:** Ein gruppe deltakarar som enten får same intervensjon eller behandling som den eksperimentelle gruppa, eller som ikkje får det. Denne gruppa blir brukt for å utforske kontrafaktiske utsegn.

barn–føresette-forholdsterapi (n = 16), barn–lærer-forholdsterapi (n = 5), gruppebasert barnesentrert leikterapi (n = 3) og barnesentrert aktivitetsterapi (n = 1).

Resultat

Dei 32 inkluderte studiane kategoriserte deltakarane som minoritet eller innvandrar (n = 9), levde i fattigdom (n = 8), utsett for eller vert vitne til mishandling (n = 6), adoptert, foreldrelaus eller med tilknytingsforstyrning (n = 5), opplevd kronisk sjukdom (n = 2), erfaring med å ha foreldre i fengsel (n = 1) og opplevd naturkatastrofar (n = 1). Dei inkluderte studiane var av varierende kvalitet, og artikkelforfattarane etterlyser blant anna bruk av statistisk styrkeanalyse¹⁰.

Det er ein god mengde studiar som har undersøkt påverknaden barnesentrert leikterapi kan ha på barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar. Forskarane ser at barn som har opplevd traumatiske opplevingar, har ein større sjanse for å utvikle åtferdsproblem som varar over lang tid, kan hende som ein meistringstrategi for å beskytta seg sjølv. 60% av dei inkluderte studiane viste ein signifikant nedgang i barna sin eksternaliserende åtferd¹¹ som følgje av leikterapi, og 64% rapporterte signifikant nedgang i generell negativ åtferd hos barna. På den andre sida rapporterte berre 36% av studiane ein signifikant nedgang i internaliserende åtferd¹² hos barn. Årsaka til dette kan vera vanskar med å isolere internaliserende åtferd som følgje av traume frå andre samtidige tilstander, som ADHD.

Studiane indikerer at barnesentrert leikterapi har signifikant¹³ og positiv påverknad på barnet sitt forhold til andre, spesielt på forholdet til føresette. I studiane som omhandla føresette sin grad av empati¹⁴ ovanfor barnet, visar alle studiane ei signifikant auke i empati for barnet hos føresette. Dette indikerer at føresette som er i kontakt med barnet sitt når barnet leikterapi, føler mindre stress og meir empati ovanfor barnet, noko som hjelper dei å møte barnet på ein betre måte.

Implikasjonar

Gjennom dette systematiske kunnskapsoversynet har det blitt tydeleg at det trengs meir forskning på bruk av leik i behandling av barn som har opplevd potensielt traumatiske situasjonar. Når artikkelforfattarane undersøkte kva for studiar som rapporterte signifikante resultat og ikkje, kom det ikkje frem nokon tydelege mønster. Ved å sjå på studiane som er inkluderte, kjem det fram kunnskapshull som ny forskning kan vere med å tette. Studiane visar blant anna til små undersøkingsgrupper, og at fåtal av studiane (n = 8) inkluderte mengde- og styrkeberekningar¹⁵. Forskarane bak dette kunnskapsoversynet har undersøkt påverknaden barnesentrert leikterapi kan ha på dei akademiske prestasjonane, men dei har ikkje sett på potensielt traumatiske situasjonar som kan stamme frå å ha låge akademiske prestasjonar. Dette er hol som bør tettast av ny forskning.

¹⁰ **Statistisk styrkeanalyse:** Berekning av kor mange deltakar studien bør inkludere for å kunne identifisere statistisk signifikante resultat av tiltaket for populasjonen (her: traumeutsette barn). Se def. av **statistisk signifikant** under.

¹¹ **Eksternaliserende åtferd:** Utagering på ein slik måte at det påverkar andre negativt, til dømes ved fysisk aggresjon.

¹² **Internaliserende åtferd:** Utagering på ein slik måte at det påverkar/skader ein sjølv, til dømes ved depresjon.

¹³ **Statistisk signifikant:** Eit resultat som det er usannsynleg at er komme fram ved eit tilfelle.

¹⁴ **Parental empathy:** Kapasiteten føresette har til å oppleve, forstå og respondere til dei psykologiske behova til sine barn.

¹⁵ **Mengde- og styrkeberekningar:** Ein kalkulasjon som hjelp ein til å bestemme ein minimum størrelse for undersøkingsgruppa for forskinga.