

Bacheloroppgave

# **Å bryte generasjonsoverføring**

Sammenhengen mellom barndomserfaringer og omsorgspraksis i foreldrerollen

Noshoor Eiad Shaban Khdaish

Sosialt arbeid, barnevernspedagog

Juni 2022

Antall ord: 9 900



HØGSKULEN  
I VOLDA

## Egenerklæring

Denne oppgaven er mitt eget og selvstendige arbeid. Den gjør ikke bruk av andre sitt arbeid uten at det er oppgitt, den gjør ikke bruk av tekst fra eget arbeid uten at det er oppgitt, og kilder som er brukt er ført inn i både tekst og kjeldeliste i på en måte som gjør at jeg ikke vil få in 'ufortjent rennomegevinst'. Den har heller ikke vært brukt som eksamensvar eller arbeidskrav tidligere.

Jeg vet at oppgaven vil bli elektronisk kontrollert for plagiat og at alvorlige brudd med 'god sitatskikk' blir behandlet som fusk jf. UH-lova § 4-7 og § 4-8, 3. ledd.

Det er ikke behandla personopplysninger i arbeidet med oppgaven. Prosjektet er dermed ikke omfatta av personopplysningsloven.

Jeg gir Høgskulen i Volda rett til å publisere oppgaven vederlagsfritt i elektronisk form.

## Sammendrag

De fleste av oss under uformelle sosiale settinger hører gjerne setningen «stakkar det er sikkert fordi hun har hatt en så vanskelig barndom», eller «Det er ikke rart han oppfører seg sånn, han hadde en helt forferdelig far som liten». Vi vet at konsekvensene av en utfordrende barndom kan følge individet gjennom hele voksenlivet og påvirke etablering av senere relasjoner (Killén, 2013). Denne oppgaven tar for seg de psykologiske effektene traumer og omsorgssvikt i barndommen forårsaker som voksen, og ettervirkningene av de i samspill med egne barn. Oppgaven undersøker hvilken betydning egne oppveksterfaringer har for foreldrerollen, og de barrierer og begrensninger negative omsorgsmønstre setter. Som barnevernspedagoger skal vi se helheten i situasjonen. Når vi så møter sårbare foreldre, vil det være naturlig å ta hensyn til deres traumer og negative livserfaringer i arbeidet. Da dette er noe som gjerne kan bli glemt i barnevernets intervensjon, da søkelyset ofte blir på å styrke foreldre- barn samspillet (Langstrud, Fauske , & Lichtwarck, 2017).

Funnene i oppgaven viser å være at utviklingspsykologi er nyttig innenfor fagfeltet sosialt arbeid. Dette begrunnes med at den gir effektive verktøy som styrker barnevernspedagogen i yrkesutøvelsen. AAI er et godt redskap som kan føre til tidlig identifisering av foreldre med høy risiko. COS- P er essensiell for å styrke foreldrenes funksjon, gjennom blant annet bruk av psykoedukasjon og mentaliseringsperspektivet. ESFT kan tilby foreldre en form for terapeutisk foreldreveiledning, i tillegg til å bli møtt med stadig validering og solidaritet fra terapeuten.

Dette er en teoretisk oppgave som baserer seg på allerede eksisterende litteratur.

## Abstract

Most of us in informal social settings hears the phrase "poor thing it must be because she had such a difficult childhood", or "No wonder he behaves like that, he had a terrible father as a child". We know that difficult childhood, has an impact into adult life and the establishment of later relationships. This thesis addresses the psychological effects caused by trauma and neglect in childhood, and the after-effects of those in interaction with own children. The thesis examines the significance of own childhood experiences for the parental role, and the barriers and limitations set by negative care patterns. As social workers we must see the whole in the situation. When we then meet vulnerable parents, it will be natural to consider their trauma and negative life experiences in the job. As this is something that can often be forgotten in the child service's intervention, as the spotlight is often on strengthening parent-child interaction.

The findings in the thesis turn out to be that developmental psychology is useful in the field of social work. This is justified by the fact that it provides effective tools that strengthen the societal mandate in the practice of the profession. AAI is a good tool that can cause early identification of high-risk parents. COS-P is essential for strengthening the parents' function, among other things the use of psychoeducation. ESFT can offer parents a form of therapeutic parental guidance, in addition to being met with constant validation and solidarity from the therapist.

This is a theoretical thesis based on already existing literature.

## Forord

Dette prosjektet har vært like utfordrende som lærerikt og utgivende. Det har gitt meg gleden til å innhente mye nyttig kunnskap innen fagfeltet sosialt arbeid, som jeg definitivt kan ha utbytte av i arbeidslivet.

Jeg vil først av alt takke min veileder Roar Stokken, som alltid stiller opp og kommer med konstruktive innspill og tilbakemeldinger. Videre vil jeg takke min samboer som har støttet og motivert meg gjennom hele skriveprosessen. Til slutt vil jeg takke mine forelesere oppgjennom alle 3 år av studiet, som jeg uten ikke hadde hatt den kunnskapen jeg besitter i dag.

# Innholdsfortegnelse

Egenerklæring .....	ii
Sammendrag .....	iii
Abstract .....	iv
Forord.....	v
Innledning .....	1
Problemstilling og forskningsspørsmål .....	2
Råd og veiledning i barnevernet .....	3
Det gode foreldreskapet .....	4
Grunnleggende foreldrefunksjoner .....	5
Utviklingstraumer .....	7
Toleransevinduet .....	8
Verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre .....	13
Tilknytningsteori og tilknytningsmønstre .....	14
Adult attachment interview .....	15
Adult attachment interview som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre.....	16
Circle of security.....	19
Circle of security som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre.....	20
Emosjonsfokusert ferdighetstrening .....	23
Emosjonsfokusert ferdighetstrening som foreldreveiledning .....	23
Emosjonsfokusert ferdighetstrening som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre .....	23
Avslutning.....	27
Referanser .....	29

## Innledning

“You have to get to be a giver” - Erik H. Erikson referert I (Bunkholdt, 2002). Erikson beskriver med dette, situasjonen til foreldre som i barndommen opplevde ulike former for omsorgssvikt. Som forårsaker at de den dag i dag ikke er i stand til å yte barna sine den *ideelle* omsorgen, samfunnet og politiske føringer legger til rette for. SSB oppgir at i 2020 var det på overkant av 52 000 barn og unge med vedtatt barnevernstiltak, hvorav 9 279 var med omsorgstiltak (SSB, 2021). Det er dokumentert at hovedårsaken til omsorgsovertakelse, skyldes av foreldrenes svekket omsorgskapasitet (NOU 2012: 5). Oppgavens formål er å undersøke metoder og verktøy som kan brukes i *råd og veiledningstiltak* i barnevernet for å avgrense omsorgsovertakelsen. Blant annet gjennom å *bryte* generasjonsoverføringen av negative og destruktive omsorgsmønstre, foreldre har med seg fra egen barndom til eget foreldreskap.

Det finnes en rekke faktorer som virker belastende for foreldrene og dermed kan svekke foreldrefunksjonen. Oppgaven tar utgangspunktet i foreldre som på grunn av destruktive omsorgserfaringer og utrygg barndom, har en hemmet foreldrekapasitet. I tråd med oppgavens omfang refereres foreldrene til som *utviklingstraumatiserte foreldre*. Forskning viser at tilknytningsmønstre er overførbare mellom generasjoner, og foreldrenes omsorgserfaringer legger føringer for deres omsorgspraksis (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). Dette betegnes som generasjonsoverføring (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018), og kan resultere til alvorlige konsekvenser for barn av foreldre med utviklingstraumer.

Foreldrene i den sammenheng kan gjerne mangle evnen til forståelse av barnets behov, eller oppfatning av hva det prøver å kommunisere både verbalt og non-verbalt. Har uoppmerksom eller svekket kapasiteten til å ivareta dets fysiske eller følelsesmessige behov. Samt oppstår nærmest fraværende og har likegyldig holdning (Bunkholdt, 2002). I henhold til barneloven §30 er foreldrene blant annet pålagt plikt om å utøve foreldreansvaret utfra barns interesser og behov. De skal sørge for at barn får utdanning og beskyttelse fra alle former for psykisk eller fysisk helse eller skade (Barneloven §30, 1982). Når foreldrene strever med å opprettholde dette, har barnevernstjenesten et offentlig ansvar om å bistå barn og familier, for sikre barn og unge trygge og utviklingsfremmende oppvekstvilkår (NOU 2012: 5, 2012).

## Problemstilling og forskningsspørsmål

Det sentrale elementet i oppgaven er å undersøke hvordan bryte generasjonsoverføring av destruktive omsorgsmønstre, som kan hindre et godt foreldre – barn samspill. For å videre sikre barna trygge rammer og sunne utviklingsvilkår. I yrkesutøvelsen kan dette oppnås gjennom å benytte teoretiske perspektiv, som fungerer som kilden til forståelsen av relasjonelle samspill og mellommenneskelig interaksjon (Skårderud, Haugsgjerd, & Stänicke, 2018). Problemstillingen for denne oppgaven er som følgende:

### ***Hvordan kan barnevernstjenesten arbeide for å styrke foreldrefunksjonen hos utviklingstraumatiserte foreldre?***

For å besvare problemstillingen er det formulert tre forskningsspørsmål som skal forsøkes besvart. Å beherske tilstrekkelig med faglige kompetanse innen utviklingspsykologi er nyttig for relevant forståelse av relasjonelle samspill og tilknytningsforhold. Perspektivet tar utgangspunktet bak arbeide og legger til rette for ulike verktøy og nyttige prosedyrer i flere foreldreveiledningsprogram. I den sammenheng er AAI aktuell i møte med disse foreldrene, fordi den blant annet gir anledning til utdypende problemforståelse. Av den grunn formuleres første forskningsspørsmål slik: *Hva kan adult attachment interview tilføre i arbeid med utviklingstraumatiserte foreldre?*

Det andre sentrale i endringsarbeidet med svekket foreldrefunksjoner er COS-p. Dette programmet kan på ulike områder stimulere foreldrenes omsorgspraksis og forbedre foreldre-barn samspillet. Mitt andre forskningsspørsmål er dermed: *Hva kan Circle of Security tilføre i arbeid med utviklingstraumatiserte foreldre?*

I arbeid med foreldre i formål om å styrke foreldreferdigheter kan andre belastninger komme i bakgrunnen, EFST er et foreldreveiledningsprogram som tar hensyn til disse. Formuleringen av siste forskningsspørsmål er derfor som følgende: *Hva kan emosjonsfokusert ferdighetstrening tilføre i arbeid med utviklingstraumatiserte foreldre?*



## Råd og veiledning i barnevernet

Råd og veiledning er et hjelpetiltak som iverksettes av barnevernet i henhold til Barnevernloven 1993, §4 – 4 første ledd; Formålet med tiltaket er å bidra til positiv endring hos barnet eller i familien (Regjeringen, 2016). Hjelpetiltaket rapporteres for å være det mest brukte hjelpetiltaket i barnevernet. Det iverksettes både som enkelt tiltak og i flere tilfeller, i tillegg til andre hjelpetiltak (Bufdir, 2020).

Råd og veiledning er et omfattende tiltak som kan brukes i ulike sammenhenger og kan utføres av andre faginstanser enn barnevernstjenesten (Regjeringen, 2016). I tråd med oppgavens innhold benyttes råd og veiledning som tiltak i forhold til uspesifiserte kategoriene av foreldrestøttene tiltak (Bufdir, 2020). I dette inngår foreldreveiledningskurset Circle of Security (COS), som er det mest brukte programmet i Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. COS sammen med et annet foreldreveiledningsprogram EFST, vektlegges noe i besvarelsen av denne oppgaven. Emosjonsfokusert ferdighetstrening (EFST) inngår per dag ikke i barneverns tiltakstilbud, og er fortsatt i sin startfase i Norge. På lik linje med andre programmer, har EFST i formål om å styrke foreldrene i sin foreldrerolle (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). EFST tilbys hos Institutt for Psykologisk Rådgivning, både i form av foreldreveiledning, foreldrekurs og gruppeveiledning (ipr.no). Valg av COS og EFST framfor for eksempel PMTO, skyldes at programmenes kartlegging av foreldrenes egen barndomserfaringer som tas i betraktning under veiledningen.

Råd og veiledning beregnes gjerne som milde intervensjonsformer som kobles direkte på barneverns fjerde grunnleggende prinsipp *mildeste effektive inngrep* (Havnen, 2016). Hensikten er å styrke foreldrefunksjonen og omsorgskapasitet gjennom tett råd og veiledning. Slik at iverksettelse av mer inngripende tiltak som omsorgsovertakelse forhindres.

*Gjennom svangersakpet dannes naturlig bånd mellom mor og barnet, som det ikke uten videre kan ses bort fra (NOU 2009: 5, s. 31)*

Dette knyttes til *Det biologiske prinsipp*, der betydningen av å vokse opp med biologiske foreldre antas verdifull. I tråd med dette skal foreldrenes svekket kapasitet avhjelpes uten at barnet tas ut av familien, og alle tiltak skal være prøvd ut før omsorgsovertakelse iverksettes. Hva som anses å være optimal foreldrefunksjon og som foreldrene skal oppnå gjennom veiledningen, er avgjørende og skal derfor redegjøres videre for.

## Det gode foreldreskapet

I det følgende skal jeg redegjøre for foreldrefunksjonen vi ønsker å oppnå i møte med utviklingstraumatiserte foreldre. Det er verdt å nevne at det ikke finnes et fasitsvar på hva det gode foreldreskapet innebærer. Hva som oppfattes et «godt foreldreskap» og hvordan ulike foreldrepraksiser utøves, konstrueres og påvirkes av sosiale og kulturelle normer (FHI, 2019, s. 55). «Omsorg og oppdragelse er kjernen i foreldreskapet» (Regjeringen, 2018). Foreldrene tillegges av regjeringen et ansvar om å gi barnet trygghet, omsorg og kjærlighet. Barn har krav på gode omsorgspersoner som skal gi følelsesmessig støtte, sørge for ulike behov og utvikle positive relasjoner til barnet.

Foreldre har et ansvar om å opptre som «den sterkere», som utgjør tryggheten i barnets liv (Nielsen, 2011, s. 20). Barnet har behov for stabile personer med struktur i livet sitt, som det kan knytte seg til og identifisere seg med (Killén, 2013). Foreldrerollen er nært forbundet med oppdragelsesstiler, som preger barnets velvære og trivsel. I lys av foreldrestilmodellen til Baumrind, ligger beskrivelsen av *gode foreldreskapet* nært forbundet med den *autoritative* oppdragelsen. Som Baumrind referer til med «just right» (Nielsen, 2011, s. 60). Dessverre går dette utenfor oppgavens formål og blir derfor ikke gjort rede for.

Foreldreskapet er en prosess der foreldrene engasjerer seg positivt i barnet, evner til å yte barnet omsorg, nærhet og beskyttelse. Samt sørge for dets fysiske og psykiske velvære, og sosial intelligens (Danielsen, 2006, s. 15). Det er en grunnleggende ferdighet å kunne tilpasse barnets fysiske og følelsesmessige behov i forhold til alder, utviklingsnivå, og i forhold til behovene barnet signaliserer (Killén, 2013, s. 31). Dessuten ligger det forventninger om at foreldrene skal engasjere seg i barnets skolegang og den intellektuelle utviklingen. Å legge til rette for barnets læring og utvikling er fundamentalt i forestillingen om gode foreldrefunksjoner. Herunder evnen til å vurdere atferd og væremåte i barnets nærværelse, som skal være godt gjennomtenkt og til nytte for dets vekst og utvikling (Nielsen, 2011, s. 55). Dette oppfattes som verdifullt, ettersom foreldrenes atferd har størst betydning i barns liv (Dyregrov, 2010, s. 61).

Foreldrene er barnets *signifikante andre*, og skal dermed opptre som selve kilden for barns grunnleggende behov; til omsorg, beskyttelse, stabilitet og trygghet. De skal ivareta barns mulighet til å kunne få og gi kjærlighet, samt muligheten til innflytelse og påvirkning i egen situasjon (NOU 2009: 5, 2009, ss. 31-32). Å være kjernen til barnets følelseshåndtering og utvikling av barnets evne til å regulere egne følelser (Skårderud, Haugsgjerd, & Stänicke, 2018), anses som kjennetegn for et godt foreldreskap. Dette oppnås gjennom å hjelpe barnet til

å vite hva det føler, og setter ord på disse følelsene. Foreldre i denne sammenheng vil være *andre-regulerende* for barnet; Gjennom å imøtekomme dets behov og signalisere trygghet og stabilitet, opptrer forelderen som barnets *reguleringsstøtte* (Nordanger & Braarud, 2017, s. 28). Dessuten forventes det av foreldrene å skape arena der barn kan føle trygghet, bli møtt med forståelse og trøstes i situasjoner hvor det opplever smerte eller er lei seg. Herunder sørge for at barnet føler seg verdifullt og elsket til all tid.

I en artikkel formulerer Scarr, 1992 begrepet *average expectable environment*; et miljø tilpasset av foreldrene, som et godt utgangspunkt for barnets gode utvikling som kjennetegner at det blir kompetent og rustet til å mestre oppgaver i sine ulike miljøer (Scarr 1992) referert i (Bunkholdt, 2002, s. 59). I den sammenheng forventes av foreldrene å skape trygge arena for barnet til å kunne utforske og anledning til å vokse inn i et sosialt felleskap. Med dette tillegges foreldrefunksjonene videre, krav om sunn grensesetting som tjener flere aspekter for barns mentale utvikling. Å sette grenser og klare forventninger som ikke kan reforhandles etter barns motstand, eller reaksjon med sinne og/ eller skuffelse bygger på emosjonell intelligens, som senere hjelper barnet til å mestre hverdagen og livet når det er vanskelig (Nielsen, 2011, s. 44).

Grensesetting forutsetter at foreldrene har en forståelsesfull og erkjennende holdning. I tillegg til å kunne tolerere barns frustrasjon og viktigst av alt, hjelpe barnet til å håndtere disse følelsene (Nielsen, 2011, s. 32). Sunn grensesetting under oppveksten fører til at barnet lærer sosiale ferdigheter, barnet tilegner seg til å kunne mestre livet (Nielsen, 2011). Blant annet gjennom selvdisiplin og impuls kontroll i samspill med andre, under barndommen og senere som voksen. Det er av stor betydning å understreke at å sette grenser må skje under sunne rammer og uten å avise barnet, men gir barnet muligheten til å utvikle seg og utforske på egen hånd (Strømøy, 2015). Grensesetting er viktig fordi det skaper trygghet og forutsigbarhet i hverdagen til barnet, i tillegg forutsetter at barn blir harmoniske og velfungerende mennesker (Nielsen, 2011).

### Grunnleggende foreldrefunksjoner

I det kommende blir det framlagt Killén, 2013 sin inndeling av grunnleggende foreldrefunksjoner. Som kort og enkelt oppsummerer hva som vektlegges i beskrivelsen av et godt foreldreskap. Disse opptrer som grunnleggende for sunn og normal utvikling for barn, samt bygger på ressursene og mulighetene barn har i seg. Disse lyder som følgende: Even til å se barnet og akseptere det som det er. Evnen til å engasjere seg positivt følelsesmessig i barnet.

Evnen til empati med barnet. Evnen til å ha realistisk forventninger til barnets mestring (Killén, 2013, s. 36). I det følgende skal jeg kort redegjøre for hva denne inndelingen går ut på.

*Evnen til å «se» og akseptere barnet slik det er:* Hvordan foreldrene oppfatter barnet preger hvordan de imøtekommer barnet og svarer på dets behov. For å kunne møte barnet best mulig, trengs at foreldrene har et realistisk og nyansert oppfatning og forståelse av det (Killén, 2013, s. 37). Å akseptere barn som de er og møte de med holdningen om at de er verdifulle, danner godt grunnlag for utvikling av god selvfølelse. Killén, 2013 skriver at barn har behov for beskyttelse, vedvarende støtte og forståelse. Dette utvikles barns evne til å oppleve et bredt spekter av følelser som står i møte med situasjonene. Barn har behov for å bli utsatt for sensitiv stimulering. Foreldreskapet betegner positive holdninger og aktiviteter, som bidrar til at barnet føler seg sett, trygt, forstått og akseptert.

*Evnen til å engasjere seg positivt følelsesmessig i barnet:* Fundamentale foreldrefunksjoner er de responderende, stimulerende, strukturerende og grensesettende. Dette innebærer at foreldrene er tilgjengelig og til stede. Samt evner til å engasjere seg positivt følelsesmessig i barnet, barnets utvikling, læring, glede og sorg. I tillegg til å være i stand til å gjengi barnets følelsetilstand, dette ligger nært begrepet til Daniel Stern *affektinntoning*, som innebærer evnen til å respondere på barnets følelser og bekrefte de (Urnes, 2005).

*Evnen til empati med barnet:* Det er sentralt innen foreldrefunksjoner å signalisere for barnet gjennom ord og handling, at foreldrene forstår hva barnet føler. Samt hjelpe barnet med å organisere og regulere sine følelser (Killén, 2013, s. 37). Denne evnen fører til at barn etter hvert lærer å regulere seg selv og egne følelser. Altså hjelpe barnet til å utvide toleransevinduet sitt (Nordanger & Braarud, 2017). Her tas utgangspunktet i for eksempel situasjoner som oppleves vanskelig for barnet, eller ved situasjoner hvor ordet *nei* blir sagt til barnet. I den sammenheng kreves av foreldrene å stå i barnets motstand som dukker opp. Samtidig som å hjelpe barnet til å identifisere sine følelser og sette ord på de (Nielsen, 2011).

*Evnen til å ha realistisk forventninger til barnets mestring:* denne funksjonen legger vekt på å ha forventninger til barnet som samsvarer barnets utviklingsnivå, og faktiske og potensielle ferdigheter (Killén, 2013), spesielt fordi opplevelse av mestring for barn er så vesentlig. Slik at de fungerer stimulerende, utfordrende og bekreftende ovenfor barnet og barnets mestring.

## Utviklingstraumer

Så langt i oppgaven har det blitt gjort rede for hva et godt foreldreskap og viktige foreldrefunksjoner innebærer. I dette kapitlet vil det være interessant å tillegge seg kunnskap om hvordan utviklingstraumer i barndommen, kan påvirke og sette begrensninger for senere foreldreferdighetene. For å oppnå dette, er det først vesentlig å tydeliggjør hva utviklingstraumer innebærer. Av den grunn kan denne delen av oppgaven bli noe kunstig i inndelingen.

Vedvarende og gjentatte traumatiske hendelser som forekommer i nære relasjoner, blir gjerne omtalt for utviklingstraumer eller komplekse traumer (Killén, 2013, s. 130). Utviklingstraume er et integrerende og nokså nytt begrep som forener traumepsykologi og utviklingspsykologi. Begrepet referer til et dobbelbelastningsforhold der barnet i oppveksten blir utsatt for traumatiske belastninger og et sviktende reguleringsstøtte fra omsorgspersonen (Nordanger & Braarud, 2017, s. 71). Traumer i den sammenheng forbindes med vold, overgrep og omsorgssvikt forårsaket av omsorgspersonene dvs. foreldrene. I det internasjonale forsknings- og kunnskapsfeltet kategoriseres vold i fem ulike typer: Fysisk, psykisk og seksuell vold, samt neglekt (herunder forsømmelse eller vanskjøtsel) og vold mellom foreldrene (Aadnanes, 2020).

En mengde studier innen nevrobiologisk forskning har dokumenter at oppveksterfaringer som omfatter traumer slik det er nevnt ovenfor, har direkte konsekvenser på nevrobiologiske implikasjoner (Nordanger & Braarud, 2017, s. 75). Altså kan utviklingstraumer for barn i senere tid forårsake negative nevrobiologisk tilpasning av sentralnervesystemet, empatiutvikling, tillitt til omgivelsene og medfører dysfunksjonell i relasjonelle forhold og kognitiv kapasitet (Dyregrov, 2010). Dette skyldes på bakgrunn av at foreldrene opptrer som barnets primæromsorgsperson, og den negative interaksjonen demonstrer opprinnelsen for hjernens organisering og utvikling (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 157). Ifølge utviklingstraumer opptrer primæromsorgspersonen blant annet som barnets *reguleringsstøtte*, begrepet anses som fundamental i traumepsykologi. Erfaringene barnet gjør seg med omsorgsperson(er), spesielt de først leveårene legger grunnlaget for dets reguleringskapasitet (Nordanger & Braarud, 2017).

Med reguleringsstøtte innebærer foreldrenes refleksive fungering i forhold til barnets følelser, og kapasitet til å betrygge barnet og roe det ned ved stressende eller sårbare situasjoner. I forbindelse med utviklingstraume, er det økt sannsynlighet for at barns reguleringskapasitet vil være underutviklet. Det kan begrunnes med at foreldrene har sviktet sin rolle til å være barnets

reguleringsstøtte, som videre preger negativt barnets reguleringssystem og utvikler reguleringsvansker (Nordanger & Braarud, 2017). Sagt på en annen måte, når omsorgspersonen eller omsorgspersonene selv utsetter barnet for vold, neglekt og/eller omsorgssvikt, samtidig som å overlate barnet til å håndtere sine fryktreaksjoner på egenhånd; predikerer utvikling av et hypersensitivt alarmsystem og et under utviklet reguleringssystem hos barnet.

## Toleransevinduet

Alarmsystem og reguleringssystem er kjemiske reaksjoner som foregår i hjernen og utløses når barnet føler fare, trussel og/eller frykt. Ifølge Paul MacLean består hjernen av tre hjerneområder og refereres til som *den tredelte hjernen* (Siegel, 2010, ss. 15-21). I en grov inndeling består hjernen av; Hjernestamme, det limbiske hjernen og prefrontal korteks, der hvert område har sin hovedfunksjon (Siegel, 2010). I det limbiske hjernen er alarmsystemet plassert og kalles for Amygdala. Amygdala fanger opp potensielle trusler og sender signaler videre til hjernens reguleringssystem; Som består av prefrontal korteks og hippocampus, og sin funksjon innebærer vurdering av trusselen (Nordanger & Braarud, 2017). Når barnet har utviklet et hypersensitivt alarmsystem og under utviklet reguleringssystem vil det ofte utløse hyper- eller hypotilstand.

For å visuere dette, er det utviklet *toleransevinduet* modellen som tar i utgangspunktet individets mentale tilstand i ulike stressituasjoner (Nordanger & Braarud, 2017). Toleransevinduet formes og utvider seg avhengig av samspill med primære omsorgspersonene. For et barn som opplever trauma og ikke blir regulert nok av sine omsorgspersoner, vil toleransevinduet ikke utvide seg. Selve sonen i toleransevinduet fremstiller den optimale aktiveringssonen; der individet er tilstedeværende, i stand til å konsentrere seg og delta i sosiale samspill med andre (Nordanger & Braarud, 2017).

Ved lite eller ingen stimulering kan vinduet bli smalt og fører til at tilstanden ofte spenner mellom hyper- eller hypoaktivert. Hypertilstand kjennetegnes med alarmreaksjoner som uro, utagering og aggresjon (Nordanger & Braarud, 2017, s. 85). Hypoaktivering referer til lav tilstand i toleransevinduet og kjennetegnes med tomhet og avstenging i forhold til verden. Dette kan resultere i et smalt toleransevinduet og under utviklet reguleringssystem, som følger med individet utover i voksenalder (Siegel, 2010). Manglende reguleringsstøtte og tilknytningsdysfunksjon kan være bakgrunnen for psykiske lidelser og vansker i voksen alder (Skårderud, Haugsgjerd, & Stänicke, 2018).

## Utviklingstraumaer som konsekvenser på foreldreskapet

Nå som vi har gjort oss kjent med hva utviklingstraume innebærer, skal jeg videre redegjøre for effekten den har på foreldrefunksjonen, dermed kan dette kapittelet inneholde noe drøfting.

Basert på forskningslitteraturen så langt, kan det antas at foreldre med utviklingstraumer og destruktive oppveksterfaringer, har mest sannsynlig utviklet et forstyrrede tilknytningsmønster. Som i størst grad påvirker relasjonsbyggingen mellom de og deres egne barn (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018). Ifølge tilknytningspsykologi vil disse kategoriseres under negative tilknytningsmønster: utrygg, ambivalent eller unnvikende. Og videre innvirker på grad av sensitivitet i sin omsorgspraksis og omsorgsutøvelse (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008, s. 180; Smith, 2017). I lys av generasjonsoverføring kan vi også hevde at disse tilknytningsmønstre kan overføres til egne barna.

Fonagy, 2009 opplyser at foreldrefunksjoner i samspill med deres barn, er påvirket av foreldrenes tidligere omsorgserfaringer. Ifølge tidligere forskning angir en klar overrepresentasjon av foreldre som selv ble fysisk misbrukt eller misbehandlet under oppvekst, vil selv repetere slike mønstre i samspill med egne barn refererer til holte et al. 2008 i (Dyregrov, 2010). Foreldrene tyr altså tilbake til å bruke de samme oppdragelsesmønstre som de selv ble møtt med av egne omsorgspersoner. I dette tilfelle tyder det på sannsynlighet for at utviklingstraumatiserte foreldrene, kan praktisere ulike former for misbehandling eller vold med sine barn. Altså er foreldrenes omsorgsmønstre overførbare til sine barn i samspill med de (Smith, 2017). Dette kan tolkes som at de negative handlingsmønstrene er en implisitt lært atferd som er integrert i foreldrenes indre arbeidsmodeller.

Klinisk erfaring tilser utviklingstraumatiserte foreldre kan har stor sannsynlighet for å utvikle depresjon. Det hevdes videre at det er mange likhetstrekk mellom traumatiserte og deprimerte foreldre (Dyregrov, 2010). Foreldre som er traumatiserte og deprimerte kan bli overopptatt av det som har skjedd og ikke «ser» sine barn (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018; Dyregrov, 2010, ss. 58-60). Vi kan tenke at dette kan redusere deres foreldrekapasitet i form av at de oppleves utilgjengelige for barnet og er ikke i stand til å være til stede i spillet her og nå. Å være utilgjengelig kan innefatte kapasiteten til å utfylle den generelle foreldrerollen som å sørge for barns fysiske, mentale og følelsesmessige behov. Herunder glede seg over barnet, vise det forståelse og gi det sans av at det er verdifullt. Tilstanden beskrives for «å være følelsesmessig flat», som videre påvirker kvaliteten på å være responderende og stimulerende (Dyregrov, 2010, s. 41). Eksempelvis kan være stressende situasjoner barnet står i som krever

foreldrenes trøst og oppmuntring i øyeblikket, ikke får det. På grunn av at utviklingstraumatiserte foreldrenes svekket funksjon, ikke gjøre det mulig å respondere tilstrekkelig på det barnet trenger.

Gjennom tidligere studier av mødre med depresjon som er forårsaket av traumer, ble det funnet at småbarn etterligner mødrenes følelsestilstand. Dette antas å ha sammenheng med mødrenes konstante negative samspillmønstre og svekket stimulering av barns viktige utviklingsmuligheter (Dyregrov, 2010, s. 58). Dessuten hevder Milgrom og McCloud at depresjon svekker foreldreevnen til å engasjere seg positivt i barnet (Killén, 2013, s. 85). Mens (Rickard mfl. 1981) referert i Killén, 2013 mener at deprimerte foreldre har tendens til å overtolke barnets atferd som problematisk, som i samspillet formidles videre til barnet (Killén, 2013, s. 85). Slik fortolkning kan risikere at foreldrene trekker seg unna barnet, og samspillet blir preget av deprimertstil. Dette kan signalisere for barnet at det er uønsket og ikke verdifullt. I motsetning til å engasjere seg positivt i barnet, som er med på å legge grunnlaget for barns utviklingsmuligheter. Herunder utvikling av et selv, oppfatninger av selvet og omverdenen. Ifølge Donald Winnicott (1971) kalles dette for *speiling*, og skjer når mødrene møter barnet ansikt til ansikt (Binder & Nielsen, 2017). Siden morens blikk i møte med barnet er stadig preget av tristhet og nedstemthet, blir samspillet med barnet negativt stimulert. Slik kan barnets oppfatning av seg selv og forestillinger om verden dannes utfra hennes tristhet og nedstemthet. Dette kan med andre ord hemme barns positive utvikling, og hindre utvikling i forhold til læring og utfoldelse av sin nysgjerrighet til å utforske verden som ligger i dets natur.

Utviklingstraumatiserte foreldre har som regel manglende overskudd, krefter og er mindre observante i møte med sitt barn (Killén, 2013, s. 76). Dette hemmer foreldrefunksjonen til å *se, akseptere og engasjere seg følelsesmessig positivt* i barnet (Killén, 2013). En kan tenke seg at dette er forårsaket på bakgrunn av at de ikke er tilpasset seg hendelsen, eller ikke har bearbeidet sine traumer. Konsekvensene av dette kan i møte med barnet være manglende kjærighet, omsorg og trygghet, som er grunnleggende for dets psykologiske utvikling og emosjonell intelligens. Vi bør også være åpen for muligheten av at foreldrene ikke er i stand til å være følelsesmessig tilgjengelig i samspill med barnet, fordi at disse funksjonene ikke er en del av deres indre arbeidsmodeller (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 131). Sagt på en annen måte kan dette spores tilbake til foreldrenes egne omsorgserfaringer som ekskluderte dette, og foreldrene derfor i møte med sitt barn har manglende forståelse og involvering av dets emosjoner og behov. Evnen til å forstå og tilpasse barns behov i forhold til biologisk og kognitiv utvikling, samt evnen til å forstå dets følelsesmessige behov og formidle empati og



kjærlighet er svekket. Dette minnes om implikasjoner det Daniel Stern kaller for *feil følelsmessig inntoning* (Urnes, 2005). Utviklingstraumatiserte foreldre har manglende evne, og responderer feil til det barnet kommuniserer og har behov for. Dette kan føre til at barnet ikke får bekreftet sitt følelsesliv eller indre verden.

I utviklingstraume kapittelet redegjorde jeg for hvordan omsorgspersonen fungerer som barnets reguleringssystem, og at reguleringssøtten bør innebære høy grad av refleksiv fungering (Nordanger & Braarud, 2017). For utviklingstraumatiserte foreldrene, kan det tenkes at det er høy sannsynlighet for at de har reguleringsvansker og et svekket refleksive fungering. Med andre ord kan vi påstå at foreldrene har i liten grad evnen til å regulere sine egne affekter. I lys av generasjonsoverføring bør vi være oppmerksomme på at dette kan være problematisk for barns utvikling av et reguleringssystem. Blant annet fordi det er foreldrenes ansvar som omsorgsperson å hjelpe barnet til å utvikle dets reguleringskapasitet, men også på grunn av deres svekket reguleringssystem vil ikke dette være mulig å tilby barnet. Dessuten bør vi være oppmerksomme på at under reguleringsvansker, kategoriseres negative reguleringsstrategier (Nordanger & Braarud, 2017), som kan hemme barns emosjonelle og kognitive fungering. Fordi at barnet speiler omsorgspersonen, kan det tenkes at det er sannsynlighet for at disse også videreføres til barnet. Altså grunnleggende foreldrefunksjoner som å lære barnet å organisere og uttrykke sine følelser og tanker, gjennom ord og handling være svekket.

Forskning viser betydelig sammenheng av tidligere erfaringer av stress og psykiske lidelser hos voksne, og angir at kronisk stress kan resultere til varig forstyrrelser i måten hjernen kontrollerer emosjonell aktivering og deaktivering (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 157). Vi kan si at evnen til å reflektere rundt eget og barnets indre mentale prosesser være begrenset eller svekket. I lys av dette kan vi tenke at foreldrenes utviklingstraume har forårsaket et konstant aktivt alarmsystem som ikke klarer å skille mellom farlige og ufarlige omgivelser og/eller situasjoner (Nordanger & Braarud, 2017). Barn trenger sans av trygghet og forutsigbarhet, men når foreldrene er i stadig stress vil det skape uro og stress hos barnet selv. Dessuten kan foreldrenes ofte tolkning av omgivelsene som farlige, hindre barnet til å kunne utforske omverdenen eller forme tillitt til den. Dette kan også skape frykt og redsel hos barnet, og hemme muligheter for utviklingsvilkår. En kan si at omsorgspersonene som skal opptre som barnets reguleringssystem, gi det grunnleggende trygghet og forutsigbarhet, forårsaker barnet frykt, stress og uro.

Under sårbare situasjoner kan utviklingstraumatiserte foreldre ha en begrenset mulighet for å aktivere sin prefrontale korteks, for å kunne vurdere situasjonen fornuftig eller muligheten til å kontrollere sine følelser. Da dette går tilbake til sine tidligere omsorgserfaringer og det faktum at foreldrene ikke ble regulert. Den måten de overlevde stressituasjoner på, var enten hypo- eller hyperatilstand, altså utenfor toleransevinduet. Det kan tenkes at foreldrene i samhandlingen viderefører egne reguleringsvansker til sine. Siden det krever av foreldrene å opptre som barnets reguleringsstøtte, men på grunn av opplevd komplekse traumer, kan denne evnen svekkes. Som videre kan prege negativ barnets evne til selvregulering og regulering av følelser.

For å oppsummere kan vi si at foreldre med utviklingstraumer har en rekke med utfordringer som svekker deres foreldrefunksjoner. Det er en sannsynlighet for utvikling av depresjon, kronisk stress eller andre psykiske lidelser forårsaket av traumene. På grunn av deres vonde oppveksterfaringer vil de ikke kunne tilby egne barn trygge rammer, men snarest utrygghet, stress og uro. Spesielt i sårbare situasjoner hvor barn trenger sterke og trygge omsorgspersoner. Dessuten har utviklingstraumatiserte foreldre sviktet evne til å være barnets reguleringssystem og reguleringstøtte, på grunn av deres forstyrrede indre arbeidsmodeller og fordi de mangler kapasiteten til å regulere følelser. De kan handle impulsivt, kan være svært sensitive og sårbare. Konsekvensen vil videre hemme evnen til grensesetting, som forutsetter stabilitet og forutsigbare rammer for barnet. Herunder muligheten til en utvikling av et selv, tilrettelegging av barns læring og kognitiv utvikling. En kan si at de er utilgjengelige følelsesmessig og på mange måter ikke utfyller de viktigste funksjonene for et *godt foreldreskap*.

## Verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre

I dette kapitlet blir det gjort rede for utviklingspsykologi. Spesifikt tilknytningspsykologi, som tar stor plass i forståelsen av relasjonelle traumer, og foreldre- barn samspillet. Videre fremlegges tre metoder som bygger på og springer ut fra utviklings- og tilknytningspsykologi; Adult attachment interview, Circle of Security og emosjonsfokuset ferdighetstrening. I den sammenheng refereres de til som *verktøy*; Dette begrunnes med at de i samarbeid med foreldrene, benyttes som hjelpemidler til å oppnå sunne relasjonelle interaksjoner innad familien.

### Utviklingspsykologi som forståelse

Utviklingspsykologi et bredt perspektiv som omfatter blant annet objektrelasjonsteori, interpersonligteori, selvspsykologi og mentaliseringsteori, som omtales under fellesnevner *relasjonell psykoanalyse* og har sitt preg av Sigmund Freud (1856 – 1939) sin psykoanalytiske tekning og klassisk psykoanalysen som ligger i bakgrunnen (Gulbrandsen, 2017). Utviklingspsykologi har et vidt spekter av antakelser og syn på samme utviklingsmessige fenomener som preges av grunnleggende ideer som motstrider hverandre. Samtidig som det presenterer søken for faglig forståelse og forklaring på hva som forutsetter sunn og normalutvikling, samt atferdsforstyrrelser og psykiske problemer hos barn under utviklingssensitive perioder (Tetzchner, 2013).

Ifølge utviklingspsykologi er menneskets atferd, opplevelse og fungering, avhengig av og et resultat av alle nåværende og tidligere hendelser (Tetzchner, 2013, s. 17). De fleste nyere utviklingsteorier bygger på antakelsen om et *livsløpsperspektiv*; der utviklingen av individet fortsetter i voksenalderen og ut livet. Samt psykologiske utviklingsperspektiver og inndeling av utviklingsfaser basert på aldersrelaterte forandringer og modning (Gulbrandsen, 2017, s. 22). Nyere psykoanalytiske perspektiver som omfatter relasjonsorienterte perspektiver, tydeliggjør på at mennesker er grunnleggende sosiale vesener som utvikler seg gjennom mellommenneskelig interaksjon (Binder & Nielsen, 2017).

Jeg-psykologien og tilknytningspsykologi vektlegger betydningen av sosiale relasjoner. Samt omsorgsgiverens rolle på barnets utvikling de aller første leveårene, som legger særlig preg på dets utvikling og oppfatning av seg selv og omverdenen (Raaheim, 2019). På grunn av oppgavens omfang, er nettopp dette som videre skal gjøres rede for.

## Tilknytningsteori og tilknytningsmønstre

Psykiateren John Bowlby (1907-1990) og psykoanalytikeren Donald W. Winnicott har felles enighet om at kvaliteten på at tidlig tilknytning mellom spedbarnet og omsorgspersonen former barnets personlighet. Tilknytningsmønstre kan også påvirke barnets evne til å inngå relasjoner senere i livet (Fonagy, 2006). Ifølge Erik H. Erikson formes barnets grunnleggende tillitt eller mistillit, hovedsakelig gjennom måten moren forener oppmerksomheten og omsorgen for spedbarnets individuelle behov på (Erikson, 2000).

John Bowlby definerer tilknytning som et emosjonelt bånd barnet knytter til sine omsorgspersoner som varer livet ut og på tvers av fysisk avstand (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). Bowlby påstår at omsorgspersonen fungerer som en tryggbase for spedbarnet idet det utløser tilknytningsatferd; når det søker nærhet og trygghet, og omsorgspersonen svarer ved å trøste og nedregulere det (omsorgssystem). Kvaliteten på tilknytningsatferden forutsettes av kvaliteten på tilknytningsmønstre mellom barn og foreldre (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). Avhengig av erfaringene barnet skaper i samspill med omsorgspersonen og til hvilken grad omsorgen er sensitiv og responsiv, forutsetter barnets senere sosiale relasjoner og selvoppfatning – det Bowlby kaller for *indre arbeidsmodeller*: som er barnets mentale representasjoner av virkeligheten, der tilknytningspersonen utgjør grunnlaget for (Fonagy, 2006, ss. 115-118).

Med utgangspunktet i John Bowlby sin tilknytningsteori utarbeidet Mary Ainsworth og hennes medarbeidere et empirisk studie av barnas tilknytning; *fremmedsituasjon* (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017). Studiet baserer seg på mønstre av samspillsaktivitet som aktiverer barnets tilknytningssystem, og klassifiseringen legges særlig vekt på barnets tilknytningsatferd (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). Ainsworth klassifiserte tre (og senere den fjerde) hovedkategorier, som representerer strategier barnet benytter seg ved håndtering av fare i nære samspillsituasjoner: B – trygt tilknytningsmønster, A – utrygge og unnvikende tilknytning, C – utrygg og ambivalent, og senere D – desorganisert tilknytning (Fonagy, 2006; Smith, 2017).

## Adult attachment interview

Inspirert av Ainsworth og hennes medarbeidere sin studie av *fremmedssituasjon*, utviklet Main og sine medarbeidere *tilknytningsintervju for voksne (AAI)* (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). Intervjuet belyser hvordan foreldrenes indre arbeidsmodeller og forståelse av egen barndom og tilknytningsmønster, bidrar til overføring av tilknytningsmønster på tvers av generasjonene (George et al., 1996) referert i (Fonagy, 2006, ss. 32-33). Intervjuet består av 20 spørsmål og generelle fortellinger om intervjuobjektets barndom. Intervjuobjektet blir bedt om å fortelle om sin relasjon til hver av omsorgspersonene og eventuelt andre betydningsfulle voksne i barndommen. Temaer om mulig opplevd dødsfall, overgrep eller andre traumatiske hendelser under oppveksten og hvordan vedkommende reagerte tas i betraktning. Intervjuets særpreg er å stille kompliserte livsspørsmål og barndomsproblematikker på kort tid, for å oppnå hensikten om at intervjuobjektet ikke får muligheten til å tenke grundig gjennom sine svar (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 135). Gjennom resultatet av intervjuet, kunne forskerne enkelt undersøke hvordan foreldrenes tilknytningsmønster kunne prege deres foreldreferdigheter/ atferd /omsorgsrolle i samspill med egne barn (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008, s. 180).

Ved kartlegging av svarene på intervju spørsmålene, kunne forskerne anta barnets tilknytning, gjennom å kategorisere/ klassifisere foreldrenes tilknytningsmønster. Intervjuets kodesystem består av fire klassifiseringer, en for sikker tryggtilknytning og tre kategorier for usikre mønster; F - beregnet som den uavhengige klassifiseringen, og de tre usikre mønstre: Ds – det avvisende: idealiserende eller nedsettende holdning til tilknytning. E – overinvolverte: sinte eller passive. U – uforløste i forhold til tap eller overgrep. I sammenheng med spedbarns tilknytningskategoriene unnvikende og ambivalent, korresponderer kategoriene Ds og E, mens U tilsvarer desorganisert i tilknytningssystemet for spedbarn (Fonagy, 2006, ss. 32-33).

Studie ble brukt til videre arbeid av Georig og Solomon 1999 referert i Fonagy, 2006: viser seg at barn med trygge tilknytningsmønster har mødre som skårer høyt på: sensitivitet, aksept, samarbeid og tilgjengelighet. Mødre av barn med unnvikende tilknytningsmønster fikk derimot merkelapp som avvisende og fysisk distanserte. Mens mødre med barn med ambivalent eller motstridende tilknytningsmønster, viser mangel på lydhør over barnas uttrykk for redsel og frustrasjon. Samtidig som å være inkonsekvent i atferden de møter barna på. Gjennom tilknytningsintervju for voksne (AAI), fant de ut av at traumer eller negative tilknytningsmønster (avvisning, ambivalent, utrygg, motstridende osv.), spesielt i morens

barndom, var systematisk relatert til den samme type tilknytningsmønster mellom henne og barnet hennes (Fonagy, 2006, ss. 32-33). Enklere sagt, har forskning konkludert med at morens negative tilknytningsmønster var systematisk relatert til barnets tilknytningsmønster.

## Adult attachment interview som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre

Vi har nå i forskningslitteraturen sett at det er en sammenheng mellom barnets tilknytningssystem og foreldrenes tilknytningsmønster. Denne kan også forekomme i form av foreldrenes negative oppveksts erfaringer og utviklingstraumer, som svekker deres foreldrefunksjon og omsorgskapasitet (Fonagy, 2006). Videre drøftes hvorfor AAI er viktig i møte med utviklingstraumatiserte foreldre, og hvordan vi kan forstå generasjonsoverføringen av disse negative tilknytningsmønstre.

Kunnskap AAI gir oss er avgjørende i praksis, spesielt fordi det gir oss muligheten til å kunne identifisere foreldrene med høy risikobakgrunn (Fonagy, 2006). Dette vil være første steget mot endringsarbeidet, fordi det gir oss muligheten til nærmere undersøkelse av problemet som forårsaker vanskene og svekker omsorgskapasiteten. Belsky og Steinberg, 1993; Gilbert mfl., 2009 mener at vi kan oppnå dette blant annet med å kartlegge foreldrenes omsorgshistorie referert i (Christiansen & Kojan, 2016, s. 116). AAI gir oss nettopp denne muligheten; i form av utredning og gjennom å stille gjentatte kompliserte livsspørsmål og barndomsproblematikker uten å få særlig tid til å tenke gjennom (Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008), kan føre til at foreldrene uttrykker trigger som ligger i bakgrunnen for deres omsorgspraksis. Å stille slike spørsmål betegnes som «å overraske det ubevisste» i (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017). Altså det som påvirker de, deres atferd og omsorg i relasjon med barnet, muligens uten at de er klar over det. Denne kan forekomme i samhandling med barnet gjennom måten de kommuniserer og fremtreden som kan være full av sinne, frykt eller fortvilelse, og i sin tur forårsaker utrygghet og frykt i hos barnet (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018).

Dessuten indikerer foreldrenes tilknytningsmønster videre på barnets tilknytningsmønster, som i seg selv kan åpne muligheter for å iverksette tidlig intervensjon for å hindre utvikling av utrygge, ambivalent eller desorganiserte tilknytningsmønster hos barnet. Ved en rapport foretatt for å finne ut av kontinuitet og stabilitet i forhold til trygge og utrygge klassifikasjon fra to årsalderen til 20 årsalderen, viste resultatet kontinuiteten på om lag på 72 –77% (Hamilton, 2000; Waters et al., 2000) referert i (Fonagy, 2006, s. 38). I lys av dette kan vi hevde

at AAI er nokså presis i klassifiseringen, og kan være effektiv redskap til å bryte generasjonsoverføring. Den informasjonen klassifiseringen gir oss, kan tidlig fange opp barn med utviklingstraumatiserte foreldre. I den forstand at det innføres tidlig intervensjon og muligens innvilgelse for ulike hjelpetiltak som hindrer eller begrenser en varig omsorgsskade hos barnet. Å intervenere tidlig har gjerne en sammenheng med *mildeste effektive inngrep* som er et av barnevernets grunnleggende prinsipper (Bufdir, 2020). Den minsker også risikoen for å måtte gripe inn senere med strengere tiltak, som for eksempel omsorgsovertakelse (Eriksen & Germeten, 2012). Med ulike hjelpetiltak for barnet refereres gjerne til ulike tilbud som er tilrettelagt for behandling av barn og ungdom.

Klassifisering av foreldrenes tilknytningsmønster danner grunnlaget for videre arbeid med utviklingstraumatiserte foreldrenes problemforståelse og kartlegging (Nordanger & Braarud, 2017). Basert på dette kan vi på en måte hevde at AAI er *indikatoren* på foreldrenes tilknytningsmønster, som hjelper barnevernspedagogen til å definere hvor svekket foreldrefunksjonen er, samt vurdere hvor optimal eller utilfredsstillende foreldreferdighetene er. Det er et verktøy som understreker svakheter og begrensninger. Samtidig som det åpner mulighetene til å kaste lys over ressursene foreldrene har, som kan styres gjennom videre veiledning. Det er teoretisk og forskningsbasert kunnskap som svært relevant for yrkesutøvelsen (Herberg & Jóhannesdóttir, 2018). Klassifisering kan hjelpe i forhold til beslutninger angående å finne de rette hjelpetiltakene og igangsette intervensjoner som er tilpasset de områdene som foreldrene trenger mest hjelp og støtte til. I tillegg til at det fører til ivaretagelse av rettferdigbehandling for tjenestemottakerne, som i dette tilfelle er utviklingstraumatiserte foreldrene og deres barn. Samtidig hindre uetisk handlinger, undertrykking og umyndiggjøring i møte med de (Kojan & Storhaug, 2015).

Dette er viktig siden barnevernspedagoger besitter betydelig kunnskap om utviklingsstøttene vilkår, dannelse av trygg tilknytning, og om konsekvenser av omsorgssvikt etc. (Christiansen, Iversen, & Kojan, 2016, s. 117). Bør en være klar over sannsynligheten av at foreldrene kan bli møtt med fordømmelse, skuffelse eller frustrasjon på, grunn av deres omsorgskapasitet som i barnevernstjenestens perspektiv ikke er tilfredsstillende nok. Om det uttrykkes for foreldrene kan det svekke deres selvtillit, selvrespekt og selvaktelse (Ellingsen & Skjefstad, 2005). Samtidig som det vanskeliggjør samarbeidet, blant annet fordi det kan oppfattes som enda en belastning for foreldrene. AAI fremlegger for oss forståelse av foreldrenes vansker og traumer, som kan være en forklaring for deres svekkede samhandlingsmetoder med sine barn. En kan hevde at dette kan være en form for etisk bevisstgjøring; Slik at vi heller kan møte de med

anerkjennelse for vonde omsorgserfaringer, empati og forståelse – slik det er nedskrevet blant annet i kunnskapsgrunnet (Eide & Skorstad, 2019; Ellingsen & Skjefstad, 2005).

For å oppsummere kan vi hevde at AAI som et verktøy kan i møte med utviklingstraumatiserte foreldre bidra til tidlig identifisering av foreldrene med høyrisiko, samt tillegger barnevernspedagoger informasjon om barnets omsorgssystem. Kunnskap AAI tilfører kan være forebyggende for barn og unge av utviklingstraumatiserte foreldre. Det forutsetter innføring av tilpasset tiltak for både foreldrene og barna. AAI kan bidra med iverksettelse av tidlig intervensjoner som gjerne innvirker nøyaktig på de svekkede områder i foreldrefunksjonen, som kan bidra positivt i foreldreferdighetene. Samt hindre iverksettelse av senere strengere tiltak som omsorgsovertakelse. For barnevernspedagoger kan det skape forståelse rundt foreldrenes traumer og vonde barndomserfaringer, som kan hindre ulike former for krenkelser eller frustrasjon de ellers kan bli møtt med.



## Circle of security

Circle of security også kalt for trygghetssirkelen bygger eksplisitt på tilknytningsteori og forskning. Programmet ble utviklet i USA på 80-tallet, gjennom kliniske forsøk på å anvende kunnskapen om tilknytningsteorien i klinisk praksis. Det finnes to hovedretninger innen COS som blir tatt i bruk i Norge, COS – I: internasjonal og COS – P: foreldreveiledningsprogram. Begge er en terapeutisk og forebyggende intervensjon. Behandlingsprogrammene bruker anerkjente instrumenter som psykoedukativt materiale og er et mentaliseringsfremmende metode (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 111). Forutsatt tilknytning og mentalisering, legges det også vekt på affektregulering av barns følelser og foreldrenes indre representasjoner. Formålet med COS er å fremme trygg tilknytning hos barn av foreldre som selv har opplevd dårlig omsorgserfaringer (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 113). Hensikten med behandlingsprogrammet er å styrke omsorgspersonene i foreldrerollen, samt tillegge foreldrene forståelse av tilknytningspsykologi.

I mentaliseringsbegrepet ligger betydningen av "se seg selv utenfra" og "se andre mennesker innenfra" (Wallroth, 2011). Det handler om å ta den andres perspektiv og prøve å forestille seg hva den andre føler og hva som ligger bak handlingen den gjør. Samtidig som å være bevisst og ha kontakt med egne følelser og tanker (Fonagy, 2006). I psykoedukasjon er en behandlingsform som bruker til å tillegge klienter kunnskap og informasjon om den spesifikke diagnosen/ vansken (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018).

Trygghetssirkelen forestilles for foreldre gjennom et mentalt kart som representerer barns emosjonelle behov, som de kan å ha med seg i møte med sine barn (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018). Selve sirkelen illustrerer foreldrene, og inneholder to hender på hver side som forestiller omsorgspersonens rolle og autonomi i forhold til barnet. De to hendene på hver side er de fundamentale aspektene ved sirkelen og framstiller trygg base og trygg havn, som er avgjørende for foreldrenes omsorgskompetanse i samspill med barnet (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018). Med trygg base forventes av foreldrene å være trygg og støttende til barnets utforskning og nysgjerrighet til å undersøke og lære. Mens trygg havn har betegner ferdigheten til å beskytte og trøste barnet, samt organisere dets følelser når barnet trenger trøst og regulering (Smith, 2017).

## Circle of security som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre

Circle of security bygger på tilknytningsteori som har hatt og fortsatt har størst betydning for hvor «godt» samspill mellom foreldre og barn er. Basert på forskningslitteraturen kan en vi se en vesentlig sammenheng mellom tilknytningsteori og innholdet i definisjonen av et godt foreldreskap (Killén, 2013). Det som gjør trygghets sirkelen enestående i arbeid med utviklingstraumatiserte foreldrene er kombinasjonen av tilknytningsteori, mentaliseringsperspektivet og psykoedukasjon tilnærming, som til sammen kan utgjøre et godt verktøy for å styrke foreldrerollen. Det tenkes at tilknytningsteorien og mentalisering er «innbakt» i hverandre og på flere måter utfyller hverandre (Wallroth, 2011).

Tilknytningsteorien fremmer trygg relasjon og tilknytning mellom utviklingstraumatiserte foreldrene og barna. Dette kan lar seg gjøre gjennom *psykoedukasjon* eller «opplæring» av foreldrene i grunnleggende områder av tilknytningspsykologi, som barnevernspedagoger selv benytter og som er vesentlige for å oppnå trygge relasjonelle forhold. Foreldrene får en form for bevisstgjøring i betydningen av det biologiske *emosjonelle båndet* som dannes mellom de og barnet (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017). Og dermed bevisstgjøring av ansvaret og autonomien de har som følger med det båndet. I den sammenheng at de får kunnskap og informasjon for hva som forutsetter trygg tilknytning hos barnet, og hva som fører til at barnet utvikler utrygge eller destruktive tilknytningsmønstre (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018). Dessuten gjennom bruk av psykoedukasjon tilleggs utviklingstraumatiserte foreldrene kunnskap om eget tilknytningsmønster, og gjerne forklaring på «hvorfør de er som de er». Som igjen kan være en form for selvbevissthet, og øker deres mentaliseringskapasitet.

I lys av generasjonsoverføring kan dette forekomme av at foreldrenes egen engstelighet, uro og behov for beskyttelse, komme i veien for barnets naturlige nysgjerrighet til utforskning av verden. Ved bruk av mentalisering i veiledningen kan vi utfordre foreldre til å skille mellom egne følelser og barnets behov (Wallroth, 2011). I veiledningen kan dette gjøres ved å påpeke for foreldrene *trygg havn* sin funksjon som innebærer at de behøver å være trygge og sikre for sine barn, og ikke la egne behov komme hindre barns utvikling. I denne prosessen får foreldrene informasjon om at uroen de kjenner på ikke er en reell fare, og har en sammenheng med foreldrenes omsorgserfaringer (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018). Her kan en benytte kunnskapen en har fått gjennom AAI prosedyren, til å gjøre foreldrene kjent med konsekvenser av sin omsorgshistorie. Dette kan også bevisstgjøre foreldrene om at deres utrygge oppfatning og mistillit til verden kan videreføres til barnet. Som igjen kan skape usikkerhet og mistillit i barns indre arbeidsmodeller, og dermed hindre det fra utvikling av god

psykisk helse, oppfatning av seg selv og sunne relasjoner til andre mennesker (Smith, 2017). Trygg havn og trygg base minnes om begrepet til Jerome Bruner (1972) *støttende stillas*; hvor foreldrene skal tilrettelegge utforskningsomgivelser, så trekke seg i bakgrunnen og la barnet finne ut av det selv (Bøe, Fimreite, Steinnes, Hognestad, & Moser, 2020). Dette utvikler foreldrenes *mentaliseringskapasitet*, gjennom å utfordre de til å reflektere over egen autonomi og rolle, og barns behov og signaler. Det kan også styrke foreldrenes funksjon til å «fortolke» barns behov og evne til å speile dets følelser (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017).

Det essensielle i trygghetssirkelen er at det er et visuelt redskap, og er nettopp denne egenskapen som gjør den så verdifull i møte med foreldrene. Den har enkel oppbygging og lett å huske. Det predikerer at foreldrene har den «med seg» overalt fordi den er lett tilgjengelig. Som øker muligheten for trening i å bruke den, og bruk av den i situasjoner hvor foreldrene befinner seg usikre på hva de skal gjøre eller føle i den gitte situasjon. Slik at formålet innen COS-p å internalisere trygghetssirkelen i foreldrenes indre arbeidsmodeller kan være sannsynlig (Brandtzæg, Smith, & Torsteinson, 2018, s. 114). De begrunnes med at de grafiske forestillingene av hendene på hver side forestiller trygg base og trygg havn, kan føre til at foreldrene enkelt henvender seg til sirkelen i situasjoner de opplever stressende i samspill med barnet, og dermed gi dem muligheten til å respondere; i den forstand at de kan «se for seg» trygghetssirkelen og fortolke hvor i sirkelen barnets behov uttrykkes og handle videre derfra. Slik utvikles foreldrenes forståelse og oppfatning av barns følelser, behov og signaler (Bufdir, 2015). Ved gjentakelse og kontinuitet kan dette skape et tillitsbånd mellom barn og foreldrene, som igjen er assosiert med barns tilknytningstrygghet (Smith, 2017).

COS er en utbredt foreldreveiledningsmetode i dag, som er gjort mange studier og forskning på. Ifølge studiene som er gjort, angir de aller fleste at det er et nyttig foreldreveiledningsprogram. Ifølge en masteroppgave uttrykker 3 av 4 informanter om at de er fornøyde med programmet og/ eller kurset. Informantene angir å for ha brukt de verktøyene de fikk i veiledningen lenge etter det tok slutt (Gundersen, 2018). Når det er sagt har COS sine svakheter som vi burde ta hensyn til, for eksempel uttrykker et intervjuobjekt i en annen masteroppgave at veiledningen manglet konkrete råd til flere konkrete situasjoner (Dingstad, s. 52). Dette er noe som blir tilbudt i EFST, som blir diskutert senere i oppgaven.

På bakgrunn av dette kan vi si at Circle of security i møte med utviklingstraumatiserte foreldre har flere hovedfunksjoner som gjerne inngår i hverandre. Det kan fremme sunne foreldre – barn samspill og tryggtilknytning hos barnet. Dette oppnås ved bruk av psykoedukasjon

gjennom å tillegge foreldrene kunnskap om de grunnleggende sidene ved tilknytningsteori, samt utvide forståelsen av deres rolle som barns primære omsorgspersoner og konsekvenser den har for barnet. Gjennom dette dannes det også forståelse av eget tilknytningsmønster, som i den sammenheng kan utvikle deres mentaliseringsevnen; og dermed evnen til å respondere *godt* på barns behov og følelser. Til slutt får de utviklingstraumatiserte foreldrene trygghets sirkelen som former et tilgjengelig og lett redskap de kan henvende seg til i stressende og usikre situasjoner.

## Emosjonsfokuset ferdighetstrening

På engelsk emotion-focused Skills Training (EFTS), har sitt opphav av den kanadiske psykologen Joanne Dolhanty og baserer seg på forestillingen om «I feel, therefore I am». Grunnfilosofien baserer seg på at psykiske problemer oppstår når vi mister kontakt med grunnleggende følelser og behov (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Tilnærmingen handler om å være bevisst på sine følelser, forstå og akseptere dem, for å så kunne regulere og lære å sette ord på dem på en hensiktsmessig måte. Boken bygger seg på humanistisk og transdiagnostisk tilnæringsmetode, samt opplevelsesbasert veiledningsmetode og en endringsmodell som forutsetter emosjonell prosessering og endringsarbeid både hos foreldre og barn. Tilnærmingen tar utgangspunktet i at foreldre er barnets viktigste kilde til emosjonell støtte, varme, nærhet og trygghet; av den grunn vektlegges veiledningen imot å styrke foreldrenes evne til å hjelpe eget barn, framfor at terapeuten skal hjelpe barnet (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021, ss. 27-29). Det er nettopp dette som legges vekt på videre i besvarelsen.

### Emosjonsfokuset ferdighetstrening som foreldreveiledning

I Norge blir Emosjonsfokuset ferdighetstrening hovedsakelig tilbudt til foreldre av barn med psykiske lidelser eller atferdsforstyrrelser, men alle som ønsker/ ber om hjelp kan få tilbudet. Emosjonsfokuset ferdighetstrening foreldreveiledningen tilbys i form av foreldrekurs som kan vare fire til ti møter, varier og tilpasset av foreldres behov. Foreldreveiledningen fordeles utover fem ulike faser, hvor hvert av fasene tar for seg et tema om gangen og avslutter med oppsummering og refleksjon av de gjennomgåtte elementer. Dessuten inneholder hver fase følefeller og stol-arbeid som alle foreldre utfordres til å delta i, fordypning av dette kommer vi tilbake til. Under veiledningen får foreldrene konkrete forslag og verktøy for hvordan de skal møte barnet sitt på en tilstrekkelig måte, samtidig som å få øvd gjennom stol- arbeidet på hvordan dette kan gjennomføres i den enkelte situasjonen.

### Emosjonsfokuset ferdighetstrening som verktøy i møte med utviklingstraumatiserte foreldre

Slik jeg drøftet tidligere i oppgaven, står barn- foreldre samspillet elementært i COS-p og andre foreldreveiledningsprogram. Mens andre forhold ved foreldreskapet kan bli glemt, selv om disse bør tas hensyn til i arbeide (Langstrud, Fauske , & Lichtwarck, 2017). På bakgrunn av dette vil jeg i det følgende drøfte slike forhold som emosjonsfokuset ferdighetstrening tar i betraktning, og bruker som ressurs for tjenestemottakerne. Et særegen i emosjonsfokuset

ferdighetstrening er ideen om at barns primære emosjonelle behov er rettet mot foreldrene (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Det kan tenkes at EFST har et overordna tankegang om at vi må oppnå endring først hos foreldre, for å så kunne oppnå endring hos barna. Intensjonen med å fremme positiv utvikling hos barn, oppnås gjennom å tilby foreldrene hjelp og støtte i sin rolle som omsorgsgiver (Schartau & Myrvold, 2020).

Siden EFST veiledning baserer seg på *oppleveslesbasert tilnærming*, fortsetter at foreldrene blir møtt av terapeuten, slik terapeuten ønsker at foreldre skal møte sine barn. Det omhandler å møte de med forståelse, ikke dømmende holdning, empati og ubetinget aksept; som legger grunnlaget for at foreldrene får hjelp til bearbeidelse av egne umøtte behov og emosjonelle skader (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Dette oppnås på bakgrunn av at foreldrene får stadig trening på å kjenne etter egne følelser og lære å sette ord på de – i EFST betegnes dette som *emosjonell prosessering* (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). I det ligger at terapeuten stadig validerer foreldrenes følelser, som videre fører til at foreldrene validerer barns følelser. Slik får foreldrene dessuten form for meningsdannelse og problemforståelse, da de får innsikt i hva deres utfordring innebærer som dermed gjør det mer håndterbart.

Ved å ta hensyn til foreldrenes følelser i arbeidet, kan det føre til selvbevissthet og styrke foreldrerollen. På bakgrunn av dette kan vi hevde at gjennom EFST får foreldrene en form for terapeutisk behandling (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021), som preger foreldrefunksjonen positivt og som gjør denne veiledningen unik iforhold til andre program. Fordi at emosjonsfokusert ferdighetstrening operer med bakgrunn av at foreldres følelser utgjør en stor del av foreldre – barn samspillet, som gjerne kan bli oversett (Sinding, 2020). Det er hensiktsmessig å nevne at dette ikke betyr at foreldre med utviklingstraumer bør unngå å oppsøke andre hjelpeapparat som har spesifisert kompetanse innen behandling på disse områdene. Budskapet er at EFST inkluderer og tar hensyn til påkjenninger som en ressurs og som kan bidra til positiv betydning for endringsarbeidet. Dette kobles gjerne til en *sirkulær forståelse* som kan åpne for ny informasjon og innsikt for foreldrene (Jensen, 2009); som i sin tur kan bidra til begynnende endring i deres omsorgsmønstre.

Et annen grunnleggende aspekt ved emosjonsfokusert ferdighetstrening som kan styrke foreldrekapasiteten er *emosjonell kompetanse* som har to hensikter; grunnleggende emosjonell prosessering slik det er redegjort for ovenfor, og empatisk validering (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Med empatisk validering legges vekt på at foreldrene lærer å

forstå, respektere og erkjenne barnet, og barnets følelser i den gjeldende situasjonen her og nå. Dette betegnes som « å se barnet innenfra»: Det vil si evnen til å rette oppmerksomheten til og identifisere barns emosjonelle signaler som kroppsholdning og ansiktsuttrykk (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Som vi har sett tidligere strever utviklingstraumatiserte foreldre med affektregulering og følelses inntonning til sine barn. Ved emaptisk validering kan deres reguleringssystem ovenfor barnet utvikles; fordi foreldrene lærer å stoppe opp, tenke seg om, observere og reflektere i interaksjonen med barnet. Dessuten får foreldrene verktøy i veiledningen som gjør de i stand til å lære identifisere og sette ord på barnet sine følelser: Dette verktøyet er i form av ord som har i mål å validere barnet i øyeblikket, slik som «det er ikke rart at du føler [...] fordi [...]». Et annet eksempel er å bytte ut ordet «men» med «fordi»: «jeg forstår at du blir sint [...] fordi [...]» (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021, ss. 82-84). Disse ordene kan gjerne brukes i ulike kontekster så lenge de tilpasses situasjonen, så lenge de klarer å bekrefte barnet og dets følelser. Konsekvens av slik validering kan dessuten være at foreldrene lærer til en viss grad kontrollere sin impulsive og uforutsigbare atferd i møte med barnet, gjennom å stoppe opp, tenke og reflektere før en reagerer.

Slik det har blitt vedvarende gjentatt i oppgaven; er at måten vi ble møtt på av våre omsorgsgivere under oppveksten, legger mye av grunnlaget på hvordan vi møter våre barn (Killén, 2013; Broberg, Granqvist, Ivarsson, & Mothander, 2008). I EFST kalles dette for *følelfeller*, når foreldrenes egne mest utfordrende og vonde omsorgserfaringer hindrer de i å møte barnet på dets emosjonelle behov (Stiegler, Sinding, & Greenberg, 2018). En kan si at de er kroppslig fenomener som ligger implisitt i oss, og blir til følelser når vi først er klare over de (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017). Derfor er det viktig i EFST å først bli bevisst over de, for å kunne videre bearbeide de. For utviklingstraumatiserte foreldre kan forekomme i form av underliggende minner og gamle skrubbsår i ulike dagligdagse situasjoner. Slik vi har sett gjennom litteraturen, har de tendens til å overtolke barns atferds som problematisk (Killén, 2013, s. 85). I Veiledningen er det tilrettelagt nettopp for å minske disse følelfellene, som kommer i veien for godt samspill mellom foreldre og barnet (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). Målet er altså å ikke la egne følelser styre foreldrenes atferd i møte med sitt barn, og heller oppnå et samspill som er sensitivt, omsorgsfullt og tålmodig. I en studie med søkelyset på foreldrenes erfaringer etter deltagelse i EFST, oppgir en deltaker at hun kjente seg igjen i sin mor i måten hun behandlet sitt barn, som førte til at hun følte samme smerte hun følte som liten (Ansar, Hjeltnes, Stige, Bindrer, & Stiegler, 2021, s. 6).

I EFST blir dette tilrettelagt gjennom identifisering av følefellene og bevisstgjøring av når de kan dukke opp (Sinding, 2020). Dette minnes om *sharc music* som foreldrene trener i COS-p, det som skiller seg er måten foreldrene får trent med dette på. I EFST veiledningen trener foreldrene på dette gjennom metoden *stol- arbeidet* (Hagen, Austbø, Hjelmseth, & Dolhanty, 2021). En form for rollespille hvor faktiske utfordrende situasjoner blir iaktsatt, der foreldren bytter på å være seg selv og barnet. De to vesentlige agendaen bak dette er mulighet for foreldrene å trene på å ta i bruk de ulike verktøyene de blir gitt i veiledningen. Og den andre er at de faktisk kjenner etter og føler det barnet føler i samhandlingen. Det unike med dette stolarbeidet er at terapeuten er der hele tiden, de får trent situasjonen gjentatte ganger og terapeuten stiller refleksive spørsmål til foreldren som utfordrer de til å tenke og reflektere selv. Basert på dette kan vi være åpne for muligheten at utviklingstraumatiserte foreldrene kan utvikle deres reguleringskapasitet; fordi at terapeuten opptrer som deres reguleringsstøtte. Dessuten utvikler mennesker seg i relasjon med andre, slik det er beskrevet i utviklingspsykologi (Raaheim, 2019; Bunkholdt, 2002). Derfor kan foreldrene gjennom trening på å være barns reguleringsstøtte, trenes de samtidig på sitt eget reguleringskapasitet. Menneske hjernen er plastisk (Nordanger & Braarud, 2017) i lys av dette, kan vi være åpne for at foreldrenes toleransevidu har mulighet for utvidelse.

For å oppsummere kan vi si at i møte med utviklingstraumatiserte foreldre har, EFST et særpreg som gjerne skiller seg ut fra andre veiledningsprogram, ved at programmet tilbyr en form for terapeutisk behandling i veiledningen. I den sammenheng at veiledningen ser forbi de svekkede funksjonene og prøver å behandle årsakene bak de. Dette gjøres gjennom opplevelsesbasert tilnærming og emosjonell prosessering; hvor begge komponentene virker i hensikt til foreldre å få hjelp til å bearbeide og prosessere sine umøtte behov og følelser. I EFST tillegges terapeuten ansvar om å møte foreldrene med aksept, empati og tilgjengelighet. EFST får foreldre spesifikke råd og konkretiserte verktøy som de kan bruke i samspill med barna. Gjennom *stol- arbeidet* får foreldrene både bearbeidelse av sine følefeller. Samtidig som de får trene på faktiske samhandlingssituasjoner som de synes er utfordrende med sine barn, ved bruk av verktøy de får i veiledningen. Tilnærmingen bygger arbeidet på bakgrunn av følelser som det viktigste elementet i møte med andre mennesker.



## Avslutning

I denne oppgaven har vi sett på hvordan utviklingstraumer oppstår, hvilke konsekvenser det har for foreldrefunksjonen, og hvordan det kan påvirke og skape overføring av negative tilknytningsmønstre. Videre har vi drøftet hvordan barnevernet kan utnytte verktøy med opprinnelsehav i utviklingspsykologi og tilknytningspsykologi, til å hjelpe og støtte foreldre som er rammet av utviklingstraumer. Det gjenstår nå og oppsummere mine svar av forskningsspørsmål, som til sammen utgjør svare på problemstillingen.

Å styrke foreldrefunksjonen er en lang prosess som krever mye arbeid fra veilederen, samt innsats og motivasjon fra foreldrene. Bruk av Adult attachment interview kan forutsette tidlig identifisering av foreldrene med høyrisiko. Prosedyren legger til rette for tidlig gjenkjenning av foreldre med svekket foreldrefunksjon. AAI bidrar videre til utdypende problemforståelse og kartlegging av innholdet i foreldrenes tilknytningsutfordringer. Slik kan det bidra til at foreldrene få tilrettelagt bedre intervensjoner og tiltak som er tilpasset deres vansker. Dessuten kan AAI yte barnevernspedagoger forståelse og begrunnelse for foreldrenes svekkede funksjon, som forutsetter foreldrene å bli møtt med anerkjennelse og empati, framfor frustrasjon og irritasjon som kan hindre et godt samarbeid.

Circle of security styrker foreldrenes funksjon gjennom å yte et mentalt kart som kalles for trygghetssirkelen. Sirkelen bygger seg på tilknytningsteori, psykoedukasjon og mentalisering, der alle gjerne brukes om og styrker hverandre. For foreldrene tilbys trygghetssirkelen i form av et verktøy som er enkel å huske på og lett tilgjengelig; det fører til at foreldrene kan benytte det til all tid, spesielt i usikre eller stressende situasjoner med barnet. Slik tillegger foreldrene seg kunnskap i tilknytningsteori; om hva trygge omgivelser er og hva deres rolle som primære omsorgspersoner innebærer. I tillegg til at det utvider deres mentaliseringsevne, ved å utfordre foreldrene til å reflektere før de responderer på barns behov. Dette kan til sammen bidra til å styrke foreldrefunksjonen og skape et bedre samspill.

I forhold til Emosjonsfokusert ferdighetstrening kan på en måte hevdes at den utfyller COS. Det EFST skiller seg ut med er gjerne den terapeutiske behandlingen foreldrene får i veiledningen. For det første arbeider EFST i møte med foreldrene gjennom bruk av opplevelsesbasert tilnærming, emosjonell prosessering og stol- arbeidet. Som gir foreldrene muligheten til å prosessere og bearbeide sine umøtte følelser og behov fra barndommen. I stol-arbeidet får foreldrene trene på faktiske situasjoner de synes er vanskelige i foreldrerollen. Dessuten bidrar EFST til å styrke foreldrefunksjonen gjennom å yte de spesifikke råd og

konkretiserte tips, blant annet i form av ord og uttrykk. Mens AAI benyttes som selve kjernen i forståelsen og kartlegging av foreldrenes vansker og tilknytnings- og omsorgssystem. Brukes foreldreveiledningsprogrammene COS og EFST til å arbeide målrettet utfra funnene i AAI. Vi kan si at de teoretiske verktøyene hver spesifiserer seg på sitt område, og at de til sammen danner et pålitelig verktøy i til å kunne stryke foreldrefunksjonene til utviklingstraumatiserte foreldrene.

Herved kan svaret på problemstillingen være slik; Barnevernstjenesten kan styrke foreldrefunksjonen til utviklingstraumatiserte foreldrene gjennom å kartlegge og ha en sirkulær problemforståelse. Det er avgjørende i møte med foreldrene å ta hensyn til deres barndomserfaringer veiledningen, for å kunne tilrettelegge foreldrene muligheten til å prosessere og håndtere disse. Dette er betydningsfullt fordi prosessering av disse erfaringene, medfører forbedringer i foreldrefunksjonen og dermed preger endringsarbeidet i en positiv retning. Psykoedukasjon for foreldrene av barns behov og følelser er dominerende. Det gjelder å yte foreldrene så mye som mulig med spesifikke og konkretiserte råd, som de kan benytte seg av i samhandlingssituasjoner med deres barn. Dessuten vil det være betydningsfullt å ta i betraktning at tross svekket kapasitet, elsker de fleste sine barn og ønsker det beste for de.

## Referanser

- Ansar, N., Hjeltnes, A., Stige, S. H., Bindrer, P.-E., & Stiegler, J. R. (2021, Juni 3). *Parenthood—Lost and Found: Exploring Parents Experiences of Receiving a Program in Emotion Focused Skills Training*. Hentet fra *Frontiers in Psychology*: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.559188/full>
- Barneloven §30. (1982). *Lovdata.no*. Hentet fra Lov om barn og foreldre (barnelova) LOV-2021-06-11-60: <https://lovdata.no/pro/#document/NL/lov/1981-04-08-7/%C2%A730?searchResultContext=1227&rowNumber=1&totalHits=542>
- Binder, P.-E., & Nielsen, G. H. (2017). Selvet og relasjonene - nyere psykoanalytiske perspektiv. I L. M. Gulbrandsen, *Oppvekst og psykologisk utvikling* (ss. 104-138). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Brandtzæg, I., Smith, L., & Torsteinson, S. (2018). *MIKROSEPARASJONER Tilknytning og behandling*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T., & Mothander, P. R. (2008). Omsorg og tilknytning - Betydningen af nære følelsesmæssige relationer. I A. Broberg, P. Granqvist, T. Ivarsson, & P. R. Mothander, *Tilknytningsteori* (O. Thornye, Overs., ss. 178-205). København: Hans Reizels Forlag.
- Bufdir. (2015). Circle of Security - foreldreveiledningskurs. *Barne- og likestillingsdepartementet*.
- Bufdir. (2020, Desember 01). *Barn med hjelpetiltak*. Hentet fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet: [https://www.bufdir.no/Statistikk\\_og\\_analyse/Barnevern/Barn\\_og\\_unge\\_med\\_tiltak\\_fra\\_barnevernet/barn\\_med\\_hjelpetiltak/](https://www.bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Barnevern/Barn_og_unge_med_tiltak_fra_barnevernet/barn_med_hjelpetiltak/)
- Bunkholdt, V. (2002). *Psykologi, en innføring for helse- og sosialarbeidere*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Bøe, M., Fimreite, H., Steinnes, G., Hognestad, K., & Moser, T. (2020, September 16). «Omsorg må ligge i bunn for at barna skal ta til seg læring». Hentet fra UTDANNINGSNYTT.NO: <https://www.utdanningsnytt.no/barnehageforskning-barnehagelaerer-barnehagelaererrollen/omsorg-ma-ligge-i-bunn-for-at-barna-skal-ta-til-seg-laering/247887>

- Christiansen, Ø., & Kojan, B. H. (2016). Beslutninger om hjelpetiltak hjemme. I Ø. Christiansen, & B. H. (red) Kojan, *BESLUTNINGER I BARNEVERNET* (ss. 92-107). Bergen og Trondheim: Universitetsforlaget.
- Christiansen, Ø., Iversen, O., & Kojan, B. (2016). Beslutninger om plassering utenfor hjemme. I Øivin, O. Iversen, & B. H. Kojan, *BESLUTNINGER I BARNEVERNET* (ss. 108-121). Bergen og Trondheim: Universitetsforlaget .
- Danielsen, H. (2006, 06 09). *Med barn i byen. Foreldreskap, plass og idenitet (Doktoravhandling)*. Universitet i Bergen. Hentet fra <https://bora.uib.no/bora-xmloi/handle/1956/1184>
- Dingstad, E. M. (u.d.). *Circle of Security Parenting - et amerikansk program i en norsk kontekst (masteroppgave)*. Hentet fra OsloMet: [https://oda.oslomet.no/oda-xmloi/bitstream/handle/10642/7627/Dingstad\\_ElinMarieM.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://oda.oslomet.no/oda-xmloi/bitstream/handle/10642/7627/Dingstad_ElinMarieM.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Dyregrov, A. (2010). *Barn og traumer en håndbok for foreldre og hjelpere*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Ellingsen, I. T., & Skjefstad, N. S. (2005). Anerkjennelse, myndiggjøring og brukermedvirkning. I I. T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, & L. C. Kleppe, *Sosialt arbeid, en grunn bok*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Eriksen, E., & Germeten, S. (2012). *Barnevern i barnehage og skole*. Oslo: Cappelen Damm AS.
- Erikson, E. (2000). *Barndommen og samfunnet*. (K. v. Krogh, Overs.) Trondheim: Gyldendal Akademisk.
- FHI. (2019, 09 26). *Sammenhenger mellom foreldrepraksiser og barns trivsel (RAPPORT)*. Hentet fra Folkehelseinstituttet: <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2019/sammenhenger-mellom-foreldrepraksiser-og-barns-trivsel-rapport-2019.pdf>
- Fonagy, P. (2006). *Tilknytningsteori og psykoanalyse*. (B. Nake, Overs.) København: Akademisk Forlag.
- Gulbrandsen, L. M. (2017). *Oppvekst og psykologisk utvikling*. Oslo: Universitetsforlaget.

- Gundersen, I. R. (2018). *Circle of Security - Parenting Hvordan erfarer foreldre som har deltatt på COS-P foreldreveiledningsprogram, nytten og relevansen av veiledningsprogrammet? (masteroppgave)*. Hentet fra OsloMet - storbyuniversitetet: <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/10642/7067>
- Hagen, A. V., Austbø, B., Hjelmseth, V., & Dolhanty, J. (2021). *EMOSJONSFOKUSERT FERDIGHETSTRENING FOR FORELDRE, EN LÆREBOK FOR TERAPEUTER OG VEILEDERE*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Havnen, K. S. (2016). *BESLUTNINGER I BARNEVERNET*. I Ø. Christiansen, & B. H. Kojan, *Familieråd som beslutningsmodell i barnevernet* (ss. 162 - 177). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Herberg, E. B., & Jôhannesdóttir, H. (2018). *Kunnskap, læring og veiledning i praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.
- ipr.no. (u.d.). *Emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre*. Hentet fra Institutt for Psykologisk Rådgivning: <https://www.ipr.no/terapi/familieterapi-og-foreldreveiledning>
- Jensen, P. (2009). *Ansikt til ansikt*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Karterud, S., Wilberg, T., & Urnes, Ø. (2017). *Personlighetspsykiatri (Kompendium)*. I S. Karterud, T. Wilberg, & Ø. Urnes, *Personlighetspsykiatri*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Killén, K. (2013). *Barndommer varer i generasjoner, forebygging er alles ansvar*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Kojan, B. H., & Storhaug, A. S. (2015). *Skjønns*. I I. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, & L. C. kleppe, *Sosialt arbeid, en grunnbok* (ss. 284-298). Oslo: Universitetsforlaget.
- Langstrud, E., Fauske, H., & Lichtwarck, W. (2017, Juni 21). Et maktperspektiv på "gode nok foreldre" i barnevernets kontekst. *Tidsskriftet Norges Barnevern*, ss. 126 -138.
- Nielsen, A. (2011). *Foreldrerollen, DET ER DU SOM ER VOKSEN!* Latvia: CAPPELEN DAMM AS.
- Nordanger, D. Ø., & Braarud, H. C. (2017). *Utviklingstraumer Regulerings som nøkkelbegrep i en ny traumapsykologi*. Bergen: Fagbokforlaget.

- NOU 2009: 5. (2009, mars 16). *Farskap og annen morskap: Fastsettelse og endring av foreldreskap*. Hentet fra Departementenes servicesenter: <https://www.regjeringen.no/contentassets/49e696a98b824527b5efa4439d0cb065/no/pdfs/nou200920090005000dddpdfs.pdf>
- NOU 2012: 5. (2012, februar 6). *Bedre beskyttelse av barns utvikling: Ekseprtsutvalgets utredning om det biologiske prinsipp i barnevernet*. Hentet fra Departementenes servicesenter: <https://www.regjeringen.no/contentassets/e212cdbe211d4e699983049c3070870e/no/pdfs/nou201220120005000dddpdfs.pdf>
- Regjeringen. (2016, 04 01). *Retningslinjer om hjelpetiltak, jf. barnevernloven §4-4*. Hentet fra Barne- og likestillingsdepartement (Rundskriv): [https://www.regjeringen.no/contentassets/8d3be0078d4d496e8f7a64d55b10ec0f/no/pdfs/2016\\_05-retningslinjer-om-hjelpetiltak.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/8d3be0078d4d496e8f7a64d55b10ec0f/no/pdfs/2016_05-retningslinjer-om-hjelpetiltak.pdf)
- Regjeringen. (2018). *Trygge foreldre - trygge barn: Regjerings strategi for foreldrestøtte (2018- 2021)*. Hentet fra Barne- og likestillingsdepartementet: [https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld\\_fo\\_reldrestotte\\_strategi\\_21juni18.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld_fo_reldrestotte_strategi_21juni18.pdf)
- Raaheim, A. (2019). *Sosial psykologi*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Schartau, A., & Myrvold, M. S. (2020). *"Jeg ser jo det at jeg har blitt min far opp av dage" (En kvalitativ studie med søkelys på foreldres forståelse av seg selv og sin rolle som forelder etter å ha deltatt på emosjonsfokusert ferdighetstrening (EFST))*. Hentet fra UNIVERSITET I OSLO: <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/82399/August-Schartau---Mari-S-rлие-Myrvold-H-st-2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Siegel, D. M. (2010). *Mindsight THE NEW SCIENCE OF PERSONAL TRANSFORMATION*. New York: Bantam Books.
- Sinding, A. I. (2020, 02 23). *Når våre egne følelser hindrer oss i å møte barnet vårt på en god måte*. Hentet fra Psykologisk.no: <https://psykologisk.no/2020/02/nar-vare-egne-folelser-hindrer-oss-i-a-mote-barnet-vart-pa-en-god-mate/>

- Skårderud, F., Haugsgjerd, S., & Stänicke, E. (2018). *Psykiatriboken*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Smith, L. (2017). Tilknytning: teori og forskning. I L. M. Gulbrandsen, *Oppvekst og psykologisk utvikling* (ss. 138-178). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- SSB. (2021, juli 2). *Barnevern: Hovedtal for barnevernsstatistikken*. Hentet fra [ssb.no: https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/barne-og-familievern/statistikk/barnevern](https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/barne-og-familievern/statistikk/barnevern)
- Stiegler, J. R., Sinding, A. I., & Greenberg, L. S. (2018). *Klok på følelser - det følelsene prøver å fortelle deg*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Strømøy, T. (2015). *Oppdragelse mellom frihet og grenser*. Oslo: CAPPELEN DAMM AS.
- Tetzchner, S. V. (2013). *Utviklingspsykologi* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Urnes, Ø. (2005). Utviklingspsykologi og selvpsykologi. I J. (red) Monsen, S. Karterud, F. Skårderud, E. Hartmann, Ø. Urnes, & T. Island, *SELVPSYKOLOGI Utvikling etter Kohut* (ss. 64 - 88). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Wallroth, P. (2011). *Mentaliseringsboken*. Stochholm: Arneberg forlag.
- Aadnanes, M. (2020). *VOLD MOT BARN OG UNGE I NÆRE RELASJONER, BARNEVERNFAGLIG KUNNSKAP*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.