

# Den gode hjelper sø

## – Samarbeid som metode for å forstå

Fosterbarns utfordrende atferd er kommunikasjon på avansert nivå, og den kommunikasjonen er det viktig at vi som fosterforeldre forstår. Gjennom Brobyggerprogrammet brukes samarbeid som metode for å forstå slik kommunikasjon. Denne måten å tenke på får stor støtte fra verdens ledende eksperter på barns utvikling.

• Av Åse L. Larsen, redaktør

### Brobygging mellom voksne

Brobyggerprogrammet, som er utviklet i Norsk Fosterhjemsforening, handler om å bygge samarbeidsbroer mellom foreldre og fosterforeldre slik at fosterbarn kan ha kontakt med sine viktigste voksenpersoner på en god måte. Samarbeid mellom disse voksne vil kunne bidra til å forene nødvendige ressurser til å se barnet og forstå det. Samarbeid mellom foreldre og fosterforeldre vil bidra til å redusere konfliktnivået dem imellom. Barnet vil derved ikke låses i en lojalitetskonflikt mellom de voksne, og kan heller bruke kreftene sine på utvikling.

Når det gjelder barn av skilte foreldre, så er denne måten å tenke på helt naturlig. Man har forstått at det er viktig for skilsmissebarn å kunne ha kontakt med begge sine foreldre. Derfor hjelper det offentlig til med dette ved for eksempel å tilby megling mellom foreldre som er i konflikt etter en skilsmisse. Det er viktig all den tid forskning viser at skilsmissebarna har større risiko for skjevutvikling etter en skilsmisse.

Fosterbarna er en gruppe barn som kan sammenlignes med skilsmissebarna. Det er likevel noen store forskjeller som gjør at fosterbarna er i enda større risiko for problemer seinere i livet. Barn som har måttet flytte til et nytt hjem, har forut for flyttingen opplevd så vanskelige familieforhold at de har påbegynt en skjevutvikling før flytting. Flyttingen, som oftest til fremmede mennesker, er bare nok en vanskelig og traumatisk livserfaring som legger seg oppå alt det

andre – og som kan gi enda større risiko for å at skjevutviklingen fortsetter.

Skilsmissemforskning viser at det ikke er selve skilsmissen som gir barna størst risiko for å utvikle seg i negativ retning, men et konfliktfylt forhold mellom foreldrene etter skilsmissen (Tidsskrift for Norsk psykologforening, 5/08). Disse barna har en forhøyet risiko for problemer knyttet til sin væremåte, eller det mange vil kalle problematferd. Forskning på fosterbarn viser at også denne gruppen barn og unge har en forhøyet risiko for å utvikle seg på en negativ måte (Fosterhjemskontakt 4/16).

### Det handler om overlevelse

Det har vært et paradigmeskifte i hvordan vi ser på barn som har atferdsproblemer. Mens man tidligere gjerne kalte det vanskelige barn, så sier man nå like gjerne at det handler om barn som har det vanskelig. Det ligger et hav imellom disse to måtene å se det på, ikke minst i måten vi møter barna på. Mens man tidligere tydde til straff, så har man nå mer tro på å snakke med barna og forstå dem. Selv om dette ikke er en helt ny måte å se det på, så er det først i de seinere år at det for alvor har begynt å vinne terreng i forhold til de atferdsregulerende tiltakene som har dominert over mange år.

Grovt sett kan man si at tiltak som handler om å regulere atferden til barn, handler om struktur og at tiltak der forståelse er det viktigste, handler om relasjon. De relasjonelle tiltakene handler blant annet om å gå på baksiden av den utfordrende oppførselen til barnet, og



# sker forståelse

a fosterbarna



prøve å forstå hvorfor barnet gjør slik det gjør. For å forstå det utfordrende, må vi bruke oss selv som relasjonelle verktøy.

Ofta handler slik atferd om overlevelse, og gjennom nevrobiologien har man forstått at barn som er i en slik tilstand, ikke er mottakelig verken for belønning, straff eller konsekvenser. Grunnen til dette er at barn som er utfordrende i sin atferd, ofte er i en slags retraumatisering der tidligere belastende erfaringer vekkes til live. I en slik tilstand tyr barnet ofte til en overlevelsesstrategi det har lagt seg til. I slike situasjoner faller atferdsregulering bort som viktigste å gjøre for å regulere atferden, selv om det lenge har blitt ansett som det viktigste verktøyet å benytte overfor barnet. Det betyr likevel ikke at slike tiltak ikke kan ha effekt i andre situasjoner der barnet ikke er i overlevelsesmodus – eller overfor barn som ikke er traumatisert.

Det er med andre ord viktig at de voksne er våkne for hva som skjer i krevende situasjoner med barnet, og setter dette sammen med barnets historie. Dette for å forstå hvordan de best skal reagere på barnets uttrykk. Ett av de viktigste målene i fosterhjemomsorgen må være å skape utvikling for barnet. For å klare dette, er det viktig å forstå barnet på en god måte – og på en mest mulig riktig måte.

## Nasjonale og internasjonale stemmer

Det er mange som de seinere årene har tatt til orde for å forstå barn som har det vanskelig, heller enn å prøve å regulere dem på en ytre måte. I Norge har psykolog Joachim Haarklau i mange år vært den fremste ambassadør for denne måten å forstå barn med atferdsproblemer på. Han har flere ganger skrevet artikler for Fosterhjemkontakt. I en av sine artikler skriver han:

*«Atferdsregulering benytter seg i utgangspunktet av positiv metodikk, som belønning for å regulere atferd, uten å reflektere omkring mulige årsaker til atferdsavviket. Er årsaken harmløs, og belønningen virker og gir et varig resultat, er det jo bare å være fornøyd. Dessverre byr atferdsregulerende tiltak også på annen metodikk,*



*som straff, fratakelse av goder, bortvisning (time-out) og ignorering. Straff fører ikke til varig atferdsendring og bidrar sterkt til et negativt forhold mellom den som har makten og midlene til å straffe, og den som blir straffet. Fratakelse av goder utgjør også en negativ konsekvens, som skaper et negativt forhold mellom den voksne og barnet. Dessuten har fosterbarn allerede opplevd tap av mor, slik at det å miste mor er deres primærtraume. Å frata disse noe, er å retraumatisere dem.»*

I vårt naboland, Danmark, har barne- og ungdomspsykiateren Søren Hertz vært en viktig stemme for at problematferd ofte er overlevelsesstrategier og at dette må forstås gjennom godt relasjonelt arbeid. Da han besøkte Norge for noen år siden, var jeg så heldig å få være deltaker på et kurs han hadde i regi av Regionssenter for barn og unges psykiske helse (RBUP).

Han sa den gang:

*«Få øye på hvilken sammenheng disse overlevelsesstrategiene oppstår i. Hvis vi ikke*

*ser dette, kan vi lett skape reduksjonistiske forklaringer. Få heller øye på det store bildet – på overlevelsesstrategiene.»*

En av de største talsmenn i internasjonal sammenheng for denne måten å tenke på, er den amerikanske barnepsykiateren Bruce Perry. Nylig besøkte han Norge på Barnehøydekonferansen i regi av RBUP og Regionalt kunnskapssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS Øst). Med seg hadde han Stuart Ablon som har utviklet et program for hvordan snakke med og løse problemene til de barna som har det vanskelig. Temaet for konferansen var kunnskap og kjærlighet i praksis når man har med krevende barn å gjøre. Perrys innfallsvinkel til dette temaet er nevrobiologien, og han har i mange år vært verdens ledende på traumeforståelse.

På konferansen uttrykte han seg slik: *«Vi tror vi er rasjonelle vesener, men bare til en viss grad. Når det er noe alvorlig på gang, er vi ikke rasjonelle i den forstand*

at fornuften styrer oss. Da er det bare overlevelse som gjelder. Hvis verden var full av mennesker som var regulert, ville den sett annerledes ut. Når vi er regulert, gjør vi gode ting for andre. Det har stor innvirkning på barn som er uregulert.»

### Det handler om regulering av følelser

Mens det tidligere i stor grad var snakk om atferdsregulering av krevende barn, er man nå mer opptatt av å bidra til følelsesregulering hos disse barna. Det krever helt forskjellige innfallsvinkler. Fra gulrot og pisk, til forståelse og relasjon.

Tone Weire Jørgensen som har arbeidet sammen med Dr. Bruce Perry, og som tidligere har skrevet i Fosterhjemskontakt, uttrykker det slik:

*«Det kan være vanskelig å forstå opphavet til barnets sinne og frustrasjoner. Noen ganger kan det virke innlysende, som for eksempel når barnet blir nektet noe det har veldig lyst på. Andre ganger ser det ut som om sinne kommer "ut av det blå". I begge tilfellene har de omsorgsviktede barna vansker med å regulere seg.»*

Hun skriver videre:

*«Barn som har opplevd omsorgssvikt og*

*traumer har vanskelig for å sette "bremsene på" når uønskede tanker, atferd eller planer blir vekket. De kan utvise stor motstand mot å innrette seg etter voksnes anmodninger og bli rigide i sine atferdsmønstre. Dette kjenner ofte fosterforeldre igjen. Uansett om denne atferden er kontrollert eller ikke, ser den ut til å være en del av barnets mestringsstrategi.»*

Barnet må hjelpes til følelsesregulering, noe det best gjør sammen med nære omsorgspersoner. Jørgensen kaller det co-regulering eller sam-regulering. For å klare dette må voksne selv sørge for å være regulert i sine følelser når de møter barn som strever og der dette kommer fram som utfordrende atferd. Voksne som er uregulert i det som skjer, «mister hodet» når de er uregulert. De voksne må med andre ord søke å forstå sitt eget indre landskap når de skal være gode støttespillere for vanskeligstilte barn i sin utvikling.

Framfor alt må de voksne søke forståelse når de skal hjelpe barn med å regulere sine følelser. De må forstå hva som er opphavet til følelsene og snakke med dem om dette på en forsiktig måte. Akkurat passe til å sette i gang en liten retraumatisering. Gjennom å sette i gang en retraumatisering og samtidig møte

barnet annerledes enn det tidligere har blitt møtt, så kan det skje endringer. Dette var et klart budskap som kom fram på Barnehøydekonferansen.

### Å forstå sammen

Den russiske pedagogen Mikail Bakthin har sagt: «Å forstå betyr ikke å rendyrke en stemme.» Det er flere teoretikere som har sagt noe lignende. Den tyske filosofen Jürgen Habermas har sagt at alle berørte må få si noe om saken og bidra til løsningen. Han snakker om det gyldne mellompunktet. Man må søke etter å realisere det beste i barnet, og det gjør man best hvis man trekker inn alle stemmene som kan forstå barnet.

Den danske psykiateren Herz har sagt det slik:

*«Det er ikke snakk om konkurrerende syn blant de voksne, men om å samarbeide for å se hvordan ting henger sammen. Det er ikke snakk om enten/eller-, men både/og-konstruksjoner.»*

Noe av det fosterbarna bærer med seg, har blitt konstruert i fortid, noe i nyere tid. Begge deler kan bidra til å forklare hva som skjer med barnet her og nå. Først når vi oppdager hvordan ting



henger sammen, og forstår hva som er det egentlige problemet, kan vi bidra til en god løsning og dermed videre utvikling for barnet.

Ablon tar til orde for at vi først og fremst må søke å forstå det som har skjedd med barnet, sammen med barnet. Barn helt ned i 2-3-årsalderen er i stand til å snakke om hva som skjer i deres liv. Hans klare filosofi er at *Kids do well if they can* – Barn gjør de gode tingene hvis de klarer. Hvis de ikke klarer dette, så er det noe som står i veien for dem. Det er dette vi må forsøke å forstå sammen med barnet.

Forståelsen kan også søkes i samarbeid med andre voksne. Innenfor Brobyggerprogrammet er det naturlig å søke slik forståelse sammen med barnets foreldre og kontaktperson i barnevernet. Foreldre kan fortelle hva barnet har opplevd tidligere i livet, fosterforeldrene kan fortelle hva som skjer i livet til barnet i nåtid, og kontaktperson har sin fagforståelse å se det som skjer opp imot. Alle disse tre stemmene er viktige for å bidra til utvikling hos barnet og noe som Brobyggerprogrammet legger opp til å trekke inn sammen med barnets stemme.

Både Simen Herz, Bruce Perry og Stuart Ablon er enige om en ting - at de som har den beste forutsetning for å forstå barnet på en riktig måte, er de som står barnet nærmest.

## Den gode hjelper

I løpet av de siste årene har vi fått nye perspektiver på barn. Det betyr at barn ikke lenger bare skal ses og høres, men også forstås. I et slikt perspektiv er bevissthet og nysgjerrighet hos de voksne viktig. Det stilles større krav til de voksne i denne måten å se det på enn når fosterhjemsomsorgen for det meste handler om omsorg og kjærlighet.

Fosterhjemsomsorgen må handle om å gi omsorg og kjærlighet til barna, men den må også handle om noe mer. Den må i tillegg handle om å bidra til vekst og utvikling hos fosterbarna som har fått en skjev start i livet. For å bidra til dette, må fosterforeldre søke forståelse for barnet. Fosterforeldre er i en unik posisjon for å bidra til dette, men det er sjelden at fosterforeldre alene sitter på den hele og fulle forståelsen for barnets indre liv.

For å forstå ting på en hensiktsmessig måte, så trenger man kunnskap. Kunnskapen kan være forsknings-, erfarings- eller brukerbasert. Det er først og fremst naturlig å søke forståelse for det som skjer gjennom barnet selv, men det vil også være naturlig å søke forståelse gjennom barnets foreldre og barnevernstjenesten. På den måten kan fosterforeldre lettere oppfylle sitt ønske om å hjelpe barnet.

Det er viktig å klare å se barnet i en sammenheng. Det kan vi voksne lettere gjøre enn barnet selv, som ofte står midt oppe i et følelseskaos. Alle tre foreldrene – barnets opprinnelige foreldre, fosterforeldre og kontaktperson i barnevernet – sitter på sine nøkler for barnets utvikling. De skal være lagspillere med lojalitet til hverandre og til de viktige rollene de innehar og som er knyttet til barnets muligheter for utvikling.

Den gode hjelper er ikke opptatt av å være den viktigste for barnet, den eneste eller den som har monopol på sannheten.

Den gode hjelper søker forståelse på forskjellige måter – og gjennom samarbeid som metode prøver vedkommende å løse barnets problemer.

At dette er den beste måten å gå fram på, ble bekreftet av to av verdens fremste eksperter på utvikling hos barn – Bruce Perry og Stuart Ablon. Se egen artikkel om deres Norgesbesøk på neste side og Siri L. Thorkildsens eksklusive intervju med dem på side 16.

Det er tidligere publisert på RVTS sine hjemmesider.

## Referanser:

*Barnehøydekonferansen*, Oslo oktober, 2018.

Barns erfaringer med konfliktfylte samlivsbrudd: *Problemløst forståelse og følelsesmessige reaksjoner*. Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, - nummer 5, 2008, side 555-562.

*Hvordan går det med fosterbarna*, Fosterhjemskontakt nr. 4, 2016, side 2.

## Om

### Samarbeid gjennom Brobyggerprogrammet

- Brobyggerprogrammet handler om samarbeid innenfor fosterhjemsomsorgen.
- Det legges opp til samarbeid mellom foreldre, fosterforeldre og kontaktperson i barnevernet hvor alle har en rolle i fosterbarns liv.
- Brobyggerprogrammet skal bidra til at man bedre kan forstå og hjelpe barnet ved at de viktige aktører rundt barnet samarbeider og bidrar til barnets utvikling. Samarbeid er helsefremmende; i motsetning til konflikt som kan låse barnet i en lojalitetsklemme.
- Det er ekstra fokus på gjennomføring av gode samvær gjennom programmet.
- Brobyggere, som er foreldre og fosterforeldre som har klart å samarbeide til beste for fosterbarnet, hjelper andre foreldre og fosterforeldre til å samarbeide. Foreldre hjelpes og støttes i sin foreldrerolle.
- Brobyggerne driver brobygging i sin kommune.
- Brobyggingsledere arbeider med brobygging på fylkesnivå.
- En webside for informasjon om programmet, samt for rekruttering og kursing av brobyggere er under utvikling.
- Norsk Fosterhjemsforening har utviklet Brobyggerprogrammet med økonomisk støtte fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet og ExtraStiftelsen.
- Ferd Sosiale Entreprenører har gjennom sitt program Social Startup valgt ut Brobyggerprogrammet som ett av 30 programmer som hjelpes med utvikling.

