

[Automatisk tekstet av Autotekst med NB Whisper. Kan inneholde feil.]

[SPEAKER\_02]

I tidligere episoder har vi fulgt sammen med Oliver gjennom sikkerhetsplanlegging og begynnende traumebearbeiding. Vi har sett hvordan sikkerhet må komme først, og hvordan et barn har bruk for støtte for å forstå og bearbeide det de har opplevd. Men i denne episoden skal vi rette blikket mot et av de kanskje mest krevende spørsmål i arbeidet med traumer. Hvordan kan foreldre hjelpe barnet videre, når det er de samme foreldrene som har bidratt til barnets utrygghet? Hva skjer når et barn både elsker og frykter den samme personen? Hvordan kan tillit byttes opp igjen når den blir brutt? Og hvordan kan foreldre møte barnets smerter, vrede og reaksjoner uten å bli fanget av egen skyld og skam eller forsvar? Kan relasjoner som har påført sorg, også bli en del av helheten? Og hva skal egentlig til for at barn og foreldre sammen kan finne en ny vei videre? I denne episoden følger vi sammen Oliver videre og utforsker hvordan foreldrene kan bli en viktig del av barnets helingsprosess, selv når historien mellom dem er svær og vanskelig.

[SPEAKER\_03]

Du lytter nå til en episode av podkastens Kafé Student, som er laget av Institutt for sosialfag ved Universitetet i Stavanger. Velkommen igjen, Rikke. Dette er altså den fjerde episoden i din serie om barn og traumer. I de foregående episodene har jeg snakket med deg og utforsket traumebevisst praksis. Vi har sett på betydningen av sikkerhetsplanlegging, gått litt inn på barn og traumebehandling. Hvis du ikke har hørt disse tre episodene tidligere, anbefaler vi å lytte og starte der. Du finner det i Kafé Student, og det gir det viktige bakteppet for det temaet vi skal inn på i dag. Ja, for denne episoden, og egentlig den neste òg, vil vi rette blikket mot foreldrene. Vi vil se på hvordan foreldrene kan støtte barn som bærer på traumatiske erfaringer. Og hva skjer når det er foreldrene selv som har bidratt til denne uttrykken hos ungene? Dette og mer til skal jeg utforske sammen med deg, Rekke Ludvigsen. Rekke, først til deg. Kanskje du sier litt om deg selv?

[SPEAKER\_02]

Ja, og jeg vil igjen gjerne starte med å si takk for at du har invitert meg til enda en dialog om dette emnet som jeg oppbrenner så mye for. Jeg er sosialredegiver og har mange års erfaring fra praksisfeltet i Danmark, hvor jeg har arbeidet med både anbrakte spedbarn og barn og unge på akuttinstitusjon. Jeg har arbeidet med voksne og barn på krisesentre, og så har jeg

vært myndighetsperson i Københavns kommune før jeg ble selvstendig. Her satt jeg i akuttberedskap og gjorde barnefaglige undersøkelser. Mens jeg så ble utdannet i sikkerhetsplanlegging, som gjorde at jeg gikk fra å arbeide som myndighet til å gjøre forandringsarbeid i familiene med vold og overgrepssproblematikker. Svære traumer og komplekse problemstillinger. Så jeg ble også traumebehandler og har både barn, unge og voksne i traumebehandling. Og jeg har gjennom min praksis utviklet flere forskjellige tilganger til arbeidet. Og den ene modellen, 'The Circle of Safety and Reconnection', har jeg skrevet en bok om. 'A Professional's Guide to Working with Vulnerable and Traumatized Children', The Healing Circle.

[SPEAKER\_03]

Ja, og link til akkurat den boka venter vi ut på nettsida til denne podkasten, og den kan du også enkelt søke opp ved å søke på UiS podkast og kaféstudent.

Så til dagens tema, ja for mange tenker nok at foreldre som har utsatt for eksempel sine unger for vold, omsorgssvikt, alvorlig omsorgssvikt, og gitt dem en alvorlig utrygghet, at disse foreldrene på en måte ikke kan være del av traumebehandlingen. Men sånn tenker ikke du Rikke, for hvordan tenker du om dette?

[SPEAKER\_02]

Jeg tenker at det er viktig å komme inn på hva vi forstår ved traumebehandling.

Mange tenker behandling som selve terapien.

Men traumebehandling er mye mer enn det.

Avhengig av om barnet har det vi kaller sovende hunder, sleeping dogs, som jeg snakket om i siste episode, så består behandlingen typisk av to til tre faser.

Hvis barnet enten ikke husker de traumatiske hendelsene eller ikke ønsker å snakke om dem fordi de helst vil la dem ligge i fortiden, eller opplever at det er for smertefullt å ta dem opp og arbeide med dem igjen, så arbeider vi med tre faser.

Stabilisering.

Forløsning.

Og integrasjonsfasen.

Hvis barnet derimot godt kan huske og gjerne vil ha hjelp til å bearbeide det og foreldrene også bakker opp om behandlingen, så kan stabiliseringsfasen gå direkte til traumeforløsende terapi.

Da vil behandlingen bare ha to faser.

Selve forløsningen, terapien og så integrasjonen bagetter.

Foreldrenes rolle er helt avgjørende.

Både i stabiliseringsfasen og integrasjonsfasen særlig.

Og det er de lengste faser i behandlingen, særlig hvis man har de sovende hundene.

Og selve traumeterapien varer kanskje kun ofte en håndfull gangsesjoner hvis man arbeider med EMDR eller min egen Reconnect trauma release-metode.

Så uansett om barnet bor hjemme, eller om det er anbrakt, så er det avgjørende at foreldrene gir tillatelse til å tale med

traumebehandleren og gir tillatelse til å få det bearbeidet, det som har skjedd.

De skal også helst, arbeider vi på, skal kunne ta ansvar for det som skjedde, så barnet kan lage et kognitivt skifte fra 'det er min skyld' til 'det er ikke min skyld'.

Så tillatelsen til å snakke om og opplevelsen av at ansvaret løftes fra barnets skulder, kan avgjøre om barnet blokkerer sin bearbeidning.

Derfor forsøker vi så vidt mulig å få disse elementene på plass før terapien går i gang.

Og når jeg sier 'så vidt mulig', så er det fordi virkeligheten sjelden er helt perfekt.

Og det finnes riktig mange nyanser.

Og vi går etter godt nok ... ikke perfeksjon.

[SPEAKER\_03]

Det som kunne være spennende da, når du er inne på dette godt nok, og hva er godt nok, har du noen eksempler fra når du jobbet med Sam og Oliver og deres foreldre?

[SPEAKER\_02]

Et eksempel som jeg vil fremheve her, er Sam og Olivers biologiske far.

Guttene hadde ikke lenger kontakt med ham, men jeg valgte likevel å ringe til dem for å snakke om deres behov for traumebehandling.

Hans første reaksjon var at han syntes det var pjatt.

Men så sa han at hvis du mener det er nødvendig for at de kan få det bedre, så er det fint med meg.

Jeg vil bare ikke blande seg inn i det.

Det er typisk deres mor å gjøre tingene verre og større enn de er.

Det må være deres prosjekt.

Det ga meg muligheten for å fortelle ham litt mer om hvordan jeg forsto guttenes tidlige opplevelser mellom foreldrene og hvorfor jeg vurderte at de trengte trang behandling.

Jeg fortalte også at de måtte slippe skylden og ansvaret for det de hadde opplevd.

Så spurte jeg ham om han kunne hjelpe meg med å finne de ordene som ville være gode å gi videre til guttene om det som hadde skjedd mellom ham og deres mor.

Ord som kunne plassere ansvaret hos de voksne, og ikke hos barna.

Underveis sa han mange ikke særlig pene ting om moren deres.

Men det kunne jeg beskytte barna mot å høre ved at jeg snakket med ham i telefonen.

Så jeg kunne planlegge å ta ting ut av den samtalen og kunne gi de ord som var hellende for dem.

Så til sist landet vi på at jeg kunne si til dem ...

Faren deres har fortalt at det skjedde noen voldsomme ting da dere var små og bodde sammen med mor og far.

Det var noe dere aldri skulle ha opplevd.

Det hører til mellom de voksne.

Han er lei seg over å høre at dere fortsatt husker det og fortsatt er påvirket av det.

Og derfor ønsker han at dere får hjelp til å slippe det.

Så han tok jo ikke det fulle ansvaret.

Han sa heller ikke unnskyld til dem, men han gjorde noe viktig likevel.

Han var med til å flytte ansvaret vekk fra guttenes skuldre og over på de voksne.

Og så ga han deres aksept av at de fikk den hjelp som var nødvendig for at de kunne få bearbeidet sine traumer og slippe vårtiden.

Det var ikke ideelt, men det var godt nok til at grengene overvendt barrieren om å tale om det.

Gir det mening?

[SPEAKER\_03]

Ja, det var det faktisk.

[SPEAKER\_02]

Det var annerledes med deres mor.

Og det var jo også fordi det var nødvendig å jobbe langt dypere med henne.

At hun tok ansvar for sin del av det som var skjedd.

For hun var jo deres primære omsorgsperson, og det var skjedd mange andre ting etterpå som hun skulle ta ansvar for.

Og det var henne som skulle ...

Skape tryggheten og sikkerheten for guttene nå.

Og være med til å reparere de skadene deres oppvekst hadde satt i deres tilknytning.

Jeg tror vi kommer inn på prosessen litt senere.

For det skjedde ikke sånn fra den ene dagen til den andre.

Det er en lengre prosess.

Som vi nok vender tilbake til i vår dialog her i dag.

Men den begynte med stabiliseringsfasen, og det første skrittet var å skape sikkerhet for barna med hele den delen av

sikkerhetsplanleggingen vi har snakket om.

Og så deretter tok vi ett skritt av gangen frem mot det stedet hvor familien var.

Da jeg så avsluttet forløpet.

[SPEAKER\_03]

Men jeg kommer på, altså, nå når du snakker om Sam Weedley, ser jeg for meg to gutter som har godt språk, men så pleier jeg å tenke på det, hvordan skal en jobbe sånn generelt hvis barnet ikke har noe språk, men allikevel er utsatt for det dere da vil tenke, alvorlig omsorgssvikt, at de sitter med traumer i kroppen, hvordan jobber en med barn uten språk?

[SPEAKER\_02]

Vi har en måte å arbeide med traumer på når det er helt tydelige traumer fra noe til tre år siden.

Det er det vi kaller førspråkets traumer.

I den alder har barna ikke selv hukommelsen og språket for hva de har opplevd.

Eller mennene har bare adgang til den sansemessige hukommelsen fra de første leveårene.

Så deres kropp husker, og deres kropp reagerer på det stadig vekk.

Men de har ikke en hukommelse eller et språk for det.

Derfor blir foreldrene ...

Ofte dem som skal hjelpe med fortellingen om hva som skjedde og hvordan barnet reagerte på det den gangen. Sammen med terapeuten setter foreldrene de rette ord på opplevelsene til barnet, så barnet forstår at de hører til i fortiden og merker at det er overstått nå. Slik får hjernen og nervesystemet og sanseapparatet mulighet for å avslutte noe som aldri tidligere var ferdigbearbeidet. Spedbarnsterapien sier noe som er veldig viktig. Og det er at alt usagt binder energi. Derfor er det viktig at vi som voksne får satt de rette ordene på barnet i forhold til hva som ligger i kroppens og nervesystemet, hva de husker. Og hvordan det henger sammen med deres reaksjoner. Og selv helt små babyer kan faktisk godt forstå å falle til ro i nervesystemet når vi arbeider med å sette de rette ord på. Men det krever selvfølgelig mye av foreldrene. Derfor skal de kunne forberedes grundig, og være med i fortellingen uten selv å bli overveldet av den. Så de kan være den rolige, regulerte hjernen som barna har bruk for å lene seg inn i. Så ... Selv for dem ... De er helt små. Er det masse mulighet for å hele noe som man ellers kanskje tenker ikke var mulig?

[SPEAKER\_03]

Jeg tenker litt på dette med foreldre som en ressurs. Du sier noe om at de må være rolige, de må klare å være regulerte, de kan hjelpe med å sette ord på ting. Hvilke andre forhold er det du ønsker å framheve som en ressurs i barnets healingsprosess mellom barn og foreldre?

[SPEAKER\_02]

Foreldrenes rolle i barnets helingsprosessing kan nesten ikke overvurderes. De har potensialet til å bli barnets største ressurser og største helere. Men de kan også bli den største forhindringen hvis de fortsetter den atferden som skaper utrygghet og påfører barnet nye belastninger, for å holde taket i familien. Vi må skille mellom den beste av alle verdener og det som er godt nok til at barnet kan få det ut av behandlingen som det har bruk for. Med Olivers biologiske far vurderte jeg hans bidrag som godt nok til at guttene ikke ble blokkert i deres traumbearbeiding. Og så vender jeg tilbake til deres mor og hva som var annerledes med henne. For det var her det skulle et langt dypere utviklingsarbeid for henne. Ideelt sett tar ikke foreldre fullt ansvar for sin del av historien. Og de får den nødvendige støtte til å kunne snakke med barnet om det som har skjedd, og være en aktiv del av helseprosessen. Det krever at de kan bevare roen og romme barnets reaksjoner, også når barnet blir vredd eller lei seg over noe de voksne har gjort. Men hvis de ikke kan det uten selv å bli overveldet, er det viktig å anerkjenne det.

Og planlegge omkring det så vi som minimum kan arbeide henimot at de aksepterer barnets behov for traumebehandling og gir tillatelse til det.

Ennå klar til å ta det fulle ansvar eller kjenne hele deres del av historien.

Det kan så bli neste skritt.

Og det var det arbeidet som tok noe lengre tid med sammen Olivers mor.

En prosess som man ikke kan forsere i virkeligheten.

Og skuppe foreldrene til å ta det fulle ansvaret for hva som skjedde.

Men man stille og rolig skal arbeide med det ett skritt av gangen.

[SPEAKER\_03]

Jeg hører når du snakker at du er veldig opptatt av guttene.

Du er opptatt av barna sitt beste, sant?

Og det skal egentlig komme foran.

Men akkurat når du snakker, så blir jeg også litt sånn ... litt bekymra òg.

For jeg tenker at hvis dette har veldig lang tid for foreldrene, blir da ungene på en måte stående?

Ja, det kan jeg forstå.

Jeg virkelig godt, Vinke, og ja ...

[SPEAKER\_02]

Jeg har hørt meg selv omtale i en undervisning jeg har laget her, at jeg har en barnesentrert tilgang.

Og det har jeg aldri på den måten i virkeligheten omtalt min tilgang på den måten.

Men det kom nå fordi det er så viktig for meg å tydeliggjøre at alt hva jeg gjør, er virkelig sentrert om barna.

Og det er en balanse mellom det du sier om om de kan vente eller ikke.

Derfor er det noe når de skal i terapi ... Hvis foreldrene ikke er klare, så kan vi lage kompensasjon rundt dem også der.

Så vi kan lage en plan for hvordan nettverket kan støtte barnet og foreldrene med det som foreldrene ennå ikke selv kan.

På den måten kan man overvinne noen av barrierene.

Det kan f.eks.

være å kjøre barnet til behandling.

Være med til behandling underveis.

Jeg har hatt en mormor og en morfar med i en behandling som var det beste utgangspunktet for å starte det opp.

Og så senere kom foreldrene lat.

Det kan være avtaler om hvem barnet kan tale med når det blir svært, alle de svære følelsene kommer opp mellom sesjonene.

Hvis da foreldrene ennå ikke er parat til å kunne tale med dem og ha den rolige hjernen omkring.

Altså til å romme og regulere det, så kan vi lage kompensasjonsplaner.

Og i Sammen Olivers tilfelle igjen, så var det noe vi ikke helt lyktes med å komme i mål med i forhold til hvor mye mor ...

Men så brukte vi deres sikkerhetspersoner.

Og deres mormor, som jeg har snakket om tidligere.

På den måten så ... At de alltid hadde noen de kunne gå til.  
Med deres spørsmål og bekymringer og sorger når de ble aktivert ...  
Når de ble lei seg eller sint ... Eller at følelsene kom opp ... Og  
mennesker som kunne bevare roen og hjelpe dem gjennom det ... Det er  
det jeg i tidligere episoder har snakket om som terapeutisk dosering  
i hverdagen.

Jeg håper at man begynner å se hvordan forskjellige elementer henger  
sammen for en helhetsorientert tilgang til barna.

Det er komplekst å ha arbeidende traumer på tvers av generasjoner.  
Fordi skyld og skam kan bli så overveldende at de blokkerer for  
bearbeidningen og helheten.

Og mange foreldre i familier med vold bærer selv på uforløste  
traumer for deres barndom.

Noen blir voldsutøvere, andre blir utsatt for vold.

Og andre igjen lykkes med å skape gode, trygge forhold og  
familieforhold for sine barn.

Men det er bare ikke dem jeg møter.

De jeg møter, er de som selv har noe med dets bagasje å gjøre.

Utsikt kommer til å bringe det videre når de ikke lykkes med å  
beskytte sine barn mot det de selv opplevde som barn.

Derfor er det viktig å forstå familiens samlede dynamikk.

Hvem er utsatt, og hvem bærer på egne traumer?

Hvordan påvirker det deres muligheter for å hjelpe barna?

Og dette med voldsfaglighet og traumearbeid blir helt avgjørende.

Kombinasjonen av det.

F.eks.

viser erfaringer fra dialog mot vold i Danmark og alternativ til  
vold i Norge at en stordel av de som svømmer utover vold, selv bærer  
på alvorlige traumer fra barndommen.

Samtidig viser det også at voldsutøverne, når de får den rette  
hjelpen, så kan vold i mange tilfeller stoppe og hjelpe hele  
familien.

Det er derfor det er viktig at vi tenker hele familien inn i disse  
innsatsene.

Det betyr ikke at de har det samme behovet.

Barna og foreldrene tvert imot har forskjellige behov.

Barna har deres helingsreiser, foreldrene har deres.

De to reisene henger bare riktig tett sammen.

Og samtidig skal vi alltid sikre at barnas behov kommer først.

Derfor har jeg valgt å endre foreldrenes traumer som en del av min  
modell.

Så vi kan forstå hvordan deres opplevelser påvirker deres  
foreldreevne.

Og hvordan vi kan støtte dem til å utvikle de kompetanser som barna  
trenger.

Igjen veldig avgjørende for at vi lykkes med at barna kan få det  
godt.

[SPEAKER\_03]

For når du snakker nå, og dette fokuset vi nå har på at barnets  
beste skal alltid komme først, så blir det jo viktig at lytterne har  
lytta på de tidligere episodene, for der snakker du om dette, at  
denne

Form for behandling som vi nå snakker om, det er jo i etterkant av

at barnet har det trygt.

Da er alle disse alvorlige situasjonene avslutta.

Det er da en begynner å jobbe sånn som dette.

Så det blir veldig viktig å ta med seg nå, tenker jeg, da er det ikke vold, det er liksom ikke rus, alvorlige ting inne i familien en jobber.

Men hvis det da er sånn at foreldrene ikke klarer å delta i denne formen for traumebehandling som du viser til, kanskje verken aktivt selv eller med å anerkjenne ungene sine opplevelser?

Kan allikevel ungene bo hos foreldrene sine videre, tenker du, og fortsette traumebehandling bare rettet mot ungene, altså da tenker jeg igjen, så lenge så er det trygt hjemme, at det er på en måte ikke nye alvorlige hendelser som skjer.

[SPEAKER\_02]

Det gjør det hele sværere å få traumebehandlingen til å fungere best mulig for barnet.

Så det avhenger både av alderen og hvor gode planer for støtte vi kan leve med nettverket, og hvordan foreldrene ellers forholder seg til barnets følelsesliv ved støtte og behandlingsbehov.

Samlet sett.

Når vi nå snakker om foreldrenes rolle, vil jeg slå én ting fast.

Og det er at det er noen barn som ikke bør ha kontakt med sine foreldre.

Helt enkelt.

Noen foreldre er ganske enkelt for farlige.

Og noen barn er blitt så alvorlig skadet av sine foreldre at de blir voldsomt retraumatisert blott ved tanken om å skulle se dem.

I de situasjoner er det vår oppgave å beskytte barnet.

Derfor vil det alltid være basert på en konkret, individuell risikovurdering.

Så her snakker jeg generelt om denne langt større gruppen av barn og unge hvor det både er sikkert å hjelpe sånne som å endre av foreldrene som en del av helningsprosessen.

Og selv om de kanskje ikke kan være barnets primære omsorgspersoner.

Og det er det faktisk mange flere enn man forestiller seg.

Altså det kan være en ressurs.

For uansett om vi ønsker det eller ei, så har de fleste barn sin første tilknytning

Gjennom Sleeping dogs-metoden har jeg lært hvordan vi kan bruke tilknytningen til å understøtte både stabiliseringen og forløsningen, og terapien.

Mange anbrakte barn som har opplevd skifte, har bruk for å undersøke hvor tilknytningsstafetten ble tapt.

Og det er ikke uanminnelig at den ble tapt i relasjonen til deres biologiske foreldre.

Uten at den noensinne ble anerkjent.

Det er et viktig element å være oppmerksom på.

Så det kan faktisk være at helene øker kontakten til foreldrene.

Så lenge at det skjer under trygge rammer.

Ikke fordi de nødvendigvis skal være omsorgspersonene for dem, men fordi de fortsatt kan ha en betydning som foreldre i barnets liv.

En positiv betydning som foreldre i barnets liv.

Så her er det viktig å skille mellom rollen som omsorgsperson og

rollen som samværsforelder og tilknytningsperson.

[SPEAKER\_03]

For det området du nå kommer inn på er jo veldig viktig, sant.  
For norsk ville vi sagt at her er det barn som er under barnevernets omsorg.

Kanskje de bor i fosterhjem eller på institusjon.

I dag kaller dere det vel for 'andrakte barn'?

Ja, det ligner da på det.

Så er vi inne på et tema der.

Hvordan kan barn ha gode samtaler med sine foreldre?

Da blir det spennende å se om du kan si noe om hvordan vurderer en det, om barnet bør ha mer samvær med foreldrene, eller om samværet f.eks.

må begrenses.

I Norge er det barnevernet og helsenemnda som skal ta avgjørelser på saker som gjelder samvær, og jeg opplever at det er utrolig vanskelig å være med i disse vurderingene.

Du har helt rett, Wenche.

Det er noen virkelig svære vurderinger å gjøre mange ganger.

[SPEAKER\_02]

Det er her vi må være nysgjerrige på barnets reaksjoner før og etter og under samværet.

Og mange tenker at hvis et barn reagerer kraftig etter eller under samværet, så er det ...

Per definisjon skadelig.

Er samværet skadelig?

Man ønsker å begrense det, men det behøver ikke å være sånn.

Det er det som gjør det ekstra komplisert og svært å gjøre de vurderingene.

Fordi det faktisk også kan være uttrykk for trygg tilknytning og sorg over enda en gang å si farvel til sine foreldre.

Og jeg har vært med til å rådgive om mange samværsforløp hvor barna faktisk trives bedre etter at samværet var blitt øde fremfor å bli redusert.

Og det er der hvor man kan bruke ...

Tilknytningen til foreldrene og det øde samvær til å få barna til å falle bedre til pass i deres f.eks.

pleiefamilie eller det stedet de bor, i institusjonen.

Selvfølgelig krever det grundige faglige overveielser og en tett inndragelse av barnets perspektiv og observasjoner av hva som skjer under samvær.

Og altså mange ting ... Eller bruk for at vi er observert.

Men det viser hvor viktig det er at vi ikke bare drar forhastede konklusjoner, men virkelig lager et dyptgående undersøkelsesarbeid i forhold til det enkelte barn.

For noen ganger kan det som umiddelbart ser ut som å være problemet, være en del av løsningen.

Ja.

[SPEAKER\_03]

Det å ha denne faglige forståelsen, og den er såpass stødig at en klarer å skille mellom om barnets reaksjon er et tegn på at samværet

har vært for belastende, eller om det er et tegn på at barnet trenger mer samvær, og at det er reaksjoner på samvær. Det må være utrolig vanskelig å gå inn i, men det er så viktig å virkelig gå inn i, så vi ikke gjør feil her. Men hvis vi går litt videre, Rikke, og ser på hvordan du jobber med foreldrene. Hva gjør du i forhold til foreldre som for eksempel går veldig til forsvar, og har store vansker med å inngå i en sånn behandling, eller ta ansvar kanskje for barnet sin situasjon. Hvordan jobber du da?

[SPEAKER\_02]

Når man trer inn i familier med denne typen utfordringer som jeg arbeider med, så arbeider man ofte midt i en dramatrekant som gjør at mennesker skifter mellom rundene som offerkrenkere og redere hjelper.

Og hvis man som profesjonell ikke er oppmerksom på det ...

Så kan man bli trukket inn i det og bli en aktiv aktør i den dramatrekken.

Så det er virkelig viktig å være seg bevisst om.

Ja.

Og det er noe av det som jeg hele tiden forsøker å holde meg bevisst om.

Fordi som hjelper her, så kan man på et øyeblikk gå fra å bli opplevd som den som hjelper, til plutselig å bli den som krenker eller svikter.

Ikke fordi man nødvendigvis går noe feil, men fordi man sier noe som er vanskelig å høre.

Med den tydelighet som dette arbeidet krever.

Eller fordi man ikke kan løse noe.

Og ikke vil fikse noe, som egentlig er foreldrenes ansvar.

Og sørge for at det blir annerledes.

Men at man mer skal støtte dem til å gjøre den forandringen.

Så det er rett avgjørende at vi hele tiden er oppmerksomme på vår egen posisjon i samarbeid med familien.

Og har det for øye.

Er vi en del av systemet?

I virkeligheten.

Og en setning som jeg ofte hører fra foreldre i denne prosessen, er at 'jeg har aldri fått noen hjelp' når jeg møter dem første gang.

Og noen ganger så passer det, men langt oftere så viser det seg gjennom sak-sakter og gjennom nettverksbeskrivelsene og alle de profesjonelle som jeg kommer til å tale med, at familien faktisk har fått tilbudt mye hjelp gjennom årene.

Hjelpen har bare ikke vært den hjelp de kunne ta imot eller omsette til varige forandringer.

Eller motivasjonen har ikke vært der til å inngå i samarbeidene.

Men det betyr ikke at deres opplevelse er feil.

Hvis hjelpen ikke har gitt mening for dem.

Så jeg tar det faktisk veldig alvorlig når de sier det, og pleier å si at det kanskje ...

Ikke fordi de aldri har fått hjelp, men fordi de ikke har fått den hjelpen som ga mening for dem.

Og at vår felles oppgave er å finne ut av hva som skal til nå, for

at denne innsatsen kan bli annerledes enn andre ganger.  
Og reelt gjøre en forskjell for dem.  
Hvis opplevelsen av at jeg aldri har fått hjelp, blir brukt som en begrunnelse for ikke å samarbeide, så kan jeg noen ganger finne saksaktene frem og gå gjennom de tidligere innsatsene sammen med dem.  
Du kan lage en linje og skrive ned på dem og si at det er det som er tilbudt.  
Og ikke få utstilt, men mer for å hjelpe dem til å ta ansvaret i nået.  
Og så kan jeg si noe i den retning at dere kan jobbe sammen med meg.  
Og jeg kan bli en del av fortellingen om at dere aldri har fått hjelp dere trengte.  
Men jeg kan også bli en del av en ny fortelling.  
Og det valget ligger hos dere.  
Så hvis dere ikke ønsker å samarbeide, så skal vi ikke bruke barnas liv.  
Og vår felles tid på noe som ikke fører noen steder hen allikevel.  
Men tenk over det til neste gang vi ses.  
Ansvaret tilbake.  
Og det er sjelden at foreldrene velger å trekke seg etter den samtalen, faktisk.  
Ofte så skjer det noe stille og rolig.  
Ikke nødvendigvis fordi de sier så mye mer, men fordi de begynner å lytte og engasjere seg mer.  
Og ett skritt av gangen igjen begynner å ta det ansvaret på seg.  
De blir mer nysgjerrige.  
I det engasjementet i relasjonen med meg så blir de mer nysgjerrige, de begynner å stille spørsmål.  
Kan kanskje også komme til å vise litt mer deres sårbarhet og litt mindre av deres benektelse.  
Fordi de kan høre at jeg godt vil ha dem og gjerne vil være til hjelp, men de blir nødt til å ta valget om det.  
Det vanskeligste for dem er nesten alltid å merke skylden og skammen og sorgen over ikke å lykkes med å være de foreldrene deres barn hadde bruk for.  
Det er ofte de følelsene som ligger under Forsvarets reaksjoner.  
Og det skal man jo også i virkeligheten vite eller ha nok oppmerksomhet på.  
Er til stede når det er at de kanskje har litt et sverd ved å engasjere seg i samarbeidet, men også som profesjonelle.

[SPEAKER\_03]

Ja, for nå viser du til, sant, at du ser, når du ser foreldre, så ser du foreldre så ...  
Når jeg arbeider med foreldre, så ser jeg dem ofte som de voksne barna.  
Fordi ...

[SPEAKER\_02]

Mange av dem bærer stadig på deres egne opparbeidede opplevelser fra deres barndom, og deres indre barn lever stadig med savnet etter den omsorg, trygghet og beskyttelse som de selv hadde bruk for, men som de ikke fikk.

Samtidig har de nå deres egne barn, og de barna har bruk for at de trer inn i rollen som de ansvarlige voksne.

Og det er en svær balanse.

Derfor holder jeg begge perspektiver i live for meg i møte med dem. Jeg ønsker at foreldrene blir møtt som mennesker med sine egne sår og traumer.

Samtidig med at de hjelpes til å kunne ta det ansvaret for sine ...

Skape vilkår for deres barn som de har bruk for, altså oppvekstvilkår som deres barn har bruk for, og ta ansvar for det deres barn har opplevd.

Så jeg arbeider mye med en powermand, og jeg hjelper dem til å få øye på oss at de gjorde det beste de kunne med de ressurser og den viten som de hadde på det tidspunkt.

Jo, hele veien igjennom foreldreskapet.

Ikke fordi det fritar dem for ansvar, men fordi selvhet og selvkritikk og selvbekreidelser sjelden fører til utvikling.

Så tvert imot.

Så jeg prøver å hjelpe dem til å forstå at nå vet de mer.

Eller kan få hjelp til å lyde mer og gjøre tingene annerledes.

Og når man vet mer, så kan man gjøre noe annet.

Og så blir det litt lettere for dem å ta ansvaret uten å gå til grunne i skyld og skam og sorg.

Så jeg tar ikke ansvaret for dem, men jeg tror jeg hjelper dem til å gjøre det mulig for dem å bære det.

Skylderskam aktiverer vår trusselsrespons, og det gjør det vanskeligere å tenke klart.

Og det gjør det vanskeligere å være en rolig, regulert hjerne.

Både i samarbeid med meg, men også i omsorgen for deres barn.

Og foreldrene har bruk for hele deres mentale kapasitet hvis de skal utvikle seg og gjøre noe innenfor deres barn.

Så jeg prøver å løfte det på den måten.

Når jeg underviser dem om barnas traumer, lager psykoedukasjon, så snakker vi også om deres egne nervesystemer.

Jeg spør om de kan gjenkjenne reaksjonene vi snakker om hos barna.

Det kan bli en trygg måte å snakke om det på.

De kan gjenkjenne følelsen av å eksplodere eller trekke seg inn i seg selv og vekk når noe blir vanskelig.

På den måten blir traumer ikke noe som bare handler om barnet, men noe vi undersøker som en naturlig reaksjon på vanskelige livserfaringer og vilkår.

Det gjør at de kanskje har mer mot til å vise meg sin sårbarhet.

Som jeg kan hjelpe dem med og hele underveis i prosessen også.

[SPEAKER\_03]

Så vet jeg jo, Rikke, at du har også jobba med mora til Sam og Oliver akkurat på denne måten her.

Med en pornmentor, med muligheten for å løfte fram egne erfaringer fra egen oppvekst.

Jeg vet du har jobba med mora til Sam og Oliver på denne måten.

Så lurer jeg litt på, var det noen øyeblikk i akkurat denne prosessen som gjorde spesielt inntrykk på deg?

[SPEAKER\_02]

Ja.

Jeg husker særlig et øyeblikk med Sammen Molly-vår mor, hvor hun var ... helt overbevist om at guttene ikke hadde oppdaget hennes misbruk, og at hun hadde formålt å beskytte dem mot det. Og så spurte jeg henne stille hvordan tror du at guttene opplevde det?

Og så ble hun faktisk helt stille der.

Og jeg kunne se at det skjedde noe i henne.

Hun kikket på meg og sa lavmælt ... Hun kunne ta det inn der og sa lavmælt ... Så jeg kunne altså ikke skjule det.

Og jeg svarte ikke med det samme.

Jeg rystet bare stille og rolig på hodet.

Og ble hos henne i det øyeblikket hvor hun tok det inn ... At forskeren hun hadde tenkt over at hun hadde beskyttet guttene ... De hadde ikke opptatt noe og skulle stille og rolig tas inn.

Og tårene begynte å trille, og vi satt bare der.

Og jeg tror at hun kunne være i smerten.

Ved den innsikten og det som skjedde der.

Fordi hun merket at jeg ikke dømte henne.

Og jeg kunne være der med medfølelse for henne.

Og jeg oppriktig ønsket både henne og guttene det godt og det beste for dem.

For meg var det et vendepunkt.

Etter forløpet valgte hun selv å gå i traumebehandling.

Og hun har vært edru og kline i mange år.

Ja.

Og i starten da vi snakket om konfliktene i hjemmet, så forklarte hun med guttene at de var umulige og hadde diagnoser og ikke ville høre etter.

Og her så måtte jeg også være nødt til sånn helt åndsrofullt, men veldig tydelig å si at det er alltid de voksnes ansvar å skape sikkerhet og ta lederskap i familien.

Og hvis noe så skulle endre seg, så måtte de voksne begynne å gjøre noe annet.

Og det var hardt arbeid.

Men som du vet, så lykkes det jo ikke fordi forandringen kom fra den ene dagen til den andre.

Men fordi hun var villig til å ta ett skritt av gangen én dag av gangen.

Og gjøre det det krevde for guttene.

[SPEAKER\_03]

Når jeg hører du snakker med Rikse, tenker jeg også på at jeg vil tro at du også blir en god rollemodell for mor her.

At måten du håndterer dette på, kanskje også vil være en måte hun kan håndtere guttene sine på.

At du på en måte går inn som en rollemodell òg.

[SPEAKER\_02]

At de har kanskje ikke selv hatt noen å kunne speile seg i. Og være ... Som kunne vise dem den veien.

Som er en god og ... Trygg og sikker omsorg.

Og når jeg kan vise dem det, men ved også å ...

Gi dem det, så de kan gi det videre.

I virkeligheten.

Så det er både det at de får noe de ikke har fått før, eller nødvendigvis kjenner, så de kan merke det på sin egen kropp også. Hva betyr det?  
Hva gjør det med meg, at jeg blir møtt på denne måten?  
Og så kan de jo samtidig lære av det og gi det videre til sine barn.

[SPEAKER\_03]

Jeg ser en sirkel der, jeg gjør det.  
Nå er vi jo inne på ganske mange ulike forhold som er viktige i forhold til hvordan disse foreldrene skal få komme i en god relasjon til sine barn.  
Er det noen ...  
Spesielle forhold som du tenker blir aller, aller viktigst å jobbe med når det gjelder foreldrene.  
For du har jo vært inne på mye dette med at foreldrene må anerkjenne, foreldrene må gi muligheten til å ta imot følelser som kommer fra ungene, og de må i hvert fall være i stand til å skape et sikkert rom for ungene.  
Men er det andre ting du òg tenker er viktig å jobbe med?

[SPEAKER\_02]

Barna har først og fremst bruk for at deres behov kommer i sentrum. Som jeg fremhever igjen og igjen med denne Barnesentrert til i dag. Og det har de bruk for foreldrenes hjelp til for å kunne hele. Derfor bruker jeg mye tid på å forstå de dynamikker som preger familien.  
Hva er det for mønstre som har utviklet seg gjennom årene?  
Og hva er det vi sammen skal hjelpe familien med å endre i forhold til familiedynamikken?  
Og en av de dynamikkene jeg veldig ofte møter, er rolleombytningen. Hvor det er at barna kommer til å ta voksenansvaret på seg. Og de begynner å beskytte seg selv, deres søsken eller deres foreldre.  
Og noen kan utvikle medavhengighet.  
Hvor de hele tiden forsøker å tilpasse seg de voksnes behov og følelser og ta ansvar for stemningen i hjemmet.  
Andre blir syndebukker og kommer til å bære skylden for konfliktene i familien.  
Disse dynamikkene kan se ut på veldig forskjellige måter. Hvert barn utvikler sin måte å overleve på inn i det. Det er det jeg kaller for adapted child response. Det er de strategier.  
Som hjelper barnet med å klare seg i de livsvilkårene og omsorgsmiljøet de vokser opp i. Så det hjelper dem til å overleve, men kan senere stå i veien for en sunn utvikling.  
Og en trivsel langveisfor i voksenlivet.  
En viktig del av familiebehandlingen handler om å hjelpe barnet til å slippe mønstre.  
Når de voksne tar over.  
Så barnet igjen skal ha lov til å være barn.  
Og det skal oppleve at de voksne tar ansvaret og passer på familien og skaper den tryggheten som barnet aldri skulle ha tatt ansvar for. Og så hjelper vi foreldre med å forstå deres egne familiemønstre. Hva de i virkeligheten også bærer av.

Så de ikke kan fortsette å gjenta seg.  
Og målet er at barnet kommer til å oppleve at dessverre hører til i fortiden.  
Og de voksne nå er dem som passer på barna og ikke rømt.

[SPEAKER\_03]

Dette med at barna går inn i såne ulike roller i familien, vi kaller det kanskje også for parentifisering, de tar over voksenrollen, de kan bli syndebukk, klovnen, hvordan var det i møte med Sam og Oliver, og hvordan jobber en i forhold til det med mor, hvilken rolle de tok?

[SPEAKER\_02]

I sammen Olivers familie ble det helt avgjørende at deres mor sluttet med å fortelle guttene at de var problemer.  
De var blitt problembærere jo for det hele.  
At konfliktene og volden skyldtes deres atferd eller deres diagnoser.  
I stedet skulle hun gradvis tre inn i rollen som den voksne som har ansvaret for sikkerheten, omsorgen og relasjonen og den trygge tilknytning.  
Altså forvent og skap trygg tilknytning.  
Og det lyder jo enkelt, men det er en virkelig stor forandring som skal skje der.  
For når barna først har tatt voksenansvaret på seg, så gir det ikke nødvendigvis bare så lett fra seg igjen.  
For de skal oppleve igjen og igjen at den voksne faktisk kan bære ansvaret.  
Så det krevde tålmodighet fra hennes side.  
Hun skulle romme at guttene avviste henne.  
Hun skulle romme at de ikke stolte på henne.  
Hun skulle romme at de utfordret hennes autoritet.  
Og liksom jo møte dem i det på en trygg og sikker måte for dem.  
Det var en kjempeoppgave for henne å stå med en forandringsoppgave i virkeligheten.  
Det var jo ikke fordi de ønsket konflikt med guttene, men det var fordi deres erfaring hadde lært dem at de ikke kunne regne med voksne.  
Så når hun begynte å tre inn i den og skulle være en de kunne stole på og regne med, så utfordret de selvfølgelig det.  
Men langsomt så begynte hun å vise at hun kunne stå i det.  
Og hun kunne være den stabile voksne de hadde manglet.  
Og hun kunne passe på både seg selv og dem.  
Og det er det man ser over tid.  
Og da jeg så avsluttet forløpet, så var begge guttene godt i gang med å utvikle en langt tryggere tilknytning til deres mor.  
De var ikke ferdige med det, men mor hadde styr på det, og hun hadde lært det og kunne det som det ville kreve å bli ved over tid.

[SPEAKER\_03]

Så hvis vi nå skal trekke fram kanskje bare ett elev, noen få forhold som du tenker må være til stede for at foreldrene skal lykkes med å støtte barn, hva vil det være?

[SPEAKER\_02]

Hvis jeg skal peke på én ting.

Så er det deres villighet til selv å gå inn i en utviklingsprosess, akkurat som Samanolivas mor.

Det kan godt være at de opplever å ha armen litt om på ryggen når de starter, men de er villige til å begynne å gå veien.

De foreldrene jeg har opplevd lykkes best, det er de som elsker barna sine så høyt at de er villige til å forandre seg for deres skyld og har kapasiteten til det.

Og de kan være veldig forskjellige, og det kan se veldig forskjellig ut når jeg først møter dem.

Men mange opplever et vendepunkt hvor de plutselig kan se noe som de ikke tidligere har kunnet se.

Og de får en ny forståelse av deres barns reaksjoner og deres egen betydning.

Både i forhold til utfordringer, men også deres potensial som den beste healer.

Som jeg startet med å si at de har potensialet for å bli.

Og så velger de å ta imot hjelpen, de foreldrene som løpes.

Ikke fordi det er lett, det er det bare ikke.

Men fordi de opplever at de ikke lenger har lyst til å fortsette den samme veien.

Og de ønsker noe annet for sine barn, men også for seg selv og for familien samlet.

Og det rører meg mest når foreldrene begynner å reparere på det som har skjedd.

Ikke alene, men sammen med oss, profesjonellen.

For det er ikke meningen at de skal stå alene i den oppgaven.

Det er en stor oppgave.

Men vi kan gå ved siden av dem og støtte dem på det kanskje verste tidspunktet i deres liv, hvor de skal begynne denne reisen ...

Helingsreisen ... For deres barn og for dem selv.

Og på den måten, når vi går ved siden av dem og blir ...

Vi er ikke de som fikser familien eller fikser dem eller fikser deres barn, eller vi blir reisefeller som hjelper dem med å kunne finne den veien videre som er den beste for dem og deres familier.

[SPEAKER\_03]

Og veldig fint.

Veldig fint sagt, Rekka.

Jeg tror kanskje det passer godt at vi setter punktum her for denne episoden.

For da har vi jo sett på hvor viktige foreldre kan være i barnets traumebehandling.

Men òg hvor krevende dette arbeidet er når foreldrene sjøl kanskje har opplevd å ha en utrygg barndom.

Vi har snakket om ansvar, skyld og skam, og at foreldre ikke alltid klarer å erkjenne det fulle ansvaret eller be om unnskyldning før barnet selv kan begynne å komme i en form for behandling.

Noen ganger kan det være godt nok at foreldrene anerkjenner at barnet har opplevd noe de ikke skulle vært utsatt for – altså, det er godt nok – for å gå videre.

Jeg synes også det er viktig at vi hele tiden trekker fram Rekke med at barnets behov alltid skal komme først.

Samtidig har det også vist oss hvordan arbeid med foreldre kan være en viktig del av nettopp det å ivareta barnets behov.

Temaet er stort, og derfor har vi valgt å dele denne samtalen vi har, i to deler.

Den første delen er nå over, og så ønsker vi å lage en ny episode om hvordan en går videre og arbeider

Med foreldre som selv kan ha påført sine unger dramatiske episoder i oppveksten.

[UNKNOWN\_SPEAKER]

Ja.

[SPEAKER\_03]

Men Rikke, jeg liker jo å avslutte sånne episoder med om du har noen gode tips du kan dele med lytterne våre.

Om det er bøker, det kan være podkaster eller noen personer som har inspirert deg.

Jeg vet du har vært inne på det før, men har du noen videre tips til oss?

[SPEAKER\_02]

Jeg tror jeg vil fremheve en stor inspirasjon jeg har selv, og det er Victor Framfeldt og hans bok 'Menneskets søken etter mening' om hans tid i konsentrasjonsleiren under annen verdenskrig.

Fordi håp, kan du høre, fyller veldig mye i mitt arbeid.

Og det med mening er så viktig.

Og troen jo selvfølgelig også.

Den hans tilgang viser betydning av tro, håp og mening.

For vår overlevelse, for vår resiliens som mennesker.

Og som jeg i virkeligheten tenker skulle være en grunnbok for sosiale arbeidere.

På like vilkår med Aaron Antonowskis opplevelse av sammenheng, som vi i hvert fall ble trent i, eller i hvert fall hadde på pensum her i Danmark.

[SPEAKER\_03]

Velkjent hos oss òg.

På norsk er jeg alltid med.

Tusen, tusen takk, Rikke.

Da sier vi at vi må sette oss ned og begynne å jobbe med del to.

Du har nå hørt på en episode fra Kafé Student.

En podkastserie laget av Institutt for sosialfag ved Universitetet i Stavanger.

Og så ønsker jeg òg å si tusen, tusen takk til Sara Heims, redaktør, sammen med meg for denne episoden, tusen takk!