

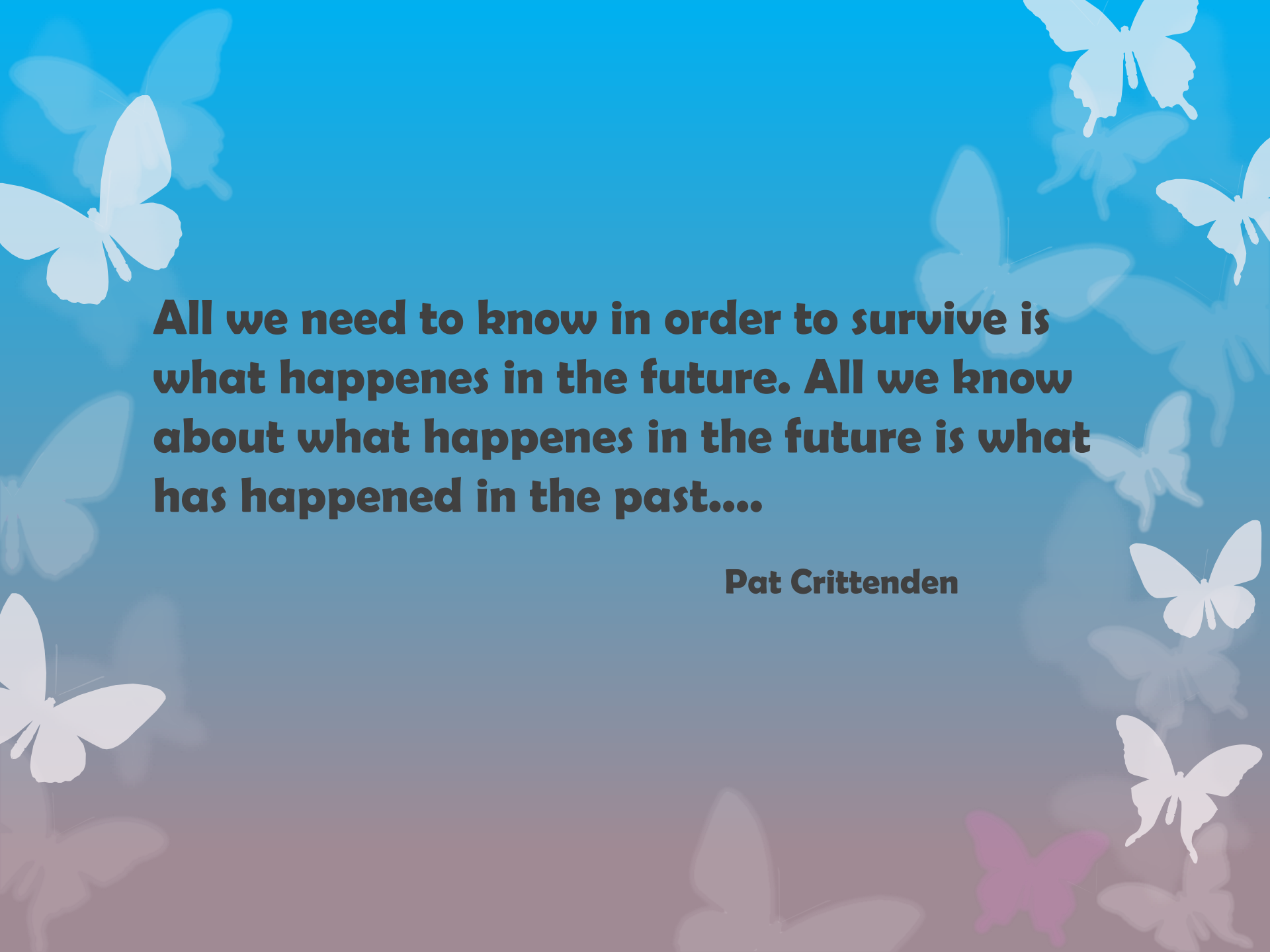
De voksnes egen tilknytning og dens relevans for fosterhjemsarbeid

Rekruttering, veiledning og oppfølging

Psykologspesialist Vibeke Kjær

oktober 2019



The background is a gradient from light blue at the top to a darker blue at the bottom. It is decorated with numerous butterfly silhouettes in various shades of blue, white, and purple, scattered across the frame.

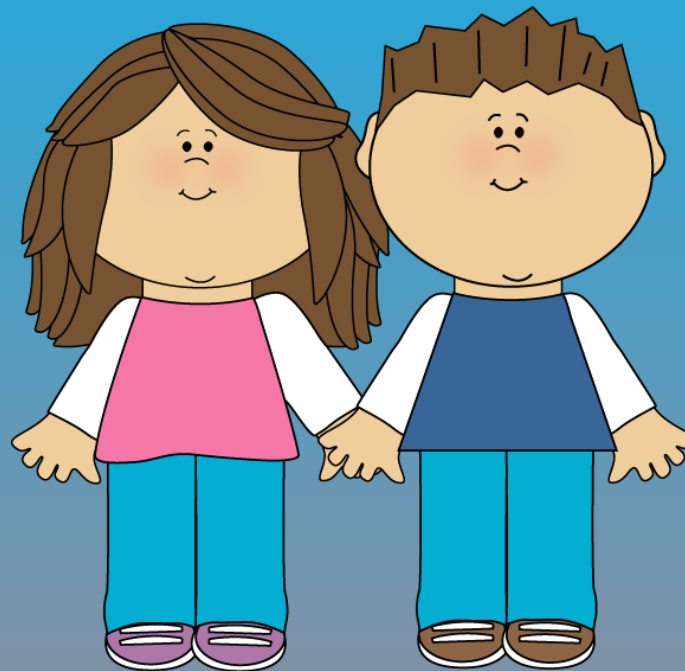
All we need to know in order to survive is what happens in the future. All we know about what happens in the future is what has happened in the past....

Pat Crittenden

Noen temaer

- Sammenheng mellom egne erfaringer, mentale representasjoner og egen praksis
- Tilknytningsstrategiene hos barnet
- Hvordan ser strategiene ut hos voksne
 - Omsorgsgiver
 - Partner/nettverk
- Bearbeidelse, aksept, leve med
- Hvordan formidler seg om egne erfaringer
 - Metabeskrivelser heller enn innhold
- Avdekking av ubearbeidede traumer eller tap eller relasjonelle utfordringer (personlighetsproblemer)

En historie fra virkeligheten



Hva så vi, hva så vi ikke, hva gjorde vi, hva gjorde vi ikke

Forebygge reprise

Møte med fosterforeldrene

- Rekruttering
- Match
- Veiledning
- Arbeid med barnet
- Endring eller forståelse eller begge



Omsorgsarbeidet



Omsorgen man gir barna

Omsorgen man gir seg selv

Fosterhjem som sprekker

- Tap av egne barn eller andre nære før?
- Mangler evne til å oppsøke hjelp i tide
- Selvevaluerer seg (svært) negativt
- Føler seg forfulgt, trakassert
- Eksternaliserer ansvar helt
- Føler seg truet, fysisk eller psykisk
- Forståelsen for barnets problemer er mangelfull
- Føler seg lurt, mistenksomhet
- Konflikter i egne relasjoner
- For fort for tett
- Tanken på å miste barnet, og betydningen det får for tilknytningsrelasjonen



Siste årene:

For eksempel: Trygg base, COS, TBO

- Fokus på barnet; barnets indre verden, påkjenninger, ressurser og behov.
- Fokus på samspill og relasjoner

Det er BRA og VIKTIG

- Men; interaksjon og samspill er bestående av TO (minst)
Stemoderlig behandlet?

Farmor



Farmor har også vært baby... omsorgen hun fikk, har betydning for hvordan jeg ble...som mamma

Hvem er vi?

- Omsorgsgivere?
- Hjelpere?
- Idealister?
- Arbeidstakere?
- Aktivister?
- Krigere?
- ...

- OG HVORDAN HAVNET VI HER?



Våre tilknytningserfaringer

Hvorfor trenger vi vite noe om det?

- Hva betyr omsorg/ omsorgserfaringer for mennesker
- Innsikt i seg selv:
 - Forstå egne reaksjoner, tanker og relasjoner
- Match i relasjon eller i oppgaver i omsorgen
- Kunnskap om hva som kan «gå galt» eller være vondt



Tilknytningsarbeidet i omsorgshjem

Omsorgshjem kan være:

- Kjærlighet
- Varme
- Fulle på/fulle opp
- Gi trygghet
- Forutsigbarhet
- Ei hånd å holde i
- Gode opplevelser
- En gave å kunne gi

Men det kan også være:

- Irritasjon
- Frustrasjon
- Slitenhet
- Utrygghet
- Oppgitthet
- Sorg
- Avvisning
- Anger

Brødboksen

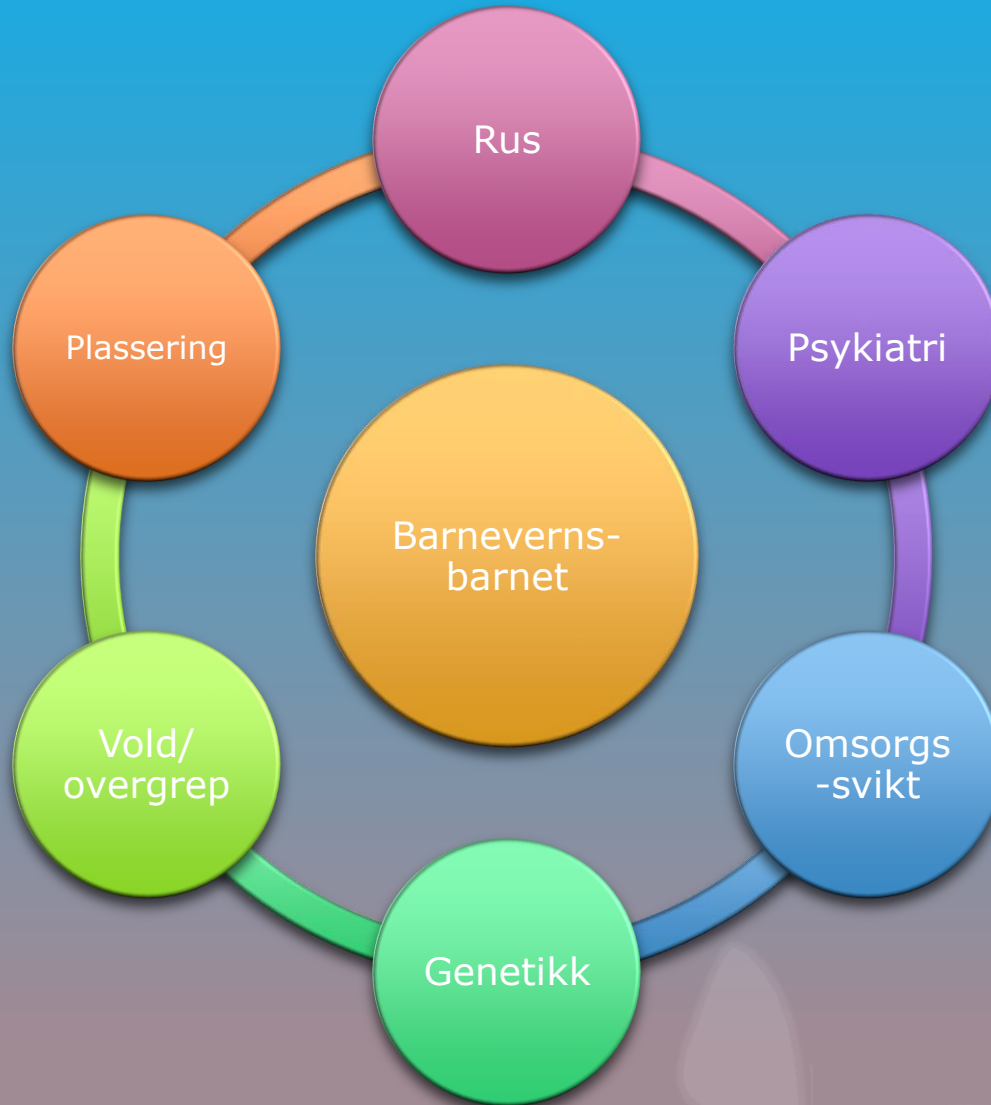


Summeoppgave



- Hva får denne historien deg til å tenke på?
- Hvilken relevans for den for deg og ditt liv?

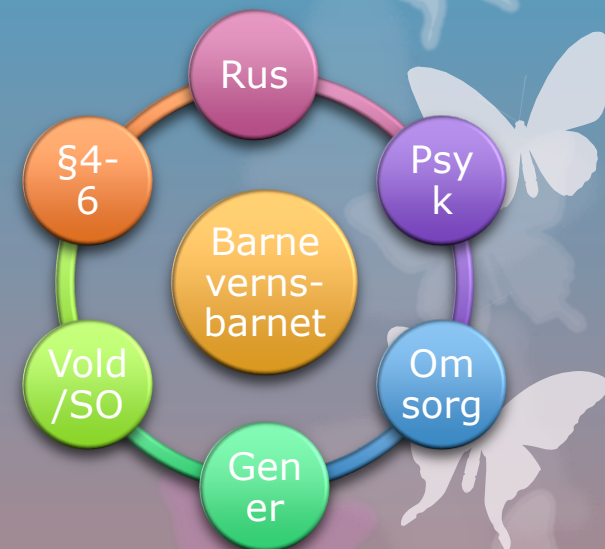
Barnevernsbarnet



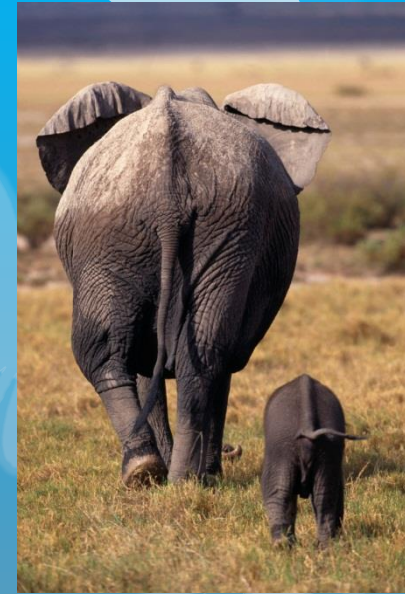
Tilknytningens viktighet

- Avbrudd, ved plassering
- Risikofylte oppvekstmiljøer
- Tilknytningsbesvær basert på erfaringer
- Relasjonell kompetanse

- Forstå og håndtere atferd
- Forebygge for dårlig utvikling
- Bedret psykisk helse



Men hva er TILKNYTNING?



En tidlig følelsesmessig binding (oftest til mor eller far). Gjennom denne får barnet tillit til verden rundt seg, og kan utforske. Tilknytning er viktig for overlevelse og utvikling. Den må læres, og er bygget på erfaringer.

Trygghet og tilhørighet



Utforskning



Trøst



Relasjoner og sosial fungering



Overlevelse (forplantning)





- Tilknytning er noe annet enn relasjon, tilhørighet og forhold. Det er det også, men det er noe mer.
- Tilknytning er en **følelsesopplevelse** av trygghet og stabilitet





Tilknytningsstrategiernes årsak: FARE og BEHAG (TRYGGHET)



Tilknytningserfaringer

- Samspill og interaksjon er en forutsetning for en relasjon, og relasjonen en forutsetning for tilknytning.
- Ved stress og opplevd fare
 - Separasjon
 - Skremmende ting/opplevelser
 - Fremmede/ ting som ikke er erfart
- Tilknytningsatferden og erfaringene reduserer angst/aktivering
 - Ved emosjonsregulering og «foreldreansvar»
 - Dette erstattes som voksen-omsorg (selvopplevelse og partner) hos den voksne

Tilknytning og mål i fosterhjemmet

- Krise, stress, ubehag
- Relasjonsfungering
- Personlighet, selvopplevelse
- Strategier og mønstre i samspill og kommunikasjon
- Hjelpemottakelse og behov



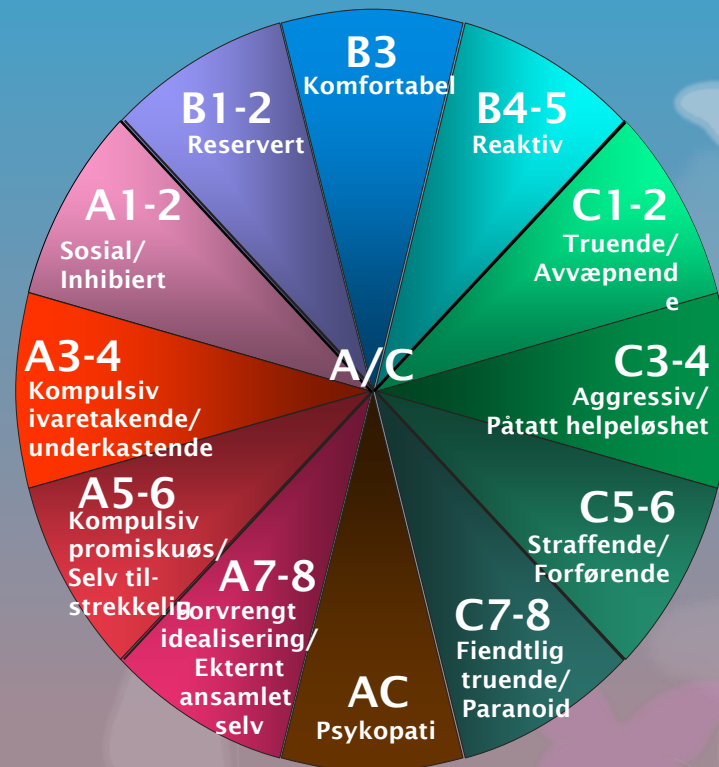
Meet my mother! (and face your)



Strategiene

● Main/Goldwyn/ABCD

● Crittenden/DMM



ABC (D)

- B. Trygg og balansert
- A. Engstelig
- C. Emosjonell/Avoidant/Ambivalent
- Patologisk tilknytning
 - A/C A+ C+
 - D
- En studie av fosterforeldres stil:
 - B: 50%
 - A: 40%
 - C: 10%

(Normalfordeling er 54%, 20%, 25%, 1% D/+)



I all enkelhet

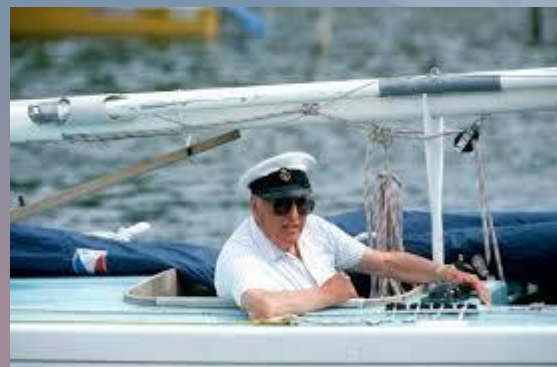
- B for BALANSE (TRYGGHET)
- A for ANSTRENGT (UNNGÅELSE)
- C for EMOSJONELL (AMBIVALENT)

- Funksjonen til strategiene som er viktig. Og de «sees» i stress-ubehag-krise.
 - B: samarbeid og sensitivitet
 - A: Unndra oppmerksomhet fra seg selv, selvstendighet
 - C: Dra oppmerksomhet på seg selv, kontroll over ustabilitet, sikre hjelp og støtte





B



B

Som barn:

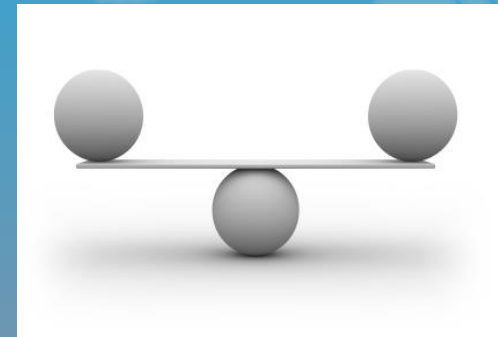
- Kan ta avskjed fra forelder
- Søker komfort fra foreldre når redd
- Viser positive følelser som respons på foreldrenes gjenforening
- Foretrekker foreldrene fremfor fremmede

Som voksne:

- Har tillitsfulle og vedvarende forhold
- Tenderer til å ha godt selvbilde
- Er komfortable med å dele følelser med partner og venner
- Søker sosial støtte

Som kjæreste/partner

- Tillitsfull, oppsøkende, balansert
- Krever, får, gir





"And years from now,
darling, you'll be able
to blame me for
EVERYTHING!

"Won't that be fun!"



A



A

Som barn:

- Kan unngå foreldrene
- Søker ikke mye kontakt eller trøst fra foreldre
- Viser liten eller ingen preferanse for foreldrene

Som voksne:

- Kan ha problemer med intimitet (fredda`n)
- Investerer lite emosjonalitet i sosiale eller seksuelle forhold
- Uvillig eller uten evne til å dele tanker og følelser med andre

Som kjæreste/partner:

- Selvutslettende eller selv-distansert
- Kontrollert og kontrollerende og korrekt (KKK)
- Idylliserende

Strategi A om livet:



- Korte besvarelser (faktapregete), misliker å snakke fritt og blir mer oppramsende.
- Kan snakke lengre om trivielle hendelser og unngår å gå i dybden på relasjonelle vansker som har rammet dem.
- Idealisert fremstilling uten åpenbar evidens.
- Vil føye seg etter intervjuers anmodninger om å svare samtidig som fokus holdes borte fra nære (og evt problematiske) relasjoner.
- Kortfattet, tørt og uten negative følelser.
- Tidsmessig sammenheng og ofte fra andres (foreldres) perspektiv.



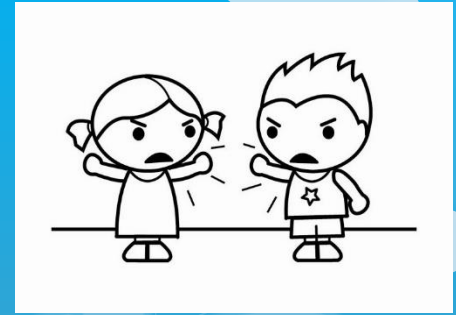
C



C

Som barn:

- Kan være redd fremmede
- Blir veldig redd når foreldrene går
- Ser ikke ut til å trøstes når foreldrene returnerer



Som voksne:

- Motvillig til å være nær andre
- Konflikter, maktkamp, hjelpeløshet

Som kjæreste/partner:

- Frykter at partner ikke vil elske dem, bekreftelse
- Selvfokusert emosjonelt, emosjonelt kompetente
- Blir veldig ute av seg når forhold ender

Type C strategi

- Går ofte inn i detaljer som om den andre vet noe om vedkommende.
- Klarer ikke å differensiere generell informasjon fra vesentlige detaljer som kan støtte opp om det som formidles.
- Buser ut med familieproblemer og kan fremstå forvirret ift sammenheng og artikulering av egne erfaringer.
- Usammenhengende og svak tidsmessig sammenheng.
- Klandrende fremstilling uten klar evidens.

Strategier - ekstremere

- C følelsesstyrt
 - Setter seg i fare
 - Innpåslitenhet/ inhibert eksponering
 - Hjelpeløshet
 - Regresjon
- A tankestyrt
 - Årvåkenhet/ ekstrem føyelighet
 - Rolleombytting
 - Perfeksjonisme
- D



(Foster-)foreldres egen tilknytningshistorie

- Ikke hva, men hvordan
 - Egen motivasjon til å bli en hjelper.
- Hvilke opplevelser har man hatt, hvordan lever man med dem
- Hvordan tenker vi om våre egne behov og hvordan de ble dekket i egen barndom
- Hva er bra, hva er ikke bra
- Balanse og nyanser
- Parforholdet/ kjærlighetsrelasjoner
 - B
 - A
 - C

Vurdere/undersøke tilknytning hos voksne

- Nåværende tilknytningsmønster (trygghet i relasjonen) er gjeldende for trygghet i å stå i stormen
- Viktig for to ting:
 - Plukke trygt tilknyttende/balanserte til de barna med et behovet (for eksempel flerplasseringer, multitraume)
 - Tilpasse behandling/veiledning til stil og utfordringer i matchen mellom barn og fosterforelder

For å undersøke strategier:

- Opplevd trygghet
- Opplevd ivaretagelse
- Opplevd risiko
- Opplevd fare

- Spørsmål må inneholde stressende eller kritiske momenter!

- Når har du vært redd sist? Hva gjorde du? Hva hadde du lyst til å gjøre?
- Hva gjør du når du er helt ute av deg?



Noen «knagger»

- Hør etter nyansering
- Trapp: begrep → generell beskrivelse → episode
- Foregriper kronologi
- «Gut feeling»/ Magefølelse
- Integrering av eget voksenliv og foreldreskap

Mulige spørsmål som er relevante



- Forhold til egne foreldre; før og nå
- Forhold til partner
- Fare, kritisk, stress
- Tvil om går/ naturlig bekymring
- Trøst
- Konflikter, vennerelasjoner, brudd/tap



Partnerforhold



- Hvordan er kontakten
- Balanserte beskrivelser av partner
- Beskrivelse av seg selv som partner
- Seksualitet/ intimitet
- Symmetri i forholdet?

Egen tilknytning møter barnets tilknytning

- Erfaringer vi har selv, har vi lært, og dannet et mønster hos oss.
 - Emosjonelt, som refleks
 - Blir rolle, for hvordan vi tar vare på
 - Fokuserer hva vi er opptatt av
 - Fører til oppfatning av hva vi selv mener er trygt/utrygt



Match- mismatch- trigger BBBB

- Match i at man tåler mye, uten at selvopplevelse/ -tillit svekkes
- Tillit til at andres problemer ikke er egen skyld
- Tar ansvar for omsorg, men ikke problemet
- Trygg i fare, insensitiv på ubehag og fare
- B: problemer med å forstå A og C over tid
- Ser ikke fare når det er der, møte veggen/overumples med plutselig overveldelse

Match- mismatch- trigger AAA

- Systematisk og villig/evne til å tåle mye, kontroll
- Hemme vanskelige følelser (hos selv)
- Justere overdreven atferd og emosjonalitet
- A: Underdrive fare, ikke tolke signaler i tide, demte symptomer som kan → økte symptomer
- Provoseres av det dramatiske, emosjonelle
- Frykte/ubehag ved det emosjonelle
- Tap av opplevd kontroll er en risiko

Match- Mismatch- Trigger CCC

- Emosjonell kompetanse
- Behovsprofil/uttrykk (om rimelig)
- Tåler mye emosjonalitet, uro og «støy»
- Problemfokus, ser ikke løsninger
- Konkurransesøk om oppmerksomhet/fokus
- Emosjonell utmattelse
- Konfliktdrevet stil

Omsorg

- Ulike stiler får ulike triggerpunkter, og ulike styrker.
- Mål; kjenne igjen stil hos barnet i ulike situasjoner, og ta kontroll over triggerne.
- Åpenhet om egne reaksjoner og mønstre:
 - AKSEPT, BEARBEIDELSE, LEVE MED

Det som ikke snakkes om..

- ...er det som er farlig.



Ta vare på seg selv

- Passe på andre er å passe på seg selv
- Lære andre å ta i mot omsorg
- Lære andre å si fra om behov
- Cuing/ miscuing
- Marikken og Camilla



Pass på hjertet



Du har bare ett