

Maren Stenstvedt Koren

Barn og traumer

Hvordan kan man snakke med barn som har opplevd traumer

Bacheloroppgave i Grunnskolelærerutdanning 1.-7. trinn

Veileder: Camilla Stabel Jørgensen og Nicole Veelo

Juni 2020

Forord

Kjære leser!

Denne oppgaven er resultatet av bacheloroppgave i emnet pedagogikk og elevkunnskap på grunnskolelærerutdanningen 1. – 7. trinn ved NTNU i Trondheim. Oppgaven er skrevet på bakgrunn av interesse for temaet om hvordan man som lærer kan snakke med barn og unge om traumatiske opplevelser.

Oppgaven startet som en kvalitativ undersøkelse om lærings- og refleksjonsarbeid etter 22. juli 2011, våren 2019. Etter et år i fødselspermisjon og oppstart så jeg at oppgaven kunne omhandle mer enn kun 22. juli. Jeg ønsket å se på dette med traumer på et mer generelt grunnlag, og ikke kun i lys av terrorhandlingen i 2011. Å skrive om traumer kan være utfordrende nok i seg selv da det er et mørkt tema som vekker mange følelser. En annen utfordring er at det er et enormt tema hvor man kan se ting fra mange ulike vinklinger. Jeg har valgt å avgrense oppgaven til at fokuset mitt er hvordan vi som lærere kan møte elever som har vært gjennom noe traumatisk på en god måte. Det ble gjort intervjuer hvor temaet 22. juli var sentralt, men mulighetene for å bruke disse intervjuene var fremdeles der.

I denne oppgaven er det brukt kvalitativ forskningsmetode i form av intervju. Jeg har to intervjuer fra lærere på mellomtrinnet og et intervju fra 22. juli – senteret om bruken av 22. juli i skolen. Det siste intervjuet er med en spesialpedagog ved en trondheimskole om opplevelsen av samarbeid med barn som har vært gjennom traumatiske opplevelser.

Til slutt vil jeg benytte anledningen til å takke min samboer og datter for utrolig tålmodighet i skriveprosessen min og for oppmuntring gjennom pandemien som brøt ut. Jeg vil også takke Johanne Berg for utrolig mye hjelp gjennom sene kvelder og pedagogiske diskusjoner. Til slutt vil jeg rette en stor takk til min fantastiske veileder Camilla, som jeg ikke tror selv er klar over hvor mye støtte jeg har funnet i henne gjennom tilbakekomst etter permisjon med raskt svar på mail, oppfølging via telefon og veiledning! Uten henne hadde ikke dette gått.

Maren Stenstvedt Koren

Trondheim 04.06.20

Sammendrag

I denne bacheloroppgaven undersøker jeg hvordan vi som lærere kan snakke med barn som har opplevd traume. Min erfaring er at voksne ofte synes det er vanskelig å snakke med barn om alvorlige temaer. Vi er usikre på hva barna tåler å høre, og vi er redde for å belaste dem. Ofte vet vi ikke hvordan vi skal starte de vanskelige samtalene, eller hvordan vi skal ordlegge oss på en passende måte som barna forstår, og samtidig vise at vi tar dem på alvor. Formålet med studien er å hjelpe til å bedre forstå hvordan barn kan reagere og hvordan man da skal forholde seg til noe som kan oppleves utfordrende for et barn. Jeg har gjennomført kvalitativ undersøkelse i form av intervjuer av forskjellige ansatte som jobber i skole og/eller med barn.

Intervjuene jeg har gjennomført er semistrukturerte, og de som er intervjuet er to lærere fra trondheimsskolen, en spesialpedagog og to ansatte fra 22. juli- senteret. Utgangspunktet for intervjuene er tre ulike intervjuguider i tillegg til at jeg har stilt oppfølgingsspørsmål til en av lærerne.

Funnene mine i denne studien tyder på at det finnes mange ulike grunner man kan samhandle og veilede barn som har vært gjennom traumatiske opplevelser, men at utgangspunktet for dette er å la barnet oppleve trygghet. Det handler om at læreren skal ha evnen til å fange opp om barnet strever og hjelpe det på best mulig måte.

Summary

In this bachelor's thesis, I examine how we as teachers can talk to children who have experienced trauma. My experience is that adults often find it difficult to talk to children about serious topics. We are unsure of what the children can bear to hear, and we are afraid to charge them. The purpose of the study is to help to better understand how children can react and how to relate to something that can be challenging for a child. I have conducted qualitative examination in the form of interviews of different employees working in schools and/or with children.

The interviews I have conducted are semi-structured, and those interviewed are two teachers from the Trondheim school, a special education teacher and two employees from the 22. July-centre. The starting point for the interviews is three different interview guides in addition to having asked follow-up questions to one of the teachers.

My findings in this study suggest that there are many different reasons to interact and guide children who have been through traumatic experiences, but that the starting point for this is to allow the child to experience safety. It's about the teacher having the ability to capture if the child is struggling and help it in the best way possible.

Innholdsfortegnelse

Forord	0
Sammendrag	1
Summary	2
1. Innledning	1
2. Teori	2
2.1. Tilknytningsteori:.....	2
2.1.1. Regulering av følelser.....	3
2.2. Traumebevisst tilnærming og omsorg.....	3
2.2.1. Barn og kriser.....	4
2.3. Samtaler med barn.....	5
2.3.1. Hvorfor er det viktig å samtale med barn?.....	6
2.3.2. Aktiv lytting og dialog.....	6
3. Metode	8
3.1. Utvelgelse av forskningsdeltakere.....	8
3.1.1. Presentasjon av representanter.....	8
3.2. Gjennomføring av dybdeintervju.....	9
3.3. Etikk og moralske betraktninger.....	10
4. Analyse og drøfting	11
4.1. Analyse.....	11
4.2. Drøfting.....	12
5. Avslutning	19
5.1. Oppsummering og konklusjon.....	19
5.2. Oppgavens relevans.....	19
5.3. Styrker og begrensninger.....	19
6. Referanser	21
7. Vedlegg	22

«Vi skal være åpne for barna, vi skal ikke dekke til, men vi skal heller ikke påføre barna problemer som ennå ikke har nådd dem»

- Anniken Huitfeldt (Raundalen og Schultz, 2018 s. 9)

1. Innledning

Å oppleve en traumatisk hendelse er dessverre ikke en sjeldenhet. Det er i dag mange barn og unge som opplever minst ett traume i løpet av livet, og flere av disse opplever i skolealder. Å skulle møte disse barna som elever i en skolesituasjon kan kanskje oppleves utfordrende for mange lærere. Det kan være at eleven opplevde traumet for flere år siden, kanskje noe som preger det enda, eller det kan hende man er lærer for en elev som nylig har vært gjennom et traume. Hvordan skal man da som lærer forholde seg til eleven som opplever noe slikt? Traume kan defineres på flere måter, og hva som oppleveres som et traume kan være forskjellig fra barn til barn. Mens et barn kanskje reagerer på en måte i en situasjon, vil et annet barn reagere på en annen måte (Jensen, T., u.å.) Som barn har man rett til å oppleve trygghet. Når denne tryggheten trues, og et barn opplever traume, er det viktig at det får mulighet til å bearbeide sine følelser og opplevelser. (Dyregrov, 2010, s. 108).

Jeg har valgt denne tematikken nettopp fordi mange barn i dag opplever traume. Som lærer vil man mest sannsynlig møte disse barna, og det å ha kunnskap om hvordan man kan samtale med dem og hjelpe med forståelse er noe enhver lærer kan få behov for. Jeg vil se nærmere på hvordan man som lærer kan prate med elever som har opplevd traumer. Min problemstilling er:

Hvordan kan man som lærer prate med og ta hensyn til elever som har erfart traumer?

På bakgrunn av dette ønsker jeg å se på ulike pedagogiske muligheter og utfordringer en lærer kan møte i samhandling med elever som har opplevd traumer. Oppbyggingen av oppgaven blir som følger; Først vil jeg presentere det teoretiske grunnlaget for undersøkelsen. Videre skal jeg i kapittel tre presentere metoden som er brukt, hvor jeg går nærmere inn på den kvalitative metoden som er benyttet. I kapittel fire kommer analyse og drøfting av den innsamlede empirien, før det i kapittel 5 kommer en oppsummering av oppgavens hovedfunn med påfølgende konklusjon.

Jeg vil i denne oppgaven bruke begrepet «barn» når jeg snakker om teoretisk traumebevisst tilnærming, og «elev» når teorien har sammenheng i læreryrket som profesjon.

2. Teori

I denne delen av oppgaven vil jeg gå nærmere inn på ulike teoretiske perspektiver i forhold til barn som har opplevd et traume og hva disse barna kanskje har behov for. De ulike teoretiske grunnlagene bygger på ulike teori der noe vil bli koblet sammen, mens i det i andre tilfeller kun vil omhandle «en persons forskning».

2.1. Tilknytningsteori:

For at et barn skal oppleve at det får dekt sitt grunnleggende behov av trygge relasjoner er det viktig at det er en voksen som er der og som tar hensyn. For at et barn skal oppleve trygghet trenger det å ha følelsen av at det blir sett, hørt og forstått, og som voksen i skolen er det en del av vårt ansvar å legge til rette for dette. Man skal kunne se hele barnet og prøve å forstå hvorfor det oppfører seg som det gjør. Metalisering kan være å gjøre nettopp dette. Det at barnet har en vanskelig atferd kan handle om at noe er vanskelig på innsiden, og kanskje har barnet et behov for å ha tilknytning til en person som kan hjelpe det med å jobbe seg gjennom det som er vanskelig (Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestad, G., 2017, s. 13). Elevene trenger en trygg lærer som forsøker og ønsker å forstå deres følelser, og som de ser bryr seg. En slik tilknytning oppstår ikke av seg selv, men krever at elev og lærer tilbringer mye tid sammen, slik at det blir en gjensidig tilknytning. For at elevene skal føle seg trygge på sin lærer, er det viktig at man involverer seg på en positiv og bekreftende måte (Brandtzæg et al., 2017, s. 27). For å skape en god tilknytning til en elev har de behov for å føle trygghet. Powell m.fl. har utviklet trygghetssirkelen som forklarer to grunnleggende behov vi som mennesker har. Behovet for utforskning og behovet for tilknytning. For å kunne utforske trenger vi støtte og oppmuntring, og derfor har vi behov for å kunne gå en plass der vi blir tatt imot. trygghetssirkelen illustrerer to deler av tilknytningen, trygg base og trygg havn. Den nedre delen av trygghetssirkelen representerer tilknytningsbehovet et barn har til en trygg voksen, altså trygg havn. Når barnet er ved den trygge havnen er tilknytningsbehovet slått på, og barnet har behov for hjelp, trøst eller nærhet. Om barn blir reddet, har de et behov for å føle seg beskyttet. Eleven kan frykte mye, og da er det viktig at det har erfart at du som lærer er tilgjengelig for det. (Brandtzæg et al., 2017, s. 31).

2.1.1. Regulering av følelser

Som skolebarn har man til en viss grad lært seg å regulere sine følelser, men behovet for støtte og veiledning til dette er fremdeles til stede. Noen barn regulerer følelsene sine bedre enn andre, men det som er felles for disse barna er at de skal ha hjelp når de har behov for det (Brandtzæg et al., 2017, s. 59). Når vi snakker om affektinntoning mener vi en ikke – språklig prosess hvor en voksen viser at han eller hun forsøker å forstå hvorfor barnet gjør og føler som det gjør i stedet for å reagere på selve atferden (Brandtzæg et al., 2017, s. 60). Det handler om å komme seg inn i den andres følelser ved å vise at man er til stede for og vil høre på hva som sies. Dette vises ved hjelp av kroppsspråk der vi kan si at barnets affekt speiles av den voksne. Om et barn gråter kan man for eksempel legge hodet på skakke mens du spør om barnet kan fortelle hva som har skjedd. Den voksne skal ikke bli like lei seg som barnet, for barnet trenger å se at den voksne er større og sterkere slik at han eller hun er i stand til å hjelpe. Når barnet er klar for å dele sine følelser kaller vi det intersubjektivitet. Gjennom dette får barnet hjelp til å forstå sine opplevelser bedre og følelsene kan bli mer overkommelige og håndterlige. Barnet kan også gjennom dette erfare at følelser ikke trenger å fortrenkes, og at det er lov til å kjenne på det som er vanskelig (Brandtzæg et al., 2017, s. 61 og 62). Barn kan også komme til et punkt der de ikke klarer å håndtere følelsene sine, og da har de behov for hjelp til å prosessere og forstå hvorfor de føler slik som de gjør. Dette kalles å organisere følelsene. I bunn og grunn dreier dette seg om å hjelpe barnet med å sette ord på den følelsen de kjenner på, og å hjelpe dem med å finne ut hva som ligger til grunn for de følelsene som kommer (Brandtzæg et al., 2017, s. 39).

2.2. Traumebevisst tilnærming og omsorg

Når mennesker opplever hendelser som er så grusomme eller påkjennende at de ikke klarer å reflektere over eller ta innover seg det som har skjedd, kan det oppstå et psykisk traume. Slike opplevelser kan oppstå brått og kalles enkelt traume, som for eksempel ulykker eller dødsfall. Gjentakende traumer slik som seksuelle overgrep eller vold i hjemmet kalles komplekse traumer. (Andersen, I.L., 2014, s.54). Gjentatte traumer har vist seg å påvirke barnets utvikling. Dette kan for eksempel være deres syn på tilværelsen, forhold til andre mennesker, hukommelse og konsentrasjon/oppmerksomhet. Barn som har opplevd dramatiske livshendelser har behov for en rolig og beskyttende atmosfære (RVTS, u.å.). Traumebevisst tilnærming sier at det i mange av livets situasjoner kan oppstå en følelse som minner dem om traumer de har opplevd tidligere i livet. Det kan være lyd, lukt, et bilde, en dialekt en farge eller omtrent hva som helst som kan “ta dem tilbake” til det øyeblikket

traumet oppsto. Disse sanseinntrykkene kalles triggere. Når disse triggerne blir aktivert, vil “farealarmen” til barnet gå, og det vil oppleves som at krenkelsen som har skjedd tidligere vil skje i akkurat det øyeblikket triggeren utløses. (Andersen, I.L., 2014, s.55). Dette innebærer at vi alltid må se barnets reaksjoner i lys av det de har opplevd. Vi lærer oss hvordan vi skal takle vanskelige situasjoner etter som vi vokser opp, det er ikke en evne vi er født med. Om et barn viser reaksjoner på grunn av et traume det har opplevd er det viktig at de blir ivaretatt og at det finnes oppmerksomme voksne som kan se dem og responderer på deres behov (Andersen, I.L., 2014, s.56).

Når vi møter et barn som har opplevd et traume handler traumebevisst omsorg om å møte barnet som er traumatisert og at vi ikke skal ha fokus på barnets traumer (Dønnestad, E., u.å.). Howard Bath har skrevet en artikkel om hva han mener er nødvendig omsorg for traumatiserte barn. Han beskriver tre pilarer som kan brukes; trygghet, relasjon og affektregulering. For at mennesker skal kunne eksistere i hverdagen har de behov for å føle trygghet, og opplevelsen av trygghet kan være forskjellig fra person til person. Når vi skal snakke med barn om traumerelaterte tema er det ikke tilstrekkelig at den voksne opplever rammene som trygge, det er barnet som må ha en opplevelse av dette. Relasjon mellom mennesker er at vi kan kjenne en trygghet til hverandre. Det er en opplevelse at våre følelser blir tatt på alvor slik at vi kan føle tilhørighet samtidig som vi opplever at vi bestemmer over oss selv (Andersen, I.L., 2014, s. 59). For at vi skal kunne fungere i et slikt samspill med andre må vi kunne regulere affekter og vår opplevelse av verden og hvordan vi forholder oss til andre mennesker er avhengig av dette (Andersen, I.L., 2014, s. 61)

2.2.1. Barn og kriser

Når det kommer til barn kan man gradere kriser på tre nivåer. 1.-, 2.-, og 3.- gradskriser. 1. gradskriser er noe som angår oss alle ved at de kommer nærmere gjennom en omfattende mediedekning. Det kan være hendelser som vises på tv slik som for eksempel da Wold Trade Center i New York ble angrepet. 2. gradskriser er når barn blir rammet. Også i denne graden blir nasjonale og internasjonale hendelser dekt av media men i dette tilfellet er barn involvert i hendelsen. På grunn av at barn er involvert kan andre barn identifisere seg med hendelsen og dermed føle at krisen angår dem selv. Det kan for eksempel være familiedrap eller terrorangrepet på utøya i 2011. 3. gradskriser er når barn er offer eller nærmeste pårørende. I denne graden regnes også klassekamerater og venner som nærmeste pårørende. Eksempler på slike kriser kan være at mamma dreper pappa eller barn som blir voldtatt.

(Raundalen & Schultz, 2008, s. 29 og 30)

2.3. Samtaler med barn

I dette avsnittet har jeg skrevet om hva 22. Juli – senteret sier om det å snakke med barn, da jeg på intervju med to av de ansatte på senteret fikk i tips å se på dette. Selv om 22. juli har forsvunnet mer og mer fra denne studien velger jeg allikevel å ta det med, da det kan brukes i flere sammenhenger enn kun når det snakkes om 22. juli.

Når man skal snakke med barn om vanskelig tematikk, er det viktig at barn ikke overlater alle svarene til sin egen fantasi (Raundalen & Dyregrov, 2011). Når voksne ikke vil svare barn fordi det er vanskelig, eller de ikke har noe svar på spørsmål, bør de ikke svare unnvikende eller gi mangelfulle svar. Dette kan skape forvirring hos barnet. Svarene som gis bør være ærlige og direkte, men som voksen må en også la barnet forstå at det ikke er alt man kan svare på og det er ikke alt en kan vite. 22. juli – senteret har kommet med noen råd en kan følge når man skal få i gang en samtale om vanskelige tema med barn. Still barnet åpne spørsmål som kan bidra til samtalen. Slik som hva lurer du på, hvordan har du det nå, hva tenker du om dette. Lytt til barnet, og la det føre samtalen. Prøv å forstå hvordan barnet opplever tema, og i tillegg er det viktig å huske at ikke alle barn liker å snakke om noe de finner vanskelig, og dette skal respekteres. Vær direkte og tydelig og ikke bruk lange setninger og mange ord, da det kan være vanskelig, særlig for de minste, å oppfatte hva som blir sagt. Tilpass språket og hold fokus på det temaet det snakkes om. Om barnet stiller et spørsmål du ikke kan svare på, vær ærlig om dette (Raundalen og Schultz, 2008, s. 131 og 132).

Raundalen og Schultz har skrevet artikkelen «Krisepedagogikk» der de forklarer hvordan man kunne snakke med barn i skolen i etterkant av 22. juli. Fra denne artikkelen er det hentet tre punkter som kan være relevant til alt traumerelatert arbeid når man skal snakke med barn. De sier at det man snakker om må være:

- *«begripelig: det må være konkret nok og nært nok til at de kan integrere det i sine kognitive rammer*
- *håndterbart: det må være trygt nok til at de kan ta det inn i stedet for å skyve det bort, det vil i praksis si at de kan gi egne uttrykk for tanker og følelser,*
- *meningsfylt: det må angå dem og de må få en klar forståelse av hvorfor vi voksne vil snakke med dem om forferdelige ting i stedet for å la det være.»*

(Raundalen og Schultz, 2011, s.3)

2.3.1. Hvorfor er det viktig å samtale med barn?

Barnekonvensjonens § 12 sier at «Barn har rett til å si sin mening og bli hørt. Barnet har rett til å si sin mening i alt som vedrører det og barnets meninger skal tillegges vekt». Det er viktig å lytte til barn som har det vanskelig, og det er også viktig at barna får vite hva som foregår. Når man skal snakke med barn må man tilpasse seg barnets alder og dets evne til å oppfatte og forstå det som blir sagt. Når barnet har opplevelsen av å forstå hva det samtales om, bidrar det til å skape trygghet. (Barne – og likestillingsdepartementet, 2009, s. 7)

En god samtale kan hjelpe til å gjøre en vanskelig situasjon lettere for barnet, og å forstå sammenheng i livet. Det kan hjelpe barnet til å bli tydeligere for seg selv når det deler sine tanker og følelser med en voksen. Dette bidrar til å opparbeide et tillitsforhold mellom barn og voksen. Om barnet ikke får mulighet til å snakke med og dele sine opplevelser med noen som kan hjelpe det å organisere sine følelser, kan det gå utover utviklingen til barnet. (Barne – og likestillingsdepartementet, 2009, s. 10 og 11)

2.3.2. Aktiv lytting og dialog

«*Lytt til barnet og ta imot og bekreft det som uttrykkes*» (Raundalen og Schultz, 2008, s. 103).

Når man bestemmer seg for å snakke med barn om vanskelige tema, krever det en innledning. Denne innledningen består av to deler der du forklarer hvorfor du vil snakke med barnet og deretter en introduksjon til temaet. Som voksen er det du som har ansvaret for kvaliteten i kommunikasjonen, og du må derfor være innstilt på å følge barnets motivasjon for samtalen. Du må tilpasse deg dets fokus og gir din fulle oppmerksomhet gjennom hele samtalen. Barn er gode på å lese kroppsspråk, så man må være bevisst på dette. Vis med hele kroppen at du er interessert i det barnet har å fortelle, slik at barnet føler at du vil være en del av samtalen. Noen barn vil oppleve en bekreftelse kun gjennom dette, mens andre barn har behov for en mer spesifikk bekreftelse slik som; jeg hører hva du sier, og jeg skjønner at du er trist. Det er viktig å bekrefte barnets følelser, men ikke en eventuell handling som kan komme i etterkant av den traumatiske opplevelsen. Er et barn sint og vil ta «hevne», er det viktig å finne en

inngang til en senere samtale om temaet der man kan motvirke en slik holdning (Raundalen og Schultz, 2008, s. 103).

«*Følg etter» Barnet*» (Raundalen og Schultz, 2008, s. 104). Som voksen er din oppgave å stille

samtalebærende spørsmål som hjelper barnet til å fortelle hva det har opplevd i en situasjon. Du kan oppmuntre barnet til å gi ytterligere kommentar ved å spørre om barnet kan fortelle mer eller om det kan beskrive den følelsen det har nærmere. Bekreft at du har fanget opp barnets signaler på å komme seg videre i samtalen. Man må vise respekt for barnet og dets følelser når en skal snakke om vanskelige tema. Det å forsikre barnet om at du er der og at det kan kjennes letter etter at man har snakket om det kan hjelpe barnet med å dele det som er vanskelig (Raundalen og Schultz, 2008, s. 104).

«*Følg opp det barnet sier*» (Raundalen og Schultz, 2008, s. 104). For å hjelpe et barn videre

med sitt traume kan man forsøke å normalisere barnets reaksjoner ved å formidle at vi skjønner at barnet er sint, trist og lignende. De bør få spesifikke råd for hvordan de kan jobbe med seg selv for å få det bedre, slik at barnet ikke mister mot og krefter til å komme videre. Gi barnet noen konkrete tips å jobbe med som kan være en hjelp å støtte i det barnet opplever som vanskelig (Raundalen og Schultz, 2008, s. 104 og 105).

«*Om å dele barnets følelser*» (Raundalen og Schultz, 2008, s. 105). Når man snakker med barn

om vanskelige tema er det viktig at barnet opplever deg som en som ønsker å ta imot det som sies. Selv om barnet kan ha opplevd noe så traumatisk at det setter deg ut av spill, eller at det vekker en avsky i deg, er det viktig at barnet ikke oppfatter dette. Du må dempe dine reaksjoner slik at barnet ikke føler et behov for å beskytte og skjerme deg fra det som er vanskelig (Raundalen og Schultz, 2008 s. 105).

«*Vente på tur*» (Raundalen og Schultz, 2008, s. 105). God kommunikasjon handler om at en

samtale skal være flytende. I tilfeller der barn har opplevd noe traumatisk er det de som skal ha muligheten til å snakke, men det betyr ikke at den som hører på kun skal høre på. Det handler om å være åpen for spørsmål eller kommentarer som barnet kommer med, og det å gi gode råd og støtte der barnet trenger det. Det handler om at barnet skal oppleve at vi hører på hva det sier og at vi respekterer det (Raundalen og Schultz, 2008, s. 105 og 106).

Disse punktene er hentet fra Raundalen og Schultz sin bok «Kan vi snakke med barn om alt?» De er korte glimt fra terapeutens verksted, men selv om man ikke er skolert terapeut kan man likevel bruke slike verktøy. Det er mange som arbeider i skolen i dag som har trodd at det å sette faste tider på samtaler kan føre til kritikk fordi de etterligner terapeutrollen, men det er verre og gjøre slike tiltak usystematisk og tilfeldig (Raundalen & Schultz, 2008, s. 106).

3. Metode

I denne studien har jeg valgt å bruke semistrukturert intervju som er en kvalitativ forskningsmetode. Grunnen til at jeg har valgt dette, er fordi det gir meg mulighet til å gå mer i dybden på det jeg vil finne ut i motsetning til den kvantitative undersøkelsen som foregår mest på det overordnede planet. Spørsmålene som er stilt er åpne, og det har gitt rom for digresjon. Jeg var også inne på tanken om å ha fokusgrupper, da dette kan virke mindre truende for deltakerne enn dybdeintervjuer, men konkluderte med at dette kunne bli vanskeligere å gjennomføre i praksis ([Krueger og Casey, 2000] i Tjora, 2018, s. 12). Da jeg skulle rekruttere informanter til denne oppgaven måtte jeg se på *hva* jeg ville ha svar på, og *hvem* jeg kunne oppsøke for å få svar. Hovedregelen er at man velger informanter som av ulike grunner vil kunne uttale seg på en reflektert måte om det aktuelle temaet (Tjora, 2018, s. 130).

3.1. Utvalgelse av forskningsdeltakere

I utgangspunktet var tanken å rekruttere informanter via min praksisskole, men da pandemien brøt ut ble dette vanskelig å gjennomføre. Med stort nettverk innenfor fagfeltet i trondheimsskolen fikk jeg uansett mulighet til å spørre om noen var interessert i å delta. Tanken var å intervju en ansatt i ledelsen ved en skole, tre lærere og en spesialpedagog. Jeg endte opp med to intervjuer med lærere og ett med spesialpedagog da fem personer hadde gitt meg omfattende arbeid senere, noe jeg tenkte kunne resultere i en svakere analyse. Jeg opplever uansett ikke at dette har en negativ innvirkning på min studie. Jeg har også intervjuet to ansatte ved 22. juli – senteret om det å snakke med barn om vanskelige tema.

3.1.1. Presentasjon av representanter

De to lærerne jeg har intervjuet er en mann i førtiårene som har jobbet i trondheimsskolen i snart tjue år. Han har jobbet både på småtrinnet, mellomtrinnet og ungdomstrinnet. Han er for øyeblikket kontaktlærer for et mellomtrinn der han har tett oppfølging av sine elever. Den

andre læreren er i tjuårene og er relativt nyutdannet. Det er en dame som også er kontaktlærer for et mellomtrinn og hun er «helt i oppstartsfasen av å lære seg hva det vil si å være en lærer i praksis» som hun sa det selv. Den tredje jeg intervjuet er en dame i slutten av tjuårene som jobber som spesialpedagog hvor hun har hatt oppfølging av flere elever som har hatt utfordringer både hjemme og på skolen. De to som jobber på 22. Juli – senteret jobber som formidlere. Jeg ønsker ikke å beskrive nærmere deres yrke, da dette kan identifisere disse informantene.

For å bevare deres anonymitet har jeg valgt å gi deltakerne pseudonymer. Jeg har valgt å kalle dem Morten og Therese som er kontaktlærer på mellomtrinnet, Elisabeth som er spesialpedagog og Lotte og Emilie fra 22. juli - senteret.

3.2. Gjennomføring av dybdeintervju

På grunn av den pågående pandemien fikk jeg ikke gjennomført intervjuene slik jeg ønsket ved å møte deltakerne. Om jeg hadde fått mulighet til det hadde det kanskje vært enklere å få en flyt i samtalen og enklere å snakke rundt spørsmålene, men på tross av dette føler jeg at gjennomføringen gikk fint. Intervjuene skjedde over telefon der jeg skrev ned svarene jeg fikk, og jeg valgte å ikke gjøre lydopptak av samtalen. Selv om jeg møtte noen hindringer på veien klarte jeg å gjennomføre dybdeintervjuene. I praksis består et dybdeintervju av tre ulike faser. Oppvarmingsfasen, refleksjonsfasen og avrundingsfasen (Tjora, 2018 s.145). Alle intervjuene ble innledet med en uformell samtale der det ble stilt spørsmål som; hva heter du, hva er din stilling og hvor lenget har du jobbet her. Disse tre spørsmålene ble stilt til alle som ble intervjuet som en måte å få i gang en samtale. Dette er spørsmål som ikke krever mye refleksjon fra deltakeren som kan hjelpe med å skape en trygg ramme både for intervjuer og intervjuobjekt (Tjora, 2018 s.146).

Etter oppvarmingsfasen var rammene satt for en god samtale, og vi kom videre inn på refleksjonsfasen. Her hadde jeg tre forskjellige intervjuguider. En for Morten og Therese, en for Elisabeth og en for Lotte og Emilie. Da jeg ikke fikk mulighet til å møte de tre lærerne i skolen valgte jeg å sende spørsmålene på mail før samtalen. Slik fikk de mulighet til å reflektere rundt spørsmålene før selve intervjuet. Da jeg intervjuet lærerne benyttet jeg anledningen til å stille oppfølgingsspørsmål slik at jeg fikk mer utfyllende svar. I noen tilfeller kan de som intervjues ha behov for slike spørsmål, og det er derfor viktig å ha tenkt gjennom mulige stikkord i intervjuguiden. Det skjedde at jeg ikke fikk de svarene jeg var ute etter,

gjærne fordi jeg følte at de ikke var utdypende nok, så da fikk de som ble intervjuet mulighet til å tenke seg litt om før de svarte. Enkelte ganger kan det være lurt å ha is i magen og å la samtalen komme til en «pinlig» stillhet etter et stilt spørsmål slik at den som intervjues føler at de må utdype svaret sitt. (Tjora, 2018 s. 146). Da jeg skulle intervjuer de på 22. juli – senteret hadde jeg mulighet til å dra til Oslo og gjennomføre ansikt til ansikt. Jeg var så heldig at jeg fikk mulighet til å snakke med to som jobber ved senteret. Jeg hadde en intervjuguide til denne samtalen også, men den ble ikke mye brukt. Samtalen fløt av seg selv, og jeg fikk mulighet til å stille de spørsmålene jeg ønsket. Selv om intervjuguiden ikke ble brukt hadde jeg kontroll på de spørsmålene som skulle stilles, og føler at jeg fikk flere utdypende svar en først tenkt på denne måten.

Til slutt ble samtalen oppsummert med hvilke svar jeg fikk og hvordan svarene skulle brukes videre i min studie og en takk for at de stilte til intervju. Denne avrundingen normaliserer situasjonen mellom mennesker som ikke kjenner hverandre og som ikke ville snakket så personlig med hverandre (Tjora, 2018 s. 146).

3.3. Etikk og moralske betraktninger

Jeg ønsket som sagt i utgangspunktet å bruke lydopptak under intervjuene. Slike opptak regnes som personidentifiserbart noe som betød at jeg mtte melde inn prosjektet til NSD (norsk senter for forskningsdata) om jeg ønsket å bruke det. Jeg hadde ikke tid til å gjøre dette, derfor valgte jeg å ikke bruke lydopptak.

Når det kom til gjennomføring av intervjuet er forskningsetikken først og fremst knyttet til det at ingen skal komme til skade. Selv om min studie ikke utgjør en direkte fysisk fare for deltakerne, er det et tungt tema å snakke om. Det måtte reflekteres over om spørsmålene jeg stilte kunne oppleves vanskelig og om dette ville ha stor innvirkning på deltakerne. Jeg konkluderte med at spørsmålene ikke lå på et slikt nivå, og hadde heller ikke opplevelsen av at de som ble intervjuet opplevde det som ubehagelig. De ble også informert om at de kunne velge å trekke seg fra intervjuet når som helst, både før, under og etter intervjuet (Tjora, 2018 s. 175). All forskning bygger på tillit mellom den som forsker og «den det forskes på». Forsikring om at informantene holdes anonyme er derfor viktig. Det er på grunn av dette jeg har valg å unnlate hvilken skole lærerne jobber på, navnene deres og den spesifikke alderen. På denne måten er det ingen som kan kjenne igjen deltakerne i min studie.

4. Analyse og drøfting

I dette kapittelet skal jeg gå inn på analysen av de intervjuene jeg har gjennomført. Jeg har kodet hvert enkelt intervju. Målet med kodingen er å trekke ut relevant informasjon fra studien, å redusere materialets omfang og å legge til rette for idegenerering av detaljer i empirien (Tjora, 2018 s. 197).

4.1. Analyse

Det datamaterialet jeg har samlet inn har resultert i en analytisk modell med inspirasjon fra kategoriseringen gjort i NVivo 12. På grunn av tekniske problemer med selve programmet ble det umulig å gjennomføre hele analysen i dette programmet. Derfor har jeg valgt å gjennomføre analysen uten hjelp av et dataprogram. Dette tok lengre tid, men jeg fikk på tross av dette muligheten til å dykke dypere inn i og få mer forståelse for den empirien jeg har samlet inn. Jeg fikk mulighet til å bruke NVivo i liten grad, noe som vil vises i neste avsnitt.

For å sette i gang analysen var jeg interessert i å vite om den dataen jeg samlet inn gikk i samme retning. Derfor valgte jeg før kategoriseringen å lage en ordsky basert på frekvensen av ordene som var kommet fram i empirien. Jeg la inn alt det innsamlede materialet i NVivo og ønsket å sitte igjen med noen ord som kunne gi meg et bilde av hva kategoriseringen kunne føre til. Jeg luket vekk ord som ikke var nødvendig, og vurderte til slutt hvilke ord som hadde høyest frekvens, og hvilke ord som vil være naturlig i kategoriseringen. Resultatet sortert etter høyeste frekvens ble (Kan også sees i vedlegg 7.4.):

- Barnet
- Kontroll
- Traume
- Situasjon
- Føle
- Skremmende
- Samhandling
- Komfortabel
- Varme
- Behov
- Snakke
- Premisser
- Signaler
- Åpenhet

Etter å ha opprettet denne ordskyen begynte jeg å kode intervjuene. Etter kodingen begynte jeg å plassere hver enkelt kode under de tentative kategoriene jeg fikk fra ordskyen. Deretter ble kodene flyttet på for å snevre inn antall kategorier, og jeg sto til slutt igjen med seks av de fjorten kategoriene. Disse var; *Barnet*, *Situasjon*, *Samhandling*, *Behov*, *Snakke* og *åpenhet*. Ut fra kodingen av intervjuene fikk jeg trettiseks koder som jeg plasserte under hver av disse

seks kategoriene. Etter dette valgte jeg å basere hovedkategoriene på det teoretiske forkningsgrunnlaget, og plasserte de seks underkategoriene under henholdsvis tilknytting, samtaler med barn og traumebevisst omsorg. Under dette igjen plasserte jeg de trettiseks kodene jeg fikk. Jeg luket ut de kodene jeg så ikke var nødvendige eller gjentok seg selv med annet ordlag, og sto igjen med tjueåtte koder. Dette vises i vedlegg 4.1.1., 4.1.2. og 4.1.3.

4.2. Drøfting

Av figur 7.1, 7.2. og 7.3. kan vi se kategoriseringen som er gjort i forhold til teorigrunnlaget. De to underkategoriene er hentet fra ordskyen der ordene ble plukket ut fra frekvens. Under disse to står kodingene som er gjort fra de ulike intervjuene, hvor de er tatt ordrett fra ett intervju, men kan uttrykke den samme betydningen som et sitat fra ett annet intervju gjør. Vi kan se av kategoriseringen i «samtaler med barn» at det å være åpen og ærlig med barnet ligger sterkt til grunn. Man kan tenke hvordan det kan oppfattes for et barn om det i senere tid etter en eventuell samtale får høre noe helt annet om gitte tema det er snakket om. Det å være åpne og ærlig fra starten, slik at barnet slipper å sitte igjen med flere spørsmål eller usikkerhet kan derfor være noe man bør gjøre. Å forstå hvordan barnet har det for å forberede og gjennomføre en samtale trenger ikke å være en enkel affære. Kanskje reagerer barnet på en slik måte at du ikke oppfatter signalene, eller kanskje reagerer barnet med å bli utagerende. Ut fra de intervjuene som er gjort har jeg sett på hva som sies om slike problemstillinger og knyttet det opp mot teorien for å se på ulike løsninger.

Barn må kunne forstå hva som sies når vi skal snakke med dem om vanskelige tema, og det man snakker om må være slik at barnet klarer å håndtere det som bli sagt. Det er ikke sikkert at et barn forstår alt en voksen sier, og kanskje kan det da tenkes at det kan være lurt å stille spørsmål som: *Forstår du hva jeg mente nå?* eller *Vil du at jeg skal forklare det på en annen måte?* Lotte og Emilie snakker i samtalen vår om det å gjennomføre en samtale der barnet får si det han eller hun tenker, føler og mener. Det barnet uttrykker skal ikke stemples som feil, men det skal være en nysgjerrighet rundt det.

«Det skal ikke være en moraliserende men korrigerende samtale, der man gjentar barnas ord slik at de får en bekreftelse på at du som lærer har fått med deg det de har sagt.»

- Lotte og Emilie

Jeg satt lenge etter å ha hørt og lest denne setningen for å finne en forståelse av hva den betyr. I sammenheng med teorien ser jeg at betydningen av at det ikke skal være en moraliserende samtale kan tenkes å bety at det ikke skal finnes noe «moralsk grunn» til hvorfor et traume skjer. Om et barn opplever noe traumatisk så skal ikke en samtale resultere i at det skal prøve å finne svare på hvorfor, heller hvordan det skal klare å leve med at det faktisk skjedde. Det er ikke sikkert at alle tolker denne setningen på lik måte, så dette kan være en tanke av mange.

«vær en voksen som barna vil komme til om de opplever tema som vanskelig eller skremmende.»

- Lotte og Emilie

Når vi snakker om aktiv lytting og dialog, så kan det tenkes at det handler om å regulere seg etter barnet. Du må være tydelig på hva du vil uttrykke, og det kan gjøres slik at barnet skal være sikker på hva det snakkes om. Om et barn ikke oppfatter det den voksne snakker om er det ikke sikkert at samtalen har noe nyttefunksjon i det hele tatt. I en samtale med barn der det er han/hun som skal lede samtalen, må barnet få rom til å uttrykke det det føler og mener. Tenk en situasjon der den voksne kun sitter og sier til barnet hva det bør gjøre uten at barnet får snakket ordentlig ut om det som er vanskelig. Da er det ikke sikkert det blir like lett for barnet å følge opp disse rådene den voksne kommer med, og kanskje mister barnet innstillingen til å komme seg videre. Hvis barnet stiller et spørsmål du ikke kan svare på slik som «hvorfor skjedde dette meg», så vær ærlig med barnet når du svarer. Dette er et svar man ikke kan svare på, men kanskje kan man lede eleven inn på en vei der dere to sammen kan finne svar på hvordan å komme seg videre.

«Uttrykk også at det ikke er alle ting du kan svare på, og at det er greit å ikke vite, kanskje kan man sette seg ned å finne ut av noe sammen. Vær åpen for de spørsmålene barna stiller, og vær en voksen som barna vil komme til om de opplever tema som vanskelig eller skremmende.»

- Lotte

Som lærer er det ikke sikkert at det alltid er like enkelt å snakke med barn om tema som oppleves som vanskelig eller utfordrende. Jeg var på 22. Juli – senteret og intervjuet to ansatte der om det å snakke med barn om traumatiske hendelser. Vi snakket om det å trå forsiktig og

det å tilpasse seg alderen på de barna man skal snakke med. Man kan ikke forklare en hendelse på samme måte til en seksåring som til en sekstenåring. Uansett er formålet med de vanskelige samtalene at barna skal bli trygge og at de skal få en forståelse og på den måten bli roet ned av samtalen. Det er viktig at barnet får opplevelsen av at vi tar samtalen på alvor for å hjelpe det med å få kontroll på de plagsomme tankene (Raundalen og Schultz, 2008:131). Det Lotte sier her har også de to lærerne som er intervjuet snakket om.

«Tenker det er viktig at vi er åpen og ærlig. Hvis man starter med å få alle spørsmål besvart er det kanskje lettere å jobbe videre med temaet.»

- Therese

Her sier Therese noe som er interessant. Det å være åpen og ærlig. Man kan jo lure på hvor åpen og ærlig man skal være, men jeg tror det kan handle mer om *hvordan* man er åpen og ærlig. Kanskje kan det tenkes at det å være nysgjerrige på det barna sier være noe som kan hjelpe barnet med å forstå og snakke. Hvis man tenker seg et barn som snakker om noe traumatisk, enten det har opplevd noe selv eller ikke, kan man stille oppfølgingsspørsmål til det barnet sier. Det handler ikke om å dømme barnet, men kanskje man får en bedre forståelse av hva barnet mener ved å stille spørsmål for mer utdypende svar. På denne måten kan man muligens få mulighet til å finne nøyaktig ut hva barnet lurte på, og deretter gi et tydelig svar tilbake.

«Jeg mener at det er viktig å bruke et språk som elevene forstår. Selv om det som skjedde var grusomt mener jeg at vi må snakke direkte til barn for å unngå at de misforstår og skaper misoppfatninger om det som skjedde. Jeg mener også at vi må tørre å svare på det de spør om og ikke "pynte" på historien.»

- Morten

Disse to intervjuene ble gjennomført da oppgaven var fokusert mer inn mot 22. juli enn traumer generelt. Det betyr ikke nødvendigvis at det de sier ikke er relevant når man skal snakke med elever om traumerelaterte tema. 22. Juli var tross alt et traume som påvirket mange i Norge. Uansett kan man se at utsagnene til de som ble intervjuet kan forankres i teorien, da jeg i avsnitt 2.3. skriver rundt det å snakke med barn. «Snakk med meg» forteller om akkurat dette som intervjuobjektene har vært inne på, det å svare åpne og ikke gi unnvikende eller mangelfulle svar. Om man svarer barnet på en unnvikende måte fordi man

selv synes det er vanskelig å snakke om det temaet som er tatt opp, kan det tenkes at barnets fantasi begynner å jobbe, og kanskje kan dette føre til en verre opplevelse enn om man velger å ta samtalen med barnet på tross av at man selv synes det kan virke utfordrende.

Av figur 7.2. kan vi se at respekt og trygghet er to viktige stikkord som kan sees i sammenheng med alle kodene som er laget under kategorien tilknytting. Hvis vi så ser på tilknyttingsteorien i sammenheng med det som er sagt i intervjuene opplever jeg at tilknytting kan sees på som en viktig del av det å snakke med barn om traume. Av figur 4.1.2. kan vi se at både situasjon og samhandling kan ha noe å si for tilknyttingen. Hvordan er lærer skal være i en slik tilknyttingssituasjon og hvordan samhandlingen skal foregå, har jeg prøvd å forklare i de neste avsnittene.

«Jeg tenker at relasjon har en veldig stor betydning. Uten en tilknytting mellom barn og voksen vil barnet stenge seg inne pga at det ikke føler seg trygg på den voksne. Uansett hvordan man ser på dette temaet vil trygghet være et stikkord.»

- Elisabeth

Det Elisabeth sier her kan sees sammen med utsagn i kapittel 2.1. om at man må involvere seg på en positiv og bekreftende måte for å skape trygghet. Dette kan tenkes å være en viktig del av det å hjelpe et barn og jobbe gjennom et traume, men hva om barnet ikke er interessert i tilknyttingen. Et eksempel på når det kanskje ikke er greit å snakke med barn om traumer opplevde jeg som vikar på et mellomtrinn. Vi snakket om kommunevalget og en elev spurte meg om det ikke var arbeiderpartiet som ble utsatt for bombing i 2011. Dette var den første undervisningstimen jeg hadde i denne klassen, og det var vanskelig å ha en samtale med elevene om dette da det virket som de ikke var trygge på å si hva de tenkte eller stille meg spørsmål. Av dette tenker jeg at det kanskje kunne blitt en helt annen situasjon om jeg hadde en tilknytting til de elevene jeg underviste denne dagen.

Videre sier Elisabeth om tilknytting:

«Si at et barn har opplevd å bli misbrukt av en voksen person. Da kan dette barnet oppleve utrygghet til alle voksne, og må derfor bli betrygget på at den voksne som skal hjelpe han/henne med traumet er til å stole på.»

- Elisabeth

Dette er en utfordring man kan møte på når man skal hjelpe et barn med et traume. Derfor er det alltid viktig å se barnet og tilpasse seg dets behov. Med tanke på dette er det viktig å huske på at det kanskje ikke skal så mye til for å utløse triggere hos et barn som har opplevd traume. Si den personen som misbrukte barnet var en mann. Da kan det hende at barnet opplever det utrygt å snakke med en mann om situasjonen. Når et barn viser eller uttrykker reaksjoner på det det har opplevd, er det viktig at en voksen ser det. I et slikt tilfelle hadde det for eksempel kanskje vært best å bruke en kvinnelig samtalepartner for barnet.

«Noen elever kan holde det de har opplevd inne i seg uten å ville dele det med noen. Om det er noe alvorlig som har skjedd er det derfor viktig at vi følger med på elevene og ser om det er noen tegn som kan fortelle oss at barnet ikke har det bra.»

- Therese

Det er slik at når elevene er på skolen og har behov for å føle seg sett kan det være vanskelig å be om hjelp. Da er det viktig at vi som lærere holder øynene åpne for alt som kan oppleves som utenfor normalen. Her ser vi igjen viktigheten av at læreren lærer seg sine elever å kjenne og at det er en relasjon mellom dem. På grunn av at dette ble sagt i intervjusituasjonen ønsker jeg kort å trekke inn formålsparagrafen i den nye læreplanen og opplæringsloven. På Utdanningsdirektoratets sider står det:

«Formålsparagrafen bygger på menneskeverdets ukrenkelighet og at alle mennesker er like mye verdt, uavhengig av hva som ellers skiller oss. Når lærere viser omsorg for elevene og ser den enkelte, anerkjennes menneskeverdet som en grunnleggende verdi for skolen og samfunnet.» (Utdanningsdirektoratet, 2020). Vi kan se av denne paragrafen at uansett hva et barn har vært gjennom, hvordan det reagerer eller hvordan det ser ut, så skal det vises omsorg for barnet og anerkjenne dets menneskeverd.

Som sagt tidligere har barn som har opplevd traume behov for en trygg voksen. Elisabeth har møtt flere elever som har hatt traumatiske opplevelser og kan fortelle at hun møter barn med samme grunnleggende tankegang. Hun sier:

«Når man skal møte barnet er det viktig å tenke på at dette er en opplevelse som har vært skremmende for han/henne. Møt han/henne med varme, og vis at du er der for han/henne og ikke på grunn av han/henne».

- Elisabeth

Om vi ser dette i sammenheng med trygghets sirkelen, ser vi at dette representerer den trygge havnen barnet har et behov for å komme til når ting kan oppleves vanskelig. Det kan være mange ulike grunner til at et barn kommer til den trygge havnen for å få emosjonelt påfyll, og som lærer er det viktig å ta imot elevene når de kommer for dette. Noen kan ha behov for en lengre samtale om det som er vanskelig, mens andre kanskje bare trenger oppmuntring i form av gode ord (Se eleven innenfra, s. 32). Imidlertid kan det tenkes at barnet som har det vanskelig har behov for tid til å komme til det stedet der det kan være helt trygg på den voksne som er der. Da kan det være at den voksne må bruke den tiden på å vise barnet at det er trygt å komme ved behov. Man må være tålmodig uten å presse barnet, og la samhandlingen skje på barnets premisser.

Av figur 7.3. kan det sies at det viktigste i forhold til traumebevisst tilnærming og omsorg er «barnet» og «behov» Det å legge til rette for at barnet får det det trenger hjelp til gjennom et traume, og at samhandling og hjelp skjer ut fra hvilket behov barnet har. Elisabeth kunne fortelle om en opplevelse der et barn hadde opplevd et traume. Hun hadde vært til stede gjennom store deler av prosessen, men eleven ville ikke oppsøke henne for samtaler når ting ble vanskelig. Elisabeth lurte da på om hun skulle ta initiativ til samtale eller om dette kunne oppleves skremmende og påtrengende for eleven. I denne sammenhengen kan det tenkes at eleven ikke følte seg helt trygg på Elisabeth da hun ikke har hatt mye med eleven å gjøre før denne situasjonen. På grunn av dette valgte Elisabeth å jobbe med tilknyttingen på avstand, og gi eleven mulighet til å komme til henne om han ønsket. Hun sier at i denne situasjonen hadde eleven behov for å ha kontroll over sitt eget liv og hun ønsket å vise at hun kunne være en støtte uten å presse på. Hun sørget for å la eleven se at hun var der uten å være initiativtaker, og dette endte til slutt med at eleven valgte å komme til henne når opplevelsen av å ikke lengre ha kontroll på sine følelser ble for stor. Da var Elisabeth til hjelp ved å snakke med eleven om det å kontrollere sine følelser og hvordan de sammen kunne finne en måte å jobbe seg gjennom situasjonen sammen. Slik Elisabeth handlet i denne situasjon kan sies å være i tråd med det teorien sier om traumebevisst omsorg. Det handler som sagt om å se barnet som er traumatisert og ikke ha fokus på traumet barnet har. Artikkelen Howard Bath har skrevet

som omhandler de tre pilarene innenfor en slik type omsorg er helt spesiell, for den forteller at man ikke trenger å være terapeut for å hjelpe et barn. Det kan heller tenkes at den måten han beskriver kan hjelpe et barn *i tillegg* til det en terapeut kan gjøre.

Men hva om barnet reagerer på en måte som kan gjøre det vanskelig å skulle hjelpe? Kanskje det blir sint og utagerer ved å ødelegge ting. Kanskje stenger det seg inne og ikke ønsker å snakke med noen.

Hvis en elev viser utagerende oppførsel er jeg mer interessert i å vite hvorfor eleven føler det slik enn å bli sint. Da ser jeg på hele sammenhengen, hva som kan være bakgrunn for oppførselen, har det skjedd noe nytt i elevens liv, eller kan det være at han/hun har sett eller hørt noe som ble opplevd som skremmende?

- Therese

Det Therese snakker om her opplever jeg som et viktig punkt når man skal snakke med barn som er utsatt for traume. Det å være oppmerksom på hva som kan ha skjedd i barnets liv som gjør at det oppfører seg slik det gjør. Om et barn for eksempel har opplevd at mor og far har gått fra hverandre kan det reagere på flere måter. Noen reagerer kanskje kraftig mens andre kanskje ikke reagerer i det hele tatt og synes det er greit. Så om et barn kommer på skolen og oppfører seg på en annen måte enn det bruker, og du som lærer vet at foreldrene nettopp har gått fra hverandre, så kan det kanskje være at eleven har behov for å snakke om akkurat det. Da kan man eventuelt velge å ta det opp med eleven gjennom en samtale, eller kanskje bare spørre eleven om de ønsker å snakke om det. Hvis eleven sier at han/hun ikke vil snakke om det, så kan man kanskje spørre på et senere tidspunkt eller si fra at man er der om eleven har behov for å snakke.

Til slutt vil jeg nevne opplæringslovens § 9A som skal sørge for at alle elever skal ha et godt og trygt skolemiljø. Når et barn har det vanskelig hjemme kan det tenkes at dette kan gå utover elevens skolehverdag. For noen elever kan mobbing oppleves som et traume og dette går også utover skolehverdagen. «*Alle som arbeider på skolen, skal følge med på om elevane har eit trygt og godt skolemiljø, og gripe inn mot krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering dersom det er mogleg*» (Opplæringsloven, 1998, §9A). Som lærere er det vår oppgave og følge med på at elevene har det trygt og godt og å gripe inn om vi skulle erfare at en elev blir krenket eller strever på noen måte enten om det er hjemme eller på skolen.

5. Avslutning

5.1. Oppsummering og konklusjon

I denne oppgaven har jeg prøvd å finne svar på hvordan man kan snakke med barn som har opplevd traume. Jeg har tatt utgangspunkt i relevant teori som kunne hjelpe meg å belyse temaet. Jeg har erfart at det finnes mange måter man kan snakke med barn om traumer og at det ikke finnes en fasit. Man må tilpasse seg det barnet man snakker med, situasjonen og rammene rundt. De intervjuene jeg har gjennomført har hjulpet meg til å få et større innblikk i hvordan man kan støtte og hjelpe når man er i en lærerrolle. Jeg har også skjønt at traumer kan være så mangt. Noen elever opplever mobbing, skilsmisse, og dødsfall som traume, mens det kanskje ikke går like mye inn på andre.

Jeg tenker at det jeg sitter igjen med etter denne oppgaven kan ha stor overføringsverdi i arbeid med elever som har opplevd både store og kanskje litt mindre traumatiske hendelser.

5.2. Oppgavens relevans

Hvorfor er det relevant at vi skal snakke med elever om traumerelaterte tema? Vi kan se av denne oppgaven at det er flere grunner til dette. Barn som har opplevd noe så vanskelig at det kan gå ut over deres livskvalitet trenger å få hjelp til å bearbeide sine tanker og følelser. Som lærer er det viktig å vite hvilke tegn man skal se etter om man mistenker at et barn har opplevd et traume. Læreren er en viktig støttespiller i barnets skolehverdag, og om man bygger en sterk relasjon til eleven kan det hende at eleven ser på deg som en av de tryggeste å komme til.

5.3. Styrker og begrensninger

Styrker ved denne oppgaven kan være at man får et større innblikk i hvordan man kan snakke med og forholde seg til barn som har gjennomgått et traume på ulike måter. Det finnes ingen fasit på hvordan man skal gjøre det, så det å ha flere måter å jobbe på kan være et godt utgangspunkt for å kunne hjelpe barn. Det er ikke alltid at den ene metoden er riktig for alle barn, så det å ha flere måter å jobbe på kan hjelpe til med å finne den rette metoden. Det at jeg har gjennomført semistrukturerte intervju har gitt rom for å gå inn i dybden på hva de ulike fagpersonene mener og dette har igjen gitt meg flere muligheter når det kommer til drøfting og analyse av studien.

Derimot vil ikke denne studien være et klart svar på hvordan man skal snakke med barn. Antall intervju er for lite til at man kan generalisere og si at dette gjelder for alle. De som er intervjuet har heller ikke forsket på temaet, men de har fått mulighet til å gjennomføre sine tanker i praksis. En kvalitativ undersøkelse vil heller aldri bli helt nøytral da den som utfører studien vil påvirke det som sies med tanke på egne meninger for eksempel i drøftingen. Det kan heller ikke vites om deltakerne i studien har valgt å svare helt ærlig eller om det har svart det de tror jeg ønsker å høre. For å kunne si at en slik studie skal være gyldig må det være et større utvalg og et større dypdykk i teorien. Uansett opplever jeg at jeg har fått utforsket interessante aspekter ved temaet, og det er absolutt noe som kan være utgangspunkt for en videre undersøkelse.

6. Referanser

- Andersen, I.L. (2014). Traumebevisst tilnærming. I: Søftestad, S. & Andersen, I.L.(red.) *Seksuelle overgrep mot barn, traumebevisst tilnærming* (s. 54 – 67). Oslo: Universitetsforlaget. Hentet fra: <https://ntnu.app.box.com/s/o07ue6rhduu0c3a0n03ufq25mhi1x2gm>
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestas, G. (2017). *Se eleven innenfra – Relasjonsarbeid og mentalisering på barnetrinnet*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Barne - og likestillingsdepartementet. (2009). *Snakk med meg – En veileder om å snakke med barn i barnevernet*. (Publikasjonskode Q-1156 B). Hentet fra: https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/barnevern/q-1156b-snakk-med-meg_web.pdf
- Dyregrov, A. (2010). *Barn og traumer – en håndbok for foreldre og hjelpere*. Bergen: Fagbokforlaget
- Dyregrov, A. & Raundalen, M. (23.07.2011). Hva skal vi si til barn om terroren på utøya?. Hentet fra: <https://krisepsykologi.no/fagstoff/veiledere/terroren-pa-utoya/>
- Dønnestad, E. (u.å.) Howard Bath vil normalisering. Hentet fra: <https://sor.rvts.no/no/nyhetsarkiv/Howard+Bath+vil+normalisering.9UFRDY0Z.ips.html>
- Jensen, T., (u.å). Barn og traumer. Hentet fra: <https://www.psykologforeningen.no/publikum/informasjonsvideoer/videoer-om-psykiske-lidelser/barn-og-traumer>
- Opplæringsloven. (1998). Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (LOV-1998-07-17-61) Hentet fra: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL_1#%C2%A71-1
- Raundalen, M. & Schultz, J.H. (2008). *Kan vi snakke med barn om alt?* Oslo: Pedagogisk Forum
- Raundalen, M. & Schultz, J.H. (2011). Krisepedagogikk Hentet fra: https://www.udir.no/globalassets/upload/kriser/krisepedagogikk_terror_august2011.pdf
- RVTS. (u.å). Barns utvikling og traumer. Hentet fra: <https://sor.rvts.no/filestore/Filarkiv/Dokumenter/Fagstoff/Barnevern/Traumeguiden2.pdf>
- Tjora, A. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Overordnet del – menneskeverdet*. Hentet fra: <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/opplaringens-verdigrunnlag/1.1-menneskeverdet/>

7. Vedlegg

Samtaler med barn

Snakke

Still åpne spørsmål

Regulere deg etter hvem du snakker med

Avslutte samtalen på en god måte

Vite hvordan man stiller spørsmål

Åpenhet

Tydelige spørsmål, spørre rett ut

Prøv å forstå hvordan barnet opplever samtalen

Spørre hvordan han vil at hverdagen skal være

7.1.

Tilknytting

Situasjon

Snakk rolig og sørg for at barnet kan stole på deg

Vær åpen for barnets ulike emosjoner

Finne noe som fungerer både for eleven og alt som skjer rundt

Vis at du er der for han og ikke på grunn av han

Samhandling

Respekt

Taushetsplikt

Ikke styr det som sies

Være en trygghetsperson

Behov for å føle at noen bryr seg

7.2.

Traumebevisst tilnærming og omsorg

Barnet

Finne en balanse mellom å være konkret og sensitiv

Vær forberedt på ulike reaksjoner

Lese signaler

Viktig å tenke på at det er en skremmende opplevelse

Behov

Vær til stede for oppfølging

Hvis vi vet hva traumet er, la barnet styret selv og føle at det har kontroll over situasjonen

Målet er å forstå følelser, ikke å påføre dem

La samhandling skje på barnets premisser

7.3.



7.4.

7.5. Intervjuguide lærere:

1. Hva mener du er viktig å tenke på når man skal snakke med elevene på mellomtrinnet om 22. juli?
2. Opplever du temaet som vanskelig å snakke om, og hva tenker du om at noen lærere synes temaet er vanskelig å snakke om?
3. Hvordan mener du lærere i skolen bør forholde seg til elever som spør om 22.juli?
4. Som lærer på mellomtrinnet, hvordan ville du formidlet temaet til dine elever?

7.5.1. Tilleggsspørsmål Therese

1. Hva gjør du om en elev viser utagerende oppførsel?
2. Hvordan møter du barn som har opplevd traume?

7.6. Intervjuguide spesialpedagog

1. Hvordan møter man et barn som har opplevd traume?
2. Hva er viktig å tenke på når man skal snakke med dette barnet?
3. I hvor stor grad tenker du at relasjon har en betydning?

7.7. Intervjuguide 22. juli - senteret

1. Hvorfor ble 22. juli – senteret opprettet
2. Hvilke elever tar dere imot?
3. Hvilke forkunnskaper tror du elevene har om temaet før de kommer hit?
4. Oppfordrer dere lærere til å snakke med elevene om tema før de kommer?
5. Opplever du tema som vanskelig å snakke om
6. Hvordan mener du lærere i skolen bør forholde seg til elever som spør?
7. Har du opplevd noen spesielle reaksjoner fra elevene som har vært her?
8. Hva tenker du om at noen lærere synes tema er vanskelig å snakke om?

