

Synne Weltzien

Miljøterapi som ramme i arbeid med traumatiserte ungdommer

Milieu therapy as a framework when working with traumatized adolescents

Bacheloroppgave i barnevern

Veileder: Inge Kvaran

Mai 2022

Synne Weltzien

Miljøterapi som ramme i arbeid med traumatiserte ungdommer

Milieu therapy as a framework when working with traumatized adolescents

Bacheloroppgave i barnevern

Veileder: Inge Kvaran

Mai 2022

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap

Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Noen barn vokser opp under belastninger som kan klassifiseres som utviklingstraumer. Traumebelastningenes innvirkning på barnets utvikling og fungering, antas å få konsekvenser videre i barnets oppvekst. Noen av disse barna flytter inn i barnevernsinstitusjoner som ungdommer. Da blir det miljøterapiens og miljøterapeutenes oppgave å forstå ungdommenes behov og ivareta dem i lys av deres erfaringer. Men hvordan kan dette arbeidet gjøres?

Denne bacheloroppgaven forsøker å belyse overnevnte spørsmål med problemstillingen: «Hvordan kan miljøterapien være en ramme for arbeidet med traumatiserte ungdommer i barnevernsinstitusjoner?». Oppgaven presenterer relevant kunnskap om tidlige relasjonserfaringer og reguleringsstøtte og hjernens utvikling og funksjon, i lys av utviklingstraumer. I tillegg ser oppgaven på Howard Baths rammeverk om traumebevisst omsorg (TBO). Videre presenteres «Handlekraft», ulike miljøterapeutiske perspektiver og forskning om miljøterapeuters forståelse og praksisanvendelse av traumelitteraturen. Miljøterapien som rammeverk og traumeperspektivets implikasjoner for miljøterapeuten selv, redegjøres for og drøftes. Avslutningsvis rettes et kritisk blikk mot traumeperspektivet.

Abstract

Some children are growing up under conditions that classifies as developmental trauma. The impact that this type of trauma can have on the child's development and functioning, is presumed to have consequences further on in the child's upbringing. Some of these children move into child welfare institutions as adolescents. As such, it becomes the milieu therapy and milieu therapists' task to understand the adolescents needs and take care of them considering their experiences. But how can this work be done?

This bachelor thesis tries to shed a light on the question above with the following research question: «How can milieu therapy be a framework for working with traumatized adolescents in child welfare institutions?». This thesis presents relevant knowledge about children's early relationship experiences and other-regulation and the brains development and functioning, in light of developmental trauma. The thesis also looks at the framework of Howard Bath, called trauma-informed care (TIC). Further on I present "Handlekraft" along with some milieu therapeutic perspectives and research about milieu therapists understanding and use of the trauma literature. Milieu therapy as a framework and the trauma perspective's implications for the milieu therapists themselves, will be discussed. Finally, the trauma perspective will undergo a critical discussion.

Forord

Tre år på barnevernsstudiet har ledet meg til valget av akkurat denne bacheloroppgaven. Arbeidet har vært spennende, lærerikt og utfordrende. Jeg har opplevd å få en dypere forståelse av et av de store temaene som har preget barnevernsfeltet de siste årene og jeg er takknemlig for innsikten og skriveerfaringene jeg sitter igjen med.

Jeg vil rette en stor takk til alle som har heiet på meg og hjulpet meg underveis i arbeidet. En spesiell takk rettes til veileder, Inge Kvaran, for gode innspill til en stresset student. Jeg skal ikke skrive så mye mer her. Jeg ønsker å avslutte forordene med et dikt jeg synes rommer mye med få ord:

Ett er nødvendig – her
i denne vår vanskelige verden
av husville og heimløse:

Å ta bolig i seg selv

Gå inn i mørket
og pusse sotet av lampen.

Slik at mennesker på veiene
kan skimte lys
i dine bebodde øyne.

(Hans Børli, 2018).

Trondheim, mai 2022

Synne Weltzien

Innholdsfortegnelse

1	Innledning	5
1.1	Presentasjon av tema og problemstilling	5
1.2	Barnevernsfaglig relevans	5
1.3	Oppgavens avgrensninger	6
1.3.1	Definisjon av «ungdommer»	6
1.3.2	Traumebegrepet	6
1.4	Oppgavens oppbygning	6
2	Metode	7
2.1	Fremgangsmåte	7
2.2	Forforståelse	7
2.3	Kildekritikk	8
3	Juridiske rammer	10
3.1	Definisjon av «barnevernsinstitusjon»	10
3.2	Formål	10
3.3	Plasseringsgrunnlag	10
4	Kunnskapsgrunnlag	12
4.1	Tidlige relasjonserfaringer og reguleringsstøtte	12
4.2	Hjernens formbarhet, utvikling og funksjon	13
4.3	Traumebevisst omsorg	15
4.3.1	Trygghet	16
4.3.2	Relasjoner	16
4.3.3	Affektregulering	17
4.4	Handlekraft, miljøterapi og miljøterapeuten selv	17
4.4.1	Handlekraft	17
4.4.2	Miljøterapi	17
4.4.3	Miljøterapeuten selv – sentrale studier	19
5	Drøfting	22
5.1	Miljøterapien som ramme for å møte traumatiserte ungdommer	22
5.2	Traumeperspektivets implikasjoner for miljøterapeuten selv	24
5.2.1	Grunnleggende forståelse	24
5.2.2	Reguleringsstøtte og ekthet	24
5.2.3	Relasjonen	25
5.3	Et kritisk blikk på traumeperspektivet	27
5.3.1	Forenkling av virkeligheten	27
5.3.2	Det normale versus det spesielle	27

5.3.3	Ensidig forståelse.....	28
6	Avslutning.....	31
7	Litteraturliste.....	32

1 Innledning

1.1 Presentasjon av tema og problemstilling

I løpet av 2020 bodde 2862 barn og unge i barnevernsinstitusjon. Ved utgangen samme år var tallet 959 (SSB, 2021a; 2021b). Både antall oppholdsdøgn og antall barn og unge som bor i institusjon, har gått ned de siste årene (Bufdir, 2021). «Det er et mål og en villet utvikling at barn skal få hjelp i ett hjem og i sitt nærmiljø» sier divisjonsdirektør i Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir), Kjetil Andreas Ostling (Ostling, sitert i Bufdir, 2021). Tross målsettinger fra direktoratets side vil noen barn og unge i samfunnet være utsatt for så store belastninger at de behøver et institusjonstilbud. I en barnevernsinstitusjon kan barna få tid til å prosessere det de har opplevd og få troen tilbake på at de kan endre og utvikle seg gjennom å få nye, positive relasjonserfaringer og et miljø som rommer deres følelser og uttrykk (Larsen, 2018).

Mange av de unge som bor i barnevernsinstitusjoner, bærer på traumatiserende opplevelser (Kayed et al., 2015) som vold, overgrep og omsorgssvikt (Bræin, Andersen og Simonsen, 2017). De siste årene har traumeperspektivet på barns utvikling og fungering, blitt stadig mer utbredt. I dag er det et av de dominerende teoretiske rammeverkene i miljøterapeutisk arbeid i barnevernsinstitusjoner (Bræin et al., 2017; Bath, 2017). Likevel antyder forskning at det mangler litteratur om hvordan miljøterapien, med et traumeperspektiv, kan fungere som ramme i arbeid med traumatiserte unge, i praksis (Steinkopf, Nordanger, Halvorsen, Stige og Milde, 2020a).

På bakgrunn av dette rettes oppgavens søkelys mot temaet traumer og miljøterapien som ramme i arbeid med det. Problemstillingens formulering lyder: «Hvordan kan miljøterapien være en ramme for arbeidet med traumatiserte ungdommer i barnevernsinstitusjoner?».

1.2 Barnevernsfaglig relevans

Ungdommer med utviklingstraumer kan trenge et institusjonstilbud. Ofte klarer ikke foreldre og nærmiljø å gi tilstrekkelig hjelp og ungdommen trenger noe «mer» (Larsen, 2018). Dette «mer» kan forstås slik:

Children affected by developmental trauma need adults in their lives who can understand the pervasive impact of their experiences and who recognise that the pain from ruptured connections can lead to a range of challenging behaviours. They need adults who can develop trauma-informed approaches that promote healing and connection. (Bath, 2008, s. 20-21).

Barnevernsinstitusjoner er en av barnevernspedagogenes hovedarenaer i yrkeslivet (NTNU). Barnevernspedagoger står derfor i front for å være slike forståelsesfulle voksne for ungdommer med utviklingstraumer. Slik kan barnevernet tilby ungdommene trygghet og relasjon og bidra til endrings- og utviklingsprosesser (Amble og Dahl-Johansen, 2016; Bath, 2015). Jeg tror denne bacheloroppgaven er et barnevernsfaglig tilskudd til den eksisterende litteraturen.

1.3 Oppgavens avgrensninger

Sentrale begreper i oppgaven er de som inngår i tema og problemstilling; «miljøterapi», «miljøterapeuter», «traumer», «ungdommer» og «barnevernsinstitusjoner». For en mer sammenhengende tekst vil flesteparten av begrepene og avgrensningene redegjøres for underveis hvor jeg har funnet det naturlig. Innledningsvis belyses to begreper:

1.3.1 Definisjon av «ungdommer»

Statistikken viser at det som oftest er ungdommer som flytter i barnevernsinstitusjon. I 2020 var de fleste mellom 13 og 17 år (SSB, 2021c). Sentrale studier i denne oppgaven har også forsket på barnevernsinstitusjoner hvor ungdommene var mellom 13 og 18 år. På bakgrunn av dette gjelder «ungdommer» de mellom 13 og 17 år.

1.3.2 Traumebegrepet

Litteraturen skiller mellom akutte traumer og komplekse traumer – sistnevnte kalles også utviklingstraumer. Akutte traumer kan oppstå etter å ha blitt utsatt for en overveldende enkelthendelse. Utviklingstraumer kan oppstå når noen blir utsatt for traumatiske belastninger over tid (Bath, 2008). I denne oppgaven brukes begrepet «utviklingstraumer». Det redegjøres nærmere for i oppgavens teoridel.

1.4 Oppgavens oppbygning

Oppgaven fortsetter med en metodedel hvor fremgangsmåte, forforståelse og kildekritikk, redegjøres for. Videre belyses temaets kontekst i form av barnevernsinstitusjoners juridiske rammer. Teoridelen av oppgaven presenterer en grunnleggende forståelse av barns utvikling og samspillserfaringer i lys av utviklingstraumer, samt miljøterapeutiske perspektiver. I drøftedelen vil miljøterapien brukes som rammeverk for å forstå hvordan hjelpere kan møte traumatiserte ungdommer og jeg ser på traumefokusets implikasjoner for miljøterapeutenes arbeidshverdag. Jeg foretar også en kritisk drøfting av traumeperspektivet. Deretter avsluttes oppgaven og litteraturlisten presenteres.

2 Metode

Metode er verktøyet som hjelper oss å samle informasjon om fenomenet vi vil undersøke. Bacheloroppgaven baserer seg på litteraturstudium som metode. Derav måtte en problemstilling kunne undersøkes innenfor rammene av metoden. Egentlig gjør man det motsatte i forskning; finner et fenomen å undersøke og deretter gjør metodevalg hvor refleksjoner rundt valgene redegjøres for. Men det er ikke alltid at forskning kan gjennomføres på en ideell måte. Like fullt er det viktig å redegjøre for fremgangsmåten (Dalland, 2020).

2.1 Fremgangsmåte

I en litteraturstudie søker man opp og innhenter data fra eksisterende forskning, teori og fagkunnskap. Ved å dokumentere fremgangsmåten i litteratursøket kan andre vurdere søkene og oppgavens troverdighet. Først må det settes kriterier for litteratursøket (Dalland, 2020; Trygstad og Dalland, 2020). Mine kriterier var et «tidsspenn» fra 2015-2022 og et «faglig nivå» hvor jeg krysset av for «fagfellevurdert tidsskrift». Grunnet min problemstilling, omhandlet funnene ungdommer. Jeg fant litteratur med søkemotoren Oria gjennom de engelske søkeordene: "trauma informed" "child welfare" norway adolescent*. I Google Scholar brukte jeg norske søkeord: "traumebevisst omsorg" barnevern*. Med trunkering (*) fikk jeg opp alle stavellesmåtene av ord. Med hermetegn bevarte jeg noen av ordene samlet i søkene. Jeg supplerte med Idunn, SSB og Bufdirs nettbibliotek for å finne ytterligere informasjon og søke opp sekundærkilder.

Fire artikler fra litteratursøkene, benyttes. Utvalget er strategisk. Det medfører at jeg må argumentere på en faglig overbevisende måte for hvorfor jeg valgte artiklene og vise artiklenes relevans for oppgaven (Dalland, 2020). Dette gjøres i oppgavedel 4 og 5. Gjeldende artikler er Bræin et al. (2017), Steinkopf et al. (2020a), Steinkopf, Nordanger, Stige og Milde (2020b) og Steinkopf, Nordanger, Stige og Milde (2021). Oppgaven baserer seg også på litteratur funnet gjennom annen litteratur – den såkalte snøballmetoden (Dalland, 2020). I tillegg benyttes tidligere pensumlitteratur og fagbøker anbefalt av veileder.

2.2 Forforståelse

For å heve oppgavens pålitelighet er det viktig å redegjøre for min forforståelse og bakgrunn (Dalland, 2020). Jeg ønsker derfor å tydeliggjøre for leser at problemstillingens innhold interesserer og engasjerer meg og inngår i litteratur som jeg har kjennskap til fra tidligere i studietiden.

Foregående semester var jeg i praksis i barnevernsinstitusjon. Der opplevde jeg at teoriene jeg hadde med meg fra studiene ikke strakk til i praksis, noe som var frustrerende. Jeg ble knyttet til ungdommene jeg møtte, noe som økte engasjementet rundt det å forstå bedre hva som lå bak ungdommenes atferd. Når jeg leste eller hørte om ungdommenes oppveksterfaringer, var «traumer» en gjentakende erfaring. Samtidig økte min interesse for miljøterapi når jeg erfarte fordeler og utfordringer med en miljøterapeutisk ramme i arbeidet. Slik ønsket jeg å lære mer om hvordan miljøterapien kan brukes i traumebasert arbeid.

Jeg er bevisst på at mine erfaringer har preget temavalg. Innholdsmessig har det blant annet påvirket mine argumenter for hvordan litteraturens traumbegreper kan være stigmatiserende. Underveis i skriveprosessen har jeg hatt et levende bilde av ungdommene jeg møtte i praksisperioden, noe som har opplevdes inspirerende for meg. Likevel har jeg forsøkt å finne litteratur som viser et nyansert bilde av hvordan miljøterapi med traumatiserte barn og unge, kan være. Jeg drøfter også om traumefokuset kan skygge for andre perspektiver.

2.3 Kildekritikk

Kildekritikk er vurdering og redegjørelse av oppgavens litteratur. Den viktigste grunnen til redelighet rundt kilder er at bacheloroppgaven kan bidra til kunnskapsutviklingen i faget. Dersom andre vil bruke oppgavens elementer og dens svakheter ikke er redegjort for, kan feilene videreføres (Dalland, 2020).

Jeg har søkt opp oppgavens relevante sekundærkilder der det har vært mulig.

Bacheloroppgavens tidsmessige ramme har vært en begrensning og gjort enkelte sekundærkilder vanskelig å få tak i. I slike tilfeller har jeg sekundærreferert ut fra Apa 6th-manualen for å sikre kreditering. Jeg er likevel klar over at sekundærreferering innskrenker primærforfatters stemme og blir en tolkning som sådan (Trygstad og Dalland, 2020). For å nyansere slike tolkninger har jeg sett på flere kilder som belyser samme tema.

Andre sider ved kildekritikken er redegjørelse av kildens opphav og årstall (Trygstad og Dalland, 2020). Mye av bacheloroppgavens litteratur er av fagfolk og forskning tilknyttet Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS). De er Norges «kompetansebanker» for fagfolk som blant annet møter traumatiserte mennesker og anses å være en pålitelig kilde som også Norges direktorater og etater henter fagkunnskap fra. Gjennomgående i bachelorarbeidet har jeg forsøkt å hente oppdatert kunnskap ettersom barnevernsfeltet er i stadig utvikling. Likevel har jeg inkludert noen eldre kilder fra midten av

2000-tallet hvor jeg har vurdert kilden som pålitelig og i tråd med nyere forståelse og forskning på feltet.

Avslutningsvis ønsker jeg å nevne at studiene til Steinkopf et al. (2020a) og Steinkopf et al. (2020b) som presenteres i del 4, har samme førsteforfatter, men ulike medforfattere. Likevel drøftes de to studiene om hverandre i del 5. Derfor skiller jeg dem med bokstavene «a» og «b» slik at det blir oversiktlig og leservennlig.

3 Juridiske rammer

3.1 Definisjon av «barnevernsinstitusjon»

Norske barnevernsinstitusjoner er underlagt barnevernloven (1992, §5-1). Barne-, ungdoms- og familieetaten (Bufetat), som ligger under Bufdir, har ansvar for driften av statens barnevernsinstitusjoner og godkjenning av private institusjoner (Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2012-2013).

Bufetat (2020) skiller mellom det som ofte kalles «atferds»-, «omsorgs»- og «akutt»-institusjoner basert på paragrafene de unge plasseres etter. Samtidig som barnevernsinstitusjonene er ulike, finnes det noen fellesnevnerne. Jeg benytter Gro Ulsets (2018, s. 182) definisjon: «En barnevernsinstitusjon er et midlertidig hjem og et omsorgsmiljø for de barna og ungdommene som opplever å bo der i deler av oppveksten. Samtidig representerer den en arbeidsplass».

3.2 Formål

Formålet med institusjonstilbudet er å gi forsvarlig omsorg og behandling. Det betyr å beskytte ungdommen og tilby rammer for trygghet og positiv utvikling, samt stabil voksenkontakt. Institusjonene følger også opp barnet i skole- og fritidssammenheng, gir dem muligheten til mestringsopplevelse og medvirkning, og lærer dem respekt og toleranse (Rettighetsforskriften, 2011, §1).

Målet med et institusjonsopphold er at omsorgen og behandlingen skal bidra til barnets utvikling og positive og varige endringer i ungdommenes liv (Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2012). I tillegg skal institusjonstilbudet tilpasses det enkelte barns behov (Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2012-2013).

3.3 Plasseringsgrunnlag

Unge plasseres ofte i barnevernsinstitusjoner fordi deres atferd ikke er sosialt akseptabel for omgivelsene og fordi foreldrene ikke klarer å hjelpe dem eller trenger hjelp selv (Amble og Dahl-Johansen, 2016; Kvaran og Holm, 2012). I 2020 var flesteparten av barna og ungdommene plassert på grunnlag av omsorgsovertakelse, jf. barnevernloven § 4-12. Dermed kom frivillige hjelpetiltak, mens 163 av dem var tvangsplassert grunnet atferdsvansker etter barnevernloven § 4-24 (SSB, 2021d). Denne oppgaven skiller ikke mellom institusjonene ettersom fokuset er fellesnevneren for mange av ungdommene – at de bærer på traumatiske belastninger og således kan trenge et institusjonsopphold (Larsen, 2018).

I NOU (2016: 6) foreslår barnevernproffene fra Forandringsfabrikken at begrepsbruken endres fra «plassering» til «flytting». De mener plasseringsbegrepet kan være stigmatiserende og skape distanse mellom de som bor, og de som jobber, på institusjonene. Videre i denne oppgaven benyttes flyttebegrepet og ungdommene omtales som at de «bor» i institusjon, framfor at de er «plassert» der.

4 Kunnskapsgrunnlag

4.1 Tidlige relasjonserfaringer og reguleringsstøtte

Barnets utvikling har et relasjonelt aspekt. Barnet er avhengig av omsorgsgiver fra fødsel av og videre oppover i barneårene. Forskning understreker at barnets tidlige samspillserfaringer med omsorgsgiver legger grunnlag for videre utvikling (Braarud, 2012; Nordanger og Braarud, 2017). Spedbarnets relasjon til omsorgsgiver synes å være en forutsetning for barnets optimale utvikling. En annen forutsetning er regulering. Små barn har ikke utviklet evnen til å regulere seg selv. De trenger derfor voksne som kan hjelpe barnet med å regulere dets fysiologiske funksjoner, emosjoner og affekt og beskytte barnet fra intens stimuli, for eksempel høye lyder som skremmer barnet. Denne hjelpen defineres som «reguleringsstøtte» (Nordanger og Braarud, 2017).

Vi mennesker viser tidlig at vi er sosiale vesen. Helt fra fødsel av søker vi samspill med mennesker rundt oss (Reddy, Hay, Murray og Trevarthen, i Nordanger og Braarud, 2017). For eksempel kommuniserer spedbarn med omsorgsgiver gjennom kroppsspråk og lyder (Braarud, 2012). Samspillet mellom barnet og omsorgsgiver er gjensidig. Gjensidigheten danner forventninger hos barnet og omsorgsgiver om det fremtidige samspillet. I samspillet vil omsorgspersonens forståelse av spedbarnets indre tilstander være bakteppe for om barnet får reguleringsstøtten det trenger. Barn som blir møtt på sine behov og har en omsorgsgiver som skjønner når barnet trenger denne støtten, vil bli god på å bruke omsorgsgiver for å regulere seg når behovet er der (Nordanger og Braarud, 2017).

To andre sentrale aspekt ved samspillet er fysisk kontakt og lek. Berøringer som gir barnet sansemotorisk erfaring gjør at barnet kan utvikle bevegelsesevnen sin ut fra informasjon fra sansene. Lek er viktig fra spedbarnsalder av. Og etter hvert som barnet blir eldre vil leken også innebære mer fysisk lek hvor omsorgspersonen tar ansvar for å ha kontrollen i leken og regulere barnet for eksempel ved å sette grenser når lekeslåssingen blir for voldsom (Nordanger og Braarud, 2017).

Positive samspillserfaringer lagres i hukommelsen og vil trolig bidra til at barnet er tillitsfullt i samspill med andre mennesker (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Når barnet erfarer at omsorgsgiver kan være en reguleringsstøtte, vil barnet utvikle «indre arbeidsmodeller» om at omsorgspersonen er trygg og kjærlig (Nordanger og Braarud, 2017). Indre arbeidsmodeller er mentale representasjoner mennesker har av seg selv og av andre. Barn utvikler indre arbeidsmodeller på bakgrunn av omsorgspersonens emosjonelle investering i relasjonen barn-

omsorgsgiver. Denne emosjonelle investeringen innebærer at omsorgsgiver viser tydelig at vedkommende er glad i barnet og at barnet er ønsket. Samt at omsorgspersonen bruker fysiske og emosjonelle ressurser for å støtte barnet i dets utvikling og ser barnets personlighet og individualitet som noe positivt. Slik erfaring lærer barnet at barnet er verdifullt og at noen tar vare på det når barnet trenger det (Ackerman og Dozier, 2005). «Det intuitive i god foreldreomsorg, de dagligdagse og repeterende erfaringene og den emosjonelle investeringen sannsynliggjør at spedbarnet utvikler en trygg relasjon» (Nordanger og Braarud, 2017, s. 48).

Barn som ikke erfarer trygge og kjærlige samspill, kan utvikle representasjoner av seg selv som uverdige andres kjærlighet. De stoler ikke på at omsorgspersonen er der for dem og kan frykte at de blir forlatt. Stresset som følger av slike tanker blir vanskelig å regulere. Slike indre arbeidsmodeller kan medføre at barnets samspillsmåter er destruktive og kan påvirke barnets senere relasjoner til viktige andre, i negativ forstand (Ackerman og Dozier, 2005). Noen av disse barna kan være utsatt for doble belastningsforhold. I denne sammenheng betyr det at de ikke erfarer å ha en trygg relasjon hvor de får den sårt tiltrengte reguleringsstøtten av omsorgspersonen, samtidig som de utsettes for potensielt traumatiserende vold, overgrep og/eller omsorgssvikt enten av omsorgspersonen selv, eller i situasjoner hvor omsorgspersonen ikke klarer å beskytte barnet (Nordanger og Braarud, 2017). Det er «denne kombinasjonen av tilstedeværelse av traumatisk stress og sviktende reguleringsstøtte pågående over tid» Nordanger og Braarud (2017, s. 30) definerer som «utviklingstraumatisering».

4.2 Hjernens formbarhet, utvikling og funksjon

Ifølge Nordanger og Braarud (2017) er en av de mest signifikante konsekvensene av å bli utsatt for utviklingstraumer, en underutviklet evnen til selvregulering. Dette forklares ut fra forskning som ser på hjernens formbarhet og oppbygning. Ifølge forskere er hjernen bruksavhengig. I barns første leveår har hjernen en overflødig mengde hjerneceller (nevroner) som danner forbindelser mellom hverandre (synapser) og danner nettverk i hjernen. I en naturlig prosess vil synaptiske forbindelser forsterkes eller svekkes ut ifra hvordan hjernen stimuleres. Dette viser at miljøet og måten hjernen blir «brukt» på, former hjernen. «Den viktigste stimuleringen er den sosiale, emosjonelle, motoriske og fysiologiske stimuleringen som ligger i den intuitive omsorgen» (Nordanger og Braarud, 2017).

«Den tredelte hjernen» er mye brukt for å forklare traumeperspektivet og brukes også i dag som en forklaringsmodell av, og til, unge som lever med utviklingstraumer (Nordanger og

Braarud, 2017, s. 55; Bræin et al., 2017, s. 992). MacLean (som i Nordanger og Braarud, 2017, s. 55) beskrev denne tredelte oppbyggingen som en «overlevelseshjerne», en «følelseshjerne» og en «tenkehjerne». «Overlevelseshjernen» er den mest primitive delen av hjernen og kontrollerer primitive overlevelselsesfunksjoner, som pust (Brodal, som i Nordanger og Braarud, 2017). Over denne delen ligger «følelseshjernen» som er involvert i styring av følelser. Øverst og fremst i hjernen ligger «tenkehjernen» - den logiske, bevisste og viljestyrte hjernedelen (Stien og Kendall, som i Nordanger og Braarud, 2017; Bræin et al., 2017).

Et sentralt aspekt ved hjernens oppbygging er at den utvikles nedenfra og opp – «bottom up». Samtidig kan høyere kortikale områder – tenkehjernen – påvirke de lavere, evolusjonsmessig eldre delene som styrer følelser og overlevelselsesinstinkt – såkalte «top down»-prosesser. De ulike delene av hjernen kommuniserer med hverandre og sender signaler til resten av kroppen. Dersom et menneske oppfatter noe skremmende, aktiveres «alarmsystemet» i hjernen som skal sørge for vår overlevelse. Når faren er over, vil hjernens «reguleringssystem» hjelpe oss å vurdere trusselbildet og regulere ned igjen det aktiverte alarmsystemet. Men dersom aktiveringsnivået er høyt nok, eksempelvis ved ekstremt stressnivå, svekkes den logiske tenkeevnen og reguleringssystemet, kraftig. De høyere områdene har ikke lenger like stor innvirkning på de lavere områdene og overlevelselsesinstinkt og følelser tar overhånd (Nordanger og Braarud, 2017).

Denne forståelsen av hjernen står sentralt i traumeperspektivet (Nordanger og Braarud, 2017). Små barns høyestliggende hjerneområder er ikke ferdig utviklet. De har derfor behov for at noen andre er deres reguleringsstøtte, slik forklart i 4.1. Barnets underutviklede reguleringssystem og deres lavere terskel for hva som oppleves som truende, gjør at dersom de blir utsatt for traumatiske belastninger så kan det få særlig alvorlige konsekvenser. Om de ikke beskyttes mot traumbelastningene kan barnets alarmsystem bli oversensitivt og reguleringssystemets utvikling hemmes. Utviklingstraumer vil således forstyrre barnets naturlige utvikling. Dette kan forplante seg videre i utviklingsprosessen. Studier indikerer at utviklingstraumatiserte barns hjerner formes av de traumatiske erfaringene og kan gi kronisk forhøyet stressnivå. Utviklingstraumers effekt på barnehjernens utvikling anses av Nordanger og Braarud (2017) som en «nevrobiologisk skjevutvikling».

I Nordanger og Braarud (2017) sitt perspektiv forstås utviklingstraumer best som reguleringsvansker. Hjernens alarmreaksjoner på trusler forklares som hyper- eller hypoaktivering og ses i sammenheng med Siegel (som i Nordanger og Braarud, 2017) sin Toleransevindu-modell. I modellen vil utviklingstraumatiserte barns skjevutvikling oversettes

til at barna har et smalere toleransevindu enn de som ikke har de erfaringene. Det vil si at det skal mindre stimuli til før disse barna kommer utenfor «vinduet» hvor de er når de er optimalt aktiverte og kan ta innover seg sine omgivelser, lære og utforske. Når de opplever omgivelsene som truende går disse barna raskere i hyper- eller hypoaktivert tilstand og dermed ut av sitt toleransevindu. I hyperaktivert tilstand vil reaksjonen være å foreta seg noe – kroppen mobiliseres. Det kan for eksempel ses som en utagering. En hyporeaksjon er derimot å lukke seg inn i seg selv og for eksempel bli nummen (Nordanger og Braarud, 2017).

Det som gir håp i denne sammenheng er forskningens indikasjon på at det er *funksjonene* i hjernen som berøres hos utviklingstraumatiserte barn. Utviklingstraumatiserte hjerners skjevutvikling er en konsekvens at av hjernen har tilpasset seg miljøet barnet har levd i, og slik sett har det hatt en funksjon. Barnet har lært å beskytte seg selv gjennom å reagere raskt på potensielle trusler. Men når barnet er i trygge omgivelser, kan overlevelsesfunksjonen være dysfunksjonell. Det kan medføre at barnet ikke klarer å nyttiggjøre seg den nødvendige omsorgen. Utviklingstraumatiserte barns fokus på egen overlevelse har gjort at de ikke hatt det viktige overskuddet i sine barneår til å utforske og lære. Det tar tid å endre en trusselorientert hjerne. Barna kan ha sterke reaksjoner mot omsorg, noe som kan medføre at de som prøver å hjelpe, lar seg avvise. Barnas forventinger om å bli avvist bekreftes og det blir en selvoppfyllende profeti (Nordanger og Braarud, 2017).

En direkte konsekvens av utviklingstraumatisering er vansker med affektregulering, men også andre viktige reguleringsområder påvirkes, som døgnrytme og sult- og metthetsfølelse. En indirekte konsekvens vil være at reguleringsvansker kan medføre utfordringer med sosiale relasjoner. Dette viser at utviklingstraumer får store konsekvenser på mange plan i barnets liv. Det koster også samfunnet mye ressurser (Nordanger og Braarud, 2017). Relativt mange av disse barna havner i barnevernsinstitusjoner som ungdommer (Kayed et al., 2015; Amble og Dahl-Johansen, 2016). Da blir det miljøterapiens- og terapeutenes oppgave å møte disse ungdommene.

4.3 Traumebevisst omsorg

Howard Bath (2008; 2015) har skrevet om hvordan voksne kan hjelpe barn med utviklingstraumer. Hans oppfatning er at det ikke bare er kliniske terapeuters oppgave å hjelpe barn i å lege sine traumer. Baths rammeverk brukes blant annet i miljøterapeutisk arbeid i barnevernsinstitusjoner. Han beskriver at miljøet som skapes rundt barnet må være traumebevisst og forstå at helbredelsesprosessen tar tid. Bath tar til orde for at tre

grunnleggende pilarer må være til stede og fungere som et grunnleggende kart i helbredelsesprosessen; trygghet, relasjoner og affektregulering. Sammen utgjør de «traumebevisst omsorg» (TBO).

4.3.1 Trygghet

Trygghet anses som et grunnleggende behov hos nyfødte (Bowlby, i Bath, 2008). Spedbarn søker omsorgspersonen gjennom kroppsspråk og lyder for å sikre seg en trygghet om at «noen passer på meg og hjelper meg å overleve». Barna som vokser opp under potensielt utviklingstraumerende forhold vil leve i konstant utrygghet hvor voksne ikke forbindes med trygghet og omsorg, men en potensiell trussel. Derfor argumenterer Bath (2008) for at det første steget i helbredelsesprosessen er at voksne skaper et trygt sted for barna og at trygghet er utgangspunktet som muliggjør videre endring og utvikling.

Trygghetsbegrepet er vidt. Ifølge Bath (2008) rommer begrepet omsorgspersonens evne til «consistency, reliability, predictability, availability, honesty, and transparency» (s. 19) og barnets medvirkningsrett, ettersom det kan gi barnet en følelse av kontroll. I trygghetsbegrepet ligger det også at de voksne må klare å reagere på barnets utfordrende atferd uten å straffe. I Baths (2015) andre artikkel inkluderer han også trygghet rundt jevnaldrende og en kulturell trygghet i samfunnet. Barnets subjektive opplevelse av å føle seg trygg vektlegges også.

4.3.2 Relasjoner

Trygghet henger uløselig sammen med Baths andre pilar. Barn med utviklingstraumer bærer på negative relasjonserfaringer. Når nye voksne forsøker relasjonsbygging kan barna reagere med avvisning og sterk motstand, som nevnt i 4.2. Det blir de voksnes oppgave å stå i de avvisningene slik at den unges assosiasjoner til voksne endres litt etter litt. Da kan barna lære seg å skille mellom voksne som kan utgjøre en trussel for dem og voksne som kan være en trygghet (Bath, 2008).

Videre er det viktig at de voksne rundt barna hjelper barna til å se seg selv som en del av det normale samfunnet. Det vil ikke nødvendigvis være riktig å gi ungdommen «spesielle» tilbud hvor de for eksempel får terapi. Det kan gjøre at de kjenner seg «unormale» og utenfor hva som regnes som en «vanlig» ungdom. Gjennom hverdagslige aktiviteter kan relasjonene bygges. De voksne må respondere på ungdommenes behov og møte behovene på lik linje som foreldre gjør med sine barn når barna trenger trøst og støtte i hverdagen (Bath, 2008).

4.3.3 Affektregulering

Den gode nyheten er at det er mulig for utviklingstraumatiserte barn å lære selvregulering på et senere utviklingsstadium (Nordanger og Braarud, 2017). Bath (2008) argumenterer gjennom tredje pilar for viktigheten av at voksne lærer barna måter å regulere egne emosjoner og impulser på. Det gjør han ut fra å vise alvoret i utviklingstraumatiserte unges vansker med selvregulering. Dette er allerede forklart i foregående teorideler og gjentas derfor ikke her. Bath (2015) omdøper senere den tredje pilaren i TBO til «mestring». Her inngår affektreguleringen, men òg det å møte utfordringer og oppleve mestring. «Adversity is cumulative; the more sources of stress that are present early in life, the higher the risk of adverse outcomes across the lifespan» (Bath, 2015, s. 6). Med sitatet uttrykker Bath betydningen av at voksne som skal bidra til barnas helbredelsesprosess inkluderer mestringsspilaren for å lære barnet positive mestringsstrategier for å mestre livets motgang som kan erstatte usunne og potensielt skadelige strategier.

4.4 Handlekraft, miljøterapi og miljøterapeuten selv

4.4.1 Handlekraft

I norske, statlige barnevernsinstitusjoner er det nasjonale kompetanseprogrammet Handlekraft, innført. Handlekraft bygger på teorien presentert i denne oppgavens øvrige deler. Hensikten er å styrke miljøterapeutenes forståelse av utviklingstraumatiserte barns vansker, samtidig som kunnskapen skal være anvendbar i praksis. Programmet skal ruste institusjonsansatte til å inneha en traumebevisst tilnærming i sitt arbeid. Tung teori oversettes til praksisnære og lettfattelige modeller og perspektiver. Alle de statlige barnevernsinstitusjonene fra 2013-2017 hadde opplæring i programmet og Bufdir har også igangsatt opplæring i Norges private barnevernsinstitusjoner (Bræin et al., 2017).

4.4.2 Miljøterapi

«It might even be argued that the creation of these environments is the critical ingredient in therapeutic transformation» (Bath, 2008, s. 17). Bath (2008) argumenterer for at utviklingstraumatiserte barn trenger et traumebevisst omsorgsmiljø for å kunne endre og utvikle seg. I tilfeller hvor familie eller nettverk ikke er i stand til å hjelpe ungdommen med sine vansker, kan det være legitimt å gi ungdommen en institusjonsplass. Ungdommer med utviklingstraumer er noen av de som kan trenge et miljøterapeutisk institusjonstilbud (Larsen, 2018). Symptomer på utviklingstraumer kan arte seg som atferdsvansker, avhengighet, lav impulskontroll og vansker i nære relasjoner (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Kvaran og

Holm (2012) understreker viktigheten av at ungdommene som blir tilbudt institusjonsopphold, får hjelp basert på underliggende årsaker til flytting fremfor symptomene.

Miljøterapibegrepet kan deles i en miljødel og en terapidel. Hva som vektlegges i begrepets deler, varierer. I denne oppgaven har jeg valgt å inkludere tre definisjoner av begrepet. Larsen (2018) beskriver begrepets miljødel som tilrettelegging eller organisering, mens terapidelen omfavner endring og utvikling. Oppgaven i miljøterapi med ungdommer er i Larsens forstand å *skape* forandrings- og utviklingsmuligheter gjennom organisering og tilrettelegging av miljøet. I tillegg må institusjonen ha en faglig forståelse av hva som muliggjør forandring og utvikling. Dette fagsynet blir grunnlaget i det miljøterapeutiske arbeidet.

Landmark og Olkowska (2016) beskriver at det særegne ved miljøterapi som terapiform er at miljøterapi utøves der ungdommen bor. De deler også begrepet i to, hvorav tilrettelegging av miljøfaktorer skal bidra til institusjonsbeboernes utvikling. De argumenterer for fem grunnprinsipper institusjonen må jobbe med som skal bidra til organiseringen og gjennomføringen av det miljøterapeutiske arbeidet; system, relasjon, struktur, kunnskap om miljøfaktorer og helheten i det. Det faller utenfor oppgavens omfang å utdype miljøfaktorenes innhold. Det viktige poenget i denne sammenheng er at det er miljøterapeutene som har kunnskap om, og utnytter disse faktorene.

Amble og Dahl-Johansen (2016) tar til orde for en tilknytningsorientert miljøterapi. For dem handler også miljødelen av begrepet om å tilrettelegge og bruke miljøet for å muliggjøre utvikling. Miljøfaktorer som kan bidra til dette er miljøterapeuten selv med sine kunnskaper og egenskaper, samt det fysiske miljøet. Terapidelen av begrepet handler om at miljøterapeutene som er rundt barnet er sensitive for barnas utviklingsbehov og slik sett legger grunnlaget for at barnet skal lære gode strategier og måter å være i samspill med andre på, og ha det bra med seg selv.

Inngangsporten for tilrettelegging av miljøet som skal skape terapeutisk effekt, er i Amble og Dahl-Johansens perspektiv *relasjonen*. «Endring av atferd skjer gjennom at den unge får oppleve at relasjonen til andre mennesker (miljøterapeutene) holder selv om han sutrer eller forteller historier som ikke stemmer» (Amble og Dahl-Johansen, 2016, s. 33). «En forutsetning for endringen er at relasjonen til miljøterapeutene må vare lenger enn problemene; de må lære bort at relasjonen kan repareres» (Amble og Dahl-Johansen, 2016, s.

33). For å muliggjøre relasjonsfokusert miljøterapi må en rette fokus mot ungdommen, men også den andre delen av relasjonen: miljøterapeuten selv.

4.4.3 Miljøterapeuten selv – sentrale studier

Miljøterapeuter er, i denne sammenheng, de ansatte i en miljøterapeutisk barnevernsinstitusjon og fungerer som alternative omsorgspersoner og behandlere for ungdommene som bor der. Ut fra en tilknytningsorientert forståelse av miljøterapi må miljøterapeutene være tålmodige og forstå at relasjonsbygging tar tid. I prosessen må miljøterapeuten vise omsorg, lytte, tørre å være nær, ha innlevingsevne i samspillet og syns at ungdommen er god nok som ungdommen er. Det er viktig å møte ungdommens grensetesting og smerteuttrykk med å se bak atferden. Slik kan endring og positiv utvikling skapes. En miljøterapeut må ha evnen til å sette seg inn i ungdommens verden. Gjennom tid, tålmodighet og det å tåle ungdommens følelser uten et mål om å fjerne de, må miljøterapeuten vise at vedkommende forstår ungdommen (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Et viktig fenomen i den forbindelse er *anerkjennelse* av ungdommen. Det innebærer at miljøterapeuten lytter for å forstå. Gjennom forståelse kan miljøterapeuten anerkjenne, tolerere og således bekrefte ungdommens opplevelser, atferd og følelser (Schibbye, som i Amble og Dahl-Johansen, 2016).

Et annet viktig aspekt ved miljøterapeutens oppgave er å forstå seg selv. Miljøterapeuten er verktøyet som skal hjelpe ungdommen. Miljøterapeuten må ha evnen til selvrefleksjon og kunne se seg selv fra ungdommens perspektiv (Gustumhaugen, Dønnestad og Steinkopf, 2017). Miljøterapeutens evne til selvregulering er viktig i møte med traumatiserte unge ettersom de trenger at omsorgsgiver er deres reguleringsstøtte og lærer ungdommen denne evnen (Gustumhaugen et al., 2017; Nordanger og Braarud, 2017). Men traumeperspektivets teorier er utfordrende å anvende i praksis. En relativt fersk studie om hvordan miljøterapeuter i en norsk, statlig barnevernsinstitusjon ivaretar evnen til selvregulering, anses derfor å være et positivt tilskudd (Steinkopf et al., 2020a). Miljøterapeutene i studien ble intervjuet om hvilke forutsetninger de mente måtte være til stede for å bevare og forbedre selvregulering i møte med traumatiserte ungdommer i barnevernsinstitusjonen. Forskerne oppsummerte funnene i fire kategorier; «kritisk selvrefleksjon», «selvaksept», «et regulerende arbeidsmiljø» og «å ha en teoretisk modell å la seg lede av». Alle kategorier og sitater fra studiene i dette, og resterende, avsnitt er mine oversettelser.

I første kategori vektla miljøterapeutene det å kjenne seg selv, sine sårbarheter, triggere og hva som ligger bak egne handlinger overfor ungdommene. De var opptatt av kunne skille mellom egne og ungdommens følelser og behov, og være ærlige med seg selv om hva de følte rundt ungdommens sterke smerteuttrykk. Relatert til dette var kategorien om «selvaksept». Miljøterapeutene opplevde at selvaksept kunne komme i kjølvannet av den kritiske selvrefleksjonen. Noen av miljøterapeutene anså selvaksept som en måte å regulere seg på fordi det «tvang» dem til å «akseptere og anerkjenne egne sårbarheter på et personlig nivå» noe som gjorde det «enklere å romme og ha empati med smerten og sårbarheten hos ungdommene» (Steinkopf et al., 2020a, s. 353).

Arbeidsmiljø var forskernes tredje kategorifunn. Miljøterapeutene fremhevet åpenhet i kollegamiljøet om ens styrker og svakheter og tillit til at det var rom for hverandres meninger og følelser, som viktige forutsetninger. Samt det å være nok miljøterapeuter på jobb og en stabil ledelse. Hyppige debrifinger om store og små temaer ble også vektlagt. Den siste kategorien var det å kunne lene seg på en teoretisk modell i arbeidet sitt. Alle på institusjonen måtte oppleve modellen som meningsfull. En god teoretisk modell kunne utgjøre en forståelsesramme som gjorde det enklere å se bak ungdommenes smerteuttrykk og ikke la seg styre av egne følelser i møte med ungdommene (Steinkopf et al., 2020a).

I en annen studie (Steinkopf et al., 2020b) så forskerne på hvordan miljøterapeuter faktisk omsatte det traumbaserte perspektivet til praksis. Miljøterapeutenes svar kunne deles inn i hovedtemaene «selvbevissthet», «tiltenkte handlinger» og «organisatoriske og kulturelle praksiser». Innad i første tema beskrev miljøterapeutene de personlige karakteristikene «selvrefleksjon», «ekthet» og «annenregulering». I dette la de evnen til å reflektere over egne følelser og reaksjoner i møte med ungdommenes behov og å kunne være ærlig og vise sine egne følelser. Det innebar også å være reguleringsstøtte i form av det å holde seg rolig. De mente at disse faktorene kunne bygge tillit og trygghet for ungdommene.

Når det kom til «tiltenkte handlinger» var det viktig for miljøterapeutene å bygge ungdommenes styrke gjennom å finne deres interesser og la dem oppleve mestring. De ønsket å bygge ungdommenes mentaliseringsevne gjennom å gi dem et språk for egne følelser og opplevelser. De mente at et tilgjengelig personal også kunne virke regulerende for ungdommene og at miljøterapeutene satte grenser for dem ut ifra at de brydde seg og for å skape trygghet, heller enn for å heve sin egen autoritet. Utover dette vektla miljøterapeutene viktigheten av å samarbeide med ungdommene. Det innebar å prøve og feile helt til de

sammen fant ut av gode måter å leve sammen på i institusjonshverdagen (Steinkopf et al., 2020b).

Når det gjaldt «organisatoriske og kulturelle praksiser» fremhevet miljøterapeutene det å jobbe ut ifra et felles teoretisk utgangspunkt. Det var også viktig med stabilitet og rutiner ettersom gjennomtrekk i ansattgruppen ble utpekt som en destabiliserende faktor.

Miljøterapeutene var også opptatt av at vaktskiftene var lange nok til å skape stabilitet og forutsigbarhet for ungdommene. Til sist vektla miljøterapeutene at tillit og åpenhet i ansattgruppen skapte en trygg arbeidskultur med rom for alles følelser og meninger (Steinkopf et al., 2020b).

5 Drøfting

5.1 Miljøterapien som ramme for å møte traumatiserte ungdommer

Amble og Dahl-Johansens (2016) tolkning av miljøterapibegrepet integrerer Larsens (2018) og Landmark og Olkowskas (2016) forståelse av at miljøet kan tilrettelegges for å muliggjøre utvikling. Larsen (2018) hevder at institusjonen også må ha en faglig forståelse av hva som muliggjør endring og utvikling. I et traumeperspektiv fremhever flere at relasjonen bidrar til endring og utvikling (Bath, 2008; 2015, Nordanger og Braarud, 2017; Amble og Dahl-Johansen, 2016). Slik sett vil en tilknytningsorientert miljøterapi i Amble og Dahl-Johansens (2016) forstand, være en forståelse av miljøterapi med et traumeperspektiv. Med bakgrunn i dette tar oppgavens drøftingsdel derfor utgangspunkt i Amble og Dahl-Johansens miljøterapiforståelse.

Amble og Dahl-Johansen viser til forskning når de hevder at tilknytningsorientert miljøterapi «skaper en god nok ramme til å sette i gang utviklingen hos barn og unge som har opplevd komplekse traumer» (utviklingstraumer) (Amble og Dahl-Johansen, 2016, s. 20). Barn med utviklingstraumer kan ha spesielt godt nytte av miljøterapi på barnevernsinstitusjon fordi det er flere omsorgspersoner – miljøterapeuter – som er til stede og kan bidra med omsorgen. For det andre kan de avlaste hverandre når det trengs ettersom det å arbeide med traumatiserte ungdommer kan være krevende å stå i over tid. For det tredje gir miljøterapien unike muligheter for å være tilgjengelig idet behovet oppstår hos den unge, ettersom miljøterapien foregår der ungdommen bor. Miljøterapiens mål skal ikke være å ta bort alt som er vanskelig i den unges liv, men gjøre ungdommen i stand til å takle livets utfordringer og øke deres selvfølelse og sosiale kompetanse (Amble og Dahl-Johansen, 2016).

Institusjonens organisering og kultur trekkes også frem som betydningsfulle rammer for å kunne utføre godt miljøterapeutisk og traumebasert arbeid. I flere studier uttrykte miljøterapeutene behovet for kollegastøtte med åpenhet og rom for hverandres tanker og følelser, at man jobber ut fra en god, felles teoretisk forståelse og at det er stabilitet og rutiner i ansattgruppen (Steinkopf et al., 2020a; Steinkopf et al., 2020b). Det er i tråd med argumentene om tilrettelegging av rammer for å kunne jobbe miljøterapeutisk (Larsen, 2018; Amble og Dahl-Johansen, 2016; Landmark og Olkowska, 2016). På bakgrunn av dette virker rammene å være en forutsetning for miljøterapeutisk arbeid i møte med traumatiserte ungdommer.

Amble og Dahl-Johansen (2016) mener miljøterapeutiske tiltak må ta utgangspunkt i hvordan traumer virker inn på hjernens utvikling. Bræin og kolleger sier at «å regulere tilstand kan være et nødvendig steg på veien til å regulere atferd» (Bræin et al., 2017, s. 994). Med dette mener de at miljøterapeuten må se an hva barnet trenger i situasjonen; trengs det et helt grunnleggende fokus på trygghet, eller er barnet klar til å reflektere rundt sin livssituasjon? Traumatiserte ungdommer kan ha et oversensitivt «alarmsystem» samtidig som de har en underutviklet evne til selvregulering, slik forklart i teoridel 4.2 (Nordanger og Braarud, 2017). Amble og Dahl-Johansen (2016) foreslår å begynne med reguleringstiltak for å etablere trygghet og reduserer stress, som appellerer til «overlevelseshjernen». Det er i tråd med Bath's (2008) pilar om at trygghet legger grunnlaget for videre endrings- og utviklingsprosess. Neste i hierarkiet er «følelseshjernen». De hevder derfor at de neste tiltakene må være å tilby positive relasjonserfaringer, støtte og regulering av nærhet og avstand. Dersom ungdommen drar nytte av det, kan miljøterapien tilby muligheter for refleksjon og prosessering av vanskelige livsopplevelser og en mulighet for ungdommen til å skape mening rundt sitt liv. Til dette kreves «tenkehjernens» funksjoner (Amble og Dahl-Johansen, 2016).

Samspill er også en viktig del av miljøterapien. Nordanger og Braarud (2017) hevder at lek er en sentral del av samspillet mellom omsorgsgiver og barn og ser ut til å være viktig også videre i oppveksten. I miljøterapeutisk sammenheng kan lek utvides til tilstanden «lekenhet» og gjelder således aktiviteter i vid forstand. Det går ut på at den traumatiserte er så trygg at vedkommende «glemmer det vonde og vanskelige, og er engasjert tilstede i øyeblikket» (Gustumhaugen et al., 2017, s. 123). Gustumhaugen et al. (2017) argumenterer for at miljøterapi med traumatiserte ungdommer bør gi de unge muligheten til å oppleve tilstanden av «lekenhet» for å bidra til positiv endring. I samspill med en regulerende omsorgsperson kan de unge få oppleve aktiviteter med repeterende og tilbakevendende elementer, samtidig som aktiveringsnivået varierer og kan komme opp til grensen mot hyperaktivering. Slik kan lek hjelpe utviklingstraumatiserte unge med sine reguleringsvansker gjennom å øke sin toleranse for aktivering og affekt. «Lekenhet» kan gi en opplevelse av velvære og tilhørighet til andre og kan være en nøkkel til endring i traumebevisst tilnærming (Nordanger og Braarud, 2017; Gustumhaugen et al., 2017). Ikke alle ungdommer i institusjon har et fullt utviklet språk og evnen til refleksjon over det de har opplevd (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Jeg mener derfor at aktivitet er et viktig aspekt som viser at miljøterapi kan være terapeutisk uten å nødvendigvis kreve samtaleterapi hvor et fullt utviklet språk er nødvendig.

5.2 Traumeperspektivets implikasjoner for miljøterapeuten selv

5.2.1 Grunnleggende forståelse

Miljøterapeuten selv anses å være en viktig faktor i møte med utviklingstraumatiserte ungdommer. For å forstå hvordan traumer virker inn på barn og unge og for å kunne bidra i tilfrisknings- og utviklingsprosessene, benyttes Traumebasert omsorg (TBO) i dagens statlige barnevernsinstitusjoner og er innvevd i kompetanseprogrammet Handlekraft (Amble og Dahl-Johansen, 2016; Bræin et al., 2017). Noen miljøterapeuter uttrykte viktigheten av å ha en god teori å støtte seg på i arbeidet. TBO hjalp dem å se bak ungdommens smerteuttrykk som igjen gjorde at de klarte å bevare selvreguleringsevnen sin (Steinkopf et al., 2020a; Steinkopf et al. 2020b). Det virker tydelig at miljøterapeutene har hatt et behov for kunnskap om hvordan teori kan omgjøres til praksis. Slik sett er Handlekraft et svar på dette.

TBO blir således bakteppe i miljøterapeutenes forståelse av traumatiserte ungdommer. Hjernens utvikling og funksjon virker også å være et slikt bakteppe. Ut fra den forståelsen er det mulig at forbindelsene til «tenkehjernen» er svakere hos utviklingstraumatiserte barn. Traumeminner kan lett reaktiveres og ungdommene kan veksle mellom hyper- og hypoaktivering som utløser en av de automatiske stressresponsene; kjempe, flykte eller fryse. Beskrevet gjennom bruk av toleransevindumodellen trenger barna hjelp av miljøterapeutene til å komme seg tilbake innenfor dette toleransevinduet når de havner utenfor. Det skal også være et mål at miljøterapeutene hjelper barna slik at de ikke havner utenfor sitt toleransevindu i utgangspunktet. Et nøkkelord i den sammenhengen er reguleringsstøtte og håndteringen av dette i praksis gjennom selvregulering (Amble og Dahl-Johansen, 2016).

5.2.2 Reguleringsstøtte og ekthet

Ifølge reguleringsperspektivet på utviklingstraumatiserte ungdommer, har de ikke erfart reguleringsstøtte fra omsorgspersoner og har således ikke lært evnen til selvregulering. Derfor er det viktig at miljøterapeutene som møter de traumatiserte ungdommene, gjør det ved å være deres reguleringsstøtte. For å kunne være reguleringsstøttende må miljøterapeutene ha evnen til selvregulering. Miljøterapeutene i studien til Steinkopf et al., (2020b) forklarte at reguleringsstøtte til ungdommene innebar selvregulering i form av å holde seg rolig.

Traumatiserte barn kan være truende og utagerende og TBO anviser at miljøterapeutene må møte disse voldsomme uttrykkene med regulering heller enn å speile ungdommens følelser (Bath, 2015). Men det å jobbe med ungdommer som har sterke smerteuttrykk er stressende og kan gå ut over miljøterapeutenes velvære og jobbytelse (Steinkopf et al., 2021). Det kan

medføre at miljøterapeutene ikke klarer å følge prinsippene om selvregulering og blir dysregulerte. Forskningen viser at ungdommenes uforutsigbare atferd var en dysregulerende faktor. Ungdommenes væremåte kunne også trigge miljøterapeutenes egne, vanskelige barndomsopplevelser og således være dysregulerende (Steinkopf et al., 2021).

Til tross for at miljøterapeuter forstår hva som skal til for å holde seg regulert viser forskningen at utfordrende situasjoner kan medføre at de blir dysregulerte (Steinkopf et al., 2021). Et legitimt spørsmål å stille er om det alltid vil være riktig å holde seg rolig og regulert, til tross for at det i noen situasjoner vil være helt naturlig å reagere med å vise egne følelser, som frykt eller sinne.

På en annen side rapporterte miljøterapeuter at i tillegg til å holde seg rolig og således være reguleringsstøttende, var også en del av TBO i praksis å være «ekte» i form av å være ærlig og vise egne følelser (Steinkopf et al., 2020b). Miljøterapeuter rapporterte at viktige faktorer for å bevare selvreguleringsevnen innebar blant annet å ha et bevisst forhold til seg selv. Dette utdypet de med evnen til å akseptere egne sårbarheter og følelser – en form for selvaksept. Forskerne pekte på at evnen til selvaksept ikke nevnes så ofte i traumeperspektivet. Miljøterapeutene mente at selvaksept hjalp dem til å akseptere ungdommene (Steinkopf et al., 2020a). Sett i sammenheng med «ekthet» handler begge faktorene om at miljøterapeutene er ærlige om sine følelser og sårbarheter både til seg selv og til andre. Slik sett kan en kanskje si at miljøterapeutene fremhever at ivaretagelse av ungdommene også handler om ivaretagelse av en selv for å kunne gjøre en god jobb og møte ungdommene på reguleringsstøttende måter. Forskerne påpeker at reguleringsstøtte og det å være ekte ikke nødvendigvis går overens (Steinkopf et al. 2020b). Det er i tråd med mitt spørsmål om det alltid er riktig å holde seg rolig og kan illustrere kompleksiteten ved å jobbe med mennesker. For å jobbe traumebevisst må miljøterapeutene bruke flere sider av seg selv og flere inngangsporter avhengig av situasjonen. En viktig inngangsport i det traumbaserte arbeidet synes å være relasjonen.

5.2.3 Relasjonen

«Det sies at kvaliteten i den terapeutiske relasjonen betyr mer for positive endringer enn de spesifikke metodene som blir brukt» (Amble og Dahl-Johansen, 2016, s. 118). En tilknytningsorientert miljøterapi vil passe unge som mangler den grunnleggende tryggheten som gjør dem ute av stand til atferds- og affektregulering. Et av hovedfokusene er at miljøterapeutene skaper en god relasjon til ungdommen. Unge som har vokst opp i hjem med sviktende voksne behøver «betydningsfulle andre». En slik person har tro på barnet og er der

for dem til tross for negativ atferd. Dette kan fungere som en beskyttelsesfaktor som kan bidra til at barnet klarer seg bra til tross for sine dårlige oppvekstbetingelser (Amble og Dahl-Johansen, 2016).

I tilknytningsorientert miljøterapi er ikke målet å ta bort alt som er vanskelig i ungdommens liv, men lære den unge å mestre livets utfordringer på mer hensiktsmessige måter (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Noen miljøterapeuter vektla det å la ungdommene oppleve mestring for å styrke ungdommene (Steinkopf et al., 2020b). Dette kan ses i sammenheng med Baths (2015) pilar om «mestring». På den måten kan en del av miljøterapeutens oppgave være å inneha et ressursperspektiv på ungdommen gjennom tilrettelegging for mestringsopplevelser som kan styrke ungdommen. Men med forklaringer av fenomener som «skjevutvikling», «negative relasjonserfaringer» og «dårlige oppvekstbetingelser» fordrer traumeforståelsen at miljøterapeutene ser på ungdommenes negative erfaringer. Men å møte traumatiserte ungdommer må også innebære ressursperspektivet på ungdommen, slik mestringsspilaren forklarer (Bath, 2015).

Sett fra en annen side inneholder relasjonsbygging muligheter for sterke møter med ungdommer som rører ved miljøterapeuten. Traumatiserte ungdommer bærer på vanskelige relasjonserfaringer som har bidratt til å forme deres «indre arbeidsmodeller». De har vansker med å stole på at omsorgspersonen er der for dem og frykter å bli forlatt (Ackerman og Dozier, 2005). Dette gjør at de kan vise sterk motstand mot de voksnes forsøk på relasjonsbygging. Miljøterapeuten skal ikke la seg avvise, men heller tørre å stå i relasjonen og vise at vedkommende tåler ungdommens smerteuttrykk og frustrasjon, noe som henger sammen med at ungdommen skal etablere trygghet til at noen voksne vil ungdommen godt (Bath, 2008). Barnas skjevutvikling medfører at de sliter med å dra nytte av omsorgen i nye, trygge omgivelser. Miljøterapeutenes oppgave blir i den forstand å ikke gi barna «rett» i at de alltid blir forlatt – ikke oppfylle deres selvoppfyllende profetier (Nordanger og Braarud, 2017). Miljøterapeuten må hele tiden veksle mellom nærhet og distanse. Gustumhaugen et al. (2017) beskriver nærhet i traumebevisst omsorg som profesjonell kjærighet og hevder at det betyr at du skal vise kjærighet uansett hva du får i retur. Slik mener de at det er noe annet enn privat kjærighet og det krever mer av den voksne. Profesjonell kjærighet innebærer at det er miljøterapeuten som har ansvaret for å regulere, sette grenser og alltid ha troen på og anerkjenne barnet, noe som er i tråd med Amble og Dahl-Johansens (2016) forståelse av miljøterapeutenes rolle i miljøterapi med traumefokus.

Dette kan tolkes som at miljøterapeuten skal være «altoppofrende» i sitt arbeid. Samtidig hevdet miljøterapeuter at det i traumebasert arbeid er like viktig med et fokus på en selv som på ungdommen (Steinkopf et al., 2020a; Steinkopf et al., 2020b). Likevel sies det at «det er alltid barnets behov som skal dekkes, ikke dine» (Gustumhaugen et al., 2017, s. 124). En forståelse av dette er at miljøterapeutene i samspill med ungdommene, kun skal fokusere på ungdommens behov. Samtidig antyder forskningen at ved å ivareta seg selv og sine kollegaer og dekke egne behov kan miljøterapeutene drive bedre traumebasert arbeid og bidra til ungdommenes forandring og utvikling (Steinkopf et al., 2020a; Steinkopf et al., 2020b; 2021).

5.3 Et kritisk blikk på traumeperspektivet

5.3.1 Forenkling av virkeligheten

Om Handlekrafts kunnskapsgrunnlag står det at «kompleks kunnskap blir forenklet» (Bræin et al., 2017, s. 991). I den sammenheng synes det legitimt å stille spørsmål ved hvordan forenklinger av virkeligheten påvirker miljøterapeuters arbeid med ungdommene. Kritikere av traumeperspektivet viser til perspektivets bruk av hjerneforskning. «For eksempel er tilknytning, relasjon og tillit så komplekse psykologiske fenomener at de neppe kan brytes ned i mindre enheter eller elementære prosesser i hjernen som kan studeres på bilder fra hjerneskaning» (Lorentzen, 2021, s. 53). Kritikken omhandler også modellen om «den tredelte hjernen» og hvordan modellens forenkling av virkeligheten blir så enkel at den blir feil (Lorentzen, 2021). Hjerneforsker Lisa Feldman Barret (i Lorentzen, 2021) avviser at hjernen er tredelt og sier at den er mye mer sammenhengende enn antatt. Slik problematiserer Per Lorentzen det han mener er en ukritisk bruk av kompleks hjerneforskning. Han er opptatt av at praktisk bruk av hjerneforskning faktisk er et etisk anliggende og bekymrer seg for manglende etterrettelighet i henvisningen til komplekse forskningsfunn om hva funnene faktisk sier og ikke sier (Lorentzen, 2021). Bath har også uttrykt bekymringer til den ukritiske omfavnelsen av traumeperspektivet. Han sier at traumeforskningen er, i beste fall, lovende eller indikerende. Men den er ikke definitiv (Bath, 2017).

5.3.2 Det normale versus det spesielle

Bath (2008) beskriver hvordan traumatiserte unge trenger at omsorgspersonene rundt dem normaliserer dem slik at de føler seg inkludert i flokken og samfunnet. Bath mener at du ikke trenger å være terapeut for å hjelpe traumatiserte unge. Følgelig synes det å være et paradoks at helt grunnleggende menneskelige behov som trygghet og relasjon blir gjort til tekniske forståelser og terapeutiske oppgaver som «reguleringsstøtte» og «tilknytningsorientert

miljøterapi». Skal vi tro Bath (2008) trenger ungdommene mer av det hverdagslige og normale heller enn det «spesielle». Miljøterapeuters begrepsbruk kan således tenkes å bidra til å gjøre det normale unormalt. Jeg vil likevel hevde at noen ungdommer har behov for «spesielle» rammer i deler av sin oppvekst i form av et institusjonsopphold. Da blir det miljøterapeutenes oppgave å jobbe sammen med ungdommene for å akseptere de vanskelige følelsene av «unormalitet» knyttet til et institusjonsopphold.

En annen side ved traumeperspektivet er at en risikerer å stigmatisere ungdommene (Bath, 2017). Eksempelvis Nordanger og Braaruds (2017) betegner utviklingstraumatisering som «nevrobiologisk skjevutvikling». Det er et etisk anliggende å skulle fortelle ungdommene at de anses nærmest som hjerneskadet. Hvordan vil en slik beskjed påvirke ungdommens syn på seg selv? (Lorentzen, 2021). Når barn «merkes» slik, risikerer vi at omgivelsene, og barnet selv, ser barnet som dysfunksjonelt. Dette kan lede til at de som skal hjelpe barnet heller forsøker å fikse barnet enn å fokusere på barnets ressurser i helbredelsesprosessen (Bath, 2017). I så fall kan dette være å jobbe imot mestringspilaren og miljøterapiens mål om økt selvfølelse (Bath, 2015; Amble og Dahl-Johansen, 2016).

5.3.3 Ensidig forståelse

«Bruken av hjerneforskning påvirker barnevernets faglige tenkning og praksis på ulike måter» (Lorentzen, 2021, s. 11). Nordanger og Braarud (2017) fremmer et reguleringsperspektiv på traumatisering. De argumenterer for at deres forståelse er nødvendig for å «møte de mest utsatte barna på en utviklingsfremmende måte» (s. 31). Likevel mener de at dette ikke skal skygge for andre perspektiver og at arbeidet må benytte flere perspektiver. Men Bufdirs nasjonale satsing på det traumebevisste kompetanseprogrammet Handlekraft, antyder for meg at traumeperspektivet likevel er et rådende rammeverk i miljøterapeutisk arbeid i dag. Jeg tror kanskje det kan føre til at traumeperspektivet benyttes i miljøterapiarbeid med ungdommer som har andre stressbelastninger enn utviklingstraumer.

Bath (2017) skriver at ekstremt stress og traumer ikke nødvendigvis er det samme. Lorentzen (2021) problematiserer også at traumeperspektivet ikke klarer å få fram hvor store «mengder» negative oppveksterfaringer som trengs for å kunne si at hjernens utvikling påvirkes.

Traumeperspektivet får også definisjonsproblemer ettersom utviklingstraumer ikke definerer hvilke aspekt av begrepet som vektlegges. Er det hendelsen, opplevelsen, responsen eller type skade som fokuseres på? (Bath, 2017). Jeg har definert utviklingstraumer ut fra Nordanger og Braarud (2017). Selv om litteraturen andre steder har lik begrepsbruk, er det vanskelig å tyde

om *innholdet* er likt. Av og til kan motgang heller klassifiseres som alvorlig stress. Det synes å være et like stort behov for å kunne utøve stressbevisst omsorg som traumebevisst omsorg (Bath, 2017).

Fokuset på hjernens utvikling i en traumeforståelse kan også få et deterministisk preg over seg (Lorentzen, 2021). Men hjernen ser ut til å fortsette og endre seg også senere i livet.

Eksempelvis omstruktureres hjernen i ungdomsalderen (RVTS, 2015). Det positive med en foranderlig ungdomshjerne er at den er mottakelig for ny læring. Dette kan være et viktig perspektiv hva gjelder miljøterapi med ungdommer med utviklingstraumer (Amble og Dahl-Johansen, 2016). Hjernens påvirkes av det miljøet den befinner seg i (RVTS, 2015). Det impliserer at dersom barnet får bytte til et trygt og omsorgsfullt miljø, så kan dette bidra til endring og utvikling (Bath, 2008).

Jeg vil hevde at en annen side av traumeforståelsen er å «se bak» atferden. Lorentzen (2020) drøfter dette. Av og til er ungdommenes atferd en naturlig reaksjon og bør ikke tolkes som traumepåvirket. Dersom ungdommen tolkes å være «dysregulert» i situasjoner hvor dette ikke er tilfelle, kan miljøterapeutene ende med å overskygge andre behov og sider ved ungdommen. Dersom ungdommen utagerer kan det være at ungdommen tenker det er naturlig og forventet at atferden får konsekvenser. Da vil oppfatningen av å se bak atferden kunne fritta ungdommen for ansvar og forsterke negativ atferd. Miljøterapeutene bør i slike tilfeller fokusere på hvordan og hvilke konsekvenser som formidles, heller enn å sky alle former for grensesetting (Bath, 2017). Det er i tråd med miljøterapeutene som erfarte at grensesetting som springer ut fra et genuint ønske om å vise omsorg, kunne virke regulerende (Steinkopf et al., 2020b).

På bakgrunn av det jeg har presentert og drøftet, stiller jeg spørsmål om traumeperspektivet har for stort personfokus. Bath har kritisert at traumeperspektivet gir inntrykk av at det kun er traumeforståelsen som kan være terapeutisk. Det er også andre perspektiver som fremmer endring og utvikling og kan således være terapeutisk. For eksempel å fokusere på systemene rundt barnet (Bath, 2017). Traumeperspektivet kritiseres for å dra alle ungdommene under én kam, til tross for at alle barn vokser opp ulikt og således har ulike oppvekstbetingelser (Bath 2017). Man kan ende med å miste syne av politiske, sosiale problemer og komplekse fenomener som påvirker familier og barns liv og som påvirker menneskers utvikling (Lorentzen, 2021). Slik sett vil jeg hevde at et ensidig personfokus på traumer kan skygge for andre forhold som ungdommene lever under og miste syne av det enkelte barns behov.

Avslutningsvis stiller jeg spørsmål om traumeperspektivets begrepsbruk og forståelse kan være stigmatiserende. Jeg tror begreper som «skjevutvikling» og forklaringer ut fra hjerneforskning kan gi ungdommene opplevelsen av at de *er* utviklingstraumatiserte og bidra til en deterministiske forståelse av at deres belastningserfaringer har gjort uopprettelig skade. Jeg tror det er mer etisk riktig at miljøterapien fokuserer på at ungdommene *har* utviklingstraumer, for å inspirere til troen på endring og utvikling. Vektleggingen av en nevrobiologisk forståelse kan også skygge for andre perspektiver. I faglitteraturen er etiske implikasjoner av denne forståelsen lite drøftet. Jeg mener det er viktig at miljøterapeuter ikke mister syne av andre perspektiver i det miljøterapeutiske arbeidet som kan bidra til at ungdommene får det helhetlige og individtilpassede tilbudet de fortjener og har krav på.

6 Avslutning

Denne oppgaven har sett på hvordan miljøterapien kan være en ramme for arbeidet med traumatiserte ungdommer. Tilknytningsorientert miljøterapi kan tilby en forståelse av miljøterapi med et traumeperspektiv. Den består av miljø- og terapifaktorer, hvor organisering og institusjonskultur tilrettelegges for å møte ungdommenes behov for forutsigbarhet, tilgjengelighet og stabilitet. Inngangsporten til endring og utvikling virker å være relasjonen, hvor miljøterapeutene er en sentral faktor.

Miljøterapeutene omsetter kunnskapsgrunnlaget til praksis. Deres traumeforståelse, selvregulering, ivaretagelse av seg selv og arbeidsmiljø kan hjelpe dem med å se bak ungdommenes atferd og være ungdommenes tiltrengte reguleringsstøtte. Gjennom arbeidet med trygghet, nye relasjonserfaringer, reguleringsstøtte og mestringsopplevelser kan miljøterapien tilby utviklingstraumatiserte ungdommer det miljøet Bath (2008; 2015) og Amble og Dahl-Johansen (2016) mener er nødvendig for å kunne utvikle selvfølelse, sosial kompetanse og sunne mestringsstrategier.

Det tar tid å endre en trusselorientert hjerne. Nye relasjonserfaringer kan med tiden bidra til at ungdommene ser at voksne kan representere trygghet. Gjennom mestringsopplevelser og det å bli anerkjent og forstått, kan ungdommene få troen på seg selv. Dette krever at miljøterapeuten innehar et ressursperspektiv og en urokkelig tro på ungdommene. Samtidig må miljøterapeutene kunne ivareta seg selv og kollegamiljøet for å yte god hjelp.

Traumeperspektivets popularitet i barnevernet de siste årene har vært en kilde til kritikk fra fagmiljøet. Perspektivets bruk av hjerneforskning har medført en forenkling av virkeligheten. Det kan føre til feiltolkninger av kompleks kunnskap. Her trengs det sannsynligvis mer forskning. Traumeperspektivet bør også suppleres med andre forståelser i miljøterapeutisk arbeid, slik at ungdommene får helhetlig og tilpasset hjelp etter alle sine behov.

Med bakgrunn i oppgaven vil jeg hevde at miljøterapi med en traumeforståelse, kan bidra til ungdommenes endrings- og utviklingsprosesser, og gi dem muligheten til å utvikle nye strategier for å mestre livets utfordringer.

7 Litteraturliste

- Ackerman, J. P & Dozier, M. (2005). The influence of foster parent investment on children's representations of self and attachment figures. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 26(5), 507-520. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2005.06.003>
- Amble, L. & Dahl-Johansen, C. (2016). *Miljøterapi som behandling ved komplekse traumer hos barn og unge*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. (2012-2013). *Endringer i barnevernloven*. (Prop. 106 L (2012–2013)). Hentet 02.04.2022 fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/prop-106-l-20122013/id720934/?ch=1>
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. (2012). *Retningslinjer til forskrift 15. november 2011 om rettigheter og bruk av tvang under opphold på barneverninstitusjon (rettighetsforskriften)*. (Q-19/2012). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/rundskriv-om-retningslinjer-til-rettighe/id686740/>
- Barnevernloven. (1992). Lov om barneverntjenester (barnevernloven). (LOV-1992-07-17-100). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1992-07-17-100>
- Bath, H. (2008). The three pillars of trauma-informed care. *Reclaiming Children and Youth* 17(3), s. 17-21. <https://www.proquest.com/docview/214193215/fulltextPDF/583573983B5F455BPQ/1?accountid=12870>
- Bath, H. (2015). The three pillars of traumawise care: Healing in the other 23 hours. *Reclaiming children and youth* 23(4), s. 5-11. <https://www.proquest.com/docview/1655359123/fulltextPDF/5B7E1791745C4477PQ/1?accountid=12870>
- Bath, H. (2017). The trouble with trauma. *Scottish Journal of Residential Child Care* 16(1), 1-12. Hentet 25.03.2022 fra <https://www.bufdir.no/Bibliotek/Dokumentside/?docId=BUF00004356>

- Bræin, M. K., Andersen, A. & Simonsen, A. H. (2017). Traumebevissthet i barnevernet. To kompetansehevingsprogrammer for barnevernet er med på å skape et felles språk om utviklingstraumatiserte barn og unge. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 55(10), s. 990-997. <https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2017/10/traumebevissthet-i-barnevernet>
- Braarud, H. C. (2012) Oppdatert kunnskap om tidlig utvikling med tanke på kompenserende tiltak, inkludert å hente barnet. I NOU 2012: 5. (2012). *Bedre beskyttelse av barns utvikling: Ekspertutvalgets utredning om det biologiske prinsipp i barnevernet* (s. 176-190). Oslo: Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet.
- Bufdir. (2021, 10. desember). Nye tall fra SSB: nedgang i antall oppholdsdager i sentre for foreldre og barn. Hentet fra https://bufdir.no/aktuelt/nye_tall_fra_ssb_nedgang_i_antall_oppholdsdager_i_sentre_for_foreldre_og_barn_sterk_nedgang_i_aktivitet_i_sentre_for_foreldre_og_barn_det_viser_de_nye_tallene_fra_ssb_om_barn_i_barnevernsinstitusjoner_i_lopet_av_2020_var_det_5_700_farre_oppholdsdager/
- Bufetat. (2020, 6. oktober). Oversikt over ulike typer institusjoner. Hentet fra https://www.bufdir.no/Barnevernsinstitusjoner/kjare_nabo/oversikt_over_ulike_typer_institusjoner/
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Gustumhaugen, K., Dønnestad, E. og Steinkopf, H. (2017). *Miljøterapeuten: Mennesket som metode i miljøterapi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Hans Børli. (2018, 07. desember). Hentet fra <https://hansborli.no/dikt/ett-er-nodvendig/>
- Kayed, N. S., Jozefiak, T., Rimehaug, T., Tjelflaat, T., Brubakk, A-M. & Wichstrøm, L. (2015). *Psykisk helse hos barn og unge i barneverninstitusjoner*. Hentet 02.04.2022 fra https://www.ntnu.no/documents/10293/1263899358/Barnevernrapport_RKBU.pdf/fb0b753b-bdab-4224-b607-5bfe2f1ee32e

- Kvaran, I. & Holm, J. (2012). *Barnevernsfaglig miljøterapi*. Oslo: Cappelen Damm Høyskoleforlaget.
- Landmark, B. & Olkowska, A. (2016). Hva gjør miljøterapi til terapi? I A. Olkowska & B. Landmark (Red.). *Miljøterapi: Prinsipper, perspektiver og praksis*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Larsen, E. (2018). *Miljøterapi med barn og unge: Organisasjonen som terapeut* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Lorentzen, P. (2020). Traumebevisst omsorg – ett skritt frem og to til siden. *Tidsskriftet Norges barnevern* 97(2), 146-161. <https://doi.org/10.18261/ISSN.1891-1838-2020-02-06>
- Lorentzen, P. (2021). *Hjernen og barnevernet: En kritisk drøfting*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Nordanger, D. Ø. & Braarud, H. C. (2017). *Utviklingstraumer: Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi*. Bergen: Fagbokforlaget.
- NOU 2016: 6. (2016). *Ny barnevernslov: Sikring av barnets rett til omsorg og beskyttelse*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2016-16/id2512881/?ch=1>
- NTNU. Barnevernspedagog: jobbmuligheter. Hentet fra <https://www.ntnu.no/studier/hsgbvb/jobbmuligheter>
- Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging, RVTS. (2015, 22. april). Ungdomstiden: «Hjerne under ombygging». Hentet 03.04.2022 fra <https://utveier.no/hvorfor-ble-det-akkurat-ham/ungdomstiden-hjerne-under-ombygging/>
- Rettighetsforskriften. (2011). Forskrift om rettigheter og bruk av tvang under opphold i barneverninstitusjon (FOR-2011-11-15-1103). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-11-15-1103>

- SSB. (2021a, 6. desember). Barnevernsinstitusjoner. Hentet fra <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/barne-og-familievern/statistikk/barnevernsinstitusjoner>
- SSB. (2021b). 10660: Barnevernstiltak i løpet av året, per 31. desember og for nye barn, etter tiltak (F) 2013 – 2020. Hentet fra <https://www.ssb.no/statbank/table/10660/>
- SSB. (2021c). 10661: Barnevernstiltak i løpet av året, per 31. desember og for nye barn, etter landsdel, tiltak og alder 2013 – 2020. Hentet fra <https://www.ssb.no/statbank/table/10661/>
- SSB. (2021d). 12845: Barn 0-22 år med plasseringstiltak, etter alder, lovheimel, statistikkvariabel, år og plasseringstiltak. Hentet fra <https://www.ssb.no/statbank/table/12845/tableViewLayout1/>
- Steinkopf, H., Nordanger, D., Halvorsen, A., Stige, B. & Milde, A. M. (2020a). Prerequisites for maintaining emotion self-regulation in social work with traumatized adolescents: A qualitative study among social workers in a Norwegian residential care unit. *Residential Treatment for Children and Youth* 38(4), 346-361. <https://doi.org/10.1080/0886571X.2020.1814937>
- Steinkopf, H., Nordanger, D., Stige, B. & Milde, A. M. (2020b). How do staff in residential care transform trauma-informed principles into practice? A qualitative study from a Norwegian child welfare context. *Nordic Social Work Research*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/2156857X.2020.1857821>
- Steinkopf, H., Nordanger, D., Stige, B. & Milde, A. M. (2021). Experiences of becoming emotionally dysregulated. A qualitative study of staff in youth residential care. *Child & Youth Services*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/0145935X.2021.1918541>
- Trygstad, H. & Dalland, O. (2020). Kunnskapskilder og kildekritikk. I O. Dalland. *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.

Ulset, G. (2018). Skiftende regler og praksiser i omsorgsmiljøet i en barnevernsinstitusjon:

Betydninger for ungdommenes opplevde trygghet og trivsel. *Tidsskriftet Norges*

barnevern 38(2-3), 182-199. <https://doi.org/10.18261/ISSN.1891-1838-2018-02-03-08>

