

Camilla Elisabeth Bergqvist Ellingsen

Konsekvenser av omsorgssvikt

Consequences of child neglect

Bacheloroppgave i Barnevern

Veileder: Øyvind Kvello

Mai 2024

Camilla Elisabeth Bergqvist Ellingsen

Konsekvenser av omsorgssvikt

Consequences of child neglect

Bacheloroppgave i Barnevern

Veileder: Øyvind Kvello

Mai 2024

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap

Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Omsorgssvikt er den formen for skadelige omsorgssituasjoner som forekommer hyppigst i Norge, og det er klart at det kan føre til skadelige konsekvenser for barn og unge.

Konsekvensene kan handle om både deres kognitive utvikling, deres evne til emosjonsregulering, evne til å skape en god og trygg tilknytning til andre mennesker, hvordan de presterer på skolen og i samfunnet, og ikke minst deres psykiske helse. Basert på dette bestemte jeg meg for problemstillingen:

Hvilke konsekvenser har omsorgssvikt for barns utvikling og tilknytning, og hvilke hjelpetiltak kan ha effekt?

Denne oppgaven er basert på en litteraturstudie, og undersøker hvordan barns utvikling og tilknytning til andre mennesker blir påvirket av å vokse opp med omsorgssvikt. I tillegg undersøker denne oppgaven om foreldrekurs i Trygghetssirkelen kan fremme tilknytningen og samspillet mellom barn og foreldre. Ved bruk av foreldrekurs i Trygghetssirkelen, kan foreldrene få en større forståelse for hvordan deres oppførsel og handlinger påvirker barna sine, og hvis foreldrene får økt denne forståelsen tidlig i omsorgsløpet vil det være mulig å reversere eller minske skadeomfanget. Ofte handler omsorgssvikt om mer enn at foreldrene ønsker å barna sine vondt, men heller at de ikke forstår at deres handlinger er til skade for barnet. Det er som oftest komplekse og sammensatte grunner til at omsorgsmiljøet blir skadelig, og det er derfor behov for hjelp på flere områder samtidig.

Abstract

Neglect is the most common form of child abuse in Norway, and it is clear that neglect can lead to harmful and severe consequences for children. The consequences can vary from their cognitive development, their ability to regulate their emotions, their ability to create safe and healthy connections to other people, how they perform in school or in society, and their mental health. Based on this, I decided on the research question:

What consequences does neglect have on children's development and attachment, and what type of public support can be effective?

This assignment is based on a literature study, and is researching how children's development and attachment to other people are affected by growing up with neglect. In addition to that, this assignment is researching whether parental courses in Circle of Security could help improve the attachment and interactions between children and their parents. Using parental courses in Circle of Security will give the parents a greater understanding of how their behavior and actions affect their children, and if the parents gain a greater understanding early on it is possible to reverse or reduce the extent of the damage. Neglect is often about deeper issues within the parents, and not that they actually want to harm their children. Oftentimes, parents don't understand how their actions, or lack thereof, are harmful for their children. It is usually complex and compound reasons for their neglect, and that is why it is essential to provide help to these families in more than just one area.

Innholdsfortegnelse

| | |
|---|-----------|
| Sammendrag | 1 |
| Abstract | 2 |
| 1.0 Introduksjon | 4 |
| 1.1 Valg av tema og problemstilling..... | 4 |
| 1.1.1 Hvorfor tema er relevant..... | 4 |
| 1.2 Oppgavens oppbygging..... | 5 |
| 1.3 Avgrensing..... | 5 |
| 1.4 Begrepsavklaring..... | 5 |
| 2.0 Forskningsmetode | 7 |
| 2.1 Litteraturstudie..... | 7 |
| 2.2 Kildekritikk..... | 7 |
| 2.3 Litteraturvalg..... | 8 |
| 3.0 Teori | 8 |
| 3.1 Omsorgssvikt..... | 9 |
| 3.2 Barns utvikling..... | 10 |
| 3.2.1 Eriksons psykososiale stadier..... | 10 |
| 3.2.2 Utviklingstraumer..... | 11 |
| 3.3 Tilknytningsteori..... | 13 |
| 3.3.1 Trygghetssirkelen..... | 13 |
| 3.4 Peak-End regelen..... | 15 |
| 4.0 Sentrale funn | 15 |
| 4.1 Eftervirkninger av traumatiserende hendelser i barndom og oppvekst..... | 15 |
| 4.2 Trygg og utrygg tilknytningsstil..... | 16 |
| 4.3 Bruk av trygghetssirkelen i familieveiledning..... | 17 |
| 5.0 Drøfting | 17 |
| 5.1 Konsekvenser for barn..... | 17 |
| 5.1.1 Utvikling..... | 18 |
| 5.1.2 Tilknytning..... | 19 |
| 5.1.3 Regulering..... | 21 |
| 5.2 Trygghetssirkelen..... | 21 |
| 5.2.1 Foreldres opplevelse av kurset..... | 22 |
| 5.2.2 Økt bevissthet..... | 23 |
| 5.2.3 Mestring i hverdagen..... | 24 |
| 6.0 Oppsummering | 24 |
| Litteraturliste | 26 |

1.0 Introduksjon

Mitt fokus på denne bacheloroppgaven har vært konsekvensene barn kan oppleve som en følge av å vokse opp med omsorgssvikt i hjemmet, spesielt hvordan deres utvikling og tilknytning preges av dette. Det beste for en familie er å forhindre at omsorgsovertakelse finner sted, og når barnevernet kommer i kontakt med familier der foreldrene ikke evner å dekke barnas behov, er det kritisk å finne måter å hjelpe dem på. Basert på dette har jeg valgt å undersøke om trygghetssirkelen er en metode som kan bidra til å øke foreldrenes forståelse for hvilke behov barn har, og hvordan de kan møte disse behovene på en hensiktsmessig måte. Kan trygghetssirkelen endre tilknytningsmønsteret mellom barn og foreldre, og kan dette forbedre samspillet deres?

1.1 Valg av tema og problemstilling

Jeg valgte å ha omsorgssvikt som tema for denne bacheloroppgaven ettersom det er et område i fagfeltet som jeg synes er meget interessant, og svært viktig å ha kunnskap om. Etter jeg landet på dette temaet begynte jeg å tenke på hva jeg ville fokusere nærmere på, og det ble fort klart for meg at jeg ville sette meg inn i hvordan barns utvikling og tilknytning blir påvirket av denne formen for omsorgssituasjon. Basert på dette landet jeg på problemstillingen "Hvilke konsekvenser har omsorgssvikt for barns utvikling og tilknytning, og hvilke hjelpetiltak kan ha effekt?"

1.1.1 Hvorfor tema er relevant

Min problemstilling for oppgaven mener jeg er relevant for utdanningen og yrket jeg skal ut i, ettersom man som barnevernspedagog stadig møter barn og ungdom med komplekse og sammensatte utfordringer. Jeg mener da at det er viktig å forstå hva som kan være årsaken til disse utfordringene. I tillegg så dreier det seg ofte om skadelige omsorgssituasjoner når en familie blir meldt inn til barneverntjenesten, og omsorgssvikt er den varianten som forekommer hyppigst (Kvelling, 2015). Det er derfor relevant å forstå hvorfor enkelte foreldre ikke klarer å utøve god nok omsorg, slik at det vil være lettere å gi dem veiledning for å heve sin omsorgskompetanse. Barnevernets ansvar er lovfestet i Lov om barnevern av 18.06.2021, da spesielt i §§ 1-3, 1-5 og 1-10 som handler fortrinnsvis om barnets beste, barnets rett til omsorg og rett til familieliv, og tidlig innsats.

1.2 Oppgavens oppbygging

Oppgaven er delt inn i seks deler, og følger standard IMRAD struktur. Jeg skal først ha en gjennomgang av hvilke metoder som har blitt benyttet og hvordan det har blitt gjennomført. Deretter kommer det en teorigjennomgang, hvor jeg redegjør for ulike teorier og modeller som danner grunnlaget for å besvare problemstillingen. Etter teorigjennomgangen skal jeg trekke frem sentrale funn fra tidligere forskning. Deretter trekker jeg inn det teoretiske grunnlaget og setter det opp mot hverandre for å diskutere det aktuelle fagstoffet. Helt til slutt skal jeg foreta en oppsummering av oppgaven, og hva jeg har funnet ut av vedrørende problemstillingen.

1.3 Avgrensing

Jeg har valgt å avgrense teksten min til å kun ta for meg en modell for å fremme samspillet mellom barn og foreldre. Dette gir meg muligheten til å gå mer i dybden på den modellen og dens virkeområder. Jeg valgte også å begrense hvilke konsekvenser av omsorgssvikt jeg fokuserer på, for å kunne gå mer i dybden på det. Barn og unge kan slite med flere ettervirkninger av omsorgssvikt, men jeg har lagt fokuset på hvordan det påvirker deres utvikling og evne til å skape tilknytning til andre mennesker. Utviklingsteori er noe jeg synes er svært interessant og derfor ønsket jeg å legge vekt på det i denne oppgaven.

1.4 Begrepsavklaring

Før jeg går videre i oppgaven tenkte jeg å forklare noen begreper som jeg kommer til å benytte meg av underveis i besvarelsen.

Skadelige barneomsorg

Skadelig barneomsorg er et begrep som rommer alle former for omsorgsutøvelse som er til skade for barnet. Det inkluderer omsorgssvikt, mishandling og seksuelle overgrep, som igjen regnes som de tre undergruppene innenfor skadelig barneomsorg. (Kvello, 2015). Underveis i oppgaven kommer jeg til å bruke dette begrepet når jeg skal omtale hjemmesituasjoner som ikke gir barnet adekvat omsorg på et generelt nivå.

Omsorgssvikt

Omsorgssvikt er som nevnt en form for skadelig barneomsorg, og det kan også benevnes som forsømmelse eller vanskjøtsel. Omsorgssvikt handler om en betydelig

sviktende ivaretagelse av barnets grunnleggende behov for stimulering, oppfølging og beskyttelse. Det handler mer om mangel på handling, enn om mishandling eller andre aktive påføringer av krenkelser. (Kvello, 2015).

Traume

Begrepet traume er definert på forskjellige måter i litteraturen, og for denne oppgaven benytter jeg meg av definisjonen Nordanger og Braarud valgte som grunnlag i boken "Utviklingstraumer: Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi". I denne boken definerte de traume som "en hendelse eller vedvarende betingelser som overvelder personens kapasitet til å integrere den emosjonelle opplevelsen, og som oppleves som en trussel mot eget, eller nære andres, liv eller kroppslige integritet". (Nordanger & Braarud, 2017, s. 19). Traume kan altså forstås enten som en engangshendelse eller langvarige forhold som har blitt opplevd som en reell trussel mot deres liv eller trygghet.

Utviklingstraumer

Utviklingstraumer handler kort forklart om kombinasjonen av kronisk traumatisk stress sammen med sviktende reguleringsstøtte. Utviklingstraumatisering viser til situasjoner hvor barnet blir utsatt for skremmende og truende opplevelser, uten å få støtte og trygghet fra sine omsorgspersoner. Dette kan beskrive situasjoner hvor omsorgspersonen enten er trusselen, eller ikke evner å beskytte barnet fra trusselen. (Nordanger & Braarud, 2017, s. 72).

Tilknytning

Tilknytning handler om kvaliteten på det emosjonelle båndet mellom personer som er viktige for hverandre (Kvello, 2015, s. 82). Det forklarer hvordan barn allerede i begynnelsen av utviklingen danner relasjoner og knytter følelser til andre på en måte som er felles for alle mennesker (Tetzchner, 2012). I denne oppgaven vil tilknytning bli brukt for å forklare relasjonen og samspillet mellom barn og foreldre.

Trygghetssirkelen

Trygghetssirkelen kan forstås som både en tilnærming, en modell og en konkret metode for å fremme trygg tilknytning, og trygge relasjoner mellom barn og

omsorgspersoner (Powell et al., 2015). Gjennom oppgaven kommer jeg til å bruke begrepet trygghetssirkelen og COS-P (Circle of Security - Parenting) om hverandre.

2.0 Forskningsmetode

2.1 Litteraturstudie

Denne bacheloroppgaven er et resultat av et skriftlig, individuelt arbeid som er basert på litteraturstudium. En litteraturstudie innebærer å innhente informasjon fra tidligere forskning og annen relevant faglitteratur for å kunne besvare den aktuelle problemstillingen. Man samler inn nødvendig data, i motsetning til studier basert på forskningsmetoder hvor man ønsker å utforske noe nytt i feltet. (Dalland, 2020). Litteraturstudiet er altså en omfattende studie og tolkning av litteratur som omhandler et bestemt emne. (Aveyard, 2014).

Litteratursøk er en stor del av metoden, og det innebærer å systematisk søke etter relevant, tidsriktig og gyldig litteratur. Det er viktig å kritisk vurdere og velge ut hvilken litteratur som skal inngå i studien, og det må være relevant til problemstillingen.

2.2 Kildekritikk

En sentral faktor å ta hensyn til når man gjennomfører et litteraturstudium er kildekritikk, og ifølge Dalland (2020) er det to sider ved kildekritikk. Den første består av å finne frem til den litteraturen som best belyser det tema og problemstillingen man skriver om, altså det som kalles litteratursøking. Den andre delen av kildekritikk handler om å gjøre rede for den litteraturen som har blitt anvendt. Det første steget er å avgjøre om opplysningene i kilden er gyldige, og at opphavet til kilden er troverdig. Kildens relevans må i tillegg vurderes opp mot tema og problemstilling. (Dalland, 2020, s. 143). Kildekritikk betyr både å vurdere, og å karakterisere den litteraturen man har funnet. Å ha klare kriterier å benytte seg av før man starter utvelgelsen av kilder kan være hensiktsmessig. Det kan for eksempel handle om hvilke type litteratur som blir valgt ut, om det er tilstrekkelig oppdatert, og gyldighet når det kommer til tema og problemstilling. (Dalland, 2020, s. 152). En utfordring man kan møte på når man gjennomfører en litteraturstudie er at fagstoff og pensum ofte er sekundærkilder. Det vil si at teksten er bearbeidet og presentert av noen andre enn den opprinnelige forfatteren. Dette betyr at det opprinnelige perspektivet kan ha endret seg noe. (Dalland, 2020, s. 152).

2.3 Litteraturvalg

Kildene jeg har benyttet meg av i denne oppgaven er både hentet fra relevante fagbøker innenfor barnevern og psykologi, hvor jeg har benyttet meg av pensum vi har hatt gjennom utdanningsløpet. Jeg har i tillegg til dette benyttet meg av søkemotorene Oria og Idunn. Her har jeg søkt etter relevante, vitenskapelige og fagfelleverderte artikler og tidsskrifter.

Vitenskapelige artikler er særlig sikre kilder ettersom de presenterer ny forskning innenfor sitt felt, de er fagfelleverdert - altså at flere forskere har gjennomgått teksten før den publiseres, og det er kvalitetssikret. For å finne frem til relevant litteratur og forskning valgte jeg å dele problemstillingen min inn i konsepter og derav søkeord. Søkeordene jeg har brukt har vært ”barns utvikling”, ”utviklingstraumer”, ”omsorgssvikt”, ”trygghetssirkelen”, ”regulering” og ”tilknytning”.

Denne oppgaven baserer seg både på primær- og sekundærkilder. Dette påvirker selvsagt oppgaven, ettersom sekundærkilder kan ha fortolket og endret noe på det opprinnelige perspektivet. Jeg har så godt det lot seg gjøre forsøkt å benytte meg av primærkilder, men har valgt å bruke sekundærkilder i tillegg. Jeg anså det som hensiktsmessig å se på flere perspektiver og fortolkninger av ulike teorier for å få en bredere forståelse av det aktuelle temaet. Ettersom jeg også kommer til å fortolke ting på min måte, var det lettere for meg å se på flere sider og perspektiver på ting. I tillegg opplevde jeg at det var lettere å forstå de ulike teoriene eller forskningen med å lese det gjennom sekundærkilder. Til tross for dette har jeg forståelse for at ved å benytte seg av primærkilder, så er man sikker på at kilden er gyldig og korrekt. Når jeg har lest meg opp i sekundærkilder har jeg sett på hvor forfatteren har hentet sin informasjon og sett gjennom deres stoff og teorier.

3.0 Teori

I denne delen av oppgaven skal jeg gjøre rede for det teoretiske grunnlaget som jeg har valgt å benytte meg av for å drøfte problemstillingen min. Her skal jeg hente frem teorier fra fagbøker og tidligere pensum, og gjøre rede for dem før jeg senere skal trekke dem inn i drøftingsdelen. Jeg skal redegjøre for hva som menes med omsorgssvikt, utviklingen til barn, hvordan deres tilknytning blir påvirket av omsorgssituasjonen, trygghetssirkelen, og kort om Peak-End-reglen.

3.1 Omsorgssvikt

Før jeg går inn på hvordan omsorgssvikt kan påvirke barns utvikling, vil det være hensiktsmessig å gå gjennom hva som kan menes med begrepet omsorgssvikt. Omsorgssvikt er et begrep som har blitt definert på forskjellige måter, og det kan være knyttet til ulike forhold. For å definere hva jeg mener med omsorgssvikt for denne oppgaven har jeg benyttet meg av BUFDIR sin hjemmeside, og Øyvind Kvello sin bok "Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner" (2015).

På BUFDIR sin hjemmeside har de definert omsorgssvikt som "... når barnet ikke får dekket fysiske, psykiske eller følelsesmessige behov, og barnet ikke får den omsorgen og beskyttelsen det trenger i hjemmet". Der trekker de i tillegg inn noen eksempler for hva som kan menes med omsorgssvikt, og det er blant annet å leve i et konfliktfylt hjem, psykiske problemer hos foreldrene som gjør at de ikke maktet å den daglige omsorgen, mangler i den grunnleggende omsorgen, eller foreldre som ikke mestrer omsorg for barn med særskilte behov. (BUFDIR, u.å.).

Ifølge Kvello handler omsorgssvikt om at foreldrene ikke får gitt barnet tilstrekkelig med omsorg. Stimuleringen blir for fattig, ernæringen for dårlig, eller at barnet ikke sikres eller beskyttes tilstrekkelig. Han trekker frem at konsekvensene av omsorgssvikt kan være at barnet blir utsatt for farer, eller blir underutviklet. Flere av disse konsekvensene kan være irreversible, noe som fører til at underutviklingen ikke alltid kan tas igjen, til tross for at omsorgssituasjonen forbedres for barnet. Samspillet mellom barn og omsorgspersonen er et viktig element for barns utvikling, og gjennom observasjoner som har blitt gjennomført fremkommer det at samspillet i familier med omsorgssviktede foreldre er både mindre og dårligere egnet enn i familier ellers. Kvaliteten på samspillet er mindre positivt, og det gjelder både i form av lite glede, engasjement og involvering. At foreldre viser lite engasjement og involvering i barnet sitt kan sette en demper for deres utvikling, med for eksempel at språkutviklingen deres ikke henger i tråd med deres alder. Det kan være flere grunner til at foreldre ikke evner å gi barna sine adekvat med omsorg og oppfølging, og det fremkommer at foreldre som selv har vokst opp med omsorgssvikt har større vansker for å benytte seg av hensiktsmessig og konsistent omsorg. I tillegg har de gjerne urealistiske forventninger til hva barn har av kompetanse og behov. Dermed dekkes ikke disse behovene, samt at de ikke får hjelp og støtte til å gjennomføre oppgaver som de ikke har forutsetninger til å klare på egen hånd. (Kvello, 2015).

Enkelte barn vokser opp under den grad av omsorgssvikt som er så alvorlig at det har fått et eget navn, nemlig NOFT. NOFT står for “Non-Organic-Failure to Thrive”, og det innebærer altså at det ikke er organiske årsaker til at barnet ikke utvikler seg som forventet. NOFT er ikke en offisiell diagnose, men det er en betegnelse på grov fysisk og emosjonell understimulering av barnet som i flere år har blitt benyttet i barnevernsfeltet. (Kvello, 2015, s. 327). Noen av symptomene på NOFT er dårlig vekst i kroppslengde og hodeomkrets, spiseproblemer, forsinket psykomotorisk utvikling, at de ikke når språklige eller kognitive milepæler som forventes, og at de har desorganisert tilknytning. (Kvello, 2015, s. 328).

3.2 Barns utvikling

Alle barn går gjennom utviklingstrinn etterhvert som de vokser, og disse utviklingstrinnene gir en indikator om barnet utvikler seg slik som det skal. Hvis barn ikke får den omsorgen og reguleringsstøtten fra foreldrene som det har behov for, kan utviklingen deres svekkes eller forsinkes. Flere psykologer, forskere og teoretikere har undersøkt utviklingen til barn og hva som påvirker den. Jeg valgt å trekke frem Erik Erikson og hans teori om barns utviklingstrinn, i tillegg til å se på traumepsykologi og Nordanger & Braarud sin teori om utviklingstraumer.

3.2.1 Eriksons psykososiale stadier

Teorien til Erikson er delt inn i ulike alderstrinn, og i hvert trinn forklarer han hva som er den største påvirkningskraften for alderen. Teorien hans er tungt inspirert og påvirket av Sigmund Freud sine teorier vedrørende utvikling, men ettersom den er noe oppdatert og mer moderne, har jeg valgt å se på Erikson sin teori.

Erikson ble kjent for sin teori om personlighetsutvikling, som ofte blir kalt for Eriksons psykososiale stadier. Erikson mente at et menneske utvikler seg i 8 faser som er knyttet til bestemte alderstrinn. I hver fase benyttet Erikson seg av både en krise og en mulighet som vil være med å påvirke utviklingen, og han var svært opptatt av barnets følelsesmessige og sosiale utvikling. (Tetzchner, 2012). Ettersom jeg har valgt å legge fokuset mitt på de tidlige leveårene gjennom oppgaven, anser jeg det som dekkende å kun trekke inn de to første stadiene i hans teori, altså 0-1½ år og 1½-3 år.

0-1½ år: Grunnleggende tillit eller mistillit

Den første fasen i teorien til Erikson handler om tillit eller mistillit. Han mener at barn som opplever at deres omsorgspersoner dekker deres behov og gir de adekvat omsorg, vil utvikle en grunnleggende tillit til andre mennesker. Mens barn som vokser opp med omsorgspersoner som ikke evner å dekke deres behov, er i større risiko for å utvikle vansker med å stole på andre mennesker, selv senere i livet. Ifølge Erikson er den første fasen den absolutt viktigste fasen i et barns liv, og denne fasen danner grunnlaget for hvordan en person opplever de senere fasene. (Tetzchner, 2012).

1½-3 år: Selvstendighet eller tvil

I dette alderstrinnet har barn lært seg en del nye ferdigheter, og har med seg en del erfaringer. Til tross for at barnet har tilegnet seg nye ferdigheter, vil de fortsatt ha behov for hjelp på en del områder. I denne fasen er det essensielt at barn får prøve seg frem og oppleve at de mestrer oppgaver, vel vitende at omsorgspersonene vil være der når de trenger det. Mestringsfølelse og positive tilbakemeldinger vil bidra til at barn utvikler en trygghet knyttet til egen vilje og evner. Hvis barnet derimot stadig opplever å bli møtt av utfordringer som de ikke har forutsetning til å kunne mestre, eller hvis de opplever å få overveldende mye kritikk, kan dette føre til usikkerhet og tvil. Tvil som dette kan følge barnet videre inn i voksenlivet, og de risikerer å aldri føle at det mestrer noe. (Tetzchner, 2012).

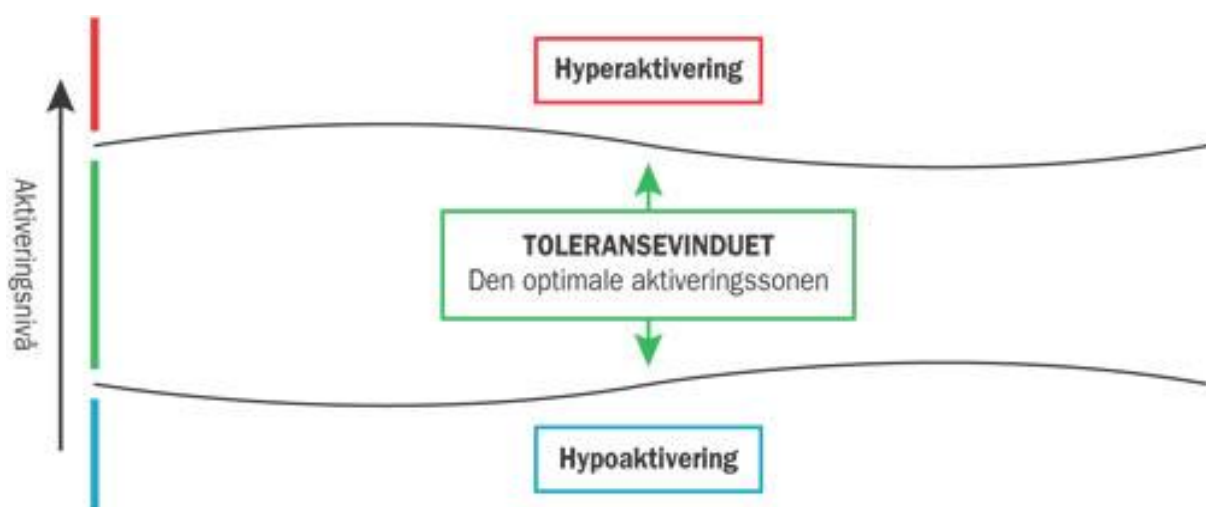
3.2.2 Utviklingstraumer

I boken "Utviklingstraumer: Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi" av Nordanger og Braarud (2017) trekkes det frem fem nøkkelfaktorer for en optimal utvikling for et barn. Disse fem faktorene er en sunn og trygg graviditet uten høyt stressnivå, mulighet for å bli "forelsket i" og knytte et emosjonelt bånd til en trygg og omsorgsfull voksen, å få oppleve utviklingsstøttende omsorg og lære selvregulering, støtte til å lære gjensidig regulering, og kjærlig, kontingent og utviklingsstøttende omsorg. (Nordanger & Braarud, 2017, s. 37). Når disse nøkkelfaktorene mangler, vil det få konsekvenser for barnets utvikling, og blant de konsekvensene kan det være aktuelt å se nærmere på utviklingstraumatisering.

Utviklingstraumer oppstår når barnet blir satt i intens negativ affekt i kombinasjon med at reguleringsstøtten av denne affekten faller bort. Barn som vokser opp i husstander hvor slike

situasjoner oppstår gjentatte ganger, og over tid, vil få en skjevutvikling i hjernen, og ofte ser man at den venstre hjernehalvdelen blir underutviklet. Ettersom det er venstre hjernehalvdel som styrer menneskers evne til logisk og kritisk tenkning, vil barn med skjevutvikling ha større problemer med å tenke rasjonelt når en truende opplevelse skjer. Barn med utviklingstraumer risikerer at hjernens alarmsystem blir sensitivisert, mens hjernens reguleringssystem blir underutviklet. Det innebærer lett utløsbare alarmreaksjoner som barnet mangler nevrale forutsetninger til å kunne regulere. Barn risikerer i tillegg å bli fastlåst i overlevelsesmodus, som igjen kan innebære både hyper- og hyporeaksjoner. Hyper- og hyporeaksjoner er kort forklart kroppens overlevelsesreaksjoner, som også kan forklares ved fight-flight-freeze begrepet. En hyperreaksjon vil si at man enten prøver å stå i mot eller komme seg vekk fra situasjoner som oppleves som truende, mens hyporeaksjoner tilsvarer en immobiliseringstilstand hvor man blir handlingslammet. (Nordanger & Braarud, 2017).

Ved bruk av begreper som hyper- og hypoaktivering, er det greit å benytte seg av modellen “Toleransevinduet”. Denne modellen visualiserer den optimale aktiveringssonen (se figur 1), og det er i denne sonen vi mennesker har en optimal oppmerksomhet mot andre mennesker og situasjoner. Faller man utenfor denne sonen, vil man ha vansker med å regulere seg selv, ta i mot informasjon og tenke over en situasjon før man begår en handling. Grensene for hyper- og hypoaktivering varierer fra person til person basert på deres erfaringen og emosjonelle tilstand, samt den sosiale konteksten man er i. Hvis man er i nærheten av noen man føler seg trygg på, vil man lettere kunne holde seg innenfor den optimale aktiveringssonen. (Nordanger & Braarud, 2017).



Figur 1. Toleransevinduet (Hentet fra Nordanger & Braarud, 2017).

Utviklingstraumer er altså noe annet enn vold, overgrep eller omsorgssvikt i seg selv, og det handler om sammensatte belastningsforhold. Det er tydelig at det er i skadelige omsorgssituasjoner at risikoen for utviklingstraumatiserende forløp ligger, og hvis omsorgen faller vekk så får ikke barnet den reguleringsstøtten det trenger når den utsettes for vedvarende truende opplevelser. (Nordanger & Braarud, 2017, s. 30). Det er selvsagt ingen garanti for at barn som lever i skadelige omsorgssituasjoner får utviklingstraumer, men de barna er i risikogruppen, og derfor har jeg valgt å benytte meg av slik teori for å sette lys på det.

3.3 Tilknytningsteori

Et viktig aspekt innenfor utviklingspsykologi er teorier om barns tilknytning, nettopp fordi at hvilke tilknytning man har til sine omsorgspersoner som barn, påvirker i stor grad hvordan man knytter relasjoner til andre mennesker gjennom resten av livet. (Dalsklev & Eimot, 2017).

Barns erfaringer med situasjoner der tilknytning blir aktivert danner grunnlag for deres individuelle forskjeller i tilknytningsatferd, og deres følelser overfor sine nære omsorgspersoner. Tilknytningsatferd omfatter signalatferd og tilnærmingsatferd, og dette kan komme til uttrykk gjennom for eksempel gråt eller kontaktsøking. (Tetzchner, 2012).

Tilknytningssystemets funksjon er å få barn til å søke til en tilknytningsperson når de har behov for beskyttelse, som for eksempel ved atskillelse. Slik atferd kan føre til kjærlighet, glede og en opplevelse av trygghet, men på den andre siden kan sjalusi, sinne eller frykt være et resultat hvis barnet opplever at relasjonen blir truet. Erfaringene barn danner seg i situasjoner der tilknytningsatferd blir aktivert, kan påvirke hvordan de opplever slike situasjoner ved en senere anledning. Innenfor tilknytningsteorien er det antatt at tilknytning er viktig for kvaliteten av de emosjonelle båndene som barn knytter til andre mennesker. (Tetzchner, 2012).

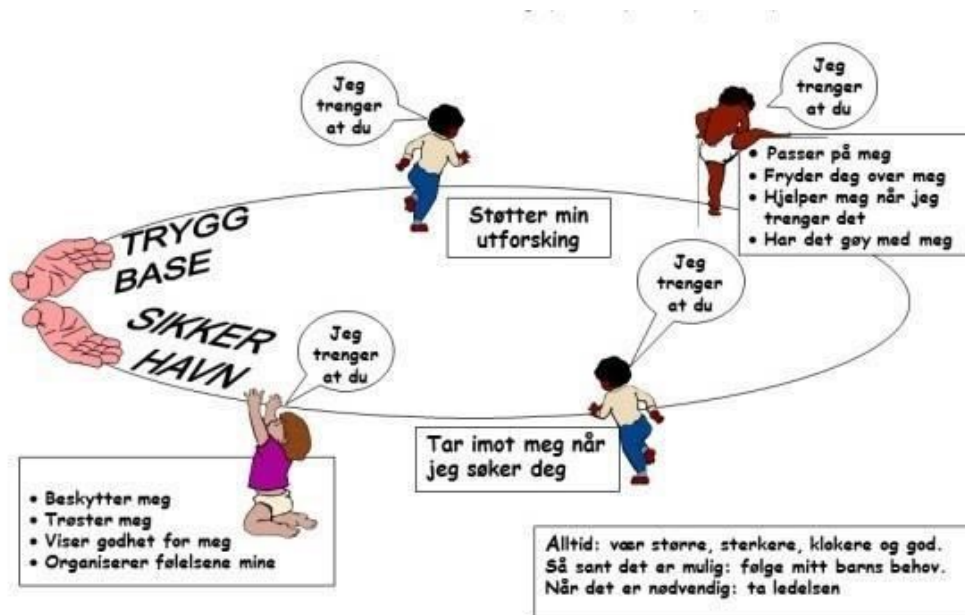
3.3.1 Trygghets sirkelen

Barn får en trygg tilknytning når deres primære omsorgspersoner forstår når de trenger en trygg havn for trøst og beskyttelse, og når de trenger den oppmuntringen og tilliten som ligger i en trygg base for utforskning. (Powell et al., 2015).

Når et barn ber om hjelp til å få dekket sine behov, enten om det gjelder behov for trøst og nærhet eller behovet for utforskning, og gjennomgående blir møtt med at foreldrene gir negativ respons vil barnet slutte å prøve å få dette behovet dekket direkte av dem. Barnet vil da lære seg å sette foreldrenes emosjonelle stabilitet over sine egne behov, og dette vil hindre deres utvikling.

Hvis foreldrene tydelig viser ubehag ved atskillelse når barnet forsøker å utforske, vil barnet etterhvert hemme sitt eget behov for utforskning og heller gi uttrykk for nærhet til tross for at behovet ikke er der. Denne type tilknytning kategoriseres som ambivalent tilknytning. På samme måte vil en omsorgsperson som viser ubehag ved å fungere som en trygg havn for barna sine når de søker nærhet og trøst, forsøke å hindre omsorgssøkende atferd hos barnet. Slike signaler og oppførsel fra omsorgspersonene vil resultere i at tilknytning mellom dem faller inn under kategorien unnvikende tilknytning. (Powell et al., 2015).

Utrygg tilknytning mellom barn og foreldre kommer til uttrykk på Trygghetssirkelen ved at det enten er problemer for foreldrene å møte barnas behov øverst eller nederst på sirkelen. Ved ambivalent tilknytning ser vi at trygghetssirkelen blir begrenset øverst, og ved unnvikende tilknytning blir sirkelen begrenset nederst (se figur 2).



Figur 2, Trygghetssirkelen (Hentet fra Powell, et al., 2015).

3.4 Peak-End regelen

Jeg vil i tillegg trekke inn Peak-End-regelen til Redelmeier og Kahneman, og beskrive den kort. Jeg mener at denne regelen kan være nyttig i forbindelse med relasjonsbygging og foreldreveiledning, og i drøftingsdelen vil jeg benytte meg av Peak-End i lys av trygghetssirkelen. Jeg valgte å trekke inn denne regelen ettersom en forståelse av denne regelen kan bidra til at fagpersoner er mer bevisst på hvordan deres handlinger vil påvirke andre sine opplevelser.

Peak-End er en regel utviklet av Redelmeier og Kahneman, og handler om hvordan mennesker evaluerer og husker opplevelser. Det settes stort fokus på høydepunkter i opplevelsen, og hvordan man opplever avslutningen av en hendelse. Med høydepunkt menes de mest minneverdige øyeblikkene under hendelsen, og dette kan være både positivt og negativt. Høydepunktet vil i stor grad påvirke ens opplevelse og minne av hendelsen, og det samme vil avslutningen. Forskning tyder på at mennesker ofte vurderer hele opplevelsen basert på hvordan den sluttet. Dersom slutten av hendelsen er positiv, kan dette være med å påvirke den totale oppfatningen av hendelsen, selv om det kan ha vært noen mindre positive aspekter. En forståelse av Peak-End-regelen kan hjelpe oss med å manipulere eller påvirke opplevelser for å få ønsket utfall. (Redelmeier & Kahneman, 1996).

4.0 Sentrale funn

I denne delen av oppgaven skal jeg trekke frem de sentrale funnene jeg har benyttet meg av fra vitenskapelige artikler. Det som jeg trekker frem her, er basert på tidligere forskning som jeg har ansett som essensielt for å besvare problemstillingen min.

4.1 Eftervirkninger av traumatiserende hendelser i barndom og oppvekst

I en artikkel skrevet av Arne Blindheim (2012) trekkes det fram at det ikke lenger er et spørsmål om barn får konsekvenser av skadelige omsorgssituasjoner, men heller hva de konsekvensene er. Det framkommer blant annet at barn som har opplevd traumatiserende hendelser tidlig i barndommen får en rekke symptomer, som konsentrasjonsvansker og indre uro. Disse symptomene er forenlige med en ADHD-diagnose, og flere studier tyder på at mange traumatiserende barn får en ADHD-diagnose i psykisk helsevern. (Blindheim, 2012). En studie sammenlignet voksne med og uten en slik diagnose, og der viste det seg at 17,6 prosent av kvinner og 20 prosent av menn uten en ADHD-diagnose hadde opplevd moderat

til alvorlig omsorgssvikt, mens 56,4 prosent av kvinnene og 56,3 prosent av mennene med diagnosen hadde opplevd omsorgssvikt. Slike tall viser at kunnskap om dette feltet er viktig innenfor psykisk helsevern, og at det dessverre er for mange barn som blir henvist til hjelpeapparatet som ikke blir sett. De får bekreftet at det er noe som er galt, men ikke at symptomene kan skyldes at de lever under skadelige omsorgssituasjoner. (Blindheim, 2012).

4.2 Trygg og utrygg tilknytningsstil

Mary Ainsworth og Silvia Bell gjennomførte en observasjonsstudie der barn mellom 12 og 18 måneder skulle bli etterlatt alene i et rom med en fremmed person, for at omsorgspersonen deretter skulle komme inn igjen etter kort tid. Hvordan disse barna reagerte både på å bli etterlatt, og gjenforeningen, ble nøye observert. I studien kom det fram at de fleste barna, rundt 70%, viste tegn til det som defineres som trygg tilknytning. Barnet var trygg til å utforske den fremmede situasjonen når moren var til stede, men ble fort stresset da moren forlot rommet. Slike barn unnviker den fremmede personen og begynner gjerne å gråte, men blir glad igjen når moren kommer tilbake.

Rundt 15% av barna i studien viste tegn til å være preget av engstelig ambivalens. Disse barna viser større tegn til stress og ubehag når moren forlater rommet, og istedenfor å bare unngå den fremmede viser de i tillegg tegn til frykt. Når moren da kom tilbake til rommet gikk barnet mot moren og søkte kontakt, samtidig som de kunne avvise det. Det fremkommer at barn med denne tilknytningsstilen ofte har foreldre som viser inkonsistent støtte.

Barn som har en tilknytningsstil preget av engstelig unnvikelse viste få tegn til ubehag når moren forlot rommet, i tillegg viste de få tegn til frykt for den fremmede selv når de var alene med henne. En annen ting som bemerket seg under studien var at disse barna viste liten interesse for mor når hun kom tilbake. Barn med en slik tilknytning har ofte foreldre som er lite oppmerksom overfor barnas behov, og som er utilgjengelig når de trenger emosjonell støtte. (Ainsworth & Bell, 1970).

Senere studier tyder på at det finnes en fjerde variant av tilknytningsstiler, som kalles for desorganisert tilknytning, og denne formen for tilknytning er gjerne en følge av omsorgssvikt. (Dalsklev & Eimot, 2017).

4.3 Bruk av trygghetssirkelen i familieveiledning

I 2020 gjennomførte Cathrine Michelet og Trude Klevan en kvalitativ studie av foreldres erfaringer med å delta i veiledning i metoden Circle of Security-Parenting (COS-P). Formålet med studien var å utvikle kunnskap om deres erfaringer, samt hvordan det har bidratt til utvikling av deres foreldrepraksis.

I denne studien var det spesielt 3 ting som utmerket seg, og det var foreldrenes opplevelse av relasjonen mellom dem og veilederen, økt bevissthet på flere områder, og deres opplevelse av mestring i hverdagen. (Michelet & Klevan, 2020). Flere av foreldrene fortalte at de forstår barnet sitt bedre etter kurs i trygghetssirkelen, og det innebærer hovedsakelig at de fikk en utvidet forståelse av barnets emosjonelle behov, og deres intensjoner bak atferden. Når foreldre forstår mer av barnas behov, kan dette bidra til å dempe stress og øke deres mestringsfølelse. Foreldrene beskrev også at de fikk en økt forståelse av seg selv som forelder, og det gjorde det lettere å skille sine egne følelser fra barnas følelser. Dette bidro igjen til at foreldrene i større grad evnet å se seg selv som ansvarlige, og handlet dermed annerledes overfor barna sine enn tidligere. Dette førte til at de og barna fikk det bedre sammen. (Michelet & Klevan, 2020).

5.0 Drøfting

Nå skal jeg trekke frem det jeg presenterte i de to tidligere delene, teori og sentrale funn, og drøfte det opp mot problemstillingen for oppgaven. Jeg skal starte med hva konsekvensene av omsorgssvikt kan være, og se det i lys av deres utvikling, tilknytning og reguleringsevne. Deretter skal jeg trekke inn trygghetssirkelen og drøfte om det er en nyttig modell å bruke for å bedre samspillet og tilknytninger mellom barn og foreldre.

5.1 Konsekvenser for barn

Barn som vokser opp i skadelige omsorgssituasjoner er i risiko for å få gjennomgående og vedvarende konsekvenser. Dette kan gjelde både for deres utvikling, tilknytning til andre mennesker, evne til å regulere følelser og tenke rasjonelt, og deres psykiske helse. Basert på det jeg har hentet frem både fra fagbøker og vitenskapelige artikler, skal jeg drøfte hva konsekvensene kan være både på utvikling, tilknytning og reguleringsevne.

5.1.1 Utvikling

Barn risikerer å få en skjevutvikling når de vokser opp med omsorgssvikt. Hvis oppvekstvilkårene er ekstreme kan barn få irreversible skader av det, og underutviklingen kan dermed ikke alltid tas igjen. (Kvello, 2015). Det finnes alvorlighetsgrader for omsorgssvikt, og konsekvensene som barn får av omsorgssvikt avhenger av hvor alvorlig det er, samt hvor mange år de har levd under slike vilkår (Kvello, 2015). Den groveste formen for omsorgssvikt, NOFT, betegner en så svak stimulering at barnet ikke bare preges av utviklingsforsinkelser, men i en del tilfeller også av utviklingsavvik. Barn som utsettes for så grov omsorgssvikt risikerer i tillegg å få et symptombilde som er lignende barn med autisme, noe som kan føre til feildiagnostisering og store vansker gjennom livet. (Kvello, 2015, s. 318).

Hvis vi ser tilbake til Eriksons psykososiale stadier for utvikling, ser vi at hvis barn ikke får den støtten og omsorgen det har behov for av sine omsorgspersoner, vil det føre til konsekvenser. Konsekvensene som inntreffer avhenger av hvilket alderstrinn barnet er i, og i det første leveåret er det grunnleggende tillit som er tema. Hvis barn da opplever å ikke få sine behov dekket av omsorgspersonene, kan det utvikle store vansker med å stole på andre mennesker, selv senere i livet. Erikson mener at den første fasen er den absolutt viktigste i en persons liv, ettersom denne fasen danner grunnlaget for resten av livet. Hvis barnet utvikler vansker med å stole på andre, kan det resultere i at barnet aldri lener seg på andre mennesker for hjelp eller støtte. Dette kan føre til isolering, psykiske problemer og vedvarende tvil og mistillit til seg selv.

Det er ikke bare foreldrenes omsorgsevne som påvirker deres utvikling, men også genetiske variasjoner. Barns reaksjoner på mangelfull omsorg kan forklares ved biologiske faktorer, og det kan forklare hvorfor søsken som vokser opp i samme omsorgssituasjoner får forskjellige symptomer eller reaksjoner. Barns sårbarhet varierer fra person til person, og ved ulikheter i sårbarhet hos søsken kan det føre til at foreldre klarer å dekke et barns behov, men ikke den andres. (Kvello, 2015).

Utviklingstraumer er også en mulig risiko for barn som vokser opp med omsorgssvikt. Hjernene deres kan bli underutviklet, de kan miste evnen til logisk tenkning, og at de blir stående fast i overlevelsesmodus. Alle disse faktorene påvirker deres evne til affektregulering, som jeg skal gå mer inn på senere. (Nordanger & Braarud, 2017). I

artikkelen til Blindheim (2012) kommer det fram at barn som vokser opp med omsorgssvikt kan få symptomer som stemmer overens med symptomene til en med ADHD. Dette kan innebære konsentrasjonsproblemer og indre uro, og en stor andel av voksne mennesker som har diagnosen har informert om at de har opplevd omsorgssvikt som barn. (Blindheim, 2012). En mulig grunn til at de får symptomer som er forenlig med ADHD kan være fordi hjernen deres er underutviklet og dermed har de et smalere toleransevindue (Nordanger & Braarud, 2017).

Omsorgssvikt kan altså føre til så ekstreme konsekvenser når det gjelder deres utvikling, at noen av skadene kan være irreversible. Basert på forskning som har blitt gjort innenfor dette feltet fremstår det tydelig at hvor skadelige konsekvensene er, varierer ut fra varigheten på omsorgssvikten, alvorlighetsgraden og barns egen sårbarhet. De risikerer at deres fysiske utvikling ikke følger det som regnes som normalt, at hjernen deres blir skjevutviklet, og at tilliten til seg selv og andre forsvinner. I tillegg kan de få et symptom-bilde som er forenlige med andre diagnoser, som autisme og ADHD, til tross for at det egentlig ikke stemmer for dem.

5.1.2 Tilknytning

Barns tilknytning blir preget av oppveksten og omsorgen de får av sine foreldre. Hvis barn vokser opp i hjem der omsorgssvikt og neglisjering foregår, kan de utvikle utrygge tilknytningsstiler, noe som vil påvirke hvordan de knytter seg til andre mennesker senere i livet. Det er sammenheng mellom den tidlige tilknytningen til omsorgspersoner, og videre utvikling. Barn med trygge og gode tilknytninger til sine foreldre klarer lettere å takle vanskelige situasjoner, kjenne igjen sine egne følelser, og å kjenne empati for andre mennesker. (Håkonsen, 2014).

I studien til Ainsworth og Bell ble det observert ulike tilknytningsstiler til barn gjennom å utsette dem for en fremmedsituasjon som et eksperiment. Som tidligere nevnt falt ca. 70% av barna innenfor det som ble kategorisert som trygg tilknytning, og dette tyder på at foreldrene i god nok grad har klart å dekke barnas behov for både nærhet og utforskning. Men omkring 15% av barna falt innenfor kategorien utrygg unnvikende og resten innenfor kategorien utrygg ambivalent. (Ainsworth & Bell, 1970). Problemene med tilknytning oppstår når omsorgspersonene ikke evner å møte barnas behov på ett eller begge områder. I lys av trygghetssirkelen blir det forklart at barn med en unnvikende tilknytningsstil har gjentatte

opplevelser av at foreldrene blir tydelig ubekvem av å gi barna nærhet, trøst og beskyttelse (Powell et al., 2015). En slik tilknytning gjør at barna forbinder omsorgspersonene med at de ikke kan få støtte og omsorg fra dem, noe som igjen gjør at barna risikerer å minimere sine behov til dem. Barn med en slik tilknytning kan fremdeles søke etter andre personer for å dekke sine behov, og dette kommer frem i studien til Ainsworth og Bell hvor de observerte at barna viste liten frykt for den fremmede i rommet (Ainsworth & Bell, 1970).

For barn med en utrygg ambivalent tilknytningsstil til sine omsorgspersoner fremkommer det i trygghetssirkelen at de har gjentatte opplevelser av at foreldrene blir tydelig ubekvem ved atskillelse. Dette fører til at barn hemmer sitt eget behov for utforskning for å sikre foreldrenes emosjonelle stabilitet. (Powell et al., 2015). En av konsekvensene av en slik tilknytning er at barna kan oppleve frykt i større grad enn normalt i fremmede situasjoner, og at stressnivået deres øker i stor grad. Observasjonen fra studien viste at barna ikke bare unngikk den fremmede, men at de også viste tydelige tegn til frykt. I tillegg var de noe motvillig til å søke kontakt med sine foreldre når de kom inn igjen i rommet, og at de til og med kunne avvise sine foreldre. (Ainsworth & Bell, 2015). Basert på barnas reaksjoner kan man anta at disse barna opplever uregelmessigheter når det gjelder hvor mye støtte og trygghet de får fra sine foreldre.

I ettertid har det kommet frem en tredje variant av utrygg tilknytning, nemlig desorganisert tilknytning. Flere studier indikerer at en slik tilknytning ofte er et resultat av omsorgssvikt og neglisjering (Dalsklev & Eimot, 2017). Slike barn kan reagere på intense, motsigende måter. De kan både vise store tegn til usikkerhet og frykt, samtidig som de blir innelukket og rådløse (Håkonsen, 2014). Det kan virke som denne formen for utrygg tilknytning er en kombinasjon av de andre, ettersom den sterke frykten som også er til stede for ambivalent tilknytning er fremtredende i desorganisert. Samtidig som barn innenfor denne tilknytningsstilen også har trekk fra unnvikende tilknytning ved at de ikke lar seg trøste og blir innelukket.

Når det gjelder slike tilknytningsstiler ser vi helt klart at omsorgen har mye å si for barns utvikling av tilknytning. Når barn vokser opp med foreldre som ikke ser eller møter barnas behov, vil de hemme sin utvikling i form av å søke støtte og oppfordring til sine behov. Omsorgssvikt er helt klart en påvirkende faktor, så vel som andre skadelige omsorgssituasjoner, og det at senere studier viser at omsorgssvikt kan føre til utrygge tilknytningsstiler bekreftet hvor skadelig det kan være for barns utvikling. Neglisjering av

barn kan føre til at de ikke har tillit til at andre folk kan være trygge tilknytningspersoner for dem.

5.1.3 Regulering

Trygghet i tilknytningen til sine omsorgspersoner i de første leveårene kan gi barn en større evne til å regulere egne følelser og gjør barnet bedre i stand til å mestre ulike utfordringer. God følelsesregulering er en grunnleggende sosial egenskap, ettersom det hjelper oss med å møte følelsesmessige belastninger og tilpasse oss i mellommenneskelige situasjoner. (Håkonsen, 2014).

I forbindelse med utviklingstraumer, får barn et underutviklet reguleringssystem og et sensitivisert alarmsystem. Barn med slike utfordringer får lett utløsbare alarmreaksjoner, og de kan gjerne reagere intenst på noe som kan virke helt uforståelig for andre. (Nordanger & Braarud, 2017). La oss si at et barn med slike utfordringer observerer et surt eller strengt blikk fra en voksen, og kroppen husker på en tidligere traumatisk hendelse der en voksen var sur og streng, da kan barnet plutselig gå i alarmberedskap. Utenfra kan dette virke som en uforståelig reaksjon fra barnet, mens for barnet er dette en umiddelbar reaksjon kroppen foretar for å sikre seg selv. Når barn med disse erfaringene har en skjevutvikling i hjernen, som gjør at den venstre hjernehalvdelen ikke er ferdigutviklet, vil ikke hjernen klare å tenke rasjonelt for å regulere seg selv ned. Kroppen vil altså få en reaksjon før hjernen egentlig skjønner hva som har skjedd.

Barn som sliter med utviklingstraumer har heller ikke opplevd å få den reguleringsstøtten de har behov for, for å utvikle et eget reguleringssystem. Barnet har altså ikke nevralt forutsetninger til å kunne regulere følelser og affekt på egen hånd, fordi de aldri har lært det av sine omsorgspersoner. (Nordanger & Braarud, 2017). Barn uten utviklingstraumer kan også ha vansker med å regulere følelser og affekt hvis de ikke har opplevd tilstrekkelig reguleringsstøtte, men ofte er det mer intenst for dem med utviklingstraumer. Barn med utviklingstraumer havner lettere utenfor sitt toleransevindu, både fordi de ikke har lært selvregulering, og fordi de ofte føler seg utrygg med andre mennesker.

5.2 Trygghetssirkelen

Studien til Michelet og Klevan viser at økt mestring i foreldrerollen kan føre til positive endringer i hverdagen, som for eksempel mer ro, mindre konflikter og økt grad av gledesfylt

relasjon mellom foreldre og barn. En viktig forutsetning for de positive erfaringene var en trygg og anerkjennende relasjon mellom foreldrene og veilederen i kurset. Dette tyder på at relasjonskompetanse er viktig å ta med seg som fagperson i slike møter. Andre tema som var gjennomgående i studien var bevissthet på flere områder, og følelsen av mestring i hverdagslivet.

5.2.1 Foreldres opplevelse av kurset

Hvis foreldrene ikke føler seg trygg og komfortabel med sin veileder kan dette føre til at det blir vanskeligere for dem å ta med seg det de lærer på kurset, og dermed vil kurset ha en mindre positiv effekt. Jeg tenker at god relasjonskompetanse er ekstremt viktig når man jobber med mennesker, spesielt mennesker som er i sårbare situasjoner. I barnevernsfeltet møter man som regel mennesker som er i sårbare og vanskelige livssituasjoner, og ofte er det disse foreldrene som har behov for og nytte av kurs som COS-P. Hvis man som veileder i kurset ikke møter foreldrene med anerkjennelse og respekt, kan det sette en stor demper for videre arbeid. Hver familie er forskjellig; de har forskjellige utgangspunkt og forutsetninger, både når det gjelder sosialt, økonomisk og psykisk. Derfor er det viktig å bli kjent med familien og hvilke forutsetninger de har, for å lettere vite hva og hvordan man skal hjelpe dem. Å bli kjent med dem vil også bidra til trygghetsfølelsen de har i møte med oss, og hvor komfortabel de er med å dele hva som faktisk er problemet. For å kunne hjelpe familien der det trengs er det viktig med ærlighet, og dette kan lettere oppnås med respekt og anerkjennelse. Hvis man klarer å gjennomføre dette på en god måte vil dette gagne både foreldrene, barna og samfunnet videre.

En teori som omhandler Peak-End-regelen kan være nyttig å ha kunnskap opp i slikt arbeid, ettersom den baserer seg på hvordan mennesker opplever en hendelse i ettertid. Peak-End handler om hvordan høydepunktet og slutten av en hendelse preger deres opplevelse av det som skjedde (Redelmeier & Kahneman, 1996), og hvis man anvender den i slike kurs kan man påvirke effekten av kurset i ettertid. Hvis foreldrene føler seg anerkjent, lyttet til og respektert vil dette påvirke deres “peak” i opplevelsen, og hvis den er positiv vil de sitte igjen med flere positive følelser rundt gjennomføringen av kurset. I tillegg er avslutningen, eller “end”, et viktig aspekt i denne regelen, og det baserer seg på hvordan man føler at avslutningen var. Det siste som skjedde i en hendelse vil prege hvordan man husker på hendelsen, og hvis den var positiv så vil det igjen bidra til en positiv opplevelse. Man trenger ikke å endre mye i en situasjon for at en person skal oppleve situasjonen mer positiv, så lenge

man får en kombinert positiv opplevelse av høydepunktene og avslutningen. (Redelmeier & Kahneman, 1996). At man minnes hendelsen, i dette tilfellet foreldrekurset, i et positivt lys kan foreldrene tenke at det de lærte på kurset er nyttig å benytte seg av. På motsatt side kan man tenke seg til at en negativ opplevelse av kurset vil gjøre at foreldre minnes tilbake til kurset med avsmak og en negativ innstilling, som igjen kan minske effekten av kurset.

5.2.2 Økt bevissthet

Bevissthet var et viktig aspekt i studien som ble gjennomført, og det fremstår som essensielt at foreldrene som deltar på kurs i COS-P øker sin bevissthet på flere områder. Et gjennomgående tema innenfor økt bevissthet var å forstå at man som forelder er den ansvarlige. For å kunne mestre å handle ansvarlig ble det brukt et verktøy som forklarte det som å kunne ta seg tid til å tenke før de handlet. Flere av foreldrene forklarte at de hadde blitt flinkere til å stoppe opp og tenke seg om, fremfor å bryte ut det første som kom. Det ble blant annet reflektert rundt at barn trenger trygge foreldre, foreldre som ikke roper, og det hjalp dem med å tenke seg nøyere om. Videre ble det beskrevet at økt bevissthet hadde bidratt til en større aksept av situasjonen man er i, og at det bidro til å tydeliggjøre ansvaret som forelder. (Michelet & Klevan, 2020)

Økt bevissthet rundt foreldrenes egne reaksjoner var også et sentralt tema i studien. Det ble blant annet trukket frem at man som forelder måtte forstå sitt eget bidrag til samspillet, og til tross for at det kan være en vanskelig prosess, forklarte flere av deltakerne at den prosessen bidro til at hverdagssituasjoner med barna ble lettere å håndtere. (Michelet & Klevan, 2020). Når foreldre er mer oppmerksom på hvordan de reagerer i forskjellige situasjoner, kan det bli lettere å regulere seg selv, i tillegg til å kunne hjelpe barna sine med å regulere sine følelser og reaksjoner. Regulering av egne reaksjoner vil igjen føre til en tryggere base og havn for barna når de enten trenger støtte til utforskning, eller trøst og nærhet når de har behov for det.

En annen ting som var gjennomgående i studien var at foreldrene opplevde å bli mer bevisst på følelser, både sine egne og barnas. Blant annet var det en mor som koblet det opp mot vanskelige opplevelser som hun selv hadde hatt som barn når det gjaldt følelser. Det fremsto også som viktig å klare å skille sine egne følelser fra barna sine følelser. (Michelet & Klevan, 2020). At foreldre klarer å se, og ikke minst møte, barna sine følelser og skille dem fra sine egne er viktig for samspillet mellom dem. Dette kan hjelpe barna med å akseptere sine følelser, og ikke pakke dem inn for å ta hensyn til foreldrenes emosjonelle stabilitet.

5.2.3 Mestring i hverdagen

En annen ting som gikk igjen i studien var opplevelsen av å mestre hverdagen. En av deltakerne fortalte at hun hadde blitt mer oppmerksom på forskjellen på seg selv når hun var opplagt og uthvilt, og seg selv som sliten eller lei seg. Hun fortalte videre at å være mer observant på dette bidro til at hun tålte de dårlige dagene bedre og hadde mer tillit til at hun likevel skulle klare å mestre dagen. Betydningen av mestring og livskvalitet blir også fremhevet i regjeringens strategiplan for god psykisk helse “Mestre hele livet” (2017). Faktorer som positive relasjoner og mestring fremheves som beskyttende for den psykiske helsen. I tillegg blir det trekt fram at psykisk helse bygger fra barndommen av, og at en trygg oppvekst vil bidra til å skape en god og robust psykisk helse. (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Ut fra dette kan man diskutere at å oppleve mestring og trygge relasjoner vil bidra positivt for både barnas og foreldrenes psykiske helse. Hvis foreldrene opplever mer mestring i hverdagen i sin foreldrerolle, vil dette påvirke deres psykiske helse i positiv retning, og dette vil gi barna en tryggere oppvekst som vil gi dem bedre forutsetninger for en god og sterk psykisk helse gjennom livet.

Ettersom det kom fram at foreldrene i studien sitter igjen med positive erfaringer etter kurs i trygghetssirkelen, både på hverdagslivet og relasjonene i familien, tyder det på at COS-P kan være en nyttig metode for å fremme opplevelsen av livsmestring og god psykisk helse. (Michelet & Klevan, 2020). Relasjonen mellom foreldrene og veilederen var viktig i effekten av kurset, og bidro til positive erfaringer for foreldrene. Når de sitter igjen med positive opplevelser, og dermed anvender modellen i hverdagslivet, vil det igjen få positive effekter for barna. Foreldrenes økte bevissthet rundt egne reaksjoner og følelser, og deres opplevelse av å mestre hverdagen vil gjøre omsorgssituasjonen bedre for barna sine. Basert på det jeg har hentet frem fra studien til Michelet og Klevan (2020), med kunnskap om trygghetssirkelens prinsipper, vil jeg si at foreldrekurs i COS-P er en nyttig metode for å fremme samspillet og tilknytning mellom barn og foreldre.

6.0 Oppsummering

I denne oppgaven har jeg undersøkt hvilke konsekvenser omsorgssvikt kan ha på barns utvikling og tilknytning, og om trygghetssirkelen er en nyttig modell for å bedre samspillet og tilknytningen mellom barn og deres foreldre. Jeg valgte å starte med en introduksjonsdel hvor jeg presenterte tema og problemstilling, og hvorfor jeg valgte å skrive om det. Videre

redegjorde jeg for oppgavens oppbygging og hvilke avgrensninger jeg valgte å gjøre. I tillegg hadde jeg en begrepsavklaring for å gjøre det lettere for leseren å forstå enkelte av aspektene jeg har skrevet om. I andre del av oppgaven presenterte jeg forskningsmetoden jeg har benyttet meg av, og forklare hvordan jeg har gjennomført litteratursøkingen og hvilke litteratur jeg valgte å anvende. Etter det presenterte jeg relevant teori i forhold til oppgavens problemstilling, og jeg trakk da inn teori om omsorgssvikt, barns utvikling, tilknytning mellom barn og foreldre, trygghets sirkelen som metode og helt til slutt kort om Peak-End-regelen. I fjerde del av oppgaven presenterte jeg sentrale funn fra forskningsartikler jeg har lest innenfor tema tilknytning, trygghets sirkelen og traumatiserende hendelser i barndommen. Dette, samt teorier fra fagbøker, trakk jeg inn i drøftingsdelen av oppgaven. Her trakk jeg mer inn fra de sentrale funnene og drøftet det opp mot relevant teori.

Her ser vi at konsekvensene av omsorgssvikt ikke bare dekker flere aspekter ved et barns liv, men at det i tillegg kan være langvarige skader. Omsorgssvikt kan finne sted i forskjellig alvorlighetsgrad, men felles for det er at det handler om forsømmelse og understimulering av barnet. Omfanget og alvorligheten av symptomene varierer fra barn til barn, og det avhenger av både varighet, alvorlighetsgrad og biologiske faktorer som sårbarhet. Totalt sett er det tydelig i forskningen at barn får konsekvenser av å vokse opp med omsorgssvikt, og det preger både deres utvikling, tilknytning og reguleringsevne.

Basert på funnene fra studien til Michelet og Klevan ser vi at trygghets sirkelen som metode i foreldreveiledning kan være en nyttig modell for å fremme samspillet og tilknytningen mellom barn og foreldre. For at metoden skal ha effekt er det viktig at det dannes en trygg og anerkjennende relasjon mellom foreldrene og veilederen, samt at veilederen blir kjent med den enkelte familie for å kunne sikre at de får hjelp på de rette områdene.

Litteraturliste

- Ainsworth, M. D. S. & Bell, S. M. (1970, mars). *Child Development*. 41(1). 49-67. Hentet 1. mai 2024 fra <https://doi.org/10.2307/1127388>
- Aveyard, H. (2014). *Doing a literature review in health and social care: A practical guide*. Open University Press, Berkshire.
- Barnevernsloven. (2021). Lov om barnevern (LOV-2021-06-18-97). Hentet fra Lovdata: <https://lovdata.no/pro/#document/NL/lov/2021-06-18-97?searchResultContext=1299&rowNumber=1&totalHits=11156>
- Blindheim, A. (2012, 19. desember). *Ettervirkninger av traumatiserende hendelser i barndom og oppvekst*. 89(3). 168-195. Hentet 4. mai 2024 fra <https://doi.org/10.18261/ISSN1891-1838-2012-03-05>
- Bufdir. (u.å.). *Hva er omsorgssvikt?*. bufdir.no. Hentet 8. april 2024 fra <https://www.bufdir.no/barnevern/omsorgssvikt/>
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Dalsklev, M. & Eimot, K. (2017, 3. november). *En studie av tilknytning*. Psykologisk.no. Hentet 1. mai 2024 fra <https://psykologisk.no/2015/05/en-studie-av-tilknytning/>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2017). *Mestre hele livet: Regjeringens strategi for god psykisk helse* (2017–2022). Hentet fra https://img8.custompublish.com/getfile.php/3925425.2298.stsszqst7qa7np/Mestre_hel_e_livet_strategi_for_god_psykisk-helse_250817.pdf?return=www.nkbuf.no
- Håkonsen, K. M. (2014). *Psykologi og psykiske lidelser* (5. utg.) Gyldendal Akademisk
- Kvello, Ø. (2015). *Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

- Michelet, C. & Klevan, T. (2020, 19. november). *Økt mestring og ro i hverdagen: En kvalitativ studie av foreldres erfaringer med å delta i veiledning i metoden Circle of Security-Parenting*. 48(4). 252-271. Hentet 2. mai 2024 fra <https://doi.org/10.18261/issn.0807-7487-2020-04-03>
- Nordanger, D. Ø. & Braarud, H. C. (2017). *Utviklingstraumer: regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi*. Fagbokforlaget.
- Powell, B., Cooper, G., Hoffman, K. & Marvin, B. (2015). *Trygghetssirkelen: en tilknytningsbasert intervensjon: om å fremme tilknytningen i tidlig foreldre-barn forhold*. Gyldendal Akademisk.
- Redelmeier, D. A. & Kahneman, D. (1996). *Patient's memories of painful medical treatments: Real-time and retrospective evaluations of two minimally invasive procedures*. *Pain*, 66(1), 3-8.
- Tetzchner, S. v. (2012). *Utviklingspsykologi*. 2. utg. Gyldendal: Oslo.

