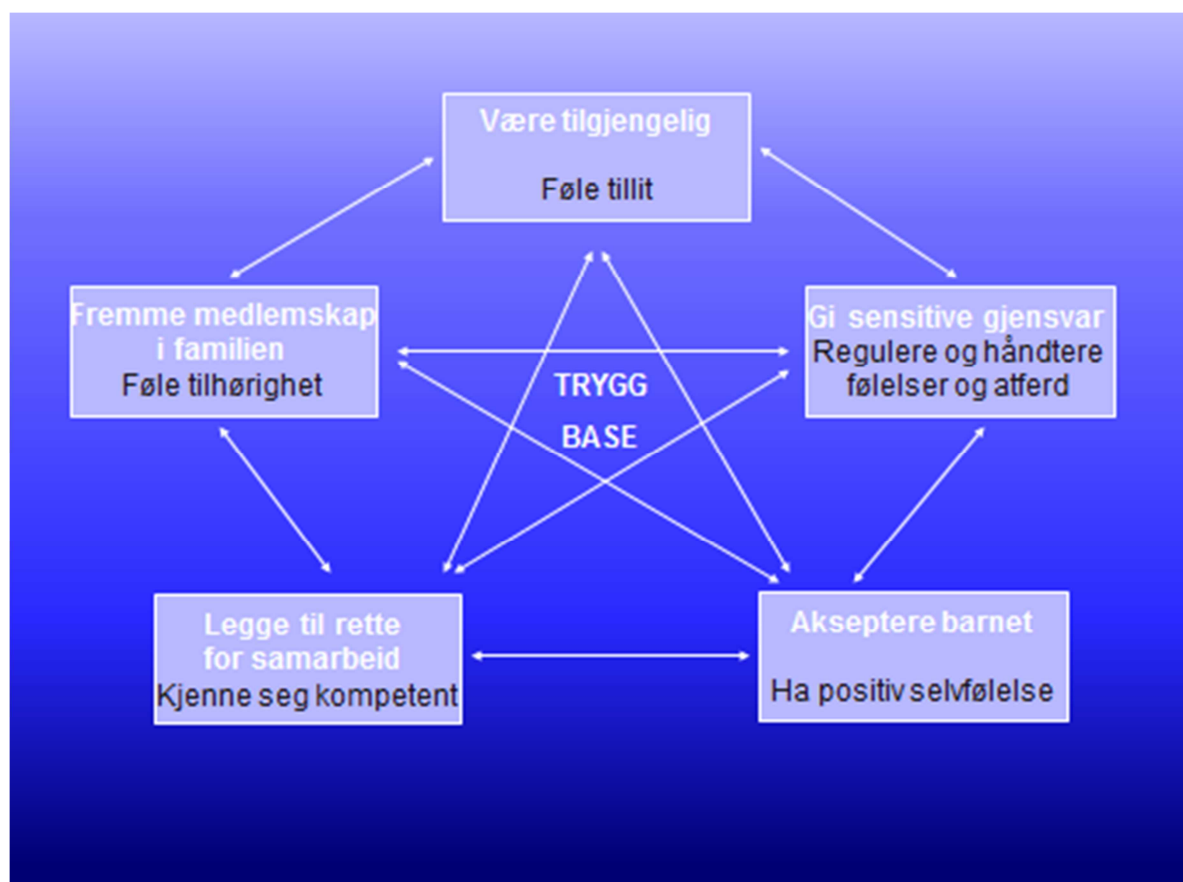


# TRYGG BASE MODELLEN

Å fremme tilknytning og resiliens  
hos fosterbarn



Gillian Schofield og Mary Beek

Trygg base modellen  
Å fremme tilknytning og resiliens hos  
fosterbarn av Gillian Schofield and Mary Beek

Oversatt til norsk av Toril Havik, Ole Jørgensen, Jori Skulstad, Louise Bratlie

The Secure Base Model  
Promoting Attachment and Resilience  
in foster care and adoption

Publisert av  
British Association for Adopting & Fostering  
(BAAF)  
Saffron House  
6-10 Kirby Street  
London EC1N 8TS

© Gillian Schofield and Mary Beek, 2014

Norsk utgave publisert av  
Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Vest – psykisk helse og barnevern  
(RKBU Vest), Uni Research Helse

Besøksadresse: Krinkelkroken 1, Bergen  
Postadresse: Postboks 7810, 5020 Bergen  
Telefon: +47 55 58 86 70  
Web: [uni.no/helse/rkbu](http://uni.no/helse/rkbu)  
Epost: [post.rkbu@uni.no](mailto:post.rkbu@uni.no)  
Elektronisk utgave finnes på [uni.no/helse/rkbu](http://uni.no/helse/rkbu)  
Papirutgave kan bestilles hos RKBU Vest på epost eller telefon

ISBN 978-82-92970-74-4

Trykk: Bodoni AS

# **TRYGG BASE MODELLEN**

**Å fremme tilknytning og  
resiliens hos fosterbarn**

**Gillian Schofield og Mary Beek**

Oversatt av

**Toril Havik, Ole Jørgensen, Jori Skulstad, Louise Bratlie**

## INNHold

Om forfatterne

Takk

<b>1</b>	<b>Introduksjon</b>	<b>1</b>
	Trygg Base – et rammeverk for god omsorg	1
	Internasjonale utviklinger	3
	Å bruke Trygg Base modellen i praksis	3
<b>2</b>	<b>Tilknytning og resiliens</b>	<b>5</b>
	Utvikling av tilknytning	5
	En trygg base	6
	Indre arbeidsmodeller	7
	Mind-mindedness	8
	Tilknytning og resiliens	9
	Virkinger av mishandling og omsorgssvikt	9
	Trygge og utrygge tilknytningsmønstre	9
	Viktigheten av en trygg base	11
<b>3</b>	<b>Trygg Base</b>	<b>14</b>
	Omsorgssirkelen	14
	Omsorgsdimensjoner	15
	Å være tilgjengelig – hjelper barnet til å føle tillit	18
	Å svare barnet sensitivt – hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd	22
	Å akseptere barnet – hjelper barnet til positiv selvfølelse	26
	Å samarbeide med barnet – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent	30
	Å fremme medlemskap i familien – hjelper barnet til å føle tilhørighet	34
<b>4</b>	<b>Å bruke Trygg Base: Vurdere potensielle fosterforeldre</b>	<b>38</b>
	Tilgjengelighet – hjelper barnet til å føle tillit	38
	Sensitivitet – hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd	40
	Aksept – hjelper barnet til positiv selvfølelse	41
	Samarbeid – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent	42
	Familiemedlemskap – hjelper barnet til å føle tilhørighet	44
<b>5</b>	<b>Å bruke Trygg Base: Vurdere fosterforeldres evne til å være en trygg base for barnet</b>	<b>45</b>
	Trygg Base Intervjuet	46
	Analyse av Trygg Base Intervjuet	50

<b>6</b>	<b>Å bruke Trygg Base: Støtte til fosterforeldre</b>	<b>59</b>
	Introdusere Omsorgssirkelen	59
	Utforske hver Trygg Base dimensjon med fosterforeldrene	60
	Å være tilgjengelig – hjelper barnet til å føle tillit	60
	Å svare barnet sensitivt - hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd	62
	Å akseptere barnet – hjelper barnet til å utvikle positiv selvfølelse	64
	Å legge til rette for samarbeid – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent	65
	Å fremme medlemskap i familien – hjelper barnet til å føle tilhørighet	67
<b>7</b>	<b>Å bruke Trygg Base: Vurdere og følge opp fosterbarns utvikling</b>	<b>69</b>
	Rammeverk for vurdering	69
	Trygg Base Sjekkliste	70
	<b>Spørsmål som ofte blir stilt</b>	<b>79</b>
	<b>Referanser</b>	<b>82</b>
	<b>Trygg Base – sammenfattet diagram</b>	<b>84</b>
	<b>Trygg base – utviklingsprotokoll</b>	<b>85</b>
	<b>Omsorgsstjernen</b>	<b>86</b>
	<b>Omsorgssirkler og dimensjoner</b>	<b>87</b>

## Om forfatterne

**Gillian Scofield** er professor i sosialt arbeid med barn og familier, og leder av School of Social Work ved University of East Anglia (UEA). Hun er en erfaren sosialarbeider og har en særlig interesse for tilknytningsteori og fosterhjem. Hun har gjennomført flere forskningsprosjekt og publisert en rekke bøker og artikler som omhandler fosterbarns behov for særlig utviklingsstøtte, og hvordan fosterforeldre i den daglige omsorgen kan gi barnet slik støtte.

**Mary Beek** har en lang og variert karriere innenfor arbeid med fosterhjem og adopsjon i Norfolk County Council, og innenfor forskning og publisering ved Center for Research on Children and Families. Hun har nylig deltatt i en longitudinell oppfølgingsstudie over adopterte barns utvikling, ledet av Elsbeth Neil ved University of East Anglia. Beek er nå Training and Quality Assurance Manager for Care for Children.

Gillian Schofield og Mary Beek har fra 1997 hatt et nært samarbeid om en rekke prosjekter ved Centre for Research on Children and Families. De har sammen stått for forskning og utviklingsarbeid som har dannet grunnlaget for Trygg Base modellen (The Secure Base model). Modellen retter seg mot å forstå og støtte fosterforeldre og adoptivforeldre i deres omsorgsoppgaver.

### Tidligere bøker fra forfatterne

Schofield, G. & Beek, M. (2014): *Promoting Attachment and Resilience: A guide for foster carers and adopters on using the Secure Base Model*. London: BAAF.

Schofield, G., Biggart, L, Ward, E., Scaife, V., Dodsworth, J., Haynes, A. & Larsson, P. (2014): *Looked after Children and Offending: Reducing risk and promoting resilience*. Norwich: University of East Anglia, Center for Research on the Child and Family.

Schofield, G. & Simmonds, J. (eds.) (2009): *The Child Placement Handbook: Theory, research and practice*. London: BAAF.

Schofield, G. & Beek, M. (2008): *Achieving Permanence in Foster Care*. London: BAAF.

Schofield, G., Ward, E., Warman, A., Simmonds, J. & Butler, J. (2008): *Permanence in Foster Care: A study of care planning and practice in England and Wales*. London: BAAF.

Schofield, G. & Beek, M. (2006): *Attachment for Foster Care and Adoption*. London: BAAF.

Schofield, G. & Beek, M. (2006): *Attachment Handbook for Foster Care and Adoption: A training programme*. London: BAAF.

Beek, M. & Schofield, G. (2004): *Providing a Secure Base in Long-term Foster Care*. London: BAAF.

Schofield, G. (2003): *Part of the family: Pathways through foster care*. London: BAAF.

Schofield, G., Beek, M, Sargent, K. with Thoburn, J. (2000): *Growing up in Foster Care*. London: BAAF.

Howe, D., Brandon, M., Hinings, D. & Schofield, G. (1999): *Attachment Theory, Child Maltreatment and Family Support: A practice and assessment model*. Basingstoke: Macmillan.

## Takk

Vi ønsker å takke Nuffield Foundation for deres finansielle støtte til en serie forskningsprosjekter fra 1997-2010. Støtten har hjulpet oss å utvikle Trygg Base modellen. Vi ønsker også å takke Esmée Fairbairn Foundation og Gulbenkian Foundation for støtte til utviklingsarbeidet som ledet til publisering av boken *Attachment Handbook for Foster Care and Adoption (2006)*. Mye av vårt senere arbeid har bygget på denne boken.

Vi er meget takknemlige for den interessen og entusiasmen fagpersoner fra en rekke ulike arbeidsssteder har vist for utviklingen av Trygg Base modellen. Særlig setter vi pris på bidragene til Toril Havik ved Uni Research, Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, region Vest og de norske praktikerne Louise Bratlie, Joachim Brodtkorb, Ole Jørgensen, Jori Skulstad og Egil Skundberg. De har gjennom sitt engasjement og sin ekspertise bidratt til å implementere og utvikle Trygg Base modellen i Norge.

Til slutt ønsker vi å takke alle fosterforeldrene og adoptivforeldrene som har vist oss hvordan en trygg base hjelper barn med særlige behov til å nå sitt potensiale.





# 1

## Introduksjon

Alle barn i alle aldre trenger å føle seg trygge i sine relasjoner til de voksne som har ansvaret for dem. En trygg base er grunnlaget for all god utvikling og for alle gode familieforhold. Barnet får en trygg base gjennom kjærlige relasjoner til omsorgspersoner som gir sensitiv omsorg og beskyttelse, og som oppmuntrer barnet til å utforske og oppleve glede over sin verden. En trygg base relasjon fremmer ikke bare en opplevelse av trygghet, den fremmer også selvfølelse, kompetanse og resiliens.

### Trygg Base – et rammeverk for god omsorg

Gillian Schofield og Mary Beek ved Centre for Research on Children and Families, University of East Anglia, startet opp sitt arbeid med å utvikle et rammeverk for god omsorgsutøvelse i fosterhjem og adoptivhjem i 2000. De ga rammeverket navnet **Trygg Base** modellen, på engelsk **The Secure Base** model. Modellen er basert på sentrale teorier og forskning om barns utvikling og familierelasjoner, og på forskning rettet mot fosterbarn og fosterhjem-plasseringer. Alle barn trenger sensitiv omsorg, og barn som blir plassert i fosterhjem og adoptivhjem<sup>1</sup> gjør det i særlig grad. Fosterbarn har ofte erfart omsorgssvikt og mishandling, og også atskillelse og tap. De vil derfor ha behov for en omsorg som er særlig reflektert og som kan ha terapeutisk virkning.

Trygg Base modellen har sitt fundament i teori og forskning om tilknytning, og teori og forskning om resiliens. Modellens målsetting er å hjelpe fosterforeldre til å gi særlig sensitiv omsorg som utvikler trygge og nære relasjoner. Det er de utallige minutt for minutt situasjonene i det daglige familielivet som gir barna nye omsorgserfaringer og skaper positiv utvikling. Å leve i trygge og nære relasjoner hjelper barnet til å reparere skadelige erfaringer fra tidligere nære relasjoner. Et trygt familieliv gjør det mulig for dem å utforske og lære, og til utvikle mestring og mot til å møte utfordringer. Slik kan de ta sine muligheter og potensialer i bruk. Resiliens er assosiert med en opplevelse av trygghet, positiv selvfølelse, tillit til egen kompetanse, kapasitet til å reflektere over følelser, og håp for framtiden. Alt dette er forhold som også karakteriserer trygg tilknytning. Både resiliens og trygghet blir styrket av et sensitivt og responderende omsorgsmiljø. Det er denne positive, styrke-baserte tilnærmingen til familierelasjoner som er kjernen i Trygg Base modellen.

Trygg Base kan brukes innen ulike områder av profesjonell praksis med barn og familier. Den er særlig verdifull for å gi barn og unge som kommer i fosterhjem erfaringer med tilgjengelig og sensitiv omsorg. God omsorg utgjør grunnlaget for

---

<sup>1</sup> I Norge er det svært få fosterbarn som blir adoptert. Teksten i denne veilederen retter seg derfor bare mot fosterbarn og fosterforeldre.

trygg tilknytning, bygger resiliens, og fremmer barns trivsel og utvikling i sine familier og jevnaldringsgrupper og deres læringspotensiale i barnehage og skole.

Modellen bygger på fem sentrale omsorgsdimensjoner. De fem dimensjonene interagerer med hverandre i å skape en trygg base for barnet. De fire første dimensjonene – *tilgjengelighet, sensitivitet, aksept og samarbeid* – kommer fra arbeidene til en av de tidligste tilknytningsforskerne, Mary Ainsworth (1971, 1978). I sin studie av små barn fant Ainsworth at alle disse fire omsorgsdimensjonene var assosiert med trygg tilknytning hos barnet. Den femte omsorgsdimensjonen, *familiemedlemskap*, er tatt inn i modellen fordi familiemedlemskap er viktig for alle barn, men særlig viktig for barn som har blitt atskilt fra sine opprinnelige familier. Dimensjonen familiemedlemskap fokuserer på barns behov for å føle tilhørighet i sine nye familier, samtidig som de kan ha en avklart forbindelse til sine opprinnelige familier.

Forskning ved University of East Anglia (for eksempel Beek & Schofield, 2004; Schofield & Beek, 2009) viste at Ainsworth's omsorgsdimensjoner var viktige, ikke bare for de minste barna, men også for eldre barn og unge. Forskningen viste at selv om omsorgsdimensjonene hadde ulike utforminger overfor barn i ulike aldre, var deres funksjon den samme. Både i tidlig barndom og i ungdomsalder var omsorgsgiverens tilgjengelighet en nødvendig betingelse for å kunne bygge opp tillit.

I tillegg til å utvide aldersspennet, antydte forskningen at hver spesifikke omsorgsdimensjon ga spesifikke utviklingsmessige fordeler. Vurderingen av barnets utvikling og framgang bør derfor skje i forhold til hver spesifikke dimensjon, og gi grunnlag for å vurdere hvilke innsatser barnets fosterforeldre vil ha særlig behov for.

I 2006 utga BAAF «*The Attachment Handbook for Foster Care and Adoption*», skrevet av Schofield og Beek. I boken ble de fem omsorgsdimensjonene detaljert formidlet. Boken ga også barnevernarbeidere og fosterforeldre en oversikt over tilknytningsmønstre fra barndom til ungdomsalder. Den la vekt på hva barn med utrygg tilknytning brakte med seg inn i fosterhjemmet sitt og på hva de derfor trolig ville trenge fra fosterforeldrene sine. Boken satt søkelyset på utfordringer og belønninger fosterforeldrene trolig ville erfare i arbeidet med å hjelpe barnet til å føle seg tryggere. Boken formidlet også ideer til hvordan prinsippene i tilknytningsteori og Trygg Base modellen kan brukes for å støtte prosessene med å kartlegge og plassere barn i fosterhjem, og med å rekruttere og forberede nye fosterforeldre. Boken ga videre innspill til hvordan fosterforeldre kan hjelpe barn med atferdsvansker, og hvordan de kunne legge til rette for gode samvær.

I 2007 beskrev det politiske dokumentet – «*Care Matters*» – ([www.teachernet.gov.uk/publications](http://www.teachernet.gov.uk/publications)) hvordan Trygg Base kan brukes for å fremme tillit og kompetanse hos barn, og anbefalte Trygg Base modellen for opplæring og støtte til fosterforeldre. I 2008 ble modellen brukt som grunnlag for en håndbok for god praksis: «*Achieving Permanence in Foster Care*» (Schofield & Beek, 2008) Det ble også opprettet en nettside for nedlasting av materiale som kunne støtte bruken av Trygg Base ([www.uea.ac.uk/providingasecurebase](http://www.uea.ac.uk/providingasecurebase)).

I 2009 ble Trygg Base inkorporert i «*The Skills to Foster*». Dette er et treningsprogram for nye fosterforeldre, utviklet av The Fostering Network ([www.theskillstofoster](http://www.theskillstofoster)).

Denne veilederen (2014) er utviklet for å gi forståelse for grunnelementene i Trygg Base modellen, og for å støtte barnevernarbeidere i å ta modellen i bruk. Det foreligger en egen veileder rettet mot fosterforeldre.

## Internasjonale utviklinger

Trygg Base modellen ble tatt i bruk i Norge i 2006. Modellen inngår i PRIDE grunnopplæring. Den brukes som forståelsesramme i Fosterhjemtjenestenes gruppeveiledning til nye fosterforeldre, i arbeidet innenfor enkelte beredskapshjemsavdelinger og i direkte støtte til fosterforeldre.

Boken «*Attachment Handbook for Foster Care and Adoption*» er oversatt til fransk (2011) og til italiensk (2013).

## Å bruke Trygg Base modellen i praksis

Som denne veilederen vil vise, er det mange områder innen fosterhjemsarbeidet som kan profittere på Trygg Base modellens systematiske måte å reflektere omkring, beskrive og kartlegge sentrale kvaliteter i omsorgsutøvelse, og sentrale dimensjoner i barns utvikling.

Eksempler i denne veilederen er:

- vurdering av potensielle fosterforeldre
- vurdering av fosterforeldres kapasitet til å være en trygg base for fosterbarnet sitt
- støtte til fosterforeldre
- vurdering av barns utvikling

Trygg Base modellens systematiske arbeidssett kan brukes også i forhold til andre arbeidsoppgaver innen fosterhjemsarbeidet. Eksempelvis kan Trygg Base dimensjonene bidra til en god match mellom barn som skal plasseres i fosterhjem og potensielle fosterforeldre. De kan videre gi et godt grunnlag for å vurdere innen hvilke områder en fosterhjemsplassing vil ha behov for særlig støtte.

Fokuset her er på omsorgsutøvelse i det daglige hverdagslivet og på å samarbeide med fosterforeldrene for å maksimere deres kapasitet til å gi utviklingsstøttende omsorg til barn som har levd med omsorgssvikt og mishandling

Trygg Base modellen sitt teoretiske fundament er tilknytningsteori. Å bruke modellen krever ikke dyptgående kunnskap om tilknytningsteori og forskningsfunn knyttet til teorien, men en forståelse av de grunnleggende prinsippene. Dette kapitlet gir korte oppsummeringer av de tilknytningsbegrepene som er særlig relevante for Trygg Base modellen, og også om den nære forbindelsen mellom tilknytning og resiliens.

- Utvikling av tilknytning
- Trygg Base
- Indre arbeidsmodeller
- Mind-mindedness
- Tilknytning og resiliens
- Virkninger av mishandling og omsorgssvikt
- Trygge og utrygge tilknytningsmønstre
- Viktigheten av en trygg base

# 2

## Tilknytning og resiliens

### Utvikling av tilknytning

Startpunktet for John Bowlby sin teori om tilknytning er evolusjonært. Han fant at spedbarn har en biologisk drift til å søke *nærhet* til en voksen, vanligvis sin primære omsorgsperson eller omsorgspersoner (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Målet er å føle sikkerhet, trygghet og beskyttelse. Driften mot å oppleve nærhet gir seg uttrykk i nærhetssøkende *tilknytningsatferd*.

Tilknytningsatferden kan fange omsorgspersonens oppmerksomhet på positive måter. Smil, gode lyder og å strekke seg mot, vil bringe omsorgspersonen nærmere for aktiv samhandling og stimulering. Men tilknytningsatferd omfatter også protestatferd. Gråt og sutring vil bringe omsorgspersonene nærmere for å roe barnet og avslutte protestatferden. Etter hvert som barnet blir eldre vil tilknytningsatferden utvikle seg til mer direkte handlinger, som å nærme seg, følge etter, klenge seg til og andre atferdsstrategier som kan føre til nærhet med tilknytningspersonen.

Uansett utforming har tilknytningsatferden som mål å lede omsorgspersonene til å svare på spedbarnets eller småbarnets behov. I de første levemånedene blir signalene fra spedbarnet gjentatt og besvart utallige ganger hver dag. Når spedbarnet er sultent, ensomt eller ukomfortabelt, vil den sensitive og responderende omsorgspersonen raskt fange opp spedbarnets behov og ivareta dem. De gjentatte erfaringene med at behov blir fanget opp og ivaretatt gir spedbarnet en trygg base. Den trygge basen roer spedbarnet og reduserer dets uro, og gir på den måten spedbarnet mulighet til lek og utforskning. Når spedbarnet er avslappet, smilende og lekende, vil omsorgspersonen dele og forsterke spedbarnets gode følelse. Gjennom denne prosessen med tilknytningsatferd som blir fanget opp og besvart på sensitive måter blir spedbarnets overlevelse sikret, og dets følelsesmessige, sosiale og fysiske utvikling blir støttet og maksimert. Nyere forskning har vist at det å motta sensitiv omsorg er en forutsetning for sunn utvikling av hjernen de to første leveårene (Howe, 2011).

Etter hvert som tilknytningsatferden blir mer organiserte og behovet for mat og lek blir mer målrettet, vil den voksne som møter behovene bli meget viktig for barnet. Under optimale betingelser vil tilknytningsatferd gi både barnet og omsorgspersonen sterke opplevelser av glede og fellesskap. Under mindre optimale betingelser vil den felles gleden over hverandre være mindre. Ulike omsorgspersoner svarer, naturlig nok, på barnets initiativ, behov og krav på ulike måter. Kvaliteter ved omsorgen barnet får har betydning for utvikling av trygge versus utrygge tilknytningsmønstre.

*Selektive tilknytninger* begynner å utvikle seg helt tidlig i barnets liv. Men selv om de første par årene utgjør en særlig sensitiv periode, fortsetter utviklingen av

selektive tilknytninger opp gjennom hele barndommen. Gjennom tidlig småbarnsalder vil barn som har erfart vedvarende sensitiv omsorg danne tilknytninger til flere nære voksne. Det er videre vist at barn som har erfart sviktende omsorg og som derfor flyttes til et fosterhjem, kan utvikle trygge tilknytninger til sine fosterforeldre. Forutsetningen er at fosterforeldrene gir barnet sensitiv og utviklingsfremmende omsorg.

Barn viser tidlig kapasitet til å kunne forstå egne tanker og følelser og også til å kunne sette seg inn i andres. Fra tre til fire års alderen blir dette svært tydelig. Trygge barn har da et godt grunnlag for å kunne inngå i relasjoner ikke bare til voksne, men også til jevnaldrende.

Gjennom førskolealder og opp gjennom småskolealder utvikler trygge barn sin kapasitet til å bære med seg sine selektive, trygge relasjoner når de er atskilt fra sine nære omsorgspersoner. Dette gir dem ikke bare frihet til å utforske og lære, men også frihet til å søke trøst fra andre voksne de stoler på, for eksempel i barnehagen eller på skolen. Slik vil barn som erfarer sensitiv omsorg bli styrket i sin kompetanse til å regulere og håndtere egne følelser, til å forstå og ta hensyn til andres tanker og følelser, og til å samarbeide med andre.

I løpet av ungdomsalderen blir trygge unge mennesker i økende grad trygge på seg selv og på hva de kan mestre. Tenkningen deres blir mer kompleks og mer reflektert, og de vil i økende grad rette blikket mot framtiden. De kan eksperimentere med å forkaste foreldrenes normer og verdier, og med å flytte bort fra den trygge basen. Men familieband, foreldrenes glede over deres mestringer, og vissheten om at den trygge basen alltid vil være der for dem når livet butter i mot, er stadig svært viktig.

Etablering og utvikling av tilkynningsrelasjoner fortsetter livet gjennom. Voksne barns relasjoner til sine foreldre får nye utforminger. I kjærlighetsforhold søker vi å møte og ivareta vår partner, slik vår partner søker å møte og ivareta oss. Vi blir både givere og mottakere. Når vi selv blir foreldre, søker vi å yte omsorg som gjør at barnet vil erfare oss som en trygg base. Samtidig tar vi imot støtte fra våre egne trygge baser, som kan være partner, familie og/eller venner.

## En trygg base

Barnet utvikler en trygg base gjennom samhandling med en eller flere sensitive og responderende tilknytningspersoner som møter barnets behov, og som barnet kan vende seg til som en trygg havn når det er utrygt eller engstelig (Bowlby, 1988). Når barn utvikler tillit til at denne relasjonen er vedvarende tilgjengelig, blir engstelsen deres minsket. De kan derfor utforske og glede seg over sin verden, trygge på at de kan vende tilbake til sin trygge base når de trenger hjelp.

Forståelse av trygg base begrepet er grunnleggende for vår forståelse av hvordan relasjoner formes og barn utvikler seg. Begrepet knytter sammen behovet for nærhet og behovet for utforskning, og gir grunnlaget for trygg tilknytning. Et trygt tilknyttet barn søker ikke bare nærhet til sin tilknytningsperson. Tryggheten hos tilknytningspersonen gir også barnet anledning til å utforske. Derved utvikler det tiltro til seg selv, kompetanse og resiliens.

## Indre arbeidsmodeller

For å forstå hva barn lærer i sine tidlige relasjoner, og hvorfor det de lærer virker inn på deres senere relasjoner, utviklet Bowlby forståelsen av «indre arbeidsmodeller av selv og andre». En indre arbeidsmodell er et sett av forventninger og grunnleggende antagelser om seg selv, om andre, og om relasjoner. Et barns – eller en voksens – arbeidsmodell vil inneholde særlig forventninger og antagelser om

- Er jeg verdt å bli elsket?
- Er jeg kompetent, dvs. i stand til å få til ting?
- Er andre mennesker der for meg, og er de i stand til å hjelpe, beskytte og støtte meg?

Indre arbeidsmodeller begynner å bli utformet allerede i spedbarnsalder. Hvis, for eksempel, spedbarnet erfarer at dets følelse av sult og dets påfølgende gråt fører til raske svar fra en kjærlig omsorgsperson, vil spebarnet etter hvert vite at omsorgspersonen er der for ham/henne. Spebarnet vil lære at det kan bringe omsorgspersonen til seg og at omsorgspersonen får det til å føle seg bedre. Gjentatte erfaringer med rask ivaretagelse vil gi opplevelser av å kunne fremkalle omsorg og av å være ivaretatt og verdt å bli elsket. Over tid utvikles det en mer generalisert forventning om at voksne vil være til stede for å hjelpe og beskytte. I den andre enden av skalaen vil en overvekt av manglende svar, eller av kalde eller inkonsistente svar, bygge opp en indre arbeidsmodell av å ikke være verdt å bli elsket, av seg selv som maktesløs og av andre som upålitelige og ikke til å stole på.

Bowlby observerte at barns indre arbeidsmodell ble formet i løpet av de aller første leveårene, og at den ble gradvis mindre fleksibel etter hvert som barnet ble eldre. Han fant imidlertid óg at barn har kapasitet til å modifisere modellen, ut fra senere erfaringer med sensitiv omsorg. Men jo lengre barnet har levd med sviktende omsorg, jo mer krevende er det for barnet å modifisere sine grunnleggende antagelser om seg selv og andre. Det er derfor viktig at fosterforeldre kan make å romme et barn som har det vanskelig og som derfor ofte også er vanskelig, i den lange tiden det kan ta før barnet blir trygt. Barnet vil trenge svært mange erfaringer med å bli sett og besvart av omsorgsfulle voksne, før det det kan fatte håp om at fosterfamilien er der for ham/henne. Hvis fosterforeldrene kan gi barnet vedvarende støtte og god omsorg, er positiv endring av barnets indre arbeidsmodeller mulig gjennom hele ungdomstiden.

Barns atferd blir organisert rundt de forventningene de har til seg selv og andre. Deres forventninger vil virke inn på hvordan de møter andre og på hvordan andre forholder seg til dem. Slik blir det etablert positive og negative sirkler av forsterking. For eksempel vil barnet som føler seg vel og trygg på seg selv, og som forventer at andre vil være varme og vennlige, møte jevnaldrende på måter som signaliserer at «Dere kan stole på meg. Jeg kommer til å bli en god venn». Slike signaler øker sannsynligheten for positive svar. Omvendt vil et barn som har lav selvfølelse og forventer å bli avvist trolig signalisere «Jeg trenger ikke bli



venn med dere, og jeg ønsker det heller ikke, så ikke kom nær meg». Slike signaler utløser trolig avvisning, slik barnet fryktet. Barnet får da bekreftet sin indre arbeidsmodell av å være lite verdt og av andre som uinteresserte. Positive indre arbeidsmodeller kan håndtere en viss grad av avvisning. Negative arbeidsmodeller tenderer til å se fiendtlighet selv i nøytral atferd. Det å hjelpe barn til å kunne modifisere sine negative forventninger til seg selv og andre, krever omsorgspersoner som kan fortsette å være tilgjengelige og respondere sensitivt selv om barnet gir uttrykk for å være avvisende og fiendtlig.

## Mind-mindedness

Bowlby framholdt at en forutsetning for å kunne gi sensitiv omsorg, var at omsorgsgiveren kunne reflektere rundt tankene og følelsene til barnet, og etter hvert hjelpe barnet til å reflektere rundt sine egne tanker og følelser, og tankene og følelsene til omsorgsgiveren og andre voksne og barn. Slik kan barnet bygge opp evne til å se hvordan egne følelser og handlinger virker inn på andres følelser og handlinger, dvs. en evne til å mentalisere. Denne evnen er sterkt forbundet med utvikling av resiliens. Det er bare når et barn er i stand til å mentalisere at det kan forstå seg selv, sine erfaringer og sine relasjoner. Når et barn forstår seg selv og andre er de tryggere i møtet med nye erfaringer og relasjoner.

Moderne tilknytningsforskere har bygget videre på Bowlby sin grunntanke. Elizabeth Meins og hennes medarbeidere har vist hvor viktig omsorgsgiverens evne til å være «mind-minded» er for barnets utvikling av trygg tilknytning og for dets sosiale utvikling. Med «mind-mindedness» mener de evnen til å være interessert i hva barnet tenker og føler, i å se situasjoner fra *barnets perspektiv* og å *kommunisere dette perspektivet til barnet* (Meins et al., 2003).

En slik inn-toning mot barnet begynner helt tidlig, ved at den sensitive omsorgspersonen ser at selv det lille spedbarnet har tanker og følelser som trenger å bli forstått. Omsorgspersonen tenker omkring barnets tanker og følelser og reflekterer dem så tilbake til barnet («Er du sulten?», «Følte du deg ensom?»). Når omsorgsgiveren gjør dette, begynner spebarnet etter hvert å forstå sine indre erfaringer og følelser og til etter hvert å formidle dem på måter andre forstår.

Etter hvert som spebarnet vokser til, vil den «mind-mindede» omsorgsgiveren finne det naturlig å snakke med barnet om sine egne følelser og atferd («Mamma er også trøtt nå, skal vi ta en pause i spillet og få oss litt å drikke?») og også om andres følelser og atferd («Hun ble lei seg når du ikke ville dele lekene med henne. Det er derfor hun gikk inn på det andre rommet»). Gjennom gjentatte samhandlinger med verbaliseringer av tanker og følelser lærer barnet å sette navn på følelser og å skille mellom forskjellige følelser hos seg selv og hos andre. Det lærer også å uttrykke følelsene sine på måter som er rimelig presise og sosialt akseptable, og å vise empati for andre.

David Howe (2011, s. 29) sier det slik: «Foreldre som fokuserer på barnas subjektive erfaringer hjelper dem til å forstå både sine egne og andres psykologiske tilstander, og hvordan de er forbundet med handlinger og atferd».



Slik bygges barnets kapasitet til å mentalisere og forstå forbindelsene mellom følelser, tanker og atferd.

## Tilknytning og resiliens

Mange av de kvalitetene vi forbinder med sensitiv omsorg og trygg tilknytning, og som er sentrale i Trygg Base modellen, har sterke forbindelser til teorien om resiliens.

Med at et barn utvikler resiliens, forstår vi at det utvikler kapasitet til ikke bare å reparere vonde erfaringer men også til å møte fremtidige utfordringer med håp, tillit og kompetanse. Vanlige utfordringer kan være å begynne på ny skole, eller det kan være å ikke få spille i fotballkampen. For fosterbarn kan utfordringene være mer komplekse, både emosjonelt og kognitivt. Eksempler kan være det å håndtere samværene med foreldre, søsken og besteforeldre, eller det kan være å komme overens med en vanskelig livshistorie.

Forhold som er forbundet med resiliens, som tillit til andre, positiv selvfølelse, opplevelse av å kunne få ting til (self-efficacy) og kapasitet til å reflektere rundt egne og andres følelser, er forbundet også med trygg tilknytning. Det er viktig å vite at resiliens, på samme måte som følelse av trygghet, kan bli fremmet av kvalitetene ved omsorgen barnet får.

## Virkinger av mishandling og omsorgssvikt

Fordi de fleste barn som kommer i fosterhjem har erfart skadelig omsorg over lengre tid, er det viktig for fosterforeldre å forstå hvordan mishandling og omsorgssvikt virker inn på barns tenkning, atferd og utvikling.

Når spedbarn, småbarn og eldre barn ikke har erfart en sensitiv omsorg som fremmer trygghet og resiliens – men heller en omsorg som skaper frykt og utrygghet – vil de finne det vanskelig å stole på andre. De vil også finne det vanskelig å håndtere egne følelser og atferd. De vil derfor ofte reagere med mistro og avvisning på tilbud om omsorg fra fosterforeldrene. Sirkler av negative samspill kan da gjenskapes i fosterfamilien, og barna kan oppleve at de igjen blir avvist (Crittenden, 1995). Fosterforeldrene står overfor utfordringen det er å møte overlevelsesstrategiene som barnet har utviklet med forståelse, sensitivitet og tålmodighet.

## Trygge og utrygge tilknytningsmønstre

Tilknytningsmønstre er tanke- og atferdsstrategier som barn utvikler for å føle seg trygge, og for å maksimere sine muligheter til å få beskyttelse og omsorg fra sine signifikante voksne.

Ulike tilknytningsmønstre utvikles som svar på ulike former for omsorgsutøvelse. Ainsworth (1971) gjennomførte gjentatte hjemme-observasjoner av samhandling mellom mødre og spedbarn. Senere observerte hun og hennes medarbeidere mor – barn samhandlingen i en laboratoriesituasjon, kalt Fremmedsituasjonen (Strange Situation). Barna som da var i alderen 12 til 18 måneder ble eksponert for en serie av korte atskillelser og gjenforeninger med sin mor, og barnas

reaksjoner blir observert, notert og analysert. På dette grunnlaget identifiserte Ainsworth tre mønstre av barns tilknytning; et trygt og to utrygge (unngående og ambivalent). Noen av barna viste imidlertid atferd som ikke lot seg kategorisere i noen av de tre tilknytningsmønstrene. Senere forskning av Main og Solomon (1986) har identifisert et tredje mønster for utrygg tilknytning, benevnt som desorganisert tilknytning.

I det følgende vil hvert av de fire tilknytningsmønstrene, og hvordan de utvikles, bli beskrevet. Det er viktig å presisere at mønstrene ikke utgjør en definering av hele barnet, men beskriver strategier barnet bruker i sin streben etter å håndtere stress, ubehag, angst og frykt.

### **Trygge tilknytningsmønstre**

Trygg tilknytning utvikles når barnet blir ivaretatt av en omsorgsperson som er tilgjengelig, sensitiv og responderende, og også aksepterende og samarbeidende. Å motta omsorg preget av disse kvalitetene fremmer barnets tillit og kompetanse. Når slik omsorg er forutsigbar og mind-minded, blir barnet over tid i stand til å reflektere rundt og å håndtere tanker, følelser og atferd. Det blir rustet til å ha glede av aktiviteter og relasjoner også utenfor familien, og av å utforske og lære. I senere ungdomsalder og i voksen alder blir dette mønsteret benevnt som *autonomt* eller som *fri til å evaluere*, ut fra viktigheten av å være i stand til å tenke og å regulere følelser før handling.

### **Unngående tilknytningsmønstre**

Når omsorgspersonen finner det vanskelig å akseptere eller å svare sensitivt på barnets behov, vil barnet oppleve at dets behov blir avvist og at dets følelser blir minimert eller devaluert. Barnet kan oppleve at omsorgspersonen søker å styre det på en invaderende og ufølsom måte. Selv om den avvissende omsorgspersonen gir praktisk omsorg og beskyttelse, lærer barnet seg å undertrykke sine følelser. Ved å undertrykke sine følelser unngår barnet å belaste omsorgspersonen, som da ikke har grunnlag for å avvise eller invadere det. For barnet oppleves det tryggere og mer komfortabelt å være selvtilstrekkelig og lite krevende. Å være selvtilstrekkelig og lite krevende gjør det også mer sannsynlig at omsorgspersonen vil holde seg i nærheten av barnet. Ved å unngå å vise følelser, og da særlig negative følelser, kan barnet opprettholde en type nærhet og relasjon. I senere ungdomsalder og i voksen alder blir dette mønsteret med minimalisering og defensiv devaluering av følelser og betydningen av relasjoner benevnt som *avvisende*. Som i barndomsalder er behovet for nærhet og relasjon stadig til stede, men behovet er underopplevd og underuttrykt.

### **Ambivalente tilknytningsmønstre**

Når omsorgspersonen svarer på barnets behov på en sporadisk og uforutsigbar måte som er insensitiv for barnets signaler, vil det være vanskelig for barnet å kunne oppnå forutsigbar nærhet. Omsorg og beskyttelse er noen ganger tilgjengelig, men den er *usikker* og ineffektiv. For å tiltrekke seg – og beholde –

omsorgspersonens oppmerksomhet, kan barnet gi nesten uopphørlig uttrykk for behovene sine. Etter hvert kan det føle seg ganske helpeløst. Over tid tenderer barnet til å bli trengende og sint, og framstå som et klengete, utrygt og opposisjonelt barn. I senere ungdomsalder og i voksen alder blir dette mønsteret betegnet som *preokkupert* og *sammenblandet*, men opptattheten av relasjoner og behovet for å bli elsket kan observeres også hos helt små barn som ikke har kunnet utvikle tillit.

### **Desorganiserte tilknytningsmønstre**

Når omsorgspersonen er avvisende, uforutsigbar og skremmende eller skremt, blir barnet fanget i dilemmaet «frykt uten løsning» (Main & Hesse, 1990). Omsorgspersonen abdiserer fra sin omsorgsrolle, opplever seg å være uten kontroll og blir *fiendtlig/hjelpeløs* i sin omsorgsutøvelse. Det lille barnets behov for å nærme seg omsorgspersonen for å få nærhet og beskyttelse, resulterer i frykt og i økt heller enn i minsket angst. Umuligheten av å finne en strategi for å oppnå komfortabel nærhet leder til forvirret og desorganisert atferd. I førskolealder vil barnet begynne å utvikle en kontrollerende atferd som kan hjelpe det til å oppleve en viss grad av forutsigbarhet og trygghet. Denne kontrollerende atferden innebærer ofte et rollebytte hvor barnet handler overfor andre slik en forelder kan handle overfor et barn. Barnet kan bli aggressivt straffende, tvangspreget omsorgsgivende eller tvangspreget selv-tilstrekkelig ved å avvise omsorg. Men følelsene av angst og frykt forblir uløste, og i stressende situasjoner kan de vise seg i kaotiske og destruktive former. I senere ungdomsalder og i voksen alder blir dette mønsteret betegnet som *uløst* eller *ubearbeidet*. Erfaringene med tap, traume og frykt fortsetter å plage den voksnes tanker og følelser.

Det at barn som har blitt mishandlet ofte utvikler et desorganisert tilknytningsmønster, betyr imidlertid ikke at alle barn som er desorganiserte har blitt mishandlet. En omsorgsgiver som har med seg ubearbeidede tap og traumer fra fortiden kan bli en kilde til angst heller enn til trygghet for barnet, uten at omsorgspersonen nødvendigvis er neglisjerende eller mishandlende.

## Viktigheten av en trygg base

### **Hva skjer når barn ikke har en trygg base?**

Tidlige erfaringer med separasjon eller med omsorgssvikt og mishandling kan føre til at barn forblir engstelige og utrygge i nære relasjoner. Barn tilpasser seg mangelen på en trygg base ved å utvikle ulike beskyttende atferdsmønstre. Noen kan utvikle et atferdsmønster hvor de ser med mistillit på nære relasjoner (unngående), mens andre utvikler et mønster hvor de er særlig trengende og krevende (ambivalent). Barn som har erfart svært upredikerbar, skremmende eller skremt omsorg kan forsøke å gjøre omgivelsene sine mer forutsigbare gjennom rolle-reversering og kontrollerende atferd (desorganisert). Disse atferdene er kjennetegn ved utrygge tilknytningsmønstre og indikerer fravær av en trygg base.

## **Hva skjer når barn blir flyttet ut av en skadelig familiesituasjon?**

For mange barn vil alvorlig omsorgssvikt og mishandling ha meget store konsekvenser. De vil ha utviklet en indre arbeidsmodell av seg selv og andre som innebærer negative forventninger både til voksne og til seg selv. Disse negative forventningene vil de bringe med seg inn i sin nye familie, sammen med det beskyttende atferdsmønsteret som har fungert som overlevelsesstrategi. Det vil derfor være vanskelig for barnet å la de nye voksne komme det så nær at de kan etablere trygge relasjoner og bli en trygg base for barnet. Det er fare for at barnets følelser og atferd blir fiksert i destruktive sirkler og at skadene fra fortiden ikke vil bli helet.

## **Hva kan hjelpe barnet?**

Tilknytningsteori gir holdepunkt for at det å bli møtt med sensitiv, konsistent og pålitelig omsorg kan modifisere barns tidligere forventninger til seg selv og andre. Det er god forskningsmessig støtte for at det er slik (Wilson et al., 2003; Beek & Schofield, 2004; Cairns, 2004; Schofield & Beek, 2009; Howe, 2011).

Derfor er oppgaven til de nye fosterforeldrene så helt sentral. De må gå inn i mer enn en vanlig omsorgsoppgave. De må kunne gi trygg base omsorg. For at barnet skal bli hjulpet til å modifisere sine mest grunnleggende antagelser om seg selv og andre (sin indre arbeidsmodell) må de tilby barnet en svært reflektert og terapeutisk omsorg. De må kunne ivareta barnet på måter som viser barnet at de er til å stole på, at de både fysisk og psykisk er tilstede for barnet, og at de fanger opp og svarer konsistent på barnets behov. I tillegg må de forstå de beskyttelsesstrategiene barnet har utviklet for å føle seg trygg, og tilpasse sine tilnærminger til barnet slik at barnet opplever omsorgen de gir som komfortabel og akseptabel heller enn som underminerende eller truende.

Relasjonen som utvikler seg mellom barn og fosterforeldre kan gi barnet en trygg base. Fra denne basen kan barnet få støtte til å utforske, til å ta sine muligheter i bruk og til å utvikle seg. Å legge til rette for et slikt utfall er målet for Trygg Base modellen.

## **Hva kan være vanskelig for fosterforeldrene?**

Det å tilby en terapeutisk omsorg som endrer barnets følelser og tanker om seg selv og hvordan det forholder seg til andre, kan være svært belønnende. Det kan imidlertid også være emosjonelt svært krevende. Barn som over tid har levd med sviktende omsorg og mishandling i sin familie kan ha utviklet atferd som kan alarmere og overvelde nye omsorgspersoner. For å kunne opprettholde sin tålmodighet, sensitivitet og forpliktelse overfor barnet, trenger fosterforeldre støtte fra sine egne nettverk og fra fagpersoner.

## **Trenger også voksne/omsorgspersoner en trygg base?**

Ja. Ettersom vi beveger oss gjennom livsløpet danner vi nye tilknytninger til venner og til partnere. Disse tilknytningsrelasjonene tjener samme funksjon for voksne som de gjør for barn: de gir en trygg base som tilbyr trøst og forsikring og

som samtidig hjelper oss til å leve våre liv med tiltro til oss selv og andre. Som Bowlby har sagt:

*Vi er alle, fra vuggen til graven, mest lykkelige når livet er organisert som en serie av ekskursjoner, lange eller korte, fra den trygge basen våre tilknytningspersoner gir oss (Bowlby, 1988, s. 62)*

*All of us, from the cradle to the grave, are happiest when life is organized as a series of excursions, long or short, from the secure base provided by our attachment figures (Bowlby, 1988, p. 62).*

# 3

## Trygg Base

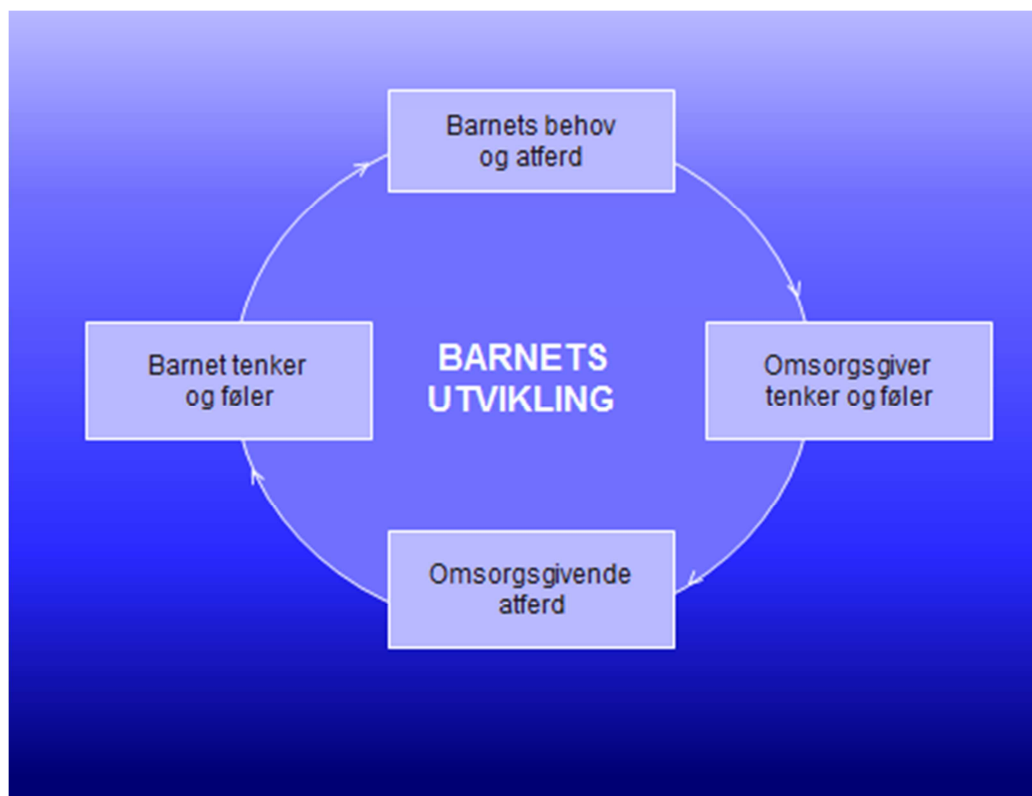
Trygg Base modellen gir et positivt rammeverk for å utøve terapeutisk omsorg som hjelper spedbarn, barn og unge mot økt trygghet og styrket resiliens. Modellen retter en særlig oppmerksomhet mot samhandlingene som skjer mellom omsorgsgivere og barn fra dag til dag og minutt for minutt i familiens hverdagsliv. Men den retter også oppmerksomhet mot hvordan samhandlingene og relasjonene innen familien kan hjelpe barnet til å utvikle kompetanse utenfor familiens sfære; på skolen, i jevnaldningsgruppen og i nærområdet.

### Omsorgssirkelen

Det kan være hjelpsomt å starte med å tenke over at samhandlingene mellom omsorgsgiver og barn påvirker barnets tanker og følelser, og etter hvert barnets atferd. Omsorgssirkelen starter med barnets behov og atferd, og fokuserer så hva som skjer i omsorgsgivers hode og hjerte. Hvordan en omsorgsgiver *føler og tenker* rundt et barns behov og atferd vil bestemme hans eller hennes *omsorgsgivende atferd*. Omsorgsgiveren kan bygge på sine egne ideer om hva barn trenger og om hva som er godt foreldreskap. Fosterforeldre kan i tillegg trekke på hva de har lært under opplæringen til å bli fosterforeldre.

De omsorgsgivende atferdene formidler visse budskap til barnet. Budskapene vil påvirke hva barnet *tenker og føler* om seg selv og andre. Over tid vil budskapene ha konsekvenser for barnets *utvikling*. Vi har valgt å vise denne prosessen ved hjelp av en sirkulær modell; Omsorgssirkelen (figur 1). Omsorgssirkelen viser den vedvarende interaksjonen i omsorgsgiver – barn relasjoner; tanker, følelser og handlinger, og også deres vedvarende potensiale for bevegelse og endring.

**Figur 1. Omsorgssirkelen**



Omsorgssirkelen dekker de talløse interaksjonene som finner sted i familielivet, fra små utvekslinger ved frokostbordet til håndtering av store emosjonelle eller atferdsmessige kriser. Hver enkelt interaksjon formidler en rekke budskap til barnet. Budskapene har innvirkning på hva barnet tenker om seg selv, hva det tenker om andre og om relasjonen mellom seg selv og andre. Barnets indre arbeidsmodell vil påvirke barnets funksjon og utvikling. Hvor godt omsorgssirkelen støtter barnet i å føle tillit og positiv forventning til seg selv og andre kan ha en signifikant betydning for barnets vekst og utvikling.

## Omsorgsdimensjoner

I utviklingen av Trygg Base modellen har vi bygget på fem dimensjoner for omsorg. De første fire er hentet fra tilknytningsteori slik den ble utformet av Bowlby (1969) og Ainsworth (1971, 1978). Alle fire er sentrale for utvikling av trygg tilknytning. I modellen vår har vi lagt til en femte dimensjon; familiemedlemskap. Denne dimensjonen er viktig for alle barn, men kan være særlig utfordrende for barn som er atskilt fra sin opprinnelige familie.

Hver av de fem omsorgsdimensjonene er forbundet med en særlig utviklingsmessig gevinst for barnet:

Omsorgsdimensjoner	Utviklingsmessige gevinster
Å være tilgjengelig for barnet	Hjelper barnet til å føle tillit
Å svare barnet sensitivt	Hjelper barnet til å regulere følelser og atferd
Å akseptere barnet	Hjelper barnet til å utvikle positiv selvfølelse
Å samarbeide med barnet	Hjelper barnet til å kjenne seg kompetent
Å fremme medlemskap i familien	Hjelper barnet til å føle tilhørighet

Det er viktig å vite at de fem dimensjonene ikke er helt atskilt fra hverandre. I det virkelige livet der omsorg utøves, vil dimensjonene både overlappe hverandre og samspille med hverandre. For eksempel vil en omsorgsgiver som leker med barnet på en barne-ledet og fokusert måte, trolig gjøre det med innlevelse og aksept, fremme samarbeid og demonstrere tilgjengelighet. Tilsvarende, det er vanskelig for en omsorgsgiver å være sensitiv uten også å være følelsesmessig tilgjengelig. Og det er vanskelig for et barn å kjenne at det hører til i familien hvis det ikke kjenner seg akseptert, eller å føle seg effektiv og kompetent hvis det ikke har utviklet et rimelig nivå av positiv selvfølelse. For å kunne fokusere mer spesifikt på styrker og vansker hos omsorgsgiver og barn, er det likevel hensiktsmessig å tenke separat rundt hver dimensjon. For eksempel kan en omsorgsgiver være mer eller mindre tilgjengelig innen visse dimensjoner eller overfor visse barn.

For å illustrere viktigheten av interaksjonene mellom hver av omsorgsdimensjonene og utviklingsdimensjonene, har vi presentert dem som en stjerne-formet figur; Omsorgstjernen (Figur 2). Omsorgstjernen kan gi fosterforeldre og fagpersoner et enkelt men kraftfullt bilde som er lett å husk, og som kan brukes for å gi fokus til drøftinger og samarbeid om å fremme barnets velvære, glede og utvikling.

Trygg Base modellen gir et rammeverk som kan støtte omsorgsgivere og fagpersoner til å tenke mer detaljert omkring ulike, men forbundne omsorgstilnærminger. Modellen har en positiv, styrkebasert tilnærming som fokuserer hvordan de mange interaksjonene mellom omsorgsgiver og barn i løpet av en dag gir muligheter for positiv endring. Modellen gir også anledning til å vurdere hvordan nære relasjoner og positive samhandlinger i familien kan hjelpe barnet til å relatere seg til den større sirkelen av familie og venner, og til å utvikle kompetanse også i verdenen utenfor familien.

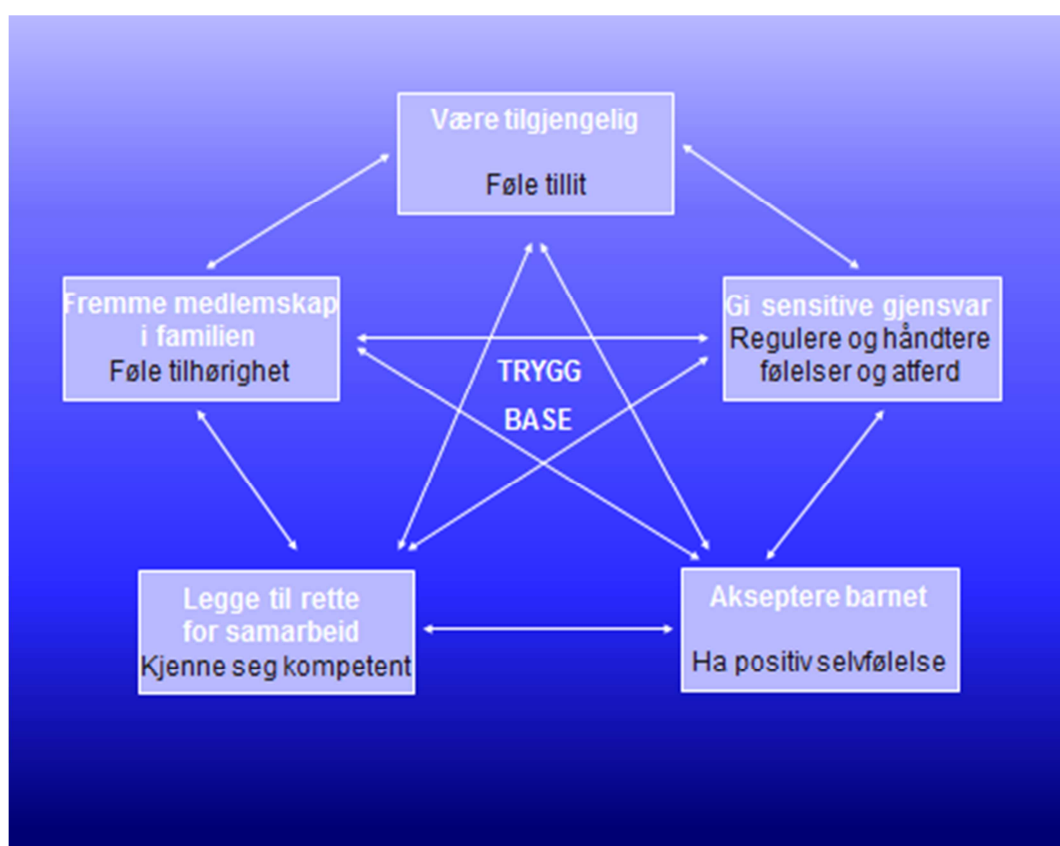
I det følgende blir hver dimensjon behandlet for seg, ved hjelp av Omsorgssirkelen. Dette gir et rammeverk til å skape mening om hva



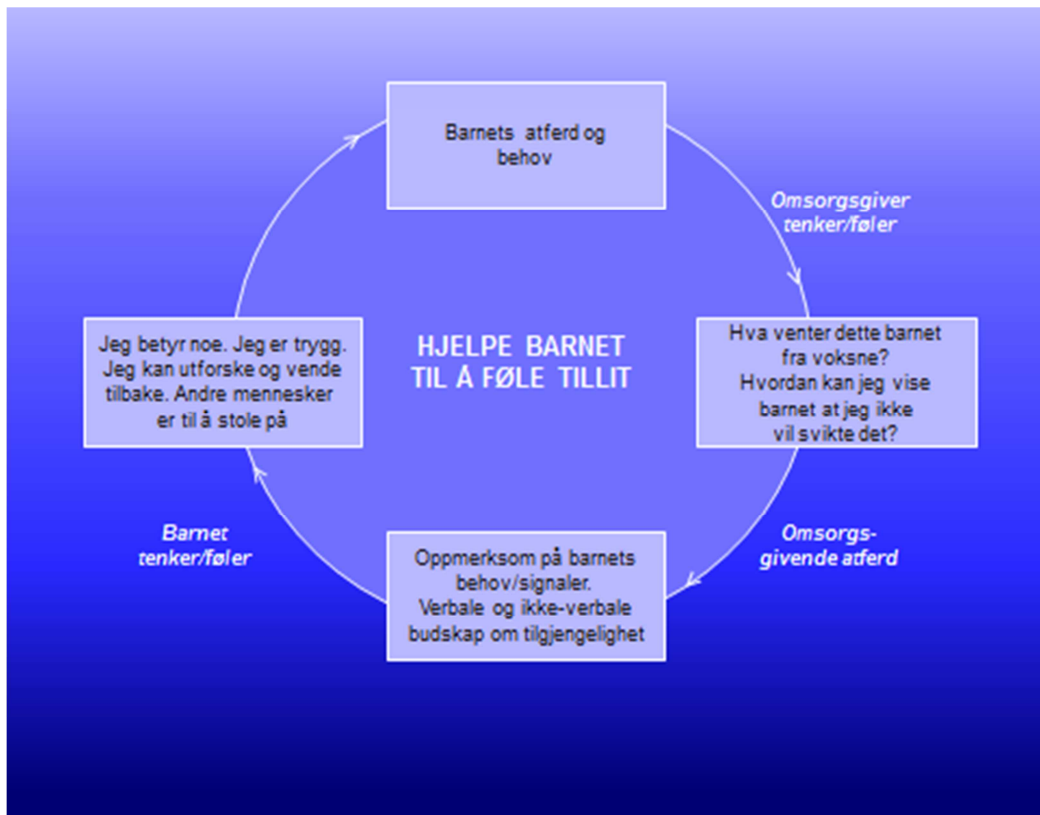
omsorgsgiver og barn tenker, føler og gjør, og til å forstå hva som kan lede til oppadgående eller nedadgående spiraler i deres relasjon og i barnets utvikling.

For hver dimensjon blir det foreslått en rekke utviklingsstøttende tilnærminger. Det er viktig å velge tilnærminger som tar hensyn til barnets utviklingsalder heller enn til barnets kronologiske alder. Videre er det viktig å prøve ut tilnærminger og aktiviteter som barnet trolig kan godta og glede seg over. Hvis én aktivitet ikke gir så gode virkninger, kan andre gjøre det. Forslagene som presenteres her er bare et utgangspunkt. Fosterforeldre trenger stimulering og støtte på å være kreative i sin tenkning om hva som kan hjelpe deres barn, på det utviklingstrinnet barnet befinner seg.

**Figur 2. Omsorgsstjernen**



## Å VÆRE TILGJENGELIG – hjelper barnet til å føle tillit



Denne dimensjonen fokuserer fosterforeldrenes evne til å gi barnet en tydelig opplevelse av at de er fysisk og emosjonelt **tilgjengelige** for å ivareta barnets behov når de er sammen, og av at de har barnet i tankene når de er fra hverandre. Når fosterforeldrene evner å gi barnet det, kan barnet begynne å **stole på** at behovene det har vil bli møtt på en varm, forutsigbar og pålitelig måte og at omsorg og beskyttelse vil være der når det trenger det. Barnets angst reduseres og dets mot til å utforske verden rundt seg bygges opp.

### Barnets behov og atferd

De fleste barn som blir plassert i fosterhjem, fra spedbarn til ungdommer, har ikke mottatt god og forutsigbar omsorg og beskyttelse fra foreldrene sine. De har ofte erfart foreldre som har reagert på behovene deres med frustrasjon, angst og avvising, eller de har reagert uforutsigbart, skremmende eller skremt, ut fra egne behov og tanker. Hver av disse reaksjonene har som konsekvens at barn blir engstelige og usikre med hensyn til å motta omsorg og med hensyn til sin egen trygghet og sikkerhet. Det blir vanskelig for dem å stole på at en voksen alltid vil være der for dem, eller at behovene deres vil bli møtt konsistent, trygt og vennlig. Mest skadelig er det om foreldrene har reagert overfor barnet med uforutsigbart sinne eller skremmende aggresjon som har fått barnet til å føle dyp frykt, panikk, forvirring og hjelpeløshet. Barnet vil da kunne forbinde nærhet med

følelser av angst og frykt, og oppleve panikk i møtet med sine nye fosterforeldre, uansett hvor mye de er til å stole på.

Slike dypt rotfestede erfaringer kan lede barn til å distansere seg fra sine nye fosterforeldre; til å kreve konstant oppmerksomhet; til å kjenne seg hjelpeløse; eller til å arbeide for å ta og ha kontroll. Disse defensive strategiene, som var nødvendige for å overleve under deres tidligere betingelser, kan være problematiske, stressende og smertefulle for de nye fosterforeldrene som så sterkt ønsker å nære, lindre og beskytte barnet mot ytterligere skade.

### **Fosterforeldrenes tanker og følelser**

Utfordringen for nye fosterforeldre er kompleks. Det endelige målet er å endre barnas forventninger til voksne – å gjøre dem trygge på at i denne familien *kan* barn stole på at de voksne tar vare på dem og møter behovene deres. Først må imidlertid fosterforeldrene finne ut av de forvirrende budskapene barna kan sende. Gjennom ord og atferd kan barna formidle ”Jeg trenger deg ikke, jeg vil passe på meg selv”, eller ”Jeg trenger deg hele tiden, men du vil aldri kunne gi meg det jeg har behov for”, eller ”Jeg kan bare håndtere angsten min når jeg kontrollerer deg og alt som skjer her i huset”.

Nye fosterforeldre trenger å minne seg selv om barnets underliggende behov, de som ligger bak barnets budskap. Dette er ingen enkel oppgave hvis budskapene er fulgt av ekstremt motvillig, trengende eller fiendtlig atferd. Fosterforeldre vil ofte ha behov for støtte. Støtte og veiledning kan hjelpe dem til å *tenke* omkring dette konkrete barnets tidligere erfaringer, og undre seg over **hva dette barnet kan tenkes å forvente seg fra voksne**. I lys av svarene som kommer opp, kan de tenke mer fokusert rundt spørsmålet, **Hvordan kan vi vise dette barnet at vi ikke vil svikte det**. Innsatsene for å bygge opp barnets tillit kan da bli mer målrettede.

### **Omsorgsgivende atferd**

Med dette i tankene kan fosterforeldrene begynne å bli bedre i stand til å **fange opp barnets behov og signaler**, og så gripe alle anledninger til å gjøre og si ting som vil begynne å endre barnets forventninger til seg selv og andre. De kan gi **verbale og ikke-verbale budskap om at de er tilgjengelige**. Og – og det er kanskje den viktigste ferdigheten i det å gi Trygg Base omsorg – de kan finne måter å formidle budskapene på som er akseptable og komfortable for barnet. De kan etter hvert vite bedre når det er riktig å gå tettere på barnet, og når det er riktig å avvende barnets initiativ. De kan også øke sin kapasitet til å danne *fleksible teorier* om hva som rører seg i barnet (for eksempel om barnets konkrete atferd kan være forårsaket av tidligere vonde erfaringer, en vanskelig dag på skolen, eller begge deler). De kan så prøve ut ulike tilnærminger og vente tålmodig på små forandringer.

## Barnets tanker og følelser

Etter hvert som barn begynner å *stole på* at nære voksne ikke vil forsvinne eller svikte dem, vil deres måte å tenke på gradvis endres. De vil begynne å få en opplevelse av at **Jeg betyr noe, jeg er trygg, jeg kan utforske og vende tilbake til den trygge basen min for å få hjelp**, og grunnleggende viktig, **andre mennesker er til å stole på**.

Etter hvert som angsten reduseres, blir trangen til å utforske, lære og leke større. Barnet vil utvikle større tiltro og større kompetanse, og vil kunne bevege seg bort fra den trygge basen og oppdage verden utenfor. Samtidig vil barnet utvikle en større kapasitet til å stole på fosterforeldrene for trøst og omsorg, og til å nyte passende nærhet. Tegn på framgang på disse områdene kan komme langsomt, men er blant de mest spennende og belønnende for fosterforeldre å oppleve.

## OMSORGSTILNÆRMINGER FOR Å HJELPE BARNET TIL Å BYGGE OPP TILLIT

### Omsorg i det daglige

- Etablere forutsigbare rutiner rundt måltider, det å stå opp om morgenen, og det å legge seg om kvelden. Hjelp barnet til å forstå rutinene, og minn barnet om dem.
- Bruke en kalender eller bilder for å hjelpe barnet til å forutse og forvente hendelser.
- Sørg for at barnet kjenner seg særlig ivaretatt og stelt med når det er sykt, har skadet seg eller er lei seg.
- Være tilgjengelig på en ikke påtrengende måte hvis barnet er urolig og engstelig, men finner det vanskelig å snakke eller å akseptere trøst (for eksempel: være i nærheten, foreslå en biltur).
- Gi verbal og ikke-verbal støtte til utforskning.
- Svare raskt på barnets signaler om behov for støtte eller trøst; eller forsikre et eldre barn om at du vil svare så raskt du kan (for eksempel: «Jeg må bare forte meg å bli ferdig med det jeg holder på med, så kommer jeg og hjelper deg med en gang»).

### Bygge opp tillit når fosterforeldre og barnet er fra hverandre

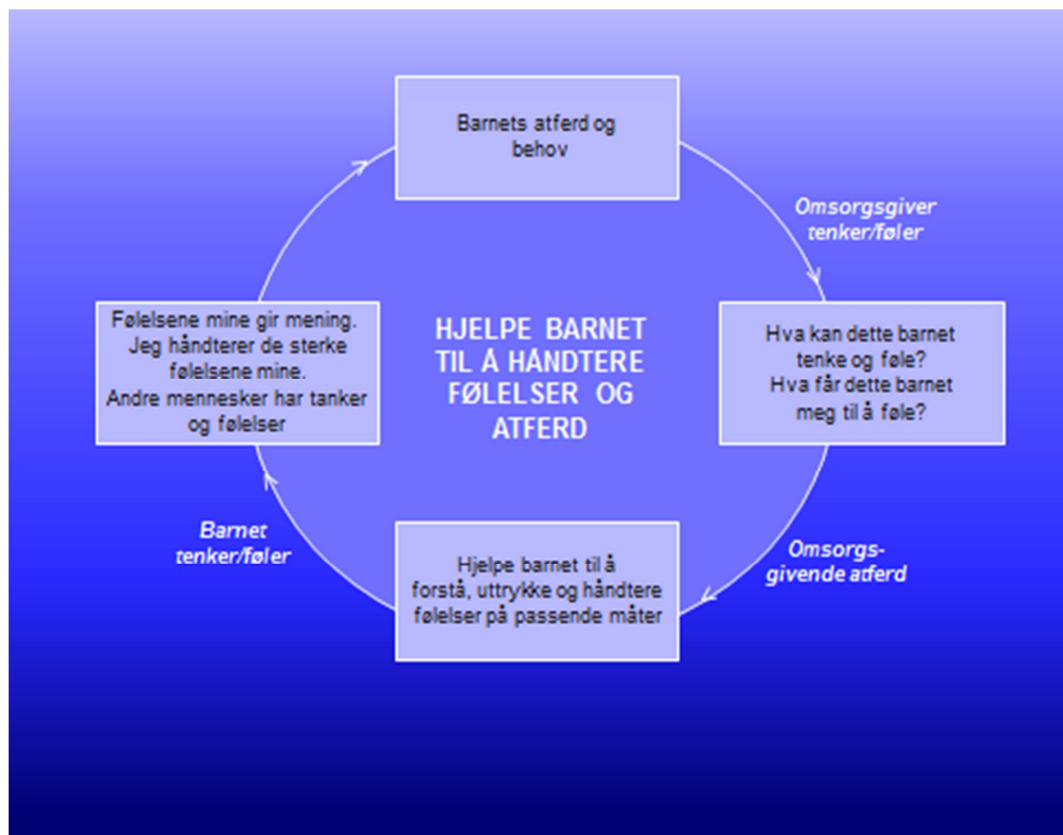
- Håndtere atskillelser med omhu, med åpen kommunikasjon om hvorfor de skjer, når du kommer tilbake, og med tydelige «ha det» og «hei igjen». (For eksempel: «jeg går i kjelleren en tur», «jeg går på do», «Nå går jeg på møtet jeg fortalte deg om»).
- Være sikker på at barnet vet hvordan det skal få tak i deg når du ikke er hjemme.

- La barnet ha med seg en liten gjenstand eller et foto hjemmefra når det er i barnehagen/på skolen.
- Legge små hilsener, eller en vits, i barnets matpakke.
- Utvikle et rituale rundt leggetid.
- Fortelle hverandre om dagens gjøremål, hendelser og tanker.

### **Aktiviteter og leker**

- Lese historier med barnet på fanget, eller mens dere sitter tett – eller ikke så tett – ved siden av hverandre.
- Leke bø-titttei, leke gjemsel.
- Føre hverandre med bind for øynene.
- Blåse og jakte på såpebobler sammen, leke klappeleker, leke med ballong.
- Vugge, synge, holde barnet varsomt.
- Danse sammen.
- Børste og sette opp håret, lakke negler.
- Lære barnet en ny ferdighet, eller lære en sammen.

## Å SVARE BARNET SENSITIVT – hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd



Å **svare barnet sensitivt** dreier seg om omsorgsgiverens evne til å sette seg i barnets sted, evne til å tenke fleksibelt om hva barnet kan tenke og føle, og til å reflektere sine forståelser tilbake til barnet. Den sensitive omsorgsgiveren tenker også over sine egne følelser og deler dem med barnet på en følsom måte. Slik lærer barnet å tenke omkring og å verdsette sine egne tanker og følelser og tankene og følelsene til andre. Denne kapasiteten til å forstå, regulere og håndtere følelser vil så hjelpe barnet til å regulere og håndtere sin atferd.

### **Barnets behov og atferd**

Barn som har erfart omsorgssvikt og mishandling har oftest vært uten mulighet til å få sine tanker og følelser forstått og bekreftet. Dette kan gjelde for barn i alle aldre, fra spedbarn til ungdommer. De kan ha vært i en situasjon der ingen var tilgjengelig eller i stand til å hjelpe dem til å håndtere sterke følelser. Panikk, sinne eller fortvilelse kan til tider ha overveldet dem. Eller de kan ha hatt omsorgsgivere som benektet følelsene deres eller satte gale merkelapper på dem. Dette kan ha forstyrret barnas realitetsoppfatning i så stor grad at det ble umulig for dem å kunne få tak i «sannheten» i det de følte i situasjonen. Et barn kan ved et uhell ha veltet en vase og være fortvilet over at vasen knuste, men bli fortalt at han hadde gjort det med vilje for at moren skulle bli lei seg, og at han slett ikke brydde seg. Eller barn kan ha hatt omsorgsgivere som ikke kunne

håndtere og regulere sine egne følelser, og gitt barna skylden for kaoset eller volden i familien, eller barna kunne selv følt skyld. Av mange og ulike grunner kan de tidligere omsorgsgiverne ha vært så oppslukt av egne vansker, eller så fordypet i egne behov, at de ikke har evnet å innstille seg på sine barns behov, tanker og følelser.

Barn som ikke har en trygg voksenperson som rommer dem og som gir dem et støttende stillas for å forstå og håndtere følelser, må utvikle sine egne måter å hankses med dem på. Én måte kan være å slippe følelsene løs i overdreven grad. Andre måter kan være å bruke følelser for å kontrollere andre, eller å holde følelser tilbake eller å benekte at følelsene i det hele tatt er der. Alle strategiene er problematiske i en fosterfamilie hvor følelser må bli kommunisert ganske åpent, på en regulert måte, for å bygge tillitsfulle relasjoner.

### **Fosterforeldrenes tanker og følelser**

For nye fosterforeldre er det en primær oppgave å reflektere over og skape mening i barnets følelser og i hvordan de viser seg i barnets atferd. De må forsøke å tone seg inn på barnet, sette seg i barnets sted og forsøke å forestille seg - **hva kan dette barnet tenke og føle?** De trenger særlig å prøve å få tak i barnets tidligere erfaringer og tenke fleksibelt omkring hvordan disse erfaringene kan ha formet barnets tankeprosesser og måtene det uttrykker følelsene sine på. Selv om det er smertefullt å sette seg inn i tankene og følelsene til et barn som har blitt utsatt for omsorgssvikt og mishandling, er evnen til å gjøre det viktig. Det er fra dette utgangspunktet fosterforeldrene kan begynne å tenke over hvilke grunnleggende antakelser barnet kan ha om seg selv og andre, og reflektere over hvordan antakelsene kan påvirke barnets nåværende atferd.

Fosterforeldrenes oppgave er ikke begrenset til å tenke rundt hvordan barnets tidligere erfaringer virker inn på barnets tanker, følelser og atferd i nåtid. Oppgaven innebærer også å prøve å skape mening i hvordan dagliglivets rutiner og små hendelser virker inn på barnet.

Både de mørke sidene ved barnets historie, barnets sviktende tillit og barnets uorganiserte følelser i hverdagslivet, vil virke inn på fosterforeldrene. Hvis påvirkningene ikke blir fullt ut forstått kan de forstyrre fosterforeldrenes opplevelse av seg selv og dermed den gode likevekten i familien. De vil da ha behov for en ivaretagende støtte fra en reflekterende veileder som kan bære smerten ved å tenke på barnets historie uten selv å bli overveldet. Veiledning kan gi fosterforeldrene rom og mulighet til å reflektere ærlig rundt spørsmålet, **hva får dette barnet meg til å føle?**

### **Omsorgsgivende atferd**

Med et støttende rammenettverk rundt seg kan fosterforeldrene begynne å ta i bruk ulike tilnærminger som kan hjelpe barnet til **å forstå og uttrykke følelsene sine på adekvate måter**. Et viktig første skritt er å *sette ord på følelser*; hjelpe barnet til å reflektere over følelsene sine, kjenne dem igjen og tenke over hvorfor de har dem. Ofte vil barnet uttrykke følelsene sine på måter som enten er

underdrevet eller overdrevet. Fosterforeldre må hjelpe noen barn til å vise følelsene sine mer fritt og direkte, mens de må hjelpe andre barn til å romme dem og moderere dem. For å hjelpe barnet til å forstå og forholde seg til andre menneskers følelser, må fosterforeldrene kjenne seg komfortable med selv å gi uttrykk for følelsene sine og å snakke om dem. Særlig kan fosterforeldrene vise barnet at det å ha *blandede følelser* er "normalt". Kombinasjoner av kjærlighet og sinne, lengsel og mistro, angst og ivrig forventning er en del av det å være menneske - og er ikke noe som gjelder bare for barnet, men også for dets foreldre, fosterforeldre, venner og barnevernarbeidere.

### **Barnets tanker og følelser**

Den følelsesmessige «utdanningen» sensitive fosterforeldre gir barnet, hjelper barnet til å oppdage at **følelsene mine gir mening, og jeg kan håndtere følelsene mine**. Slik vinner barnet fram til trygghet på at følelsene ikke vil overvelde hverken det selv eller andre. Etter hvert kan det hjelpes til å forstå at **andre mennesker har tanker og følelser** som også må bli tatt hensyn til.

Etter hvert som barnets tenkning på disse viktige områdene utvikles og endres, vil følelsene bli bedre regulert. Dette øker sannsynligheten for mer konstruktive relasjoner, større empati, og mer prososial og mindre antisosial atferd.

## **OMSORGSTILNÆRMINGER FOR Å HJELPE BARNET TIL Å HÅNTERE FØLELSER OG ATFERD**

### **Omsorg i det daglige**

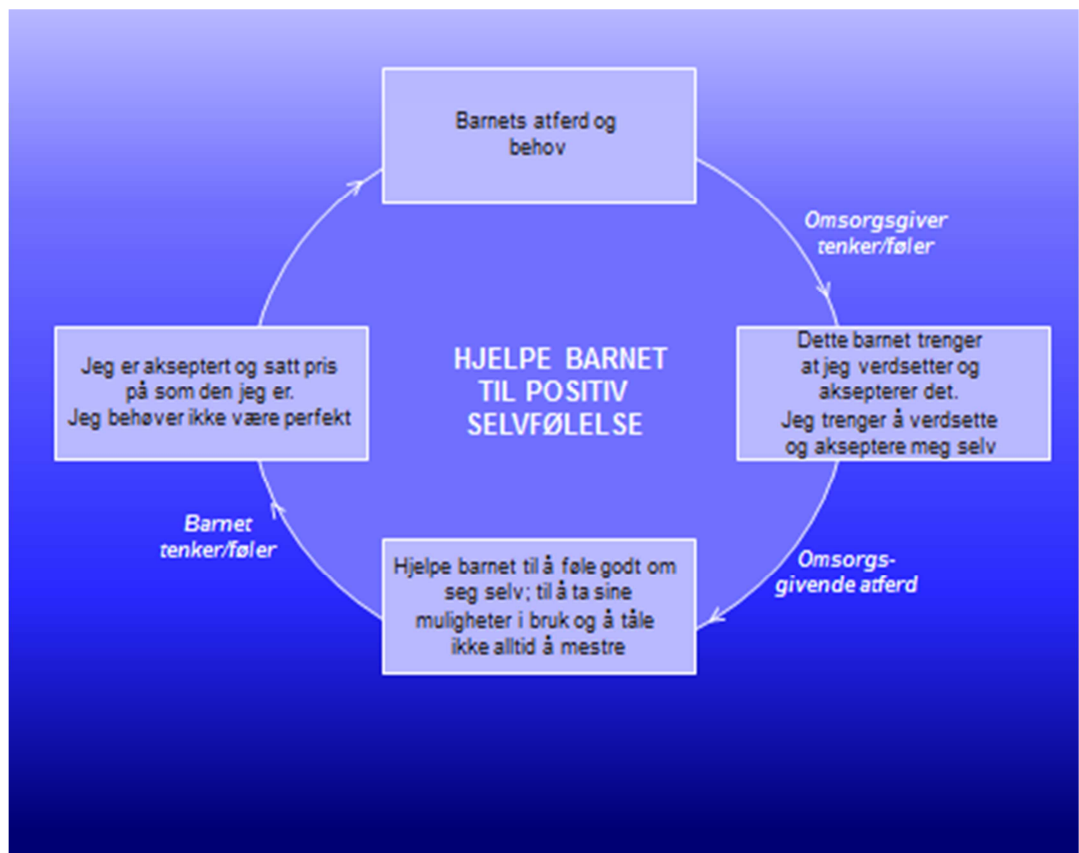
- Prøve å forutse hva som kan skape forvirring og uro hos barnet og forsøke å unngå slike situasjoner.
- Uttrykke interesse for barnets tanker og følelser, på et nivå som barnet er komfortabel med.
- Legge til rette for delte og hyggelige aktiviteter og gi små kommentarer underveis om følelser som du selv og barnet erfarer.
- Oppmuntre barnet til å stoppe opp og tenke før det reagerer.
- Hjelp barnet til å reparere situasjoner hvor det har mistet kontrollen over følelsene sine – og benevne positivt både hva barnet forsøker å gjøre, og hva det klarer å gjøre.
- Sett ord på og snakk om følelser i hverdagslivet, for eksempel: «Vennen din skal jo reise på ferie i morgen. Jeg lurer på hvordan han føler seg?»
- Reflektere omkring hendelser og relasjoner. Snakke om blandede følelser og om at følelser kan endre seg over tid.



### **Aktiviteter og leker**

- Lage en "Min kalender" for å hjelpe barnet til å se, huske og forberede seg på hva dagens hendelser vil være.
- Bruke leire, maling og fargeblyanter for å hjelpe barnet til å uttrykke følelser.
- Bruke både lek og eksempler fra dagliglivet for å skape forståelse av verden, hvordan ting er, årsak og virkning.
- Bruke historier eller dukker for å utvikle empati – «Stakkars Lille Ugle, hva tror du han føler når treet hans har blitt hugget ned?»
- Bruke TV-programmer, filmer, bøker og blader for å hjelpe barnet til å forstå at mennesker føler forskjellig, og at de kan føle ulike ting til samme tid.
- Ta vare på billetter, bilder, brosjyrer, osv. og snakk med barnet om hvordan det opplevde hver av hendelsene.
- Lage en «erfaringsbok» for å hjelpe barnet til å huske og å tenke på positive opplevelser, og til å forstå at følelser kan endre seg over tid – fortid, nåtid og forventet framtid.

## Å AKSEPTERE BARNET – hjelper barnet til positiv selvfølelse



Å **akseptere** og anerkjenne barnet er et nødvendig element i det å gi trygg omsorg. Denne dimensjonen beskriver hvordan fosterforeldre kan formidle til barnet at det er ubetinget akseptert og verdsatt som den det er, for sine vansker så vel som for sine styrker. Dette danner fundamentet for positiv selvfølelse – at barnet føler godt om seg selv. Barnet kan erfare seg som verdt å få kjærlighet, hjelp og støtte, og også som robust og i stand til å håndtere motgang og nederlag. Begge erfaringene styrker en positiv indre arbeidsmodell og bygger resiliens.

Dette området for omsorg bygger på dimensjonene *tilgjengelighet* og *sensitivitet*. Barn trenger å ha begynt å føle **tillit** og å **håndtere følelsene sine**, før de kan tro på omsorgsgivernes ros, bekreftende ord og gester. Samtidig vil det å bygge opp et barns selvfølelse forsterke barnets tillit, hjelpe barnet til å håndtere angst og til å gi friere uttrykk for både positive og negative følelser.

### Barnets behov og atferd

Mange fosterbarn har en gjennomgripende opplevelse av å være verdiløse. Deres lave selvfølelse er oftest en konsekvens av den sviktende omsorgen de har mottatt, og er ofte svært sammensatt. Den tidligere omsorgen kan ha manglet varme og aksept. For noen barn har familielivet til tider vært

skremmende, og yngre barns tendens til å påta seg skyld kan ha ledet dem til å oppfatte seg selv som farlig, dårlig og som en som fortjener avvisning eller straff.

Lav selvfølelse hos barn kan også være forbundet med at de har erfart mange atskillelser og tap av personer de var knyttet til. For noen barn kan lav selvfølelse også være forbundet med at de opplever det at de er fosterbarn som en bekreftelse av at de er annerledes, og dårligere, enn andre barn. Det er derfor sannsynlig at fosterbarn har en dyp usikkerhet på egen grunnleggende godhet, på om de fortjener å få kjærlig omsorg og på om omsorgen vil vedvare dersom de er «uskikkelige» eller krevende.

Barn som ikke har en indre arbeidsmodell av nære voksne som varme og aksepterende og av seg selv som elsket og verdt å bli elsket, finner det vanskelig å møte verden med tillit. De har ikke lært at de kan være både "gode og dårlige", "flinke og ikke så flinke" og likevel bli akseptert og satt pris på. Ofte tror de at om de ikke kan være den beste, så må de være den verste. Faren er da at barnet fanges i en negativ sirkel der det forventer å mislykkes eller å bli avvist, og derfor oppfører seg på måter (engstelig eller aggressivt) som gjør det sannsynlig at nettopp dette skjer.

### **Fosterforeldrenes tanker og følelser**

Fosterforeldre må holde fast ved at **dette barnet trenger at jeg verdsetter og aksepterer det**, uansett hvor krevende omsorgen for barnet måtte være. Samtidig, og særlig hvis omsorgsutøvelsen er utfordrende, må de huske at **jeg trenger å verdsette og godta meg selv**. Å verdsette seg selv er nødvendig for at ikke de emosjonelle ressursene deres skal bli uttømt. Dette kan være et nøkkelområde for veiledning. Fosterforeldre som føler seg overveldet av barnets behov kan trenge å bli minnet på egne styrker og ferdigheter, og på at det er barnets historie, heller enn deres sviktende omsorgsevne, som skaper vanskene i familien.

Fosterforeldre trenger å ha tro på barnet som unikt, og være i stand til å utvikle tro på barnets potensialer. Schofield m. fl. (2000) fant at fosterforeldre som lykkes, alltid kunne gi uttrykk for en slik tro. For eksempel sa de: «Det er hardt arbeid, men han har potensiale i seg til å bli en riktig fin ung mann» «Hun er en absolutt tøffing. Og du vil jo aldri ønske at det skal bli knust. Det må bare bli kanalisert» (ss.198-199).

Ved å modellere aksept av både styrker og svakheter hos fosterforeldrene, kan barnevernarbeidere og veiledere også formidle budskapet «Du må ikke være perfekt». Samtidig må fosterforeldrene få støtte til å reflektere over forhold og reaksjoner både hos barnet og hos seg selv, til å utvikle nye tilnærminger og til å opprettholde positiv omsorg.

### **Omsorgsgivende atferd**

Fosterforeldrene kan så bygge på et spenn av ferdigheter og strategier for å **hjelpe barnet til å føle godt om seg selv og til å håndtere tilbakeslag**. Vanskelig atferd kan bli møtt på måter som verken undergraver fosterforeldrenes

eller fosterbarnets selvfølelse. Det positive budskapet til barnet er: «Ingen er gode til alt, men alle er gode til noe». Slik kan oppmerksomheten rettes mot aktiviteter og samhandlinger som både hjelper fosterforeldre til å ha tro på seg selv som kompetente omsorgsgivere, og som setter barn i stand til å tenke positivt om seg selv.

Denne positive tilnærmingen innebærer ikke å la være å ta tak i vanskelig atferd eller ikke å ha som mål at forstyrrende eller antisosial atferd skal bli redusert. Tvert om, det er avgjørende viktig for barn – og særlig for eldre barn – å oppleve seg som akseptable og akseptert ikke bare av familien, men også av jevnaldrende og samfunnet ellers. Derfor må fosterforeldre balansere mellom å akseptere barnet som det er og hjelpe det med de sidene ved atferden deres som utgjør risiko for at de ikke vil bli akseptert av andre.

### **Barnets tanker og følelser**

Målet er at barnet skal begynne å tenke: «**Jeg er akseptert og satt pris på som den jeg er. Jeg må ikke være perfekt for å bli elsket og anerkjent**». For noen barn vil det å føle godt om seg selv og å godta seg selv være svært vanskelig, også om de blir gitt den mest sensitive og gode omsorg. Siden selvfølelse er så viktig er selv små framskritt på dette området vel verdt å kjempe for.

## **OMSORGSTILNÆRMINGER FOR Å HJELPE BARNET TIL POSITIV SELVFØLELSE**

### **Omsorg i det daglige**

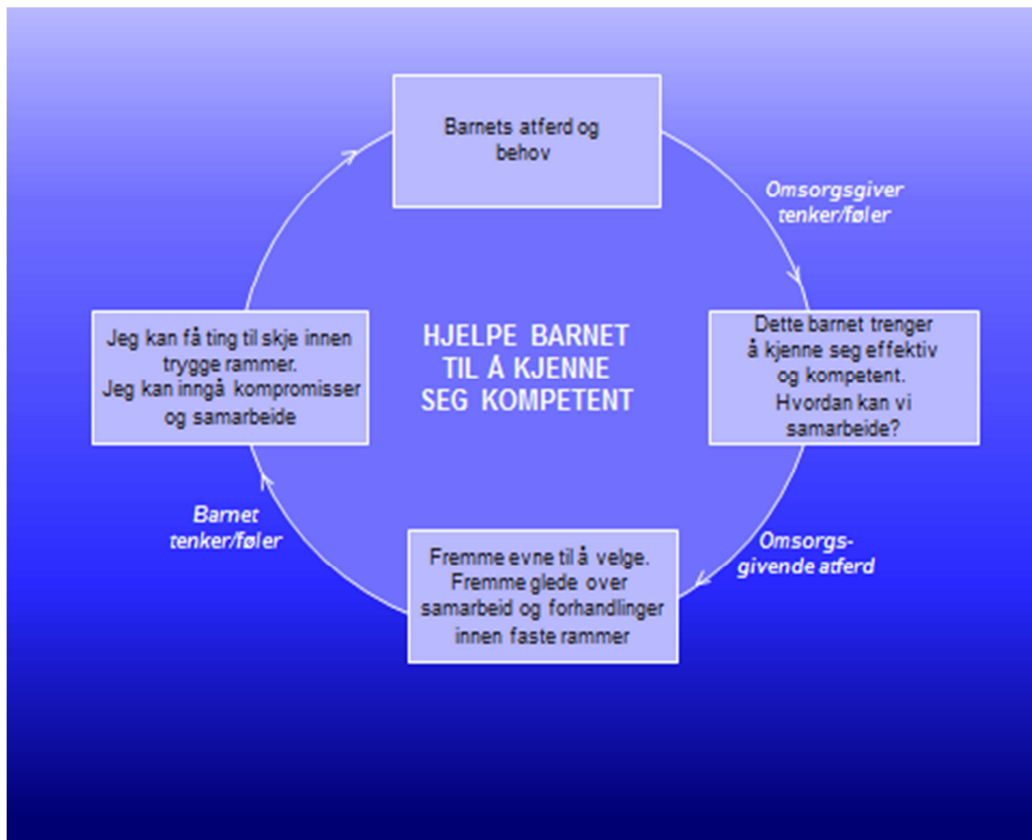
- Bruke positive ord om barnet, den barnet er og det barnet gjør.
- Bekrefte barnet med ord, gester og lyder når det mestrer små oppgaver og viser ansvar.
- Ha leker og spill som gir opplevelser av å få til ting.
- Samarbeide tett med barnehage/skole om å gi barnet gode erfaringer i samspill, lek og læring, og mot til å forsøke seg på aktiviteter og oppgaver – og forsøke en gang til.
- Bruke positive formuleringer. Si for eksempel: «Hold godt på koppen din – fint, bra gjort» heller enn «Ikke mist koppen».
- Gi barnet en kort forklaring på hvorfor en atferd ikke er akseptabel og si tydelig hva du ønsker i stedet. For eksempel: «Når du roper sånn, klarer jeg ikke forstå hva du vil si. Det vil jeg jo gjerne, så snakk med vanlig stemme, er du snill».
- Bruke dukker, leker, spill og bøker for å fremme en positiv følelse hos barnet om sin etniske, religiøse og kulturelle bakgrunn.

- Sikre at barnets etniske, religiøse og kulturelle bakgrunn blir anerkjent i familien.
- Vise gjennom ord og atferd at du forstår og aksepterer at folk er forskjellige.
- Være en modell for at det er greit å ikke være perfekt, at «ingen er gode til alt, men alle er gode til noe».

### **Aktiviteter og leker**

- hjelpe barnet til å liste opp og tenke på alle tingene det har gjort som det føler seg stolt over. Bruke bilder og andre «souvenirer» for å vise barnets forsøk og barnets mestringer.
- Oppmuntre barnet til å tegne, male, lage modeller i leire eller spille ut i musikk, hvordan det føles når det har gode følelser om seg selv. Gjør det samme selv.
- Be barnet lære deg noe hun/han er god til – som et dataspill eller en vits.
- Oppdage og støtte aktiviteter og interesser som barnet kan glede seg over og lykkes med. Det kan være at du må være ganske aktiv selv (samarbeide med klubb-leder, bli en hjelper på håndball-laget osv).
- Spille regelbaserte spill med barnet, som brettspill og kortspill. hjelpe barnet med å håndtere følelsene/glede seg over spillet, enten det vinner eller taper.

## Å SAMARBEIDE MED BARNET – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent



Å **samarbeide** med barnet er et helt sentralt mål i omsorgsgivende relasjoner. Innen denne dimensjonen ser omsorgsgiveren barnet som en selvstendig person som har ønsker, følelser og mål som er gyldige og meningsbærende, og som trenger å kjenne at det blir hørt og bekreftet. Omsorgsgiveren ser derfor etter anledninger til å fremme barnets autonomi, og også etter anledninger til å samarbeide med barnet. Målet er å hjelpe barnet til å føle seg effektiv og kompetent, til å føle seg vel ved å be om hjelp når det trenger det, og til å kunne inngå kompromisser og samarbeide.

### Barnets behov og atferd

Barn som blir plassert i fosterhjem har sjelden erfart en slik samarbeidsinnstilt tilnærming til foreldreskapet. Foreldre som har kjempet med sine egne behov kan ha vært overkontrollerende og påtrengende. De kan ha fratatt barna mulighet til å foreta egne valg og dermed til å kunne kjenne seg effektive og kompetente. Foreldrene kan ha manglet ferdigheter og kapasitet til å forhandle. De kan derfor ha reagert hardt og brått, eller svakt og utydelig. I tillegg vil de ofte ha hatt livsvilkår som har gitt begrensede muligheter for lek, moro og felles aktiviteter.

Det er derfor en rekke årsaker til at barn ikke har kunnet utvikle en opplevelse av seg selv som mestrende, eller av voksne som lydhøre samarbeidspartnere i lek, utforskning og problemløsning. Som en konsekvens av dette kan barna bli passive

og underkastende i sine relasjoner med voksne, eller de kan søke å få overdreven kontroll og makt over dem.

## **Fosterforeldrenes tanker og følelser**

De fleste fosterforeldre vil være enige i at alle barn trenger å kjenne at de er effektive og kompetente. De vil også vite at de fleste barn gleder seg over og vokser på å kunne påvirke sine omgivelser, foreta valg og ta gradvise skritt mot selvstendighet. Men barn som ikke kjenner seg effektive og som ikke har erfart å ha passende kontroll og innflytelse i sitt eget liv, kan oppføre seg på måter som er vanskelig for fosterforeldrene å møte. Deres atferd kan trigge vanskelige følelser og smertefulle assosiasjoner hos fosterforeldrene som gjør det vanskelig for dem å arbeide mot disse målene.

De fleste fosterforeldre vil derfor ha behov for hjelp til å kunne ta et skritt tilbake og tenke over «Hvordan påvirker dette barnet min opplevelse av å være effektiv og kompetent»? Å forstå egne erfaringer og egne behov for å ha kontroll – eller for å unngå å ta kontroll – kan være et viktig første skritt. Å reflektere sammen med barnevernarbeideren/veilederen over barnets tidligere omsorgserfaringer og om hvordan selvstendighet og kontroll da kan ha blitt håndtert, er et annet viktig skritt. Begge skrittene styrker forutsetningene for å ta tak i spørsmålene:

**Hvordan kan jeg hjelpe dette barnet til å føle seg mer effektiv og kompetent?** og **Hvordan kan vi arbeide i lag?** Fosterforeldrene kan da bli i stand til å ta et skritt tilbake, og tenke i termer av å etablere et samarbeidende partnerskap med barnet, rettet mot å nå deres delte og separate mål.

## **Omsorgsgivende atferd**

I samarbeidsorientert omsorg er det særlig to oppgaver fosterforeldrene må arbeide med. Den første er å hjelpe barnet til å erfare at det kan være trygt og belønnende å foreta valg, fullføre oppgaver og løse egne problemer. For å gi barnet slike erfaringer må fosterforeldrene aktivt strukturere et hverdagsliv som **fremmer kompetanse og tilbyr valg**, og anledninger for barnet til å føle seg genuint effektiv. Og hele tiden må fosterforeldrene være oppmerksomme på den fine balansen det er mellom å fremme adekvat avhengighet og å fremme adekvat selvstendighet.

Den andre oppgaven er å hjelpe barnet til å erfare samarbeidende relasjoner hvor begge parter bidrar til den andres mål. Dette involverer å gjøre samarbeidet lystbetont, og aktivt demonstrere at det å dele og det å jobbe sammen kan være belønnende og morsomt. Samtidig vil det å **forhandle innen faste grenser** sikre at det er satt trygge og rimelige rammer og at komfortable kompromisser kan bli nådd når det er nødvendig.

## **Barnets tanker og følelser**

Fosterforeldre må huske at barnet må ha utviklet tillit til en trygg base før det kan kjenne seg trygg nok til å kunne foreta valg, forhandle og inngå kompromisser. Først når det begynner å oppleve seg som sett, akseptert og som en god person

vil barnet kunne ta sjansen på å kjenne på hva det ønsker og på å gi uttrykk for ønskene. Etter hvert som barnet høster erfaringer vil det kjenne seg mer kompetent, ha større pågangsmot og samtidig være mer innstilt på samarbeid og kompromisser.

Erfaringer med å bli stadig mer kompetent til å **foreta valg**, løse problemer og nærme seg utfordringer, vil hjelpe barnet til å føle seg mer **effektiv og kompetent**. Og positive erfaringer med å samarbeide med voksne som det stoler på, vil utvikle en opplevelse av at det er belønnende å **inngå kompromisser og samarbeide**.

## OMSORGSTILNÆRMINGER FOR Å HJELPE BARNET TIL Å KJENNE SEG KOMPETENT

### Omsorg i det daglige

- Gjøre hus og hage så trygge som mulig. Fjerne gjenstander som barnet ikke kan røre slik at barnet kan utforske fritt, uten at voksne må gripe inn og «forstyrre».
- Skape anledninger for valg. For eksempel: gi barnet mulighet til å velge mellom ost og leverpostei på skiven, kornblanding i butikken, dessert til søndagsmiddagen, den ene eller andre buksen i butikken.
- Arbeide med ett eller to områder om gangen, og fokusere på disse til du ser tydelige tegn på framgang. Formidle bekræftelse og anerkjennelse.
- Bruke positive og samarbeidsorienterte formuleringer. For eksempel: «Når du er ferdig med tegningen din kan du komme hit og velge hva du vil ha på brødskiven» heller enn «Vask hendene dine før du spiser brødskiven».

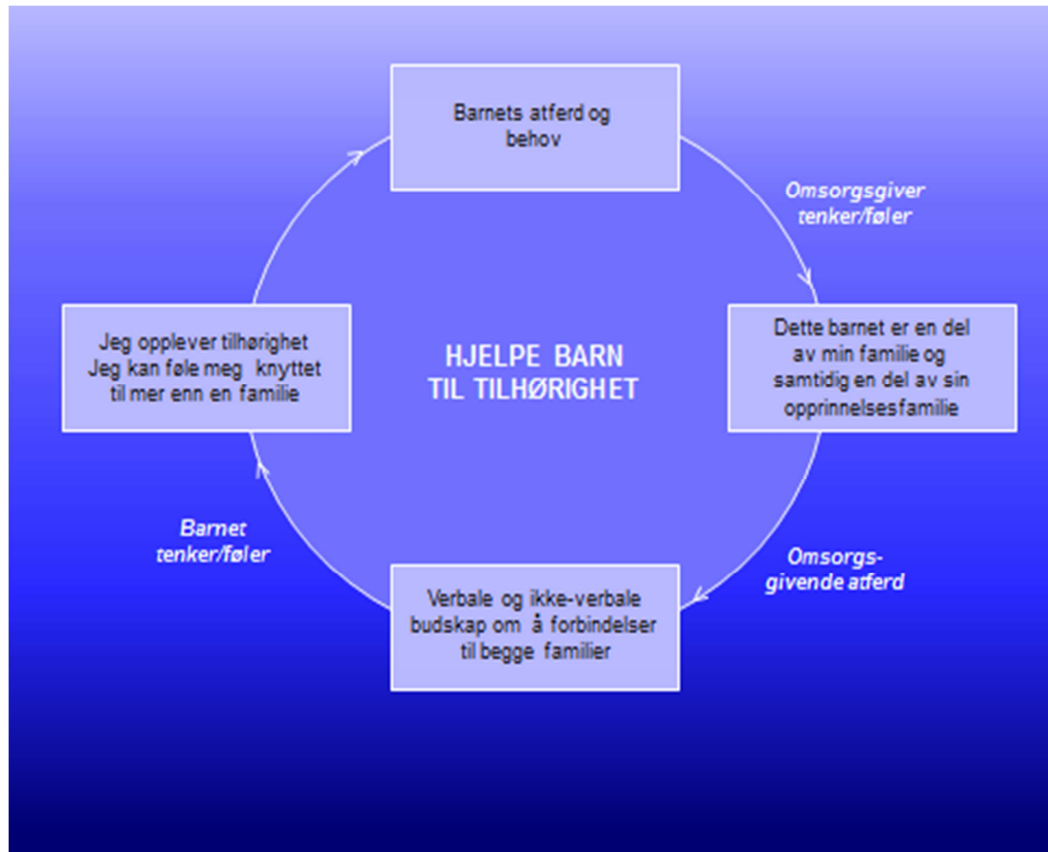
### Aktiviteter og leker

- Foreslå små oppgaver som barnet kan mestre. Vær nøye med å gi anerkjennelse og ros underveis og når målet er nådd. Hvis oppgaven blir vanskelig for barnet, gjør den sammen med barnet og hjelp barnet skritt for skritt til å mestre oppgaven. Dette er også en anledning til å vise at du er tilgjengelig.
- Introdusere leker der barnets aktivitet gir resultat som er belønnende for barnet. For eksempel: trykke på en tast, røre eller riste på noe.
- Finne aktiviteter dere kan være sammen om, som barnet liker og som gir tydelige resultater. For eksempel å bake en kake, dekke middagsbordet.
- Introdusere leker og spill som fremmer tur-taking og samarbeid.
- Søke etter anledninger for barnet til å samarbeide med andre barn – det kan være at du må være til stede og bistå til at samarbeidet lykkes.



- Hjelpe barnet/ungdommen med å identifisere noe det gjerne vil oppnå, gjøre, endre. Finn fram til et mål som kan bli nådd skrittvis, og gjennomfør forhandlinger om hva som kan være passende delmål. Når dere er enige om delmålene, tegner dere en enkel trapp og skriver ned et delmål på hvert trappetrinn. For eksempel: Hvis målet er å se Brann spille på hjemmebane, kan trinnene være: bruke internett for å finne datoer for hjemmekampene, velge en dato som passer, markere datoen på familiens aktivitetskalender, finne busstider osv. Bli enige om tid for å vurdere framgangen på prosjektet og finne ut om det trengs flere trinn for å nå målet.
- Huske at i valg av aktiviteter og leker kan utviklingsalder ha større betydning enn kronologisk alder.

## Å FREMME MEDLEMSKAP I FAMILIEN – hjelper barnet til å føle tilhørighet



**Familiemedlemskap** er en viktig tråd i barns livsvev og hjelper dem til sunn følelsesmessig og psykososial utvikling. Et barn uten nære familierelasjoner bærer ofte med seg en følelse av å være i et tomrom, både psykologisk og sosialt. Motsatt gir vissheten om ubetinget familiemedlemskap et anker og en forvisning om praktisk og følelsesmessig støtte gjennom livet. Denne vissheten virker som en trygg base for utforskning, identitet og personlig utvikling.

Denne dimensjonen dreier seg om fosterforeldres kapasitet til å inkludere barnet, sosialt og personlig, som et fullverdig familiemedlem. Den dreier seg også om å hjelpe barnet til å opprettholde en adekvat følelse av å *være forbundet med sin opprinnelige familie*. Hvor sterk denne forbindelsen bør være må vurderes ut fra det enkelte barnets behov og ut fra plasseringens planlagte varighet. For barn som er planlagt tilbakeført, vil den primære kilden til familietilhørighet som regel være opprinnelsesfamilien. For barn som er planlagt å skulle vokse opp i fosterfamilien, vil den som regel bli fosterfamilien. Opprinnelsesfamiliens plass og rolle vil i stor grad bli påvirket av kvalitetene ved barnets relasjoner til medlemmene i denne familien, og av hyppigheten av samværene med dem. Uansett vil barnet trenge å oppleve at det har tilhørighet i minst én familie. Barnet vil også trenge hjelp til å utvikle et sammenhengende familienarrativ, som gir mening for barnet på det utviklingstrinnet det befinner seg på.

## Barnets behov og atferd

Alle barn som blir plassert i fosterhjem bringer med seg sine unike erfaringer med familieliv. Erfaringene vil forme forventningene de har til det nye familielivet og til seg selv som familiemedlem.

Det er viktig å huske på at de fleste fosterbarn har hatt så vel gode som vonde opplevelser i familien sin. De vil ha gode minner så vel som triste eller skremmende minner. Alle vil møte utfordringer når de kommer til fosterhjemmet. Avhengig av alder og forståelser må de forholde seg til forskjellige former og grader av tap (av mennesker, steder, kjæledyr og venner). De er usikre (Hvor lenge skal jeg være her? Ønsker de egentlig å ha meg?) og de er bekymret (Er det trygt her? Kommer jeg til på passe inn her? Kommer jeg til å like meg?). Enkle gjøremål som å stå opp og spise frokost i ukjente omgivelser kan oppleves som å måtte klatre opp en høy fjelltopp. Påkjenningene med å flytte inn en ny familie kan neppe overvurderes. Det kan heller ikke utfordringene med å håndtere de komplekse følelsene tapet av sterke bånd har forårsaket.

De tidlige opplevelsene av å ha blitt ønsket velkommen inn i familien og de vedvarende budskapene om å være inkludert og satt pris på, kan trygge barnet. Også når det er usikkerhet om de framtidige planene for barnet, er full inkludering i familiens rutiner og aktiviteter et vesentlig bidrag til at barnet skal oppleve fosterforeldrene som en trygg base.

## Fosterforeldrenes tanker og følelser

Fosterforeldrene trenger å vite at et barns opplevelse av sin plass i opprinnelsesfamilien og fosterfamilien vil være påvirket av hvilken *plan* som er lagt for barnets framtid, og av *kvalitetene* i relasjonene i opprinnelsesfamilien og i fosterfamilien.

For eksempel; Barn som er korttids-plassert og planlagt tilbakeført, vil vanligvis ha behov for å være involvert både med enkeltmedlemmer og i familiesammenkomster i opprinnelsesfamilien. Samtidig vil de sette pris på å bli behandlet som de andre barna i fosterfamilien. Barn som er oppvekst-plassert vil ha behov for fullt familiemedlemskap i fosterfamilien, gjennom barndom og ungdom og langt opp i voksen alder. Samtidig skal de fleste ha kontakt eller samvær med sin opprinnelige familie. Balansene kan være utfordrende og må håndteres så konstruktivt som mulig.

Uansett rammer for plasseringen er fosterfamiliens evne til å ønske barnet velkommen og å ta opp i seg et nytt familiemedlem helt sentral. Det er også dens kapasitet til å være omtenkst, reflektert og åpen overfor barnet og barnets opprinnelsesfamilie. Oppgaven er sammensatt og innebærer en balanse mellom to kraftfulle hensyn som kan være i strid med hverandre: **dette barnet er en del av vår familie og er samtidig forbundet med sin opprinnelsesfamilie.**

## Omsorgsgivende atferd

Den primære oppgaven for fosterforeldre er å gi barnet et familieliv som er preget av følelsmessig varme og støtte. Videre bør familielivet formidle klare og rimelige forventninger til hvordan medlemmene i familien skal forholde seg til hverandre. Variasjonene i hvordan familiemedlemskap blir kommunisert er store, og knyttet til forskjeller i kultur, sosial klasse, språk, sosiale normer og religiøs utøvelse. Det er her vi ser en klar forbindelse til tilknytningsteori: sensitive fosterforeldre tilbyr barnet et miljø som beskrevet ovenfor, samtidig som de har kapasitet til å være *refleksive* omkring barnets behov og følelser omkring sitt medlemskap i sin opprinnelige familie.

Sensitiv omsorg innen denne dimensjonen innebærer å søke anledninger til å gi **verbale og ikke-verbale budskap om at barnet kan ha relasjoner i begge familiene sine**. Budskapene må være sensitive for barnets/ungdommens skiftende behov og omstendigheter. Målet er å hjelpe barnet til å etablere en sammenhengende følelse av identitet.

## Barnets tanker og følelser

Kombinasjonen av å inkludere barnet og samtidig anerkjenne det faktum at barnet er knyttet opp til mer enn en familie kan styrke barnets opplevelse av trygghet – «Jeg er trygg og sikker i denne familien, men jeg kan også tenke på og snakke om hvordan det føles å være en del av min andre familie». Over tid vil dette hjelpe barnet til å bearbeide sine sammensatte følelser. Barnet kan anerkjenne og uttrykke blandede følelser og håndtere sine doble og noen ganger mangfoldige familieforbindelser. Og barnet kan gjøre det på et nivå som kjennes å være i samsvar med barnets særlige forhold, ønsker og følelser. De kan bevege seg mot et nivå hvor deres tenkning og atferd avspeiler en sammenhengende opplevelse av hvem de er. De kan være bekvemme med å oppleve at «**Jeg hører til**» og at «**Jeg kan kjenne tilhørighet til mer enn én familie**».

## OMSORGSTILNÆRMINGER FOR Å HJELPE BARNET TIL Å FØLE TILHØRIGHET

### Å høre til i fosterfamilien

- Forklare barnet helt fra starten av hvordan familien lever og ordner seg – for eksempel dens rutiner og forventninger, dens valg av mat og TV-programmer – slik at barnet kan se hva som forventes og hvordan det kan passe inn.
- Tilpasse rutinene til barnets behov der det er mulig, for å gjøre det lettere for barnet å mestre, føle seg trygg og kjenne seg hjemme.

- Lage «rom» for barnet i familien. Dvs. knagg til å henge jakken på, fast plass ved bordet, seng og bilder/plakater på soveromsveggen som reflekterer barnets alder og interesser
- Legge vekt på familiemåltider og familieaktiviteter (for eksempel bowling, fotballkamp, søndagstur) hvor barnet kan oppleve seg som fullt ut akseptert som en del av familien.
- Være trygg på at utvidet familie og venner av familien ønsker barnet velkommen og behandler barnet som et familiemedlem.
- Henge opp bilder av barnet ved siden av bilder av familiens øvrige barn, og av barnet sammen med fosterfamiliens øvrige medlemmer.
- Lage et album med bilder av familieaktiviteter og markeringer som barnet har deltatt i. Albumet kan hjelpe barnet til å reflektere over sitt familieliv. Hvis barnet skal flytte hjem igjen eller videre, kan albumet følge barnet.
- Snakke med barnet om rutinemessige familieaktiviteter som vil inkludere barnet.

#### **Å være forbundet med opprinnelsesfamilien**

- Ha bilder av opprinnelsesfamiliens medlemmer der barnet selv ønsker å ha dem; på rommet, i en bok eller i stuen.
- Være påpasselig med at samtale omkring barnets opprinnelige familie er slik at barnet ikke må streve med å skape mening av negative, motstridende eller idealiserte oppfatninger av den.
- Snakke med barnets barnehage/lærer om familieforhold som kan skake opp barnet dersom de tas opp som tema i barnehagen/klassen.

#### **Å håndtere familiemedlemskap i mer enn en familie**

- Vise egen fleksibilitet omkring barnets doble familiemedlemskap, og om hva familiene kan bety for barnet.
- Hvis barnet er åpent for det, ha samtaler om gevinstene og utfordringene ved det å ha mer enn en familie, og hjelp barnet til å forstå og håndtere sine relasjoner.
- Finne modeller på barn og ungdommer som håndterer medlemskap i flere familier, for eksempel fra venners familie, TV eller bøker.
- Hjelp barnet til å tenke på/snakke om at det er uunngåelig å ikke ha blandete følelser.
- Være oppmerksom på potensielle vanskelige dager, som morsdag, farsdag, jul, og formidle (når det er passende) at det er greit å gi kort til mer enn en forelder, og også å bare gi til en – og også å endre mening om dette over tid.

# 4

## Å bruke Trygg Base: Vurdere potensielle fosterforeldre

Dette kapittelet formidler hvordan Trygg Base modellen kan brukes i vurderingen av potensielle fosterforeldre. Modellen gir et rammeverk for å vurdere om familien har de forutsetninger og ferdigheter som er nødvendig for å kunne gi reflektert og terapeutisk omsorg som en integrert del av det daglige familielivet.

I løpet av vurderingen blir hver av modellens fem omsorgsdimensjoner drøftet med de potensielle fosterforeldrene. Drøftingene kan inngå som en naturlig del av den ordinære innhenting av informasjon. For eksempel kan det under temaet familiebakgrunn og nære relasjoner spørres om hvor tilgjengelige deres egne foreldre var. Spørsmålet åpner for samtale om tilgjengelighet og om hvorfor det å være aktivt til stede for barnet er så helt sentralt for å hjelpe barnet til å utvikle tillit og trygghet.

Trygg Base dimensjonene kan utgjøre et rammeverk for samtale, analyse, vurdering og beslutningstaking. Oppmerksomhet må rettes mot de potensielle fosterforeldrenes ferdigheter og evner innen hver av dimensjonene – og også mot deres muligheter til å videreutvikle disse. Indikasjoner på at søkerne har de ønskede kvalitetene kan søkes etter både i fortid og i nåtid. De behøver ikke nødvendigvis å bli hentet fra erfaringer med å være foreldre. De kan også hentes fra erfaringer fra barndoms- og ungdomstid; fra arbeidsliv og vennskap. For eksempel kan kapasitet til å samarbeide belyses gjennom hvordan en potensiell fosterforelder beskriver en situasjon hvor han/hun med styrke fremholdt egne synspunkt, lyttet til kollegaens synspunkt, kom fram til et kompromiss og fortsatte det gode samarbeidet. Områder hvor de potensielle fosterforeldrene blir vurdert å ha behov for opplæring og støtte bør også løftes fram. Hvis det framkommer indikasjoner på liten kapasitet til å kunne bli en trygg base, bør det veie tungt i vurderingen av egnethet.

For å gi de potensielle fosterforeldrene en forståelse for tankene bak Trygg Base modellen, og for hva som er målet for hver enkelt omsorgsdimensjon, kan det være til hjelp å bruke laminerte bilder av Omsorgssirkelen og Omsorgsstjernen. Forståelse for betydningen av reflektert omsorg og av målet for den enkelte omsorgsdimensjonen kan bidra til at de forstår hvilke ferdigheter og kvaliteter det er viktig at de har – og kan vise at de har.

### Tilgjengelighet – hjelper barnet til å føle tillit

Vi vet at en sentral betingelse for barns følelsesmessig sunne utvikling er at de kan ta for gitt at omsorgsgiverne deres er der for dem, vil trygge dem, og gi dem trøst og beskyttelse når de har behov for det. Når barn tar dette for gitt, har de en trygg base som gir dem mot til utforskning, lek og læring og til å bygge opp tillit til seg selv og andre.

For å kunne bli en trygg base for et fosterbarn må fosterforeldre være både *fysisk* og *emosjonelt* tilgjengelige for barnet. De må kunne fange opp når barnet eller ungdommen trenger nærhet og beskyttelse, og de må kunne respondere raskt. Samtidig må de kunne fange opp når barnet er klar til selvstendig utforsking, alene eller sammen med jevnaldrende, og støtte barnet i det. Fosterforeldre må videre ha kapasitet til å reflektere over hva barnet trolig forventer fra voksne, og deretter til å tenke fleksibelt om hvordan de kan vise barnet at de selv er pålitelige og til å stole på.

I godkjenningsprosessen er det viktig å hjelpe de potensielle fosterforeldrene til å reflektere over hvilken kapasitet de har til å være fysisk og følelsesmessig tilgjengelige for barnet; som individer, som par og som familie. Det må vurderes i hvilken grad de vil kunne evne å være tilstede for barn som har utviklet ulike beskyttelses- og overlevelsesstrategier, og som trolig vil finne det vanskelig å stole på sine nye omsorgsgivere.

## TILGJENGELIGHET: FORHOLD Å UTFORSKE

- Hvor fleksible er de potensielle fosterforeldrene i sine tanker og forståelser av omsorgsutøvelse?
- Hvordan er deres egne erfaringer med å ha en trygg base under oppveksten, og med selv å være det som voksne? I utforskningen av dette er det nødvendig å komme forbi generelle uttalelser som «Mamma var alltid der for meg», «Jeg har alltid vært der for barna mine» og «Det vanskelige jeg opplevde har jeg lagt bak meg». Det er nødvendig med eksempler og beskrivelser av hva som skjedde/av hvordan det var. For eksempel: «Da jeg brakk armen og ble lagt inn på sykehuset, forlot ikke mamma meg i ett minutt, og jeg husker at jeg følte meg veldig trygg». Eksemplene kan like gjerne være fra det vanlige hverdagslivet som fra mer dramatiske hendelser eller tildragelser.
- I hvilken grad har de erfart traumer, tap, atskillelse, og hvordan har de håndtert dem?
- Kan de potensielle fosterforeldrene demonstrere at de har evne til åpenhet, tilstedeværelse og tillit i sine nåværende nære relasjoner?
- Hvor mye tid og rom og hvor mye følelsesmessig energi har de til å være aktivt tilgjengelige og responsive omsorgsgivere? Dette omfatter tid til å tenke og planlegge, men mest omfatter det emosjonelt rom og energi til å være der for barnet i de vanlige hverdagsrutinene som måltider, leggetider, TV-titting, høytlesing og leksearbeid.
- Hvordan er balansen mellom det å kunne være tilgjengelige for et fosterbarn og deres forpliktelser og engasjement overfor andre familiemedlemmer, eget arbeid, egne interesser osv?

- Hvilke økonomiske følger vil en høy grad av tilgjengelighet ha, og hvilke implikasjoner vil disse eventuelt gi for behov for økonomisk støtte?
- Hva er de øvrige familiemedlemmenes, inkludert egne foreldres, potensielle behov for mer omsorg om fem år, ti år, femten år?
- Hva med deres egne yrkeskarrierer, egne håp og planer?
- I hvor stor grad forstår de at følgene av tidlig skade oftest er langvarige, og at barnet/ungdommen trolig vil ha behov for stor grad av tilgjengelighet over svært lang tid? Og innser de at behovet trolig vil være særlig stort ved sentrale utviklingsmessige overganger (ved skolestart, overgang til ungdomsskole, avslutning av skolegang, flytting for seg selv)?

## Sensitivitet – hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd

Evne til å innstille seg på barnet, være interessert i hva barnet føler og tenker og å kunne *se verden fra barnets ståsted*, er nøkkelen til å kunne hjelpe barnet til å håndtere vanskelige følelser, og etter hvert til å regulere egen atferd.

Fosterforeldre må arbeide for å forstå og skape mening av hva barnet sier og gjør, tenker og føler. De må kunne danne fleksible hypoteser om hva som kan være underliggende tema, slik at de kan gi barnet sensitive gjensvar og prøve ut hvordan de best kan hjelpe barnet til å skape mening om seg selv. Fosterforeldre må også støtte barnet i å oppleve og uttrykke alle de følelsene det har, og også hjelpe det til å regulere og håndtere dem slik at de ikke blir overveldende.

I tillegg kan det å utøve omsorg for et barn som har hatt det vanskelig og som derfor ofte er vanskelig, utløse sterke og ofte blandede følelser hos fosterforeldrene. Det er viktig at dette blir forstått og snakket om. Sterke følelser hos fosterforeldrene kan ha sammenheng med både tidlige og nåværende relasjoner. Sterke følelser kan overvelde fosterforeldre på samme måter som de kan overvelde barnet.



## SENSITIVITET: FORHOLD Å UTFORSKE

- Hvordan er de potensielle fosterforeldrenes evne til å sette seg i andre menneskers sted, til å tenke over hva andre kan tenke og føle, og til å være interessert i meningene bak atferden deres?
- I hvilken grad kan de tenke og reflektere over et spekter av følelser hos seg selv og hos andre, for eksempel over hva som får dem selv – og andre – til å bli glad, sint, frustrert osv?
- Hvordan evner de å håndtere egne følelser og atferd – og å forstå sammenhengene mellom dem?
- Gir medlemmene i familien uttrykk for følelsene sine på adekvate måter, og i hvilken grad klarer de å håndtere dem med familiens beste for øyet?
- I hvilken grad evner de potensielle fosterforeldrene å tenke og reflektere over det spekteret av følelser som et barn kan erfare, og over hvor blandede følelsene kan være? Det kan være følelser av tap, av å kjenne seg forlatt, av sjokk, frykt, lettelse, opprømt, skuffelse, glede osv.
- Hvordan er deres kapasitet til å tenke og reflektere over hvorfor noen følelser kommer klart til syne, mens andre ikke gjør det? Og over sammenhenger mellom følelser og atferd?
- I hvilken grad evner de å se bakover og reflektere over sammenhenger mellom egne følelser og egen atferd på ulike utviklingstrinn, og særlig i ungdomsalder?
- I hvilken grad har de kapasitet til å sette seg selv i situasjonen til barn og unge som har erfart separasjoner, tap og mishandling? Og i hvilken grad kan de forstå og akseptere at virkningene av tidlige vanskelige erfaringer kan vare livet ut?

## Aksept – hjelper barnet til positiv selvfølelse

For å opprette, gjenopprette eller videreutvikle sin selvfølelse trenger barn omsorgsgivere som kan akseptere dem for dem de er, for både deres *styrker og deres vansker*, og uavhengig av om deres styrker og vansker er forskjellig fra deres egne. Å ha kapasitet til å akseptere barnet som det er, og samtidig se barnets muligheter for vekst, vil hjelpe fosterforeldre til å støtte barnet/ungdommen i å utnytte sitt potensiale og til å føle godt om seg selv.

Hvis fosterforeldre skal være i stand til bygge selvfølelse på denne måten, må de først være i stand til akseptere seg selv og være komfortable med å være den de er. Deres komfortable aksept av seg selv kan så tjene som en modell for barnet.

Familier som har den innstillingen at «ingen er gode til alt, men alle er gode til noe» har et godt utgangspunkt for å identifisere og fremme fosterbarnets evner, også når de er godt skjult eller uventede. Samtidig kan de selv være modeller på

at man kan ha det bra selv om man ikke alltid vinner, og selv om man ikke er god på alt.

## AKSEPT: FORHOLD Å UTFORSKE

- Viser de potensielle fosterforeldrene indikatorer på god selvfølelse? Kjenner og aksepterer de såvel sine styrker som sine svakheter?
- Kan de reflektere over stunder da selvfølelsen deres var lav? Kan de gjenkalle hva de følte og gjorde? Kan de huske hva som bidro til og hva som motarbeidet at de gjenvant god selvfølelse?
- I hvilken grad kan de akseptere, glede seg over og omfavne forskjeller i kultur, religion og etnisitet?
- Vil de ha kapasitet til å identifisere evner og interesser hos barnet/ungdommen, og til å støtte barnet/ungdommen til å utvikle dem?
- Kan de forstå at lav selvfølelse kan være maskert med overdreven skryting, med å framstå som «verdensmester», med motstand mot å delta i ting?
- Hvor stor kapasitet vil de ha for å arbeide aktivt for å formidle aksept og bygge selvfølelse?
- Vil de evne å formidle aksept på måter som er komfortable og akseptable for barn i ulike aldre og med ulike behov?
- Foreligger det indikasjoner på at de evner å bevare egen selvfølelse når de er under stress – og å opprettholde/tilpasse sine interesser og aktiviteter over tid?

## Samarbeid – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent

For at omsorgsgivere skal kunne hjelpe barn til å kjenne seg effektive og kompetente, må de tenke i termer av å *arbeide på lag* og å *skape samarbeidsallianser*. En vanlig utfordring for fosterforeldre er at barna og ungdommene kan framstå enten som for kraftfulle og kontrollerende, eller som for kraftsløse og ute av stand til fremme egne ønsker og behov.

Å gi omsorg innebærer alltid å sette stabile og trygge rammer for barnet. Det innebærer også å være innstilt på å forhandle innenfor disse rammene. Videre innebærer det å skape situasjoner hvor barn og unge kan foreta positive valg og beslutninger, og være adekvat selvhevdende.

Fosterforeldre må derfor være i stand til å finne mening og glede i å samarbeide med barnet. De må kunne utvikle ulike tilnærminger for å komme fram til

kompromisser, hvor både barnets og deres egne ønsker og behov blir ivaretatt. Til slutt må de kunne strukturere omgivelsene rundt barnet på måter som gir barnet mange trygge anledninger til valg og autonomi.

For å oppnå en tilnærming som er basert på samarbeid, trenger fosterforeldre også å ha god forståelse for i hvilken grad de selv opplever at de må ha kontroll, eller finner det vanskelig å ta kontroll. Også på dette området er evne til selvrefleksjon viktig.

## SAMARBEID: FORHOLD Å UTFORSKE

- Gir de potensielle fosterforeldrene eksempler på tidlige opplevelser av å ha følt seg effektive og kompetente?
- Hvordan var balansen mellom kontroll og samarbeid i deres egne oppvekstfamilier?
- Er det evidens for samarbeidende relasjoner og vektlegging av å få i stand kompromisser i nåværende livssituasjon – i parforholdet, den utvidede familien, jobben, nabolaget?
- I hvilken grad viser de kapasitet til å samarbeide med utreder om den felles oppgaven som vurdering av potensielle fosterforeldre jo er?
- Vil de evne å fange opp et barns behov for å oppleve seg som kompetent, og å arbeide for å fremme slike opplevelser – også i det helt små?
- I hvilken grad vil de kunne akseptere at barn/ungdommer kan ha behov for å erfare aldersadekvat selvstendighet, og samtidig ha behov for å få ivaretatt sine utviklingsmessige behov?
- Vil de ha kapasitet til å støtte barn og ungdommer til å være passende selvhevdende i relasjoner og situasjoner utenfor hjemmet?
- Hvordan vil de akseptere økende grad av autonomi, og at barn/ungdommer kan gjøre dårlige valg?
- I konfliktsituasjoner, hvilken kapasitet vil de ha til å gi tydelige tilbakemeldinger, både om konsekvenser av barnets/ungdommens handlinger og om hva de selv mener om dem?
- Kan de tenke gjennom de potensielle virkningene det kan ha for alle i familien dersom samarbeidet med barnet/ungdommen fortsetter å være vanskelig over lang tid? Eller blir vanskelig senere?

## Familiemedlemskap – hjelper barnet til å føle tilhørighet

En følelse av familiemedlemskap bygges gradvis opp fra fødselen av, og er viktig for en sunn utvikling. Alle fosterbarn er forbundet med mer enn en familie. For å styrke sin utvikling vil de ha behov for følelsesmessig og praktisk støtte fra fosterfamilien sin. Samtidig vil de ha behov for en mest mulig komfortabel og realistisk forståelse av både styrker og begrensninger i sin opprinnelsesfamilie.

Fosterfamilier må ha kapasitet til å absorbere nye familiemedlemmer, oftest barn/ungdom som har en helt annen bakgrunn og helt andre erfaringer enn det fosterfamilien selv har. De må også ha kapasitet til være reflekterte og åpne overfor barnet og barnets opprinnelsesfamilie.

### FAMILIEMEDLEMSKAP: FORHOLD Å UTFORSKE

- I hvilken grad viser de potensielle fosterforeldrene kapasitet til å ta opp i seg et nytt familiemedlem, og samtidig være fleksible nok til å akseptere at det nye medlemmet kan/vil ha behov for å krysse familiegrensene – fysisk og psykisk?
- Hvor åpent kommuniserer familien med andre systemer – barnehage/skole, venner og naboer, grupper i lokalsamfunnet?
- Hvordan oppfatter familien verden utenfor familiegrensene – blir den sett som trygg og imøtekommende eller som utrygg og fiendtlig?
- Hvordan er familiens toleranse overfor forskjeller i tro, verdier og forventninger?
- I hvilken grad kan den ta opp i seg barn/ungdom som har andre normer og verdier enn den selv har?
- Er alle familiemedlemmene innstilte på å være fleksible og legge til rette for at et barn/ungdom skal føle seg vel i familien?
- Vil de potensielle fosterforeldrene kunne formidle tilbud om å høre til i familien, og samtidig formidle forståelse og respekt for barnets opplevelse av å høre til i sin opprinnelige familie?
- Vil de evne å akseptere at det kan ta lang tid før et barn er klar til, eller i stand til, å forplikte seg følelsesmessig overfor en ny familie?
- Vil de forstå at spørsmålet «Hvilken familie hører egentlig jeg til i?» kan dukke opp med jevne og ujevne mellomrom, og at barnet hver gang vil ha behov for å dele tanker og overveielser med en sensitiv omsorgsperson?
- I hvilken grad kan de forstå at mange fosterbarn har intense og sammensatte følelser av ansvar, sinne, idealisering, lettelse, lengsel og skyld i forhold til sin opprinnelige familie?
- Vil de ha kapasitet til å støtte en et barn/en ungdom med å utforske opprinnelsesfamiliens historie, som en del av prosessen med å skape mening om fortiden?

# 5

## Å bruke Trygg Base: Vurdere fosterforeldres evne til å være en trygg base for barnet

Sammen med andre kartleggingsmetoder kan Trygg Base modellen brukes for å vurdere fosterforeldres kapasitet til å være en trygg base for fosterbarnet sitt. Trygg Base Intervjuet er en nøkkelressurs for å fokusere de fem dimensjonene – både omsorgsoppgavene og utviklingsmålene. Omsorgssirkelen brukes for å strukturere spørsmålene. Første del av dette kapitlet viser hvilke formål Trygg Base Intervjuet kan brukes til, og gir en mal for hvordan det kan gjennomføres. Andre del gir veiledning på analyse av informasjonen som intervjuet har gitt.

Det er viktig å engasjere fosterforeldrene både i selve intervjuet og i det påfølgende arbeidet med å bruke Trygg Base modellen for å planlegge omsorgstilnærminger som kan hjelpe fosterforeldrene til å hjelpe barnet. Fosterforeldrene bør inviteres til å reflektere over informasjon og ideer som kommer fram, og til å samarbeide om å generere omsorgstilnærminger som kan være gjennomførbare og virksomme.

Det er utarbeidet en skisse for hvordan intervjuet kan gjennomføres. Skissen bør justeres slik at intervjueren bruker ord og vendinger som er lett tilgjengelige for de aktuelle fosterforeldrene, og som samsvarer med plan og målsetting for plasseringen. Hele intervjuet gjennomføres i EN samtale, og slik at alle fem dimensjonene blir dekket. Dette forutsetter at intervjuet har framdrift, det vil si at det blir gjennomført på en organisert og konsis måte slik intervjuguiden viser. I selve intervjuet er det innhenting av informasjon som er i fokus. Samtale om ideer og tanker om å prøve ut nye omsorgstilnærminger skjer etter at hele intervjuet er gjennomført.

Trygg Base Intervjuet kan brukes i mange sammenhenger og for en rekke formål. For eksempel:

- Tidlig i en plassering kan intervjuet brukes for å hjelpe fosterforeldre til å tone seg inn mot barnets behov. Intervjuet kan identifisere områder for videre utvikling og støtte både for fosterforeldrene og barnet.
- Som ledd i en pågående veiledning kan intervjuet brukes for å sette og følge opp utviklingsmål for barnet og for å utvikle fosterforeldrenes omsorgskapasitet.
- Som ledd i en eventuell årlig statusgjennomgang av plasseringen kan intervjuet belyse fosterforeldrenes kapasiteter og identifisere områder for videre utvikling og støtte.
- Når plasseringen er vanskelig, kan intervjuet brukes til å fokusere barnets/ungdommens behov og styrker, fosterforeldrenes kapasiteter, og identifisere områder for videre utvikling og støtte.

- Når barnet/ungdommen blir vurdert å være i risiko og ha behov for en mer aktiv og målrettet omsorg, kan intervjuet sette søkelys på barnets trygghet, behov og styrker og fosterforeldrenes kapasiteter. Det kan identifisere områder for videre utvikling og støtte, eller handlinger som er nødvendig for å trygge barnet eller fremme barnets trivsel.

Trygg Base Intervjuet legger til rette for å samarbeide med fosterforeldrene om å utforske hvordan de møter barnets behov og atferd innen de fem omsorgsdimensjonene. Intervjuet og samtalen setter relasjonen mellom fosterforeldrene og barnet i sentrum, men alle forhold i barnets liv kan være relevante. Det kan for eksempel gjelde forhold som barnets framgang i skolen, og hvordan fosterforeldrenes støtte til barnets læring kan virke inn på barnets selvfølelse.

Innen hver av dimensjonene i Trygg Base modellen blir fosterforeldrene bedt om å gi et *konkret* eksempel på en situasjon som illustrerer barnets atferd og deres egen respons. Generelle svar som «Han blir alltid opprørt» eller «Jeg prøver alltid å hjelpe ham» er ikke tilstrekkelige for denne typen kartlegging.

Fosterforeldrene blir deretter bedt om å reflektere rundt hva barnet kan ha tenkt og følt i eksemplet, og om hvorfor barnet gjorde som det gjorde/var som det var. Dette følges opp med spørsmål om hva de selv tenkte og følte om barnets atferd/væremåte og om hvordan de responderte. Eksemplet blir sett i sammenheng med den aktuelle utviklings- og omsorgsdimensjonen, for eksempel barnets evne til å stole på andre.

## Trygg Base Intervjuet

Spørsmålene som følger er om hvordan (barnets navn) utvikler seg, og også om hvordan dere utøver omsorg for ham/henne. Samtalen kan hjelpe oss til å se hva som går bra, og til tenke over om det vil være innsatser som kan være til hjelp for dere og barnet. Jeg vil spørre om dere kan huske en konkret anledning hvor (barnet) var sint, bekymret, følte godt om seg selv eller lignende – om hvordan dere svarte og om hvordan det gikk. Slik kan vi utforske flere ulike situasjoner.

OBS! Et laminert bilde av Omsorgsstjernen bør ligge framme når intervjuet starter, og brukes til å forklare at spørsmålene og samtalen vil dreie seg om de fem omsorgsdimensjonene.

---

### DEL 1 En kort beskrivelse av barnet/ungdommen

- Kan dere gi en helt kort beskrivelse av (barnet)? Bare de første tingene som faller dere inn når dere tenker på ham/henne.

Dette innledende spørsmålet er ment å skulle “overraske det ubevisste” ved at det ber om et spontant svar som kan formidle noe om fosterforeldrenes tanker og følelser om barnet. Intervjueren ber omsorgsgiveren om å gi et kort svar for å unngå at svaret går for detaljert inn på områder som blir dekket senere i intervjuet.

---

## DEL 2 Tilgjengelighet – hjelpe barnet til å føle tillit

Det første settet av spørsmål dreier seg om i hvor stor grad (barnet) klarer å stole på sine nære voksne. Vi skal prøve å få fram hva som hender når han/hun er oppbrakt eller bekymret over noe.

- Kan dere huske en konkret anledning da han/hun var oppbrakt eller bekymret over noe?
- Hva gjorde han/hun?
- Hvorfor tror dere at han/hun gjorde som han/hun gjorde?
- Hva tror dere han/hun tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) adferd dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Pleier han/hun å være slik når han/hun er opprørt eller bekymret?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når han/hun viser slik atferd?
- Har dere funnet fram til andre måter å hjelpe ham/henne på?

---

## DEL 3 Sensitivitet – hjelpe barnet til å regulere følelser og atferd

Det neste settet av spørsmål dreier seg om i hvilken grad (barnet) klarer å håndtere følelsene sine. Det er store forskjeller når det gjelder hvordan barn håndterer sterke følelser som for eksempel sinne. Noen barn viser følelsene sine lett og greit, noen slipper følelsene sine helt løs, og noen legger lokk på dem.

- Kan dere tenke på en konkret gang da (barnet) var sint for noe?
- Hva gjorde hun/han da hun/han følte seg sint?
- Hvorfor tror dere at hun/han oppførte seg på den måten?
- Hva tror dere hun/han tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Pleier hun/han å vise slik atferd når hun/han er sint?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når hun/han viser slik atferd?
- Har dere funnet andre måter å hjelpe (barnet) på?

---

## DEL 4 Aksept – hjelpe barnet til en positiv selvfølelse

Spørsmålene som kommer nå dreier seg om hvordan (barnet) oppfatter seg selv og hvordan han/hun håndterer det når det ikke går så bra.

### Avsnitt 1

- Kan dere tenke på en konkret gang da (barnet) viste at (han/hun) følte godt om seg selv? (OBS! Hvis det ikke er noen eksempler, gå videre til Avsnitt 2)
- Hva gjorde eller sa han/hun?
- Hvorfor tror dere at han/hun gjorde/sa det hun/han gjorde/sa?
- Hva tror dere han/hun tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Pleier han/hun vanligvis å vise slik atferd når han/hun føler godt om seg selv?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når han/hun viser slik atferd?

### Avsnitt 2

- Kan dere tenke på en situasjon da det ikke gikk bra for (barnet), for eksempel da hun/han var skuffet over noe, tapte i et spill eller mislyktes i noe?
- Hva gjorde (barnet) da dette skjedde?
- Hvorfor tror dere hun/han viste slik atferd?
- Hva tror dere hun/han tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd/væremåte dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Er det sånn hun/han pleier å være når det ikke går bra?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når hun/han viser lav selvfølelse?
- Har dere funnet andre måter å hjelpe (barnet) på?



---

## **DEL 5 Samarbeid – hjelpe barnet til kjenne seg kompetent**

Det neste settet av spørsmål dreier seg om hvor mestrende og kompetent (barnet) føler seg.

- Hvordan pleier (barnet) å reagere når han/hun blir stillet overfor en oppgave, et problem eller et valg han/hun synes er utfordrende?
- Kan dere gi et konkret eksempel? Hvordan var han/hun?
- Hvorfor tror dere at han/hun var på den måten?
- Hva tror dere han/hun tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd dere til å føle?
- Hva sa og/eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres på når han/hun synes en oppgave er vanskelig?
- Har dere funnet andre måter å hjelpe (barnet) på?

---

## **DEL 6 Familiemedlemskap – hjelpe barnet til å føle tilhørighet**

Nå kommer noen spørsmål om hvordan (barnet) føler om det å høre til i familien deres.

- Kan dere tenke på en konkret anledning da (barnet) sa eller gjorde noe som viste hvordan hun/han føler om det å være en del av deres familie?
- Hva sa eller gjorde hun/han?
- Hvorfor tror dere hun/han sa eller gjorde akkurat det?
- Hva tror dere hun/han tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd, eller det hun/han sa, dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når dette temaet er aktuelt?
- Har dere funnet andre tilnærminger?

Spørsmålene som følger nå er om (barnets) følelser omkring sin opprinnelsesfamilie.

- Kan dere tenke på en konkret anledning da (barnet) sa eller gjorde noe som viste hvordan han/hun føler om sin opprinnelsesfamilie?
- Hva var det han/hun sa eller gjorde?
- Hvorfor tror dere han/hun sa eller gjorde det?

- Hva tror dere han/hun tenkte og følte?
- Hva fikk (barnets) atferd/det barnet sa dere til å føle?
- Hva sa eller gjorde dere?
- Hvordan virket det?
- Er dette den vanlige tilnærmingen deres når (barnet) viser følelsene sine for/ønsker å snakke om sin opprinnelige familie?
- Har dere funnet andre måter å respondere på?

---

## DEL 7 Omsorg og støtte

- Hvilke aspekter ved å dra omsorg for (barnet/ungdommen) gir dere de sterkeste opplevelsene av stolthet eller av å ha lykket med å hjelpe ham/henne?
- Hvilke aspekter har vært eller er de vanskeligste?
- Hva er de viktigste kildene for hjelp og støtte for dere som fosterforeldre?
- Er det noen særlig hjelp og støtte dere ville ønsket med noe av det som vi har drøftet nå? Eller med forhold vi ikke har drøftet?

## Analyse av Trygg Base Intervjuet

---

### DEL 1 En kort beskrivelse av barnet/ungdommen

#### **Styrker i relasjonen kan bli indikert ved at**

- Fosterforeldrene kan gi en beskrivelse som er konkret og spesifikk for dette barnet.
- Fosterforeldrene viser varme, interesse og glede over barnet.
- Beskrivelsen er balansert ved at den inkluderer så vel barnets styrker som barnets vansker, og også fosterforeldrenes egne følelser overfor barnet.

#### **Vansker i relasjonen kan bli indikert ved at**

- Fosterforeldrene bare kan gi vage, generaliserte beskrivelser av barnet (for eksempel: «en helt vanlig jente»).
- Fosterforeldrene framstår som kjølige, avmålte, og uinteresserte i barnet, eller de indikerer uvennlighet overfor barnet, ser barnet som en byrde eller synes å være skremt av barnet.
- Beskrivelsen av barnet er i det store og hele negativ og kritisk.

---

## DEL 2 Tilgjengelighet – hjelpe barnet til å føle tillit

Et barns tillit til seg selv, andre og verden blir utviklet i samspillet med en omsorgsgiver som er fysisk og emosjonelt tilgjengelig. Trygg Base Intervjuet forholder seg til temaet tillit ved å fokusere på barnets kapasitet til å søke trøst når det er engstelig eller opprørt. Det vil si at barnet stoler på at en nær omsorgsperson vil være tilgjengelig og responsiv, og at barnet så kan returnere til lek og utforskning.

I analysearbeidet kan kunnskap om trygge og utrygge tilknytningsmønstre bidra til å skape mening i barnets atferd når det er ute av lane. Det dreier seg ikke om å klassifisere barnet, men om å se etter mønstre av atferd og å forstå hvilke strategier barnet bruker for å kunne føle seg trygg. Det er også viktig å vurdere hvordan fosterforeldrene synes å besvare barnets strategier (for eksempel hvordan de forholder seg når barnet lukker av og ikke viser følelser), og om svarene deres bidrar til å gi barnet økt trygghet, som en trygg base skal, eller om svarene forsterker utrygghet.

### Barn med trygg tilknytning

Et **trygt** barn har kapasitet til å bruke sine omsorgsgivere som en trygg base, en base som gir trøst og støtte når barnet møter motgang, og som setter barnet i stand til å gjenoppta lek og utforskning. For eksempel kan en smårolling leke fornøyd for seg selv, i avstand fra omsorgsgiveren, og innimellom kikke mot eller snakke til omsorgsgiveren for å vite at han/hun fortsatt er der. Men, hvis barnet slår seg, vil det umiddelbart rope til/gå til/løpe til omsorgsgiveren for trøst. Kvaliteten ved barnets utforskning – avslappet, nysgjerrig, oppslukt – er viktig her. For trygge barn er det å søke trøst et middel for å nå et mål – målet er å redusere angst og gjenopprette likevekt slik at utforskning og aktivitet kan fortsette.

### Barn med utrygg tilknytning

Barn som har et **unngående** tilknytningsmønster er mindre i stand til å bruke omsorgsgiveren som en trygg base. De kan forsøke å være selvtilstrekkelig og hjelpe seg selv når de møter vansker. Barnet unngår ikke en relasjon til omsorgsgiveren, heller unngår det å vise følelser, og særlig negative følelser. Barnet har utviklet en strategi for å unngå å forårsake stress og uro hos omsorgsgiveren og dermed kunne opprettholde en form for fysisk nærhet. Barnet kan synes å være veloppdraget og selvstendig, med oppmerksomheten rettet mot leker og aktiviteter. Det kan virke uberørt av vanskelige hendelser. Barn som har utviklet en slik strategi kan feilaktig bli sett som *resiliente*, eller som å ikke ha noen tilknytning. I realiteten er de svært engstelige, og har utviklet en strategi hvor de minimaliserer sin tilknytningsatferd fordi de ikke har tillit til svaret de vil få.

Barn som har et **ambivalent** tilknytningsmønster har lært å få behovene sine møtt ved å vise følelsene sine og hele tiden trenge noe fra omsorgsgiveren, i håp om å få hans/hennes oppmerksomhet. Disse barna tyr til omsorgsgiveren sin når de er urolige. De kan klenge på omsorgsgiveren sin det meste av tiden, og være ute av stand til å utforske, leke og lære. Barna kan ikke trygt bevege seg

bort fra omsorgsgiveren, fordi de ikke stoler på at hun/han vil være der for dem når de vender tilbake. Barn med et ambivalent tilknytningsmønster kan utvikle en svært krevende atferd, som veksler mellom ekstrem grad av krav om oppmerksomhet og sinne. Men de kan også utvikle en atferd preget av hjelpeløshet og håpløshet, der hjelpeløshet er den overveiende følelsen.

Barn med **desorganisert** tilknytningsmønster, som har erfart skremmende eller skremt omsorg, er i et uløselig dilemma: Hvordan nærmer jeg meg henne/ham for å få trøst, når det å være nær gjør meg mer, og ikke mindre, redd og engstelig? Spedbarn og små barn forblir uten noen effektiv strategi. De kan vise forvirret og forvirrende atferd, kanskje «stivne» når omsorgsgiveren er tilstede, eller nærme seg henne/ham for så å snu seg vekk.

I løpet av førskolealder begynner barn med desorganiserte tilknytningsmønstre å utvikle en rekke atferdsmessige strategier for å kontrollere omsorgsgiveren og slik gjøre situasjonen sin mer forutsigbar. Strategiene (straffende sinne, tvangsmessig selvhjelpenhet, tvangsmessig omsorgsgiving) gjør det vanskelig å forstå hva barnet tenker og føler.

Når barn med et desorganisert tilknytningsmønster er i en situasjon hvor de opplever seg som relativt tryggere, kan de eksponere mindre av disse mer ekstreme atferdene. De kan da heller vise atferd som kan samsvare med, og også veksle mellom, unngående eller ambivalente mønstre/strategier.

### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å være tilgjengelige for barnet**

- Fosterforeldrene har god tid til å fokusere på barnet.
- Fosterforeldrene har følelsesmessig rom og tilgjengelighet (dvs. er ikke fordypet i egne vanskelige følelser og udekkede behov, eller følelsesmessig tilbaketrukket og utilgjengelige).
- Fosterforeldrene har kapasitet til å reflektere over barnets behov for å bygge opp tillit til dem som omsorgsgivere, og over hva de kan gjøre for å hjelpe barnet til det.
- Fosterforeldrene er våre for barnets behov og signaler (er for eksempel i stand til å identifisere og beskrive en gang da barnet var bekymret eller opprørt, hvordan barnet viste – eller ikke viste – dette, hvilke tegn de kan se etter for å fange opp om barnet er lei seg eller plaget osv).

### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å være tilgjengelige for barnet**

- Fosterforeldrene har mangel på tid og/eller energi.
- Fosterforeldrene har selv store udekkede behov (kanskje fra fortiden).
- Fosterforeldrene synes overveldet av barnets krav.
- Fosterforeldrene kjenner seg marginalisert av barnet, satt på sidelinjen.
- Fosterforeldrene distanserer seg fra barnet.
- Fosterforeldrene mener barn ikke skulle trenge så mye oppmerksomhet.

- Fosterforeldrene mener barn kan ta skade av mye oppmerksomhet.

---

### DEL 3    **Sensitivitet – hjelpe barnet til å regulere følelser og atferd**

For at barn skal kunne delta komfortabelt og konstruktivt i lek og læring, og i relasjoner med familie og venner, er det avgjørende viktig at de evner å regulere og håndtere sine følelser og atferd. Om de er overveldet av følelser som *angst* eller *sinne*, er det svært vanskelig for dem å utvikle kompetanse og tiltro i lek, læring og i aktiviteter sammen med andre.

Trygg Base Intervjuet fokuserer på hvordan barnet håndterer vanskelige følelser, som sinne og bekymring. Det å regulere vanskelige følelser er en av de mest krevende oppgavene omsorgssviktede barn står overfor, uansett alder. Det kan imidlertid være til hjelp å innhente informasjon om hvordan barnet uttrykker en *rekke* ulike følelser, som tristhet og glede. Blir disse følelsene uttrykt på passende aldersadekvate måter, blir de undertrykket eller blir de uttrykt eksplosivt og overdrevent? Verbal og ikke-verbal, direkte og indirekte kommunikasjon av følelser vil være relevant. For eksempel kan intervjuet (sammen med vurderinger fra helsetjenester og barnehage/skole) gi informasjon om sinneanfall og trassatferd, men også om hodepine, magesmerter, sengevæting, eller selvskading i perioder der påkjenningene for barnet er store.

Barnets evne til å uttrykke og håndtere hele spekteret av følelser på passende måter i samhandlinger med andre, hviler på barnets mind-mindedness eller evne til å mentalisere og å trekke linjer til atferd. For spedbarnet blir barnets følelser rommet og regulert av omsorgsgiverens mind-mindedness. Men fra helt tidlig av er det en sentral oppgave for omsorgsgivere å støtte barnet til å kunne forstå egne og andres følelser og tanker. Etter hvert som barnet blir eldre, blir evnen til å kunne regulere egne følelser og atferd, å kunne forstå, ta hensyn til og vise empati overfor andres følelser stadig viktigere. Barn som mottar trygg og sensitiv omsorg vil nå dette utviklingstrinnet ved 3-4 års alder. Hos barn som har erfart mishandling og omsorgssvikt vil evnen til å mentalisere oftest være svakt utviklet. For at evnen skal kunne utvikles, må barnet få en ny kontekst som gir trygghet, og tillit til å bli sett og ivaretatt.

Når sterke følelser kommer til overflaten er det viktig å identifisere og forstå atferdsmønstre hos barnet som kan indikere hvilke mestrings- og forsvarsstrategier det har utviklet. Det er også viktig å forstå når barnet ikke har kunnet utvikle en strategi og er dysregulert. Å være uten strategi kan føre til ekstremt aggressiv atferd, eller til fornektning og dissosiasjon. Hvordan fosterforeldrene forholder seg til følelsesuttrykkene, er helt sentralt.

#### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å være sensitive overfor barnet**

- Fosterforeldrene kan reflektere over barnets følelser, om hvordan de blir uttrykt, vite at barnet noen ganger har sterke følelser, og at det er forståelig «i lys av omstendighetene»

- Fosterforeldrene evner "å stå i barnets sko", å tenke fleksibelt omkring hva barnet kan tenke og føle, og å dele tankene om dette med barnet på måter og tidspunkt som er avpasset barnets behov og forutsetninger.
- Fosterforeldrene kan reflektere rundt sine egne følelser, og dele dem på passende måter med barnet og med andre mennesker.

### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å være sensitive overfor barnet**

- Fosterforeldrene mangler interesse og nysgjerrighet på hva barnet tenker og føler.
- Fosterforeldrene har vanskelig for å tenke fleksibelt omkring hele spekteret av mulige følelser og mulig årsaker til at barnet oppfører seg som det gjør.
- Fosterforeldrene synes det er vanskelig å tenke på og snakke om barnets fortid – kan synes det er for smertefullt og/eller at barnet trenger en «frisk start».
- Fosterforeldrene er ofte negative overfor barnet eller sinte på det, uten å gi seg selv en tenkepause for å reflektere over grunnene til at barnet oppfører seg som det gjør, eller hvordan barnet best kan møtes.
- Fosterforeldrene synes å være overveldet av egne sterke følelser og/eller finner det vanskelig å tenke og å snakke om dem. (NB. Det er normalvariasjon i det å snakke om egne følelser, det er ekstremene som kan gi grunnlag for bekymring. Det sentrale er kapasiteten til å erkjenne og forstå barnets tanker og følelser).

---

## **DEL 4 Aksept – hjelpe barnet til en positiv selvfølelse**

Barn som har god selvfølelse kan glede seg over egen mestring, tørre å prøve noe nytt og akseptere at de ikke kan være gode på alt. Sunn selvfølelse dreier seg derfor ofte om å prøve å få til gode resultater, men samtidig være realistisk med hensyn til hva som kan og hva som ikke kan bli oppnådd.

Mange barn har vansker med å godta og verdsette seg selv. Å få en mer presis forståelse av det enkelte barnets vansker er et viktig siktemål for kartleggingen. Det åpenbare utgangspunktet for å forstå, er barnets historie. Barnets historie kan gi kunnskap om i hvilken grad barnet har hatt anledning til å kjenne seg elsket og verdsatt. Den kan også avdekke om barnet har vært utsatt for særlig alvorlig avvisning eller har vært utpekt som syndebukk. Trygg Base Intervjuet søker etter konkrete eksempler på god selvfølelse, lav selvfølelse og på barnets håndtering av nederlag.

Barn med lav selvfølelse må *forsvare* seg mot de følelsene den lave selvfølelsen skaper. Det er derfor lite trolig at det barnet sier og gjør, gir en enkel eller presis forståelse av hva som rører seg i barnet. Smil, overdreven skryt, å ikke godta å tape i et spill, kan for eksempel maskere en meget lav selvfølelse.

Det å godta seg selv dreier seg ikke bare om å verdsette sine personlige kvaliteter eller om opplevde mestringer. Det å godta seg selv er knyttet opp til *utvikling av selvoppfatning og identitet*. I denne bredere konteksten er barns evne til å godta og verdsette sitt kjønn og sin etnisitet, kultur og religion viktige deler av

selvoppfatningen. For barn som har erfart ulike grader av brudd og diskontinuitet kan det å være verdt å bli elsket eller ei, det å være en god person eller ei, bli forbundet med forhold utenfor dem selv, som å være jente, å ha en spesifikk etnisk bakgrunn eller å ha en funksjonshemming.

For å vurdere selvfølelse, og for å planlegge og støtte plasseringer, er det viktig å ha informasjon fra flere kilder. Informasjonen kan bekrefte et mønster eller den kan åpne et vindu inn mot andre aspekter ved barnets selvoppfatning som må undersøkes nærmere.

### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å akseptere barnet**

- Fosterforeldrene viser glede og stolthet over barnet, og gir levende eksempler på dette.
- Fosterforeldrene kan lett og raskt bekrefte og anerkjenne barnet.
- Fosterforeldrene kan på en vennlig og støttende måte hjelpe barnet med å godta nederlag og tilbakeslag.
- Fosterforeldrene kan aktivt støtte barnet i å vinne erfaringer med jevnaldrende og i å forfølge sine interesser og aktiviteter.

### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å akseptere barnet**

- Fosterforeldrene har en tendens til å legge vekt på negative sider ved barnet, og viser få tegn på glede eller stolthet.
- Fosterforeldrene synes det er vanskelig å akseptere/glede seg over barnets individualitet og over hvordan barnet kan være forskjellig fra de øvrige familie-medlemmene.
- Fosterforeldrene ser barnet som «en byrde».
- Fosterforeldrene gir barnet lite aktiv støtte til å vinne erfaringer med jevnaldrende, og støtter lite opp om barnets interesser og aktiviteter.

---

## **DEL 5 Samarbeid – hjelpe barnet til å kjenne seg kompetent**

Desto mer *passende* effektivt og selvrepresenterende et barn er i stand til å være, desto mer sannsynlig er det at barnet vil samarbeide og inngå kompromisser. Et slikt barn har lært at det å hevde seg *kombinert* med vilje til å gjøre noen innrømmelser og å samarbeide, øker muligheten for å nå egne mål og å opprettholde gode relasjoner.

Trygg Base Intervjuet fokuserer på både barnets kapasitet til å føle seg effektiv og kompetent, og på i hvilken grad det derfor både kan hevde seg og samarbeide med voksne.

Vurderingen av effektivitet når det gjelder å nå egne mål og samtidig samarbeide med andre er sjelden enkel. Noen barns opplevelse av å være effektive har blitt så underminert at de ikke makter å hevde seg, og fremstår som avhengige og passive. Andre barn blir så skremte av sin egen maktesløshet at de bare kan



kjenne seg trygge når de har total kontroll over andre, - og dermed *framstår* som mektige. På samme måte kan det å være lite krevende og svært selvtillstrekkelige fungere som kontrollerende, siden budskapet til omsorgspersonen er: «Jeg vil ikke la deg passe på meg». Til og med barn som er svært avhengige kan være kontrollerende ved gjennom budskapet: «Jeg vil ikke la deg leve ditt eget liv, jeg trenger deg for mye».

De komplekse forbindelsene mellom *effektivitet i å fremme sine interesser* og å *samarbeide* gjør det nødvendig å vurdere dem både hver for seg og sammen.

### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å samarbeide med barnet**

- Fosterforeldrene tenker på barnet som et autonomt individ som har ønsker, følelser og mål som er gyldige og meningsbærende, og som trenger å føle seg effektiv (for eksempel: «Han er midt inne i leken sin. Det er forståelig at han hater å måtte avbryte den når vi må gå ut»).
- Fosterforeldrene legger til rette for et hyggelig samarbeid med barnet overalt hvor det er mulig (for eksempel: «Vi gjør det til en slags lek å rydde opp lekene. Det liker han, så da gjør det ham ikke så mye at vi må gå ut»).
- Fosterforeldrene fremmer muligheter for at barnet kan gjøre valg og kjenne seg effektiv.
- Fosterforeldrene setter trygge og klare rammer og grenser – og forhandler innenfor disse.

### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å samarbeide med barnet**

- Fosterforeldrene understreker et behov for å ha kontroll, for eksempel blir ulikhet i synspunkt eller ønsker mellom dem og barnet sett som en kamp de må vinne.
- Fosterforeldrene finner det vanskelig å akseptere/glede seg over barnets behov for selvstendighet, og å tillate valg og fremme barnets kompetanse og effektivitet.
- Fosterforeldrene finner det vanskelig å tillate barnet å prøve seg på nye ting eller å ta selv moderate sjanser.
- Fosterforeldrene mener barnet skulle klart det meste bedre.

---

## **DEL 6    Å fremme familiemedlemskap – hjelpe barnet til å føle tilhørighet**

Familiemedlemskap er viktig for den følelsesmessige og psykososiale utviklingen. Kartlegging på denne dimensjonen fordrer stor grad av sensitivitet for barnets erfaringer og synspunkt, og også for de svært ulike måtene som familier utøver og uttrykker familiemedlemskap på. Kartleggingen må videre ta hensyn til i hvilken grad barnets behov for å utvikle en sammenhengende og meningsbærende opplevelse av identitet blir ivaretatt.

For barn som er i fosterhjem, vil utformingen av medlemskap i henholdsvis opprinnelsesfamilie og i fosterfamilie variere med rammebetingelser og målsettinger for plasseringen, barnets utviklingsstadium, og kvaliteter og



betydninger familierelasjoner har for barnet. Denne seksjonen i vurderingen må justeres i forhold til slike forhold.

Hvis plasseringen er planlagt å være en oppvekstplassering, må fosterfamilien være vurdert å ha forutsetninger for å støtte barnet til å bli et lykkelig, trygt, resiliert, prososialt og permanent medlem i deres familie.

Familier definerer sine grenser ulikt og utvikler ulike måter å signalisere til hverandre og til omverdenen at "Vi hører sammen". Familier er også ulike når det gjelder i hvilken grad de kan inkludere et barn som på ett eller flere områder er ulikt dem selv. Ulikhetene kan være i kultur, sosial klasse, etnisitet, i interesser og aktiviteter, temperament og tempo, eller rett og slett i hvordan de mener det er å være en «familie». Slike ulikheter er det nødvendig å lytte nøye til.

Men forskjeller i budskap om familiemedlemskap kan også dreie seg om hvorvidt barnet er villig eller i stand til å møte de forventningene familien har til sine medlemmer. For å kunne vurdere i hvilken grad barnet er integrert i fosterfamilien vil det være viktig å lytte til hvordan barnet snakker, hvordan det blir snakket til, og hvordan det blir snakket om. Hvilke kortsiktige og langsiktige betydninger relasjoner og familiemedlemskap vil ha for barnet kan ikke vurderes ut fra enkle kriterier som at barnet kaller fosterforeldrene for "Mamma og Pappa". Barns medlemskap i flere familier er ofte meget komplekst.

#### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å fremme familiemedlemskap**

- Fosterforeldrene kan formidle både verbale og ikke-verbale budskap om at barnet er inkludert i familien.
- Fosterforeldrene kan snakke åpent og passende med barnet om styrker så vel som vansker i barnets opprinnelsesfamilie.
- Fosterforeldrene er i stand til å støtte barnet i å håndtere sine tanker og følelser omkring sine to familier, og hjelpe barnet til å finne måter å formidle sin familiesituasjon på til omverdenen.
- Fosterforeldrene kan støtte barnet i dets kontakt med opprinnelsesfamilien, tilpasset barnets behov og barnets omsorgsplan.

#### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å fremme familiemedlemskap**

- Fosterforeldrene tenderer til å behandle barnet annerledes og mindre omsorgsfullt enn de andre barna i familien (for eksempel ulikt innhold i lunsjboksen).
- Fosterforeldrene tenker/snakker negativt om barnets opprinnelige familie, og forstår ikke barnets behov for å ha en viss positiv opplevelse av sine forbindelser med den.
- Fosterforeldrene skaper (grunnløse) barrierer for kontakt og samvær mellom barnet og barnets opprinnelige familie.

---

## DEL 7 Omsorg og støtte

Den siste delen av intervjuet oppsummerer fosterforeldrenes følelser for barnet, og utforsker sammen med dem hvilke mulige støttetiltak som er tilgjengelige og fosterforeldrenes motivasjon for å ta i mot støtte.

### **Fosterforeldrenes styrker når det gjelder å gi omsorg og motta støtte**

- Fosterforeldrene viser glede/tilfredshet over å være fosterfamilie for barnet. De er motivert for å motta støtte eller mottar det allerede.
- Fosterforeldrene kan identifisere vansker, men er ikke overveldet av dem.
- Fosterforeldrene er åpne for at de kan ha behov for mer råd, veiledning og kunnskap/kompetanse.
- Fosterforeldrene indikerer at de har prøvd ut ulike strategier for å forstå og støtte barnet og at de har personer rundt seg som de kan stole på når det gjelder praktisk og følelsesmessig støtte.

### **Fosterforeldrenes vansker når det gjelder å gi omsorg og motta støtte**

- Fosterforeldrene mangler glede/tilfredshet over å utøve omsorg for barnet. De er uvillige til å overveie å motta råd og hjelp for å endre dette.
- Fosterforeldrene benekter at det er problemer, eller synes å være overveldet av dem.
- Fosterforeldrene er pessimistiske/fatalistiske vedrørende barnets forutsetninger for endring, eller deres egen kapasitet til å bidra til endring.
- Fosterforeldrene er uten støtte eller benekter behovet for støtte.

### **Andre ressurser**

Trygg Base Sjekkliste (kapittel 7) består av detaljerte spørsmål som kan støtte vurderingen av fosterbarns følelsesmessige og relasjonelle utvikling ved ulike kronologiske aldre, og innenfor alle de fem dimensjonene.

# 6

## Å bruke Trygg Base: Støtte til fosterforeldre

Trygg Base modellen kan brukes for å gi støtte til alle fosterforeldre, og er relevant for omsorgsutøvelse overfor barn og unge i alle aldre. Den kan brukes:

- for å planlegge en støttepakke for oppfølging etter matching mellom et barn og en fosterfamilie.
- i starten av en fosterhjems plassering.
- som del av den ordinære veiledningen/støtten til fosterforeldre.
- når en fosterhjems plassering er i vanskeligheter.
- når barnet eller ungdommen vurderes å være i risiko og/eller ha behov for en mer effektiv utviklingsstøtte.

Den beste måten å starte opp arbeidet på er å gjennomføre et Trygg Base Intervju (se kapittel 5). Intervjuet vil belyse så vel styrker som vansker hos barnet og hos fosterforeldrene, og gi indikasjoner for videre utvikling og støtte. Ved slutten av intervjuet utveksler fagperson og fosterforeldre tanker om hva som går bra og hva som ikke går så bra i plasseringen og i relasjonen mellom fosterforeldrene og barnet. Utvekslingene vil gi holdepunkt for hvilke dimensjoner som bør prioriteres i det videre arbeidet.

Omsorgsstjernen (Figur 2, side 17) bør brukes i alt arbeid med fosterforeldrene, og fosterforeldrene bør få en laminert kopi som de har hjemme hos seg selv. Omsorgssirkene for hver enkelt dimensjon bør de få etter hvert som den enkelte dimensjonen blir fokusert. Trygg Base Utviklingsprotokoll kan brukes for å sette opp mål for barnets utvikling, konkretisere innsatsene og evaluere grad av framgang.

### Introdusere Omsorgssirkelen

- Understreke at tilnærmingen du vil bruke er resursbasert. Den vil vektlegge den positive omsorgen familien allerede gir og bygge videre på den.
- Vise en laminert kopi av Omsorgssirkelen.
- Forklare Omsorgssirkelen. Forklar at tanker og følelser alltid påvirker atferd, både hos barn og hos voksne, og at dette vil bli utforsket nærmere i samtalene dere skal ha.
- Forklare at samtalene vil ta utgangspunkt i eksempler fra fosterforeldrenes hverdags erfaringer med barnet, og bruke disse for å utforske sammenhenger mellom tanker, følelser og atferd hos fosterforeldrene og hos barnet.

## Utforske hver Trygg Base dimensjon med fosterforeldrene

- Forklare dimensjonen til fosterforeldrene – ideen/teorien bak hver dimensjon og hvorfor den er viktig for barnets utvikling.
- Utforske barnets behov i relasjon til dimensjonen.
- Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser i relasjon til dimensjonen.
- Søke å fremme fosterforeldrenes opplevelse av mestring i dimensjonen ved å vektlegge deres allerede positive omsorgstilnærminger. Bygge videre på dem, og/eller utvikle noen nye. Appellere til fosterforeldrenes kreativitet, og selv komme med forslag.
- Hjelp fosterforeldrene til å se etter og verdsette selv små tegn på framgang hos barnet innen dimensjonen.
- Søke å fremme fosterforeldrenes forståelse av sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene.

## Å være tilgjengelig – hjelper barnet til å føle tillit

### **Forklare dimensjonen til fosterforeldrene**

- Utforske forståelsen av sammenhengen mellom trygghet og det å ha en tilgjengelig trygg base – at når barn kan stole på at en voksen alltid vil være der for å støtte og hjelpe dem (en trygg havn), er de fri til å leke, utforske og utvikle seg. Når barn ikke har tillit til en voksens tilgjengelighet er de engstelige, kan ikke leke, konsentrere seg, lære og utvikle seg. Angst viser seg som «vanskelig» atferd – fra spedbarnsalder til ungdomsalder.
- Hjelp fosterforeldrene til å forstå dette tankesettet ved å be dem tenke over situasjoner der de selv var utrygge og hadde noen å gå til – hvordan hjalp dette dem?
- Og der de ikke hadde noen å gå til – hva var effektene av det?

### **Utforske barnets behov**

- I hvilken grad kan barnet stole på dere? På andre? På seg selv? Diskutere eksempler fra barnets hverdagsliv.

### **Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser**

- Utforske personlige forhold hvis relevant. Hjelp fosterforeldrene til å forstå hvordan deres egne tidlige erfaringer med tilgjengelighet kan hjelpe dem, og noen ganger hemme dem, som omsorgsgivere for barnet. Gi råd om videre hjelp dersom det kommer fram store problemer.

- Diskutere hva dere vet om barnets erfaringer i sped- og småbarnsalder. Diskuter hvilke positive og negative innvirkninger erfaringene kan ha hatt for barnets kapasitet til å føle tillit til seg selv og til andre.
- Hjelp fosterforeldrene til å forstå at de ofte vil møte barnets umøttede behov fra langt tidligere perioder. Disse behovene vil bli mindre etter hvert som barnet utvikler tillit.

### **Fremme tilgjengelighet**

- Diskutere barnets behov og signaler. Hvordan signaliserer barnet behov for nærhet? Og behov for å utforske? Hvordan kan fosterforeldrene finne tid og anledning til å være tilgjengelige for å respondere? Hvis barnets signaler er svake eller ikke er til stede, hvordan kan fosterforeldrene strukturere dem for barnet? (for eksempel: hvis barnet ikke gråter når det slår seg, kan fosterforelderen formidle barnets behov for trøst gjennom medfølelse lyder, ord og gester, snakke om hvor vondt det må gjøre, tilby akseptabel nærhet – en klem, en historie ol).
- Overveie nye omsorgstilnærminger som kan fremme tillit (se kapittel 3, s. 20). Diskuter hvordan disse kan tilpasses barnets kronologiske, utviklingsmessige og følelsesmessige alder og behov og/eller utvikle nye som trolig vil være komfortable og effektive for fosterforeldrene og barnet.
- Anerkjenn mulige vansker, vise empati og aksept og tilby støtte til endring.

### **Hjelp fosterforelderen til å finne og verdsette tegn på framgang hos barnet**

- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på barnets økte kapasitet til tillit, økte kompetanse og tiltro til seg selv.
- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet tenker: «Jeg betyr noe», «Jeg er trygg», «Jeg kan utforske og komme tilbake», «Andre mennesker er til å stole på».
- Sette opp mål og bli enige om omsorgstilnærminger som fosterforeldrene kan prøve ut før neste samtale. Det kan være nyttig å bruke Trygg Base Utviklingsprotokoll som et arbeidsverktøy.

### **Fremme bevissthet om sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene**

- Koble til neste dimensjon – bruk Omsorgsstjernen. Forklar at tillit og tilgjengelighet er nødvendig for å hjelpe barn til å lære å håndtere følelsene og atferdene sine.

# Å svare barnet sensitivt - hjelper barnet til å håndtere følelser og atferd

## **Forklare dimensjonen til fosterforeldrene**

- Sensitivitet refererer, i denne sammenhengen, til fosterforeldrenes evne til å «stå i barnets sko» og tenke fleksibelt rundt hva barnet kan tenke og føle, og så reflektere sine forståelser tilbake til barnet. Dette hjelper barnet til å tenke over, forstå, og håndtere sine følelser og sin atferd.
- Den sensitive fosterforelder vil også tenke over egne tanker og følelser og dele dem med barnet på passende måter.
- Dette hjelper barnet til å verdsette sine egne tanker og følelser og også tankene og følelsene til andre.
- Diskutere hvor viktig det er for barnet å vite om følelser – til å være i stand til å sette ord på egne følelser OG å forstå at det å ha blandede følelser (for eksempel følelse av kjærlighet og sinne mot samme person) er normalt og i orden.
- Diskutere hvor viktig det er for barnet å forstå andre menneskers tanker og følelser. For eksempel trenger et barn som vil bli med i en lek, å forstå at de andre barna trolig vil være vennlige hvis barnet følger reglene og sinne hvis barnet bryter dem.

## **Utforske barnets behov**

- Kan barnet uttrykke følelser på passende måter?
- Kan barnet sette «riktige» ord på følelser?
- I hvilken grad kan barnet håndtere følelsene sine? Overveldes det av sterke følelser som sinne, tristhet, spenning, glede osv? Eller blir følelser undertrykt og benektet?
- Kan barnet erkjenne blandede følelser?

## **Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser**

- Hjelpe fosterforeldrene til å tone seg inn på barnet – tenke over hva som foregår i barnets hode og hjerte – og gi eksempler på hendelser og situasjoner hvor de var i stand til å tone seg inn på hva barnet tenkte og følte.
- Diskutere hva som trolig er i barnets tanker når det er på sitt beste. Hva er i barnets tanker når det er på sitt mest vanskelige?
- Hjelpe fosterforeldrene til å bli bevisste på og reflektere over sine egne tanker og følelser (for eksempel: «Hvordan får barnet deg til å føle deg som omsorgsperson? Hvordan viser du/håndterer du disse følelsene?»)

- Hjelp fosterforeldrene til å forstå at det er viktig å diskutere/dele disse følelsene med en støttende person, og noen ganger vise/diskutere dem (på passende måter) med barnet. Diskuter måter å gjøre dette på.
- Anerkjenn deres styrker som omsorgsgivere innen denne dimensjonen.
- Anerkjenn deres mulige vansker. Vis empati, aksept og tilby støtte til endring.

### **Fremme sensitivitet**

- Diskutere måter å hjelpe barnet til å forstå, uttrykke og håndtere følelser på passende måter.
- Vurdere sammen nye omsorgstilnæringer som kan hjelpe barnet til å håndtere følelsene sine (se kapittel 3, s. 24). Tilpasse disse til barnets alder, funksjon og behov og/eller utvikle andre som trolig vil være komfortable for barnet.

### **Hjelp fosterforeldrene til å finne og verdsette tegn på framgang hos barnet**

- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på barnets økte kapasitet til å håndtere følelser – til å uttrykke følelser på mer hensiktsmessige måter.
- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet tenker; «Mine følelser er forståelige», «Jeg kan håndtere mine sterke følelser», «Andre personer har tanker og følelser som jeg må ta hensyn til».
- Sette mål/bli enige om omsorgstilnæringer som fosterforeldrene kan prøve ut før neste samtale (kan bruke Trygg Base Utviklingsprotokoll).

### **Fremme bevissthet over sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene**

- Koble tilbake til tilgjengelighet. Det er nødvendig at fosterforeldrene er følelsesmessig og fysisk tilgjengelige for barnet, og at barnet har begynt å utvikle tillit til dem, for at barnet skal kunne håndtere sine følelser.
- Koble framover til aksept. Det at barnets følelser blir forstått og akseptert er et viktig element i det å akseptere barnet og hjelpe barnet til å bygge opp en positiv selvfølelse. Men selvfølelse trenger også et eget fokus.

# Å akseptere barnet – hjelper barnet til å utvikle positiv selvfølelse

## **Forklare dimensjonen til fosterforeldrene**

- For alle barn er det viktig å være betingelsesløst akseptert og verdsatt for den de er, for sine vansker så vel som for sine styrker. Å oppleve seg som verdsatt danner grunnlaget for positiv selvfølelse. Barnet kan da føle seg verd å motta kjærlighet, hjelp og støtte, og også bli i stand til å håndtere motgang og nederlag.
- Mange barn som har hatt en vanskelig start i livet har svært lav selvfølelse. Lav selvfølelse kan observeres selv hos spedbarn.

## **Utforske barnets behov**

- Hva føler barnet om seg selv?
- Hvordan håndterer barnet nye opplevelser, aktiviteter osv?
- Hvordan aksepterer barnet ros?
- Hvordan håndterer barnet nederlag og motgang?

## **Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser**

- Hjelp fosterforeldrene til å reflektere over selvfølelse i sine egne liv – hva gjorde at de følte godt om seg selv i barndommen? Og hvordan ble de hjulpet til å håndtere motgang?
- Diskutere hvordan fosterforeldrene nå ivaretar seg selv. Hvis nødvendig, diskutere praktiske måter som kan gjøre ivaretagelsen bedre (for eksempel å steppe inn for hverandre, bruke tid med venner, delta i aktiviteter osv). Forklare at det å ta vare på seg selv kan fungere som en positiv modell for barnet OG kan bidra til å opprettholde deres egen selvtillit og selvfølelse, særlig hvis barnet får dem til å føle seg som «dårlige» foreldre.
- Anerkjenn mulige vansker, vise empati og aksept, og tilby støtte til endring.

## **Fremme aksept**

- Vurdere tilnærmingene som allerede brukes for å bygge barnets selvfølelse og hjelpe det til å håndtere motgang. Hvordan kan de utvides og utvikles?
- Vurdere nye omsorgstilnæringer som bygger selvfølelse (se kapittel 3, s. 28). Tilpasse disse til barnets alder, funksjon og behov og/eller utvikle nye som trolig vil være komfortable for barnet.



## **Hjelp fosterforeldrene til å finne og verdsette tegn på framgang hos barnet**

- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på økt selvfølelse – for eksempel at barnet tar mer «risiko» i uvante situasjoner, godtar et kompliment/ros, ikke får raserianfall når det taper i spill.
- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet tenker; «Jeg er akseptert og verdsatt for den jeg er».
- Sette mål/bli enige om omsorgstilnæringer som fosterforeldrene kan prøve ut før neste samtale (kan bruke Trygg Base Utviklingsprotokoll).

## **Fremme fosterforeldrenes bevissthet på sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene**

- Det er viktig for fosterforeldrene å forstå at denne omsorgsdimensjonen bygger på dimensjonene tilgjengelighet og sensitivitet. For å kunne tro på fosterforeldrenes anerkjennelse, må barnet ha utviklet noe tillit og noe evne til å håndtere følelser og atferd.
- Aksept er også koblet til den neste utviklingsdimensjonen: å samarbeide med barnet og slik hjelpe barnet til å oppleve seg som kompetent.

## **Å legge til rette for samarbeid – hjelper barnet til å kjenne seg kompetent**

### **Forklare dimensjonen for fosterforeldrene**

- Barn trenger å kunne inngå kompromiss og å samarbeide. Uten samarbeid vil familie, skole og venne-relasjoner bli kamparenaer – med vinnere og tapere.
- Med samarbeid menes delt, men ikke lik, makt – omsorgsgivere må beskytte barn, sikre at de er trygge, og også ha sine egne prioriteringer.
- Barn finner det vanskelig å samarbeide hvis de føler seg maktesløse. Barn vil samarbeide bedre dersom de føler seg effektive og kompetente.

### **Utforske barnets behov**

- Hvor effektiv og kompetent kjenner barnet seg? Trenger barnet å ha «full kontroll» eller finner barnet det vanskelig å fremme meninger, ønsker og behov på adekvate måter?
- Hvordan føler barnet omkring det å ta valg? Tenk på enkle ting som det å velge hva det skal ha på seg, spise osv.

## **Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser**

- Hjelp fosterforeldrene til å bli klar over følelser av å være kompetente og effektive i egen barndom – og mangel på slike følelser.
- Diskutere hvordan følelsene kan ha påvirket hvordan de nå håndterer makt, kontroll og kompromiss – i forhold til voksne og i forhold til barn.
- Hjelp fosterforeldrene til å se at samarbeid ikke er et tegn på svakhet eller å gi etter for barnet. Å arbeide sammen gir barnet en positiv modell. Å ha klare rammer, og oppmuntre barnet til valg og kompromiss innen disse, sikrer barnet trygghet og gir de voksne adekvat kontroll.
- Anerkjenn mulige vansker, vise empati og aksept, og tilby støtte til endring.

## **Fremme samarbeid**

- Vurder tilnærmingene de allerede bruker for å fremme barnets kompetanse og kapasitet for samarbeid. Hvordan kan disse utvides og utvikles?
- Vurder nye omsorgstilnæringer som fremmer kompetanse og samarbeid (se kapittel 3, s. 32). Tilpass disse til barnets alder, funksjon og behov og/eller utvikle andre som trolig er komfortable for barnet.

## **Hjelp fosterforeldrene til å finne og verdsette tegn på framgang hos barnet**

- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på økt kompetanse og samarbeid.
- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet tenker; «Jeg kan få ting til å skje innen trygge rammer»; «Jeg kan inngå kompromiss og samarbeide».
- Sette mål/bli enige om omsorgstilnæringer som fosterforeldrene kan prøve ut før neste samtale (kan bruke Trygg Base Utviklingsprotokoll).

## **Fremme fosterforeldrenes bevissthet på sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene**

- Forklare sammenhenger mellom dimensjonene: tilgjengelighet, sensitivitet og aksept – alle bidrar til barns opplevelse av egenverd og kapasitet til å forhandle og kompromisse. MEN barn kan også trenge direkte hjelp til å føle seg effektive og kompetente.

# Å fremme medlemskap i familien – hjelper barnet til å føle tilhørighet

## **Forklare dimensjonen til fosterforeldrene**

- Familiemedlemskap er et viktig element i sunn følelsesmessig og psykososial utvikling. Et barn som er uten noen nær familierelasjon vil føle seg psykologisk og sosialt isolert. Motsatt vil vissheten om å ha et uforbeholdent familiemedlemskap gi forankring og trygghet – og styrke mulighetene for utforskning og personlig utvikling.
- Når barn bor i fosterhjem refererer denne dimensjonen til fosterforeldrenes kapasitet til å inkludere barnet, sosialt og personlig, som et likeverdig medlem i familien. Samtidig refererer den til fosterforeldrenes kapasitet til å hjelpe barnet til å etablere en hensiktsmessig følelse av også å høre til i/ha en forbindelse til sin opprinnelige familie.

NB Barns behov for å oppleve tilhørighet i sin fosterfamilie og i sin opprinnelige familie, vil være påvirket av rammer og målsettinger for plasseringen, av barnets alder da det kom til fosterfamilien og av hvor lenge det har vært der. Dette må diskuteres med fosterforeldrene.

## **Utforske barnets behov**

- Alle barn og ungdommer, også de som er kortsiktig eller midlertidig plassert, har behov for å oppleve seg som inkludert og behandlet som en del av fosterfamilien.
- Barn og ungdom kan ha en positiv opplevelse av familiemedlemskap i fosterfamilien og/eller i opprinnelsesfamilien, selv om relasjonene ikke er følelsesmessig nære. Opplevelsen av tilhørighet kan likevel gi en følelse av lojalitet og delt identitet, og være til støtte.
- Barn trenger hjelp til å håndtere den ofte fragmenterte informasjonen om sin egen historie og også sine blandede følelser omkring deres relasjoner til sine ulike familier.

## **Utforske og utvikle fosterforeldrenes tanker og følelser**

- Diskutere med fosterforeldrene deres egne forståelser av familiemedlemskap. Hva er deres erfaringer fra egen oppvekst? Hvordan fremmer de en følelse av familiemedlemskap i nåværende familie? Har de en sterkt definert familieidentitet eller er den mindre klart definert/mer fleksibel?
- Hva føler de overfor det å tilby familiemedlemskap til barnet?
- Hva føler de overfor barnets opplevelse av å høre til i sin opprinnelige familie?
- Anerkjenn mulige vansker, vise empati og aksept

## **Fremme familiemedlemskap**

- Tenke omkring barnets behov for familiemedlemskap: «Hvordan kan vi hjelpe barnet til å få det beste fra begge familiene»?
- Vurdere tilnærminger som allerede brukes for å fremme familiemedlemskap og/eller en følelse av forbindelse til begge familier. Hvordan kan disse utvides og utvikles?
- Vurdere nye omsorgstilnærminger som bygger familiemedlemskap (se kapittel 3 s. 36). Tilpasse forslagene til barnets alder, funksjon og behov og/eller utvikle andre som trolig vil være komfortable for barnet.

## **Hjelpe fosterforeldrene til å finne og verdsette tegn på framgang hos barnet**

- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet har en komfortabel følelse av familiemedlemskap/forbindelse til en eller begge familier.
- Diskutere og notere ned tegn (uansett hvor små) på at barnet tenker «Jeg er komfortabel med å tilhøre eller føle meg forbundet med begge familiene mine».
- Sette mål/bli enige om omsorgstilnærminger som fosterforeldrene kan prøve ut før neste samtale (kan bruke Trygg Base Utviklingsprotokoll).

## **Fremme fosterforeldrenes bevissthet på sammenhengene mellom alle de fem dimensjonene**

- Forklare sammenhengen mellom alle de fem dimensjonene – familiemedlemskap kan fremmes ved å være tilgjengelige for barnet, ved å være sensitiv for barnets følelser, ved å akseptere barnet for den det er, og ved arbeide sammen som en familie.

# 7

## Å bruke Trygg Base: Vurdere og følge opp fosterbarns utvikling

Det er vesentlig å sikre at plasseringer i fosterhjem ivaretar fosterbarnas behov og støtter deres utvikling. Fosterbarn har krav på at deres utvikling blir fulgt nøye. At fosterforeldre gir uttrykk for at de har utbytte av Trygg Base veiledning og øker sin omsorgskapasitet, er viktig. Men det helt sentrale målet er at det enkelte barn viser utviklingsmessig framgang innen alle de fem dimensjonene.

Å gjennomføre vurderinger av barnets utvikling ved bruk av *Trygg Base Sjekkliste* (se under) kan bidra til å trygge fosterforeldre og fagpersoner om at barnet viser en positiv utvikling. Samtidig kan en vurdering også identifisere behov for ytterligere støtte til barnet og/eller fosterforeldrene, innen en eller flere dimensjoner. I noen saker kan vurderingen føre til bekymring for barnet og/eller plasseringen.

Handlinger eller intervensjoner som følger av en vurdering vil bli bestemt av hvor presserende behovet for endring er. Men i de fleste sakene vil vurderingen bli fulgt opp av samtaler hvor barnevernarbeider/veileder og fosterforeldre diskuterer barnets utvikling, og kommer fram til en felles beslutning om hvilket område fosterforeldrene først skal arbeide med. Selv om tillit er et åpenbart startpunkt for de fleste barn, kan det for noen barn være selvfølelse eller tilhørighet som peker seg ut. Samtalen vedrørende disse områdene vil ofte føre tilbake til forhold knyttet til tillit. Det vanlige er at alle de fem dimensjonene etter hvert blir inkludert.

### Rammeverk for vurdering

Dimensjonene kan gi et rammeverk for vurderingen av barnets utviklingsmessige status og framgang i plasseringen. Trygg Base Sjekkliste er delt inn i fire aldersbestemte subskalaer. Innen hver aldersgruppe blir de *sentrale utviklingsoppgavene/utviklingsdimensjonene* utforsket. Det er imidlertid viktig å huske at barns utviklingsmessige alder ikke alltid vil stemme overens med deres kronologiske alder. Spørsmål for en yngre aldersgruppe kan derfor være relevante også for eldre barn.

Sjekklisten inneholder spørsmål om spesifikke aspekter ved barnets atferd, og svarene må bygge på konkrete observasjoner. Mange av spørsmålene må belyses og eksemplifiseres av flere informanter – av fosterforeldrene; av direkte observasjon og arbeid med barnet; av nøkkelpersoner som førskolelærer, lærer og helsesøster. For hvert spørsmål skal det være mulig for fosterforeldrene og de andre informantene å gi *evidens* for svarene sine, for eksempel for tillit: kan det vises til en konkret situasjon da spedbarnet, barnet eller ungdommen viste tillit til en bestemt omsorgsgiver?

Det er også mulig at det, etter en detaljert diskusjon, kan brukes en vurderingsskala for å vurdere barnets framgang innenfor den enkelte utviklingsdimensjonen. For eksempel kan barnets kapasitet til å føle tillit vurderes på en skala fra 0-10. Dette gir et mer helhetlig bilde som kan revurderes over tid. For noen dimensjoner, og særlig for dimensjonen familiemedlemskap, kan det være nyttig å ha to skalaer, den ene for hvor godt barnet håndterer familiemedlemskap i fosterfamilien, og den andre for hvor godt barnet håndterer relasjonen til sin opprinnelige familie.

Den enkelte dimensjonen vil vektlegges noe ulikt ved ulike aldre. For eksempel har dimensjonen familiemedlemskap mindre betydning i spedbarnsalder, mens den for eldre barn kan ha stor betydning for deres identitetsopplevelse. Det vil også være rimelige og forventede variasjoner i barns behov for å høre til i fosterfamilien; blant annet ut fra plasseringens planlagte varighet og barnas alder ved plassering. Men også i korttidsplasseringer trenger alle barn, inkludert spedbarn og småbarn, å føle at de blir behandlet og verdsatt som en del av familien.

## Trygg Base Sjekkliste

---

### SPEDBARN: 0 – 18 MÅNEDER

Nøkkeloppgaver for barn i denne alderen er utvikling av selektive og trygge tilknytningsrelasjoner, og å bruke trygg base relasjonene sine til å utvikle glede over utforskning, lek og læring.

Spørsmålene under har derfor fokus på det lille barnets kapasitet til å søke omsorg og støtte fra spesifikke omsorgspersoner ved utrygghet eller uro, dets kapasitet til å ta i mot trøst, og dets kapasitet til å erfare glede ved utforskning. I vurderingen av kvaliteter ved tilknytningsrelasjoner og barnets utviklingsmessige framgang, er barnets tegn på aktivitet og glede i lek og utforskning like viktig som barnets tegn på å søke nærhet og omsorg.

Dette er en periode med raske endringer på flere områder. Det må derfor rettes oppmerksomhet mot barnets utvikling innenfor alle de fem dimensjonene, dvs. selektivitet i tilknytning, kompetanse til å kommunisere følelser osv. Når det gjelder det å kunne kommunisere følelser, har barn kapasitet til å kommunisere enkle følelser helt fra fødselen av. Men også helt fra fødselen av vil det være forskjeller på grader av utstrekning og aktivitet, på grunn av forskjeller i temperament. Denne normale variasjonen må tas hensyn til i vurderingen.

#### Tillit

- Søker barnet nærhet og støtte når det opplever ubehag, er lei seg eller urolig (for eksempel: gråter og ser etter/mot omsorgspersonen)?

- Aksepterer barnet trøst når det er urolig (for eksempel: roer seg når det blir tatt opp og trøstet)?
- Viser barnet noen grad av preferanse for en eller flere omsorgspersoner (for eksempel: ser på, foretrekker kos fra – utvikles de første 6-8 månedene)?
- Retter barnet sin tilknytningsatferd mot denne omsorgspersonen/disse omsorgspersonene (for eksempel: blikk, lyder, verbalisering, bevege seg mot)?
- Protesterer barnet på separasjon fra spesifikke omsorgspersoner (NB spekter av protestatferd – påvirket av temperament/tilknytningsmønster)?
- Roer barnet seg/engasjerer barnet seg i lek ved gjenforening?
- Bruker barnet omsorgspersonen som trygg base for utforskning (observerbar syklus av trøst og beroligelse/utforskning)?
- Viser barnet interesse for og glede over omgivelsene sine (ansiktsuttrykk, sensorisk utforskning)?
- Har barnet tur-taking med voksne – initierer og responderer på vokalisering, ansiktsbevegelser (dette kan starte timer etter fødsel)?

### **Håndtere følelser**

- Viser barnet et spekter av følelser, både positive og negative (for eksempel: smiler, ler, er sint, gråter)?
- Kommuniserer barnet sine behov (for eksempel: for nærhet, mat, lek)?
- Reagerer barnet adekvat på sensoriske stimuli (for eksempel: viser interesse for/reagerer på lys, lyd, lukt, berøring, smak – uten å få panikk eller stivne)?
- Venter barnet på å få oppmerksomhet/håndterer følelser – med hjelp (for eksempel: stemmen til omsorgspersonen som indikerer at mat er på vei)?
- Har barnet et regelmessig søvnmønster og sover barnet på en avslappet måte (NB søvnmønstre varierer)?
- Virker barnet komfortabel i egen kropp (kan slappe av og også like å være aktiv)?
- Håndterer barnet et «nei» (protesterer, men uten å bli overveldet)?

### **Selvfølelse**

- Uttrykker barnet glede over ting det får til (for eksempel: riste en rangle for å lage lyd, reise seg på egen hånd, bygge et tårn)?
- Viser barnet interesse for og entusiasme over interaktive leker (for eksempel: bøttitei)?
- Nærmer barnet seg nye personer/situasjoner på en positiv måte (balanserer nysgjerrighet, forsiktighet og positiv forventning)?
- Håndterer barnet motgang (for eksempel: når ranglen ikke virker, eller tårnet faller sammen)?

## Føle seg effektiv og kompetent

- Tar barnet valg (for eksempel: mellom mat, mellom leker)?
- Hevder barnet seg selv (for eksempel: å få oppmerksomhet, spise i eget tempo)?
- Er barnet ivrig etter å prøve nye ting (NB Ulikheter i temperament kan spille inn)?
- Viser barnet fokus og utholdenhet i lek?
- Samarbeider barnet ved bleieskift, mating, legging (dvs. er avslappet og aksepterer hendelser/overganger med støtte av omsorgspersonene)?
- Leker barnet på en samarbeidende måte (for eksempel: tur-taking, aksepterer støtte til å holde ranglen eller presse ned knappen for å lage lyd, kan lede an i samarbeidende lek selv i spedbarnsalder)?

## Tilhørighet

- Gjenkjenner barnet andre familiemedlemmer enn omsorgspersonene?
- Foretrekker barnet noen familiemedlemmer og/ eller familievenner framfor andre (for eksempel: kommuniserer mer med, tar imot kos fra)?
- Viser barnet glede over familiesammenkomster (for eksempel: synes å passe inn som en del av familien, blir ikke overveldet)?

---

## SMÅBARN: 18 MÅNEDER – 4 ÅR

Selvstendighet og avhengighet er viktige tema i denne perioden. I tråd med at de blir mer mobile og etter hvert også mer sofistikerte og selvstendige i sin lek og sine relasjoner vil de i økende grad måtte håndtere separasjoner og mindre tilgjengelighet fra sin omsorgsgiver.

For 3-4 åringer er kapasiteten til å forstå at andre personer har følelser og mål som er forskjellige fra deres egne, et sentralt vendepunkt i utviklingen. Gradvis utvikles evne til å mentalisere, til å sette ord på og reflektere over egne følelser, til å være empatisk overfor andres følelser, og til å ta hensyn til dem. Disse ferdighetene vil forme barnets samhandling og engasjement ikke bare med voksne omsorgsgivere, men også med jevnaldrende.

Barn som er utrygge som følge av insensitiv omsorg vil ha vansker med å forstå andres tanker og følelser, fordi de ikke har erfart omsorgspersoner som har vært lydhøre for følelsene deres, eller hjulpet dem til å forstå dem. For barn som også har opplevd skremmende eller skremt omsorg, kan denne svikten i sosial og følelsesmessig intelligens være ledsaget av en mer rotfestet frykt som i denne alderen kan føre til at de utvikler kontrollerende strategier.

Vurderingen bør avklare om barnet kan formidle smertefulle følelser til sine omsorgsgivere, eller om barnet forsvarer seg mot følelsene ved tilbaketrekking eller aggressivitet. I senere vurderinger av barnets utvikling kan det da sees etter tegn på økende tillit, kapasitet til å uttrykke følelser, glede over aktiviteter og økt selvtillit.



## **Tillit**

- Søker barnet adekvat støtte/omsorg når det er urolig (ved å signalisere sine behov verbalt eller fysisk i stedet for å stenge av; klenge, kreve eller motsette seg omsorg; framstå som hjelpeløs; prøve å kontrollere andre)?
- Aksepterer barnet omsorg og støtte når det er stresset? Når det er avslappet?
- Bruker barnet en omsorgsperson som en trygg base for utforskning (for eksempel: er det i stand til å utforske og leke etter å ha fått trøst og omsorg)?
- Viser barnet en selektiv tilknytning til en eller flere omsorgspersoner?
- Protesterer barnet på separasjon fra omsorgspersonen(e)?
- Begynner/fortsetter barnet med lek etter gjenforening?
- Viser barnet interesse for og glede over omgivelsene (for eksempel: gleder seg over sanseintrykk – farger, smak, berøring)?
- Gleder barnet seg over å leke med leker alene?
- Bruker barnet sin mobilitet og sitt språk til å utforske, ha det gøy, nærme seg andre, lære?

## **Håndtere følelser**

- Uttrykker barnet et spekter av positive og negative følelser, uten å bli overveldet av dem? (NB småbarn svinger ofte i humør – det er graden av svingninger som har betydning)
- Setter barnet ord på enkle følelser?
- Bruker barnet språket til å kommunisere behov, følelser, ideer og mål åpent og nøyaktig (NB språkferdigheter vil variere)?
- Later barnet noen ganger som det føler noe det ikke føler – virker falsk (NB dette kan starte så tidlig som ved 18 måneders alder)?
- Forstår barnet at andre kan ha tanker, følelser og mål som er forskjellig fra deres egne?
- Viser barnet empati med andre?
- Viser barnet noe forståelse for hva som er akseptabel og uakseptabel atferd (moralsk utvikling)?

## **Positiv selvfølelse**

- Viser barnet glede over lek og aktivitet?
- Har barnet glede over å få til ting?
- Liker barnet å få ros/anerkjennelse?
- Håndterer barnet å ikke mestre en oppgave/ikke alltid å vinne?
- Håndterer barnet å bli stoppet/sagt nei til uten å vise ekstreme reaksjoner?

## Føle seg effektiv og kompetent

- Tar barnet enkle valg?
- Viser barnet utholdenhet i å fullføre oppgaver?
- Samarbeider og forhandler barnet?
- Håndterer barnet økt uavhengighet uten overdreven selvsikker/opposisjonell atferd?
- Nyter/håndterer barnet søvn, spising, å bli stelt/stelle seg på en aldersadekvat måte?
- Håndterer barnet relasjoner med jevnaldrende (er prososial, samarbeider i økende grad, får og beholder venner)?

## Tilhørighet

- Gjenkjenner og viser barnet særlig interesse for medlemmene i fosterfamilien?
- Har barnet en følelse av å høre til i fosterfamilien?
- Gleder barnet seg over familiesammenkomster?
- Har barnet en følelse av forbindelse/tilhørighet til sin opprinnelsesfamilie (for eksempel: gjenkjenner det dem på bilder)?

---

## BARN: 5 – 10 ÅR

En sentral oppgave i denne aldersperioden er utvikling av selvbylde i forhold til det å lære og i forhold til å følge sosiale regler, spesielt sammen med jevnaldrende. Selvfølelse, samarbeid og opplevelse av å «få det til» blir viktig, men framdeles i konteksten å ha en tilgjengelig trygg base når utfordringene i leken eller i klasserommet blir for store. For fosterbarn kan skolens forventning om at de er klare for skolefaglig læring stemme lite overens med deres evne til konsentrasjon og til å håndtere følelser, atferd og utfordringer med nye relasjoner.

Viktigheten av å *høre til* er stor i denne aldersperioden hvor barn lærer å posisjonere seg i familien og jevnaldringsgruppen, i fritidsaktiviteter og på skolen. Fosterbarn vil i denne aldersperioden ofte stille spørsmål om sin egen situasjon, og særlig om hvorfor deres familie er annerledes enn andre barns familier. Dette indikerer ikke nødvendigvis vansker i fosterfamilien, men er heller en normal og adekvat utvikling.

## Tillit

- Søker barnet støtte/hjelp på passende måter (når det har behov for det, men ikke hele tiden – er det balanse mellom avhengighet og selvstendighet)?
- Har barnet selektive tilknytninger til bestemte omsorgspersoner?
- Bruker barnet en omsorgsperson som en trygg base?

- Viser barnet adekvat tillit til personer utenfor familien (for eksempel: lærere, trenere, aktivitetsledere, jevnaldrende)?
- Søker barnet mot andre/fremmede på en ukritisk måte?
- Håndterer barnet vennskap med jevnaldrende på en god måte?

### **Håndtere følelser**

- Viser barnet et spekter av følelser på aldersadekvate måter (for eksempel: glede, tristhet, sinne) uten å bli overveldet av dem?
- Kommuniserer barnet følelser presist og på måter som gjør at deres behov kan bli møtt?
- Snakker barnet om egne følelser, og trekker det forbindelser til atferd?
- Snakker barnet om andres følelser, og trekker det forbindelser til atferd?
- Viser barnet empati overfor andre barn?
- Viser barnet mer komplekse følelser av skyld, skam eller anger – og har det ønske om å gjøre det godt igjen?
- Forstår og aksepterer barnet reglene hjemme og på skolen?
- Har barnet effektive strategier for å regulere og håndtere sine følelser og sin atferd?

### **Selvfølelse**

- Har barnet en positiv selvfølelse – tenker at det er god på noe og aksepterer å ikke være god på andre ting?
- Responderer barnet positivt på ros/anerkjennelse hjemme og på skolen?
- Viser barnet tilfredshet med utseendet sitt?
- Opplever barnet at det klarer seg bra på skolen?
- Deltar barnet i organiserte aktiviteter eller hobbyer?
- Har barnet glede av aktivitetene sine?
- Håndterer barnet presset ved å konkurrere med andre, på skolen og sosialt?
- Håndterer barnet å mislykkes og å bli skuffet?
- Håndterer barnet å bli tilsnakket - uten å bli fortvilet, stenge av eller bli aggressiv?

### **Føle seg effektiv og kompetent**

- Tar barnet valg?
- Hevder barnet seg på adekvate måter og gleder det seg over samarbeid?
- Har barnet tiltro til seg selv og hva det kan få til – i familien og/eller i jevnaldringsgruppen?

- Følger barnet opp oppgaver og fullfører dem?
- Passer barnet på tingene sine?

### **Tilhørighet**

- Er barnet komfortabel med å bruke tid sammen med fosterfamilien?
- Er barnet villig til/glad over å være involvert i familieaktiviteter/sammenkomster?
- Ser barnet seg som en del av fosterfamilien?
- Ser barnet seg som en del av/forbundet med sin opprinnelsesfamilie (avpasset omstendigheter og omsorgsplan)?
- Snakker barnet om sin opprinnelsesfamilie på en realistisk og balansert måte?
- Har barnet en sammenhengende historie om sin barndom og familieliv som gir barnet mening og som er realistisk?

---

## **UNGDOM: 11 – 18 ÅR**

I vurderingen er det hensiktsmessig å skille mellom tidlig og sen ungdomsalder. På mange måter er overgangen mellom 11 og 15 år like kritisk som overgangene mellom spedbarnsalder, småbarnsalder og skolealder. Veien inn i tenårene handler om å håndtere puberteten og nye forventninger fra familie, jevnaldrende og skole. Utdringene kan være særlig store i 12-13 års alderen. I vurderingen bør det fokuseres på om barnet er psykologisk robust nok til å håndtere skrittene mot voksenlivet uten tap av selvfølelse.

Det ytre miljøet for unge tenåringer er en kilde til spennende muligheter, men også til utfordringer og risiko. De møter forventninger om å oppnå gode skolerresultater, samtidig som forventninger fra jevnaldringsgruppen får økt betydning. Å sikre positiv selvfølelse og opplevelse av å være kompetent på flere arenaer er sentrale utviklingsoppgaver. For fosterbarn kan spørsmål knyttet til identitet, tilhørighet og familiemedlemskap være særlig utfordrende.

Eldre ungdom, fra rundt 16 til rundt 18 års alder, har fortsatt behov for en trygg base som gir følelsesmessig og praktisk støtte og tilhørighet. De har behov for å vite at den trygge basen vil være der for dem inn i framtiden. Overgangen til voksenlivet krever et spekter av personlige, kognitive og følelsesmessige ferdigheter og ressurser, og også støtte fra familie og venner.

### **Tillit**

- Søker ungdommen støtte/hjelp på passende måter – samtidig som han/hun i økende grad blir selvstendig?
- Har ungdommen en selektiv tilknytning til en bestemt omsorgsperson?
- Bruker ungdommen omsorgspersonen (eller en annen voksen) som en trygg base – (søker støtte, får sin uro redusert og blir så trygg til å utforske og lære)?

- Har ungdommen adekvat tillit til personer utenfor familien (for eksempel lærere, aktivitetsledere, jevnaldringsgruppen)?
- Diskriminerer ungdommen mellom kjente og ukjente når det gjelder å søke og å vise hengivenhet?

### **Håndtere følelser**

- Gir ungdommen adekvate uttrykk for et spekter av følelser?
- Håndterer ungdommen vanskelige følelser uten å bli overveldet av dem eller benekte dem?
- Håndterer ungdommen følelser og relasjoner i jevnaldringsgruppen på adekvate måter?
- Har ungdommen en nær tillitsrelasjon til minst en venn?
- Reflekterer ungdommen over egne følelser og atferd?
- Reflekterer ungdommen over andre menneskers følelser og atferd?
- Har ungdommen konstruktive strategier for å håndtere følelser og atferd (bruke andre som støtte heller enn å ty til rus, selvskading osv.)?

### **Selvfølelse**

- Har ungdommen positiv selvfølelse – tenker at hun er god i noe og aksepterer at hun ikke kan være god i alt?
- Engasjerer ungdommen seg i meningsfulle aktiviteter som kan gi opplevelse av identitet og positiv selvfølelse?
- Gleder ungdommen seg over læring og/eller nye aktiviteter?
- Er ungdommen tilfreds med utseende sitt?
- Er ungdommen tilfreds med sin mestring av skolen?
- Deltar ungdommen i organiserte aktiviteter eller hobbyer?
- Finner ungdommen glede og tilfredsstillelse i aktiviteter?
- Håndterer ungdommen stresset ved å konkurrere med andre, på skolen og sosialt?
- Håndterer ungdommen nederlag og skuffelse (kan tenke gjennom det, og forbli positiv)?
- Håndterer ungdommen å bli tilsnakket (uten å bli fortvilet, stenge av eller bli aggressiv)?

### **Føle seg effektiv og kompetent**

- Overveier ungdommen ulike alternativ og tar så hensiktsmessige valg?
- Føler ungdommen seg kompetent til å få sine behov ivaretatt?

- Er ungdommen adekvat selvhevdende?
- Samarbeider ungdommen med fosterforeldre og andre voksne?
- Samarbeider ungdommen med jevnaldrende – venner og søsken?

### **Føle tilhørighet**

- Har ungdommen minst en støttende familie å høre til i?
- Ser ungdommen seg som en selvfølgelig del av fosterfamilien?
- Ser ungdommen seg som forbundet med/som en del av sin opprinnelige familie?  
(Obs: I forhold til dette punktet vil ulike ungdommer, i ulike plasseringer og med ulike relasjoner ha ulike behov)
- Har ungdommen en balansert identitetsopplevelse i relasjonen til jevnaldrende  
(verdsetter deres meninger og er samtidig tro mot seg selv?)

## Spørsmål som ofte blir stilt

### **Hvordan blir Trygg base brukt i praksis?**

Trygg Base brukes som et verktøy i alle faser av fosterhjemsarbeidet. Modellen brukes i kartlegging av barn og unge, i rekruttering, matching og individuell godkjenning av fosterforeldre, og til å sikre at plasseringen støtter barnets utvikling. Ikke minst brukes modellen for å støtte og veilede fosterforeldre.

### **Kan jeg bruke kun én dimensjon av modellen? For eksempel, hvis et barn har lav selvfølelse, kan jeg fokusere bare på omsorgsdimensjonen «Å akseptere barnet»?**

Det kan være nyttig å begynne med en spesifikk dimensjon, identifisert gjennom samtale med fosterforeldrene, men vi har erfaring for at modellen fungerer best når alle de fem dimensjonene blir dekket. Alle dimensjonene henger sammen, og det å løsrive en enkelt av dem kan medføre at utviklingsarbeidet rettet mot barnet blir mindre effektivt. For eksempel, å hjelpe barnet til å utvikle god selvfølelse involverer det å akseptere barnet slik det er, men det involverer også at fosterforeldrene er tilgjengelige for barnet, at de er sensitive for barnets signaler, og at de arbeider i et nært samspill med barnet om å utvikle barnets kompetanse og effektivitet. Selvfølelse kan også bli fremmet ved at barnet opplever «å være en del av familien», og gjennom en familiekultur som er preget av at både medlemmenes styrker og begrensninger blir akseptert. Derfor bør rettesnoren være det som Trygg Base som metode bygger på, nemlig at hver og en dimensjon samspiller med, og bidrar til, de øvrige dimensjonene.

### **Kan modellen anvendes for å støtte utviklingen til eldre barn og tenåringer?**

Ja. Noen fagpersoner vil se på tilknytningsteori som nyttig først og fremst i arbeidet med spedbarn og yngre barn, men tilknytningsteori er like viktig i arbeidet med eldre barn og ungdommer. Mennesker i alle aldre trenger en trygg base som understøtter deres utforskning, og som er en trygg havn når stress og bekymring oppstår. Faktisk er det slik at en pålitelig trygg base er særlig viktig i overgangsfasen til voksenlivet, når unge mennesker stilles ovenfor nye utfordringer. Det er da vesentlig at fosterforeldrene har kapasitet til å formidle sin tilgjengelighet, sensitivitet osv. på måter som er alderstilpasset og akseptable for den unge.

### **Kan modellen anvendes overfor barn og unge som tilhører en etnisk minoritetsgruppe?**

Ja. Konseptet trygg base er ikke basert på en spesifikk kultur, og alle barn vil kunne dra nytte av positiv omsorgsutøvelse i alle de fem dimensjonene i Trygg Base. Bruken av modellen må imidlertid tilpasses den enkelte kulturs organisering av familielivet. Eksempelvis er familien i noen kulturer organisert

som storfamilier hvor barnets slektninger er aktivt involvert i barnets omsorg og slik blir en aktiv del av barnets trygge base.

Fosterforeldre for barn og unge fra etniske minoritetsgrupper kan, innenfor alle dimensjonene, møte utfordringer knyttet til det å støtte utvikling av en sterk og positiv bevissthet av etnisk og kulturell identitet. For eksempel kan det å håndtere ulike typer fordommer, inkludert rasisme, kreve en særlig emosjonell og fysisk tilgjengelighet fra fosterforeldrene. En særlig sensitivitet kan trenge for å kunne innstille seg på følelsene til et barn som har blitt avskåret fra sin kulturelle bakgrunn, eller som har lite kunnskap om sin egen herkomst. Fosterforeldre må være spesielt oppmerksomme på å hjelpe fosterbarn til å oppnå kunnskap om, og føle stolthet over, sin kultur og sin etnisitet. Begge deler er viktig for positiv selvfølelse og opplevelse av å ha en trygg base.

### **Kan modellen anvendes på barn som har blitt diagnostisert med en tilknytningsforstyrrelse?**

Prinsippene i modellen kan anvendes også for å støtte utviklingen til barn som har erfart ekstreme vansker i sine nære relasjoner. Det er imidlertid slik at når man skal gi omsorg til barn som har erfart traumatisk omsorgssvikt og mishandling og/eller gjentatte atskillelser og tap, kan kapasiteten til å forbli tilgjengelig, være mind-minded, aksepterende og samarbeidende, stadig bli utfordret av barnet. Fosterforeldrene vil da ha behov for særlig kvalifisert støtte og veiledning. Men også barn som går jevnlig i terapi trenger et dagligliv som gir dem erfaringer som kan gjøre det mulig for dem å bygge opp tillit til sine omsorgspersoner. Dette vil igjen bygge opp deres kapasitet til å regulere sine følelser og atferdsmønstre.

Trygg Base modellen kan hjelpe fosterforeldre til å finne fram til hvilke aspekter ved omsorgen deres som best hjelper barnet og til å kunne fange opp selv små tegn på utvikling og framgang. Det er mulig at barn som finner det svært vanskelig å inngå i nære relasjoner vil ha utbytte av at målsettingen «å bygge en trygg tilknytning» ble begrenset til målsettingen «å tilby en trygg base». Perspektivet vil da bli utvidet fra en mer eksklusiv en-til-en relasjon til en «flere-til flere» relasjon, og at flere områder i barnets liv, som utvidet fosterfamilie, skole og fritidsaktiviteter, skal arbeide aktivt for å hjelpe barnet til større trygghet og styrket resiliens.

### **Har jeg lov til å bruke materialet fra Trygg Base veilederen?**

Fosterforeldre og barnevernarbeidere har erfart at forståelsene og materialet i Trygg Base veilederne er nyttig. Vi ønsker derfor å gjøre dem allment tilgjengelige. Det er knyttet to enkle betingelser til bruken:

1. Materialets kilde skal oppgis, det vil si: Secure Base, Gillian Schofield and Mary Beek, Centre for Research on Children and Families, University of East Anglia, Norwich, UK – og BAAF publikasjonene skal bli referert til.



2. Kjernekonseptene i Trygg Base (dvs. Omsorgstjernen og Omsorgssirklene) må ikke forandres. Men å bruke eksempler fra egen erfaring for å illustrere de enkelte dimensjonene, eller å utvide spekteret for omsorgstilnæringer, er viktig for å sikre at Trygg Base forblir relevant i forhold til praksis.

## Referanser

Ainsworth, M.D.S., Bell, S. & Stayton D. (1971): 'Individual differences in strange-situation behaviour of one-year-olds', in H. Schaffer (ed): *The Origins of Human Social Relations*. New York, NY: Academic Press, pp. 17–52.

Ainsworth M.D.S, Blehar, M., Waters, E & Wall. S, (1978): *Patterns of Attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Beek, M. & Schofield, G. (2004): *Providing a Secure Base in Long-Term Foster Care*. London: BAAF.

Bowlby, J. (1969/82): *Attachment and Loss: Vol I Attachment*, London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (1973): *Attachment and Loss: Vol II Separation, Anxiety and Anger*. London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (1980): *Attachment and Loss: Vol III Loss, Sadness and Depression*. London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (1988): *A Secure Base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Cairns, B. (2004): *Fostering Attachments*. London: BAAF.

Crittenden. P.M. (1995): 'Attachment and psychopathology', in S. Goldberg, R Muir & J. Kerr (eds): *Attachment Theory: Social developmental and clinical perspectives*. Hillsdale, NJ: Analytical Press, pp. 367–406.

Howe, D. (2005): *Child Abuse and Neglect: Attachment, development and intervention*. Basingstoke: Macmillan.

Howe, D. (2011): *Attachment Across the Life Course: A brief introduction*. Basingstoke: Macmillan.

Main, M. & Hesse, E. (1990): "Parents" unresolved traumatic experiences are related to infant disorganised attachment status: is frightened and/or frightening the linking mechanism? In M.T. Greenberg & E.M. Cummings (eds): *Attachment in the Preschool Years: Theory, research and intervention*. Chicago, IL: University of Chicago Press, pp. 161–182.

Main, M. & Solomon, J. (1986): 'Discovery of an insecure/disorganised/disoriented attachment pattern'. In T.B. Brazelton & M.W. Yogwan (eds): *Affective Development in Infancy*. Norwood, NJ: Ablex, pp. 95–124.

Meins, E., Fernyhough, C., Wainwright, R., Clark-Carter, D., Das Gupta, M., Fradley, E. & Tuckey, M. (2003): Pathways to understanding mind: construct of maternal validity and predictive validity of natural mind-mindedness, *Child Development*, 14:4, pp. 637–648.

Schofield, G., Beek, M., Sargent, K. & Thoburn, J. (2000): *Growing up in Foster Care*. London: BAAF.

Schofield, G. & Beek, M. (2006:) *Attachment Handbook for Foster Care and Adoption*. London: BAAF.

Schofield, G. & Beek, M. (2009): Growing up in foster care: providing a secure base through adolescence, *Child and Family Social Work*, 14:3, pp. 255–266.

Wilson, K., Sinclair, I. & Petrie, S. (2003): A kind of loving: a model of effective foster care, *British Journal of Social Work*, 33, pp. 991–1003.

## Trygg Base – sammenfattet diagram

<b>TILGJENGELIGHET</b>	<b>SENSITIVITET</b>	<b>AKSEPT</b>	<b>SAMARBEID</b>	<b>FAMILIE MEDLEMSKAP</b>
hjelper barnet til å føle tillit	hjelper barnet til å regulere følelser	hjelper barnet til en positiv selvfølelse	hjelper barnet til å føle seg kompetent	hjelper barnet til å føle tilhørighet

### OMSORGIVERS TANKER OG FØLELSER

Hva forventer dette barnet fra voksne?  Hvordan kan jeg vise barnet at jeg ikke vil svikte det?	Hva kan dette barnet tenke og føle?  Hva får barnet meg til å føle?	Jeg trenger å verdsette og godta meg selv	Dette barnet trenger å føle seg effektivt og kompetent  Hvordan kan vi samarbeide?	Dette barnet er en del av min familie og samtidig en del av sin opprinnelsesfamilie
---	---	---	--	---

### OMSORSGIVENDE ATFERD

Oppmerksom på barnets behov/signaler  Verbale og ikke verbale budskap om tilgjengelighet	Hjelp barnet til å forstå, uttrykke og regulere følelser på passende måter	Hjelp barnet til å føle godt om seg selv; ta sine muligheter i bruk og tåle ikke alltid å mestre	Fremme barnets evne til å velge  Fremme glede over samarbeid og forhandlinger innen faste rammer	Verbale og ikke verbale budskap om å høre til/ha forbindelser til begge familier
--	--	--	--	--

### BARNETS TANKER OG FØLELSER

Jeg betyr noe  Jeg er trygg  Jeg kan utforske og vende tilbake  Andre mennesker er til å stole på	Følelsene mine gir mening  Jeg håndterer de sterke følelsene mine  Andre mennesker har tanker og følelser	Jeg er akseptert og blir satt pris på som den jeg er  Jeg behøver ikke være perfekt	Jeg kan få ting til å skje innenfor trygge rammer  Jeg kan inngå kompromisser og samarbeide med andre	Jeg opplever å høre til  Jeg kan føle meg knyttet til mer enn en familie
---	---	---	---	--

### BARNETS ATFERD

Bruker omsorgsgiver som trygg base for å utforske verden rundt seg	Reflekterer over egne og andres følelser  Håndterer følelsene sine og viser empati	Har en realistisk, men positiv oppfatning av seg selv	Er passe selvhevdende  Kan forhandle og samarbeide	Håndterer å ha medlemskap i mer enn en familie
--	--	---	--	--

# Trygg base – utviklingsprotokoll

Barnets navn:

Fødselsdato:

## 1. Tilgjengelighet – hjelper barnet til tillit

Dato	Atferd som viser barnets evne til/vansker med å føle tillit/ bruke omsorgspersonen(e) som en trygg base	Foreslåtte tilnærminger for å styrke mestring og hjelpe med vansker innen denne dimensjonen	Endring/utvikling

## 2. Sensitivitet – hjelper barnet til å håndtere følelser

Dato	Atferd som viser barnets evne til/vansker med å regulere og håndtere følelser og atferd	Foreslåtte tilnærminger for å styrke mestring og hjelpe med vansker innen denne dimensjonen	Endring/utvikling

## 3. Anerkjennelse – hjelper barnet til en positive selvfølelse

Dato	Atferd som viser barnets evne til/ vansker med å føle godt om seg selv, ta sine muligheter i bruk og å tåle ikke alltid å mestre	Foreslåtte tilnærminger for å styrke mestring og hjelpe med vansker innen denne dimensjonen	Endring/utvikling

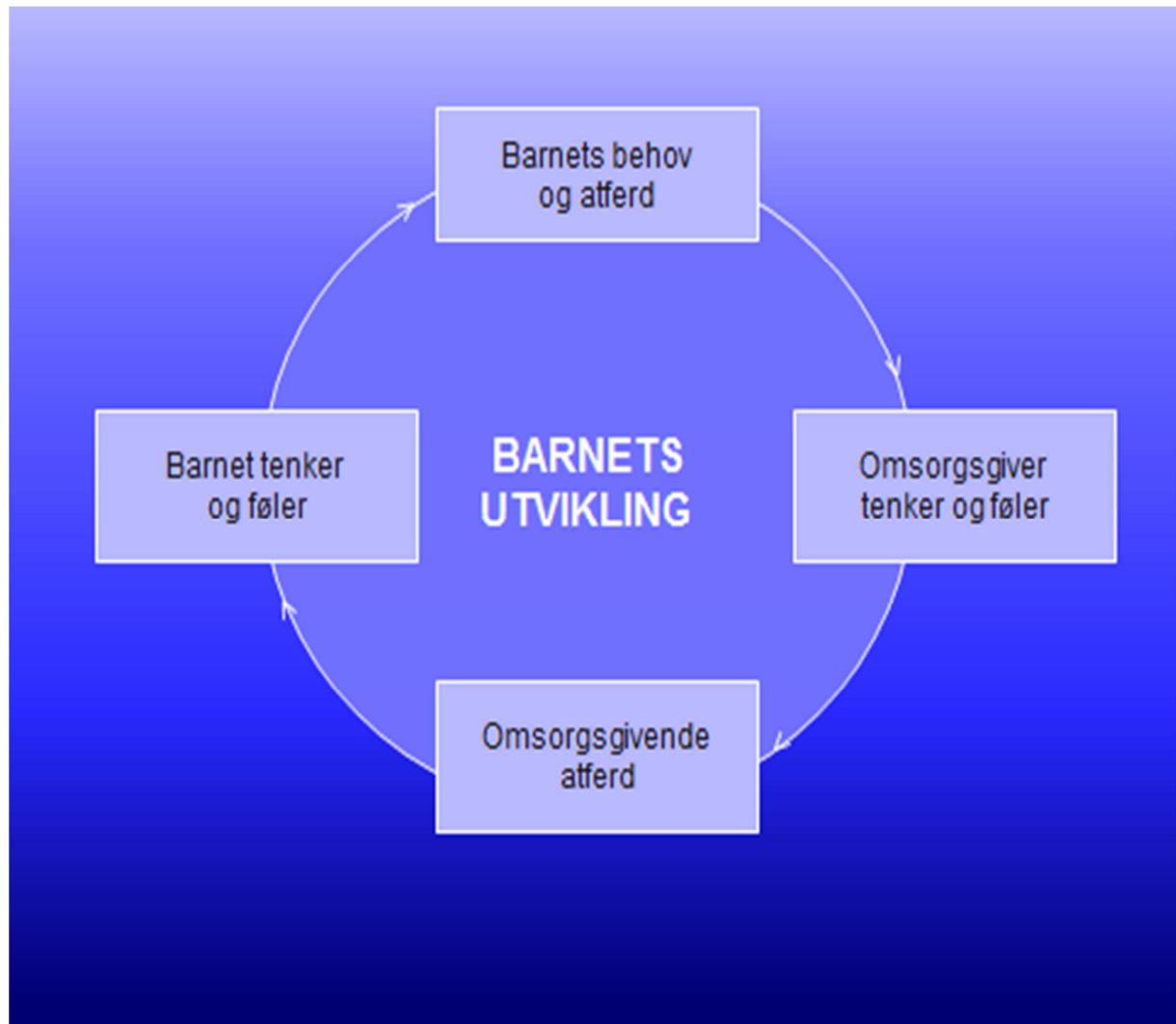
## 4. Samarbeid – hjelper barnet til å kjenne seg effektiv og kompetent

Dato	Atferd som viser barnets evne til/vansker med å formidle sine meninger og behov, samarbeide og være effektiv	Foreslåtte tilnærminger for å styrke mestring og hjelpe med vansker innen denne dimensjonen	Endring/utvikling

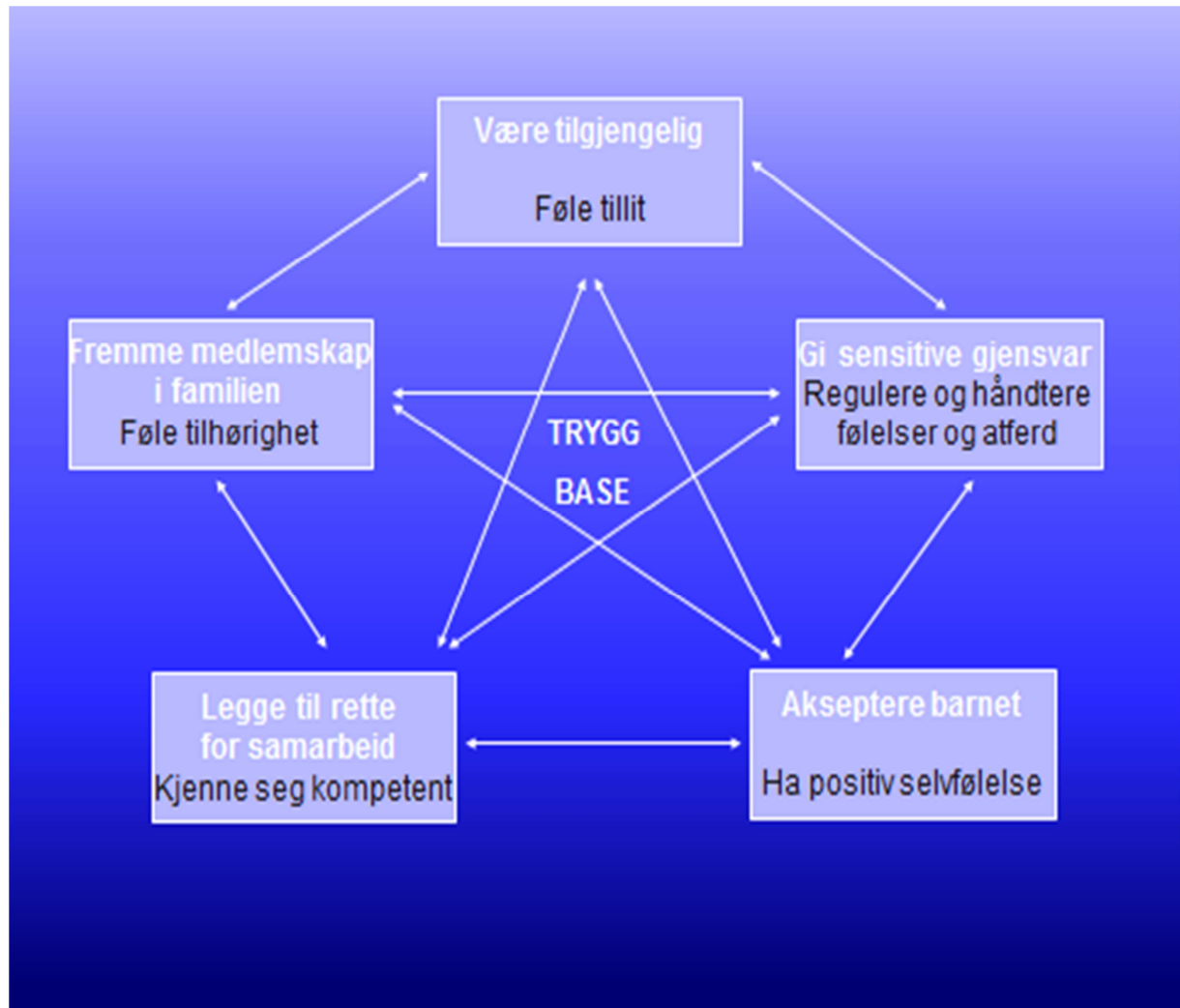
## 5. Familiemedlemskap – hjelper barnet til å føle tilhørighet

Dato	Atferd som viser barnets grad av tilhørighet i fosterfamilien og i opprinnelsesfamilien	Foreslåtte tilnærminger for å styrke mestring og hjelpe med vansker innen denne dimensjonen	Endring/utvikling

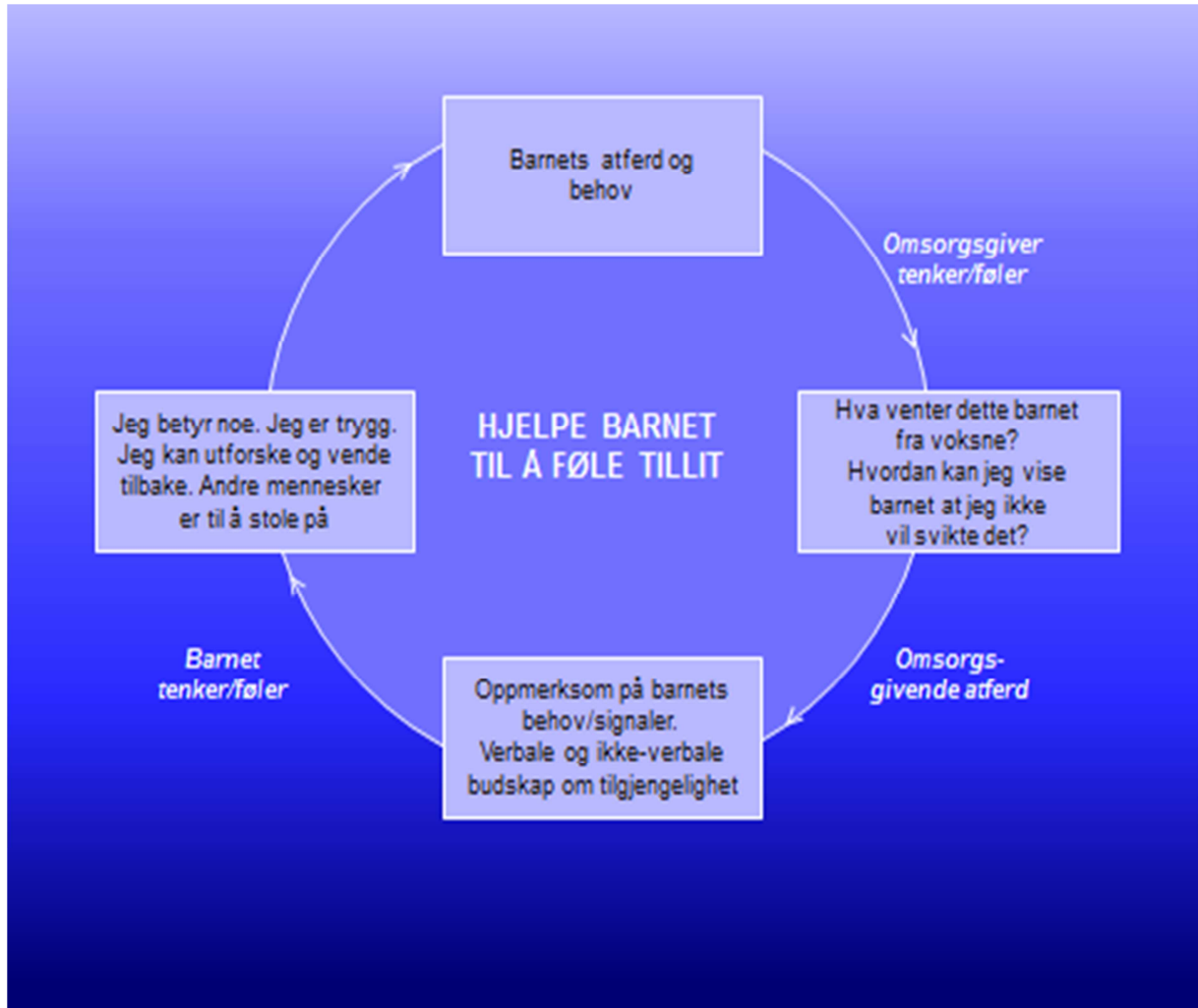
# Omsorgssirkelen



# Omsorgstjernen

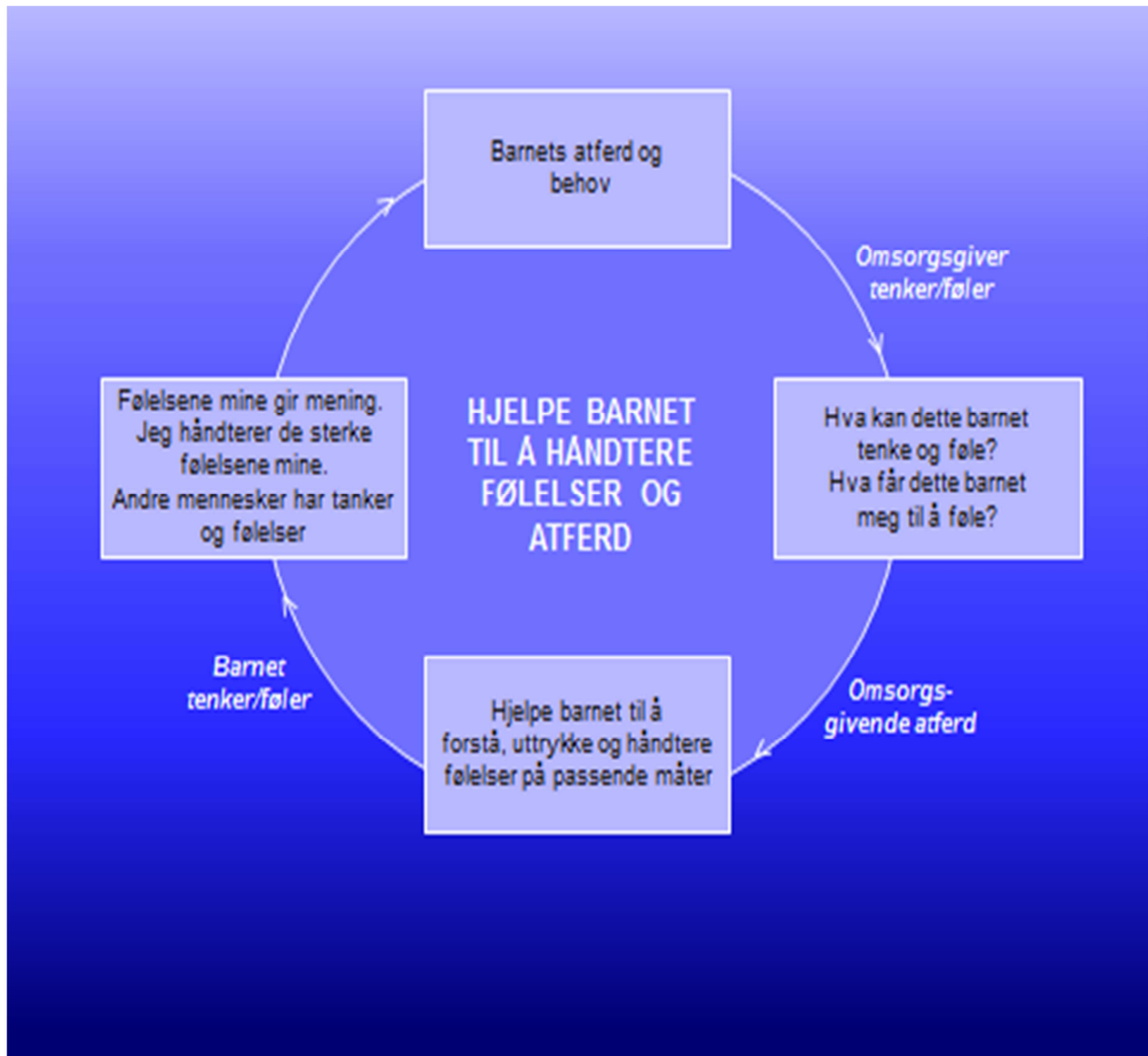


# Tilgjengelighet

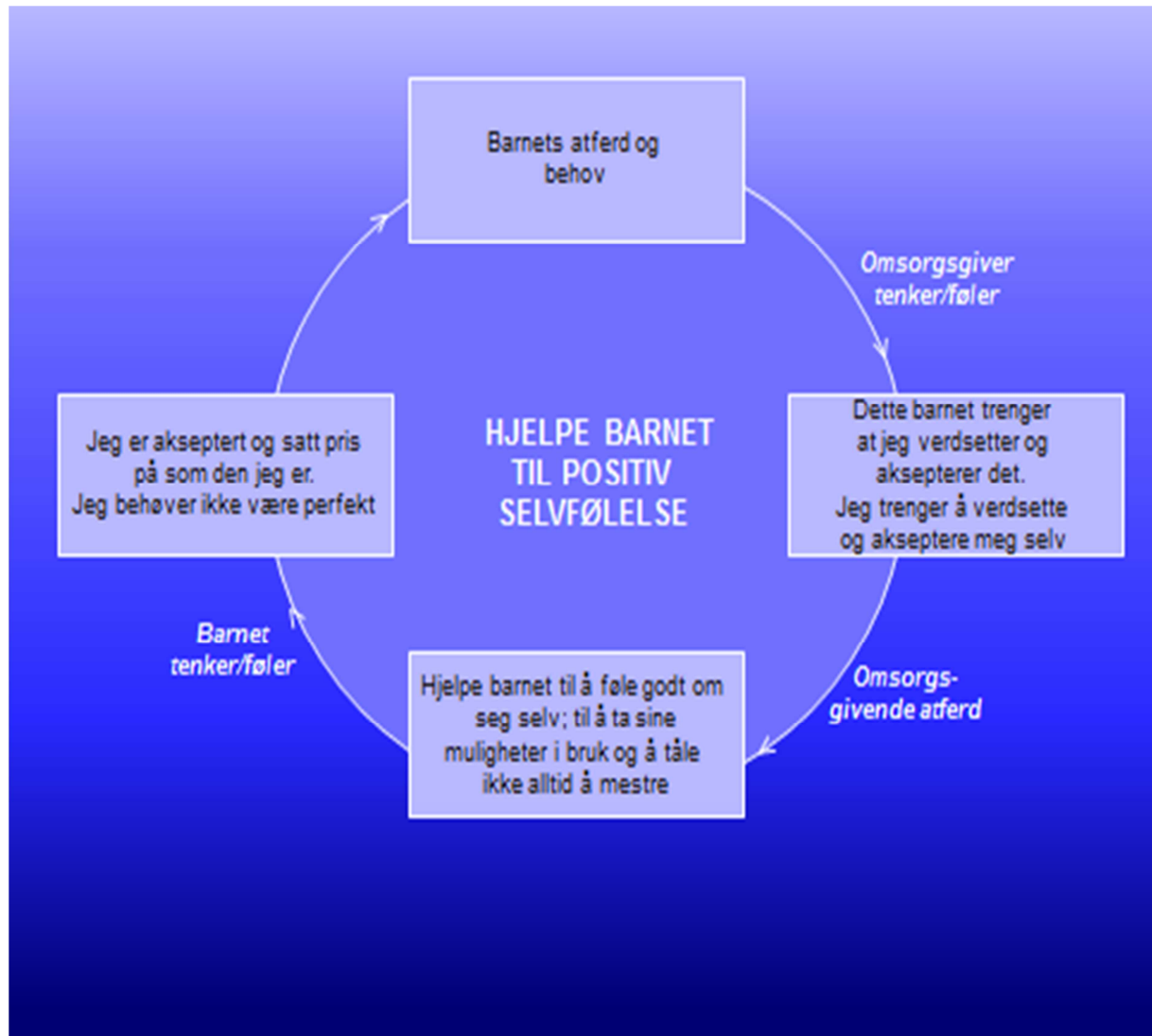




# Sensitivitet



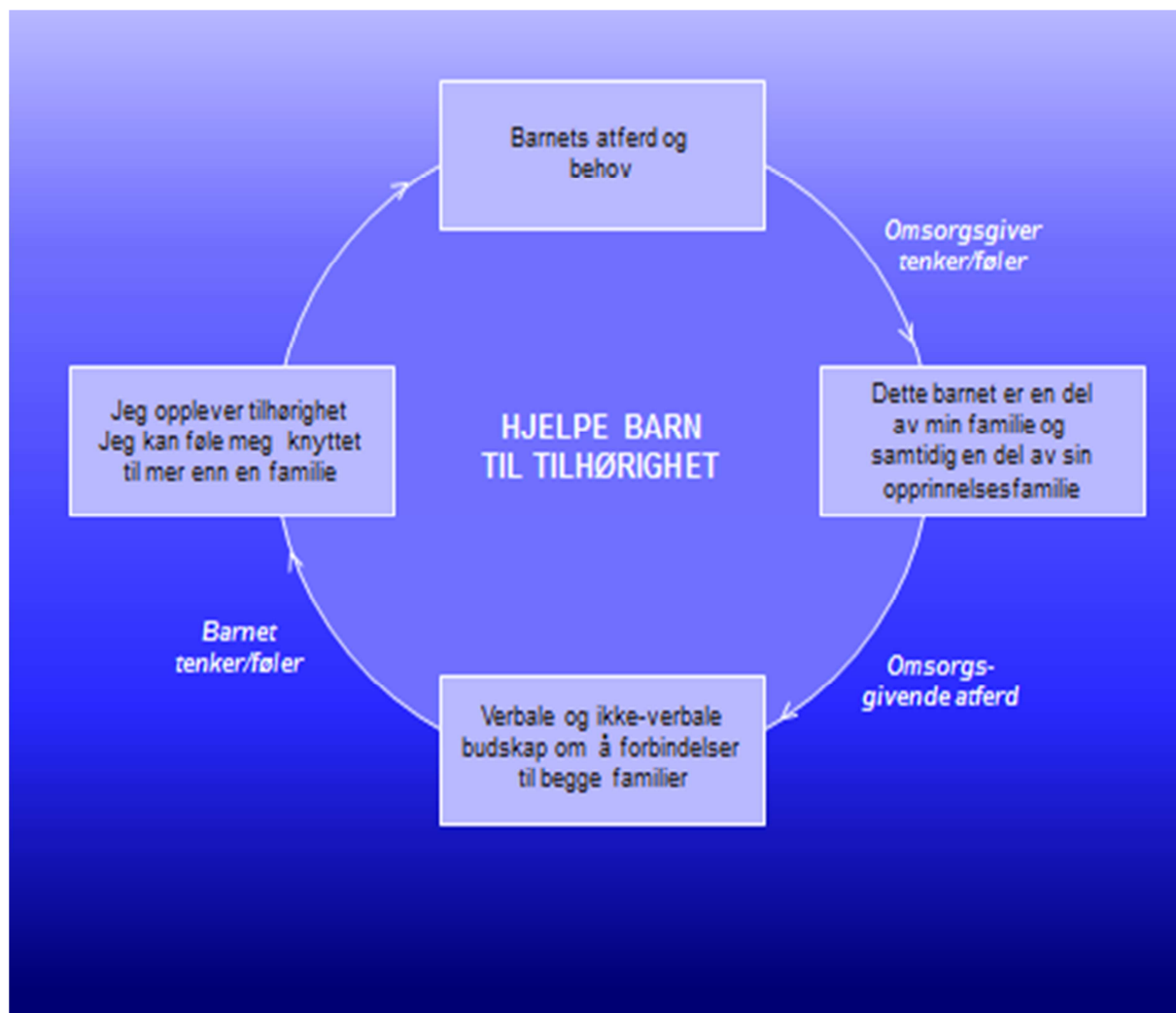
# Aksept



# Samarbeid



# Tilhørighet



Denne praksisguiden er en glede. Den forklarer og anvender den nyeste kunnskapen om hvor viktig familierelasjoner er for barns utvikling i fosterhjem og adoptivhjem. Formidlingen er krystallklar, rådene varme og kloke, og eksemplene relevante og virkelige. Gillian Schofield og Mary Beek har ikke bare utviklet en ekstremt elegant modell for virkningsfull omsorgsgiving, de har også anvendt den med stor dyktighet og forståelse for å styrke omsorgen for barn som plasseres i fosterhjem. Enten du er forelder eller fagperson, vil denne veilederen utvide din forståelse og berøre ditt hjerte.

**David Howe**, *Emiritus Professor i sosialt arbeid, University of Anglia, Norwich*

Alle barn trenger å føle seg trygge i sine relasjoner til de voksne som tar vare på dem. Barn som ikke har erfart den type sensitiv foreldreomsorg som fremmer trygghet og resiliens, vil finne det vanskelig å føle tillit og vil streve med å håndtere sine følelser og atferd.

Hvilke strategier kan da brukes for å gi sensitiv omsorg som utvikler trygge nære relasjoner? Hvordan kan barn hjelpes til å reparere tidligere skader og til å føle seg kompetente til å møte utfordringer? Hvordan kan barn støttes til å utvikle positiv selvfølelse og kapasitet til å reflektere over egne og andres følelser? Og hvordan kan barnets daglige liv gi barnet tro på framtiden?

Trygg Base er en modell for omsorgsgiving i fosterhjem. Modellen er basert på teorier om tilknytning og resiliens og på forskning om fosterhjem.

Denne veilederen er utarbeidet for å støtte barnevernarbeidere og andre fagpersoner i alle faser av deres arbeid med fosterhjem, fra rekruttering og godkjenning til matching og oppfølging. Trygg Base modellen gir et verdifullt rammeverk og en styrke-basert tilnærming for å forstå barns behov og atferd og de omsorgsdimensjoner som kan støtte barna i deres trivsel og utvikling.



RKBU Vest, Uni Research Helse  
Telefon: +47 55 58 86 70  
Web: [uni.no/helse/rkbu](http://uni.no/helse/rkbu)  
Epost: [post.rkbu@uni.no](mailto:post.rkbu@uni.no)