



**Eystein Victor Våpenstad**  
Oslo

## Psykodynamisk foreldrearbeid: Fra «pianoreparatør» eller «foreldrefrelser» til samarbeid i forståelsen av foreldrerollen

*Psykodynamisk foreldrearbeid øker foreldrenes mentaliseringsevne og gjør barnets fremtoning til et forståelig språk.*

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, publisert 5. oktober 2013

Behandling av psykiske lidelser hos barn betyr som regel også at barnets foreldre/foresatte tilbys en eller annen form for profesjonell hjelp. Foreldrearbeid er en vanlig metode for å involvere foreldre i barnets behandling. Jeg vil i denne artikkelen beskrive en måte å (sam-)arbeide med foreldre på i

forbindelse med barnets psykoterapi. Den har sitt teoretiske grunnlag i en psykodynamisk forståelse av foreldreskapet og relasjonen mellom foreldre og barn. Og den henter sine tekniske erfaringer primært fra foreldrearbeid som støttefunksjon til en psykodynamisk barnepsykoterapi.

**Målet med et psykodynamisk foreldrearbeid er å øke foreldrenes evne og vilje til å forstå barnet sitt.**

Psykodynamisk psykoterapi med barn har tradisjonelt vært opptatt av å tilby foreldrene et eget rom for å arbeide med sine relasjoner til barnet, sine reaksjoner på at barnet trenger hjelp fra psykisk helsevern, og med sine reaksjoner på barnets forandring gjennom den barnepsykoterapeutiske prosessen (Harris, 1968; Novick & Novick, 2005; Rustin, 2009; Sutton & Hughes, 2005; Tsiantis et al., 2000). Vesentlig har vært behovet for å kunne skjerme det barnepsykoterapeutiske arbeidet fra utilbørlig innblanding fra foreldrene og å kunne konsolidere positive resultater fra barnets terapi (Frick, 2000). Barneterapeuter har også fra starten av vært klar over at man ikke kan basere seg på barnets motivasjon som bærende for behandlingen. Barnet bringes til behandling, og det er foreldrene som må bære motivasjonen i perioder når barnet selv ikke vil komme til timene sine (Holder, 2005).

I en psykodynamisk terapitradisjon er det som regel slik at det ikke er barnets terapeut, men en annen behandler, som møter foreldrene, selv om dette fortsatt diskuteres og det finnes eksempler på at barneterapeuten også har foreldrearbeidet (Altman, 2004; Horne, 2000; Klitzing, 2011). Begrunnelsen for oppdelingen er også den at vi ikke kan forvente at barnets terapeut skal klare den noen ganger overmenneskelige oppgaven det er å balansere mellom sterke projeksjoner fra barnet og foreldrene, og sine egne tendenser til å identifisere seg med den ene parten i en problematisk relasjon. Behovet for teamarbeid i behandlingen av barn og familier er stort: Splitting, projeksjon og iscenesettelse av familiens vansker gjennom teamets arbeid med saken er vel kjent innenfor den psykodynamiske tradisjonen (Kolvin & Trowell, 1996; Rustin, 2009).

Foreldrearbeid trenger ikke å være avhengig av at barnet selv mottar behandling; det kan også være en selvstendig tilnærming til psykisk helsearbeid med barn og ungdom. Helt siden Freud (1909) behandlet lille Hans indirekte gjennom brev og konsultasjoner med guttens far, har den psykodynamiske psykoterapitradisjonen hjulpet barn gjennom arbeid bare med barnets foreldre (Pantone, 2000; & Jacobs, 2006).

Grunnleggende for psykodynamisk foreldre-

arbeid i dag er Winnicotts utsagn: «There is no such thing as an infant» (1960; s. 39), som betyr at vi ikke kan forstå barnets fungering uavhengig av relasjonen mellom barnet og foreldrene. Psykoanalytisk utviklingspsykologi har beveget seg fra et intrapsykisk til et relasjonelt perspektiv. Og dette relasjonelle perspektivet sier at barnet i stor grad formes av sine primære relasjoner (Likierman & Urban, 2009; Lyons-Ruth, 1998; Trevarthen, 2001). Det er derfor ikke lenger mulig å forstå barnets indre verden avskåret fra dets pågående relasjonelle erfaringer (Slade, 2008).

Foreldrearbeid bør være en del av barnepsykoterapeuters virksomhet, og det er viktig at foreldrearbeid har status og blir betraktet som en behandlingsmetode på linje med andre metoder innen klinisk barne- og ungdomspsykologi.

Barneterapeuter er som regel dypt identifisert med barnet, og det kan derfor være bra også å se verden fra foreldrenes side. Samtidig kan barneterapeutens trening i å arbeide med det barnlige gjøre ham/henne spesielt egnet til å se disse sidene også hos foreldrene, ikke minst hvordan foreldrenes egne infantile sider spiller seg ut i relasjonen til barnet.

Foreldrearbeid skal ikke være voksentterapi; fokus er på barnet og relasjonen til barnet. Hvis foreldre trenger terapi for egen del, må dette gjøres hos en annen terapeut, slik at foreldrearbeidet kan få fortsette som før. Det vil selvfølgelig kunne være glidende overganger her, ikke minst hvis vi tenker at det å få barn er en stor mulighet til personlig forandring og utvikling, og at foreldre kan være spesielt mottakelige for personlig endring gjennom sine erfaringer som foreldre (Frick, 2000).

**Om refleksiv funksjon, depressiv posisjon, containment og tilknytning - det teoretiske grunnlaget i et psykodynamisk foreldrearbeid**

Det teoretiske grunnlaget for et psykodynamisk foreldrearbeid slik det beskrives her, er på flere måter sammenfallende med det som vi finner i strukturerte foreldreprogrammer som Circle of Security (Torsteinsson, Brandtæg & Powell, 2010), Marte Meo (Hafstad & Øvreide, 2007) og Minding the Baby (Salder, Slade & Mayes, 2006).

Det avgjørende i alle barns oppvekst og utvik-

ling er at barnets angst fanges opp, håndteres og gjøres forståelig. Dette er grunnlaget for en trygg tilknytning, og det er godt etablert at tilknytningen mellom barnet og foreldrene er avgjørende for barnets utvikling (Marvin & Britner, 2008). Tilknytningsteori beskriver de basale ingredienser barnet trenger å finne i relasjonen til sine primære omsorgspersoner (Fonagy, 2006). Helt grunnleggende for en trygg tilknytning er det at noen er redd for barnet, og at noen bryr seg om hva som foregår inni barnet (Rustin, 2009). Barnet trenger å oppleve et fellesskap med foreldrene sine, og det trenger å oppleve at foreldrene beskytter og ivaretar dette fellesskapet på en god måte.

Sentralt i et psykodynamisk foreldrearbeid er forståelsen av at viktige sider av vår mentale fungering er ubevisst. Vesentlig for barnets fungering og utvikling er at foreldrene fungerer på et modent nivå, både mentalt og praktisk. Det er likevel et faktum at alle foreldre innimellom vil fungere mer primitivt og vise frem ubevisste sider av sitt eget sjelsliv. Et psykodynamisk foreldrearbeid vil vise stor interesse for disse irrasjonelle sidene hos de voksne. De betraktes ikke bare som avvikende atferd, men mer som uttrykk for indre og ofte dypt rotfestede erfaringer, fantasier og følelser, som igjen kan utløses av det å være foreldre.

Novick og Novick (2001) beskriver følgende tre momenter som viktige for et psykodynamisk foreldrearbeid: at foreldrene skal få (tilbake) en følelse av kompetanse, at skyld omformes til konstruktiv bekymring, og at foreldrene utvikler evnen til å se barnet som atskilt fra seg selv. Å gi foreldrene tilbake en følelse av foreldrekompetanse kan betraktes som en kompensasjon for den narcissistiske krenkelse det er å se sitt barn opprette en nær relasjon til en annen voksen, nemlig barneterapeuten (Klitzing, 2011).

Foreldre bør ha en god refleksiv funksjon (Fearon et al., 2006; Fonagy & Target, 1998; Slade, 2008). Med dette menes en evne til å kunne forholde seg til at andre personer har et indre liv og ikke bare er ulike typer atferdsuttrykk. Den refleksive funksjon gjør den voksne i stand til å forstå barnets holdninger, intensjoner, fantasier og følelser. Den gjør barnets atferd meningsfull og forutsigbar. Foreldre med en god nok refleksiv funksjon vil hjelpe barnet til selv å kunne utvikle denne evnen til mentalisering (Gergely & Unoka, 2008; Rexwinkel & Verheugt-Pleiter, 2008). Det blir som Slade

(2008; s. 314; kursiv i original) sier:

A mother's capacity to hold in her own mind a *representation* of her child as having feelings, desires, and intentions *allows the child to discover his own internal experience via his mother's re-presentation* of it.

Foreldrenes evne til å skape mening i barnets erfaringer hjelper dem til å bevege seg bak det konkrete og åpenbare, og isteden utvikle en forståelse av barnets atferd som uttrykk for mentale tilstander. Mentale tilstander er ofte usynlige, bakenforliggende og stadig foranderlige intensjoner og emosjoner. Denne evnen til å kunne reflektere over barnets indre mentale liv hjelper barnet til selv å kunne symbolisere, romme og regulere sine egne emosjonelle tilstander og sitt eget atferdsmessige uttrykk, og til å utvikle sammenhengende og forståelige indre representasjoner av seg selv og andre. Foreldrenes refleksive funksjon vil også hjelpe dem til å romme seg selv og regulere egen atferd.

Begrepet «refleksiv funksjon» bygger på mer klassisk psykoanalytisk teori. Kleins (1940) teori om utviklingen av «den depressive posisjon» handler om det lille barnets gryende erkjennelse av seg selv som atskilt fra andre (mor), som en som kan påvirke og skade den andre, og om at den andre har et indre mentalt rom som barnet ikke har fullstendig kjennskap til eller kontroll over. Bevegelsen mot, og håndteringen av, den depressive posisjonen vil være vesentlig for individets psykiske fungering både som barn og voksen, ikke minst i foreldrerollen. Bions (1962) begrep «containment» er også sentralt i forståelsen av den refleksive funksjon hos foreldre. Barnets erfaring av å bli contained (rommet) handler ikke bare om et møte med en voksen som reflekterer tilbake barnets tilstand, men enda mer om at barnets ofte uutholdelige emosjonelle erfaring blir gjort utholdelig gjennom den voksnes indre mentale arbeid med denne tilstanden. Den voksne hjelper barnet med å skape mening i det barnet opplever som meningsløst. Å være i nærheten av (og enda mer om man har omsorgen for) et barn i sterk psykisk bevegelse, er krevende og betyr at den voksne selv blir berørt og settes inn i egne sterke følelser og noen ganger kroppslige reaksjoner. Det indre arbeid som den voksne her må gjøre for å unngå å ikke bare reagere direkte tilbake på barnets uttrykk, kan bringe den voksne til «kanten av stupet» og i kontakt med

egne primitive og subjektivt sårbare sider. Disse reaksjonene hos den voksne kan man ikke alltid se i direkte sammenheng med det som skjer i barnet og mellom den voksne og barnet. Dette indre arbeid benevnes ofte «reverie» (Bion, 1962; Cartwright, 2010; Våpenstad, 2008; 2010; in press).

### Noen momenter ved arbeidsmåten i psykodynamisk foreldrearbeid

Som nevnt er det teoretiske grunnlaget for et psykodynamisk foreldrearbeid på flere måter det samme som for mer strukturerte foreldreprogrammer. Men der det teoretiske grunnlaget kan være felles, kan den konkrete arbeidsmåten være forskjellig.

Det vi ønsker å oppnå gjennom et psykodynamisk foreldrearbeid, beskrives av Fearon et al. (2006; s. 215) på denne måten:

Good mentalizing is not so much the capacity to always accurately read one's own or another's inner states, but rather a way of approaching relationships that reflects an expectation that one's own thinking and feeling may be enlightened, enriched, and changed by learning about the mental states of other people. In this respect, mentalizing is more like an attitude than a skill, an attitude that is inquiring and respectful of other people's mental states, aware of the limits of one's knowledge of others, and reflects a view that understanding the feelings of others is important for maintaining healthy and mutually rewarding relationships.

Skal vi klare å hjelpe foreldrene med å utvikle en slik holdning til barnet sitt, må vi begynne med å forholde oss realistisk til foreldrenes fungering og ståsted.

### Forholde oss realistisk til foreldrenes fungering

Formuleringer som «foreldrene er våre oppdragsgivere» eller «vi spiller på lag med foreldrene» kan medføre en overdreven identifikasjon med foreldrene på bekostning av barnet og med en tilhørende benektning av foreldrenes skadelige bidrag til barnets fungering. Samtidig kan en overdreven

identifikasjon med barnet og ikke erkjente redningsfantasier hos behandleren skape et destruktivt samspill der behandleren skal redde barnet fra disse forferdelige foreldrene. Foreldrearbeid krever en velutviklet evne til balansegang mellom disse to ytterpunktene, og erfaring med eget foreldreskap kan gjøre behandleren bedre i stand til å møte foreldre som strever, med en sympatisk holdning.

Foreldrearbeideren må begynne med å skape en trygg og åpen ramme rundt arbeidet. På samme måte som vi ønsker å utvikle foreldrenes evne til «keeping the child in mind» (Horne, 2000), må vi romme foreldrene med vårt mentale apparat. Mange foreldre som kommer til oss, sliter med å ville vedstå seg sin skyldfølelse, skam og opplevelse av utilstrekkelighet, og vil helst skyve alt dette bort og plassere hele årsaken endimensjonalt hos barnet eller en ekstern instans som skolen eller samfunnet. Skal vi hjelpe foreldre til å nærme seg sin egen svakhet og sine egne mørke sider, må vi unngå å ta rollen som dommer eller forhørsleder. Vi må forstå det traumatiske i å ha et barn som strever, som skaper problemer på skolen, eller som stadig bringer foreldrene «ut av sitt gode skinn». Mange foreldre forventer å bli møtt av en ekspert (eller en «supernanny») som bare forteller dem ovenfra og ned hva de bør gjøre og ikke gjøre. Vi vil komme mye lenger i vårt arbeid hvis vi kan skape et «lekeområde» (Slade, 2008) der vi sammen med foreldrene kan finne mening og forståelse i deres situasjon på en seriøs, men samtidig fri og ubegrenset måte. Vi må være nysgjerrige på foreldrene og familien.

Mange foreldre kan romme barnet mentalt helt til barnet, eller noe i relasjonen, berører et vanskelig tema hos foreldrene. Noen foreldre har personlighetstrekk som kan gjøre deres indre barnerom begrenset eller ustabil. Vi kan se for oss et kontinuum fra foreldre som har et mentalt rom tilgjengelig for barnet, via foreldre som kan variere i sin refleksive funksjon, til foreldre som bruker hele sitt mentale apparat på å håndtere sitt eget psykiske strev og opprettholde et primitivt psykisk forsvar mot verden. Som Green (2000) sier, er det viktig at foreldrene klarer å investere nok i barnets psykiske utvikling, selv om dette kan bety at foreldrene selv må forsake noe for sin egen del. Noen foreldre kan tilsynelatende samarbeide om barnets behandling og selv møte frem til sine egne foreldretimer, men kan på et ubevisst plan holde barnet i en patologisk posisjon. Noen foreldre kan projisere betydelig inn

i egne barn og bruke dem i sitt eget narsissistiske forsvar eller for å opprettholde ubevisste sider ved familiedynamikken. Noen foreldre strever mye i sitt eget liv, men kan likevel være gode foreldre for akkurat sitt barn, mens andre mestrer mye på jobb og i voksenlivet ellers, men kommer til kort som foreldre. Det er viktig at foreldrearbeideren er på foreldrenes side, men det er også viktig å være tydelig og konkret når noe åpenbart ikke er bra eller er skadelig for barnet.

### Gjøre barnet forståelig for foreldrene

Hvis vi må formulere en hovedregel for vårt arbeid med foreldrene, må det være å gjøre barnet forståelig for dem. Å gjøre barnet forståelig for foreldrene betyr at vi insisterer på at barnets framferd ikke er meningsløs, men er et forsøk på å formidle noe viktig (Våpenstad & Landmark, 2004). Å gjøre barnet forståelig er å hjelpe foreldrene til å se og verdsette det komplekse og sammensatte ved barnet og deres relasjon, og å sortere ut hva som kommer fra barnet og hva som er foreldrenes eget bidrag. Å utvikle foreldrenes refleksive funksjon, evne til containment og tilknytning betyr å gi dem et emosjonelt verktøy til å ta imot og oversette barnets atferd til et språk som er forståelig for dem. Når foreldrene har «bestått denne translatøreksamenen», kan de hjelpe barnet med å forstå seg selv og andre, noe som har en enorm utviklingspsykologisk effekt (Lyons-Ruth, 1998) for både barnet og foreldrene.

### Arbeide i her-og-nå

Et psykodynamisk foreldrearbeid har et tydelig fokus på situasjonen her-og-nå. Det er barnet, foreldrene og relasjonen mellom dem slik den fremstår i nåtid, som er utgangspunktet for arbeidet.

En vanlig metode er å dekonstruere konkrete episoder og spesielt dem som er vanskelige og mettet med sterke negative følelser og reaksjoner (Slade, 2008). Fearon et al. (2006) beskriver hvordan vår evne til mentalisering (refleksiv funksjon) er spesielt dårlig under «negativ affektiv aktivering», og foreldrene vi møter, er ofte tydelige bevis på dette. Det kan være til stor hjelp å sakte, men sikkert nøste opp trådene i slike episoder, og gjerne starte et stykke før der foreldrenes narrativ om epi-

soden starter. Mange foreldre blir overrasket når de oppfordres til å «spole teipen» enda litt lenger tilbake og starte beskrivelsen litt før det hele kollapse. Mange barn utsetter sin reaksjon på for eksempel en skuffelse til den kan ha en større effekt på foreldrene, men da med den «bivirkningen» at foreldrene har glemt den utløsende skuffelsen.

Et annet prinsipp som ofte brukes, er å sammenholde relasjonen som utvikler seg mellom foreldrene og foreldrearbeideren, med den relasjonen som beskrives mellom foreldrene og barnet (Green, 2000). Dette benevnes ofte som «arbeid i overføringen». Det er ikke uvanlig at det som foreldrene strever med å forstå hos barnet, utspiller seg i relasjonen til terapeuten. Hvis det kan oppdages der, i her-og-nå-samspillet, kan det brukes til å gjøre barnets fremtoning mer forståelig gjennom foreldrenes identifikasjon og erfaring med en posisjon i en relasjon som blir forstått og beskrevet for dem.

### Fleksibilitet

En psykodynamisk orientert foreldrearbeider vil forsøke å arbeide etter det Slade (2008; s. 328; kursiv i original) kaller «reasoned flexibility». Barnets tilstand og foreldrenes situasjon vil ofte gjøre det nødvendig å tilpasse opplegget.

To eksempler på denne fleksible holdningen skal nevnes her. Det ene er åpenhet for at deltakelse i konsultasjonene hos foreldrearbeideren kan variere. I en familie der det er flere barn, eller der for eksempel en besteforelder også har en viktig rolle i forhold til barnet, så kan sammensetningen av hvem som møter frem til timer, variere. Det gjelder også der foreldrene av ulike årsaker ikke makter å møte sammen hver gang. Dette kan inneholde psykodynamiske forhold som foreldrearbeideren kan bruke i sitt arbeid. For eksempel hvis en far snakker annerledes og friere om barnet sitt når han kommer alene enn når han er der sammen med barnets mor. I forlengelsen av dette har vi også foreldrearbeiderens mulighet til å delta på møter i saken, for eksempel skolemøter eller ansvarsgruppemøter. Dette gjøres primært for å skjerme barnets terapi, men kan også gi foreldrene en opplevelse av å få hjelp, støtte og forståelse. På slike møter vil foreldrearbeideren kunne være foreldrenes allierte, men vil også kunne observere og danne seg et inntrykk

av foreldrenes fremtoning i en annen setting.

Foreldrearbeid kan også være en selvstendig tilnærming til psykisk helsearbeid med barn og ungdom

Det andre eksempelet handler om å gi råd. Det er vanlig at foreldre vil spørre om råd og vil vite hva foreldrearbeideren mener de skal gjøre i en konkret situasjon. Det vil være nærmest umulig for en foreldrearbeider å ikke skulle svare foreldrene på deres spørsmål eller også noen ganger gi råd. Men det er viktig at et råd bygger på forståelse av det konkrete barnet og relasjonen mellom barnet og foreldrene. Foreldrearbeideren er ingen «foreldreguru» som kan belære alle foreldre om hva som er best å gjøre i alle situasjoner. Men hvis foreldrearbeideren bygger sin forståelse på den emosjonelle kontekst i den aktuelle situasjonen, så kan hun/han sammen med foreldrene finne det som vil være en god måte å forholde seg til barnet på, og hvis det siste stykket frem til mål kan være lettere å gå hvis foreldrearbeideren kommer med et forslag, så er det lov. Noen ganger kan et slikt råd, et råd som er forankret i en refleksiv forståelse av barnet og ikke bare kommer fra en predefinert teori, hjelpe foreldrene til å oppleve mestring i en konkret situasjon med barnet sitt.

### Behov for samarbeid og veiledning

Arbeid med barn og familier i store vanskeligheter er krevende, og medfører ofte at sterke og primitive følelser og relasjonsefaringer spiller seg ut i og blant behandlerne. Horne (2000) understreker behovet for å arbeide tett i team rundt slike saker og ikke tro at den enkelte behandler har menneskelig styrke og teknisk innsikt nok til å skulle kunne balansere all dramatik og alle projeksjoner som en familie i emosjonell turbulens omgir seg med. Skal behandlerne beholde sin refleksive funksjon, sin evne til å tenke under trykk, er det ofte nødvendig å være flere. Teamets medarbeidere må ta vare på og forsterke nettopp den refleksive funksjon som vi vil at også foreldrene skal utvikle. I saker med et sterkt emosjonelt trykk og store utfordringer er det ikke uvanlig at behandlerne settes i polariserte posisjoner som reflekterer dynamikken i familien. Å bryte et slikt mønster vil kreve at behandlerne konfronterer egne fordommer, egne barndomserfaringer og egne motiver. Foreldrearbeiderne må

være opptatt av det Winnicott (1965) beskrev som «good enough» foreldre. I dette ligger ikke en oppfordring om å lukke øynene eller unnlate å reagere når barn lever under forhold som åpenbart er for dårlige eller skadelige, men det betyr at foreldrearbeideren må holde oppe forståelsen av det komplekse, sammensatte og tvetydige i det menneskelige, herunder årsakene til at barn får psykiske helseplager. Foreldrearbeideren må innrømme foreldrene den samme mulighet til å bli forstått som vi ønsker at foreldrene skal tilby barnet sitt. Skal dette kunne lykkes, må foreldrearbeideren og resten av teamet ta vare på hverandre og søke (og tilby) veiledning eller konsultere en kollega når en sak kan synes overveldende og tendensen til en lettvent og endimensjonal utvei blir for fristende.

### Kliniske eksempler

Jeg vil forsøke å illustrere arbeidsmåten i psykodynamisk foreldrearbeid gjennom to kliniske eksempler. Disse eksemplene representerer noen hovedtrekk ved foreldre som vi kan møte i foreldrearbeid, men er ikke uttømmende. Den ene saken viser en mor som trenger hjelp for sin egen del og skyver barnet foran seg som en døråpner inn i hjelpeapparatet. Den andre saken viser et foreldrepar som har nok med seg selv og helst vil overlate barnet til et «verksted» for å få det reparert.

### Første eksempel - Miriam

Miriam er fire år gammel. Hun bor alene sammen med sin mor. Miriams far har aldri vært en del av familien og befinner seg i dag i utlandet uten at mor vet hvor han er. Hun har startet i psykoterapi etter at barnehagen meldte bekymring for hennes omsorgssituasjon og en klinisk barnepsykologisk utredning konkluderte med at hun hadde en tilknytningsforstyrrelse og lå etter i både kognitiv og emosjonell utvikling. Hennes psykoterapeut rapporterer at hun ofte kommer sulten til timene sine og i klær som ikke er adekvate for vær og årstid. Miriams mor, fru A, tilbys et intensivt foreldrearbeid. Fru A beskriver selv en oppvekst preget av få gode og stabile erfaringer med sine omsorgspersoner, og det blir derfor viktig å finne ut hvor mye fru A også trenger for sin egen del. Til å begynne

med vegrer fru A seg mot å komme så ofte som foreldrearbeideren ønsker, en time hver uke. Bare etter at et ansvarsgruppemøte med barnevernet gir mor beskjed om at hennes mulighet til å beholde omsorgen for Miriam forutsetter at hun tar imot tilbudet og møter frem til sine egne timer, begynner mor å møte frem regelmessig. Foreldrearbeideren opplever en mor som er ganske ambivalent. Hun kan fortsatt trenere ved å komme halve timen for sent, men når tiden er ute, har hun problemer med å forlate kontoret. Fru A har ingen innvendinger mot at Miriam går i psykoterapi, og hun synes ikke å reagere særlig på at Miriam ganske raskt utvikler en sterk tilknytning til terapeuten sin. Etter hvert blir det tydelig for foreldrearbeideren at fru A ser på sine egne timer som uavhengig av Miriams terapi og mer som noe hun trenger for sin egen del. Hun profitterer på at foreldrearbeideren er tydelig og klar på rammene, at mor må komme presis og til alle avtaler. Det er som om fru A selv er på søken etter en tydelig, robust og omsorgsfull foreldrefigur.

Gjennom en kald vintermåned blir foreldrearbeideren tiltagende bekymret for rapportene fra Miriams terapeut og fra barnehagen om at Miriam er altfor tynkledd. Fru A bruker sine timer til å snakke om hvordan Miriam har vokst så fort og ikke lenger er den lille kosejenta som mor kunne bære rundt på og sove sammen med om natten. Foreldrearbeideren kjenner dragningen mot å bli forhørsdommeren som skal konfrontere mor med hennes omsorgssvikt og be henne kle på barnet sitt ordentlig i vinterkulden. Heldigvis makter foreldrearbeideren å romme denne bekymringen for Miriam (det hjelper også at barnehagen synes å ta seg godt av Miriam og finner varme klær til henne der), og å bevare sin evne til å tenke rundt (refleksiv funksjon) relasjonen mellom Miriam og mor, og om mors eget indre. Foreldrearbeideren kan etter hvert si til mor at det synes som at mor savner en kosebamse, en god og myk bamse som kan gjøre henne trygg og som hun kan ha full styring med. Nå når Miriam har blitt så stor og vil klare mange ting selv, så mister mor denne gode bamsfølelsen fra de første årene. Fru A er med på dette og sier også at hun ikke orker å krangle med Miriam når hun tar på seg sommertøyet selv om det er vinter. Over flere timer makter fru A og foreldrearbeideren sammen å studere slike episoder der Miriam vil bestemme selv og mor ikke makter

å være den voksne som ivaretar barnets behov for varme klær, fordi dette vil bety at hun må utsette seg for barnets negative reaksjon og protest. Det blir etter hvert tydelig at Miriams selvstendighet også minner mor om egne tidlige erfaringer av å være den lille i en relasjon der en stor bare bestemmer på en rigid og sadistisk måte. For fru A har Miriam på fire år blitt en tyrann som skremmer mor og lammer hennes egen evne til å stå opp med egne meninger og en nødvendig foreldreautoritet.

Barnet, foreldrene og relasjonen mellom dem slik den fremstår i nåtid, er utgangspunkt for foreldrearbeidet

I starten var det umulig for fru A å være med på at Miriam forsøkte å si mor noe viktig gjennom sin bruk av sommertøy om vinteren. Men foreldrearbeiderens nitide opptatthet av disse konkrete episodene avslørte at mor kunne reagere på to måter: Den ene var å gå med Miriam i planen om å bruke feil klær, den andre var å snu ryggen til og forlate «åstedet» slik at Miriam ble overlatt til seg selv og sin garderobe. Fru A og foreldrearbeideren oppdaget at Miriam spesielt i den sistnevnte situasjonen kunne bli enda mer ekstrem i sitt klesvalg og bli enda mer insisterende på at mor skulle se hvordan hun var kledd. Det var som om også Miriam desperat lette etter mors omsorg i betydningen en som er større og vet bedre, og som tydelig, men ivaretagende, bestemmer hva barnet skal ta på seg. Fru A maktet etter hvert å se likheten med seg selv og sitt eget behov for at foreldrearbeideren skulle være en som tar vare på og bestemmer på en omsorgsfull måte, og hvordan dette også gjelder for relasjonen mellom Miriam og mor.

### Andre eksempel - Geir

Geir er en gutt på åtte år. Han kommer i kontakt med hjelpeapparatet gjennom PPT, som på oppdrag fra skolen har utredet hans store fall i skoleprestasjoner og manglende trivsel. Geir var en skolefink og glad gutt helt til han i begynnelsen av tredje klasse plutselig ramlet ut av alt sammen. Etter tips fra familiens fastlege har foreldrene selv tatt med Geir til en barnepsykoterapeut, og det er i forbindelse med vurderingen av om Geir skal tilbys en psykoterapi, at foreldrene hans inviteres til foreldrearbeideren. Geirs foreldre, herr og fru B, er begge akademikere, mor er i innspurten på sin

doktorgrad, og far har flere akademiske stillinger både i Norge og utlandet. Herr og fru B har et favoritt ord: «Logistikk». Familien preges av en veldig konkurranse om tid og om hvem av de voksne som må forsake egne ting til fordel for barna. Herr og fru B er lite interessert i å se på sin egen rolle i Geirs problemer eller å forstå Geirs vansker som en kommunikasjon av hele familiens strev. Foreldrene insisterer på at timene hos foreldrearbeideren skal brukes til det far kaller «kunnskapsoverføring», noe som betyr at foreldrearbeideren skal lære foreldrene hvordan de skal «håndtere» Geir. Foreldrearbeiderens forsøk på å introdusere et «lekeområde» der det er mulig å tenke fritt rundt Geir og familien, blir som regel parkert av mor eller far som sier noe sånt som: «Jo da, vi vet det, det er sikkert sånn, men hva gjør vi med det?»

Slike foreldre kan ofte skape en sterk negativ reaksjon (motoverføring) i foreldrearbeideren. Det kan være vanskelig å holde sin egen irritasjon og sitt ønske om å «knuse» foreldrenes instrumentalitet i sjakk. I en slik time, der herr og fru B atter en gang presenterer et problem som de vil ha svar på, og hvor far redegjør for hvordan man innenfor hans fagområde «samler all sikker kunnskap i metaanalyser som senere publiseres i velrennomerte tidsskrifter», finner foreldrearbeideren ut at han må håndtere sin opplevelse av å stange i en vegg ved å forsøke å «snakke om noe helt annet». Det foreldrearbeideren gjør, er ikke i seg selv «feil» eller utenfor teknikken, han spør far om hans deltakelse på den siste fagkongressen i «utlandet» (far har kommet rett fra flyplassen til dagens time). Å vise nysgjerrighet for foreldrene og barnets dagligliv er en viktig del av et foreldrearbeid og kan også bli det i denne saken, selv om foreldrearbeideren her bruker det mer som en måte å overleve på i møtet med et foreldrepar som bare vil ha sitt piano reparert og ikke vil utvikle sin refleksive funksjon. Det som skjer, er interessant, for far ser opp og setter seg tilbake i stolen, tydelig overrasket og glad for at noen er interessert i å høre om hans tur til utlandet. Det viser seg at far ikke vil fortelle så mye om selve kongressen, den er som andre kongresser, «full av konkurranse og mistenksomhet», sier han. Men han forteller at han besøkte et antikvariat, og der fant han endelig førsteutgaven av den boka som han har lett etter så lenge. Han spretter

opp, henter kofferten som står ved døren, og tar frem boka. Fru B, som inntil nå bare har sukket og sendt megetsigende blikk i retning foreldrearbeideren, ser omsider på boka og blir opptatt av omslaget og kvaliteten på de tykke sidene. Herfra følger en samtale mellom herr og fru B og foreldrearbeideren, som ikke handler om Geir direkte, men som gjennom foreldrearbeiderens nysgjerrighet og interesse for herr og fru B utvikler seg til en type relasjon der formidling av følelser og tanker også får plass. Muligheten herr og fru B fikk til å snakke om seg selv og sine egne interesser, åpnet etter hvert for å se på relasjonen til Geir uten overskrifter som «logistikk» og «håndtering». Foreldrenes identifikasjon med det å være interessante personer, med interessante tanker og følelser, satte dem på sporet av at også Geir kunne være en slik person.

Herr og fru B ønsket også å bruke mer tid sammen med barna sine, men opplevde at noen slike «reparasjonsforsøk» ikke alltid hadde den ønskede effekten. Ved en anledning hadde foreldrene ordnet alt til hjemmekos og Geir skulle få se favorittfilmen sin med alle godt plassert i sofakroken og alle mobiltelefoner og epostprogrammer avslått. Men Geir dukker ikke opp, og når han først er der, så forlater han stua og oppsøker spillene på ipaden. Herr og fru B sitter skuffet og forvirret igjen. I de påfølgende samtalene hos foreldrearbeideren er det endelig mulig å få herr og fru B med på at det Geir her gjør, er et språk, at det ikke bare er atferd som må reguleres, men en beskjed fra noe inni Geir om hvordan han opplever seg selv og sin livssituasjon. Kanskje Geir sier ifra om at han ikke vil ha reparasjonsforsøk, at han vil ha det hyggelig i hverdagen, at han vil være i en vanlig familie der alle hygger seg sammen også til hverdags? Kanskje Geir vil at foreldrene skal ha med hverandre å gjøre, ikke bare krangle om hvem som må dra hjem for å lage middag til barna og hvem som kan få lov til å bli igjen ute i verden med karrieren sin. Kanskje Geir ikke vil se film og være glad, kanskje Geir vil være trist og lei og sint, og at foreldrene skal legge bort «facebook» og «LinkedIn» og heller bry seg om hans «statusoppdateringer», om hvorfor han er trist og lei, ikke bare hvordan dette kan reguleres bort slik at hans skoleprestasjoner ikke blir skadelidende.



### En samarbeidsrelasjon til foreldrene

Gjennom et psykodynamisk orientert foreldrearbeid ønsker vi at foreldrene skal identifisere seg med foreldrearbeideren og hans/hennes måte å forstå barnets ytre atferdsverden og indre følelsesverden på. Denne identifikasjonen med foreldrearbeideren kan igjen hjelpe foreldrene til å internalisere en god relasjonserfaring og ikke minst en nysgjerrighet på, og tenkning rundt, mentale fenomener. Dette kan bli til den refleksive funksjonen som foreldrene kan bruke til å trekke sammenhenger mellom barnets atferd og barnets indre verden.

Samarbeid betyr her at foreldrene tilbys et sted, en profesjonell relasjon, der skyld og skam, feil og tvil, ikke blir ryddet av veien, men forstått. Skal vi klare dette, må vi møte foreldrene med en væremåte som ikke benekter vår egen faglighet og kompetanse, og som ikke gjør oss til vertskap for en hyggeklubb der livets realiteter settes på gangen for en stund. Samarbeid betyr at partenes ulike roller, ansvar og kompetanse anerkjennes og respekteres. Et godt samarbeid bygger på erkjennelsen av at konflikter og avsporinger er uunngåelige, men at kanskje det viktigste og mest utviklende for relasjonen er at slike brudd repareres.

I foreldrearbeidet med mor til Miriam beveget relasjonen seg fra en «frelser – bli frelst»-dynamikk til et samarbeid gjennom mors identifikasjon med foreldrearbeideren. Foreldrearbeideren la til rette for dette gjennom sin refleksive funksjon og en aktiv og fleksibel stil. Foreldrene til Geir fikk hjelp til å se og forstå Geir bedre da foreldrearbeideren nærmet seg foreldrene som egne individer og dermed åpnet for et mer likeverdig samarbeid der både foreldre og foreldrearbeider bidro i arbeidet.

### Konklusjon

Målet med et psykodynamisk foreldrearbeid er å øke foreldrenes evne og vilje til å forstå barnet sitt. Gjennom en bedring av foreldrenes refleksive funksjon vil barnets problemer og fremtoning bli meningsfullt og til noe mer enn bare atferd og diagnose. Den viktigste redskapen vi har, er foreldrearbeiderens egen refleksive fungering, evne til å romme ubehagelige følelser og fleksible holdning. Det er viktig at foreldrearbeideren unngår å bli en «pianoreparatør» som bare identifiserer seg med

foreldrenes ønske om å få barnet reparert uten å måtte se på sitt eget bidrag. Det er like viktig å unngå rollen som «foreldrefrelser», der barnet glemmes og en løsning av foreldrenes problemer blir eneste fokus. Relasjonen mellom foreldrene og foreldrearbeideren bør preges av samarbeid og likeverd. Et vellykket foreldrearbeid har en stor utviklingspsykologisk effekt på barnet, foreldrene og relasjonen mellom dem.

### Abstract

Psychodynamic work with parents: From «piano tuner» or «parental saviour» to cooperation in the understanding of parenthood

Child psychotherapy usually includes some kind of cooperation with the parents. Psychodynamically informed work with parents can take many forms, but has a common goal of increasing the parents ability to mentalize – that is, to keep the child in mind and see the child as having feelings and intentions. In this paper the author argues that the parent worker should avoid two unfavourable positions in his relation to the parents: He should not become a mere technician who just wants to fix the child on behalf of the parents. Yet he should also avoid the role of a parental saviour who tries to turn the parents into some kind of perfect caretakers while forgetting the child. The parent worker should instead take a flexible stand, hold the parents in mind, and try to develop a reflective stance where the parents and parent worker could start to understand the child. Two clinical examples are offered to illustrate this kind of parental work.

**Keywords:** child psychotherapy, flexibility, parent work, psychodynamic theory, reflective function.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 50, nummer 11, 2013, side 1080-1088*



**Eystein Victor Våpenstad**, førsteamanuensis, VID Vitenskapelige Høgskole, Oslo og avtalespesialist i klinisk psykologi, Helse Sør-Øst

dr.evv@vapenstad.no