

# KURSLEDERS HÅNDBOK TIL TRAUMEBEVISST OMSORG FOR FOSTERFORELDRE



## 7. SAMLING - Å VÆRE BARNETS «ADVOKAT»

### Mål for samlingen:

- Økt forståelse på det å være en traumebevisst «advokat».
- Bevissthet på muligheter for hjelp fra behandlings- og støtteapparat.
- Økt handlingskompetanse på hva fosterforeldre kan bidra med overfor andre tjenester som bidrar rundt barnet.

### Før samlingen:

- Sjekk at det tekniske er ok:
  - PC
  - Projektor
  - Lyd

### Ha klar:

- Flip-over og tusj.
- Blanke ark og penner til deltagerne.
- Utskrift av «Mitt barn» Arbeidsark 7. samling.
- Papirlapper som viser navnene til forskjellige personer rundt barnet (for eksempel lærer, assistent, behandler, fastlege, dommer, helsesykepleier osv.)
- Boks til å legge lappene i.

### Før gruppen kommer:

Skriv på tavla/flip-over innspillene gruppa kom med sist.

### Instruksjoner til kursleder:

- \*Klikk\* illustrerer at en skal trykke seg videre i PP.
- \*Klikk og les\* illustrerer at en skal trykke og lese teksten i PP.
- Forslag til konkrete utsagn du som kursleder kan si er i vanlig tekst.
- Instruksene som gis i håndboken til deg som kursleder er farget i grønt.

## Bilde 1



Velkommen tilbake! Fint å se dere.  
Vi skal som vanlig høre på litt musikk.

Det ligger forslag til musikk på:  
<https://www.traumebevisst.no/fosterforeldre/>

Gruppeaktivitet.

Ta så opp tråden fra 6. samling og gi gruppen 5-10 min til å komme med erfaringer de har gjort seg knyttet til dette siden sist.

## Bilde 2



Vi har brukt de første seks samlingene til å utforske hvordan traumer kan påvirke barn og hvordan vi som fosterforeldre kan hjelpe dem til å bli bedre. Nå er det på tide å se litt på det som befinner seg utenfor hjemmet, vi skal se litt på omverdenen rundt barna våre.

I denne samlingen skal vi snakke om din rolle i teamet av mennesker som er involvert i barnets liv. Særlig vil vi se på hvordan du kan være som en talsperson og advokat for barnet ditt og sørge for at barnet får den hjelpen det trenger for å kunne vokse og utvikle seg.

Bruk et minutt eller to på å samtale rundt eventuelle forskjeller på det å være talsperson og advokat.

### Bilde 3



Det kan være mange forskjellige personer som er involvert i barnets liv. Vi har:

\*Klikk\*

Biologiske foreldre og andre medlemmer av biologisk familie, som besteforeldre, tanter og onkler, og noen ganger søsken.

\*Klikk\*

Vi har saksbehandlere og kontaktpersoner, behandlere, leger, barnehagearbeidere, lærere, skolehelsetjeneste, veiledere m.fl.

\*Klikk\*

Vi har dommere, advokater, nemd-medlemmer og andre personer i det juridiske systemet.

### Bilde 4



Del ut «Mitt barn» Arbeidsark Samling 7 del 1.

Tenk på barnet i ditt. Hvem er viktige personer rundt barnet ditt? Hva slags forbindelser har de med barnet ditt? Er forbindelsen sterk, svak, positiv eller stressende?

Gi deltakerne 4-5 minutter for å jobbe med arbeidsarket.

## Bilde 5



Ideelt sett bør alle personene jobbe for de samme målene: Barnets trygghet, trivsel og utvikling.

Noen personer kan ha et nært og positivt forhold til barnet ditt. Andre personer er, av forskjellige grunner, ikke like aktive eller engasjert i barnet ditt. Og så kan det være at noen i teamet kan være en kilde til konflikt og stress.

Personene som er involvert i ditt barns liv:

\*Klikk og les x4\*

Det er ikke sikkert at alle personer rundt barnets lag har kunnskap om traumer og traumenes konsekvenser, de kan trenge hjelp til å se barnet ditt gjennom «traumebriller», til å se/tolke situasjonen i et traumebevisst perspektiv.

Det kan være å forklare:

«Hvis det er veldig mye lyd i klasserommet, og dere ser at «Kåre» blir urolig, da kan det være at han trenger en liten kort tur ut sammen med en voksen. Mye lyd kan minne ham om noe han har opplevd.»

Eller:

«Ofte så trenger «Lisa» å få informasjon og instruksjon på tomannshånd i skoletimen, hun klarer ikke ta inn informasjonen når den blir gitt i plenum i klasserommet.»

## Bilde 6



Noen som har lyst til å lese dette sitatet?

Den andre kurslederen leser opp om ingen deltager melder seg.

Barnevernsystemet kan være svært komplisert å forstå selv for oss voksne. Så vi kan tenke oss hvor komplisert det kan være for et barn.

Fosterbarn har alle opplevd at voksne har tatt avgjørelser om deres liv. Situasjoner som den Luis har opplevd viser hvor viktig det er for et fosterbarn å få god og nok informasjon.

Noen ganger blir dette ivaretatt av systemet, andre ganger må fosterforeldrene være en «advokat» for barnet: Det kan være gjennom å se til at det blir gitt nok og god informasjon til barnet og sikre at kommunikasjonslinjer holdes åpne blant de mange personene rundt barnet.

## Bilde 7

**TRAUMEBEVISST "ADVOKAT"**

Vi kan:

- Hjelp andre til å forstå hvilken påvirkning traumene har hatt på ditt barns liv.
- Fremheve viktigheten av trygghet.
- Dele strategier som kan hjelpe ditt barn med å mestre vanskelige situasjoner og utfordrende atferd.



De grunnleggende elementene i traumebevisst advokatvirksomhet er parallelle med å være traumebevisste fosterforeldre, og dere kan dele dette perspektivet med andre personer rundt barnet.

\*Klikk\*

Som vi har snakket om tidligere, kan konsekvensene av traumer være omfattende og kan påvirke hjernens utvikling, samt utviklingen av troen på seg selv og verden. Vår jobb som «advokat» er å bidra til at lærere og skolepersonell får en slik kunnskap og bevissthet rundt at barnets traumeerfaringer kan påvirke barnets evne til å være oppmerksom i klassen eller være i lek med andre. Psykisk helsepersonell kan også feil-diagnostisere et barn hvis de ikke har med barnets traumeerfaringer inn i vurderingen.

\*Klikk\*

Del dine observasjoner om hva barnet ditt trenger for å føle seg trygg, inkludert hva du vet om ditt barns

traumetriggere og at trygghet kan handle om fysisk, relasjonell, emosjonell og kulturell trygghet.

\*Klikk\*

Hjelp andre til å knytte sammenhengen mellom barnets tanker, følelser og atferd (det kognitive triangelet) og hans eller hennes traumehistorie. Hvis andre personer rundt barnet blir frustrerte, utålmodige eller bruker straff som konsekvens, kan du tilby konstruktive forslag om hvordan de kan møte barnet ditt.

## Bilde 8



\*Klikk\*

Selv om den biologiske familierelasjonen har vært vanskelig eller vond, vil den i mange tilfeller likevel være viktig for barnet. Med barnets beste i mente, kan vi være en talsmann/talskvinne for å opprettholde forbindelsen med den biologiske familien og tidligere nettverk.

\*Klikk\*

Vi kan framheve barnets styrker og ressurser, det være seg evner og interesser barnet har, eller det at barnet har kommet seg gjennom tidligere vanskelige erfaringer.

\*Klikk\*

Vi kan være en pådriver for at barnet skal de tjenestene det trenger, inkludert tilrettelegging på skolen, psykiske helsetjenester, eller ytterligere støtte fra barnevernet.

\*Klikk\*

Noen ganger er det å være en advokat for deg selv like viktig som det å være en advokat for barnet ditt. Snakk med kontaktperson om hva du trenger når du jobber med barnet ditt.

Vi vil snakke mer om egenomsorg i 8. samling. Det er viktig å være oppmerksom på hvor stressende det kan være for der som er rundt barnet.







## Bilde 11



Noen som vil lese denne historien? Deltager eller kursleder leser historien.

L. M. sin erfaring viser hva som kan skje når fosterforeldre og biologiske foreldre jobber sammen for barnets beste.

## Bilde 12



Be gruppen om å gå tilbake til «Mitt barn» Arbeidsark, del 1.

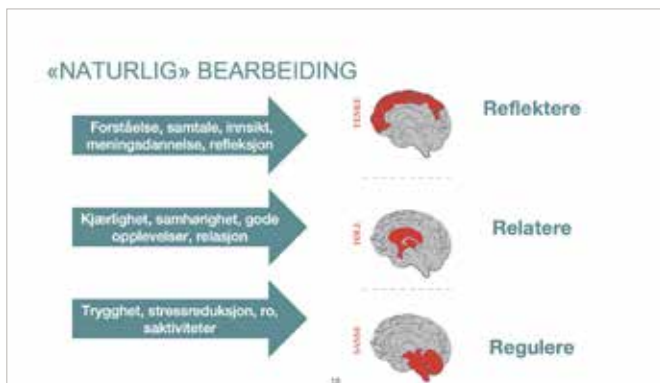
Se på personene som dere skrev inn i skjemaet i stedet, inkludert barnets biologiske foreldre og andre familiemedlemmer:

Nå skal vi bruke del 2 av arbeidsarket, det er tre ark, et ark til hvert punkt:

\*Klikk og les x 3\*

La deltagerne få 5-6 minutter til å skrive inn i arkene. Bruk så 5 minutter på samtale rundt det deltagerne har skrevet og tenkt.

### Bilde 13



Vi tenker ofte at bearbeiding handler om å gå til en terapeut for å snakke om det som er vanskelig, og mange tradisjonelle tiltak er rettet mot samtale, råd og veiledning (tenkehjernen). Og det er viktig. Men vi må ikke glemme at bearbeiding også handler om det som skjer i naturlige situasjoner der en er sammen og deler positive følelser og gode opplevelser (følelhjernen). Bearbeiding handler også om trygge rammer og struktur, ro og aktiviteter (sanehjernen). Bearbeiding handler også om de små samtalene over middagsbordet om hvordan dagen har vært eller samtalen i etterkant av en krangel (tenkehjernen).

### Bilde 14

The complex block is titled HVA ER «PLANLAGT» BEARBEIDING?. It contains a list of seven bullet points: 'Psykoedukasjon (å forstå seg selv i lys av belastninger i oppveksten eller mangel på viktige omsorgserfaringer)', 'Planlagt og målrettet arbeid', 'Mange ulike metoder', 'Å jobbe seg gjennom', 'Hjelp til å avslutte', 'Eksposering', and 'Endre forståelsen av seg selv, andre og verden (den usynlige kofferten)'. To the right of the text is an illustration of a person's head with a thought bubble and a small table with a box on it.

Noen ganger kan fosterbarnet trenge mer enn den bearbeidingen som skjer «naturlig». Vi kan kalle det «planlagt» bearbeiding. «Planlagt» bearbeiding kan skje i behandling på en BUP eller hos en psykolog, men det kan også skje i hverdagen, for eksempel ved at barnet skal trene på å være i utfordrende sosiale situasjoner.

Selv om du er en erfaren fosterforelder, er du ikke en utdannet terapeut eller behandler. Og det er det heller ikke forventet eller tenkt at du skal være. Alle har forskjellige behov når det gjelder behandling, også de barna som har vært utsatt for traumer. Så vet vi at det

ikke alltid er all behandling som er tilgjengelig over alt, og det kan være ventetid på behandling.

Her er noen eksempler på planlagt bearbeiding:

\*Klikk og les x 7\*

Det å være i behandling og planlagt bearbeiding krever mot, og prosessen kan ha opp- og nedturer. Noen barn synes å få det verre før det blir bedre. Ved å støtte barnet, samt ved å ta en aktiv rolle i det selv også, kan du motivere barnet til å være i behandlingen.

## Bilde 15



**NÅR SKAL DU SØKE HJELP?**

- Når du føler deg overveldet
- Når barnet ditt spør om å få snakke med noen
- Når "naturlig" bearbeiding ikke virker tilstrekkelig
- Når barnet har reaksjoner som forstyrrer dagliglivet, barnehage eller skole.
- Når barnet snakker om å begå handlinger som kan skade seg selv eller andre.
- Når barnet har problemer med å sovne, har mange oppvåkninger i løpet av natta, eller har gjentatte mareritt.
- Hyppig klager over fysiske smerter som legen ikke finner ut av.

Når skal du søke hjelp?

\*Klikk og les x 7\*

## Bilde 16



**NÅR SKAL DU SØKE HJELP? (fortsetter)**

- Når barnet stopper opp i sin utvikling
- Når barnet virker fastlåst, repeterende, mekanisk og mangler retning
- Når barnet er plaget av skyld og selvbepreidelse
- Når barnet uttrykker hjelpeleshet og håpløshet
- Når barnet klager over fysiske «vondter» og smerter som legen ikke finner ut av

\*Klikk og les x 6\*

## Bilde 17



Når vi har «traumebryllene» på, skal vi likevel ikke glemme at barnet kan ha andre behov og utfordringer. Alle barn trenger struktur og forutsigbarhet, det er et allmennmenneskelig behov. Et individspesifikt behov kan f.eks. være at et barn trenger briller. Problematisk atferd og emosjonelle utfordringer kan også være følge av medfødte psykiske lidelser hos barnet, som adhd (problemer med konsentrasjon, angst, uro), tvangslidelser og/eller spiseforstyrrelse, og ikke nødvendigvis som følge av traumer. Et traumespesifikt behov kan være at barnet trenger betydelig mer støtte og trygghet for å f.eks. kjøre med skolebuss.

Det kan bli viktig å dele barnets ulike behov og traumehistorie med samarbeidspartnere som jobber tett med barnet, slik at traumene barnet har opplevd tas med i vurdering og tilnærming til barnet til å forstå barnets psykiske helse.

## Bilde 18

MEDISINERING

- De fleste barn med traumeerfaringer trenger ikke medisinering.
- Norge har en restriktiv holdning til medisinering av barn.
- Noen barn vil likevel kunne ha behov for medisiner i en periode.

18

\*Klikk og les x 3\*

Medisinering kan være nødvendig og bra for barnet i en periode. De kan redusere angst, hjelpe med å få sove og dempe uro. Medisiner alene kan likevel ikke kurere traumekonsekvenser.

## Bilde 19

"ADVOKAT" I PRAKSIS del 2

GRUPPEAKTIVITET

Hjelp den andre med å forstå . . .

Situasjon 1:

- Fosterbarnet opplever seg ikke forstått og følelsesmessig matt av lærere.

Situasjon 2:

- Du er ikke involvert i ditt barns behandling, og viktig informasjon er ikke blitt delt med deg.

Gruppeaktivitet.

Nå vil vi øve mer på å være «advokat».

Oppgi at deltakere skal gå sammen to og to i rollespill. (IKKE I PLENUM, MEN TO OG TO)

Deltagerne velger ente situasjon 1 eller 2.

En spiller fosterforelder, mens den andre personen tar rollen som den som ikke har delt informasjonen.

Hjelp den andre til å forstå.

Til situasjon 1: Tilrettelegging, forståelse, tålmodighet, trygghet

Til situasjon 2: Å ikke vite vanskeliggjør å være en god fosterforelder, ikke være forberedt på hvordan barnet har det etter hver behandlingstime. etc

Den som ikke er fosterforelder bør stille spørsmål og gi litt motstand på det fosterforeldrene sier. Ikke for vanskelig. Bruk gjerne elementer fra egne erfaringer mens du spiller rollene dine.

Etter fem minutter bytter dere, slik at den andre får en sjanse til å spille den andre rollen.

Etter 10 minutter, ta parene tilbake for å dele sine observasjoner og erfaringer. Bruk inntil 5 min på dette.

## Bilde 20



Gruppeaktivitet.

Er det noen som har noen gode erfaringer når det gjelder behandling/planlagt bearbeiding?

Er det andre som har vært til hjelp med informasjon om behandling/terapi?

Hvordan kan vi jobbe sammen og få til et mer traumebevisst hjelpeapparat for fosterbarn/andre barn med traumeerfaringer?

Del i grupper og oppsummer i plenum.

(Hjemmelekse hvis ikke tid.)

## Bilde 21



Gruppeaktivitet og oppsummering:

Del ut gule lapper.

Alle skriver to momenter de vil ta med seg fra samlingen i dag.

Be deltagerne dele i plenum. En kursleder skriver dem på tavla.

VIKTIG: Kurslederne tar vare på lappene, de skal brukes på neste samling.

Følelsetermometeret! Hvor er vi?

Hvis ønskelig, gjør en avslapningsøvelse med gruppen før du bryter for dagen eller spill litt musikk.

## Bilde 22



Neste samling er.....

**Takk for i dag!**