

Forelderarbeid på psykoanalytisk orientert grunnlag – hva er det?

Alle behandlere som arbeider med barn og ungdom med psykiske, emosjonelle og relasjonelle vansker, vet at et godt samarbeid med foreldrene er av stor betydning for utfallet med behandlingen. Men i en tid med stadig større fokus på effektivitet, «gjennomstrømning» av pasienter og stort press på ventelister, blir det lett fokus på symptomlette, atferdsregulering og bedre mestring av de emosjonelle vanskene, i møtet med både barnet og foreldrene. «Mestring» knyttet til emosjonelle vansker kan lett gå på bekostning av de underliggende dynamikker som er årsaken: Sammensatte og motstridende følelser i barnet i forhold til seg selv og omsorgspersonene, følelser, savn og behov som kanskje ikke er blitt helt forstått i et samspill hvor foreldrene inngår, med egen tilknytningshistorie og de vansker og utfordringer også de har erfart, og som de kanskje møter på ny i møte med barnet.

IBUP er opptatt av å gjøre behandlere som arbeider med barn, ungdom og familier best mulig rustet til å hjelpe dem med det som er de underliggende og ofte opprettholdende årsakene til deres vansker. I dette arbeid er kunnskap om forelderarbeid uunnværlig.

Hva er forelderarbeid?

Forelderarbeid i den psykoanalytiske tradisjon er IKKE terapi/behandling av foreldrene, og det er ikke rådgivning til foreldre. Det er i utgangspunktet et samarbeid med foreldre, med henblikk på å gjøre dem best mulig i stand til å forstå og tenke rundt barnet, dets følelser og vansker.

Dette samarbeid baserer seg på ovenstående tenkning om, at både barnet og foreldrene har egne bevisste – og ubevisste – følelser, reaksjoner, ønsker og behov inn i et samspill, som er med å forme barnet og dets måte å møte seg selv, andre og livets utfordringer på. Og at det å øke foreldrenes kapasitet til å forstå både barnet og seg selv, er av avgjørende betydning for at barnet skal utvikle en bedre evne til å forstå, regulerer og håndtere egne følelser. Dette bidrar til bedre relasjoner og samspill med andre, og til en indre trygghet som er nødvendig for å stå mer støtt i de forskjellige utviklingsfaser barnet skal igjennom, og i livet som venter.

Hvert barn er unikt. Det er også foreldrene og samspillet mellom dem.

Forelderarbeid innebærer å møte foreldrene – og derigjennom barnet – der hvor de er, og med de styrker, vansker og behov de har. Det vektlegges nødvendigheten av å skape en trygg allianse med foreldrene, hvor de kan og tør komme med sin fortvilelse, frustrasjon, skyldfølelse og hjelpeløshet, og alle andre følelser de måtte stå med i møtet med barnet.

En allianse som også gjør det mulig å se på egen historie og hvordan den har formet mor og far til den forelder de er i dag.

I en psykoanalytisk tilnærming etableres denne allianse først og fremst gjennom å møte foreldrene med en ikke-vitende og utforskende holdning i forhold til nettopp dem som familie og som foreldre, hvor foreldrene inviteres til å bli interesserte i å forstå mer. Først når man forstår, kan man tenke om hvordan det man forstår, kan møtes best mulig hos barnet.

Hva innebærer det – at barn og foreldre kommer med sin unike historie og må møtes der de er?

Alle foreldre som søker hjelp for sitt barn, vil i større eller mindre grad ha med seg mange spørsmål, usikkerhet og blandede følelser knyttet til dette.

Hva har jeg som forelder evt gjort galt / ikke fått til? Er det virkelig nødvendig med profesjonell hjelp? Og hva vil det medføre å overlate barnet mitt til en fremmed fagperson som skal bli kjent med mitt barns følelsesliv på en inngående måte?

Hva vil det gjøre med barnet, og hva vil det gjøre med vårt samspill og vår relasjon? Er jeg i bunn og grunn ikke god nok, som mor eller far?

Disse tanker og følelser, tvil og ubehag håndterer foreldre forskjellig. Noen har større behov for å beskytte seg end andre. Noen er mer åpne for og villige til å se på seg selv, eget bidrag og dynamikk end andre. Å møte foreldrene der de er, må også innebære en respekt for dette.

Det innebærer ofte at man må utvise tålmodighet, fleksibilitet og kreativitet i forhold til å utvikle en allianse, og en evne til å gå i et tempo som foreldrene kan være med på. Samtidig som man hele tiden har for øye det som er målet: Å hjelpe foreldrene til best mulig å forstå barnet, dets følelser og behov, samspillet de selv inngår i, og egne bidrag i dette.

I møtet med den enkelte forelder / det enkelte forelderpar må man hele tiden ha for øye deres styrker og kapasitet, så vel som de begrensninger man møter, og forsøke å tilpasse intervensjoner og nivåer det arbeides på, i henhold til dette. Noen forelderarbeids-prosesser kan iblant grense opp til et terapeutisk arbeid / ha en tydelig terapeutisk effekt, mens andre prosesser vil vise seg å primært bli en hjelp til foreldrene i forhold til å forstå viktigheten av barnets behandling og støtte opp om rammene for denne, med et mer begrenset introspektivt arbeid hos foreldrene selv. Det å gjøre gode vurderinger av hva som trengs og er mulig i det enkelte arbeid, er et sentralt fokus for forelderarbeids-seminaret, slik det baserer seg på tradisjonen utviklet ved Tavistock Institute, og som IBUP med dette ønsker å videreføre.

Konkrete temaer og innhold på seminaret:

Det vil i tillegg til en generell innføring i hva denne typen forelderarbeid er og kan være, også være fokus på sentrale temaer i den forbindelse. Dette omfatter bl.a. en forståelse av sentrale psykoanalytiske begreper som overføring/motoverføring og projektive prosesser og hvordan dette utspiller seg i et arbeid med flere involverte (barnets behandler og en forelderarbeider). Og herunder betydningen og viktigheten av å utgjøre et team sammen som samarbeider, snakker og tenker sammen, og den funksjonen teamet har.

Det vil også være fokus på mer utfordrende saker, og arbeid med bl.a. generasjonstraumer og hvordan dette forplanter seg og kan komme til uttrykk også i et forelderarbeid.