

Barneblikk

Juni 2020

psykologulrika@outlook.com



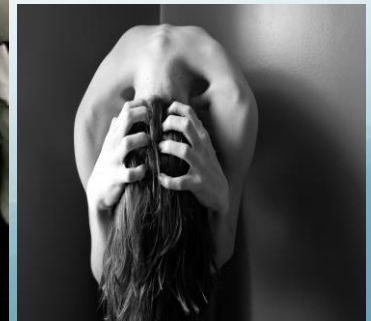
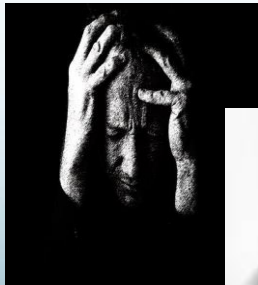
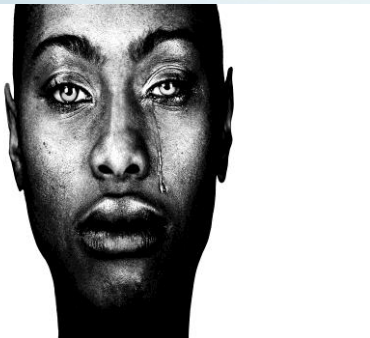
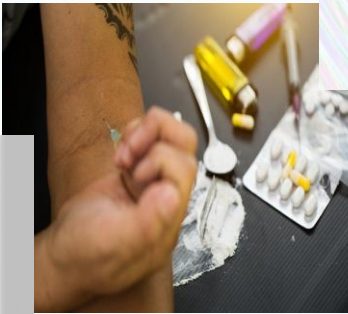


Keeping Mind in Mind
Parental Reflective Functioning and Executive
Functioning in Mothers with Substance Use Disorder

Ulrika Håkansson
Doctoral dissertation
Philosophiae Doctor (PhD)



Hvem er forelderen med vansker?



Foreldreskap når livet er strevsomt

- **Forhøyet risiko** for lite sensitivitet i omsorg
 - **Mindre sensitivitet**, **lite emosjonell interaksjon**, **lite oppmerksomhet**, **dårligere inntoning**
 - Som i tur påvirker **barnets fysiske, emosjonelle og kognitive kapasiteter** (Salo, 2013, Shonkoff, 2012, Strathearn 2010)
 - **Også under abstinens**
- Mange **ulike faktorer** er fortsatt sårbare
 - **Sosio-demografisk risiko** (Kaltenbach 2013, Suchman 2000, 2006)
 - **Trauma/Utviklingstrauma** (De Bellis, 2002, Ford, 2008)
 - **Resiliens** (Holmes, 2017)
 - **Psykisk helse** (Espinosa 2001, Paris 2015)
 - **Stress** (Nair 2003)
 - **PRF** (Suchman, 2010, Pajulo, 2012, Siqveland, 2014)
 - **EF** (Gonzalez, 2015)



Lilla Sofia, Anna og Torben

- Svikt i støtte av foreldreskapet er svikt av barn
 - Noen ganger er ikke rusen det problematiske hos foreldre med rusmiddelproblematikk....



Hvem lærte deg å være forelder?

- Tillit til at relasjonen kan lære deg noe...
 - «Hard to reach, hard to teach»
 - Kan jeg stole på det jeg lærer i denne relasjonen eller ikke?
 - **Relatert til resiliens**
 - Kan jeg søke støtte når jeg trenger det?
 - Er det mulig for meg å lære av andre – gjennom å være i en relasjon
- Påvirkning på **foreldre/barn-relasjonen?**
- Påvirkning på **terapeutisk relasjon**
 - **Muligheten å ta imot intervensjon kan være mer sårbar**
 - **Forutsetter vi relasjon FØR vi intervensjoner?**
 - Hva kaller vi det?
 - Dårlig allianse?
 - Behandlingsresistens??
 - Mangel på motivasjon????

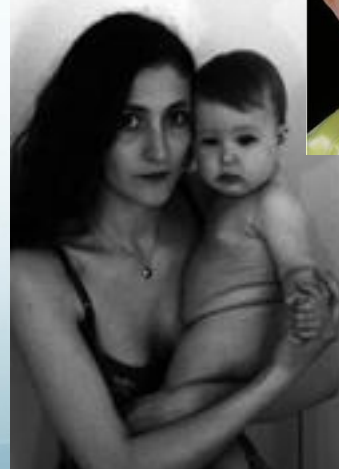


Hva når vi mister «symptomet»

- Dekker **ulike funksjoner** fra **person til person**
- Dekker ulike funksjoner hos **samme person** avhengig av **emosjonelt tilstand og ytre omstendigheter**
 - Kan **øke intensitet i ulike følelser** (sinne, tristhet og glede)
 - Kan **dempe intensitet i følelser** og psykisk ubehag (angst, uro, tristhet)
 - Kan holde annen selvd destruktiv atferd som **spiseforstyrrelser og selvskading** i sjakk
 - Kan **regulere behovet for nærhet eller distanse**
 - Fylle **emosjonelle tomrom**
 - **Dempe fysisk og psykisk smerte**
 - ++++++



Hva er et barn..og en forelder?



Hva kan en nyfødt gjøre?

- <http://www.youtube.com/watch?v=k2YdkQ1G5QI>



There is no such thing as a baby

D. Winnicott

”A fundamental need of every infant is to find his/her own mind, or intentional state, in the mind of the caregiver”

(Fonagy, 2002)



KOREGULERING AV NEVRO-BIOLOGI (Schore, 2015)

- **Orbitofrontal cortex** som signaliserer til en annen **orbitofrontal cortex**



- **Synkronitet (Feldman),**
 - **hjerterytme, neurotransmittere, atferd**
 - fMRI – samme systemer fyrer (Kim, 2016)
 - Den dyadiske reguleringen er en **implisitt prototype** for senere nære relasjoner
- **Forstyrrelse i nevro-biologi** kan ha et klart **relasjonelt utgangspunkt:**
 - **Barn og voksen**

Rus, foreldreskap og regulering

- Foreldreskap - stress
- Belønning
 - Oxytocin – tilknytning – trauma
 - Dopamin
- Rus (pågående og tidligere) endrer nevropsykologiske funksjoner relatert til foreldreatferd (Rutherford, 2013)
 - **Få ting er så belønnende som rus når den dekker en funksjon**
 - **Rusen «kaprer» foreldreskapet**
 - **Konkurrerer med barne-relatert belønning**
 - Mindre belønning og mer stress når observerer eget barn (Kom, 2017, Landi, 2011)
 - Mødre med SUD har mer forstyrrede mentale representasjoner av pågående omsorgsattferd (Suchman 2006, Torrado, 2013)



Tidlig relasjon og senere utvikling og hvorfor transaksjonen er betydningsfull

- Indre Arbeidsmodell kan fungere som selvpoppfyllende profetier
 - Barn/voksne som har en forventning om at verden er trygg vil oppføre seg på en måte som gjør at det er lett å være psykologisk tilgjengelig
 - Barn/voksne med utrygg modell innbyr ofte til avvisning eller inkonsekvent omsorgsutøvelse
 - Møte med hjelpere



Side 13

Regulering og stress

- Affekt-reguleringskapasitet påvirker opplevelse av stress (psykologisk stress, generell stress, foreldrestress)
 - Hos forelderen
 - Stress knyttet til opplevelse av barnet
 - Stress knyttet til opplevelse av foreldrerollen – å tåle



Rus, stress og utviklingstrauma

- Foreldre med rusproblematikk...
 - Opplever mer stress i livet
 - Vanskeligere å regulere stress
 - Generell livsstress, foreldre-stress, psykologisk stress
- Vanlig med **utviklingstraumatiske erfaringer** (Anda, 2006, Conway, 2018, Kim, 2017)
 - Mye aversive erfaringer, lite adaptive
 - Øker sårbarhet for psykiske vansker, inkludert rus (Briere, 2008, van der Kolk, 2005)



Hvorfor er det ulik reguleringsnivå?

Adaptive og aversive opplevelser

når den som skal tilby trygghet når ting er skummelt er den som skremmer

- <http://www.youtube.com/watch?v=MWJzWI3k45E>



Intoning, brudd og reparasjon

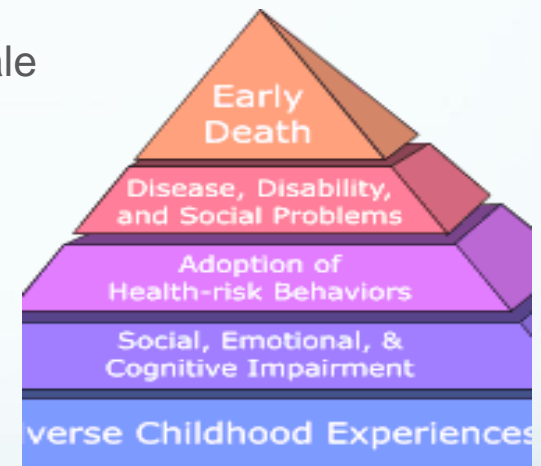
- **Øving gjør mester** 😊 i hvert fall når man blir møtt og fortolket
 - Vi gir barnet erfaringer med hvordan regulere affekter og kropp – **eller ikke**
 - Gradvis blir erfaringene internalisert som egne ferdigheter – **eller ikke**
- **Brudd og reparasjoner**
 - Ikke er farlig
 - Barn tåler og SKAL ha feilinntoning
 - Perfekte speil gir en dårlig forståelse av forskjell mellom ”deg og meg”
- Lærer gjennom frustrasjon og særlig av reparasjon



- **ACE-studien** (the Adverse Childhood Experiences study) har undersøkt **17.500** mennesker for **negative barndomserfaringer**
 - Skilsmisse, EE, neglekt, fysisk/emosjonell/seksuell vold, høykonflikt, rus hos foreldre, forelder i fengsel, forelder med psykisk lidelse
 - (Anda, Felitti et al. 2014)

<http://www.cestudy.org>

- De fleste har 1 eller flere (64 %)
 - 2 eller flere - opp til 4 ganger mer sannsynlig å bruke illegale stoffer
 - X: min studie – mengde
- 13 % har 4 eller mer
 - Dobler risiko for hjertelidelse og kreft
 - Øker risiko med alkoholproblemer med 700 %
 - Øker risiko for suicidalitet med 1200 %
 - Opp til 20 års mindre forventet levetid



Min studie

- Hva påvirker voksne funksjoner mest?
- Fravær av adaptive opplevelser
 - Trygghet og mestring
- Tilstedeværelse av aversive opplevelser
 - Emosjonell abuse
 - Neglect



Stress, adaptive og aversive opplevelser

hvordan ser det ut når man deler opp ulike typer stress?

- **Relasjonell stress** – kan deles opp
 - **Stress knyttet til barnet**
 - **Trauma og resiliens i sped og småbarns-årene**
 - Ordløst,
 - Rask dys-regulering
 - Påvirker EF og RF ved «små» påkjenninger
 - Det implisitte – ordløse blir lettere påvirket av ubevisste «emosjonelle krav» hos barnet
 - **Stress knyttet til foreldre-rollen**
 - **Trauma og resiliens i ungdomstiden**
 - Ord-basert
 - Større spenn i påvirkning av EF og RF
 - **Generell livs-stress**
 - Assosiert med **trauma i voksen alder**
 - PRF påvirker måten stress reguleres på – både ordløst og ord-basert
 - Ved høy stress bryter kapasiteten for refleksjon ned



Anna, mother of a daughter, 8 months. Living with father of the baby

- **When your child is upset, what does she do?** Hmm...., yeah, before she would cry a lot. She does that less now. I think she knows that excessive crying makes me anxious. So she stopped. At least she doesn't do that anymore. **Ok, no...don't cry much.**
- **Could you describe how that makes you feel? When she is upset?** Yeah..... I felt horrible, I felt like.....(Lisa makes a scared/scary face). Like that. **Yes, ok, do you think that you could explain to me in words?** Ok, it was like, like....yeah, like this (makes the same scared/scary face). **Ok, thank you.**
- **What do you do when she is upset?** Well, I used to get very anxious, and afraid that I would do something to her, you know. Normally, if he couldn't take her (ref. to partner), I would pick her up, taking her to her bed, lie her down and then I would go out, close the door, having some music on my earphone so that I couldn't hear her. I mean, I checked if she was ok, but I couldn't stand the crying. **Yes, hard for you?** Yes, really!
- **What do you think is happening inside your baby when she's upset?** **You tell me!! Maybe she hates me or something, ha ha...**

Hva forteller hun meg?

Hva er narrativet?



- Det finnes erfaringer som det ikke eksisterer noen ord for
- Disse følelsene vekkes av å være i relasjon med barnet
 - At barnet trenger henne
 - At barnet krever noe av henne
- Disse følelsene kan ikke rommes uten å bryte sammen
 - Hun må beskytte seg selv
 - Hun må regulere seg selv
 - Hun klarer ikke å regulere barnet mens hun gjør det
- Signaler fra barnet er ikke meningsfulle, bortsett fra å være skremmende
 - **Ingen nysgjerrighet**
 - **Ingen læring**

Når blir vår relasjonell stress aktivert?

- Toleransevindu
- Ved
 - Relasjonell trauma
 - og/eller
 - Svak EF
 - Systemer konkurrerer om å styre tanker, følelser og handlinger
 - **Det limbiske/varme systemet «vinner»**
- Assosiasjoner – **Larmet går!**
 - Aktiveres i situasjoner som **vekker minner** – **i feil øyeblikk**
 - Også ved assosiasjoner er personen **overbevist om at frykten dreier seg om her-og-nå X; Anna!**
 - **Å bli sine følelser**
 - til forskjell mot å kunne betrakte sine følelser
 - Det smertefulle ER påtrengende
 - Tilgjengelig for barnet????



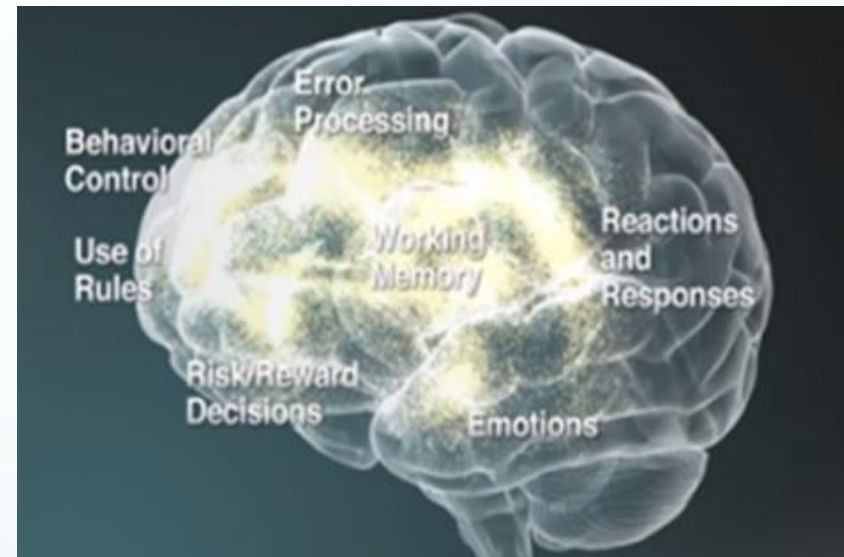
Mønster av dysregulering – hvordan ser vi det hos foreldre?

- **Regulering av affekt og kroppslige tilstander**
 - **intens affekt**, og **vansker med å roe seg ned**
 - Sensorisk hyper-sensitiv
 - følelsesladde stimuli og for lyder og berøring
 - Mangler **kontakt med**, og språk for, følelser og kroppslige tilstander
 - Dårlig kobling mellom ulike systemer
 - **X; torpedoen som gråt**
- **Regulering av oppmerksomhet og atferd - hypermentalisering**
 - **Årvåkenhet** i forhold til mulige trusler
 - mistillit til andre
 - **X Isdronningen**
 - Dårlig evne til å **beskytte** seg selv,
 - **risikoatferd**
 - Dårlige strategier for å **trøste seg selv**,
 - **for eksempel selvskading eller rusing**
- **Sosio-emosjonell regulering**
 - Opplever seg **verdiløs og skammer seg** over seg selv
 - Er overopptatt av å bli **tatt vare på** og i **beredskap for å bli avvist**
 - Tar kontakt med andre på måter som er **for fysiske eller seksualiserte**
 - Er i opposisjon, og har problemer med å ta andres perspektiv
 - **X; Lina – å være skam**



Hvordan gir dette utslag på foreldrekapasiteten?

- Kapasitet for regulering
 - Oppmerksomhet og emosjon
 - Sårbar kapasitet
- Påvirker
 - Mentalisering (PRF)
 - Eksekutive funksjoner
- Barn fødes med et POTENTIAL for å utvikle dette



Å ikke vaske yndlingsbuksene...



Hva er mentalisering og hvorfor er det viktig?

- Parental reflective functioning (PRF) refers to a mentalizing capacity in relation to one's child, including the caregiver's capacity to recognize the child's expression and behaviour as being linked to the inner world of mental states, and as being influenced by the parents' own mental state (Slade, 2005).
 - ToM vs RF
 - Kognitive og emosjonelle komponenter
- Se **seg selv** innenfra - **mindfulness**
- Se **den andre innenfra** - **empati**
- Se seg **selv utenfra** med **den andres blikk** (opfatning hvordan du påvirker "den andre") – **relasjonell faktor**
- Viktig?
 - **grunnlaget for sensitiv omsorgsatferd**
 - **Sårbarhet ved stress, emosjonell dysregulering, psykiske problemer og rusproblematikk**
- Utgangspunkt i tilknytningspsykologi, objekt-relasjonspsykologi, nevropsykologi og nevrologi



Utvikling og svikt i mentalisering

- Mentalisering er en **dynamisk kapasitet = vi veksler**
 - Påvirkes av stress og sterke følelser
 - Påvirkes særlig av å være i nære relasjoner
- **Alle kan være her**
- **Noen er mer sårbar**
 - Stress
 - Traumer
 - mer sårbar refleksiv funksjon



Hvordan ser sårbarhet ut?

- Konkret forståelse
 - Generelt dårlig mentalisering over alle områder
 - Ved lav kognitiv evne
 - Ved høy emosjonell dysregulering

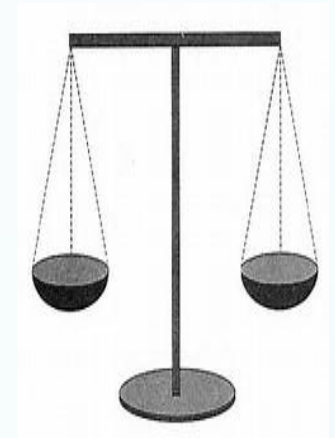
- Kontekst-spesifikk dårlig mentalisering og svingende mentalisering
 - Mentaliseringssvikten er variabel og oppstår i spesielle situasjoner
 - Ved spesielle utfordringer
 - Ved spesielle relasjoner



Mentaliserings- dimensjoner

BALANSE mellom dimensjonene

- Kapasitet til å fleksibelt bevege seg mellom dimensjonene
- **Svikt**
 - Ubalanse
 - Rigiditet
- **Automatisk/implisitt/non-verbalt og kontrollert/eksplisitt/verbalt**
 - Skifte ved behov
 - **Gå på «automatikk» (impulsiv) vs Alltid tenke seg nøye om (ineffektiv)**
- **Selv og andre**
 - Eget og barnets mentale tilstand
 - **Overfokusert på andre/kun oppmerksom på seg selv**
- **Følelse og tanke**
 - Tenke om følelser og føle om tanker
 - **Overveldet av emosjonelle cues/emosjonelt avflatet**
- **Indre-fokusert og ytre-fokusert**
 - Indre mentale tilstand og ytre atferd
 - **At atferd beror på indre tilstander og indre tilstand syns utenpå**



Mentaliserings-brudd

- Ubalanse i dimensjonene
 - Går til pre-mentaliserende modus!

<http://psychologyconcepts.com/false-belief-test>

- **Konkret (teleology)** - MS eksisterer ikke - vansker å skille mellom indre og ytre. "det du gjør er den du er"
 - Fysiske handlinger er bevis på 'sannheten' - ord betyr lite
- **Psykisk ekvivalens** - MS eksisterer - men det ser alltid ut som MIN MS
 - X; brødkive
- **Late-som-leie, Pretend Mode** - MS eksisterer, men forskjellen på indre og ytre **OVERDRIVES**
 - MS koblet FRA ytre realitet; **banan, psyko-babbel**
- **Hyper-mentalisering** - Overdreven mentalisering - svikt i integrering av dimensjonene

Hyper-mentalisering

- Attribuering der det ikke finnes objektiv støtte
 - Å prøve å finne ut av det som “det er ABSOLUTT ingen evidens for”
 - misforståelser > påvirker utvikling av stabile interpersonlige relasjoner
 - X; ansiktsuttrykk, EU pf
- Overattribuering av MS hos andre mennesker
 - Skjer kun i stressende situasjoner
 - Vansker med integrering av dimensjoner
 - Eksplisitt/implisitt, Automatisk/kontrollert, kognitiv/emosjonell
 - Feilfortolker



“Of course I care about how you imagined I thought you perceived I wanted you to feel.”

Hvordan tenke i møte med foreldre og barn?

- En måte å forstå familie-medlemmer og dynamikken i familien
- En måte å **intervenere mer presist**
 - Er det en ubalanse?
 - Hvis ja
 - på hvilken av de fire dimensjonene er ubalansen tydeligst?
 - Er noen av modusene noenlunde balansert?
 - Hvis ubalansen er der
 - i hvilket pre-mentaliserende utviklings-modus viser seg den seg?
 - Indikasjon for intervensjon
 - Prøve å balansere det som er ubalansert = regulering
 - Ved å intervenere på en emosjonelt aldersadekvat måte slik svikten manifesterer seg



Av og til hjelper det ikke å «mentalisere godt»

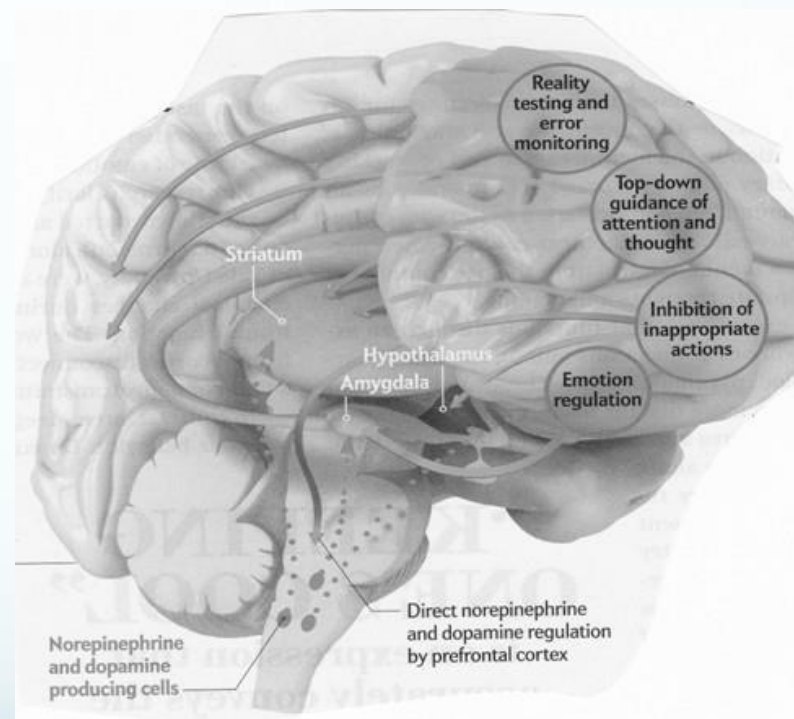
Kognisjon?

- Historien om Janne
 - Kognitiv svikt?
- Historien om Anna
 - Kognitiv svikt?
- **Utviklingshemming**
 - type kognitiv vanske som viser seg tidlig knyttet til lærevansker og intellektuell fungering
 - Typisk utslag på IQ, men påvirker også EF
- **Eksekutive vansker**
 - Ikke nødvendigvis sammenheng med IQ
- **Ervervet kognitiv vanske**
 - for eksempel gjennom trafikkulykke, hjerneslag, overdoser
 - Kan ramme IQ og/eller EF
- **Nevro-psykiatriske diagnoser**
 - Autisme, Asperger syndrom, ADHD



Eksekutive funksjoner

- «Flykontrolltårn»
 - Paraplybetegnelse på flere deler av komplekse hjernefunksjoner som **regulerer oppmerksomhet og emosjoner**
- **Arbeidshukommelse**
 - Å klare å holde og bearbeide informasjon kortvarig
 - Å ta valg vs mulige vansker med å ta valg
- **Hemming av impuls**
 - kognitiv kontroll
 - lav frustrasjon
- **Kognitiv fleksibilitet**
 - Prøver / prøver ikke **alternative løsninger**
 - nedsatt initiativ
 - Klarer / klarer ikke **koble ut egne tanker**
 - "hører ikke"
 - Kompetanse/Vansker med å gjøre **flere ting samtidig**
- **Planlegging**
 - Om **oversikt** er tilgjengelig/utilgjengelig
- **Kognitiv flyt**
 - Produksjon av kjente og ukjente fenomen



Vansker

Konsekvenser av kognitiv svikt

- Eksekutive funksjoner kan være forstått som en sorts **flytende intelligens**, heller enn IQ pr. se.
- 1. Kognitiv svikt fører til en **konkret opplevelse**
 - Gjør at det blir **vanskelig å generalisere** fra konkret til abstrakt
 - De fleste intervensjoner vi har er abstrakte
- 2. Kognitiv svikt gjør at det er **vanskelig å omsette refleksjoner til handling**
 - De fleste intervensjoner vi har forutsetter at forelderen klarer å omsette refleksjoner til handling
- 3. Kognitiv svikt kan gjøre det vanskelig å generalisere
 - Fra en situasjon til en annen
 - Fra en person til en annen
- For å kunne **reflektere** må man kunne **skape indre forestillinger av en ytre verden** OG en kapasitet **å omsette refleksjon til handling**



Epistemisk tillit

- «Communicating shared knowledge in infancy» (Egyed, Kiraly, Gergely (2013))



Hard to reach – hard to teach

- Hvem lærte deg å være forelder???
 - Tillit til at relasjonen kan lære deg noe
 - Foreldreskap
 - Terapi

- Hva skal til for at en voksen skal være i stand å «lære»?
 - Barn (og voksne) er relasjonelle vesener
 - Når vi kjennes oss "koblet til" andre/annet, kjenner vi oss trygge og sikre
 - Avslappet - kan ta relasjonene som de er
 - **Kapasitet for læring**

 - Når vi ikke kjenner oss "koblet til" andre/annet, kjenner vi oss mindre trygge og mer og mer usikre
 - På spenn - usikker på hva som skjer i relasjonene
 - **Vanskeligere å lære**



Intervensjon: Ostensive signaler - hvilke er de hos voksne som ikke har lært som barn?

Forslag til en modell ut fra empiriske resultater (wip)

Adaptive experiences, PRF and epistemic trust

- Mødre med **tilstedeværelse av adaptive erfaringer** tidlig i livet
 - Emosjonell trygghet/støtte, agens og mestring
- Har mer kapasitet for epistemisk tillit
 - Nok tillit til å være nysgjerrig på barnets signaler som noe meningsfullt
 - Nysgjerrighet og søken etter å forstå
- Adekvat PRF
- **Intergenerasjonell overføring av resiliens**



- Mødre med **sårbarhet knyttet til adaptive opplevelser** tidlig i livet
 - Lett aktivert/dysregulert av signaler på behov fra barnet
- Mindre kapasitet for epistemisk tillit
- Ikke-verbalt
 - Fordi det er en utviklingsmessig tidlig kapasitet
- Mer sårbar PRF
 - Mindre nysgjerrighet og søken etter å forstå
- **Intergenerasjonell overføring av risiko**

Tilhørighet og utenforskap

Etiske betraktninger

Nettverk

- Jeg er så ensom....
 - Hvem har folk å lene seg mot?
 - Forsker/behandler/medmenneske – hvor er grensene?
 - X; L+K, V+F
 - Den betydningsfulle relasjonen
 - Sårbarheten i at en ”ubetydelig” forsker blir viktig?
 - Etikken ved at familien blir betydningsfull for forskeren?
 - Hva har vi som vil være hjelpsomt for å bli en del av noe
 - sammenheng, samfunn, nettverk
 - Hva burde vi hatt?



Stigma (Livingston, 2012)

- **Stigma knyttet til selvet**
 - Opplevelser knyttet til egen verdi
- **Sosial stigma**
 - Når en gruppe mennesker blir tillagt stereotyper og marginalisering
- **Strukturelt stigma**
 - Hvordan samfunn og organisasjoner aktivt begrenser hjelp og/eller muligheter for en stigmatiserende gruppe

Stigma og skam

- **Å VÆRE skam**
- **Ytre skam**
 - Vi blir påført skam
 - Noen skammer oss
 - Noen sier til oss at vi ikke er verdig
 - Noen tåler det
 - Den ytre skammen kjenner ikke indre skam
- **Indre skam**
 - Ytre skam blir til indre skam
 - Noen med «lite» ytre skam kan kjenne MYE indre skam
 - Biologisk sårbarhet?
 - Erfaringer?
 - Tidligere rus?



Stigma, mestring og foreldreskap

- Å være stigmatisert er relatert til **sårbarhet i mestringsopplevelse**
- Mestring i foreldreskapet
 - En antakelse om at man kan **håndtere oppgaver knyttet til foreldrekapasitet**
- Sammenheng med
 - Bedre kvalitet i samspill
 - Varme og responsivitet
 - Selvregulering og selvfølelse hos barna



Analyser

Kvantitative (N = 43)

Hvor mange nære relasjoner har du?

- 3 grupper
 - 1: 0 nære relasjoner; N=14
 - 2: 1 nær relasjon; N=18
 - 3: 2 eller flere relasjoner; N=11



Kvalitative (N = 10)

- Tilfeldig utvalgte intervjuer
 - PDI (1-2 timer semistrukturert intervju som ble transkribert og analysert)
 - Interpretativ fenomenologisk analyse

Can you tell me about an episode that you really felt that you needed someone?

My health nurse told me that it would be good for me to be around other mothers, that we kind of shared something.

Yeah..., Yeah, **you know**...being mothers. I went to the maternity group a few times and it was awful. It was like; the others and me, we were on **different planets**. I had no idea how I should respond to their questions, and I had nothing to talk about when they were comparing clothes, travels and interior decorations. **It really stressed me out.**

Can you say something more? How did that make you feel? I mean, how do you talk about normal stuff. It was really hard because I've always thought that when I had a baby, I would suddenly **become a part** of this magic **maternal fellowship**. Like, when you get that secret smile from other women when you're pregnant? **Yeah, I know that smile!** Yeah, but it struck me that having my background and my experiences made me even more **alien** than when I was using. At least then, I was **part of something**. It's not that easy to be a **part of the maternity club** I guess, it actually made me more of an **outcast** being a mother than before... So sad. **Yeah, really sad.**

Tilhørighet og foreldreskap

- Å være en del av noe eller ikke
 - Narrativene inneholdt et savn i følelse av tilhørighet
 - Aksept, validering var lite tilstede
 - Å være annerledes
 - Å være uønsket
 - Frykt for å være «feil»
 - Å ikke kjenne tilhørighet
 - Hvem er jeg som mor?
 - Hva forventet jeg meg?
 - Hvem har jeg lyst å bli?
 - Hva tenker andre om meg?
 - Er jeg god nok?
 - Er jeg verdiløs?
 - Hva om noen sier at jeg gjør alt feil?



Tilhørighetens betydning

| | df | F | Sig. | 0-1 | 0-2 | 1-2 |
|-----------------------------------|-------|-------|------|-----|-----|-----|
| Parental Stress ^{a)} | 2, 40 | 3.06 | .05 | * | * | NS |
| Mental Health ^{b)} | 2, 40 | 13.08 | .000 | * | * | * |
| General Life Stress ^{a)} | 2, 40 | 1.45 | .53 | NS | NS | NS |

| | Df | F | Sig. | 0-1 | 0-2 | 1-2 |
|---------------------------------|-------|------|------|-----|-----|-----|
| Parental Reflective Functioning | 2, 40 | 6.68 | .003 | * | * | NS |
| Parental Embodied Mentalizing | 2, 40 | 8.14 | .001 | * | * | NS |

| | df | F | Sig. | 0-1 | 0-2 | 1-2 |
|--------------------------|-------|------|------|-----|-----|-----|
| Child Development | | | | | | |
| Communication | 2, 40 | 6.49 | .004 | * | * | NS |
| Gross Motor Dev | 2, 40 | 3.09 | .057 | NS | NS | NS |
| Fine Motor Dev | 2,40 | 4.48 | .018 | * | * | NS |
| Problem Solving | 2, 40 | 4.88 | .013 | * | NS | NS |
| Social Emotional | | 3.64 | .041 | * | * | NS |

It takes a village to raise a child....

- **Alle vi som er deltakere i «byen»** har sin del i å sikre at **barns – OG foreldres behov blir møtte**
 - For mange barn kan det være viktig at foreldrene først blir inkludert for at de selv skal få gode nok omsorgsforhold
 - For mange i min studie kan «byen» være utenom rekkehold (x; Lillehammer)
 - For andre kan «byen» være et skremmende sted som man ikke tør å involvere seg i
- **Hvordan er det mulig**
 - Klinikers perspektiv – hva fokuserer vi på?
 - Det «lilla og nære»
 - Hvilken betydning har det om «det store» er utilgjengelig?
 - Samfunnet – er det en åpning for inklusjon?
 - Om ikke – kan vi lage det?
 - Hvordan inkluderer vi familier som ikke er så lette å inkludere?
 - Er det mulig?

Kliniske implikasjoner Å følge opp!

Når du er skadet i relasjon, må du heles i relasjon!

-De vansker som er skapt i relasjoner, heles ofte best i relasjoner

Det er sjelden enkeltepisoder som former mennesker, men mønster av samspill
Hjernen er erfaringsavhengig – forklarer hvordan den er formet og hvordan den endres



- Humans bonds **experienced throughout life** are **transformative** and have the potential to repair early negative relationships by **later better relationships**.
- There is a **great plasticity** in the human brain and its behavior-based nature **enable later attachments to reorganize neural networks** and **repair**, at least partly, negative early experiences.



- (Schoore, 2013).

De 4 R'ene i effektiv intervensjon

- **Relasjonelt**
 - for at personene skal kunne lære må de være i trygge relasjoner. De skal tro på, at den som lærer dem noe vil dem godt
- **Repetitivt**
 - alt skal gjentas mange ganger. Fordelen med gjentakelse er at mønster som gjentas ristes inn i bevisstheten sånn at de ikke lenger krever en eksplisitt, aktiv beslutning
- **Relevant**
 - oppbygning av evner skal tilpasses der personen er utviklingsmessig
- **Rewarding**
 - det skal være en opplevelse av mestring



Utvikling - Å leke

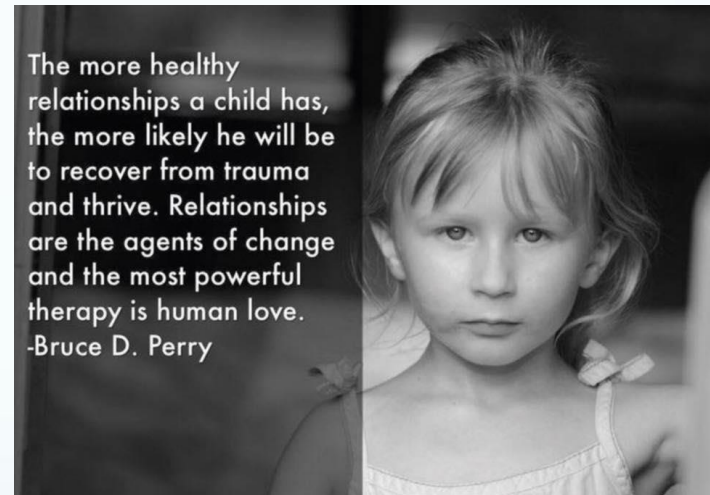
Fokus på nærmeste proximale utviklingsfase

- Den nærmeste utviklings-soner
 - Vygotsky
 - Lære seg å lese vs lære om følelser
 - «Når barnet leker er det alltid lengre frem enn sin faktiske alder, og alltid over sin daglige atferd.
 - Under lek er det som at barnet er et hoved høyere enn seg selv»
- Kronologisk og emosjonell aldersnivå



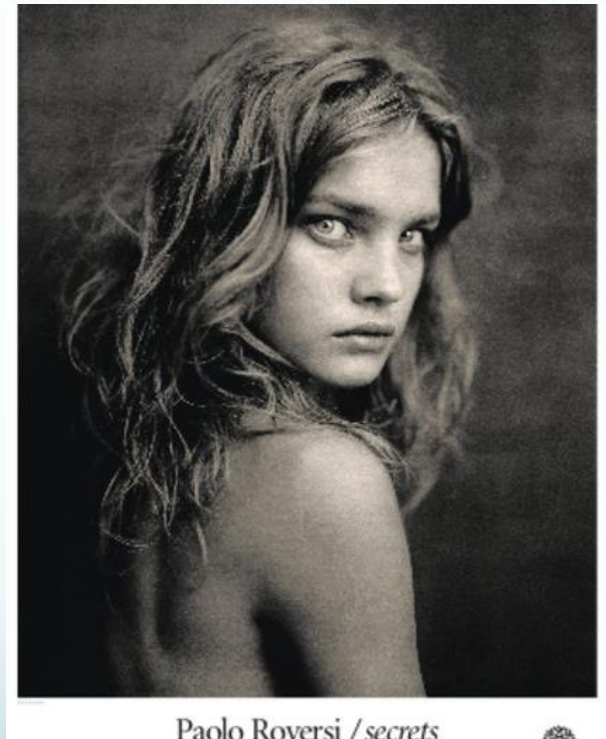
Intervensjon

- Regulering av et over-aktivt nervesystem
- Men også....
 - Hjelp å lære sosiale koder
 - Hjelp å reparere ved brudd
 - Hjelp til å ikke utsette andre (barn) for vold, seksuelle overtramp og verbalt krenkende atferd
 - Gjentakelse av aversiv atferd vil forsterke traumaet



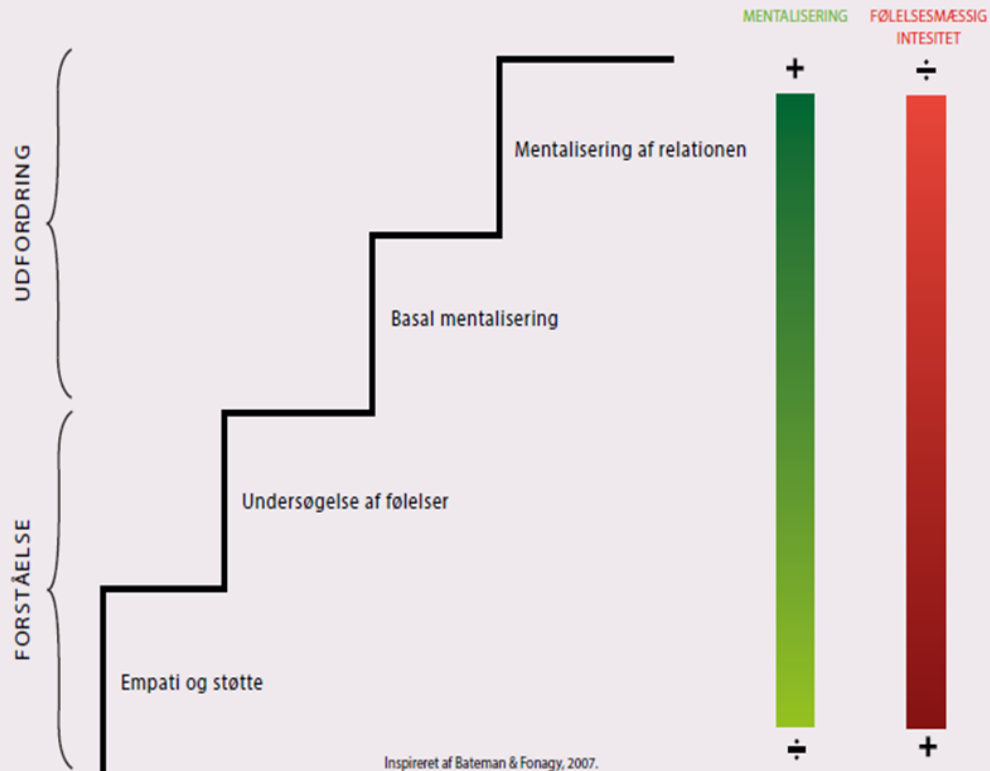
Regulering

- Hvor er vi på det **emosjonelle nivået** - styrer etter emosjon, og om personen er i stand
- Fordi man ønsker autentisk refleksjon er man opptatt av å dempe personens emosjoner hvis de begynner å stige
 - Det innebærer at man **er styrende, nedregulerende**
 - Når emosjonelt press er for høyt, skal det hjelpes å reduseres
- Bygging av eksekutive funksjoner
 - Øving, tilpasning til funksjon
- IQ
 - Tilpasse intervensjonen til nivå
 - Konkret og abstrakt



Paolo Roversi /secrets

MENTALISERINGSTRAPPEN



Inspireret af Bateman & Fonagy, 2007.
© Copyright Psykolog Maja Nørgård Jacobsen

Gang i intervensjonen

Eksplisitt selv-mentalisering

- Gjennom å begynne her vil foreldrene kunne delta i interaksjoner å være emosjonelt tilgjengelige overfor barna
- Når intervensjoner rettes mot å øke forelderens emosjonsregulering og kognitive kontrollkapasitet, vil samspill ofte bedres

Kapasitet å mentalisere for barnet – interpersonlig mentalisering

- Vil øke barnets tydelighet overfor forelderens
- Sannsynligheten for at forelderens fremstår som trygg hvis hun/han i større grad klarer å se barnets signaler

Gjensidig samspill – barnet og forelderens sammen

- Gi foreldre informasjon/veiledning (psyko-edukasjon) om barnets utvikling og atferdsmessige strategier
- **Stabilisering av regulering FØR edukasjon**



Takk for meg – ta gjerne kontakt!

psykologulrika@outlook.com

