



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

### **Om at hjælpe**

*At man, naar det i Sandhed skal lykkes en at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er og begynde der.*

*Dette er Hemmeligheden i al Hjælpekunst. Enhver der ikke kan det, han er selv i Indbildning, naar han mener at kunne hjælpe en Anden*

*For i Sandhed at kunne hjælpe en Anden, maa jeg forstaae mere end han – men dog vel først og fremmest forstaae det, han forstaar. Naar jeg ikke gjør det, saa hjælper min Mere-Forstaaen ham slet ikke*

*Vil jeg alligevel gjøre min Mere-Forstaaen gjældende, saa er det fordi jeg er forfærdelig stolt, saa jeg i Grunden i stedet for at gavne ham, egentlig vil beundres af ham.*

*Men al sand Hjælp begynder med Ydmygelse: Hjælperen maa først ydmyge sig under Den, han vil hjælpe og herved forstaae, at det at hjælpe ikke at være den Herskesygeste, men den Taalmodigeste, at det at hjælpe er Villighed til, indtil videre, at finde sig i at have uret og i ikke at forstaae, hvad den Anden forstaar*

Søren Kierkegaard: "Brudstykke af en ligefrem Meddelelse" (1859)

Denne bog handler om at hjælpe forældre, hjælpe dem med at forstå det samspil de har med deres barn og om hvordan familieterapeuten i en dialog med forældrene kan *guide* dem i deres søgen efter at forstå og gøre noget ved de dilemmaer, de måtte være i som forældre.

At forældre kan komme i et dilemma i deres forældreskab hænger sammen med, at de nok kan have en *vision* om, at deres barn skal have en tryk opvækst og komme til at klare sig godt i samfundet som voksne. Ligeledes kan de fleste forældre også have en *intention* med den forældretil de foretrækker, altså den måde de foretrækker at være forældre på, nemlig at ville realisere visionen. Men de er ikke 'bare' forældre. De har også mange andre gøremål og hensyn at tage. Så vel vil alle forældre gerne gøre alt det bedste og klogeste for deres barn, *der* kan gøres - altså ikke bare, hvad de har forstand til - for at sikre deres barn en god barndom og lære ham at begå sig. Men de har ikke altid tiden eller kræfterne til det. Endvidere er alle forældre bundet til de forestillinger og forventninger de har udviklet om, hvordan børn er, hvordan de udvikler sig og lærer. Så vel kan de være nysgerrige og gerne vil blive klogere på deres barn, men de kan også let blive fanget i vildfarelser.

Så jeg kan, trods den bedste vilje, godt ende med ikke at fungere i min forælderrolle, som jeg havde regnet mig; eller at vi ikke fungerer sammen som forældre, som vi havde drømt om; eller vores opdragelse fungerer ikke som den var tænkt. Så er jeg i et *dilemma* som forælder.



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

Der er noget, der ikke fungerer, noget der forstyrrer mig i mit forældreskab, så min forældrestil bliver uafstemt i forhold til mit barns perspektiv. Jeg er måske havnet i det dilemma, som Martin Luther er blevet kendt for at have formuleret, nemlig at "det jeg gør, det vil jeg ikke; og det jeg vil, det gør jeg ikke".

*Forældrestilen*, altså måden at være forælder på, ses som et kompleks af omsorgsstrategier, der antages at være et produkt af den voksnes holdninger, forestillinger og forventninger, opbygget over de konkrete erfaringer og refleksioner, den voksne har gjort sig i samspillet med omsorgspersoner lige fra sin egen opvækst til de erfaringer, han nu gør sig med det barn, han er blevet forælder til. Så i valget af forældrestil ligger alt det klogeste og bedste jeg kan forestille mig at gøre for mit barn, så det kan vokse op og klare sig godt.

Hvis det ikke går sådan, hvor er det så 'kæden' er hoppet af i min omsorg for mit barn? Hvad er det, der har forstyrret mig i min forældre-rolle, så jeg er havnet i et dilemma?

At hjælpe familierapeuter med at hjælpe forældrene med at indkredse, hvor *de* kan finde svaret på *deres* dilemma, er hvad denne bog handler om. Den fortæller om, hvor det for det meste går galt, og om, hvordan terapeuten i en dialog med forældrene, kan *guide* dem i deres søgen efter at forstå, hvad der kan være grunden til netop det dilemma, de sidder i.

De fleste forældre synes det er lettere at gå til de dilemmaer, der har at gøre med, at forældre er mennesker som alle andre, de er bare *også* forældre. Derfor bliver forældre ved med at have mange andre gøremål og interesser end lige det at passe deres barn. Men skal alle enderne mødes i et døgn, der kun har 24 timer, skal der prioriteres, struktureres og arrangeres som aldrig før. Og, hvordan er det så lige man gør det? Hvor skal snittet for hvad der er rimeligt ligge; hvor skal grænsen trækkes? At blive forældre betyder ikke, at man bliver bedre til at forvalte sit liv, men at der bliver hårdt brug for at kunne det!

Endvidere er man i forældrerollen ikke fredet i forhold til de basale funktioner, der i øvrigt skal klares for at familien kan fungere. Endelig er forældre også nød til at tilpasse sig de socio-økonomiske vilkår, børnefamilierne lever under i samfundet.

De fleste forældre vil derfor fra tid til anden have i et dilemma, som de nok ved 'rettidig omhu' havde kunnet forudse og forhindre (skifter jeg f.eks. arbejde og kommer til at bryde mønstre i forældre-barn kontakten uden at erstatte dem med andre, kan det vise sig, at mit barn ikke var parat til at mestre denne ændring). Når jeg så bliver klar over fejlen (ved at mit barn reagerer med at blive mere sprød og sårbar f.eks.), så vil jeg prøve at komme ud af dilemmaet igen, og få gjort skaden i kontakten god igen (erstatte de gamle samværs mønstre med nye). Heldigvis har børn sjældent problemer med at kunne tilgive, og slet ikke hvis forældrene klart tager ansvaret for miseren på sig.



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

Det værste sted 'kæden' kan hoppe af er der, hvor det handler om, at forældre ikke kan gøre det bedre, end deres indsigt og færdigheder rækker til. Altså, hvor det handler om, at forældrene har nogle begrænsninger, de ikke selv er klar over. Alle forældre er selvfølgelig 'fanger' af den måde de forstår deres barns udvikling og måde at lære på, og deres evne til at forstå og omsætte i handling, hvad deres barn kalder på af omsorg, stimulering og regulering. Men for nogle bliver denne begrænsning kritisk for deres omsorgskompetence og mulighederne for at udvikle den. Er jeg som forældre fanget i misforståelser og fejlopfattelser af forældre-barn samspillet, kan jeg, selv med de bedste intentioner med det gør som forælder, komme i et dilemma i forhold til at realisere min vision. Mine problemer med at læse mit barns signaler, kan desuden få mig til at omfortolke dem i snart den ene, snart den anden retning, alt efter, hvor jeg er i mine egne tanker eller i hvilken stemning jeg befinder mig i.

Det kan være rigtigt drøjt at måtte erkende, efter at have ledt alle andre steder, at problemet ligger i én selv: at der er rod i mine koder, i mine 'indre arbejdsmodeller'. Det er heldigvis muligt med kærlig nysgerrighed at få ryddet op i det meste af dette rod. Men det tager tid, selv med god hjælp fra en terapeut.

### **Forældreskabets dilemmaer**

I bogens første del beskrives hvad det er, der typisk kan gribe forstyrrende ind, så forældrestilen bliver uafstemt, og hvordan de uafstemte samspil med barnet kan sætte selvforstærkende 'onde cirkler' i gang mellem forældre og barn. Her beskrives også, hvordan familierapeuten kan afdække dynamikken i de 'onde cirkler' *sammen med* forældrene; hvordan han kan være deres *guide* på denne opdagelsesrejse i deres forældreskab, så forældrene med rette oplever, selv at være med til at opdage kilderne til deres dilemmaer. Og endelig beskrives, hvorledes familierapeuten kan inspirere forældrene til at ændre og udvikle deres forældrestil, så den bliver mere afstemt i forhold til det barnet efterspørger i sin udvikling.

Ofte kommer familien til familierapeuten enten fordi de selv er bekymrede eller fordi der er nogle på barnets øvrige 'arenaer' (børnehave, skole etc.), der er bekymrede over barnets opførsel, trivsel og udvikling. Den ekspedition forældre og terapeut skal ud på sammen, bliver så en kortlægning og forståelse af dynamikken i 'buen' mellem forældrestilen og barnets mestringsstrategier. Spørgsmålene er - konkret i forhold til familien, der søger hjælp: Hvilke sammenhænge er der mellem udviklingen af barnets tilknytningsmønstre og mestringsstrategier, de 'onde cirkler' i forældre-barn samspillet, de uafstemte træk i forældrestilen og de forstyrrelser, der skaber den uafstemte adfærd hos forældrene?

Altså hvad er dynamikken bag de dilemmaer forældrene sidder i som forældre i forhold til deres foretrukne forældrestil og deres intentioner med den? Hvordan udredes dynamikken i denne 'bue' mellem forældrestil og barnets mestringsstrategier i en dialog med forældrene – og på en måde, så forældrene oplever, at de er med?



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

Ejerskabet til erkendelsen *skal* være deres, som det også skal være til de funktionelle løsningsstrategier, de måtte finde frem til. Hvordan gør man det som terapeut?

Det var i arbejdet med disse spørgsmål, at jeg kom til at mangle et godt 'værktøj' til at sætte forældrene og jeg selv på 'sporet' i en fælles opdagelsesrejse ind i deres forældreskab. Det førte til udviklingen af Parents Preference Test, PPT™. Det skulle være en test, der tydeligt skulle handle om det at være forældre (høj face validity) og i sin hele fremtræden skulle forsøge at møde forældrene, der hvor de var, og kunne 'tale' med dem i deres sprog. Forældrene skulle opleve, at *de* i hvert fald blev klogere på dem selv som forældre ved at arbejde med testen. Sådan er det også blevet, og derfor er intentionen med testen såvel som med denne bog, at familierapeuten bliver styrket i sine færdigheder i at møde forældrene der, hvor de er, og i at forstå, hvad de forstår ved deres forældrerolle. Samt at familierapeuten bliver styrket i at kunne guide forældrene i udviklingen af deres omsorgskompetence, så de kan realisere visionen: at deres barn får mulighed for at realisere sig selv i samspillet med andre.

### Parents Preference Test, PPT™

I bogens anden del beskrives det udviklede, men udfordrende og spændende arbejde med at udvikle denne test, som indgang til at forstå og finde sammenhænge i det uhyre kompleks af holdninger, forestillinger og forventninger, der ligger bag forældrenes valg af omsorgsstrategier. Såvel som de forstyrrelser, der kan spille ind og gøre den valgte forældrestil uafstemt i praksis.

Der er så meget, der kan spille ind i den måde, forældre opdrager deres børn på, at det kan synes umuligt at finde sammenhænge heri, der med rimelig sikkerhed kan sige noget om, hvad der påvirker udviklingen i samspillet, og dermed kan bruges i forebyggende arbejde såvel som i familierapi. Det kan synes at være en ren hvepserede at stikke hånden ned i. Ikke desto mindre har de fleste en fornemmelse af, at der er nogle mønstre i det konkrete forældre-barn samspil; at der her findes 'gode cirkler', der beforder børnenes udvikling og trivsel, såvel som 'onde cirkler', hvor ingen trives. Derfor har jeg, med moralsk støtte i den proklamation som Galio Galilæi er blevet kendt for: "Gør det umålelige måleligt" povet at udvikle en test på området, en Familietest.

Det er indtil nu blevet til Parents Preference Test, PPT™. Den udgør forældre-delen af Familietesten®, som også indeholder en børne-del, kaldet Children's Apperception of Parents Performance, CAPP®. Denne del venter på, at der bliver rejst forskningsmidler nok til, at den kan gøres færdig.

Parents Preference Test, PPT™ afdækker forældrenes *foretrukne* forældrestil, her bestemt eller beskrevet i forhold til 4 dimensioner: Energi, Opmærksomhed, Indlevelse og Regulering. Med den forældrestilsprofil der genereres kan terapeuten guide forældrene i forhold til, hvad



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

stilen giver af muligheder i samspillet med deres barn, og hvilke risici der ligger i den foretrukne forældrestil, hvis den bliver uafstemt.

Gennem testpersonens begrundelser for den stil, han foretrækker, får terapeuten indblik i forældrenes vision for deres opdragelse, samt de holdninger, forestillinger og forventninger, der ligger bag den foretrukne forældrestil. Med bestemmelsen af den foretrukne forældrestil som afsæt, afdækkes i den videre dialog og gennem samspilsobservationerne i familien, hvad der måtte forstyrre og skabe uafstemthed i det praktiserede forældre-barn samspil, så forældrene kommer i et dilemma.

Men hvad er *afstemt* og *uafstemt* adfærd i forældrenes opdragelse såvel som i barnets mestringsstrategier i forældre-barn samspillet? Hvad taler man om? Afstemt – i forhold til hvad? Pædagogikkens historie, såvel som børnepsykologiens historie indtil for omkring 50 år siden, kan ses som en lang beskrivelse af de kulturelle normer, der har bestemt om en given opdragelse eller en given opførsel fra barnets side var afstemt eller uafstemt. Vel blev der talt meget om barnets natur, men målet for opdragelsen var den type ung og voksen, samfundet efterspurgte. Det blev normsættende for, hvad der var god og dårlig opdragelse; god og dårlig opførsel.

Men med mor-barn forskningens gennembrud og Bowlby, Ainsworth, Stern m.fl.'s banebrydende arbejder, begynder det at blive muligt, at vurdere om et givet forældre-barn samspil var afstemt eller uafstemt ud fra, hvad *forskningen* i børns udvikling og læring til enhver tid vil kunne sige herom. Da målet for al børneopdragelse må være, at sikre barnets overlevelse og stimulere udviklingen af barnets muligheder for at realisere sig selv i samspillet med andre, bliver spørgsmålet: Hvordan gøres det? Og nu kan man svare: på den måde som forskningen i børns udvikling og læring til enhver tid vil kunne fortælle.

Ligesom det gælder for den enkelte forælder, at han ikke kan opdrage sit barn bedre, end hvad han tror og har forstand til, så gælder det også på det generelle plan, at forældre ikke kan gøre det bedre, end hvad den samlede forskning på et givet tidspunkt har fundet frem til er den bedste måde at stimulere barnets udvikling og læring på. Men det er dog en mere sikker grund, end de kulturelle strømninger.

### **Fokus-model, beskrivelsen af forældre-barn samspillet**

I bogens tredje del beskrives en Fokus-model, som i sin form og indhold er en beskrivelsesmodel for forældre-barn samspillet. Samspillet beskrives her i forhold til nogle 'give-tage' strategier, herunder de vigtige konfliktløsnings- og forsoningsstrategier, som 'værktøjer' i den læreproces, hvor udviklingen af barnets mestringsstrategier, herunder tilknytningens mønstre mellem forældre og barn, finder sted. En læreproces, der i denne model beskrives i forhold til 3 aspekter, kaldet de 3 foki: Opmærksomhed, Indlevelse og Regulering.



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

Ud fra denne struktur forsøger Fokus-modellen at give et generelt bud på, hvilke muligheder og hvilke risici der knytter sig til de forskellige positioner, som testpersonen måtte foretrække. Hvis han f.eks. foretrækker at være en aktiv opmærksom far i samspillet med sit barn, hvilke muligheder giver det så ham for at være givende (- og hvad betyder det for barnet?), såvel som modtagende i samspillet med sit barn (- og hvad betyder det for barnet?) – og hvad kan han bidrage med i løsningen af de divergenser, der måtte opstå dem imellem? (- og hvad betyder det for barnet?).

Tilsvarende gives der et bud på, hvordan denne forælder kan komme til at blive uafstemt i samspillet, hvis han bliver *for* aktiv og/eller *for* opmærksom på barnet i samspillet, så der ikke bliver plads til barnets forsøg på at være med til at præge samspillet – og hvad det betyder for barnets udvikling.

På lignende måde beskriver Fokus-modellen muligheder og risici i de øvrige måder, forældrene i denne test kan positionere sig på i forhold til deres barn, Altså: Hvor har forældrene mest deres opmærksomhed: på barnet eller dem selv? Hvad er forældrenes dominerende tilgang til barnet: den følelsesorienterede eller rationelle oplevelse og forståelse af deres barn? Samt, hvad er den dominerende form for regulering forældrene udøver: den regelorienterede eller situationsorienterede?

Selvom PPT™ er en billedbaseret test, hvor der også i dialogen arbejdes meget med konkrete billeder på forældrenes kompetencer såvel som dilemmaer, så er udviklingen af et fælles sprogligt udtryk, forældre og terapeut imellem, meget afgørende for den fortsatte dialog og afklaringsproces. Det er ønsket med Fokus-modellen, at den vil kunne hjælpe terapeuten med, i sin dialog med forældrene, at italesætte deres forståelse af deres muligheder såvel som risici i de måder, de foretrækker at agere på som forældre. Fokus-modellen er således tænkt som en inspiration for terapeuten i hans bestræbelser på, at udvikle et fælles sprog med forældrene om, hvordan de bærer sig ad og forstår det samspil, de har med deres barn. Herunder, hvilke 'værktøjer' de bruger som forældre i deres samspil med barnet og intentionerne bag valget af disse omsorgsstrategier.

Samtidig med, at forældrene får afdækket baggrunden for deres dilemmaer og bliver klogere på samspillet med deres barn, begynder det lange seje arbejde med at dreje 'hjulene' den anden vej i deres forældrestil såvel som i barns mestringsstrategier. For barnet har ikke kunnet vente på, at hans forældre blev klogere på ham. Han har været nød til at udvikle en mestringsstil, der bedst kunne sikre hans overlevelse og muligheder for at realisere sig selv i det givne samspil.

Så når forældrene er blevet klogere på, hvordan de skal møde deres barn, skal barnet også i gang med at omstille sig til en ny måde at møde sine forældre på. Som fedme-casen, "Pandekagehuset", beskriver, er et barn ikke blot en medspiller, der passivt tilpasser sig



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

forældrenes uafstemte behandling af ham. Han forsøger selv aktivt at gøre noget ved sin situation, så han under de givne omstændigheder bedst mulig kan realisere sig selv i samspillet. Men at finde 'visdommen' i et barns aktuelle mestringsstrategier, kan være en meget svær opgave for hans forældre, selvom den 'bare' er det svar, barnet har haft mulighed for at give på deres opdragelse af ham.

Barnets tilknytningsmønstre og mestringsstrategier, altså selvforvaltning og sociale kompetencer, udledes også på de andre 'arenaer', som barnet kommet på (dagpleje, børnehave, skole etc.). Så opgaven med at dreje hjulene den anden vej er ikke alene forældrenes, men også de øvrige voksne omsorgspersoner. Dette gælder især i de sårbare og truede familier. De har især behov for, at de andre omsorgspersoner i netværket går ind og både støtte og kompensere dem i arbejdet med at hjælpe barnet i udviklingen af nye mestringsstrategier. Strategier, som barnet bedre vil kunne støtte sig til i realiseringen af sig selv i samspillet med de andre på de forskellige 'arenaer', han færdes på.

I de sårbare familier er barnets 'arenaer' et meget vigtigt netværk for både forældre og barn. Selvom det ofte er svært for de sårbare forældre, at samarbejde med omsorgspersonerne på barnets 'arenaer', så er de meget afhængige af dette netværk for at få deres egne 'ender' (hvad de ønsker og hvad de kan) til at mødes. Tilsvarende ses ofte, at de truede børn hurtigt søger ud i deres netværk af kammerater og omsorgspersoner, hvor de søger at få dækket en del af deres trygheds- og sikkerhedsbehov. Så det er rigtigt vigtigt for disse børn, at *hele* deres netværk – inkl. deres forældre - hænger sammen og arbejder sammen.

### **Det forebyggende familiebehandlingsprogram Family Dynamics®**

I bogens fjerde del beskrives det forebyggende familiebehandlingsprogram Family Dynamics®. I dette program inddrages familiens private såvel som offentlige netværk i et koordineret samarbejde, hvor de enkelte i netværket inviteres til at være med og yde deres bidrag til barnets udvikling, og som bliver afstemt og koordineret med det udviklingsarbejde, som forældrene har forpligtiget sig til i familierapien.

I de meget sårbare og truede familier er det ofte en stor og mangeartet – og ikke mindst langvarig – indsats, der skal til for at sikre børnenes trivsel og udvikling. Det kræver koordination og kontinuitet i projekterne, hvilket er meget vanskeligt i et projekt, hvor antallet af aktører let kommer op på 8-12 personer. Derfor er den koordinator, der udpeges til at styre Family Dynamics® projektet (gerne familiens sagsbehandler), den helt centrale person. Det er således koordinator, der fastholder dynamikken og fremdriften i projektet, så alle hele tiden kan følge med i, hvad der sker. Hvad fungerer, hvad duer ikke; hvilke ændringer sker der eller skal der ske, hvor og hvorfor?

Mange familieprojekter er i tidens løb gået død på, at deltagerne ikke fik nogen fornemmelse af, at det virkede; at det var umagen værd. Der har manglet en løbende effektmåling. Men



## RESUME af bogen I DIALOG MED FAMILIEN

hvorledes skal man lave effektmål på en løbende udviklingsproces, som man ikke bare kan neutralisere helt eller delvis i perioder?

I Family Dynamics® projekterne er der et videndelings system indbygget i projektet fra starten af. Dette system fungerer som et løbende effektmålings-instrument. Det holder alle aktørerne løbende orienteret om udviklingen, og er koordinators 'instrument' til at justere kursen med undervejs. I den samlede procesbeskrivelse til slut vil den løbende videndeling og –opsamling kunne gøres til genstand for en analyse af: Hvad kom der ud af det; hvad virkede og hvad virkede ikke - og hvorfor ikke?

Samlet forsøger bogen at komme omkring nogle vigtige sider af forældrestilen og familiearbejdet. Nogle af kapitlerne er brede og vil interessere alle, der på forskellig måde arbejder med familien og dens udvikling; andre vil være 'smalle' og primært henvende sig til fagfolk. Men det er mit håb, at alle vil kunne se, at der med opfindelsen af PPT™ og udviklingen af Fokus-modellen til bestemmelsen af forældrestilen og beskrivelsen af forældre-barn samspillet, såvel som med Family Dynamics® projekterne, er skabt gode 'værktøjer' for den, der på et videnskabeligt grundlag gerne vil guide forældre og barnets øvrige netværk i udviklingen af deres omsorg for barnet.

Den historieinteresserede vil tillige kunne læse, at PPT™, Fokus-modellen såvel som Family Dynamics® selvfølgelig står på 'skuldrene' af alle dem, der har tænkt og forsket i vores oplevelse af hinanden – herunder ikke mindst på skuldrene af to mænd i dansk psykologi og deres arbejde indenfor beskrivelsen af *vores relative fælles virkelighed*: Edgar Tranekjær Rasmussen og Franz From.

For sådan er det - også i forståelsen af familiedynamikken, at:

"Alle gode tanker, de kan ikke dø, før nye er spiret af deres frø"

Nordahl Grieg

---

*Bogen "I dialog med familien" er planlagt til udgivelse på Psykologisk Forlag, september 2006*