

Innhold

Forord	7
Innledning	11
DEL 1 VÅR MILJØTERAPEUTISKE VIRKELIGHET	17
Kapittel 1 Hvorfor velge miljøterapi som behandlingsform? . .	19
Kapittel 2 Den miljøterapeutiske hverdagen på en barnevernsinstitusjon.	36
DEL 2 HVORFOR FUNGERER TILKNYTNINGSORIENTERT MILJØTERAPI?	47
Kapittel 3 Utviklingspsykologi og tilknytningsteori	49
Fasen «arena for omsorg»	54
Fasen «delt fokus»	55
Fasen «trøst»	56
Fasene «selvtrøst» og «sosial temautvikling»	58
Kapittel 4 Traumesensitiv tilnærming	61
Kapittel 5 Resiliens og tilknytningsarbeid	82
DEL 3 HVORDAN PRAKTISERE TILKNYTNINGSORIENTERT MILJØTERAPI	89
Kapittel 6 Tilknytningsorientert miljøterapi og familiearbeid	91
Barn og ungdom med grunnleggende tilknytnings- forstyrrelse.	98

Barn og ungdom med alvorlig tilknytningsforstyrrelse.	102
Barn og ungdom som har opplevd tematisk omsorgssvikt . .	112
Kapittel 7 Arbeidet med den miljøterapeutiske relasjonen . . .	117
Kapittel 8 Tilknytningsfeltet	123
Hvordan kan miljøterapeutene få hjelp til å reflektere over egne behov og lære å skille mellom barnas behov og sine egne behov?	126
Hvordan kan miljøterapeutene ivareta seg selv og hverandre? .	136
Kapittel 9 Hvordan praktisere tilknytningsorientert miljøterapi?	144
Forståelse for at miljøterapeuten må være til stede, her og nå og fullt og helt	145
Ettertanker	146
Forståelse for at sterke følelser kan ødelegge samspillet.	148
Ettertanker	149
Forståelse for at skam hindrer utvikling.	151
Ettertanker	152
Forståelse for at stressoverveldelse kan ødelegge samspillet. .	154
Ettertanker	155
Forståelse for den unges reelle evne til å regulere atferden sin. .	158
Ettertanker	160
Forståelse for den unges reelle utviklingsnivå.	166
Ettertanker	167
Forståelse for at symptomene kommer til overflaten når vi er urolige.	173
Ettertanker	174
Oppsummering og avslutning.	177
Referanser	180
Stikkord.	186

Forord

Miljøterapi som behandling er en viktig bok om miljøterapeutisk arbeid. Den bidrar til forståelsen av hva miljøterapi er, og viser hvordan denne terapiformen kan praktiseres. I boken settes det fokus på det terapeutiske arbeidet med barn og unge med komplekse traumer, og det understrekes at den miljøterapeutiske oppgaven er å skape muligheter for en god personlighetsutvikling for disse barna.

Erfaringene som boken bygger på, er hentet fra barnevernsinstitusjoner og tiltak drevet av Barne- og familieetaten i Oslo kommune. Bokens innhold og de synspunktene som formidles, har også aktualitet utover dette. Den har også gyldighet for mange av de statlige barnevernsinstitusjonene samt for ideelle og private institusjoner for barn og unge. Videre vil boken ha gyldighet for mange institusjoner for barn og unge innen psykisk helsevern.

Et viktig synspunkt i boken er at traumatiserte og omsorgssviktede barn sjelden profitterer på polikliniske tilbud, for eksempel et tilbud om samtaler i regi av psykisk helsevern for barn og unge. Disse barna og ungdommene trenger som oftest institusjonelle rammer. De har vanskelig for å artikulere sine behov gjennom et utviklet språk. De uttrykker seg derfor gjennom å agere i handling, og disse handlingene kan ofte være avvisende, intensive og voldsomme.

Et viktig perspektiv i boken er at faglighet er det motsatte av tilfeldighet og oppgitthet. Det er viktig at miljøterapeutene ikke blir overveldet av engstelse, eller at de gir opp på grunn av gjentakende opplevelser av håpløshet. For å unngå tilfeldige intervensjoner og oppgitthet må hele avdelingen, også veileder og avdelingsleder, jobbe med dette fortløpende. I så måte gir boken uttrykk for en terapeutisk optimisme.

Et av bokens sentrale premisser er at en god nok tilknytning er en forutsetning for en god nok mental helse, derfor blir utviklingspsykologi og tilknytningsteori fylldig presentert og drøftet. I boken vises det også

hvordan en utviklingspsykologisk og tilknytningsteoretisk forståelse må legges til grunn for den miljøterapeutiske forståelsen og det miljøterapeutiske arbeidet, men traumeforståelse og en forståelse av resiliens beskrives også som viktige sider ved det miljøterapeutiske arbeidet.

I boken fremheves tiden som en viktig terapeutisk ressurs. Det legges vekt på nødvendigheten av nok tid til å arbeide med de mulighetene og utfordringene som oppstår i møtet mellom traumatiserte og omsorgssviktede barn og unge og den miljøterapeutiske organisasjonen. Det tar tid å få barn og unge i utvikling og å opprettholde utviklingen. Forfatterne hevder avslutningsvis: «Det er vår erfaring at det miljøterapeutiske arbeidet ofte vil mislykkes dersom institusjonen ikke får nok tid til å gjennomføre utviklingsoppdraget.»

Barn og unge som har opplevd komplekse traumer, mangler ofte et fullt utviklet språk for å gi uttrykk for sine behov og ønsker. De trenger derfor et tilbud om terapi, et tilbud som ikke krever språk, der de gis mulighet til å arbeide med sine vansker i hverdagen, med kvalifiserte voksne som forstår dem og kan holde ut med dem. Å være miljøterapeut for barn og unge som strever med reguleringsvansker, er en krevende oppgave. I boken presenteres mange kloke tanker om hvordan miljøterapeutene kan ivaretas, og hvordan et godt nok miljøterapeutisk arbeid kan utvikles og sikres.

Disse barna og ungdommene vil i utgangspunktet ha liten glede og nytte av den terapeutiske samtalen, fordi de, som nevnt, mangler et fullt ut utviklet språk. De trenger det terapeutiske samværet mer enn den terapeutiske samtalen innledningsvis. Et slik samvær får de i den miljøterapeutiske institusjonen, der de tilbys troverdige og stabile relasjoner over tid. Når barn og unge møter slike relasjoner, utvikler de etter hvert et språk for å uttrykke sine behov og sine følelser. De får utviklet en større evne til regulering og deres symptomer blir overflødige.

Miljøterapi som behandling er et viktig tilskudd til den eksisterende litteraturen om miljøterapi. I boken presenteres viktige perspektiver på det miljøterapeutiske arbeidet, og den er full av gode og nyttige eksempler fra den praktiske miljøterapien og den miljøterapeutiske hverdagen. Med sin optimisme, men også med sine kritiske refleksjoner, er boken et viktig bidrag til det terapeutiske arbeidet med å gi barn og ungdom som har opplevd komplekse traumer et tilbud som de kan ta til seg og

ha nytte av. Slik kan de få en mer meningsfull og bedre hverdag etter institusjonsoppholdet.

I boken gis det nyttige og viktige synspunkter til alle som er opptatt av, eller arbeider med miljøterapi. Det være seg studenter, miljøterapeuter, ledere eller forskere. Alle som er opptatt av barn og unge som har opplevd komplekse traumer, og som ønsker å forbedre det terapeutiske tilbudet til dem, vil finne inspirasjon i denne boken.

Oslo, september 2016

Erik Larsen

Professor Emeritus og psykologspesialist