



Høgskulen  
på Vestlandet

## **MASTEROPPGÅVE**

### Foreldrerettleiing som universelt førebyggjande tiltak

*Rettleiarars erfaringar med Circle of Security- Parenting*

### Parental guidance as a universally preventive measure

*Instructors experiences with Circle of Security – Parenting*

### **Birte Stenehjem**

Master i spesialpedagogikk

Fakultet for lærarutdanning, kultur og idrett (FLKI)

Institutt for pedagogikk, religion og samfunnsfag

Rettleiar: Tone Jørgensen

Innleveringsdato: 20.12.19

Eg stadfestar at arbeidet er sjølvstendig utarbeida, og at referansar/kjeldetilvisingar til alle kjelder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 10.

## Samandrag

Denne studien undersøker foreldrerettleiing som eit universelt førebyggjande tiltak. Problemstillinga som blir undersøkt er: *Korleis erfarer rettleiarar Circle of Security- Parenting som eit universelt førebyggjande program?*

Foreldrerettleiing handlar om relasjonar, om forholdet mellom foreldre/føresette og deira barn, men òg om forholdet mellom dei profesjonelle som er sett til å ivareta velferdsstatlege ambisjonar og foreldra (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s.7). Universelle førebyggjande tiltak blir nytta utan at det føreligg problem, men skal hindre at dei oppstår. Ved å førebygge og hjelpe tidleg, kan universelle tiltak vere ein del av ein strategi for tidleg innsats (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

Studien er avgrensa til foreldrerettleiingsprogrammet Circle of Security- Parenting (COS-P), eit tilknytingsbasert foreldrerettleiingsprogram, som vektlegg samspelet mellom foreldre og barn. Formålet er å undersøke korleis rettleiarar erfarer programmet som eit universelt førebyggjande tiltak.

Studien har ei teoretisk forankring i systemteori, med vekt på heilskap, relasjon og sirkularitet (Skagen, 2019), og tilknytningsteori, der samspel og relasjon er sentralt.

Studien er forankra i det fortolkande paradigmet, og har med grunnlag i problemstilling nytta semistrukturert intervju til innsamling av data. Braun og Clarke (2006) si tematiske analyse er brukt til å systematisere, organisere og finne mønster i data. Tre tema var framtrødande etter analysen, som syner hovudfunna til denne studien. Desse var 1) Gruppeprosessens betydning for utbytte av COS-P, 2) Endring av haldningar til omsorgsrolla i møte med barn, og 3) COS-P skal vere for alle.

Foreldrerettleiing som eit universelt førebyggjande tiltak generelt og COS-P spesielt, blir i denne studien oppfatta som positivt, men at det kan vere vanskeleg å nå foreldra som strevar mest. Tidleg intervensjon basert på riktige og verknadsfulle tiltak er viktig for at barn skal få ei positiv utvikling. Dermed er det avgjerande å setje inn riktige tiltak tidleg.

Nøkkelord: Foreldrerettleiing, universell førebygging, Circle of Security- Parenting

## Abstract

This study explores parental guidance as a universally preventive measure. The thesis question explored in this thesis is: How do instructors experience Circle of Security – Parenting as a universally preventive program?

Parental guidance is about relationships; about the relation between parents/guardians and their children, but also about the relationship between professionals, who are chosen to secure the ambitions of the welfare state and the parents (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, p.7). Universal preventive measures are used without there being a current issue but utilised as a proactive way to stop them before they occur. By working proactive and helping early on in the process, universal preventive measures can be part of a strategy connected to early efforts (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

The study is limited to the parental guidance program “Circle of Security-Parenting (COS-P)”, an attachment-based parental guidance program, which emphasizes the interaction between parents and children. The purpose is to investigate how guidance counsellors experience the program as a universal preventative measure.

The study is theoretically grounded in systems theory with an emphasis on the whole picture, relationship and circularity (Skagen, 2019), and attachment-theory, where interaction and relationship are central.

The study is rooted in the interpretive paradigm, and has, on the basis of the issue, used semi-structured interviews to collect data. Braun and Clarke’s (2006) thematic analysis is used to systematize, organize and find patterns in data. Three themes emerged after the analysis, which highlight the main findings of this study. These were 1) The importance of the group process for gaining something from COS-P, 2) Changing attitudes to the caregiving role in meeting children, and 3) COS-P should be for everyone.

In this study, parental guidance as a universal preventive measure in general and COS-P in particular, is perceived as positive, but it can be difficult to reach the parents who struggle the most. Early intervention based on correct and effective measures is important for children to have a positive development. Thus, it is crucial to implement correct measures early.

Keywords: Parental Guidance, Universal Prevention, Circle of Security- Parenting

## Forord

Eg vil starte med å rette ei stor takk til informantane i denne studien. Takk for at de stilte opp med dykkar gledelege engasjement og positivitet. Det var ei glede å intervjuer dykk!

Ein stor takk til rettleiaren min: Tone Jørgensen! Utan di hjelp hadde eg ikkje kome i mål. Dine gode, konkrete og konstruktive tilbakemeldingar har lært meg mykje. Det har alltid vore lett å spørje deg om råd, og eg har følt meg veldig trygg med deg som rettleiar.

Arbeidet med denne masteroppgåva har vore ein lang og lærerik prosess. Det har vore spanande og moro, men til tider slitsamt. Masterutdanninga har gjort det mogleg for meg å starte i ein ny og spanande jobb denne hausten. Noko som har vore krevjande på sitt vis, med mange nye inntrykk og arbeidsoppgåver. Kollegaane har teke meg svært godt i mot, til tross for at eg har vore i «masterbobla» frå oppstart av. I tillegg har arbeidsplassen lagt svært godt til rette for meg, slik at det har gjort det overkommeleg med ny jobb og masteroppgåve. Dette er eg utruleg takknemleg for, og ynskjer dermed å rette ei stor takk til sjefen.

Sist men ikkje minst vil eg takke venner, kjæreste og familie for forståing og støtte med denne oppgåva. De har blitt nedprioritert lenge no, så no gledar eg meg til å få tilbake kvardagen med dykk.

## Innhald

.....	1
1.0 Introduksjon .....	2
1.1 Bakgrunn for val av tema .....	2
1.2 Temaets relevans .....	3
1.3 Problemstilling og avklaringar .....	5
1.4 Ulike typar førebygging .....	6
1.5 Tidleg innsats.....	7
1.6 Barns utvikling: eit individuelt tema og eit samfunnstema .....	8
2.0 Teori og tidlegare forskning .....	9
2.1 Systemteori .....	9
2.1.1 Transaksjonsmodellen.....	10
2.1.2 Foreldrerettleiing i systemteoretisk perspektiv.....	11
2.2 Tilknytningsteori.....	13
2.2.1 Tilknytningssystem, tilknytingsband, tilknytingsåtferd og relasjonsbrot .....	14
2.2.2 Omsorgsåtferd, sensitivitet og indre arbeidsmodellar .....	15
2.2.3 Mentalisering og reflekterande funksjon.....	16
2.2.4 «Framand situasjonen» og tilknytingskategoriar.....	16
2.3 Circle of Security- Parenting.....	18
2.3.1 Målgruppe og mål med Circle of Security- Parenting .....	18
2.3.2 Introduksjon og innhald i Circle of Security- Parenting .....	19
2.4 Tidlegare forskning på Circle of Security .....	22
2.4.1 Norske studiar av COS .....	22
2.4.2 Internasjonale studiar av COS .....	24
3.0 Metode og metodisk design.....	28
3.1 Vitskapsteoretisk forankring- Det fortolkande paradigme .....	28
3.2 Kvalitativt intervju som metode.....	30
3.3 Forskaren si for-forståing .....	31
3.4 Utval og rekruttering.....	31
3.5 Utføring av intervju .....	33
3.6 Transkripsjon .....	34
3.7 Temasentrert analyse.....	34
3.7.1 Funn etter analysen.....	36
3.8 Ethiske aspekt og tillatingar .....	37
4.0 Resultat.....	38

4.1	Gruppeprosessens betydning for utbytte av COS-P.....	38
4.1.1	Erfaringsdeling styrkar foreldra.....	39
4.1.2	Rettleiarrollen er avgjerande for utbytte av kurset.....	40
4.2	Endring av haldningar til omsorgsrolla i møtet med barn.....	40
4.2.1	Bevisstgjeriing i rolla som omsorgsgivar.....	41
4.2.2	Bevisstgjeriing av dei profesjonelle si rolle.....	43
4.3	COS-P skal vere for alle.....	44
4.3.1	Viktig å få COS-P inn tidleg.....	44
4.3.2	Vanskar med å nå dei som treng det.....	45
5.0	Diskusjon.....	46
5.1	Resultatdiskusjon.....	46
5.1.1	Betyding av gruppeprosessen for COS-P.....	48
5.1.2	COS-P som endringsverktøy.....	51
5.1.3	COS-P som tiltak for alle foreldre.....	59
5.2	Metodediskusjon.....	62
5.2.1	Reliabilitet.....	62
5.2.2	Validitet.....	63
6.0	Konklusjon.....	65
6.1	Kritisk vurdering av studien.....	67
7.0	Litteraturliste.....	69

Vedlegg 1: Meldeskjema NSD  
Vedlegg 2: Svarbrev NSD  
Vedlegg 3: Circle of Security  
Vedlegg 4: Informasjonsskriv og samtykkeskjema  
Vedlegg 5: Intervjuguide

## 1.0 Introduksjon

I dette kapitlet ynskjer eg å gi lesaren ei innføring i kva masterprosjektet mitt handlar om. Denne masteroppgåva undersøker foreldrerettleiing som eit universelt førebyggjande tiltak. For å avgrense oppgåva tek eg utgangspunkt i foreldrerettleiingsprogrammet Circle of Security- Parenting (COS-P), og rettleiarars erfaringar med bruk av programmet. I introduksjonskapitlet vil eg forklare kva eg legg i temaet foreldrerettleiing som universelt førebyggjande tiltak generelt, før eg i teoridelen går inn på COS-P som tiltak spesielt.

Oppgåva er knytt til ein mastergrad i spesialpedagogikk. Foreldrerettleiing inngår som eit spesialpedagogisk tema, då det relasjonelle synet på spesialpedagogikk framhevar at spesialpedagogisk forskning må omfatte både individet og dei samanhengane individet er i for at ein skal kunne forklare funksjonen hjå individet (Haug, 2016, s. 28). Vidare er spesialpedagogikken sitt overordna mål å fremje gode lærings-, utviklings- og livsvilkår for barn, unge og vaksne som av ulike grunnar møter, eller er i risiko for å møte, funksjonshemmande vanskar og barrierar i si utvikling, læring og livsutfolding (Tangen, 2012, s. 17). Mitt utgangspunkt for val av tema er tanken om å ta tak før problem oppstår, ved førebygging. Eg er interessert i å utforske erfaringar med foreldrerettleiing som universelt førebyggjande tiltak, og korleis dette kan ha innverknad på barns utvikling og oppvekstvilkår. Foreldrerettleiing handlar om relasjonar, om forholdet mellom foreldre/føresette og deira barn, men òg om forholdet mellom dei profesjonelle som er sett til å ivareta velferdsstatlege ambisjonar og foreldra (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 7).

### 1.1 Bakgrunn for val av tema

Som utdanna vernepleiar har eg jobba med menneske i ulike livssituasjonar, der eg har gjort meg gode erfaringar når det gjeld samhandling med sårbare grupper. Likevel er det ikkje min praksis som vernepleiar som har engasjert meg i dette prosjektet. Førebygging når det gjeld barn og unge sine oppvekstvilkår har lenge vore noko som har engasjert meg. Interesse begynte då eg var ungdomselev sjølv, då familien min starta som besøksheim. Seinare vart familien min fosterheim. Den erfaringa har hatt betydning for val av tema for masteroppgåva. Den redsla, frustrasjonen og fortvilninga eg såg hjå barna som hadde blitt tekne ut frå heimen sin, har sett varige spor hjå meg. Det var vondt å vere vitne til små barn som var usikre på om, og eventuelt når, dei får flytte heim til foreldra.

Det føreligg grundige vurderingar om omsorgsovertaking er til det beste for barna. Barnets beste, slik Barnekonvensjonen (2003) artikkel 3 punkt 1 formulerer det : «Ved alle handlinger som berører barn, enten de foretas av offentlige eller private velferdsorganisasjoner, domstoler, administrative myndigheter eller lovgivende organer, skal barnets beste være et grunnleggende hensyn». Kapittel 4 i barnevernlova (1992) omhandlar særlege tiltak, derav hjelpetiltak (§ 4-4) og omsorgsovertaking (§4-12), og det kjem fram av §4-1 at tiltak som blir bestemt etter dette kapittelet skal vere med omsyn til barnet sitt beste. Avgjerder når det gjeld foreldreansvar skal vurderas etter det som er best for barnet (Barnelova, 1981, §48). Barnekonvensjonen, barnevernlova og barnelova regulerer forholdet mellom barn og foreldre, og desse er sentrale når det gjeld foreldrerettleiing som tema. Familievernkontorlova (1997) kan òg vere sentral, då den legg føringar på at familievernkontora skal drive utretta verksemd om familierelaterte tema, som rettleiing, informasjon og undervising mot hjelpeapparatet og publikum (Familievernkontorlova, 1997, §1).

Sjølv om barna hadde det fint hjå oss, er det likevel noko med det bandet som er mellom barn og foreldre, jamfør det biologiske prinsipp. Det biologiske prinsipp er eit juridisk prinsipp, som dels handlar om at barn skal vekse opp hjå sine foreldre, og dels at kontakten med foreldra skal oppretthaldas om barnet ikkje kan bu hjå foreldra (NOU 2012:5, s. 15). Dette gjorde til at eg tenkte: «Kunne ein ha hindra dette? Kunne noko ha blitt gjort tidlegare?». Dermed er det interessant å undersøke erfaringar med universell foreldrerettleiing. Om dette kan redusere behovet for å ta barn ut av heimen og sikre barn ein god oppvekst saman med foreldra sine, er eit stort spørsmål som krev mykje meir forskning enn ei masteroppgåve. Om det er foreldrerettleiing som skal til for ein god oppvekst er heller ikkje sikkert. COS-P er ein tilknytingsbasert intervensjon som har som formål å fremje trygg tilknytning mellom barn og omsorgsperson (Powell, Cooper, Hoffmann & Marvin, 2015). Dette er noko eg ser på som grunnleggjande i ein relasjon mellom barn og foreldre, og valet på foreldrerettleiingsprogram blei dermed COS-P. Eg var innom programmet då eg hadde praksis på barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP), og der vart interessa for å utforske programmet som verktøy i førebyggjande arbeid vekka. Det er viktig for meg å få fram at eg ikkje har utført dette prosjektet for å «selje inn» COS-P, men for å undersøkje korleis dette blir erfart som eit universelt førebyggjande program.

## 1.2 Temaets relevans

Her vil eg grunngje kvifor foreldrerettleiing som universelt tiltak er eit relevant tema med støtte frå forskning. I følge verdens helseorganisasjon (WHO, 2016) krev førebygging av mishandling av barn tiltak frå fleire sektorar. Dei framhevar foreldrestøttande tiltak som lærer foreldre positive



foreldreferdigheit som effektivt i førebyggjande arbeid. Barn har krav på gode omsorgspersonar, og det er foreldre sitt ansvar å gi barna tryggleik, omsorg og kjærleik. Om foreldre ikkje maktar å gi barna sine den omsorga dei har krav på, må dei få hjelp frå offentleg sektor (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018). Helsedirektoratet sine nasjonalfaglege retningslinjer om helsestasjons- og skulehelsetenesta, kapittel 4: helsestasjon 0-5 år, syner at det er ei svak anbefaling at helsestasjonen kan tilby universelle, primærførebyggjande foreldrerettleiingsprogram (Helsedirektoratet, 2019). Samstundes gir retningslinja sterk anbefaling om at foreldre bør få rettleiing om samspel i alle konsultasjonar, då det fremjar trygg tilknytning, som omhandlar at barnet blir forstått og hjelpt til å regulera kjenslene sine (Helsedirektoratet, 2019). Retningslinja om helsestasjon 0-5 år, gir ei sterk anbefaling om å gi foreldre tilbod om å delta i gruppekonsultasjonar, då foreldre kan støtte kvarandre og lære av kvarandre sine erfaringar. I tillegg oppfordra den til at helsestasjonen skal ha ei systematisk samarbeid med barnehagar i kommunen (Helsedirektoratet, 2019).

Ein kunnskapsstatus utført av forskingsstiftinga Fafo: «Foreldreveiledning- virker det?» (Bråten & Sønsterudbråten, 2016), tek utgangspunkt i fire foreldrerettleiingsprogram, med hovudvekt på foreldrerettleiing som universelt førebyggjande tiltak, der eit av dei er Circle of Security. Dei fann at alle foreldrerettleiingsprogramma i ulik grad hadde sannsynleggjort effekt, men at det trengs meir forskning på området (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Dei påpeikar at dei har funne resultat der det er tvil om evidens, då det er krevjande å måle effekt av foreldrestøtte. Vidare skriv dei at det særleg er vanskeleg å bevise effekt av foreldrerettleiing som universelt tiltak, då universelle tiltak ikkje skal rette på identifiserte problem. Ungsinn, som er eit tidsskrift for verksame tiltak for barn og unge, klassifiserer COS-P på evidensnivå 2: Sannsynleg verksamt tiltak (Drugli, 2012)

Ei kartlegging av foreldrepraksisar har funne at autoritative og imøtekommande foreldre er assosiert med trivsel og positive utfall hjå barn, medan autoritære eller forsømmende foreldre er assosiert med misstrivsel hjå barn (Blaasvær & Ames, 2019). Vidare er det blanda resultat med foreldrepraksisar som er ettergivande. Foreldrepraksisar kategorisert som fiendtlige, avvisande, overstyrande og straffande er assosiert med negative utfall hjå barna (Blaasvær & Arnes, 2019). Dette er naudsynt forskning, som syner korleis foreldre si åtferd påverkar barn.

Folkehelseinstituttet (Skogen, Smith, Aarø, Siqveland & Øverland, 2018) sin kunnskapsoversikt har undersøkt forskjellige tiltak for å fremje barn si psykiske helse. Nokre av tiltaka dei gjennomgjekk var gruppetiltak retta mot foreldre, deriblant COS. Deira kunnskapsoversikt fann at det var behov for meir og betre forskning på effekt av gruppetiltak for foreldre, kva gruppetiltak som er verksame og om dei blir nytta slik dei skal. Denne rapporten viste vidare til ein anna kunnskapsstatus utført av

folkehelseinstituttet: *Gruppetiltak for foreldre. Norsk praksis, erfaringer og effektevalueringer* (Wesseltoft-Rao, Holt & Helland, 2017). Eit av programma dei tok utgangspunkt i var COS. Dei fann at evalueringar frå foreldre og terapeutar var positive og nøgde med programmet, men at terapeutane sakna oppfølging. Effektstudiar på programmet tyder på positive verknader på foreldreåtfærd, tilknytning og samspel mellom foreldre og barn, på barn og foreldre si psykiske helse og åtfærd. Rapporten peikar på behov for vidare studiar, på blant anna implementering av gruppetiltaka.

Pettersvold og Østrem (2019) diskuterer i si bok ulike manualbaserte program i barnehage, skule og barnevernstenesta, som er baserte på standardiserte metodar oppgitt av produsenten av programma. Dei gjennomfører ei kritisk drøfting når det gjeld innføring av ulike program og økonomi. Som dei skriv, så er det ofte prestisje i å få selt inn sitt program, få auka oppslutnad kring og at programma treng begeistring og toler lite kritikk (Pettersvold & Østrem, 2019). Dei påpeikar at når pedagogikk blir ei vare og velferdsordningar blir ein marknad, så blir profesjonsutøvarane og fagmiljø utfordra til å skilje mellom kva som er fagleg haldbart, kva som er gode intensjonar, og kva som blir drive ut frå andre interesser enn det eigentlege formålet (Pettersvold & Østrem, 2019, s. 11). COS-P er ikkje ein del av forfattarane sine diskusjonar, men inngår fenomenet dei belyser: manualbaserte program.

Ein ser at COS-P som universelt førebyggjande program spesielt og foreldrerettleiing generelt er eit dagsaktuelt tema det trengs meir forskning på, noko eg forsøker å bidra med ved å gjennomføre dette prosjektet.

### 1.3 Problemstilling og avklaringar

I denne masteroppgåva fokuserer eg på foreldrerettleiing som eit spesialpedagogisk tema og korleis dette kan bidra til gode oppvekstvilkår og utvikling for barn. Oppgåva er avgrensa til foreldrerettleiingsprogrammet Circle of Security- Parenting, og eg ynskjer å undersøke dette programmet som eit universelt førebyggjande tiltak. Eg har valt å avgrense det til foreldre med barn frå 0-6 år, då eg er oppteken av tidleg innsats. Problemstillinga mi er utarbeida med grunnlag i dette: *Korleis erfarer rettleiar Circle of Security- Parenting (COS-P) som eit universelt førebyggjande program?*

For å støtte opp under problemstillinga mi, har eg laga tre forskingsspørsmål:

1. *Korleis opplev rettleiarane at gruppeprosessen påverkar erfaringane med COS-P?*
2. *Korleis erfarer rettleiarane COS-P som eit endringsverktøy?*
3. *Korleis opplev COS-retteiarane COS-P som førebyggjande tiltak?*

Omgrepet rettleiing og rettleiar blir nytta. Desse er dei nynorske orda av *veiledning og veileder*. I litteraturen blir det nytta litt ulike omgrep om rettleiarrollen, eg nyttar for det meste omgrepet rettleiar, men òg omgrepet kurshaldar, då informantane mine nytta dette. Vidare blir COS-P omtala både som program og kurs.

#### 1.4 Ulike typar førebygging

Førebygging er eit omgrep som har to sider. Den eine sida av omgrepet førebygging er tiltak med formål om å hindre eller avgrense skade, sjukdom eller problem, som blir kalla «det sjukdomsførebyggande perspektivet». Den andre sida handlar om tiltak og prosessar som gjer folk i stand til å betre og ta vare på helsa si, som blir kalla «det helsefremjande perspektivet» (Forebygging, 2019). Ein kan dele førebyggingsomgrepet inn etter kva målgruppe ein rettar seg mot. Tidlegare vart omgrepa primær-, sekundær-, og tertiærførebygging nytta. No vert for det meste omgrepa universell-, selektiv-, og indikativ førebygging brukt i staden for. I denne oppgåva held eg meg til dei omgrepa ein for det meste brukar i dag: universell-, selektiv-, og indikativ førebygging. Universell førebygging er strategiar og tiltak som rettar seg mot alle, utan å skilje mellom grupper og individ (Forebygging, 2019). Medan selektiv førebygging er strategiar og tiltak retta mot risikogrupper og/eller risikosituasjonar. Med indikativ førebygging meiner ein strategiar og tiltak som blir retta mot enkeltpersonar der risikofaktorar og/eller konkrete problem er observert eller opplevd (Forebygging, 2019). Universelle tiltak blir sett inn utan at det føreligg eit problem, men skal hindre at dette oppstår (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 7).

Regjeringen sin strategi for foreldrestøtte (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018): «Trygge foreldre- trygge barn» sitt overordna mål er å bidra til at foreldre blir gode omsorgspersonar. Dermed er målgruppa alle foreldre, med ei avgrensing til barn mellom 0- 18 år. Strategien skal bidra til å hindre at barn blir utsett for vald, overgrep eller omsorgssvikt frå foreldre eller nære omsorgspersonar. Strategien definerer omgrepet foreldrestøtte som all type støtte som kan bidra til å styrke foreldre i foreldrerolla (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s. 12). I følge strategien er kommunen den viktigaste aktøren i å gi støtte til foreldre, og at det per i dag er forskjellar på kommunar sine tilbod når det gjeld foreldrestøtte. Eit av måla til strategien er at tilbodet skal bli meir likeverdig og at alle kommunar skal tilby kvalitetssikra foreldrestøtte. Staten har tilskotsordningar til foreldrestøttande tiltak i kommunane. Det overordna målet med foreldrestøtte er å styrke relasjonen mellom foreldra eller foreldre og barn, slik at det skal vere til barnets beste.

Foreldre har eit overordna ansvar for barna sine, har myndigheit på deira vegner og eit overordna ansvar for å oppdra barnet. Etter kvart som fleire og fleire går i barnehagen, har barnehagen som førebyggjande funksjon blitt meir aktuell (Dalen & Tangen, 2012, s. 226). Barnehagen bør kunne gi råd og rettleiing om oppseding av barn og utvikling til foreldre. Fagfolk bør ha eit godt samarbeid med foreldre. Dei bør møte foreldre med respekt, evne og vilje til å ta deira perspektiv, samt utvikle eit reflektert forhold til eigen rolle, eigne haldningar og eigen praksis (Dalen & Tangen, 2012, s. 223). Sjølv om omsorgsansvaret i hovudsak ligg hjå foreldra til barna, har offentlege myndigheiter ansvar for å sikre barn trygge oppvekstvilkår. Barnevernlova (1992, §3-1) pålegg kommunane å følge nøye med i forhold barn og unge lever under, og har ansvar for å finne tiltak som kan førebygge omsorgssvikt og åtferdsproblem. Både universelle-, selektive-, og indikative førebyggingstiltak kan defineras som ein del av ein strategi for tidleg innsats, med utgangspunkt i å førebygge og hjelpe tidleg (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

### 1.5 Tidleg innsats

Tidleg innsats eller tidleg intervensjon handlar om å identifisere og gripe inn så tidleg som mogleg i eit problem, slik at problemet reduseras eller forsvinn (Forebygging, 2019). Kunnskap og dokumentasjon viser at utsette barn og unge ikkje blir oppdaga tidleg nok (Møller, 2018). Helsedirektoratet har laga ein rapport om metodar for tidleg identifisering av risiko hjå barn og unge. Kunnskapsgrunnlaget deira bygger på Integrated Childrens System (ICS), som er ein modell frå England der formålet er å utforme eit praktisk verktøy som kan hjelpe ein å gjere ei heilskapsvurdering av barn og unge sine behov. Modellen er ein illustrasjon på at barnets utvikling er avhengig av ulike faktorar både ved barnet sjølv, foreldra men òg miljøet rundt foreldra (Møller, 2018). Risikofaktorar i eit domene kan spele negativt inn på barnet si utvikling, samstundes som barnets beskyttelsesfaktorar kan gi gode utsikter. Med risikofaktor meiner ein faktorar i barnet sjølv og/eller i barnet sitt liv som aukar risikoen for negativ utvikling (Drugli, 2013, s. 22). Beskyttelsesfaktorar er faktorar som «forstyrar» samanhengen mellom risikofaktorar og eit negativt utviklingsløp (Drugli, 2013, s. 32). Individuelle-, relasjonelle-, eller miljømessige faktorar som bidreg til å fremje positiv utvikling for barn og unge blir sett på som beskyttelsesfaktorar (Møller, 2018). Modellen er nyttig i denne masteroppgåva, då den gir eit samansett bilete av at barnet si utvikling er avhengig av fleire faktorar. Eg ser på foreldrerettleiing som ein mogleg beskyttelsesfaktor som blir sett inn ovanfor foreldra, og er interessert i å undersøke om dette kan vere førebyggande og ha positiv effekt på barnet si utvikling.

## 1.6 Barns utvikling: eit individuelt tema og eit samfunnstema

Det er i sped-og småbarnstida at barn etablerer sine første relasjonar og utviklar evna til å regulere egne kjensler og åtferd. Desse prosessane er avhengige av ytre stimuli som barna får gjennom sine næraste relasjonar (Braarud, 2012). Shonkoff og Bales (2011) er opptekne av at barns utvikling ikkje berre er eit individuelt tema, men at det òg er eit samfunnstema. Shonkoff og Bales (2011) beskriv barnets utvikling i fleire punkt. Eg gir ein kort oppsummering av desse her: Det blir framheva at barns utvikling er ei føreseiing for eit framgangsrikt og bærekraftig samfunn, både økonomisk og sosialt. Vidare vektlegg dei betydinga av tidlige erfaringar, og at samspel mellom gen og miljø er knytt til utvikling av hjernen og individets åtferd. Hjernen blir forma frå fødsel og godt inn i vaksen alder, og interaksjonen mellom gen og erfaringar formar hjernen. Shonkoff og Bales (2011) påpeikar at kognitive, emosjonelle og sosiale ferdigheitar heng tett saman, slik som læring og åtferd, og fysisk og psykisk helse. Dei meiner at desse prosessane påverkar kvarandre, og at tiltak på eit område påverkar dei andre områda. Desse ferdigheitene blir utvikla dei første leveåra (Shonkoff & Bales, 2011).

Ein ser då at tidlege relasjonar og interaksjonar mellom forelder og barn er ei sentral kjelde for barnet til å oppleve støtte, få bekreftelse og tilpasse seg, men at desse òg kan verke negativt inn på barnet si utvikling om den vaksne ikkje responderar på barnets åtferd (Shonkoff & Bales, 2011). Handterleg stress kan vere utviklingsfremjande for barnet, men om dette er skadeleg stress, kan det gi negativ påverking for utviklinga av hjernen. Skadeleg stress kan vere fattigdom, alvorlege psykiske helseproblem hjå foreldre (til dømes depresjon eller vald i familien). Vidare skriv Shonkoff og Bales (2011) at hjernen sin plastisitet og evna til å endre åtferd avtek over tid. Dermed er det avgjerande for barnet si utvikling at ein kan gjere det på rett måte tidleg. Dette vil lønne seg for samfunnet, då tidleg intervensjon vil gi betre resultat og gir moglegheita til å auke sjansane for eit positivt utviklingsresultat for barna gjennom godt planlagde intervensjonar (Shonkoff & Bales, 2011). Til slutt påpeikar dei at ein må velje intervensjonsprogram som har vist effekt for å fremje utviklinga av barns helse. Dermed er forskning på kva intervensjonsprogram som faktisk virkar viktig for å fremje tidleg innsats når det gjeld barns utvikling. Dette underkapittelet vart presentert då eg tolkar foreldrerettleiing som eit aktuelt tema på samfunnsnivå, slik Shonkoff og Bales (2011) beskriv kva som påverkar barns utvikling. Dette kapittelet har gitt lesar ei innføring i temaet mitt: foreldrerettleiing som universelt førebyggjande tiltak, med utgangspunkt i programmet COS-P. Vidare er masteroppgåva bygd opp av ein teoridel, methodedel, resultatdel og diskusjonsdel.

## 2.0 Teori og tidlegare forskning

I dette kapittelet skal eg presentere det teoretiske grunnlaget for oppgåva, samt relevant, tidlegare forskning. Problemstillinga til dette prosjektet skal belyse korleis rettleiarar erfarer Circle of Security-Parenting (COS-P) som eit universelt førebyggjande foreldrerettleiingsprogram. Systemteori og tilknytningsteori er dei teoriene denne oppgåva vektlegg. Vidare vil eg først gjere greie for systemteorien, med vekt på transaksjonsmodellen og ei systemisk forståing av foreldrerettleiing. Vidare blir det utgreia om tilknytningsteori, der viktigheita av ein god relasjonen mellom forelder- barn blir forklart. Til slutt i dette kapittelet blir Circle of Security - Parenting programmet presentert, samt tidlegare forskning på programmet.

### 2.1 Systemteori

Systemteorien betraktar menneske som ein del av eit sosialt system der relasjonane mellom personane blir framheva som viktige (Skagen, 2016, s. 92). Sentrale omgrep i teorien er heilskap, relasjon og sirkularitet (Skagen, 2016). Teorien vektlegg at delane av systemet gjensidig påverkar kvarandre, og at røyndommen er satt saman av sirkulære og samanhengande funksjonar (Roald, 2012). Sirkulære prosessar er eit grunnleggjande prinsipp i systemteoretisk tenking, som inneber at alle hendingar i ei sosialt system påverkar kvarandre i eit uavbrote mønster av gjensidige hendingar (Gjems, 2012, s. 128).

Systemteorien sine sentrale personar er Gregory Bateson og Urie Bronfenbrenner. Den amerikanske utviklingspsykologen Bronfenbrenner har utvikla ein utviklingsøkologisk modell basert på systemteorien, der han beskriv korleis ulike miljøfaktorar rundt barnet er ein form for interaksjon mellom ulike system (Broberg, 2004). Systemteorien gir med andre ord ei forklaring på korleis ulike delar i eit samfunn heng saman i eit heile, og korleis dei ulike delane gjensidig påverkar kvarandre. Eg ser på foreldrerettleiing som eit systemretta tiltak som kan påverke barnet si utvikling, då barnet er ein del av eit større og organisert system som i større og mindre grad har innflytelse på barnet. Foreldrerettleiing er noko som blir organisert på systemnivå, medan hensikta med det skal gi gode utviklingsmoglegheiter for barnet, som er på individnivå. Dette er jamfør Bråten og Sønsterudbråten (2016, s. 7) si forklaring av foreldrerettleiing, der dei skriv at det handlar om relasjonar, om forholdet mellom foreldre/føresette og deira barn, men òg om forholdet mellom dei profesjonelle som er sett til å ivareta velferdsstatlege ambisjonar og foreldra.

I denne oppgåva legg eg ei systemisk forståing til grunn for barns utvikling. Dette vil seie at eg ser på barnet som ein del av eit sosialt system, der relasjonen til andre personar og organisasjonar er ein viktig faktor for utvikling. Dermed er transaksjonsmodellen sentral.

### 2.1.1 Transaksjonsmodellen

Innan spedbarnpsykiatrien er det brei einigheit om at barnets utvikling er eit resultat av biologiske føresetnadar og ulike miljøfaktorar (Broberg, 2004). Dette kan ein dra samanhangar til transaksjonsmodellen, som er utvikla av Sameroff (2009). Han seier at alle i universet påverkar og blir påverka av kvarandre. Transaksjonsmodellen er ein modell for å forstå barnets utvikling, og syner korleis individuelle faktorar og miljøfaktorar gjensidig påverkar utviklinga til barnet over tid (Sameroff, 2009). Samspelet mellom barn og foreldre blir her sett på som ein gjensidig prosess der barnet med sine medfødde eigenskapar påverkar foreldra og skapar reaksjonar hjå dei. Vidare vil desse reaksjonane frå foreldra påverke utviklinga av barnets eigenskapar (Drugli, 2013). Men modellen inkluderer ikkje berre samspelet mellom forelder og barn, men òg miljøet rundt barn og foreldre (Sameroff, 2009). Dermed meiner Sameroff (2009) at ein må sjå på miljøfaktorane utanfor òg, for å kunne forklare utvikling. Vidare har transaksjonsmodellen har eit syn på utvikling der individ og miljø er i stadig endring (Drugli, 2013).

Transaksjonsmodellen inkluderer Bronfenbrenner sin utviklingsøkologiske modell og integrerer dermed ei systemisk forståing av barns utvikling (Drugli, 2013). Dette fordi barnets utvikling blir påverka av faktorar utanfor familien òg (Sameroff, 2009). Til dømes brukar dei fleste barn meir tid i barnehagen, med andre barn og vaksne, enn det dei gjer med foreldra sine (Broberg, 2004). Dermed er det mange faktorar som spelar inn på barnets utvikling. Bronfenbrenner sin modell syner korleis barnet sjølv påverkar og blir påverka av omgivnadane, og korleis system utanfor barn og familie indirekte verkar inn på barnets utvikling (Bronfenbrenner ref. i Drugli, 2013, s. 19).

Bronfenbrenner viser til ulike nivå kring barnet; mikro-, meso-, ekso- og makronivå.

Mikrosystemnivå består av dei næraste relasjonane til barnet, som familie, vennskap og barnehage/skule. Mesonivået beskriv kor viktig samanhengen mellom dei mikronivåa barnet befinn seg i er for barnets funksjon (Drugli, 2013). Neste nivå er eksosystemet, som er miljø barnet ikkje har direkte kontakt med, men som indirekte kan påverke utviklinga, som til dømes velferdstenester. Dette kan vere systemfaktorar som kva ressursar og rammer som blir tildelt dei ulike mikrosystema (Helsedirektoratet, 2015). Ressursar for å tilby foreldrerettleiing er eit døme på dette.

Makrosystemet er til dømes kultur, politikk og lover, eit overordna nivå som påverkar barnet og familien (Broberg, 2004). Transaksjonsmodellen viser oss dermed korleis ulike system og faktorar har innverknad på barnets utvikling. Den er relevant i dette prosjektet, då foreldrerettleiing er ein faktor som har indirekte påverknad av barnet, og transaksjonsmodellen integrerer at forhold utanfor foreldre-barn relasjonen kan påverke barns utvikling.

### 2.1.2 Foreldrerettleiing i systemteoretisk perspektiv

Her vil eg gi ein kort introduksjon til foreldrerettleiing generelt, deretter knytte dette til systemisk rettleiing i grupper. Eg forstår foreldrerettleiing og COS som ei form for systemisk rettleiing då denne typen rettleiinga er basert på systemteorien som ovanfor forklarar faktorar som påvirkar barnets utvikling ved hjelp av transaksjonsmodellen og Bronfenbrenner sin utviklingsøkologiske modell. Som nemnt tidlegare handlar foreldrerettleiing om relasjonar; om forholdet mellom foreldre/føresette og deira barn, men òg om forholdet mellom dei profesjonelle som er sett til å ivareta velferdsstatlege ambisjonar og foreldra (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 7).

Bråten og Sønsterudbråten (2016) set eit hovudskille mellom foreldrerettleiing som eit åtferdsprogram og tilknytingsprogram. Det som skil åtferdsprogram frå tilknytingsprogram er at dei har ulike innfallsvinklar: i åtferdsretta program er intervensjonen rette mot eigenskapane hjå barnet, medan tilknytingsretta program rettar seg mot omsorgspersonen sin praksis (Bråten & Sønsterudbråten., 2016). Circle of Security er eit tilknytingsprogram. Eit tilknytingsprogram går i hovudsak ut på å tematisere samspelet mellom barn og foreldre, der ein ynskjer at foreldre blir bevisstgjort korleis deira handlingar og veremåtar påverkar samspelet og relasjonen til barnet. Meiniga er at kunnskapen ein får om barns utvikling og behov kombinert med ei bevisstgjerjing av korleis eigen veremåte påverkar samspelet, skal føre til betre praksis (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

Rettleiing blir sett på som ein læreprosess som føregår mellom to eller fleire for å skape meining, ny forståing og opne opp for nye handlingsalternativ (Gjems, 2012, s. 125). Målet med rettleiing er å utvikle ny eller utvida forståing, og finne fram til nye måtar å handle på. Foreldrerettleiing i eit systemteoretisk perspektiv ynskjer å bevisstgjere foreldra korleis menneske påverkar og lar seg påverke av omgjevnadane. I systemisk rettleiing er den relasjonelle vinklinga av samtalen sentral, då deltakarane påverkar kvarandre gjensidig gjennom sine handlingar, reaksjonar og feedback (Gjems, 2012). Ein snakkar då om systemteorien sine sirkulære prosessar. I systemteoretiske tilnærmingar blir ulike utfordringar eller problem oppfatta som noko som skjer mellom menneske (Gjems, 2012, s. 127). Dette kan ein knytte til COS-P som eit tilknytingsretta foreldrerettleiingsprogram, som vektlegg foreldre si bevisstgjerjing av korleis deira handlingar og veremåtar påverkar samspelet og relasjonen til barnet.

Rettleiinga føregår gjennom interaksjon mellom to eller fleire personar, og skal bidra til utvikling og læring gjennom kritisk refleksjon (Lauvås, Lycke & Handal, 2016). Ein kan kalle dette ei reflekterande rettleiing, som vektlegg mobilisering og artikulasjon av praksisteorien og refleksjon over handlingane våre, for å auke bevisstheita om kva ein gjer og kvifor (Lauvås, Lycke & Handal, 2016). Praksisteorien



er det kvar og ein ber med seg av erfaringar, kunnskapar og verdiar som har relasjon til praksisen vår. Ein ser då at praksisteorien ikkje berre refererer til handlingane våre, men òg dei erfaringane, kunnskapane og verdiane som ligg bak (Lauvås, Lycke & Handal, 2016). Rettleiinga skal gjere deltakarane bevisste på kva erfaringar, kunnskapar og verdiar som ligg bak handlingane deira, og få dei til å reflektere over dette. Refleksjon er ein mental aktivitet der den som reflekterer, bevisst gjenkallar erfaringane, tankane og begrunningane sine, og forsøker å forstå det som skjer, har skjedd eller skal skje (Lauvås, Lycke & Handal, 2016, s.92). Refleksjon inneber at ein nyttar eigne og andre sine kunnskapar for å tolke og forklare erfaringar. Ein kan seie at det dreier seg om ei meiningsskapande verksemd som kan bidra til nye måtar å forstå ting på, og dermed kan refleksjon gi oss ny kunnskap (Lauvås, Lycke & Handal, 2016).

Rettleiing som bygger på systemteori legg vekt på relasjon og interaksjon (Gjems, 2012). Som Lycke, Lauvås og Handal (2016) skriv, så er det avgrensa kva ein kan oppnå ved refleksjon åleine, då det er vanskelegare å finne fram til forklaringar som gir ny innsikt. Her kan rettleiing i grupper sjåast på som ei løysing, og det er foreldrerettleiing i grupper denne oppgåva tek utgangspunkt i. Kari Søndena (2004) nyttar omgrepet kraftfull refleksjon som handlar om å forstå verdien av refleksjon, og å utfordre etablert forståing og praksis. Med foreldrerettleiing i grupper kan rettleiarar og deltakarar av gruppa hjelpe ein til å sjå situasjonar på andre måtar, bidra med sine kunnskapar, erfaringar og verdiar som kan fungere klargjerande og opplysende. Det er viktig at ei slik gruppe fungerer som ein sosial og kjenslemessig trygg stad, samstundes som refleksjonen innan i gruppa kan vera utprøvande og utfordrande (Lauvås, Lycke & Handal, 2016). For at dette skal skje, er det viktig at relasjonen mellom rettleiar og deltakarane i gruppa er avklara og støttande (Gjems, 2012).

Deltakara i ei rettleiingsgruppe kan fort vere oppteken av å få svar på om handlingane deira er rette eller galne, og dei søker ofte råd om kva dei skal gjere. I denne oppgåva vel eg å skilje rettleiing og rådgiving, der rådgiving blir sett på som ein meir direkte form for kommunikasjon, der det naturleg kjem fram at rettleiar og deltakarar har forskjellig kompetanse og erfaring (Skagen, 2016). Dermed er det viktig at rettleiar informerer deltakarane om at rettleiinga ikkje handlar om å presentere oppskrifter og metodar for å løyse problem (Gjems, 2012), men at rettleiinga skal gjere at partane lærer av kvarandre. Intensjonen med rettleiinga er at rettleiar skal utfordre deltakarane sine kunnskapar og synspunkt, for å vidareutvikling (Gjems, 2012). Rettleiarrolla innan systemisk rettleiing er ganske open, men det er rettleiaren som styrer rettleiingsprosessen. Dette er ein del av den profesjonelle relasjonskompetansen til rettleiar, som vil seie at ein kommuniserer på ein måte som gir meining, og som ivaretek den overordna hensikta med samhandlinga (Aubert, 2009, s. 45). Ein viktig eigenskap hjå rettleiar, er evna til å vise interesse for deltakarane sine utfordringar og

dilemma, og utforske det deltakarane formidlar (Gjems, 2012). Det å anerkjenne deltakarane sine bidrag er grunnleggjande for rettleiar, då dette bygger på respekt for den enkeltes erfaringar og opplevingar (Aubert, 2009, s. 47). Anerkjenning og behovet for det, bidreg til auka merksemd og forståing, og kan føre til utvikling og endring av praksis (Aubert, 2009). Dette er relevant for prosjektet, då ein rettleiar sin veremåte kan påverke deltakarane av COS-P.

Studiar basert på erfaringar i møtet mellom profesjonelle og foreldre i rettleiingssituasjonar, påpeikar viktigheita av tillit mellom partane (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Det fram at foreldre har uttrykt ynskjer om råd og rettleiing, men at dei samstundes er lite mottakelege for informasjon frå profesjonelle som set seg sjølv i ein overordna posisjon som har fasisvara (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Slik det er skildra ovanfor, så søker rettleiar i systemisk rettleiing symmetri i relasjonen til deltakarane, og at partane skal lære av kvarandre. Det viser seg at tillit oppstår i møte der foreldre sine synspunkt blir anerkjent som basis for dialog (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Resultat frå systematisk oversikt over effekt av foreldrerettleiing viser at gruppebaserte foreldrerettleiingskurs kan moglegvis redusere barns psykososiale problem, truleg redusere åtferdsproblem hjå barn, redusere negativt samspel mellom forelder og barn, og auke positiv åtferd i samspel mellom forelder og barn (Barlow, Bergman, Kornør, Wei & Bennet, 2016). Den systematiske oversikta fann i tillegg at foreldrerettleiing truleg aukar barns kjenslemessige problem rett etter kurs, men at dei blir redusert på kort sikt. Dette kan ha samanheng med det som er beskive ovanfor, der Smith (2014) forklarar at nokre barn kan vere mindre mottakelege for miljøpåverknad.

## 2.2 Tilknytningsteori

Tilknytningsteori er viktig i denne studien, då det er denne teorien Circle of Security programmet bygger på. Ein sentral person innan tilknytningsteorien er den engelske barnepsykiateren John Bowlby (1969). Bowlby (1969) la i sin teori vekt på at barnet ikkje berre trengte å få dekkja sine fysiske behov, som mat og varme, men òg å bli møtt på sine psykiske behov, og oppleve nærleik til trygge vaksne. Han vektla òg behovet barnet har for utforsking. Bowlby sin modell for tilknytning handlar òg om barns utvikling (Smith, 2002). Tilknytningsteori handlar med andre ord om korleis tilknytninga mellom barn og sentrale omsorgspersonar påverkar barnets utvikling. Sentralt i tilknytningsteorien er behovet barn har for å bli støtta i si utforsking, og at omsorgspersonen er der når dei treng trøst og beskyttelse. Bowlby (1969) definerte tilknytning som eit emosjonelt band mellom barnet og ein eller nokre få personar uavhengig tid og stad. Han beskrev tilknytning som barnet sin motivasjon til å søke trøst og beskyttelse hjå sentrale tilknytingsfigurar når det var redd eller engsteleg (Bowlby, 1969).

Tilknytingsfigurar er eit omgrep som blir nytta om utvalte vaksne som barnet har eit spesielt nært følelsemessig band til (Zachrisson, 2016, s. 286).

### 2.2.1 Tilknytningssystem, tilknytingsband, tilknytingsåtferd og relasjonsbrot

Tilknytning fremjar emosjonelle band til menneske som barnet søker nærheit til og som barnet opplev som ei trygg hamn for trøst. Det blir sett på som eit grunnleggande, medfødt, biologisk motivasjonssystem for å utvikle og selektere emosjonelle band gjennom livet (Braarud, 2012).

Tilknytning handlar om barn sin motivasjon til å organisere åtferden og tankane sine på ein måte som gjer at dei oppnår målet om opplevinga av beskyttelse og å vere trygg (Zachrisson., 2016). Dette blir omtala som tilknytningssystem. Den følelsemessige tilknytninga blir omtala som tilknytingsband (Smith, 2002, s. 25). Ein kan snakke om tilknytingsåtferd når det gjeld den spesifikke åtfersa barnet viser som har til hensikt å fremje nærleik mellom barnet og omsorgsgivar (Smith, 2002).

Tilknytingsåtfersa som blir valt i ein gitt situasjon, er den som er best tilpassa augeblikket (Smith, Brandztæg & Torsteinson, 2019). Denne åtfersa viser seg i søken etter nærheit og kontakt (Ainsworth & Bell, 1970). Måten denne åtfersa blir vist på er ved å nærme seg, fylje etter, klenge seg til omsorgspersonen, og signalisere smil, gråt og rop (Bowlby, 1969). Kognisjon, kjensler og kontekst spelar inn på tilknytingsåtferd.

Spedbarn som er disponert for å oppleve positive kjensler i ei tilknytning, og tristheit ved tap av den, vil gi betre utsikter for barnet. (Cassidy, 2016). Ein kan då snakke om relasjonsbrot. Relasjonsbrot kan omtalas som to forskjellige fenomen. Det eine er når barn og omsorgspersonen fysisk er åtskilt frå kvarandre, dette blir kalla «makroseperasjonar» (Smith et al., 2019). I tillegg til fysisk åtskiljing, kan ein snakke om «mikroseperasjonar». Denne forma for åtskiljing er vanskeleg å få auge på, då det omhandlar at omsorgspersonen er mentalt fråverande (Smith et al., 2019). Det er viktig å påpeike her at begge desse formene for relasjonsbrot er normale, og at dei kan vere utviklande for barnet. Likevel kan avorlege former for mikro- og makroseperasjonar førekomme i samband med forstyrra affektiv kommunikasjon, til dømes ved at den vaksne signaliserer motstridande signal på sin sinnstilstand (gir uttrykk for å vere sint, samstundes som ein smiler), eller ved at barnet blir plassert utanfor heimen (Smith et al., 2019, s. 12). Dette kan resultere i utrygge former for tilknytingsmønster, som handlar om tilknytninga mellom barn og forelder. I følge tilknytningsteorien kan separasjonar frå foreldre ha negative utfall for barnet si tilknytning og utvikling (Zachrisson, Lekhal & Schjølborg, 2016).

### 2.2.2 Omsorgsåtferd, sensitivitet og indre arbeidsmodellar

Kvaliteten på omsorgsgiving, og den omsorgsåtferda omsorgsgivar viser er systematisk kopla til tilknytingsåtferda hjå barn (Ainsworth & Bowlby, 1991). Ein nyttar omgrepet omsorgsåtferd når ein snakkar om foreldre sin åtferd ovanfor barnet. Omsorgsåtferd er noko som for dei fleste kjem intuitivt og naturleg når ein blir foreldre (Braarud, 2012), og barn kan ikkje overleve utan ei regulerande omsorgsåtferd. Intuitiv omsorgsåtferd er former for omsorgsbaserte inngrep som svarar på barnet sine behov, som blir utført utan at omsorgspersonen er bevisst det, åtferda kjem naturleg (Smith, 2014, s. 14). Intuitiv omsorgsåtferd blir gjerne brukt i terapi for å fremje kvaliteten på barnets tilknytning, der terapeutane skal hjelpe foreldre å tolke og møte barnas behov (Smith, 2014). Målet er å bli ein sensitiv omsorgsperson, som er merksam på barnet sine signal og er god å tolke kva dei betyr (Smith et al., 2019, s. 16). Barnet har behov for å bli møtt med sensitiv omsorg, som vil seie handlingar som møter barnet sine behov for trygghet og blir gitt utan forbehold (Zachrisson, 2016). Sensitivitet blir definert som omsorgsgivar sin evne til å oppfatte, nøyaktig tolke og svare riktig på barnet sine signal (Woodhouse, 2018, s. 1297). Enkelte barn kan reagere negativt på at foreldre følg råd frå terapeutar om å vere meir sensitive, då barn kan vere meir eller mindre mottakelege for miljøpåverknader (Smith, 2014). Smith (2014) påpeikar at terapeuten bør fokusere på å hjelpe omsorgspersonane til å sjå og forstå barnet deira sitt åtferdsmessige og emosjonelle uttrykk og behov, i staden for ei einseitig merksemd mot sensitiv foreldreåtferd. Likevel skriv Smith et al. (2019) at metaanalysar av intervensjonsstudiar basert på foreldrerettleing for å auke omsorgspersonar sin sensitivitet har vist ein viss effekt i retning av at fleire barn blir tryggare.

Omgrepet «god- nok omsorgsåtferd» handlar om korleis omsorgspersonar har ei sensitiv merksemd mot barnets uttrykk for ubehag, frykt, svolt og trøyttheit, for vidare å støtte barnet tilbake til ein regulert tilstand (Cozolino ref. i Braarud, 2012). Dette inneber at ein som forelder møter barnet på dei behova dei gir uttrykk for, ved å trøste barnet når det er lei seg, eller gi det mat når det er svolten. Bråten og Sønsterudbråten (2016) påpeikar at nyare forskning viser at barn intuitivt kommuniserar med sine omgivnader og omsorgspersonar. Forsking på samspel mellom nyfødde og omsorgsgivarar har òg vist at foreldre vanlegvis svarar intuitivt på spedbarnet sitt forsøk på kommunikasjon (Papousek & Papousek ref. i Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

Gjennom tilknytning til primære omsorgspersonar, dannar barnet indre arbeidsmodellar. Desse modellane er baserte på barnets omsorgserfaringar. Indre arbeidsmodellar er når barnet lagar seg kognitive representasjonar eller implisitte forståingar av korleis det sjølv blir oppfatta av den primære omsorgspersonen, og dannar seg forventingar om korleis denne personen vil reagere eller handle i tilknytingsrelevante situasjonar (Smith et al., 2019, s. 16). Dette er kognitive og emosjonelle

forventingar om kva som pleier å skje i samhandling med omsorgspersonen når tilknytingsbehovet er der, og det inneber korleis barnet føler seg verdsatt, samt kva forventingar det har til omsorgspersonen sin måte å vere på når barnet søker nærleik og trøst eller vil nytte den til base for utforsking av omgivnadane (Smith et al., 2019). Indre arbeidsmodellar av tilknytning kan vare gjennom livet, og er mekanismar som gjer at tidlegare tilknyttingserfaringar kan påverke foreldrerolla ovanfor eigne barn (Woodhouse, 2018). Dette viser van IJzendoorn (1995) som i sin studie fann ein samanheng mellom foreldre sitt tilknytingsmønster og korleis barnet deira knytte seg til dei.

### 2.2.3 Mentalisering og reflekterande funksjon

Mentalisering er eit individ sin kapasitet til å tolke sin eigen og andre menneske si åtferd ut frå mentale tilstandar (som tru, kjensler, håp o.l.) (Smith et al., 2019, s. 17). For å måle denne kapasiteten, nyttar ein omgrepet reflekterande funksjon.

### 2.2.4 «Framand situasjonen» og tilknytingskategoriar

Ein anna sentral person innan tilknytningsteorien er Mary Ainsworth. Ho er kjend for «framand situasjonen», eller strange-situation procedure (SSP), som er eit verktøy for å sjå tilknytingsmønster mellom forelder og barn ved åtskiljingar og gjenforeiningar (Ainsworth & Bell, 1970). Dette er ein observasjonsprosedyre der ein ynskjer å finne ut korleis barnet balanserar tilknytning og utforsking i ein framand situasjon, ofte knytt til eit ukjent rom (Smith et al., 2019). Denne prosedyren blir rekna som gullstandardmetoden for å bestemme individuelle forskjellar i barns tilknytningstryggheit (Smith et al., 2019, s. 14). Ulike former for tilknytning kan observerast ved SSP:

#### **Trygg tilknytning**

Barn som veks opp i familiar der omsorgsutøvinga er god nok, slik at tilknytingspersonane er kjærlege, responderande, tilgjengelege og aksepterande, utviklar som regel ei trygg form for tilknytning (Smith et al., 2019, s. 17). Trygge foreldre har evna til reflekterande fungering, altså mentalisering (Powell, Cooper, Hoffman & Marvin, 2015, s. 134). Trygge foreldre er opptekne av barnet sine mentale behov i tillegg til dei fysiske, og klarar å hjelpe barnet å regulere kjenslene sine slik at det ikkje skapar forstyrringar hjå barnet (Smith et al., 2019). Foreldre som gir sensitiv omsorg blir sett i samanheng med trygt tilknytte barn (Van IJzendoorn, 1995). Det er viktig å få fram at òg sensitive foreldre kan skape forstyrringar hjå barnet, men dei klarar å innsjå det og reparerer forholdet slik at det skapar orden igjen (Smith et al., 2019). Det er normalt at til dømes foreldre av og til overser barnet, misforstår det eller er stressa, sjølv om dei er trygt tilknytte og utøver sensitiv omsorg. Ved framandsituasjonen er teikn på eit trygt tilknytt barn at det nyttar omsorgspersonen

som ein trygg base for utforsking av det ukjente rommet. Ved åtskiljinga er det teikn til at barnet saknar omsorgspersonen, og at det ved gjenforeining blir glad (Smith et al., 2019).

### **Utrygg unnvikande tilknytning**

Smith et al. (2019) skil mellom utrygg unnvikande og utrygg ambivalente. Barn som viser unnvikande tilknytning har ein tendens til å undertrykke tilknytingsbehovet og behovet for omsorg og avhengigheit. Deira strategi er å auke den vaksne sin tilgjengelegheit ved å tone ned tilknytingsåtferda og oppfører seg slik dei trur foreldra ynskjer, ved å vise at dei er emosjonelt uavhengige, sjølvstendige og samarbeidsvillige (Smith et al., 2019). Under framandsituasjonen kan barnet gjerne utforske, men syner lite affekt, altså sinnstilstand. Dei viser lite uro ved åtskiljing, og unngår omsorgspersonen på ein aktiv måte ved gjenforeining (Smith et al., 2019).

### **Utrygg ambivalent tilknytning**

Ambivalent tilknytning ser ein hjå barn som har omsorgspersonar som er mest opptatt av eigne behov, eigen usikkerheit, som viser lite sensitivitet og er mest oppteken av korleis barnet verdsett han eller ho (Smith et al., 2019). Barnet får ikkje nok støtte til utforsking og sjølvstendigheit, då omsorgsgivar fokuserer på eigne behov for nærleik. Det er ofte liten samanheng mellom det omsorgspersonar gjer, og korleis omsorgspersonen reagerer (Smith, et al., 2019). Barnet prøver å auke omsorgspersonen sin tilgjengelegheit ved å søke trøst, samstundes som det føler sinne og fortvilning fordi det ikkje kan ta den vaksne sin omsorg og beskyttelse for gitt (Smith et al., 2019). I framandsituasjonen syner det uro, er passiv og er ikkje oppteken av å utforske det nye rommet. Det blir heilt ute av seg ved åtskiljing og kan vere avvisande eller sint ved gjenforeining (Smith, et al., 2019, s. 20).

### **Desorganisert tilknytning**

Desorganiserte barn framstår som forvirra, skremde og vanskelege å forstå. Desse barna gir villeiande signal, som vil seie at deira åtferd ikkje er beskrivande for kva dei treng. Tilknytingsåtferda barnet viser manglar synleg mål, intensjon eller forklaring (Smith, et al., 2019).

Dette er fordi omsorgspersonane til desorganiserte barn er skremmande eller at dei sjølv er redde, noko som gjer at barnet føler seg etterlatt i situasjonar der dei treng at omsorgspersonen dekkjer sine behov (Powell et. al., 2015). Denne forma for tilknytning oppstår når omsorgspersonen er opphav til barnet si frykt, men som òg skal vere den personen barnet får trøst av. Dette gjer at barnet alltid føler seg redd, held på å miste emosjonell- og åtferdsretta kontroll, samt svekka kapasitet til å sjå den vaksne som ein ressurs (Powell et. al., 2015, s. 98). I framandsituasjonen kan eit desorganisert tilknytt barn vere heilt fortapt og ute av seg ved åtskiljing, men vere redd, skremt og unngåande ved gjenforeining (Powell et. al., 2015, s. 98).

### **Tilknytingskategoriar og psykisk helse**

Studien til Fearon, Lapsley, Bakermans-Kranenburg og van IJzendoorn (2010) viste ein signifikant samanheng mellom utrygg tilknytning og eksternaliserte vanskar. Ein anna meta-analyse fann at utrygge og desorganiserte tilknytingsmønster var sterkt assosiert med eksternaliserte problem, medan unngåande tilknytingsåtfærd var assosiert med internaliserte vanskar (Groh, Roisman, van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg & Fearon, 2012). Funn frå ein longitudinell studie over 30 år viser at mønster av utrygg tilknytning i småbarnsalderen er ein risikofaktor for seinare psykiske lidingar (Sroufe, 2005). Samstundes er ikkje trygg tilknytning i småbarnsalderen ein garanti for god psykisk helse, men det har vist at barn med trygg tilknytning seinare har utvikla høg sjølvrespekt og god mentaliseringssevne (Sroufe, 2005).

Til no har eg presentert systemteori og tilknytningsteori som teoretisk ståstad i denne oppgåva. Vidare vil Circle of Security- Parenting bli presentert.

## **2.3 Circle of Security- Parenting**

I dette kapitlet vil eg starte med å introdusere foreldrerettleiingsprogrammet Circle of Security- Parenting (COS- P) eller «Trygheitssirkelen» som den blir kalla på norsk. Etter presentasjon av programmet blir tidlegare forskning på programmet presentert. Circle of Security (COS) er utvikla i USA av Glen Cooper, Kent Hoffman, Bert Powell og Robert S. Marvin (Drugli, 2012). COS er no i to versjonar, grunna konflikt innan gruppa: COS International og COS Virginia. Dei ulike modellane delar idégrunnlag, omgrepsapparat, grafiske framstillingar og andre pedagogiske verktøy. Begge tilbyr ein førebyggingsintervensjon og ein terapeutisk intervensjon (Ulvund & Eng, 2012). I Noreg er det Stig Torsteinson og Ida Brandtzæg som står bak implementeringa av COS International. Denne studien er basert på COS International- Parenting, som er førebyggingsintervensjonen frå COS International. Den terapeutiske intervensjonen frå COS- International, er COS- Intervention (COS-I).

### **2.3.1 Målgruppe og mål med Circle of Security- Parenting**

COS-I var opphavleg eit gruppebasert, 20- vekers program for familiar der det var risiko for tilknytingsproblematikk, eller at vanskane allereie hadde oppstått (Kim, Woodhouse & Dai, 2018), medan COS-P kan nyttast som eit universalførebyggande tiltak ved skulehelsetenesta, helsestasjon eller i barnehagar (Drugli, 2012). Det vil seie at det tek utgangspunkt i alle foreldre og barn, uavhengig av om familien er i risiko eller har utvikla problem knytt til tilknytning. Tiltaket blir òg nytta ovanfor personell som jobbar med barn, spesielt barnehagen er viktig då personalet her blir sett på barnets sekundære tilknytingskjelde (Brandtzæg, Torsteinson & Øiestad, 2013). Programmet kan òg

bli nytta som ein del av eit større behandlingsprogram i første- og andrelinjetenesta. Målgruppa er foreldre med barn i alderen 0-6 år (Tilknytningspsykologene, 2019)

Circle of Security er ein tilknytningsbasert intervensjon som har som mål å fremje trygg tilknytning mellom barn og omsorgsperson (Powell et al., 2015). Fremjing av trygg tilknytning skjer gjennom styrking av foreldre sine mentaliseringsevne, som i dette programmet vil seie å sjå barnet innanfrå og seg sjølv utanfrå (Tilknytningspsykologene, 2019). Dette skal gi betre evner til emosjonsregulering og trygghet hjå barnet. Hoffmann, Marvin, Cooper og Powell (2006) nemner fem nøkkelmål med COS: 1) å etablere rettleiarane og gruppa som ein trygg base der omsorgsgivar kan utforske relasjonen mellom han/ho og barnet; 2) auke omsorgsgivars sensitivitet og passande respons ved å gi dei eit kart for barns grunnleggjande tilknytningsbehov; 3) auke omsorgsgivar evne til å legge merke til og forstå både dei openbare og subtile verbale og nonverbale hint som barn brukar til å signalisere sine innvendige tankar og behov når dei nyttar omsorgsgivar som ei sikker hamn og trygg base for utforsking; 4) auke omsorgsgivar sin empati ved å støtte opp om refleksjon over både omsorgsgivars og barnets åtferd, tankar og følelsar når det gjeld tilknytnings- orienterte interaksjonar; og 5) auke omsorgsgivar sin refleksjon over korleis hans eller hennar barndom påverkar noverande omsorgsåtferd. COS- kursa er retta mot relasjonen, ikkje mot åtferda (Powell et. al., 2015, s. 293).

### 2.3.2 Introduksjon og innhald i Circle of Security- Parenting

Circle of Security- Parenting er ein modifisert og forkorta versjon av Circle of Security- Intervention. Cooper, Hoffman og Powell starta i 2007 å utvikle COS- P, og programmet var ferdig utvikla i 2010 (Circle of Security International, 2019). Ideen deira var å lage COS-P på same teoretiske grunnlag som COS-I, men at ein i staden for å nytte video- opptak frå samspel med eigne barn, som ein gjer i COS-I, nytta ein videoklipp frå DVD- en som høyrer til kurset av foreldre og barn som skal introdusere tilknytningsteori på ein forståeleg måte (Circle of Security International, 2019). Styrken ved å nytte videoklipp i samspelsituasjonar med eigne barn som i COS-I er at intervensjonen blir individualisert (Marvin, Cooper, Hoffmann & Powell, 2002). Grunnlaget for å lage ein ny, forenkla modell, var å nå ut til fleire foreldre. COS- I er som nemnt ein terapeutisk modell, som krev avansert klinisk trening og oppfølging, noko som hindra mange yrkesgrupper i tilgangen til COS- konsept, som igjen sette restriksjonar for kor mange foreldre som kunne lære om COS (Circle og Security International, 2019).

Ein blir sertifisert rettleiar i COS- P ved eit fire dagers sertifiseringskurs, der ein ynskjer at deltakarane skal oppnå ei djup forståing av tilknytning. Deltakarane skal få kunnskap og forståing av stoffet ein går gjennom på DVD-en slik at dei er trygge nok til å nytte materialet ovanfor foreldre og omsorgsgivarar



(Tilknytningspsykologene, 2019). Dette er noko som har gjort til at COS-P har blitt føretrakt i forhold til COS- I, der det er fleire retningslinjer og meir avansert å bli rettleiar (Maupin, Samuel, Nappi, Heath & Smith, 2017). Dette sertifiseringskurset rettar seg mot fleire profesjonar, blant anna barnevernspedagogar, helsesjukepleiarar, pedagogar, psykologar og legar (Tilknytningspsykologene, 2019), som syner til målet til grunnleggjarane om å nå ut til flest mogleg. Det føl ingen oppfølging i det å bli COS-P rettleiar, men ein kan velje å reise på erfaringskurs (Tilknytningspsykologene, 2019). Powell et. al. (2015) framhevar viktigheita av at rettleiar sin relasjon til foreldra gjennom heile kurset.

Circle of Security- Parenting (COS-P) er eit program som kan nyttas både individuelt og i grupper. I kommunen der dette masterprosjektet vart gjennomført, vart COS- P nytta i grupper med to rettleiarar. Typisk gruppestørrelse er 4-12 foreldrepar (Circle of Security International, 2019). Det er eit DVD- basert psykoedukativt program, med åtte kapittel, som er meint å gå over åtte sesjonar på om lag 1,5 time per gong (Tilknytningspsykologene, 2019).

At det er eit psykoedukativt program vil seie at ved å lære foreldre om tilknytningsteori, og legge vekt på korleis dette er relevant for deira samspel og utfordringar med eigne barn, forsøker ein å bevisstgjere foreldra (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Det blir fokusert på sentrale element i tilknytningspsykologien gjennom DVD- materiale og eit grafisk materiale. Rettleiarane viser filmsnuttar frå DVD-en, som viser samspelsekvensar mellom foreldre og barn, og stiller spørsmål til den som skal skape diskusjon og refleksjon hjå foreldra (Cooper, Hoffmann & Powell, 2013).



Figur 1. Trygghetssirkelen, gjengitt med tillatelse frå Neil Boris (forskningsansvarleg) og Angie Dierdorff (kontorsjef), Circle of Security International

Trygghetssirkelen (jamfør figur 1.) er eit kart for å forstå barnets kjensler og behov, og korleis desse heng saman (Brandtzæg et al., 2013). Kartet skal vise foreldra vegen til ein trygg tilknytning for barnet deira, og skal gjere det enklare for foreldre å forstå kompleksiteten i tilknytningsteorien (Powell et al., 2015). Hendene på sirkelen skal symbolisere omsorgsgivar som ei sikker hamn, som gir trøst og beskyttelse, og trygg base som oppmuntrar til utforsking. Dette er to grunnleggjande behov hjå barnet, og om dei blir oppfylt, gir det eit grunnlag for barnet til å utvikle seg til ein vaksen som kan stole på seg sjølv og andre, og klarar seg bra i verda (Powell et al., 2015, s. 46). Vidare vil sentrale omgrep som går igjen i COS-P bli presentert.

### **«God nok»**

Hovudvekta i kurset ligg på det å reflektere, føle og dele, og tek utgangspunkt i at foreldre har kapasitet og ønske om å tilfredsstille barnet sitt behov (Powell et al, 2015). Rettleiarane skal legge vekt på at foreldra er «gode nok» (Cooper et al., 2013). Mykje av det ein lærer gjennom kurset er noko ein allereie kan frå før, men kurset gjer foreldre merksame på det. Programmet tek opp at ein lærer mykje av omsorg ved at ein sjølv har blitt gitt omsorg, og eit av kjernemåla i programmet er å hjelpe foreldre til å sjå og forstå automatisk omsorgsåtferd (Cooper et al, 2013). Dette gjer ein ved å hjelpe foreldre til å reflektere over eigne utfordringar med omsorgsrolla ved å setje ord på omsorgsåtferda.

Barn ynskjer å bli forstått og møtt på behova sine. Eit viktig grunnlag for trygghet er å vite at omsorgsgivar er innstilt på å verne om ein, både fysisk og kjenslemessig (Cooper et al., 2013). Om barnet ikkje er trygg på at omsorgsgivar kan verne om det, kan det føle seg redd, sjølv om det ikkje er noko å vere redd for, fordi det er usikker på om omsorgsgivar er der om det skulle skje noko (Cooper et al., 2013). Trygghetssirkelen er utarbeida for å hjelpe omsorgsgivar til å oppfatte barnets bestemte behov der og då. Om ein har ein tydeleg metode for å sjå kva behov barna har rundt heile trygghetssirkelen, klarar ein å gi «god nok» omsorg (Cooper et al., 2013).

### **«Å vere saman med» og haimusikk**

«Å vere saman» betyr å vite at nokon er emosjonelt tilgjengeleg rundt heile sirkelen og at barnets behov blir akseptert (Powell et. al., 2015, s. 61). COS refererer til omgrepet haimusikk når ein snakkar om foreldre sin eigen sårbarheit ovanfor situasjonar med barnet dei synest er vanskelege å handtere (Powell et. al., 2015), som til dømes gitt åtferd eller følelsar som barnet gir uttrykk for. Ofte nyttar den vaksne forsvarsmekanismar for å unngå denne vanskelege situasjonen. Dette har med barndommen å gjere, og foreldre som ikkje har blitt møtt på følelsane sine som barn, har vanskar for å møte barna sine på dei same følelsane (Brandtzæg et al., 2013). Til dømes vart ein kanskje møtt med kjeft då ein trengde trøst og nærleik som liten, og synest då det er vanskeleg å gi barnet trøst og

nærleik når barnet treng det. For å «skjerme» barnet for å få kjeft, slik ein sjølv vart møtt, så prøver ein å avverge situasjonen ved å oppmuntre barnet til å utforske ei leike som ligg like ved. Dette er noko ein jobbar med på kurset; foreldre utforskar sine vanskar og eigen sårbarheit ved refleksjon og deling med dei andre i gruppa (Cooper et al., 2013). Dette krev god relasjon innan i gruppa, som gjer at foreldre føler seg trygge. Barn vil alltid finne ein strategi for å oppretthalde forbindelsen til mor eller far, og lærer seg dette av korleis foreldre møter dei (Powell et al., 2015).

### **«Større, sterkare, klokare og god»**

Kurset skal hjelpa omsorgsgivar å forstå deira rolle som hender på sirkelen; trygg base for utforsking og læring øverst på sirkelen, og sikker havn for omsorg nede i sirkelen. Oppgåvene til hendene er å vere «større, sterkare, klokare og god», slik at ein som vaksen kan vurdere når det er mogleg og ynskjeleg å følge barnets behov, og når ein må ta tak og setje grenser (Brandtzæg et al., 2013, s. 40). Trygge rammer og tydelege grenser er naudsynt for å ivareta barnets fysiske og psykiske tryggleik (Brandtzæg et al., 2013, s. 46). Essensen i grensesetting ligg i omgrepa «større, sterkare, klokare og god». Foreldra er større i alder kunnskap og erfaring, sterkare ved å ta tak og gripe inn når det er naudsynt, på ein måte som blir opplevd som god ovanfor barnet. Klokskapen ligg i at foreldra finn balansen mellom desse (Brandtzæg et al., 2013, s. 46).

## 2.4 Tidlegare forskning på Circle of Security

Det finst lite norsk forskning på Circle of Security, men ein del internasjonal forskning. Mykje av forskinga er basert på COS- Intervention, men det er òg ein del forskning på førebyggingsprogrammet COS-Parenting. På bakgrunn av at COS-P ikkje var ferdigutvikla før i 2010, finn eg det sentralt å gi ein kunnskapsstatus på begge versjonane av programmet. Dei bygger på dei same pedagogiske prinsippa, dermed er dei relevante for denne masteroppgåva. Eg vel å dele dette kapittelet i norske studiar og internasjonale studiar.

### 2.4.1 Norske studiar av COS

Det er får norske studiar av COS, men i dei seinare åra er det ein del masteroppgåver frå Noreg som har teke utgangspunkt i ulike versjonar av COS. Nedanfor blir norske studiar presentert, der alle utanom ein studie er masteroppgåver.

#### **Foreldre sine erfaringar med COS**

Kippe (2015) gjorde ein litteraturstudie av COS, utan vektlegging av eit av programma. Ho fann positive resultat når det gjaldt økt tilknytningstrygghet hjå barna og økte omsorgsferdigheiter hjå

omsorgspersonane. Ho argumenterte for meir forskning på effekten av COS, då det er stadig auke av bruken av COS.

Huse (2017) utførte kvalitative intervju av tre foreldre angående utvikling etter COS- rettleiing. Funn av studien var økt evne til mentalisering hjå foreldra, som igjen hadde økt evna til sjølvregulering og regulering av barnet sine emosjonar.

Mongstad (2013) tok i sin studie utgangspunkt i intervju av foreldre med barn med åtferdsvanskar, som hadde vore på kurs i COS- Virginia gruppemodell. Resultat frå hennar studie var at fleirtalet av foreldra hadde fått ei ny forståing av barns behov, reflektert over si betyding av omsorgsutøvinga, samt fått eit nytt syn på barnas behov for emosjonsregulering, spesielt i forhold til åtferdsvanskar. Ho konkluderte med at COS var eit eigna program til å fremje trygg tilknytning, og for barn med åtferdsvanskar.

### **Foreldre sine erfaringar med COS-P**

Gundersen (2018) undersøkte i sitt masterprosjekt erfaringar med COS-P ved intervju av fire foreldre rekruttert frå spesialisthelsetenesta for barn og unge. Ho fann delte erfaringar med programmet, der nokre melde om endring av foreldra sin omsorgspraksis og betre foreldre- barn relasjon, medan ein av foreldra gav uttrykk for at ho ikkje hadde nytte av kurset. Gundersen konkluderar med at det kan vere ei svakheit med programmet, at den ikkje individualiserer i møtet med kvar enkelt deltakar.

Alstergren (2017) studerte foreldre sine erfaringar med COS-P i regi av helsestasjonen gjennom intervju. Alle foreldra som vart intervjua merka betring i relasjonen til eigne barm, og har fått ei ny forståing av barns behov. Foreldra var blitt meir bevisst si påverknad i relasjonen og at eigen barndomserfaring kan påverka eigne reaksjonar.

### **Profesjonelle sine erfaringar med COS-P**

Roaldseth (2018) undersøkte profesjonelle på helsestasjonen ved fokusgruppeintervju sine erfaringar med COS-P i førebyggjande arbeid med foreldre med små barn. Studien hennar kom fram til at ansatte viser stor begeistring ovanfor COS-P, som har gitt dei eit konkret og nyttig verktøy for å jobbe med sped- og småbarns psykiske helse i helsestasjonsarbeidet. Vidare synest dei ansatte at opplæringa i COS-P birdog til utvikling av deira profesjonelle kompetanse. Ho konkluderar med at studier gir indikasjon på at COS-P som eit universelt retta program har lite for seg, og at det blir anbefalt å nytte det der behov for rettleiing er kartlagt (Roaldseth, 2018).

Ein norsk kvalitativ studie av COS-terapeutar sine erfaringar med opplæring i COS-P kurset var positive (Berntsen & Holgersen, 2015). COS- terapeutane som var intervjua var psykologar, og dei fortalte at dei fekk nytte av kurset både som terapeutar og privat. Kursa traff dei personleg, og skapte endring ved refleksjon over eigne rollar som foreldre og nye refleksjonar rundt forholdet til

eigne barn. I arbeidet sitt som terapeutar, var det få av dei som nytta heile DVD- materialet, men brukte delar av det. Informantane i studien fortalte at dei hadde godt utbytte av kurset, men at dei saknar oppfølging og kvalitetssikring av metoden.

#### 2.4.2 Internasjonale studiar av COS

Ein meta-analyse gjennomført av Yaholski, Hurl og Theule (2016) fann positive resultat av implementering av COS. Deira studie inkluderte forskjellige modellar av COS. Deira hovudfunn var at COS hadde middels effekt på trygg tilknytning hjå barn og kvaliteten på omsorgsgivinga. I tillegg viste studien at COS førte til mindre depresjon blant omsorgsgivarar og ein signifikant betring i eigen mestringssevne hjå foreldra. Nedanfor vil internasjonal forskning på COS presentert, der eg først tek for meg studiar på COS-I, deretter COS-P. Forskingsartiklane blir kategoriserte etter hovudfunn. Til slutt blir ein studie på ein ny versjon av COS kort presentert.

##### **Studiar av COS-I:**

##### **Tryggare tilknytning**

Studiar på Circle of Security- Intervention har funne at barna blir tryggare etter at foreldre har gjennomført intervensjonen. Ein case- studie av mor og barn der samhaldet var klassifiserte av desorganisert tilknytning, viste positive resultat etter intervensjonen. Både mor og barn gjekk frå å vere desorganiserte til å bli organiserte, og barnet utvikla eit trygt tilknytingsmønster då mora klarte å vise meir kjærleik ovanfor barnet (Marvin, Cooper, Hoffman & Powell, 2002).

Hoffman, Marvin, Cooper og Powell (2006) forska på barn i risiko, og gjennomførte ein pre-post studie der dei ynskte å finne ut om gjennomføring av COS- Intervention ville ha effekt på reduksjon av desorientert tilknytning og usikkerheit blant barn. Desorienterte og usikre barn gjekk frå å vere 60% av barna i studien før intervensjon til 25% av barna etter intervensjon. Før intervensjonen var det blitt kartlagt 20% trygge barn, og etter intervensjon hadde dette auka til 54%. Forskarane meiner dette kjem av at COS betrar evna foreldra har til å reflektere og legge merke til barnas behov. Eit underleg funn var at 1 av 13 barn som var i kategorien trygg før intervensjon, gjekk over til kategorien usikker etter intervensjon. I dette tilfellet hadde forelderen hatt eit tilbakefall med narkotikamisbruk på slutten av intervensjonsperioden. Studien konkluderer med at COS ikkje gir noko negative verknadar, då både usikre og sikre barn vart testa. Som forskarane skriv, så finst det mange tilknytingsintervensjonar i dag, men at COS er ein av få intervensjonar med innleiande bevis på å auke trygg tilknytning og redusere desorganiserte tilknytingsmønster i småbarnsalder til

skulealder. Dette er viktig, då utrygg og desorganisert tilknytning er ein risikofaktor for seinare psykiske vanskar hjå barnet i samheng med ytterlege risikofaktorar

### **Reduksjon av åtferdsproblem**

Ein effektstudie av 20 vekers intervensjonen med Circle of Security viste ei signifikant betring i barns beskyttelsesfaktorar, reduksjon i åtferdsproblem (eksternaliserte problem) og internaliserte vanskar. Barna som i utgangspunktet hadde dei alvorlegaste åtferdsproblema, synte størst forbetring etter intervensjonen (Huber, McMahon og Sweller, 2015b).

### **Betre handtering av foreldrerolla**

Ein effektstudie av Circle of Security 20 vekers intervensjonen viste at den resulterte i eit positivt omsorgsgivar-barn forhold (Huber, McMahon & Sweller, 2015a). Omsorgsgivar sin reflekterande fungering, omsorgsgivar sin representasjon av barnet og relasjonen til barnet, samt trygg tilknytning hjå barnet auka etter intervensjonen. Tilfelle av desorganiserte tilknytingsformer vart reduserte etter intervensjonen. Foreldra opplevde at dei handterte rolla som forelder betre etter kurs, ved at dei forstod barnet sitt betre og klarte å vise meir glede og støtte til barnet sitt. Konklusjonen av denne studien var at COS var mest effektiv for omsorgsgivarar med mindre optimale utgangspunkt, som dårleg mental helse og vanskar frå eigen barndom.

Ein anna effektstudie fann at COS reduserte stress hjå foreldre og at dei opplevde ein reduksjon av psykiske problem og ei betring i emosjonell fungering etter intervensjonen (Huber, McMahon & Sweller, 2016). Oppleving av betre samspel mellom dei og barna, med grunnlag i betre reflekterande fungering og forståing av barnet sitt var òg eit funn i denne studien. Barna viste reduksjon av åtferdproblem etter endt intervensjon

### **Endring av profesjonelle sitt relasjonelle perspektiv**

Ei evalueringstudie av profesjonelle som deltok på eit 2-dagars «workshop» for å bli COS- rettleiarar viste at dei vart meir empatiske (McMahon, Huber, Kohlhoff og Camberis, 2017). Deltakarane vart meir bevisste om at hovudutfordringa når det gjeld tilknytning og samspel mellom foreldre og barn, ofte ligg i relasjonen og ikkje i enkeltfaktorar hjå foreldra eller barna. Studien viste ei signifikant betring hjå deltakarane når det gjaldt å forstå tilknytningsteoriar. Alle deltakarane vart flinkare i å beskrive kva som skjedde i samhandlinga mellom foreldre og barn.

## **Studiar av COS-P:**

### **Positivt utbytte av gruppeprosessen**

Ein evalueringstudie utført i eit bysamfunn med ressursvake mødre i USA, viste at COS-P reduserte depressive symptom hjå mødrene i studien (Maupin et. al., 2017). Forskarane av studien påpeika at dei ikkje hadde noko kontrollgruppe, og at det var uklart kva aspekt ved intervensjonen, om det var noko ved den i det heile, som bidrog til reduksjon av depressive symptom hjå mødrene og korleis dette spelte inn på mødrene sin omsorgsåtferd. Dei diskuterte at det likegodt kan kome av meir sosial støtte og det å møte andre mødre med barn på same alder. Forskarane meinte at det var rimeleg å tru at relasjonen mellom COS-retteiarane og mødrene som deltok i studien var ein viktig bidragsytar for å betre humøret hjå mødrene.

Liknande resultat kom fram i ein anna studie, ein case- studie, som studerte utviklinga til ei trebarnsmor, der det minste barnet på fire år viste åtferdsproblem, gjennom COS-P kurset (Kim et. al, 2018). Deira resultat kan samanliknast med resultatata i studien ovanfor, då denne mora òg opplevde reduksjon av depressive symptom. Mora sin positive vurdering av gruppeprosessen og relasjonen innan i gruppa som deltok på kurset, meiner forskarane har bidrege til reduksjon av depressive symptom. Det gav mora eit positivt utbytte å delta på kurs, då det hjalp ho i kontakt med andre, reflektere over eigne erfaringar og skapte nokre positive forandringar. Barnet til denne mora viste mindre åtferdsproblem enn før intervensjonen. Forandring i tilknytingsmønster vart ikkje målt.

I ei kvantitativ undersøking av 15 mødre med rusproblematikk, fann forskarane at foreldre som deltok på størstedelen av kurset viste forbetring i foreldrerolla (Horton & Murray, 2015). Studien sine funn påpeika at programmet kunne ha ein positiv innverknad på foreldra sine risikofaktorar. Det kom fram at dei deltakarane som hadde mest utdanning, ingen barndom prega av mishandling og mindre sosialhjelp hadde mest positivt utbytte av kurset.

### **Betre handtering av foreldrerollen**

Kohlhoff, Stein, Ha og Mejaha (2016) gjennomførte ein pilotstudie i Australia, der deltakarane var mødre med små eller begynnande utfordringar i forhold til foreldreskapet som deltok på COS-P kurs. Den hadde eit pre-post design, ved utfylling av spørjeskjema før og etter intervensjonen. Deira pilotstudie fann at mødrene viste høgare grad av refleksivitet, mindre kjensle av hjelplausheit, redusert stress i forhold til foreldrerolla, samt nedgang i avvising og sinne ovanfor barnet.

Ein effektstudie undersøkte utbytte av å leggje til COS-P i ein allereie implementert terapeutisk modell for tidleg foreldre-barn intervensjon på ein mental-helse institusjon i Sverige (Mothander, Furmark & Neander, 2017). Studien baserte seg på foreldre med små problem i forhold til

omsorgsrolla. Det viste seg å gi positivt utbytte å gjennomføre COS-P i tillegg til vanleg behandling. Forskarane konkluderte med at COS-P var verdifullt å implementere dette programmet saman med andre former for mental terapi, då COS-P saman med den opphavelige terapien viste seg å ha større innverknad på forbetring av foreldre sine representasjonar av barnet sitt og kvaliteten på foreldre-barn interaksjonen, samanlikna med mental terapien aleine.

### **COS-P intervensjonen har ikkje effekt for alle foreldre**

Ein randomisert kontrollert studie undersøkte verknaden av COS-P blant familiar under fattigdomsgrensa (Cassidy et.al., 2017). Forskarane fann ingen spesiell effekt av COS-P på barnets tilknytings- eller åtferdsproblem, men samanlikna med kontrollgruppa vart barna til dei som deltok på COS-P kurs tryggare. Eit uventa funn i studien var at barna som hadde unngåande tilknytingsåtferd før intervensjonen viste lågare grad av tilknytningstrygghet etter intervensjonen. Dette meiner dei kan kome av endring av omsorgsåtferd hjå foreldra, som braut med barnets forventningar, då dei var vant til anna omsorgsåtferd. For barn der mødrene var veldig unnvikande, meinte forskarane at dette kom til å gi positiv effekt på tilknytninga etter ei stund, då mødrene klarte å vere ei sikker hamn for barnet. Medan det for barn som allereie opplevde støttande omsorg, kunne denne forstyrringa føre til ei kortvarig negativ påverknad av tilknytning-relaterte forventningar. Forsking som måler effekten over lengre tid trengs for å underbyggje desse påstandane. Eit anna funn som vart gjort var at mødre gav færre ustøttande responsar til barnet sitt etter deltaking på COS-P, men dei gav ikkje meir støttande respons. Forskarane konkluderer med at COS-P, som mange andre intervensjonar, ikkje er nyttige for alle individ, og at intervensjonen må tilpassast behova hjå deltakarane. Dei oppfordrar til meir forskning på «kva fungerer for kven» når det gjeld tilknytingsintervensjonar.

### **COS-P for profesjonelle**

Ein kvasi-eksperimentell pilot-studie av lærar-barn forholdet etter gjennomført COS-P viste ei forbetring i å støtte barnas sosioemosjonelle utvikling og betring i eigen meistringsevne hjå lærarane når det gjaldt handtering av utfordrande åtferd (Gray, 2015). Studien fann ingen effekt på jobbrelatert stress og reflekterande fungering hjå lærarane. Forskaren meinte at det kunne komme av at eit 8- vekers kurs var for kort tid for å endre tankesett hjå lærarane, eller at det var vanskeleg å måle dette i denne studien.

Ein kvalitativ studie frå Australia, har undersøkt terapeutar som nyttar COS-P i sitt kliniske arbeid sine synspunkt (Reay, et. al., 2019). Resultata viste at terapeutane nytta den profesjonelt og i deira personlege liv. Dei erfarte COS-P som eit effektivt program ovanfor foreldre, då dette er eit lettfatteleg program som gjer tilknytningsteori enkel å forstå. Terapeutane merka betring i problem



som foreldre streva med. Informantane i studien påpeikte viktigheita av at dei sjølv som terapeutar fekk fast rettleiing av høg kvalitet, som halp dei å utvikle seg og levere programmet på ein trufast, dyktig og empatisk måte.

### **COS- I og COS- P- ein hybrid-modell**

Nettsida til Circle of Security International (2019), skriv at det nyleg er begynt å bli ei interesse for å kombinere dei to intervensjonsmodellane COS- I og COS-P. Dette har Andrews og Coyne (2018) presentert i ein case der dei nyttar delar av COS-P inn i COS-I intervensjonen. Denne tilnærminga til COS understrekar viktigheita av å halde på den individulle videoen av forelderen og barnet sitt samspel, men at ein kan nytte videoklipp frå COS-P for å introdusere forelderen om viktige nøkkel-element i Circle of Security. Forskarane refererer til denne måten å jobbe med programmet på som ein «hybrid-modell» av laga av begge intervensjonane, som har blitt nytta som ein ny måte å hjelpe foreldre og omsorgsgivarar på.

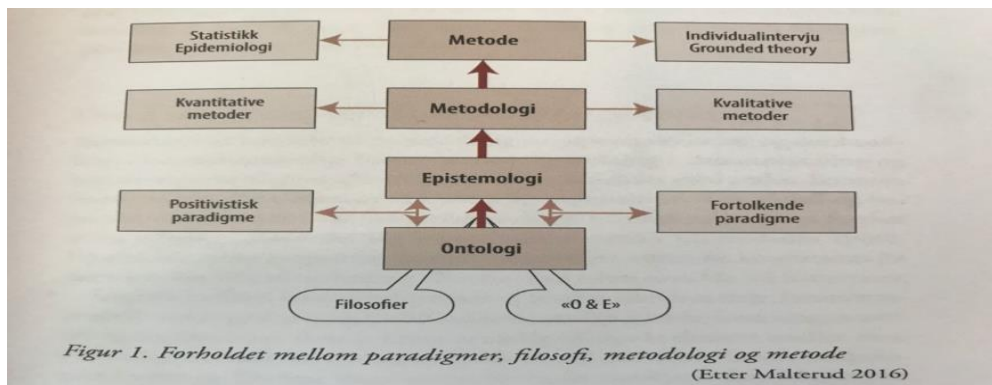
## 3.0 Metode og metodisk design

Metodedelen grunnir val av forskingsmetode basert på problemstillinga «*Korleis erfarer rettleiar Circle of Security som eit universelt førebyggjande program?*». Først vil eg gi lesaren eit innblikk i vitskapsteoretisk forankring, deretter går eg inn på val av metode. Etter eg har grunnlagt val av forskingsmetode vil eg gjere greie for mi eiga for-forståing, og drøfte korleis eg har handtert den i arbeidet med prosjektet. Deretter vil eg greie ut om korleis studien har blitt planlagt, gjennomført og analysert. Til slutt i kapitlet kjem etiske vurderingar og tillatingar ved prosjektet. Ei kvalitetsvurdering av studien, med vekt på reliabilitet og validitet blir diskutert i diskusjonsdelen. Dette med bakgrunn i at eg finn det naudsynt å vurdere desse kriteria i lys av resultatane som har komme fram av studien, vel eg å drøfte kvaliteten på oppgåva i diskusjonsdelen.

### 3.1 Vitskapsteoretisk forankring- Det fortolkande paradigme

Problemstillinga dette forskingsprosjektet ynskjer å belyse er meiningar og erfaringar hjå COS-rettleiarane. Som vernepleiar er eg oppteken av å setje den andre i sentrum. Subjektivitet er dermed sentralt, og avgjerande for kvar eg har mi vitskapsteoretiske forankring. Problemstilling og kva vitskapsteoretisk forankring ein har, har betydning for val av metode. Vitskapsteoretisk forståing har utspring i vitskaplege paradigme. To ulike vitskaplege paradigme blir skissert i figur 2 nedanfor. Hans Skjervheim, inspirert av Habermas, argumenterte for at det subjektive er grunnleggande for den sosiale røynda og forskinga på dette feltet. Dermed meinte han at samfunnsvitskapane måtte vere

subjektivt meningsfortolkande (Malterud, 2018, s. 27). Det vitenskaplege paradigmet som set subjektivitet i sentrum, blir kalla *det fortolkande paradigmet*. Her blir subjektivitet anerkjent og undersøkt, og forskaren blir betrakta som eit sentralt og medverkande reiskap. I dette paradigmet er det ei grunnforståing av at verda kan oppfattas i ulike versjonar avhengig av kva ståstad ein har. Her blir ei induktiv tilnærming nytta, noko som inneber at ein trekk slutningar frå det enkelte til det allmenne (Malterud, 2018, s. 27). Kvalitative forskingsmetodar, som blir nytta i dette prosjektet, bygger på det fortolkande paradigmet, med fokus på informantane sine opplevingar, meningar og kva konsekvensar meiningane har (Tjora, 2017).



(Malterud, 2018, s. 39)

I modellen ovanfor viser Malterud (2018, s.39) forholdet mellom paradigme, filosofi, metodologi og metode. «O&E» står for *Ontologi* og *Epistemologi*. Ontologi handlar om korleis me oppfattar verda, medan epistemologi handlar om utvikling av kunnskap om verda og røynda (Malterud, 2018, s. 27). Desse blir ofte omtala under eit som «O&E», fordi synet me har på røynda bestemmer kva me oppfattar som aktuelle, gyldige og relevante måtar å undersøkje verda på. Dermed er ontologi og epistemologi sentrale dimensjonar av dei vitenskaplege paradigma (Malterud, 2018, s. 28). Som ein ser av modellen til Malterud, så er måten ein oppfattar verda og korleis ein skal innhente kunnskap om verda og røynda avgjerande for kva paradigme ein høyrer til med utgangspunkt i vitenskapleg arbeid. Ein erkjeningsteori det fortolkande paradigmet tek utgangspunkt i, er hermeneutikken. Hermeneutikk blir av Brottveit (2018a, s. 29) forklart som ein fortolkande vitenskap, då meningsfulle data som regel ikkje kan forklarast ut frå sosiale og mindre allmenne lover. Den framhevar meininga av å fortolke folk sine handlingar ved å utforske eit djupare meningsinnhald enn det som er openbart (Thagaard, 2016, s. 41). Vidare bygger hermeneutikken på prinsippet om at meining berre kan forståast i lys av samanhengen det ein studerer, er ein del av, kontekst. Hermeneutikk var i utgangspunktet knytt til fortolking av tekstar (Thagaard, 2016), medan den i dag er oppteken av synet på den sosiale røynda som menneskeskapt og som må fortolkast for å gi meining (Brottveit, 2018a, s. 29). Det har dermed skjedd ei utviding av omgrepet «tekst», slik at det òg omhandlar

diskurs og handling (Kvale & Brinkmann, 2018). Metodebøker nyttar hermeneutikk og fortolkande paradigme om eit anna, i prinsippet er det det same.

### 3.2 Kvalitativt intervju som metode

Metode blir valt med utgangspunkt i dette og problemstillinga mi, som skal undersøkje rettleiarars erfaringar med COS-P i førebyggjande arbeid. Meininger og erfaringar kan studeras ved kvalitativ metode (Dalland, 2013). Kvalitative metodar er forankra i det fortolkande paradigmet (Malterud, 2018). Kvalitative metodar er forskingsstrategiar for beskriving, analyse og fortolking av karaktertrekk og eigenskapar eller kvalitetar ved dei fenomena som blir studert (Malterud, 2018, s. 30). Kvalitative tilnærmingar har som målsetting å oppnå forståing av sosiale fenomen, og dermed er fortolking av innhenta data av stor betyding (Thagaard, 2016, s. 17). Det same fenomenet kan forståast utifrå ulike perspektiv, noko som bidreg til mangfald, ulike nyansar og subjektive erfaringar. Meininger og erfaringar kring COS-P kan ikkje observerast, men må bli uttrykt gjennom språket. Dermed bestemte eg meg for at eg ville snakke med COS-rettleiarane om deira erfaringar. Med dette som utgangspunkt, fann eg det relevant å nytte kvalitativt intervju som metode for å samle inn data.

Kvalitativt forskingsintervju vart den metoden for datainnsamling som var mest egna til å svare på problemstillinga mi: *Korleis erfarer rettleiar Circle of Security som eit universelt førebyggjande program?*». Dette fordi intervju er ein strukturert samtale, der formålet er å få fyldig og omfattande informasjon om korleis menneske opplever sin livssituasjon, samt kva synspunkt og perspektiv dei har om tema som blir teke opp i intervjuet (Thagaard, 2016, s. 95). Eg nytta eit semistrukturert intervju basert på ein intervjuguide, som i eit slikt type intervju består av tema og generelle spørsmål som ein skal gjennom i løpet av intervjuet, utan fast rekkjefølgje (Johannessen et. al, 2011, s. 139). Denne måten å utføre intervjuet på gjorde at eg som forskar kunne følge informanten si forteljing, samstundes sørge for at dei temaa og spørsmåla som var relevante for å få svar på problemstillinga blei stilt under intervjuet (Thagaard, 2016). I eit slikt intervju kunne eg opne opp for at informantane kan komme med tema som i utgangspunktet ikkje var planlagde (Thagaard, 2016). Under planlegging av prosjektet, såg eg at dette var ein egna metode for å svare på problemstillinga som undersøker erfaringar med COS som eit førebyggjande program, då den ga rom for at informantane kunne fortelje litt fritt samstundes som eg hadde kontroll på kva tema og spørsmål eg måtte gjennom for å belyse problemstillinga. Intervjuguiden kategoriserte eg i før, under og etter kursa, og vegen vidare. Dette for å få ein kronologisk struktur på gjennomføringa av COS-P i kommunen, og det gjorde det lett for meg å ha ein oversikt over kva tema og spørsmål me hadde vore innom gjennom intervjuet. Intervjuguiden ligg vedlagt.

### 3.3 Forskaren si for-forståing

Når ein set i gang eit forskingsprosjekt, har ein som oftast ein oppfatning om korleis ting heng saman og kva ein skal sjå etter. Ein kan seie at for-forståing er den ryggsekken ein bringer med seg inn i forskingsprosjektet, og inneber forskar sine erfaringar, hypotesar, fagleg perspektiv og teoretisk referanseramme (Malterud, 2018, s. 44). Det er ingen som møter noko utan føresetnader, ein blir prega av for-forståinga si. For-forståinga dannar grunnlag for korleis ein forstår omgivingane, og påverkar vala som blir gjort i ein forskingsprosess (Brottveit, 2018b). Ofte er denne ei viktig side av motivasjonen vår for å setje i gang med eit forskingsprosjekt, samstundes som den kan gjere oss trangsente (Malterud, 2018). For-forståinga har ein alltid med seg, så dette er viktig at eg som forskar er bevisst på. Dette gjeld i heile forskingsprosessen, både under planlegging av prosjektet, utforming av intervjuguide, gjennomfører intervjuet og transkriberer intervjuet og analyserer datamaterialet.

Som utdanna vernepleiar er eg oppteken av tiltaksarbeid og evalueringar av dette. Då eg sette i gang med dette prosjektet, var det med den trua at foreldrerettleiing var noko alle hadde nytte av, og at det burde vore eit universelt program. Formuleringa av problemstillinga syner at eg tenkjer at COS kan nyttast i førebyggjande arbeid då den lyder *Korleis erfarer rettleiar Circle of Security som eit universelt førebyggjande program?*». Før intervjuet blei gjennomført, var eg sikker på at resultatane av undersøkinga kom til å omhandle at barna og foreldra endra åtferd, om modellen virka etter si hensikt. Med dette utgangspunktet, er det fort å stille ledande spørsmål og leite etter «riktige» svar hjå informantane, samt leite etter teori som kan underbygge påstanden. For-forståinga kunne dermed prege både måten eg stilte spørsmåla til informantane på og tolkinga av informasjonen informantane gav, og dette måtte eg vere bevisst på. Eg hadde ikkje mykje kunnskap om COS før eg sette i gang prosjektet, berre litt praksiserfaring frå Barne-og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP). Dette kan vere positivt, med tanke på at eg ikkje nyttar det sjølv i eigen jobb, og har dermed ikkje noko personleg forhold til modellen. Samstundes hadde meir erfaring på feltet vore bra, med tanke på utvikling av intervjuguide og det å stille gode oppfølgingsspørsmål. Eg har sjølv sagt lest mykje om modellen, samt sett litt i praksis, men ein hadde hatt eit anna forhold til den om ein jobba aktivt med COS. Tjora (2012) framhevar at mykje kunnskap om temaet ein skal forske på er ein fordel for at ein skal kunne stille presise spørsmål, men at det òg har ei ulempe med seg ved at ein bringar med seg mange formeiningar.

### 3.4 Utval og rekruttering

Her blir det presentert korleis eg gjekk fram for å velje ut og rekruttere informantar. Når ein skal finne ut kven ein ynskjer å få informasjon av til eit prosjekt, handlar det om å definere eit utval som

undersøkinga baserar seg på (Thagaard, 2016). Kvalitative studiar baserar seg på strategiske utval, som vil seie at utvalet er samansett utifrå ei målsetting om å innhente data som på best mogleg måte kan belyse problemstillinga til prosjektet (Malterud, 2018). Mine kriterium for strategisk utval var:

1. Rettleiarar med erfaringar kring COS-P som eit universelt førebyggjande. Alle i Noreg som er COS-P rettleiarar har gjennomført eit fire-dagars kurs i Circle of Security Parenting DVD. Dette kurset rettar seg mot fleire profesjonar, blandt anna barnevernspedagogar, helsesjukepleiarar, pedagogar, psykologar og legar (Tilknytningspsykologene, 2019). Dette syntes eg var interessant, og valte difor å basere utvalet til prosjektet på arbeid med COS-P på kommunalt nivå, i staden for å ta utgangspunkt i ein gitt organisasjon, til dømes ein helsestasjon, sitt arbeid med modellen. Dette for ikkje å avgrense utvalet til ei yrkesspesifikk gruppe, då ulike grupper kunne ha ulike innfallsvinklar til kurset. Kriterium 2 for utvalet var dermed: variasjon i yrkeserfaring. Det 3 kriteriet var at dei skulle vere frå same kommune, dette fordi dei då nytta programmet på lik måte. Det 4 kriteriet var at rettleiarane skulle ha erfaring frå minst eit kurs med foreldre. Kriterium 5 var at det skulle vere i arbeid med foreldre med barn i aldersgruppa 0-6 år, då eg ville ha fokus på universell førebygging på områda ein jobbar med tidleg innsats, jamfør introduksjonen og problemstillinga mi.

Måten rekrutteringa vart gjennomført på, var ved å finne ut kvar det vart tilbudd COS- P kurs som eit førebyggjande program. Det låg ikkje noko oversikt ute angåande kvar dette kurset vart tilbudd for foreldre. Gjennom kjennskap til erfarne fagfolk på området, vart eg kjend med kvar COS-P vart tilbudd rundt om i landet. Det viste seg at fleire kommunar tilbaud dette, men eg valte meg ut ein kommune. Valet av kommune vart gjort med bakgrunn i at eg fann det interessant at COS-P nyleg var implementert i denne kommunen. Det vil seie at dei hadde halde på med COS-P-kurs eit år. Med utgangspunkt i dette, var eg fullt klar over at informantane ikkje hadde mykje erfaring på feltet, men eg fann det likevel interessant fordi eg ynskte å høyre korleis dei opplevde dette programmet, kvifor valte dei å starte med det og korleis dei tenkte framover. Då dette var eit nytt program for kommunen, tenkte eg at informantane gjerne hadde eit litt meir kritisk blick på både bruken og effekten av modellen, då dei ikkje hadde jobba så lenge med det. Om rekrutteringa hadde føregått i ein kommune som hadde halde på med COS-P-kurs lenge, kunne det hende at desse informantane var meir indoktrinerte med at «dette er bra, slik er det». Sjølv sagt kan det òg vere ulemper med datainnsamling frå ei gruppe informantar som nyleg har starta med kurs, då dei kanskje ikkje har nok erfaring å dele og ikkje hatt det lenge nok til å ha gjort seg opp meiningar på feltet. Det vart fortalt at rettleiarane frå denne kommunen var både helsesjukepleiarar og barnehagelærarar, og at målgruppa var 0-6 år, frå fødsel til barnehagealder. Dette passa bra inn i utvalskriteria mine, då eg ynskte erfaringar frå fleire yrkesgrupper. Eg stilte òg krav til at rettleiarane faktisk hadde gjennomført minst eit kurs med foreldre.

Rekruttering av informantar vart gjort ved å sende e-post til personen som organiserte tilbodet om COS-P-kurs i kommunen. Dette var oppgitt på kommunen sine heimesider. Denne personen gav meg namn på sju personar som var sertifiserte COS-rettleiingar. I starten av rekrutteringsperioden fekk eg inn fire informantar, tre barnehagelærarar og ein helsesjukepleiar. Eg ynskte å intervju like mange av kvar yrkesgruppe, men det var berre ein helsesjukepleiar til som hadde kurset.

Eg har valt å ikkje presentere informantane med fiktive namn og alder, då det ikkje er relevant for studien. Der det er sentralt, blir det formidla i resultatdelen om det er ein helsesjukepleiar eller barnehagelærar som har uttala seg. Alle informantane hadde 19-25 års erfaring innan yrket sitt, så dei var trygge i rolla som profesjonell yrkesutøvar.

### 3.5 Utføring av intervju

Ovanfor presenterte eg det kvalitative intervjuet som metode for datainnsamling. Her vil eg kort fortelje korleis utføringa av dei semistrukturerte intervjuar føregjekk. Gjennomføringa av intervjuar vart utført på informantane sin arbeidsplass, då det var dette dei alle ynskte. Det var viktig for meg å møte informantane med eit ope sinn og fylje deira ynskjer, slik at dei fekk ei god oppleving av intervjusituasjonen. For å få gode og relevante data, er det viktig at informanten kjenner seg trygg og ivareteken, og at samtalen føregår utan at intervjuaren har fasitsvara på førehand (Malterud, 2017). Eg som intervjuar var ny på dette feltet, men følte likevel at eg klarte å stille opne og gode spørsmål som gav god og rik empiri. Med samtykke frå informantane, vart intervjuet teke opp på bandopptakar. Mange av spørsmåla eg stilte var opne, noko som inviterer informanten til å presentere sine synspunkt og erfaringar (Thagaard, 2016). Til spørsmåla hadde eg oppfølgingsspørsmål, og nokre spørsmål vart teke på sparket då informantar kom med interessante utsegn som eg ynskte å utdjupe. Aktiv lytting er ei føreseiing for å stille gode oppfølgingsspørsmål (Kvale & Brinkmann, 2018), og dette er viktig for å gripe tak i gode historier og utfylljande datamateriale. Informantane var engasjerte og kom med historier utanom sjølve spørsmåla i intervjuguiden òg, men som var relevante for prosjektet. Det var god kommunikasjon mellom meg og informantane, som blir framheva som viktig for resultatet (Thagaard, 2016). Eg hadde førebudd meg godt, klarte å lytte aktivt og stille oppfølgingsspørsmål der eg meinte det trengtes.

### 3.6 Transkripsjon

Her vil eg gi ei kort beskriving av korleis rådata i form av lydopptak vart til tekstmateriale ved transkripsjon. Eg transkriberte fortløpande etter kvart intervju. Transkripsjon blei utført ved å lytte til bandopptaka og skrive ned alt som vart sagt ordrett i word-dokument. Eg valte å høyre gjennom kvart intervju to gonger, for å sikre meg at eg fekk med meg absolutt alt. Dette gjorde meg betre kjent med datamaterialet, og fekk inkludert små utsegn som hadde blitt utelatt ved første transkripsjonsrunde.

### 3.7 Temasentrert analyse

I denne studien vart det nytta ei tverrgående analyse, der ein tolkar og samanfattar likskapar, forskjellar og variasjonar i erfaringar, kjensler og haldningar frå fleire deltakarar (Malterud, 2018, s.93). Nærare bestemt vart Braun og Clarke (2006) sin framgangsmåte for tematisk analyse nytta for å systematisere, organisere og finne mønster i data, då Malterud (2018) anbefalte deira framgangsmåte. Då deira metode vart valt, har eg nytta deira omgrep i denne prosessen. Dette er ei form for tverrgående analyse. Grunnlaget for val av analysestrategi var at eg ynskte å studere erfaringar på tvers av informantane, og finne mønster i kva tema som gjekk igjen i det dei fortalte om under intervju. Dermed vart temasentrert analyse ein hensiktsmessig måte å analysere datamaterialet på. Braun og Clarke (2006) skil mellom temasentrerte analysar der ein nærmar seg materialet deduktivt eller induktivt. Ei deduktiv tilnærming vil seie at ein trekk konklusjonar frå det allmenne til det enkelte (Malterud, 2018). Ved ei slik tilnærming til temasentrert analyse, vil det seie at ein tek utgangspunkt i førehandsbestemte tema, og sorterer datamaterialet under gitte tema. Ved ei induktiv tilnærming til materialet trekk ein konklusjonar frå det enkelte til det allmenne (Malterud, 2018). Denne tilnærminga til temasentrert analyse, føregår ved å jobbe empirinært med datamaterialet, som vil seie at ein trekk ut utsegn eller avsnitt som ein finn svært interessante, her kalla meiningsbærande einingar, lagar ein merkelapp på dei (kodar), og systematisere dette til slutt i ulike tema. Denne prosessen blir utdjupa nedanfor.

Grunnlaget for at eg valte induktiv tilnærming, var at eg då kunne trekke ut interessante funn, utan å la hypotesane mine påverke analysen. Som nemnt tidlegare kan ein aldri frigjere seg heilt frå si forståing, men ved å nytte ei induktiv tilnærming til datamaterialet, meiner eg at eg klarte å ha eit meir opent blick på kva informasjon som kom fram, i staden for å leite etter informasjon som passa inn i førehandsbestemte tema. Braun og Clarke (2006) skriv at kodinga ved ei induktiv tilnærming til data ikkje blir driven av forskaren si teoretiske interesse på området. Dermed skal ei koding på denne måten ikkje prøve å passe inn i ei allereie eksisterande ramme. Før kodinga starta såg eg over alle

intervjua for å sjå kva tema som gjekk igjen, og deretter gå djupare inn i teksten. Dette var nyttig, då det gav ei god oversikt av kva som gjekk igjen i datamaterialet. Temaer som ein såg gjekk igjen var refleksjon hjå informantane og foreldra over eigen barndom og samhandling med barn, samt viktigheita av god relasjon mellom rettleiarar og foreldre. Denne prosessen danna eit utgangspunkt for vidare arbeid med datamaterialet. Dette er første fasen i Braun og Clarke (2006) si beskriving av tematisk analyse som føregår i seks fasar. Dei neste fasane blir beskrive under.

Fase 2 i Braun og Clarke (2006) sin modell, er å lage kodar, som Braun og Clarke (2006, s. 88) definerer som «ein identifiserande funksjon ved data». Her valte ein som nemnt ovanfor å nærme seg materialet induktivt, og laga dermed tekstnære kodar. Her blei meiningsbærande einingar, laga ein merkelapp på, som var ein tekstnær kode. Det vil seie at det ordet eller den setninga som tydlegast beskreib det tekstutsegnet eg fann interessant vart nytta som kode. Sjå døme i figur nedanfor. Braun og Clarke (2006) anbefalar å lage mange kodar, då ein ikkje veit kva som kan vere interessant seinare. Vidare anbefalar dei å inkludere litt av datamaterialet rundt den meiningsbærande eininga, om det er relevant, slik at ein ikkje mistar konteksten. Dette blei gjort på alle intervjua, og ein sat igjen med veldig mange kodar.

Fase 3 gjekk ut på å samle kodane ein hadde i det Braun og Clarke (2006) omtalar som tema. Dette føregjekk på den måten at ein såg mønster i kodane som var laga, og samla liknande kodar under same tema. Her laga eg førebelse tema.

Deretter følgde fase 4, å evaluere tema, som gjekk ut på å vurdere det koda materialet under kvart tema, og sjå på alle tema i forhold til det samla datamaterialet. Eg starta først med å gå gjennom alt det koda materialet under kvart tema. Her oppdaga eg at nokre kodar kanskje ikkje passa inn under temaet dei var plasserte i, medan nokre tema hadde for få kodar, som gjorde til at tema blei slått saman. Nokre tema vart luka ut frå prosjektet, då desse ikkje var dekkande nok. Deretter såg eg på kvart av temaa i forhold til heile datamaterialet, om temaa var dekkande for det datamaterialet eg hadde. Eg vurderte det til at temaa og kodane under temaa var beskrivande for datamaterialet mitt. Ein kan alltid endre på noko, som Braun og Clarke (2006) skriv, så kan koding og formulering av tema halde fram i ein evigheit, og at ein til slutt berre må seie stopp.

Fase 5 i Braun og Clarke (2006) sin modell, er å definere tema. Måten eg gjekk fram på var å finne essensen under dei tema eg til no hadde, og definere dette som beskrivande tema. Her skulle eg ikkje gjengi innhaldet i datamaterialet, men identifisere kva som var interessant ved det, og kvifor (Braun & Clarke). Etter at eg hadde laga tema, såg eg på innhaldet under kvart tema, og om tema som var blitt laga beskreib datamaterialet. I tillegg delte eg temaa i det Braun og Clarke (2006) kallar



sub-temaer, for å strukturere dei tema eg hadde. Ein kan seie dei er tema innad tema (Braun & Clarke, 2016). Desse blir presentert i modellen nedanfor.

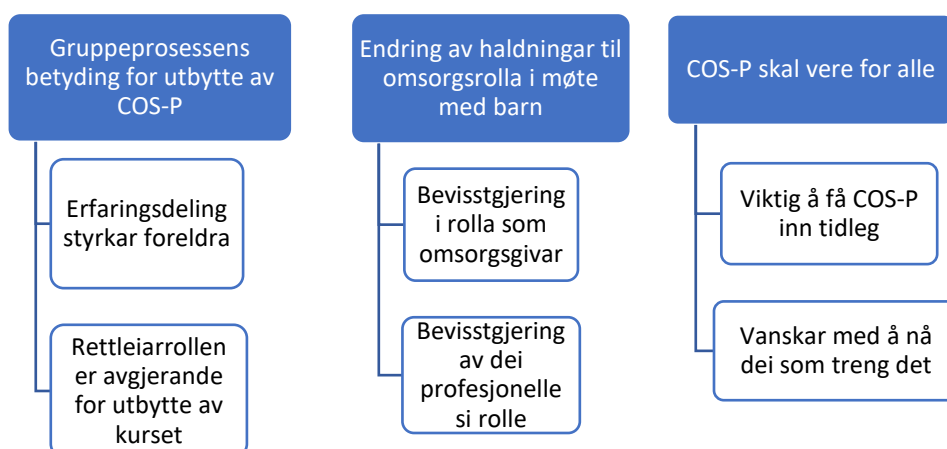
Meiningsbærande einig	Kode	Sub-tema	Tema
For me har hatt veldig mykje fokus på dette her at det er den vaksne som kan gjere ein forskjell. Det er ikkje barna. Så det var å snu det litt at viss noko skulle skje i forholdet, tilknytningen, i situasjonar rundt barnet ditt, så er det du som må ta nokre grep som vaksen.	Det er den vaksne som kan gjere ein forskjell	Bevisstgjerjing av omsorgsrolla	Endring av haldningar til omsorgsrolla i møtet med barn

Figur 2: Eksempel frå meiningsbærande eining til tema

Fase 6 er å skrive rapporten eller oppgåva, der ein ser på resultatata i forhold til problemstillinga, teori og tidlegare forskning. Om ein ser at resultatata ikkje svarar på problemstillinga, kan ein endre denne (Braun & Clarke, 2006). Problemstillinga vart omformulert etter at resultatdelen vart utforma. I tillegg vart forskingsspørsmåla formulert slik at temaa svarte på desse. Dette er i tråd med måten skriveprosessen, i følge Malterud (2018 s. 118), skal føregå. Ho fortel at ein skal starte med å skrive resultatdelen og deretter problemstillinga, som er det spørsmålet som resultatata gir svar på.

### 3.7.1 Funn etter analysen

Under blir funna presentert i ei matrise. Dei blå boksane syner hovudfunna, som er dei definerte tema. Under kvart tema, er det to tilhøyrande sub-tema. I neste hovudkapittel blir desse tema utdjupa.



### 3.8 Ethiske aspekt og tillatingar

Her vil eg presentere etiske aspekt ved masterprosjektet mitt. Sentrale lover når det gjeld forskningsetikk er Forskningsetikklova(2017) og Personopplysningslova (2016). Forskningsetikkforskrifta (2018) er òg sentral. All vitenskapleg verksemd krev at forskar held seg til etiske prinsipp (Thagaard, 2016, s. 24). Thagaard (2016) seier det ligg det etiske dilemma i alle delar av forskinga, alt i frå måten ein rekrutterer informantar, korleis intervjuja blir gjennomført, transkribert, analysert og tolka, samt bruk av teori frå tidlegare forskning. Eg har gjort meg kjend med forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi (NESH) på De nasjonale forskningsetiske komiteene sine nettsider (2016) og på Høgskulen på Vestlandet (HVL) sine sider om forskningsetikk. Forskningsetikk handlar om verdiar og normer som skal bidra til å konstituere og regulere vitenskapleg verksemd (Høgskulen på Vestlandet, 2019). Eit hovudprinsipp når det gjeld forskning med menneske er at det skal bygge på respekt for den enkelte, informert samtykke og konfidensialitet (Høgskulen på Vestlandet, 2019). Prinsippet om konfidensialitet inneber at ein må anonymisere deltakarane (Thagaard, 2016, s. 28).

Då eg skulle handtere personopplysingar, måtte personvernkonsekvensar vurderas av Norsk senter for forskingsdata (NSD). Prosjektet var meldt til NSD, godkjenninga deira ligg ved som vedlegg. I meldeskjema står det at eg skal intervjuje både rettleiarar og foreldre. Eg melde i frå at eg berre skulle intervjuje rettleiarar og fekk beskjed om at eg ikkje trengte å sende inn eit nytt meldeskjema. Informasjonsskriv med samtykkeskjema og intervjuguide vart godkjent av NSD, desse ligg ved oppgåva. Etter godkjenning av NSD vart prosjektet registrert på HVL sin forskningsservar, og der vart all behandling av personopplysingar handtert. Då kunne eg sette i gang med prosjektet. Etter rekrutteringsprosessen, sende eg ut informasjonsskriv til deltakarane i prosjektet, der det framkjem at informantane til ei kvar tid kan avbryte si deltaking og trekke tilbake sitt samtykke. Dette er eit prinsipp som omhandlar respekten for individets råderett over eige liv, samt at informanten har kontroll på kva opplysingar om ein sjølv som blir delt med andre (Thagaard, 2016). Alle opplysingar i dette masterprosjekt er blitt anonymiserte, og det skal ikkje vere råd å spore tilbake til informantane. Intervjua vart tekne opp på bandopptakar. Lydopptaka vart lasta opp på HVL sin forskningsservar og sletta frå bandopptakaren. Deltakarane sitt namn vart erstatta med ein kode, og dei transkriberte intervjua vart òg lagra på forskningsserveren, åtskilt frå lydopptaka. Ved å fylje desse retningslinjene, har eg ivareteke personvernet til informantane og prinsippet om konfidensialitet.

Eit grunnprinsipp når det gjeld å vere etisk forsvarleg, er å jobbe ut i frå ei grunnleggande respekt for menneskeverdet (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2016). Temaet for prosjektet var ikkje sårbart for informantane, men noko som engasjerte dei. Eg som forskar må vise respekt for deira

forhold til tema, og resultatene som blir presenterte i neste kapittel er informantene sine erfaringar, og desse har ikkje eg som forskar endra på. Dei ferdig transkriberte intervjuene vart etter avtale sendt tilbake til informantane per post, slik at dei kunne bekrefte, avkrefte eller rette opp i det som stod i transkripsjonen, om dei meinte det var noko feil med den. Dette vart godkjent av NSD og høgskulen sitt forskningsetiske utval. Med det transkriberte intervjuet sende ein med noko godsaker som takk for at dei deltok i undersøkinga. Eg finn det naudsynt å nemne at mi kritiske drøfting av hovudfunna ikkje er meint som kritikk ovanfor informantane og programmet COS-P. Men at dette er viktig for å belyse fleire sider ved COS-P, og for å diskutere temaet mitt i eit større perspektiv.

Når det gjeld å nytte varemerket Circle of Security, og opphavsrett, har eg vore i kontakt med Neil Boris, forskingsansvarleg ved Circle of Security International, og Angie Dierdorff, kontorsjef ved Circle of Security International. Dei har gitt meg tillating til å studere programmet samt å nytte modellen deira som beskriv trygghetssirkelen. Tillatinga ligg ved som vedlegg. Manualen som følgjer med COS-P kurset, fekk eg tillating av Ida Brandtzæg å nytte. Det er eit grunnleggande etisk prinsipp å ikkje plagiere andre sine tekstar (Thagaard, 2016, s. 24). Dette blir overhalde ved at all teori og tidlegare forskning er referert til i denne oppgåva.

Metodedelen har gitt lesar eit innblikk i korleis forskingsprosessen min har gått føre seg, i neste kapittel vil eg presentere funna eg kom fram til ved analysen til Braun og Clarke (2006).

## 4.0 Resultat

I dette kapittelet vil eg presentere hovudfunna mine, som belyser forskingsspørsmåla og problemstillinga mi: *Korleis erfarer rettleiarar Circle of Security- Parenting som eit universelt førebyggjande program?* Funna blir presentert ved hjelp av sitat frå informantane og attforteljing av deira utsegn.

### 4.1 Gruppeprosessens betyding for utbytte av COS-P

Informantane fortalte om korleis rettleiingsprosessen fungerte, og at dei opplevde at foreldre opna seg for både rettleiarane og kvarandre i løp av kurset. Alle rettleiarane poengterte at det er gruppeprosessene som gjer COS så bra, då foreldre får dele erfaringar og tankar angående eigen barndom og sjølve foreldrerolla med kvarandre. Det var to rettleiarar som hadde kurset saman, og dei merka at deira veremåte og relasjon verka positivt inn på foreldregruppa. Dette hovudfunnet blir beskrive ved sub-tema: «Erfaringsdeling styrkar foreldra» og «Rettleiarrollen er avgjerande for utbytte av kurset» som blir presentert under.

#### 4.1.1 Erfaringsdeling styrkar foreldra

Informantane påpeika at det gav eit godt utbytte for foreldra å dela med kvarandre, og at alle foreldre litt ut i kursa var opne og villige til å dele. Då fekk dei diskutere og reflektere saman med gruppa. Det at foreldre var flinke til å dele erfaringar med kvarandre, styrka foreldra ved at dei ikkje følte seg åleine med å ha utfordringar. På spørsmålet om informantane hadde erfart noko som svært positivt med COS- kursa, var svaret frå ein av barnehagelærarane:

*Dette med at me kan dela med kvarandre, dele sirkel historiar, altså kva som har skjedd heime. At foreldre snakkar med kvarandre om det dei gjer med barnet då. Syns eg er så viktig. «ja det kan eg godt kjenne meg att i» og ja, så kjem det eit eller anna. Så det styrkar dei som har sagt det og ikkje sant, og har dei løyst det på ein anna måte, sant, og så godt at det er fleire som har dei same utfordringane som meg.*

Det å få delt erfaringar frå barndommen var òg ei styrke for foreldra, slik eine informanten frå barnehagen fortalte:

*Foreldre som ikkje har turt å sagt så mykje, og så kan plutseleg ei mor seie; «Ja, men eg hadde faktisk eit veldig dårleg forhold til min far». Altså at ei mor kan sitje å opne seg slik for ei så stor foreldregruppe. Det tyder på trygghet. Og eg tenker at det gjere noko for denne mora. Ho får lette litt på trykket. Som gjer det at: ok, det er greit at eg seie dette, og kanskje blir ein bedre forelder etterpå, fordi eg har fått ut dette her. Og det er naturleg med haimusikk, at det er litt skummelt for meg at ungen min skal ut og utforska. Ikkje sant, at ein klarar å setje ord på det».*

Det blei spurt om informantane kunne tenkt seg å nytte COS-P i individuelle samanhengar med foreldre, det var brei einigheit i at ein kunne nytte delar av det i enkeltsituasjonar, men ikkje heile kurset. Som rettleiar burde ein tenke gjennom gruppestørrelsen, og dei opplevde seks foreldrepar som perfekt, då dei meinte det vart vanskelegare for foreldre å dele sårbare tema i større grupper. Gruppeprosessen vart trekt fram som viktig for utbytte av kurset, med dette omgrepet refererte informantane til korleis deltakarane samhandla og delte erfaringar med kvarandre. Ei av helsesjukepleiarane beskreiv dette:

*Fordi at det er det å utfylle kvarandre litt, det å komme med innspel. Kanskje den eine såg noko og den andre noko. Og så kunne me sitje å diskutere. Det er jo gruppeprosessen som gjere litt av dette med Cos så bra, tenker eg. Og dette med gruppeprosessar, at ein får høyra det at: «åh, det er jo faktisk ikkje berre eg som slit med dette her, det er faktisk andre.*

Det at gruppeprosessen gjer COS så bra, viste seg i tilbakemeldingar foreldre hadde gjeve rettleiarane òg. Foreldre hadde meldt tilbake om at dei synest det varr godt å få luften erfaringar med andre, og mange hadde ikkje lyst å slutte å møtas.

#### 4.1.2 Rettleiarrollen er avgjerande for utbytte av kurset

Det kom fram i fleire intervju at samarbeidet mellom rettleiarane spelte inn på korleis foreldre oppfatta dei. Det blei framheva at kurshaldarane hadde ein god relasjon, utfylte kvarandre og var trygge på kvarandre, og at dette hadde mykje å seie for korleis kurset gjekk føre seg. Informantane får ikkje noko oppfølging i rolla som rettleiar, og dei svarte at dei ikkje følte behov for det heller, då dei rettleia kvarandre i etterkant av kurset. Rettleiar må vere trygg på seg sjølv, slik ein av helsesjukepleiarane skildra då det var snakk om ein av deltakarane som delte ein vanskeleg erfaring:

*Eg følte nok at det gjekk greit, fordi at ho la det fram på ein så fin måte, og ho ba ikkje om noko støtte ifrå oss. Einaste ho ba om det var: «Ja eg forstår, og det kan vere kjempevanskeleg». Altså anerkjennelse. Men ho ba ikkje om noko frå oss, så eg tenker det at då i etterkant så vart det berre min rolle å sei: «Så flott at du tore å dela». Men eg ser jo den, at viss du sjølv har vanskar med ein del ting, så kan det vere vanskeleg å vera kursledar.*

Det vart snakka om dei positive ringverknadar frå at rettleiarane er trygge på kvarandre, som gjer foreldra trygge på kvarandre og seg sjølv, som igjen overfører tryggleiken til barna sine, slike eine helsesjukepleiaren sa:

*Det fekk me faktisk ein kommentar på òg, at det var tydeleg at me samarbeidde godt. Og det er litt positivt, for det trur eg virkar litt øve på dei og at me er trygge, då blir dei trygge.*

Og vidare:

*Trygge foreldre gir trygge barn. Trygge barn har lettare for å få venner og er betre i stand til å løyse problem. Ikkje komme i så mykje konflikstar.*

#### 4.2 Endring av haldningar til omsorgsrolla i møtet med barn

Det andre tema som gjekk igjen, var kva endringar COS-P kunne føre til. Her fortalte informantane om erfaringar dei har med foreldre sine haldningsendringar, bevisstgjerjing av omsorgsgivar rolla, samt utvikling av eigen profesjonalitet.

Då COS nyleg var sett i gang som eit prøveprosjekt i informantane sin kommune, meinte dei fleste rettleiarane at dei ikkje hadde nok erfaring til å sjå noko vesentleg forskjell i foreldre- barn relasjonen. Sjølv om rettleiarane ikkje såg tydelege endringar av åtferd og foreldrepraksisar, fortalde

dei positivt og engasjert om dette med haldningane til foreldra som deltok på kurs og korleis dei opplevde at desse no var endra. Då ein spurte om korleis informantane tenkte foreldre hadde utbytte av COS, svarta eine helsesjukepleiaren:

*Det å få nye haldningar til barnet sitt. Klare å tenke annleis om barnet sitt. Tenke meir positivt om barnet sitt. Ja. Så enkelt, tenker eg». Haldningar igjen vil nok vise seg i åtferd, men slik denne informanten svarta, gir det eit godt bilete av at det handlar om ei endring av haldningar hjå foreldre. Rettleiarane påpeika at dei sjølv opplevde endring hjå seg sjølv og i utøvinga av eigen profesjonalitet.*

#### 4.2.1 Bevisstgjerjing i rolla som omsorgsgivar

Nokre av barnehagelærarane fortalte at dei merka forskjell på samspelet foreldre- barn i hente- bringe situasjonar, medan andre synest det var vanskeleg å dømmе, då dei kanskje ikkje såg foreldra som har vore på kurs og barnet deira så ofte. Ein av helsesjukepleiarane såg forandring i samspelet mellom mor og barn etter kurset, der mor no klarte betre å ta barnet inn til seg og gi det trygghet. Som ei av barnehagelærarane sa:

*Det skjer endring når ein har vore på eit sånt kurs, med tilknytingskvaliteten, det gjer det. I alle fall viss ein reflekterer litt om dette i etterkant.*

Foreldre hadde gitt tilbakemeldingar på at dei merka endring hjå seg sjølv som igjen spelte positivt inn på måten dei varr saman med barna sine, at det no var betre kvalitet på samspelet. Det var òg foreldre som hadde sagt at dei ikkje merka noko forskjell i samhandlinga med barnet sitt, men dei fleste følte dei hadde fått ein lettare kvardag etter COS- kursa. Det blei påpeika at foreldre som hadde delteke på desse kursa var der frivillig, og dette meiner informantane hadde positiv effekt på læringsutbytte til foreldra. Det handlar om å lære å sjå signal, slik eine helsesjukepleiaren sa:

*Viss dei då greier og møta og tolka litt signal. For det er jo det, å sjå signal som barna gir, og tolke dei og gjere noko med det. Det er jo det Cos eigentleg går ut på.*

Fleire av informantane fortalte om foreldre som sa at dei tidlegare trudde det var barnet deira som var krevjande, men at dei no såg at det var dei som foreldre som ikkje hadde vore oppmerksame nok. Når desse foreldra undervegs i kurset begynte å analysere og sjå litt nærare på sine eigne liv, eigen kvardag og kor mykje respons dei gav barnet, skjønte dei at den utfordrande åtferda til barnet var eit rop om «sjå meg». Slik eine helsesjukepleiaren skildra kurset:

*Det eg lika so godt med kurset, er at det er relasjonsbasert. Ein skal løyse problema med hjelp av relasjonen, i staden for atferdsregulering. Me trur det ligg instinktivt. Barnetilknytning varer i generasjonar. Og Cos skal jo fremme mentalisering. Det skapar bevisstgjerung og refleksjon.*

Det er ikkje naudsynt slik at alle foreldre hadde handla «feil». Som ein informant fortalte, så opplev gjerne mange ein litt sånn «aha»- oppleving, at «åja, dette har me ikkje tenkt på». Dei opne spørsmåla rettleiarane stiller gir rom for å tenke sjølv og fører til auka bevisstheit rundt ulike situasjonar. Mange av foreldra erfarte at dei hadde handla «rett», men at dei no fekk ei anna bevisstgjerung rundt det, og at det vart ei bekrefting på at ein faktisk gjer mykje bra som forelder. Dette vart sett på som positivt, slik ei av helsesjukepleiarane formidla det:

*Me ha så lett for å tenke at alt skal vere perfekt i dag. Men det som e perfekt i cos, det er jo det å vera god nok. At det skal vera godt nok, å det høyrer litt sånn, oppnåeleg ut for alle. Eg trur mange foreldre kjenne seg igjen i at, dette kan eg greie faktisk, og at dette e godt nok.*

Informantane viste til ulike mantra som går igjen i COS- kurset, som er enkle og beskrivande for både dei sjølve og foreldra, slik eine helsesjukepleiaren beskreib det:

*Ja, og det er nettopp denne vippehuska då. Vippar det over til at no blir eg svak, eller skal eg vere denne her tydlege forelder, som tek ansvar når det er nødvendig. Og eg satt nok igjen med det på kurset at, den satt! Det at dei som foreldre måtte vera tydlege i sine beskjedar eller grenser til barnet. Og kor fort det var å vera utydlege og gi etter når ein sjølv er trøyt og sliten. Så der hadde me mange gode diskusjonar. Og ja, folk kjenner seg igjen. Og det er kanskje det som gjer Cos så bra òg, at folk kjenner seg igjen.*

Rettleiarane refererte til mantraet: «større, sterkare, klokare og god», som skal vise til at det er forelder som må vere den tydlege og bestemte i visse situasjonar:

*For me har hatt veldig mykje fokus på dette her at det er den vaksne som kan gjere ein forskjell. Det er ikkje barna. Så det var å snu det litt at viss noko skulle skje i forholdet, tilknyttingen, i situasjonar rundt barnet ditt, så er det du som må ta nokre grep som vaksen.*

Dette med tydlege grenser vart framheva som viktig, som eine barnehagelæraren sa:

*Det beste for ungen er jo at dei har foreldre som kan passe på dei, og vere tydlege og bestemte. At den vaksne er den vaksne.*

Ein barnehageinformant fortalte at for nokre foreldre var prosessen med å reflektere over eigen barndom litt tøff. Haimusikk vart dermed eit sentralt tema:

*For foreldra blei veldig opptekne av det. Og begynte å tenke veldig tilbake på, kvifor syns eg dette er så veldig forferdeleg vanskeleg, eller kvifor blir eg så irritert på dette her, og så har det noko med kva du sjølv har erfart da. Og det trur eg er ganske så viktig å få opp da, at det blir litt sånn bevisst på kva det handlar om.*

#### 4.2.2 Bevisstgjerjing av dei profesjonelle si rolle

Det blei sagt at COS blir ein paraply for absolutt alt dei jobbar med i barnehagen, som til dømes psykisk helse og inkluderande barnehagemiljø. COS blir no eit felles utgangspunkt, slik ei av barnehagelærarane beskrev det:

*Då tenker eg at me må jobbe med det me kjenner gir mening, det me klarar å ta inn over oss, det som me klarar å omsetje i kvardagen. Og då er eigentleg arbeid med COS ja, veldig verdifullt å ta med seg.*

Barnehagelærarar-informantane påpeika viktigeita med å få prinsippa i COS inn i personalgruppa i barnehagen, slik at alle jobbar målretta med det same og nyttar det i kvardagen. Dette er med å bevisstgjere personale om kva slags vaksen dei er for barna, og kor viktig det er med tilgjengelege vaksne. Anerkjenning av barns følelsar og å bruke rette omgrep på følelsane (sint, lei seg) blei trekt fram som betydingsfullt i arbeidet med barn av eine barnehagelæraren. Ho fortalte vidare at personalet i barnehagen er jo meir med barna enn det foreldra er, så ho tenkte det er viktig at personalet får ein del av COS òg.

Ein barnehagelærar fortalte at både ho som kursleiar og foreldre som deltok fekk reflektert mykje over eigen barndom. Ho sjølv som jobbar i barnehage, sa at ho no skjønar kvifor ho synest det er vanskeleg med barn som er sinte. Det var fordi ho sjølv ikkje hadde blitt møtt på desse følelsane i barndommen. Det er hennar «haimusikk», som er eit omgrep som går igjen i COS.

Som helsesjukepleiarar har ein jo mykje av dette med tilknyting og samspel i utdanninga si frå før, men at dei no har fått meir «kjøt på beina» slik ei av dei fortalte:

*For det, Cos er jo laga som eit slags kart sant, sjølve den trygghetssirkelen.. Det blir jo på ein måte å prøva å hjelpa foreldra til å sjå, ka slags behov ungane har, eller ka slags behov dei trur ongane har, og av og til så må ein gjetta seg fram til det og prøva å møta dei på dei behova da.*



Det blei sagt at COS er viktig i forhold til korleis ein ser på barn, korleis ein ser på dei vaksne sitt ansvar i forhold til barna, og i forhold til korleis ein kan gjere noko for at barn skal ha det betre eller at det skal endre åtferd:

*Og så har eg på ein måte det cos kanskje har gitt meg mest, det er det her med å på ein måte tenke, kven er eg i forhold til barna. Kva kan eg gjere som ein forskjell».*

Dette speglar tilbake på bevisstgjerings av vaksenrolla som forelder og som ein del av den profesjonelle sin kompetanse.

### 4.3 COS-P skal vere for alle

Mange meinte at COS var noko alle burde fått tilbod om, og at ein burde få tilbodet tidleg, medan barnet er lite. Men rettleiarane ser at det kan vere vanskeleg å nå alle. Kurset har gitt både profesjonelle og foreldre eit konkret verktøy å jobbe med, som både er lettfatteleg og enkelt å ta fram igjen og nytte. Men ikkje alle foreldre klarar å nytte seg av det. Som eine helsesjukepleiaren sa:

*Eg trur det at det er stor nytte. Cos har god effekt. Selfølgjele det er ikkje alle som klarar å nyttiggjere seg av det kanskje. Fordi atte kanskje er det litt mykje kaos og ting og, ja. Men eg trur nok dei fleste klarar å plukke opp noko. Om ikkje alt, så klarar dei å få noko ut av eit slikt kurs.*

Informantane påpeikte at tilknytning og samspel er viktig for barnet si vidare utvikling, dermed meinte dei at COS er viktig i førebyggjande arbeid. Eine helsesjukepleiaren fortalte at det vart diskutert å setje i gang andre foreldrerettleiingsprogram òg, men at avgjerda falt på COS-P. Dette syntes ho var bra:

*Grunnen til at eg tenkte at Cos var bra, det er at det eg hadde sett og lest om det, følte at dette her var enkelt. Det var enkelt for foreldre å forstå og sette seg inn i, for eg tenker at dette her må ikkje vere avanserte opplegg. Men eg tenker at det skal vere forståeleg for alle foreldre. I alle samfunnslag og uavhengig av utdanning og. Så eg tenker at ja. Så derfor var eg veldig positiv til Cos.*

#### 4.3.1 Viktig å få COS-P inn tidleg

Informantane fortalte at det var ein del foreldre som hadde gitt tilbakemeldingar på at dei burde hatt kurset tidlegare, då det yngste barnet til foreldra som deltok på kurs no var 2 år. Ein del av barna var 5-6 år. Ein av foreldra hadde sagt at ho skulle hatt COS tidlegare, då ho no streva med nokre av dei eldre barna sine. Ei av informantane sa at det har vore dialog på å få dette inn på helsestasjonen, men at det kanskje ikkje er overkommeleg å køyre atte slike økter, men at ein trekk ut det viktigaste. På denne måten kan ein kanskje vekke interessa til foreldra, som då kan melde seg på heile kurset.

*Det handlar om å begynne heilt, heilt tidleg.*

Informantane framhevar at COS inneheld dei grunnleggjande tinga som er så viktig at foreldra har kunnskap om, og ein ser at ein kan byggje opp familiar med dette.

Det var positive haldningar til COS-P som eit universelt førebyggjande program. Ved spørsmål om COS-P burde vore eit tilbod for alle, svara eine barnehagelæraren:

*Jaa, da meine eg. At alle vertfall burde fått tilbod om det. Om ikkje via helsestasjonen. Men at alle burde fått tilbod om det, som er førstegangsfødane. Det hadde vore så fantastisk flott! Tenker at det er snakk om tidleg innsats, ikkje sant, og eg tenkjer at dette hadde virkeleg vore tidleg innsats altså. Og eg trur det, om ein hadde sett på det i den lengre løp, med tanke på økonomi og barn som treng hjelp og barnevern, ppt, BUP og heile pakken, trur eg ein hadde sett det igjen der altså.*

Ein av helsesjukepleiarane fortalte:

*Det er jo litt dei tilbakemeldingane me får, at dette skulle jo alle hatt. Å dette skulle eg ha høyrte når dei var yngre, på ein måte, ungene. Eg trur det kan brukast, både som behandling eigentlig. Men at ein då ikkje kan bruke det på dei tyngste sakene, dei trur eg vil trenge noko meir. Men at ein ser, at ein kan sjå ein effekt på ein del behandlingstrengande, det trur eg. Men at det òg kan vere nyttig, eller det er det nyttig for dei som ville klart seg bra likevel da, på ein måte. Trur eg det absolutt e nyttig for dei og.*

#### 4.3.2 Vanskar med å nå dei som treng det

Rettleiarane fortel at dei har vanskar med å nå dei foreldra dei meiner treng kurset mest. Mange av informantane sa at det var krevjande og omfattande for dei som er kurshaldarar òg, då det krev ein del arbeid for å ha slike kurs. I tillegg peikte eine barnehagelæraren på at det er mange travle foreldre no til dags, som ikkje vel å prioritere tida sin til slike kurs. Men at det absolutt hadde vore nyttig:

*Det me ser er at. Den gjengen me hadde no var litt ressurssterke foreldre. Som vil barnet sitt beste. Men eg skulle jo ønske at me nådde ut til, altså dei som kanskje er minst ressurssterke, det er jo dei som treng det mest. Sånn sett har eg spelt inn til kommunen no at alle som er førstegangsfødane burde ha tilbod om kurs. Dette er klart økonomi, men eg tenker at hadde ein fått inn dette, så hadde ein sett det seinare. Ein hadde sett det i seinare generasjonar og på ein måte at dette er bra, at ungen blir møtt på følelsane sine, når ein er så liten, sant. Så eg trur det hadde fått så gode ringvirkningar, viss ein på ein måte hadde gjort det.*

Det kom fram hjå fleire av informantane at dei såg at dei som meldte seg på desse foreldrekursa, var kanskje dei som trengte det minst. Informasjonen om kursa når nok ut til alle, men dei som treng det mest, som dei kanskje såg strevar, skyggar litt unna når det gjeld vanskelege ting. I barnehagane jobbar ein no aktivt med å fortelje om COS-P på foreldremøter, og ufarleggjere det litt. På spørsmålet om å nytte omgrepet «endringsverktøy» framfor behandlingsmodell, var svaret frå ein av helsesjukepleiarane:

*Endring..For eg tenker jo at ein kan alltid gjere endring. Behandling då tenker eg sjukdom eller noko mykje meir alvorleg. Og eg tenker jo at det er ikkje det som er meiningen med dette. Behandling. Viss du hadde brukt det i forhold til ei brosjyre, og at, så trur eg nok at du hadde fått færre som melde seg på. Høyres mykje skumlare ut. For eg tenker det at.. alle som. Alle foreldre har utfordringar i forhold til barna sine i periodar. For eg tenker jo at Cos skal vere for alle. Ikkje berre for dei som har STORE problem. Atferdsproblem eller eg tenker.. Det er for dei små tinga òg. Kvardagsproblema tenker eg.*

## 5.0 Diskusjon

Eg har valt å dele diskusjonsdelen min i to delar, der eg først vil starte å drøfte resultata mine opp mot tidlegare forskning og relevant teori. Deretter kjem det ein metodediskusjon, som er ein oppsummering av forskingsprosessen og kvaliteten på denne.

### 5.1 Resultatdiskusjon

I dette underkapittelet skal eg drøfte resultata mine opp mot teori og tidlegare forskning, der eg tek for meg eit og eit hovudfunn. Då resultatdelen min ikkje skal innehalde tolkingar, finn eg det sentralt innleie resultatdiskusjonen med at informantane i dette masterprosjektet var veldig positive til COS-P. Samstundes, så var det litt skilnad i grad av engasjementet hjå helsesjukepleiarane og barnehagelærarane. Helsesjukepleiarane synest programmet var nyttig og utanom kursa brukte dei delar av det i konsultasjonane sine på helsestasjonen. Tilknytning og samspel er grunnleggjande i helsesjukepleiarutdanninga og det er jo dette COS-P handlar om, noko som kan ha spelt inn på kvifor eg såg skilnader på dei to ulike profesjonane. Barnehagelærarar har mykje om samspel og leik, medan helsesjukepleiarane går djupare og grundigare inn i dette med tilknytning. Engasjementskilnaden viste seg under intervju, då barnehagelærarane virka endå meir begeistra over programmet enn det helsesjukepleiarane var. Programmet var ganske nyleg innført i kommunen der eg intervju informantane, noko som kan vere ein fordel med tanke på at dei hadde

sertifiseringskurset ferskt i minne og fulgte dermed opplegget slik det er tenkt. Dette kan òg påverke engasjementet deira då programmet var ein ny måte å jobbe med tilknytning og samspel på. Samstundes kan det vere ein bakdel med lite erfaring hjå informantane, då dei endå er i fasen der dette er nytt og bra, og kan dermed ha vanskar med å vurdere dårlegare sider ved programmet.

### 5.1.1 Betyding av gruppeprosessen for COS-P

Systemteorien vektlegg sirkulære samanhengar, og ved systemisk foreldrerettleiing er den relasjonelle vinklinga av samtalen sentral, då deltakarane påverkar kvarandre gjensidig gjennom sine handlingar, reaksjonar og tilbakemeldingar (Gjems, 2012). Dette ser ein igjen i informasjonen rettleiarane i denne studien kom fram med. COS-P er eit program som i hovudsak blir nytta med foreldregrupper, men kan òg nyttast individuelt. Eit av hovudfunna i denne studien var at rettleiarane erfarte gruppeprosessen som viktig for at ein skulle få eit godt ut bytte av COS-P, då foreldra fekk dele erfaringar med kvarandre og reflektere over desse og videoklippa som vart vist saman. Den typiske gruppestørrelsen for COS-P er 4-12 foreldrepar. Rettleiarane i denne studien såg nytten av å ikkje ha fleire enn 6 foreldrepar, då dei ikkje trudde at foreldre hadde delt så mykje om dei var fleire. Dette kan vere noko å tenke over når ein skal arrangere kurs, då det er stor skilnad på å dele sårbare tema innan ei stor eller lita gruppe.

Rettleiing skal bidra til utvikling og læring, og der har foreldrerettleiing i grupper ein fordel ved at både rettleiar og foreldre i gruppa kan hjelpe ein å sjå situasjonar på nye måtar, og bidra med sine erfaringar og kunnskapar som kan vere opplysande for den som deler noko med gruppa.

Det kom fram frå rettleiarane i denne studien at foreldra som deltok på COS-P virka trygge på kvarandre og var flinke til å dele med kvarandre. For at foreldre skal dele med kvarandre, er det i følge Lycke, Lauvås og Handal (2016) viktig at gruppa fungerer som ein sosial og kjenslemessig trygg stad, og då er det viktig relasjonen mellom rettleiarane og deltakarane er avklarande og støttande (Gjems, 2012). Dette erfarte rettleiarane eg intervjuar at dei klarte, ved å skape ei trygg atmosfære for foreldra, der alle litt ut i kursa var opne og villige til å dele. Det var sjølvsagt ikkje alle som turte å dele i starten, men dette kom seg ut i kursa. Dette med å dele erfaringar med kvarandre har tilsynelatande positiv effekt på kva utbytte foreldra får av å delta på kurs. Forsking støttar opp under denne påstanden, då Maupin et al. (2017) var usikre på om det var sjølv COS-P intervensjonen som førte til reduksjon av depressive symptom hjå dei ressursvake møødrene i deira undersøking. Dei trudde at dette like gjerne kom av at møødrene møtte andre med same utfordringar i rettleiingsgruppa og at dei fekk sosial støtte. Det å dele med kvarandre og kjenne på at «så godt at andre har dei same utfordringane som meg» viser seg å spele positivt inn på deltakarane av COS-P.

Når ein deltek på slike kurs, kjem ein i kontakt med andre som kan ha dei same eller liknande utfordringar som ein sjølv. Alle har utfordringar, om dei er små eller store. Berre det å kome i kontakt med andre som har barn på same alder, kan vere positivt for mange foreldre, då det ikkje er gitt at ein har eit godt sosialt nettverk. Dette, gruppeprosessen og relasjonen innad i gruppa er forhold ved COS-P som viser seg å stimulere til refleksjon over egne erfaringar som igjen kan skape positive

forandringar i samspelet med eigne barn (Kim et al., 2018). Som det kom fram i teoridelen om rettleiing, så er det avgrensa kva ein kan oppnå ved refleksjon åleine, då det er vanskelegare å finne fram til forklaringar som gir ny innsikt. Dermed kan rettleiing i grupper skape ein djupare innsikt for deltakaren som deler noko med gruppa. Ved å dele med rettleiaren og gruppa, kan dei kome med sine kunnskapar og erfaringar, stille relevante spørsmål, som kan gjere at forelderen får ny innsikt i sin situasjon, og klare å sjå kva erfaringar, kunnskapar og verdiar som ligg til grunn for handlingane sine. I min studie fortel rettleiarar at nettopp dette er viktig for at kurset bli opplevd som vellykka for både dei sjølve og foreldra. Jamfør Gjems (2012) er det ikkje slik at ein som rettleiar skal komme med oppskrifter på korleis ein skal løyse problem, men at refleksjonen i gruppa som skal føre til ny kunnskap og læring. Dermed er det ikkje slik med COS-P at ein skal komme på kurs og få ein fasit på kva som er rett og gale å gjere ovanfor barnet sitt.

I denne studien vart det påpeika som positivt av informantane at dei var to rettleiarar, då dei meinte dei utfylte kvarandre og at deira relasjon hadde positiv verknad på foreldregruppa. Dette var fordi dei samarbeidde godt, var trygge på kvarandre og hadde ein god relasjon, som foreldre hadde gitt tilbakemelding på at dei merka. Informantane til denne studien var samde om at deira relasjon seg i mellom, samt relasjonen til foreldregruppa påverka tryggleiken i gruppa, noko som gjorde at deltakarane turte å opne seg for kvarandre og dele historier både frå sin eigen barndom og om samspelsituasjonar med eigne barn. Dette har tidlegare forskning òg vist, blant anna Maupin et al. (2017), som påpeika at relasjonen mellom rettleiarane og deltakarane var ein viktig bidragsytar for utbytte deltakarane hadde av COS-kurset. Sertifiseringa av COS-P- rettleiarane har fokus på korleis dei på best mogleg måte kan møte foreldra sine reaksjonar på kurset. Dette kan tyde på at rettleiarane følgjer retningslinjene i manualen, der det er vektlagt at rettleiarane skal jobbe for å opparbeide gode rettleiings- relasjonar til foreldra gjennom heile kurset.

Når ein har blitt sertifisert COS-P rettleiar, vert det ikkje stilt noko krav til oppfølging og rettleiing, men dei kan delta på eit erfaringskurs om dei ynskjer det (Tilknytingspsykologene, 2019). Informantane i denne studien fortalte at dei ikkje kjende på behovet for oppfølging eller rettleiing, då dei rettleia kvarandre og reflekterte saman i etterkant av kvar kurskveld. Det at dei er to rettleiarar som har kurset i lag, er klart ein fordel, då dei kan spele på kvarandre under rettleiinga, men òg rettleie kvarandre og reflektere i etterkant av kurset slik informantane fortel om. Det er ikkje alle COS-P kurs som blir haldne av to kursleiarar, dette er det kommunen informantane kom frå som bestemte. Ved at dei er to som reflekterer saman i etterkant av rettleiinga kan dette vere meiningsskapande og bidra til nye måtar å sjå korleis rettleiinga kan gå føre seg, og dermed endre på praksisen sin om dette skulle vere naudsynt. Sjølv om dette er bra og kan vere utviklande for

retteleiarane, er det likevel noko med å få «retteleiing på rettleiinga» av dei som er ekspertar på dette kurset, for å kvalitetssikre at rettleiarane gjennomfører kursa slik dei er tenkt. Samstundes så var grunnlaget for å lage ein forenkla utgåve av COS-I nettopp at ein skulle inkludere fleire profesjonsgrupper, med mindre krav til oppfølging og sertifisering, slik at ein skulle nå ut til fleire foreldre (Circle of Security International, 2019). I tillegg har det vist seg at COS-P blir føretrakt av rettleiarar, då det ikkje er like avansert og så mange retningslinjer som det er for å bli COS-I rettleiar (Maupin et al., 2017).

To kvalitative studiar av COS-P rettleiarars erfaringar viser motsett utfall enn min studie når det gjeld rettleiing på rettleiinga. Den norske studien til Berntsen og Holgersen (2015) fann at psykologane som hadde delteke på sertifiseringskurset sakna oppfølging og kvalitetssikring av kurset. I ein studie frå Australia av COS-P vart det påpeika av informantane at dei sjølv som terapeutar fekk fast rettleiing av høg kvalitet, då det hjalp dei å levere programmet på ein trufast, dyktig og empatisk måte (Reay, et al., 2019). Som nemnt så er jo rettleiarane i denne studien to stykk, og dei kan rettleie kvarandre. I tillegg er programmet ganske nytt, noko som kan vere at dei ikkje har fått kjent på behovet for rettleiing endå, då dei har sertifiseringskurset ferskt i minne. Likevel stiller rettleiarrolla krav til ein, og rettleiarane må vere «på» under kursa. Informantane i denne studien fortalte om foreldre som delte sårbare tema, der rettleiarane lytta merksemd til de dei sa, og responderte med forståing for deira situasjon. Dette med å vise interesse for deltakarane i gruppa sine utfordringar og historier, samt utforske det dei fortel ved å stille oppfølgingsspørsmål der det høver seg, er ein viktig eigenskap i rettleiarrolla. Det å anerkjenne foreldre sine utsegn vart framheva som viktig, noko som er grunnleggande for ein rettleiar å meistre, då det bygger på respekt for den enkelte sine erfaringar og opplevingar (Aubert, 2009). Som det kom fram av studien, så er det nettopp dette foreldre ynskjer.

Ein informant i denne studien påpeika viktigheita av at dei som vart COS-P rettleiarar måtte vere trygge på seg sjølv og ikkje ha egne vanskar når ein er kursleiar. Dette tyder på at informanten er reflektert og bevisst si rolle som rettleiar. Samstundes så er det ein del av den profesjonelle relasjonskompetansen å kunne fokusere på det som skjer i rettleiinga og kommunisere på ein måte som gir meining og som ivaretek den overordna hensikta med samhandlinga (Aubert, 2009, s. 45). I profesjonelle samanhengar må ein legge vekk personlege problem og fokusere på det som skjer i rettleiinga. Då rettleiarrolla er så sentral for korleis utbytte foreldre får av kurset, slik min studie viser, så er det underleg at ikkje rettleiing og oppfølging av rettleiar blir vektlagt i COS-P.

Informantane i studien fortalte om at kurset gav positive ringverknader, ved at rettleiarane var trygge i si rolle, som gjorde foreldra trygge i rettleiingsgruppa, som igjen klarte å skape trygghet i relasjonen til barnet sitt. Dette meinte dei ville gi gode utsikter for barnet med tanke på vennskap og problemløysing. Her kan ein snakke om systemteorien sine sirkulære årsakssamanhengar, der det er ei gjensidig påverknad mellom partane og relasjonen blir framheva som viktig. Transaksjonsmodellen si forklaring på korleis individuelle- og miljøfaktorar gjensidig påverkar barnets utvikling (Sameroff, 2009), kan ein relatere til dette. Barnet blir sett på som ein aktiv aktør i eigen utviklingprosess, der deira medfødde eigenskapar påverkar foreldra og skapar reaksjonar hjå dei. Vidare vil reaksjonane til foreldra påverke barnet igjen. Måten foreldra reagerer på barnet si åtferd og kjensler er avgjerande for korleis barnet ser på seg sjølv og for vidare utvikling. Dette er med å påverke barnets indre arbeidsmodellar, som er mentale representasjonar barnet har av seg sjølv og andre (Smith et al., 2019), og her er ei trygg tilknytning til omsorgspersonen avgjerande. Slik sett ser ein at COS-P-programmet har mange gode moment med tanke på at rettleiarane jobbar med å opparbeide tryggleik innan i foreldregruppa, som gjer at dei reflekterer og deler erfaringar med kvarandre. Tilbakemeldingane dei får på sine handlingar og refleksjonane dei gjer seg, kan gjere dei meir bevisste sin rolle som forelder, noko som leidar inn på drøfting av neste hovudfunn.

### 5.1.2 COS-P som endringsverktøy

Eg har valt å sjå på COS-P som eit endringsverktøy framfor ein behandlingsmodell, som det blir omtala som nokre stader. COS-P er eit psykoedukativt program der ein legg vekt på å lære foreldre om tilknytningsteori på ein enkel måte, som skal bevisstgjere foreldre om rolla si som omsorgsgivar. Erfaringa med gruppeprosessen vart drøfta i førre kapittel, der det kom fram at rettleiinga skapte refleksjon hjå foreldra, og dette er ein sentral del av COS-P programmet. Som eine informanten sa: *«Det skjer endring når ein har vore på eit sånt kurs, med tilknytingskvaliteten, det gjer det. I alle fall viss ein reflekterer litt om dette i etterkant»*. Informantane merka mest haldningsendringar hjå foreldra, då kurset var nyleg implementert og dei ikkje alltid såg igjen foreldra dei hadde hatt på kurs. Likevel kom det fram at eine helsesjukepleiaren såg forandring i tilknytingskvaliteten mellom mor og barn, då ho såg at mora klarte betre å ta barnet inn til seg og gi det tryggleik. Det å kunne gi barnet sitt tryggleik er sentralt i tilknytningsteorien. I følge Bowlby (1969) sin definisjon av tilknytning, så er det eit emosjonelt band mellom barnet og ein eller nokre få personar uavhengig tid og stad. At omsorgsperson er emosjonelt tilstades for barnet, og kan fungere som ein trygg base for utforsking og ei sikker hamn når det treng trøst, er sentralt i Circle of Security- Parenting.



Foreldre har gitt rettleiarane tilbakemeldingar på at dei no merkar endring hjå seg sjølv som spelar positivt inn på samspelet med barnet sitt. Vidare fortalte informantane at foreldre hadde fortalt at dei tidlegare trudde det var barnet deira som var krevjande, men at dei etter kurs ser at det er dei som foreldre som ikkje har vore merksame nok. Dette er jo det som ligg i COS-P som eit tilknytingsprogram, der ein rettar merksemda mot omsorgspersonen sin praksis og ynskjer å bevisstgjere foreldre korleis deira handlingar og veremåtar påverkar samspelet med barnet sitt (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

Som det kom fram av intervjuet, så handlar COS-P om å møte og tolka signala barnet gir, og gjere noko med det. Barnet viser ei tilknytingsåtferd, som er den åtferden som har til hensikt å fremje nærleik til forelderen. Måten foreldra responderer på denne tilknytingsåtferden, er det teorien omtalar som omsorgsåtferd. For dei aller fleste foreldre kjem denne omsorgsåtferden naturleg (Braarud, 2012), kalla intuitiv omsorgsåtferd, og dei fleste vil påstå at ein ikkje treng noko kurs for å handtere omsorgsgivarrolla. Likevel vert det fokusert på intuitiv omsorgsåtferd i terapi med foreldre for å fremje kvaliteten på barnets tilknytning. Dette er eit vesentleg poeng, då noko forskning viser at barn har vist auka kjenslemessige problem etter foreldrerettleiing (Barlow et al., 2016). Riktig nok har same forskingsartikkel kome fram til at dette er like etter intervensjon, men at problema på sikt blir reduserte. Smith (2014) støttar opp under dette, då han seier at enkelte barn vil reagere negativt på at foreldre følgjer råd frå terapeutar om å vere meir sensitive. Dette meiner han er avhengig av barnet sitt temperament, og at foreldre heller bør ha fokus på å sjå og forstå barnet sine åtferdsmessige og emosjonelle uttrykk og behov. Likevel ser ein at det han seier er litt motstridande, då sensitivitet handlar om evna omsorgsgivar har til å oppfatte, tolke og svare riktig på barnet sine signal (Woodhouse, 2018), og dette oppmodar han jo om. Men poenget hans er nok at ei brå endring av foreldre si åtferd, kan virke negativt inn på barnet, då dei synest at det er vanskeleg å handtere og tolke foreldra si endring av åtferd, og dette kan vere hemmande for barnet. Sett bort i frå dette, så skriv Smith et al. (2019) at metaanalysar av intervensjonsstudiar basert på foreldrerettleiing for å auke omsorgspersonar sin sensitivitet har hatt ein viss effekt i retning av at fleire barn blir tryggare. Det er fem år mellom dei ulike påstandane, og Lars Smith har bidrege i begge utgåvene, så det kan vere at artikkelen hans frå 2014 ikkje bør bli vektlagt like mykje som boka som kom ut i år. Verken boka eller artikkelen refererer direkte til kva forskingsartiklar dette gjeld, dermed har eg ikkje klart å finne dei. Men van IJzendoorn (1995) såg i sin studie samanheng mellom foreldre som gir sensitiv omsorg og trygt tilknytte barn.

I min studie var alle informantane positive til COS-P som endringsverktøy, og hadde ingen negative erfaringar med kurset. Rapport frå folkehelseinstituttet (Wesseltoft-Rao et al., 2017), samt

kunnskapsstatusen til Bråten og Sønsterudbråten (2016) har ikkje funne negative verknadar av COS, men Hoffman et al. (2006) fann i sin studie at 1 av 13 barn som var i kategorien trygg tilknytt før intervensjon COS-I, gjekk over i kategorien usikker tilknytt etter intervensjon. Forskarane meinte dette kom av at forelderen hadde hatt tilbakefall med narkotikamisbruk under intervensjonen, men om ein tek Smith (2014) og Barlow et al. (2016) til etterretning, kan det vere ein indikasjon på at allereie trygt tilknytte barn blir forvirra og utrygge etter at foreldre har vore på foreldrerettleiingskurs, då foreldra ikkje responderer dei slik dei er vande med. Samstundes så kjem det fram av teorien at trygt tilknytte barn òg kan bli forvirra, då foreldre ikkje alltid klarar å vere 100% på. Foreldre til trygt tilknytte barn kan skape forstyrningar hjå barnet, sjølv om dei utøver sensitiv omsorg. Men det som er med sensitive omsorgspersonar, er at dei klarar å rette opp i dette og reparere relasjonen til barnet igjen. Smith et al. (2019) påpeikar at både mikro-, og makro-seperasjonar er normalt, og at dei kan vere utviklande for barnet, så lenge det ikkje er i alvorlege former. Cassidy et al. (2017) fann i sin studie at barn med unngåande tilknytingsåtfærd viste lågare grad av tilknytningstrygghet etter intervensjonen. Forskarane meinte at det kom av at foreldra si «nye» omsorgsåtfærd braut med det barna var vande til. Dei påpeika at dette kom til å gi positiv effekt for barn som hadde unnvikande mødre, då desse klarte betre å møte barna sine behov etter kurs. Forskarane meinte at det for barn som opplevde støttande omsorg før intervensjonen, kunne føre til ei kortvarig negativ påverknad på tilknytninga. Dette samsvarar med litteraturen ovanfor, og ein ser at de bør bli forska meir på dette området vidare. Då dette masterprosjektet ynskjer å undersøke COS-P som eit universelt førebyggjande tiltak, er denne forskinga viktig, med tanke på at hensikta med universelle tiltak skal gjelde alle. Om det då er slik at tiltak retta mot foreldre med barn som i utgangspunktet er trygt tilknytte har negative utfall, er dette noko som må vurderast før tiltak blir sett i verk. Studiar viser ulike funn, då Hoffmann et al. (2006) konkluderer i sin studie at COS ikkje gir negative verknader, då både utrygge og trygge barn vart testa, og at COS er ei av få studiar med innleiande bevis på å auke trygg tilknytning og redusere desorganiserte tilknytingsmønster frå småbarnsalder til skulealder. Dette syner viktigheita for endå meir forskning på programmet.

Informantane erfarte at det som er så flott med COS-P er det å vere «god nok», då alle no i dagens samfunn har så lett for å tenke at alt skal vere perfekt. Dette omhandlar det same som avsnittet ovanfor, at foreldre klarar å møte barna på behova sine. Det blir oppmoda at rettleiarane skal få dette fram for foreldra under rettleiinga, og programmet har fokus på å styrke foreldra, få dei til å reflektere, føle og dele. Dette ser ut som ein styrke ved programma, då det får fram at ein som forelder gjer mykje bra og rettar merksemda mot kor viktige foreldra er for barna sine. Informantane meinte det var positivt at oppmodingane som dukkar opp under kurset er oppnåelege for foreldra, at dei kjenner at «dette kan eg greie». Som det har blitt drøfta ovanfor, så var informantane i dette

prosjektet veldig positive til COS-P, og dei erfarte at foreldra som deltok på kursa delte mykje. Det kom fram at foreldre vart meir bevisste si rolle som forelder og korleis dei kunne møte barna på behova sine. Dette kan tidlegare forskning bekrefte. Tidlegare forskning på COS- I tyder på at omsorgsgivar sine evner til reflekterande fungering, representasjon av barnet og relasjonen til barnet, samt trygg tilknytning hjå barnet, auka etter intervensjonen (Huber et al., 2015a). Dette får støtte frå seinare forskning på programmet òg (Huber et al., 2016), der foreldra opplevde reduksjon av stress og psykiske problem og ei betre evne til emosjonell fungering. Desse studiane tyder på at intervensjonen har ført til betre samspel mellom foreldre og barna deira, og at dei klarar å støtte barna sine betre. Studiar på COS-P når det gjeld omsorgsrolla har òg vist positivt utbytte. Kohlhoff et al. (2016) gjennomførte ei pilotstudie i Australia der deltakarane hadde små eller begynnande utfordringar, og fann at foreldre viste høgare grad av refleksivitet og ei betre handtering av foreldrerolla etter kurs, då dei viste nedgang i avvising og sinne ovanfor barna sine.

*«Det eg lika so godt med kurset, er at det er relasjonsbasert. Ein skal løyse problema med hjelp av relasjonen, i staden for atferdsregulering. Me trur det ligg instinktivt. Barnetilknytning varer i generasjonar. Og Cos skal jo fremme mentalisering. Det skapar bevisstgjerings og refleksjon».*

Sitatet får fram gode poeng når det gjeld COS-P, som er eit tilknytingsprogram der problemet skal løysast ved hjelp av relasjonen. Det er eit psykoedukativt program, der kunnskapen foreldra får om barnets utvikling og behov, og korleis deira veremåte påverkar samspelet, skal føre til betre praksis. Det at barnet ikkje berre får dekkja sine fysiske behov, men òg bli møtt på dei psykiske, ligg sentralt i tilknytningsteorien (Bowlby, 1969). Barn har behov for ein trygg omsorgsperson som kan hjelpe dei å regulere følelsane sine, og støtte dei i deira utforsking av det som er ukjent. Tilknytning fremjar emosjonelle band til personar som barnet søker nærleik til, kalla tilknytingsband. Informanten ovanfor sa at barnetilknytning varar i generasjonar, og som Braarud (2012) skriv så er tilknytning eit grunnleggjande, medfødt og biologisk motivasjonssystem for å utvikle og velje ut emosjonelle band gjennom livet. Den tilknytninga ein utviklar i barndommen, set preg for tilknytingsband ein skapar seinare i livet. Dermed er det grunnleggjande for ei god utvikling at tilknytninga barnet utviklar i barndommen blir opplevd som god.

Ainsworth og Bowlby (1991) beskrev kvaliteten på omsorgsgiving, og den omsorgsåtferda omsorgsgivar viser som systematisk tilkoppa den tilknytingsåtferda barnet viser. Her kan ein dra samanhangar med transaksjonsmodellen si beskriving av korleis barns og omsorgsgivars åtferd og reaksjonar gjensidig påverkar kvarandre, og korleis dette påverkar barnets utvikling. Som beskrive i teoridelen, er det ulike former for tilknytingskategoriar, trygg, utrygg unnvikande, utrygg ambivalent og desorganisert. Forskning har vist at det er samanheng mellom barn som er utrygge og

eksternaliserte vanskar (Fearon et al., 2010), og at unngåande tilknytingsåtfærd er assosiert med internaliserte vanskar (Groh et. al, 2012). Dette understrekar viktigheita av trygg tilknytning tidleg i barndommen, slik det kom fram av mine informantar. Og sjølv om ein ikkje har fokus på åtfærdregulering i COS, så viser forskning på både COS-I og COS-P ei betring i åtfærdproblem hjå barn etter at foreldre har delteke på kurs. Huber et al. (2015b) fann at COS-I har effekt på å redusere eksternaliserte- og internaliserte vanskar hjå barna der foreldre hadde delteke på kurs, og Kim et al. (2018) fann i sin case-studie av COS-P at barna synte mindre åtfærdproblem enn før intervensjonen.

At barnetilknytning varar i generasjonar tolkar eg det som at informanten meiner at dei tilknytingsbanda og erfaringane ein har gjort seg i barndommen, spelar inn på korleis ein sjølv utøver omsorg og dannar tilknytingsband til eigne barn. COS-P programmet skal lære foreldre at ein lærer å gi omsorg med utgangspunkt i slik ein sjølv vart gitt omsorg som barn. Dette kan ein knytte til teorien om indre arbeidsmodellar, som barnet lagar seg basert på omsorgserfaringar. Indre arbeidsmodellar er kognitive og emosjonelle forventingar om det som brukar å skje i samhandling med omsorgspersonen og korleis den pleier å reagere når barnet søker nærleik eller vil nytte den som base for utforsking (Smith et al., 2019). Desse kan vare gjennom livet, slik van IJzendoorn (1995) omtalar i sin studie, der han fann ein samheng mellom foreldre sitt tilknytingsmønster og korleis barnet deira knytte seg til dei. Dette syner at tidlege tilknyttingserfaringar kan påverke korleis ein sjølv utøver foreldrerolla ovanfor eigne barn. Alstergren (2017) fann i si masteroppgåve at foreldra som deltok hadde blitt meir bevisste at eigen barndomserfaring kan påverke korleis ein er saman med eigne barn. Liknande funn har òg blitt gjort på internasjonalt plan, der Kohlhoff et al. (2016) i sin pilotstudie fann at mødrene som deltok viste betre reflekterande fungering og mindre avvising og sinne ovanfor barnet sitt enn tidlegare. Dette kan tyde på at COS-P er eit verknadsfullt program når det gjeld å bevisstgjere foreldre kor viktig handteringa av omsorgsrolla er. Truleg er dette fordi programmet legg fram tilknytningsteori på ein enkel måte, som er lett for foreldre å ta inn over seg. Som informanten seier, så skal det fremje mentalisering, som er å tolke sin eigen og andre menneske si åtfærd ut frå mentale tilstandar (Smith et al., 2019, s. 17). Huse (2017) fann i sitt masterprosjekt at foreldra opplevde auka evne til mentalisering, som gjorde at dei klarte å regulere barnas emosjonar betre. Programmet skal jo skape refleksjon, og det er dette rettleiarane meiner skapar endring. Dei meinte at foreldre hadde utbytte av kurset, då det handla om å få nye haldningar til barnet sitt og tenke meir positivt om barnet sitt.

COS-P sin bruk av DVD der ein ser videosnuttar av samspel mellom foreldre og barn, skal skape refleksjon og diskusjon hjå foreldre, noko rettleiarane i denne studien meiner det gjer. Dei ulike mantraa i COS-P blir òg vektlagt under kursa. Situasjonane og problemstillingane ein tek opp, er noko

foreldre kan kjenne seg igjen i. Dette kan tyde på at situasjonar foreldre kan knytte til sin eigen praksis er noko rettleiarane erfarer som verknadsfult for foreldra, og at når dette diskuterast med dei andre deltakarane, skapar det ei auka bevisstgjerung hjå foreldra. Det som kanskje opptok foreldra som informantane i denne studien hadde kurs med mest, var det programmet omtalar som «haimusikk», som handlar om foreldre sin eigen sårbarheit ovanfor situasjonar med barnet dei synest er vanskelege å handtere (Powell et al., 2015). Dette har med foreldra sin eigen barndommen å gjere, og informantane meinte dette kunne vere tøft for foreldra. COS-P skal gjere foreldre merksame på denne sårbarheita, og ved at foreldre får reflektert saman med andre i gruppa, er det ynskjeleg at foreldra får ein bevisstheit rundt denne sårbarheita slik at dei klarar å handtere den i samspel med barna sine.

«Haimusikken» til foreldra omhandlar, som nemnt i teoridelen, åtferd og emosjonar barna syner som foreldre synest er vanskeleg å handtere, då dei sjølv ikkje har blitt møtt på desse følelsane som barn. Som nemnt tidlegare, har forskning vist at tilknytningserfaringar frå barndommen, påverkar korleis eigne barn knyter seg til ein. Ein kan knytte dette til dei ulike tilknytingskategoriane, til dømes kan barn som syner utrygg unnvikande tilknytning ha lært seg at foreldre ikkje likar eller ikkje handterer at barnet er lei seg. Kanskje barnet har blitt møtt med kjeft for at det vil ha trøst når det har falt og slått seg. Då lærer barnet at det ikkje skapar nærleik til forelderen ved å gråte, og det opparbeider seg strategiar for å auke den vaksne sin tilgjengelegheit ved å tone ned tilknytingsåtferda og heller oppføre seg slik dei trur forelderen ynskjer. Foreldre som har opplevd dette som barn, kan då synest det er vanskeleg med barn som søker nærleik til dei. Dette speglar over på deira samspel med barnet sitt igjen, om ein ikkje blir bevist det og lærer seg å handtere dette. Desse foreldra vil oppfordre barnet til å utforske, sjølv om barnet søker nærleik til dei, nettopp fordi dei vil skjerme barnet frå å bli møtt slik dei sjølve var møtt som barn.

Det er viktig å få fram at haimusikk ikkje berre gjeld dei med utrygg tilknytning, men at dei fleste har med seg noko frå barndommen som påverkar deira omsorgsåtferd, sjølv om ein er trygt tilknytt. Som ein informant i min studie sa, så syntes ho sinte barn var vanskelege å handtere, då ho sjølv ikkje hadde blitt møtt på desse kjenslene som barn. Med dette eksempelet som utgangspunkt, ser ein at COS-P har ein god intensjon med å auke bevisstheita til foreldra rundt dette. Alstergren (2017) fann i sin studie av COS-P at foreldra som deltok merka betring i relasjonen til eigne barn og har fått ei ny forståing av barns behov. Foreldra hadde òg blitt meir bevisste kva påverknad dei sjølv hadde i relasjonen til barnet sitt og korleis eigen barndom påverka ein. Dette kan ein samanlikne med resultatane i mi studie, der informantane fortalte at foreldra fekk reflektere over eigen barndom og

vart bevisste kvifor dei synest ulike samspelsituasjonar med barnet sitt var vanskeleg. Bevisstgjeringa av dette skapte ei endring av haldningane til foreldra i forhold til omsorgsrollen.

Andre mantra frå manualen vart òg nytta for å beskrive samspelsituasjonar og korleis foreldre kunne handtere desse. Informantane i denne studien nemde mellom anna «større, sterkare, klokare og god», som, jamfør teoridelen, beskriv foreldra si rolle som hendene på sirkelen. Informantane symboliserte dette med ei vippehuske som synte balansen mellom det å vere sterk og svak. Dei framheva viktigheita med å vera ein tydleg vaksen som set grenser for barna. Som ei sa: *«Det beste for ungen er jo at dei har foreldre som kan passe på dei, og vere tydlege og bestemte. At den vaksne er den vaksne»*. Det handlar om at trygge rammer og tydlege grenser er naudsynt for å ivareta barnets fysiske og psykiske tryggleik (Brandtzæg et al., 2013, s. 46). Dette understrekar gode poeng, då ein gjennom COS-P får fram at det er den vaksne som må ta ansvar for at samspelet mellom barnet og ein sjølv fungerer, og at det er den vaksne som kan gjere ein forskjell. Dette kjem fram i teorien om COS-P, der det blir understreka at eit viktig grunnlag for at barnet skal føle seg trygg, er å vite at omsorgsgivar kan verne om ein fysisk og følelsemessig. Utan å vite dette, kan barnet føle seg redde sjølv om det ikkje er noko å vere redd for, då dei ikkje er sikre på at omsorgspersonen kan passe på dei. Dette kan handle om at omsorgspersonen er svak og lar barnet ta styringa der dei sjølv burde ha gjort det, og barnet kan dermed kjenne på at det er det som må ta ansvaret, sjølv om det ikkje meistarar det.

Om me ser på vaksenrolla med utgangspunkt i tilknytingskategoriane beskrive i teoridelen (Smith et al., 2019), kan eit desorganisert barn framstå som redd og vanskeleg å skjønne seg på. Omsorgspersonen til eit desorganisert barn er skremmande eller redd sjølv, noko som gjer at den både er utgangspunktet for barnet si redsle, men skal i tillegg vere barnet si sikre havn for trøst. Unnvikande utrygge barn, blir opplevd som sjølvstendige, då den vaksne ikkje møter barna emosjonelt på sine behov og ofte er avvisande. Dette gjer barnet redd og utrygt, då det ikkje veit kva dei skal gjere når dei er redde, då ingen hjelp dei å handtere desse kjenslene. Ambivalente utrygge barn gir uttrykk for at det treng nærleik for å tilfredstille omsorgspersonen sitt behov for nærleik, sjølv om dei sjølv treng å utforske. Dermed får ikkje desse nok støtte til utforsking, då dei heller blir og «passar på» forelderen sin og møter deira behov for nærleik. Derimot vil eit trygt barn bli møtt på behova sine både oppe og nede på trygheitssirkelen, altså møtt på behovet for utforsking og trøst, og foreldra til desse barna klarar å hjelpe barna å regulere kjenslene sine. Dette gjer ikkje omsorgspersonane om barnet er utrygge (unnvikande, ambivalente og desorganiserte), dermed blir utrygge barn usikre på om foreldre klarar å hjelpe dei i vanskelege situasjonar.

Trygge barn veit at omsorgspersonen er der for dei, og er trygge på at dei får hjelp i vanskelege situasjonar. Dette viser betydninga av at barn skal oppleve ei trygg tilknytning til sentrale omsorgspersonar, og dette er det fleire tidlegare studiar som har funne at COS (ulike modellar) har effekt på. Mongstad (2013) fann at fleirtalet av foreldra ho intervjuar no opplevde ei ny forståing av barns behov og dei fekk reflektert over omsorgsgivinga si betydning. Ho konkluderte med at COS var eit eigna program for å fremje trygg tilknytning. Opphavsmennene til COS, Marvin et al. (2002) såg i deira studie at mor klarte å syne meir kjærleik til barnet sitt, og at tilknytingsmønsteret mellom ho og barnet gjekk frå desorganisert til trygt tilknytt etter gjennomføring av COS-I. Hoffmann et al. (2006) sin studie synte god effekt av COS-I, der det var reduksjon av desorganisert tilknytning og fleire trygt tilknytte barn etter intervensjon. Sjølv sagt kan ein argumentere for at dei ynskjer dette, då dei er grunnleggjarane av COS, men det er fleire studiar som viser liknande resultat. Som nemnt tidlegare i diskusjonen kan studiane til Huber et al. (2015a; 2016) underbygge påstanden deira, då dei òg fann at barna til foreldra som deltok på COS-I kurs vart tryggare, foreldra opplevde ei betre handtering av foreldrerollen ved at dei forsto barnet sitt betre (viste betre reflekterande fungering). Kohlhoff et al. (2016) si pilotstudie av COS-P viste at mødrene opplevde høgare grad av refleksivitet, mindre kjensle av hjelplausheit og nedgang i avvising og sinne ovanfor barnet sitt. Dette kan tyde på at foreldre har blitt meir bevisste si eiga sårbarheit (haimusikk) og at det er dei som foreldre som har ansvar for at relasjonen mellom dei og barnet fungerer som den skal, samt at det er den vaksne si oppgåve å vere «større, sterkare, klokare og god».

Under intervjuar som vart utført i denne studien, kom det fram at det ikkje berre var foreldra som vart meir bevisste si eiga omsorgsrolle, men at dei sjølve òg vart meir bevisste i rolla si som profesjonsutøvar. Barnehagelærer- informantane meinte det var viktig å få prinsippa av COS-P inn i personalgruppa slik at ein jobba bevisst med det i kvardagen, då det er ein paraply for alt ein skal ha fokus på der. Merksemda på å anerkjenne barnets kjensler, samt å nytte riktige omgrep på kjenslene, vart trekt fram som sentralt i arbeidet med barn. Som det vart sagt: så er personalet meir med barna enn det foreldre er. Barnehagedagen er ofte lang for barna, og når dei kjem heim er det ikkje lenge igjen av dagen før dei skal legge seg å sove.

Jamfør transaksjonsmodellen med utgangspunkt i systemteoretisk tenking, så blir barnets utvikling påverka av faktorar utanfor familien òg, og mange barn brukar meir tid i barnehagen enn det ein gjer heime med foreldra sine (Broberg, 2004). Slik sett ser ein at det er svært viktig at barnehagepersonale er bevisste si rolle som omsorgsgivar i barnehagen, og COS- P vart av mine informantar sett på som nyttig i dette arbeidet. I følge tilknytningsteorien kan separasjonar frå foreldre ha negative utfall for barnet si tilknytning og utvikling (Zachrisson et al., 2016). Separasjonar

skjer jo når foreldra må forlate barnet i barnehagen for sjølv å reise på jobb, noko som understrekar viktigheita av at barnet utviklar trygg tilknytning til barnehagepersonalet. Kunnskap om COS-P kan vere nyttig for barnehagepersonalet, då dei blir omtala som barnet si sekundære tilknytingskjelde (Brandztæg et al., 2013). Gray (2015) undersøkte lærar-barn forholdet etter COS-P intervensjon, og fann at lærarane klarte betre å støtte barnas sosioemosjonelle utvikling og ei betring i eiga mestringssevne hjå lærarane. Sjølv om undersøkinga var utført på lærarar, kan ein dra parallellar til barnehagen, som bekreftar viktigheita av at personalet har COS-P. Som det kom fram av denne studien, fekk informantane reflektert over eigen barndom og haimusikk, som gjorde dei bevisste på eigen sårbarheit i samspel med barna. Dette blir understreka av Berntsen og Holgersen (2015) og Reay et al. (2019), som fann at terapeutane nytta kunnskapen frå COS-P privat og profesjonelt.

Helsesjukepleiarane fekk òg nytte av COS-P i sitt arbeid, men som ei av dei sa, så var det at dei no fekk litt meir «kjøt på beina», då helsesjukepleiarar har mykje av dette med tilknytning og samspel i utdanninga si frå før. Ho framheva dette med å nytte trygghetssirkelen som eit kart, som dei nytta i arbeidet med foreldra. Informantane i studien til Reay et al. (2019) påpeika at COS-P var eit effektivt program ovanfor foreldre som gjer tilknytningsteorien enkel å forstå. Forsking viser at profesjonelle vart meir bevisste at hovudutfordringa når det gjeld tilknytning og samspel mellom foreldre og barn ofte ligg i relasjonen og ikkje i enkeltfaktorar, etter dei hadde delteke på «workshop» for å bli COS-retteljarar (McMahon et al., 2017). Dette tyder på at COS skapar endring og utvikling hjå profesjonelle òg. Det COS-P har gitt dei profesjonelle mest, er det å tenke; «Kven er eg i forhold til barnet og kva kan eg gjere som ein forskjell». Dette belyser korleis COS-P vektlegg relasjonen, og at det er den vaksne som kan gjere ein forskjell i samspelet med barn.

### 5.1.3 COS-P som tiltak for alle foreldre

Under intervjuet i denne studien kom det fram at rettleiarane meinte at COS-P var noko alle burde få tilbod om, då dette var eit konkret og lettfatteleg verktøy å nytte for både profesjonelle og foreldre. Basert på deira egne erfaringar, samt tilbakemeldingar frå foreldre, påpeika informantane at COS-P var noko ein burde få tilbod om tidleg. Deira syn på at tilknytning og samspel er viktig for barnet si vidare utvikling får støtte av teori og tidlegare forskning. Korleis tilknytninga mellom barn og sentrale omsorgspersonar påverkar barnets utvikling, er sentralt i tilknytningsteorien. Tilknytning blir sett på som eit grunnleggande motivasjonssystem for å utvikle og selektere emosjonelle band gjennom livet (Braarud, 2012). Tilknytninga ein opplev i barndommen spelar dermed inn på seinare utvikling og korleis ein skapar relasjonar til andre. Dette får medhald frå forskning, der ein longitudinell studie over 30 år viste at barn som var trygt tilknytte utvikla høg sjølvrespekt og mentaliseringssevne (Sroufe,



2005). Same studie viste at utrygg tilknytning i småbarnsalder var ein risikofaktor for seinare psykiske lidningar. Dette syner kor viktig ei trygg tilknytning i barndommen er for seinare psykisk helse, og det kan tyde på at tilknytingsbaserte intervensjonar, som COS-P, er nyttige i førebyggjande arbeid.

Informantane fortalte at foreldre hadde gitt tilbakemeldingar på at dei burde hatt kurset tidlegare, då barna var yngre. Det var einigheit blant informantane mine at alle burde fått tilbod om COS-P. Dette måtte ikkje naudsynt skje gjennom helsestasjonen, men at ein burde få det inn tidleg, då det inneheld grunnleggjande kunnskap for foreldra. No har det jo blitt peika på tidlegare at informantane meinte at alle som jobba i barnehagen burde ha COS-P, då dei er mykje saman med barna. I tillegg er barnehagen som førebyggjande funksjon blitt meir aktuell, då personale her bør kunne gi råd og rettleiing om å oppdra barn og barns utvikling til foreldre (Dalen & Tangen, 2012). Dermed kan COS-P inn i barnehagen vere ein god førebyggingsarena, då barnehagelærarane har nytte av kurset i si samhandling med barn og dei kan rettleie foreldra.

Som Braarud (2012) skriv, så er det i sped-og småbarnstida at barn etablerer sine første relasjonar og utviklar evne til å regulere eigne kjensler og åtferd. Ho meiner desse prosessane er avhengige av ytre stimuli som barna får gjennom sine næraste relasjonar. Dette understrekar viktigheita av tidleg innsats, som informantane meinte det hadde vore om alle førstegongsfødande hadde fått tilbod om COS-P. Dette blir støtta av Broberg (2004) som seier at det er brei einigheit om at barnet si utvikling er eit resultat av både biologiske føresetnader og miljøfaktorar. Eine informanten påpeika at å få inn foreldrerettleiing, som COS-P, ville gi positive utsikter for samfunnet med tanke på økonomi og barnevernsaker. Noko som blir støtta av Shonkoff og Bales (2011), som er opptekne av at barns utvikling ikkje berre er eit individuelt tema, men òg eit samfunnstema. Dette kan ein knytte til transaksjonsmodellen, som integrerer ei systemisk forståing av barns utvikling, og syner koreleis individuelle faktorar og miljøfaktorar påverkar kvarandre (Drugli, 2015). Den integrerer Bronfenbrenner sin utviklingsøkologiske modell, og foreldrerettleiing har med makro- og eksosystemet til modellen å gjere. Makrosystemet i modellen omhandlar politikk og lover, som er eit overordna nivå som kan påverke barnet og familien (Broberg, 2004). Foreldrerettleiing er noko som blir bestemt på overordna nivå, og regulert av lover og retningslinjer, slik som Helsedirektoratet (2019) sine nasjonalfaglege retningslinjer sine anbefalingar om foreldrerettleiing. Medan eksosystemet er miljø som indirekte kan påverke utviklinga til barnet, til dømes velferdstenester som foreldrerettleiing (Helsedirektoratet, 2015).

Shonkoff og Bales (2011) vektlegg betydninga av tidlege erfaringar, og at samspel mellom gen og miljø er knytt til utvikling av hjernen og individet si åtferd. Hjernen sin plastisitet og evna til å endre åtferd

avtek over tid, dermed er det avgjerande for barnet si utvikling at ein gjer noko på riktig måte tidleg (Shonkoff & Bales, 2011), jamfør informantane sine meiningar om å få COS-P inn tidleg i førebyggjande arbeid.

Som Hoffmann et al. (2006) fekk fram i si forskning, så er COS ein av få intervensjonar med innleiande bevis på å auke trygg tilknytning og redusere desorganiserte tilknytingsmønster frå småbarnsalder til skulealder, noko som kan tyde på at programmet er eit nyttig førebyggjande tiltak. Dei får støtte av seinare forskning, mellom anna Huber et al. (2015a) som viste at trygg tilknytning blant barna til dei som deltok på kurs auka etter intervensjonen og tilfelle av desorganiserte tilknytingsformer vart reduserte. Ein anna studie utført av same forfattarane (Huber et al., 2015b), viste at intervensjonen resulterte i eit positivt omsorgsgivar-barn forhold, samt reduksjon i eksternaliserte og internaliserte vanskar hjå barnet. Dette kan gi føringar på at om ein får COS inn tidleg, så kan ein kanskje redusere risikoen for at vanskar oppstår.

COS-P tek utgangspunkt i at foreldre har ynskje og kapasitet til å tilfredstille barnet sitt behov (Powell et al, 2015). Med dette som utgangspunkt kan ein tenke seg at COS-P høver som eit universelt førebyggjande program, då dette skal inkludere alle foreldre, og ikkje berre dei som er i risiko eller allereie har utvikla problem. Eine helsesjukepleiaren meinte at dette var eit nyttig program for alle, inkludert dei som hadde klart seg bra utan rettleiing, og ho såg òg nytten i at COS-P kunne inngå i eit større behandlingsopplegg. Dette får støtte frå tidlegare forskning som undersøkte nytten av å leggje COS-P til i eit terapeutisk behandlingsopplegg (Mothander et al., 2017). Det viste seg at dette var verdifullt, då COS-P saman med den opprinnelege terapien viste seg å ha større innverknad på forbetring av foreldre sine representasjonar av barnet sitt og kvaliteten på foreldre- barn interaksjonen, enn terapien aleine.

I studien eg gjennomførte om COS-P kjem det fram at deltakarane opplevde at dei ikkje når dei som treng kurset mest, og at foreldre som deltek kanskje er dei ressurssterke foreldra som vil barnet sitt beste. Rettleiarane meiner informasjonen når ut til alle, men erfarer at det kanskje er dei som treng programmet minst som deltek. Ein studie viste at dei som hadde best utbytte av COS-P kursa var dei foreldra med høgast utdanning, ingen barndom prega av mishandling og mindre sosialhjelp enn dei andre deltakarane (Horton & Murray, 2015). Med dette som utgangspunkt, kan det jo tyde på at det er dei mest ressurssterke som har best utbytte av kurset. Samstundes så var Horton & Murray (2015) sin studie retta mot mødre med rusproblematikk. Vidare så syner studien til Huber et al.(2015a) motsett resultat, då dei i sin studie konkluderte med at COS-I var mest effektiv for omsorgsgivarar med mindre optimale utgangspunkt, som dårleg mental helse og vanskar frå eigen barndom.

Rettleiarane i min studie erfarte at det ikkje var alle som klarte å nyttiggjere seg av kurset, men at dei fleste klarte å plukke opp noko. Ein ser at ulike studiar viser varierte resultat når det gjeld verknaden av COS-P. Gundersen (2018) fann i si studie at ein av informantane ikkje nyttiggjorde seg av kurset, og meinte dette kunne vere med grunnlag i at COS-P ikkje individualiserer slik det vert gjort i COS-I. Cassidy et al.(2017) konkluderar med at COS-P, som mange andre intervensjonar, ikkje er nyttige for alle individ, og at intervensjonen må tilpassast behova hjå deltakarane. Dette kan vise tilbake på Gundersen (2018) som påpeika individualiseringa som viktig for utbytte av kurset. Både Cassidy et al. (2017) og Gundersen (2018) får støtte av Roaldseth (2018) som gav indikasjonar om at COS-P som eit universelt program har lite føre seg, og at ein heller bør nytte det der behov for rettleiing er kartlagt. Slik eg tolkar desse ulike resultata, kan det antyde at ein bør undersøke meir den nye «Hybrid-modellen» av COS (Andrews & Coyne, 2018). Denne held på den individuelle tilnærminga i COS-I, med videoen av forelderen og barnet sitt samspel, samstundes som den nyttar nøkkelement frå COS-P som introduksjon til kurset. Dette går på individualisering av COS som førebyggjande tiltak, noko som gjer at ein då går bort frå tanken om COS-P som eit universelt tiltak. Eg fann det likevel interessant å nemne, då eg ville undersøke nærare erfaringane til rettleiarane om vanskaner med å nå ut til alle.

Det kan tyde på at ein har ein veg å gå for å nå alle foreldre med COS-P, og at det er litt ueinigheit om det er verknadsfullt for alle foreldre. Men utgangspunktet verkar tilsynelatande bra, som eine informanten min sa, så er COS-P enkelt og forståeleg for alle, uavhengig utdanning og samfunnslag. Det skal vere for alle, då det rettar seg mot kvardagsproblema og ikkje kunn fokuserar på dei store problema.

## 5.2 Metodediskusjon

Her vil det blir gjort ei vurdering av denne studien sin datakvalitet, ved bruk av omgrepa reliabilitet, validitet. Datakvaliteten blir målt opp imot om eg svarar på problemstillinga mi, og om dei data eg har innhenta er gode og truverdige. Til slutt i dette delkapittelet vil eg kort gjere greie for studien sine svakheit og styrker.

### 5.2.1 Reliabilitet

Omgrepet reliabilitet blir knytt til ei kritisk vurdering av om prosjektet gir inntrykk av at forskinga er utført på ein påliteleg og tillitsvekkande måte (Thagaard, 2016, s. 201). Reliabiliteten når det gjeld ei kvalitativ studie som denne, blir vurdert utifrå ei systematisk og kritisk drøfting av datamaterialet

(Grønmo, 2016). Det vil seie at eg som forskar skal gjere greie for korleis data har blitt utvikla. Dette har blitt gjort i metoddelen, der eg har gitt ei tydleg beskriving og grunngeving for av val av metode, ei forklaring av korleis eg har innhenta data, gitt eit innblikk i transkripsjonsprosessen, samt ei beskriving av korleis eg trinnvis nytta Braun og Clarke (2006) si tematiske analyse for å systematisere og tematisere datamaterialet mitt. Ved at eg har gitt ei detaljert beskriving av forskingsstrategi og analysemetode, har eg gjort forskingsprosessen transparent (gjennomsiktig), slik at andre kan vurdere prosessen trinn for trinn (Thagaard, 2016, s. 202). Dette styrkar reliabiliteten til prosjektet. Som nemnt i metoddelen, gjekk eg gjennom lydopptaka to gonger, og skreiv ordrett ned det som vart sagt under intervjuet. Dette styrkar pålitlegheita ved dei transkriberte intervjua, då eg kunne oppdage feil og kanskje hadde overhøyrte nokre ord som eg måtte ta med. I tillegg kan det å høyre gjennom lydopptaka ein gong til, kvalitetssikre om ein har sett komma og punktum på rett plass, då dette er avgjerande for setninga si betyding (Kvale & Brinkmann, 2018).

Eg har forsøkt mitt beste for å beskrive dei enkelte ledda i forskingsprosessen i metoddelen, frå planlegging av prosjektet til analysing av data. Dermed skal ein anna forskar i utgangspunktet kunne komme fram til det same resultatet som meg, om han eller ho nyttar dei same metodane (Thagaard, 2016). Dette handlar om framgangsmåten er repliserbar og det er diskusjon angående om dette er eit relevant kriterium i kvalitativ forskning (Thagaard, 2016, s. 202). Dette er med grunnlag i at kvalitative data blir utvikla i samarbeid mellom forskar og informantar (Holstein & Gubrium, ref. i Thagaard, 2016, s. 202), og då kan andre forskarar få andre svar frå informantane, då både relasjon og individuelle faktorar kan påverke dette. I hovudsak rettar dette seg mot intervjugjennomføringa, då transkripsjonen og beskrivinga av analysemetode, skal vere mogleg for ein anna forskar å gjennomføre, jamfør transparens. Eg har etter beste evne forsøkt å beskrive og grunnge analysemetoden (Braun & Clarke, 2006) eg har nytta, og gitt døme på korleis eg har jobba. Likevel kan forskjellige forskarar legge vekt på ulike nyansar og aspekt når dei les det same materialet (Malterud, 2018). Dermed kan eg ikkje garantere at andre kjem fram til det same resultatet som meg, sjølv om eg har gitt ei grundig beskriving av framgangsmåte

### 5.2.2 Validitet

Ein kan skilje mellom intern- og ekstern validitet. Dette nemner både Malterud (2018) og Thagaard (2016). Begge skriv at dei nyttar omgrepet «overførbarhet» i staden for ekstern validitet. Då dette er ei form for operasjonalisering av omgrepet «ekstern validitet». «Overførbarhet» har ikkje eit nynorsk omgrep, dermed held eg meg til omgrepet «ekstern validitet».

## Intern validitet

Intern validitet knyter seg til vurderingar som omfattar ein enkelt studie (Thagaard, 2016, s. 205). Validiteten til denne studien, omhandlar gyldigheita av dei tolkingane eg har komme fram til i prosjektet mitt (Thagaard, 2016, s. 204). Ein kan seie det handlar om resultatane eg har komme fram til i studien min, er gyldige i forhold til det eg har studert. I følge Thagaard (2016) bør ein som forskar gå kritisk gjennom grunnlaget for eigne tolkingar, då relasjon ein har til miljøet som blir studert har betydning for tolkingane ein kjem fram til. Dette er gjort i metoddelen, der eg har beskrive forståinga mi. Ved å utforme eit semistrukturert intervju, forsøkte eg å lage opne og ikkje-ledande spørsmål, slik at desse ikkje skulle påverke svarene eg fekk. Likevel kan måten eg stilte desse spørsmåla, tonefall og entusiasme, hatt innflytelse på korleis informantane svarte. Informantane i denne studien var svært positive til COS-P frå før, og sjølv om eg var engasjert i universell førebygging, verkar det som informantane svarte ærleg utifrå sine synspunkt og erfaringar. Tilbakesending av intervjuet slik eg gjorde, er ei form for aktørvalidering (Grønmo, 2016).

Når det gjeld vurdering av om resultatane mine er gyldige i forhold til det eg studerer, er det sentralt å vurdere om utvalet av informantar er tilstrekkeleg for å belyse problemstillinga til forskingsprosjektet. Under planlegginga av prosjektet, vurderte eg å intervju foreldre sine erfaringar med COS-P i tillegg til rettleiarane. Dette kunne ha styrka validiteten til oppgåva, då eg fleire stader refererer til foreldra sine synspunkt via rettleiarane, så dette blir dermed ei sekundærkjelde. Likevel er problemstillinga mi retta mot rettleiarane sine erfaringar, dermed er resultatane mine gyldige i forhold til denne.

Sannsynet for å få eit optimalt utval aukar om ein gjennomfører ei førebels analyse av data frå dei første deltakarane ein får, før ein bestemmer tal på informantar (Malterud, 2018). Det vart ikkje gjennomført noko fullstendig analyse før eg hadde fem informantar, men det blei reflektert og skrivne logg etter kvart intervju. Eg såg tema som gjekk igjen hjå informantane, samstundes som det kom fram ulike perspektiv når det gjaldt bruk av kurset. Malterud (2018) meiner at deltakarar som kan gi mykje og variert informasjon om problemstillinga er viktigare enn talet på deltakarar. Ho snakkar då om *informasjonsstyrke* som kriterium for kor mange deltakarar ein bør ha i eit prosjekt. Data som blei samla inn til denne studien gav ulike nyansar og erfaringar kring problemstillinga, noko som gav eit rikt materiale å jobba vidare med. Dermed konkluderte eg med at fem informantar var nok for å belyse problemstillinga mi, og gjennomførte Braun og Clarke si tematiske analyse (2006). Ein styrkar validiteten ved å gå gjennom analyseprosessen kritisk, det kan ein til dømes gjere ved at ein kollega vurderar analysen (Thagaard, 2016, s. 205). Både Tjora (2017) og Malterud (2018) oppmodar til at to forskarar bør kode det same datamaterialet. Dette har ikkje blitt gjort i denne undersøkinga, då tida

ikkje har strekt til. Dette kunne vore nyttig, då ein anna forskar ikkje har same for-forståinga som meg, sjølv om denne ikkje skal prege arbeidet med analysen, så vil den alltid vere tilstades. I tillegg er det første gong eg gjennomfører ei slik analyse, noko som òg kan ha innverknad på validiteten av resultatet. Men ved å gi ei grundig beskriving av kva eg har gjort, samt at eg har fylgt trinna i analysen til Braun og Clarke (2006), kan det kompensere for å vere ny på forskingsfeltet. Ved å begrunne mine tolkingar, som eg har gjort ved å gjere greie for framgangsmåtane eg har nytta i metodedelene, samt for-forståinga mi, styrkar det validiteten til prosjektet (Thagaard, 2016).

### **Ekstern validitet**

Eit anna spørsmål når det gjeld validitet er ekstern validitet (Malterud, 2018, s. 24). Dette handlar om mine funn kan gi ny innsikt i andre samanhengar enn akkurat der prosjektet mitt vart utført (Malterud, 2018). Dette kan òg vere eit spørsmål om relevans. Når ein går i gang med eit prosjekt, slik som dette, er det med ein tanke om at det skal skape ny vitenskapleg kunnskap med relevans i form av ny erkjenning som kan nyttas i andre samanhengar (Malterud, 2018, s.24). Eg har argumentert for oppgåvas relevans innleiingsvis i oppgåva, ved at COS-P er eit relativt nytt program som det trengst meir forskning på. Eg har i tillegg undersøkt det som eit universelt førebyggjande program, noko det er lite forskning på. Mine resultat vil dermed ha relevans og kan gi tips til korleis programmet blir teke i bruk rundt om i landet, då resultatene gir indikasjonar på at det har god nytteverdi for foreldre og profesjonelle, og er i samsvar med retningslinjene til helsedirektoratet sine nasjonalfaglege retningslinjer om foreldrerettleiing (Helsedirektoratet, 2019). Likevel er det spørsmål om det kan nyttas som eit universelt førebyggjande program, då det kom fram av studien at det er vanskar med å nå dei som verkeleg treng det. Dette kan overførast på den måten at det gir innsikt og indikasjonar for at det trengst meir forskning på dette området.

## **6.0 Konklusjon**

Denne studien har undersøkt fem rettleiarars erfaringar med COS-P som eit universelt førebyggjande program og sett på desse i forhold til teori og tidlegare forskning. Gruppeprosessen og rettleiarrolla blir i denne studien framheva som viktige. Mykje tyder på at kurset aukar bevisstgjeringshånda foreldre og profesjonelle, ved at programmet får ein til å reflektere over samspelsituasjonar med barn, og kor viktig det er å møte barn på behova deira. Informantane til denne studien erfarer COS-P som verknadsfullt i førebyggjande arbeid og meiner at det er noko alle kunne hatt nytte av.

Studien undersøker COS-P som eit universelt program, som rettar seg mot alle. Det kan dermed vere vanskeleg å måle effekten av det, då det ikkje skal rette på identifiserte problem (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Likevel hadde nokre av informantane i denne studien erfart endring i foreldrepraksis, samt eigen profesjonell praksis. Barnets utvikling er avhengig av faktorar ved barnet sjølv, foreldra og miljøet rundt foreldra, noko ICS modellen skisserer (Møller, 2018). Folkehelseinstituttet (Blaasvær & Ames, 2019) sin rapport peikar på kor viktig ein imøtekommande foreldrepraksis er for barns utvikling, og ein tidlegare rapport dei har gitt ut om gruppetiltak for foreldre (Wesselttoft-Rao et al., 2017), synte at COS gav positive verknader på foreldreåtfærd. Informantane framheva at det som var bra med kurset var å vere «god nok» og at ein skulle løyse problem ved hjelp av relasjonen, noko som blei erfart som overkommeleg for foreldra. Utifrå erfaringane til informantane i min studie, kan det tyde på at COS-P kan settas inn som ein beskyttelsesfaktor som kan hindre eit negativt utviklingsløp for barnet.

Samstundes har det kome fram i diskusjonsdelen at tiltak retta mot foreldreåtfærd kan ha varierende resultat. Ikkje alle program er like effektive for alle, og tidleg intervensjon basert på riktige og verknadsfulle tiltak er viktig for å sikre barn ei positiv utvikling, noko som òg vil lønne seg for samfunnet, jamfør Shonkoff og Bales (2011). Dermed er forskning på ulike intervensjonar viktig for å finne ut kva program som verkar og ikkje. Og sjølv sagt: Om det er verknadsfullt i det heile. I diskusjonsdelen til denne oppgåva har det kome fram ulike sider når det gjeld COS-P som verknadsfullt i førebyggjande arbeid, samt kva målgruppe det er mest egna for. Informantane i min studie erfarte at COS-P kunne vere nyttig for alle foreldre, uavhengig samfunnslag. Samstundes som dei påpeika eit viktig moment: dei skulle så gjerne ha nådd ut til dei som verkeleg treng det. Dette tyder på at ein har endå ein veg å gå for å nå regjeringa sitt mål om å nå alle foreldre og bidra til at foreldre blir gode omsorgspersonar (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018). Men er det foreldrerettleiingsprogram som skal til for at foreldre blir gode omsorgspersonar?

Foreldrerettleiing og standardiserte program er noko som blir vektlagt i dag. Dette med utgangspunkt i gode intensjonar, tildøme framhevar Verdens helseorganisasjon (WHO, 2016) foreldrestøttande tiltak som lærer foreldre positive foreldreferdigheiter som effektive i førebygging av mishandling av barn. Pettersvold og Østrem (2019) sitt kritiske blikk på manualbaserte og standardiserte program stiller nokre relevante spørsmål når det gjeld bruk og nytten av dette. I dag finnes det mange ulike foreldrerettleiingsprogram, og denne studien har undersøkt erfaringar med COS-P. Dette er eit manualbasert program som har som mål å fremje trygg tilknytning mellom barn og omsorgsperson (Powell et al., 2015). Både Braarud (2012) og Smith (2014) skriv at omsorgsåtfærd noko som for dei fleste foreldre kjem intuitivt og naturleg. Ein kan dermed stille seg spørsmål om ein

treng eit universelt førebyggjande program med vekt på tilknytning, sjølv om informantane i min studie, med støtte frå anna forskning erfarer programmet som nyttig. Som Pettersvold og Østrem (2019) understrekar, så er det viktig å ha eit kritisk blikk på slike program, då ein ser tendensar til at dette blir ei vare som programutviklarar ynskjer å selje inn på marknaden.

Helsedirektoratet sine nasjonalfagelege retningslinjer har ei svak anbefaling om at helsestasjonen skal tilby universelle tiltak, medan det blir sterkt anbefalt å gi foreldre tilbod om gruppekonsultasjonar, då foreldre kan lære av kvarandre sine erfaringar (Helsedirektoratet, 2019). Gruppeprosessen vart av mine informantar framheva som viktig. Der tidlegare studiar syner positivt utbytte av COS-P, er forskarane usikre på om det er sjølve intervensjonen som skapar endring, eller om dette likegodt er eit resultat av det å kome i kontakt med andre og dele erfaringar (Maupin et al., 2017; Kim et al., 2018). Andre studiar legg ikkje vekt på gruppeprosessen som viktig for utbytte, så meir forskning er naudsynt for å konkludere med kva som er verknadsfullt og ikkje.

Det studien min har tilført av kunnskap til forskingsfeltet, er at COS-P blir erfart som eit nyttig program for bevisstgjerjing av omsorgsrolla hjå foreldre, og at gruppeprosessen blir erfart som essensiell for utbytte av COS-P, det kan tyde på at det er nyttig for alle, men at det er vanskeleg å nå dei som treng det mest. Foreldrerettleiing som eit universelt førebyggjande tiltak generelt og COS-P spesielt blir i min studie oppfatta som positiv, men at det kan vere vanskeleg å nå foreldra som strevar mest. Tidleg intervensjon basert på riktige og verknadsfulle tiltak er viktig for at barn skal få ei positiv utvikling. Dermed er det avgjerande å setje inn riktige tiltak tidleg. Meir forskning på COS-P spesielt og foreldrerettleiing generelt trengst før ein kan dra slutningar om dette er verknadsfullt i universell førebygging for å skape gode oppvekstvilkår og utvikling for barn.

## 6.1 Kritisk vurdering av studien

Denne studien har undersøkt rettleiarars erfaring med COS-P som eit universelt førebyggjande program. Dette er det få studiar som tidlegare har gjort, eg finn kunn ei norsk masteroppgåve som har sett på programmet som universelt førebyggjande tiltak. Dermed har mine hovudfunn blitt diskutert opp mot forskning både på denne versjonen av programmet og den terapeutiske delen. Desse delar pedagogisk grunnlag, og er dermed relevante å samanlikne opp i mot mitt prosjekt. Likevel så kan programma bli nytta for ulike målgrupper, og dette kan vere ei svakheit ved mi oppgåve. Dette har eg forsøkt å vurdere i resultatdiskusjonen. At eg har undersøkt både helsesjukepleiarars og barnehagelærarars erfaringar med programmet meiner eg er ein styrke, då det gir eit breiare perspektiv på programmet som førebyggjande tiltak. Grunnlaget for at eg meiner



det gir eit breiare perspektiv, er fordi dei har ulik yrkesbakgrunn som gjer at dei har litt ulike syn på forhold ved COS-P, noko som gjer resultatane meir innhaldsrike.

Som nemnt innleiingsvis i diskusjonsdelen, så var alle informantane mine svært positive til COS-P, og dei hadde ingen negativ erfaring med kurset, anna enn at det var krevjande å vere kursholdar. I tillegg var kurset nyleg implementert i kommunen, noko som gjorde til at dei ikkje hadde lang erfaring med kurset. Dette kan vere ein svakheit ved studien, då dei ikkje hadde lang erfaring, som kan gjere dei mindre kritiske til programmet. Uavhengig dette, så var det erfaringane til informantane mine eg undersøkte, noko som er subjektivt og naturleg at ein har ulike erfaringar med eit slikt program.

Eg fekk tilgang til manualen rettleiarane nyttar i COS-P i etterkant av at eg hadde utført intervjuet. Det hadde vore ein styrke for prosjektet om eg hadde hatt tilgang til denne før, då eg no ser at rettleiarane svarar mykje det same som står i manualen. Det vil seie at dei følgjer programmet slik det er tenkt, noko som sjølv sagt er bra. Om eg hadde hatt manualen før intervjuet, kunne eg ha utforska svarene deira grundigare. Eg ser dermed at det er ein svakheit ved studien at eg ikkje hadde så mykje kunnskap om COS før prosjektstart. Likevel kan det òg vere ein styrke, då eg kan ha eit meir kritisk blick på programmet, og ikkje skal «selje det inn».

## 7.0 Litteraturliste

Ainsworth, M.D.S & Bell, S.M. (1970). Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, Vol 41(1), 49-67. Henta frå: <https://www.jstor.org/stable/1127388>

Ainsworth, M.D.S & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist* Vol 46 (4), 333-341. Henta frå: [http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/ainsworth\\_bowlby\\_1991.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/ainsworth_bowlby_1991.pdf)

Alstergren. (2017). *Foreldre-erfaringer etter COS-P*. (Mastergradavhandling, Høgskolen i Innlandet). Henta frå <https://brage.inn.no/inn-xmlui/handle/11250/2457425>

Andrews, E. & Coyne, J. (2018). Travelling the circle together, solo: An individual protocol for the Circle of Security intensive intervention. *J.Clin.Psychol*, (74), 1333-1345. <https://doi.org/10.1002/jclp.22644>.

Aubert, A-M. (2009). Profesjonell relasjonskompetanse kvalitetssikres gjennom anerkjennende kollegaveiledning!. I M. Brekke & K. Søndena (Red), *Veiledningskvalitet* (s. 44- 59). Oslo: Universitetsforlaget AS.

Barlow, J., Bergman, H., Kornør, H., Wei, Y. & Bennett, C. (2016). Group-based parent training programmes for improving emotional and behavioural adjustment in young children. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. Issue 8. Art. No.: CD003680. <http://doi.org/10.1002/14651858.CD003680.pub3>.

Barnekonvensjonen. (2003). *FNs konvensjon om barnets rettigheter. Vedtatt av De Forente Nasjoner den 20. november 1989, ratifisert av Norge den 8. januar 1991: Revidert oversettelse mars 2003 med tilleggsprotokoller*. Oslo: Barne- og familiedepartementet.

Barnelova. (1981). Lov om barn og foreldre (LOV-1981-04-08-7). Henta frå: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1981-04-08-7?q=barneloven>

- Barne- og likestillingsdepartementet. (2018). *Trygge foreldre- trygge barn: Regjeringens strategi for foreldrestøtte (2018-2021)*. Henta frå: [https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld\\_foreldr\\_estotte\\_strategi\\_21juni18.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld_foreldr_estotte_strategi_21juni18.pdf)
- Barnevernlova. (1992). Lov om barneverntjenester (LOV-1992-07-17-100). Henta frå: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1992-07-17-100>
- Berntsen, L. S., & Holgersen, H. (2015). Entusiasme og gjenkjennelse- En kvalitativ studie av profesjonell og personlig endring etter opplæring i foreldreveiledningsmetoden «Circle of Security Parenting DVD». *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 2015(2), 117-138. Henta frå [http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks\\_id=436278&a=2](http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=436278&a=2)
- Blaasvær, N. & Ames, H. (2019). *Sammenhenger mellom foreldrepraksiser og barns trivsel: en systematisk kartleggingsoversikt*. Henta frå: <https://www.fhi.no/publ/2019/sammenhenger-mellom-foreld-repraksiser-og-barns-trivsel/>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume 1, Attachment*. New York: Basic Books
- Braarud, H.C. (2012). Oppdatert kunnskap om tidlig utvikling med tanke på kompensierende tiltak, inkludert å hente barnet. Henta frå: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2012-5/id671400/sec18?q=>
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S. & Øiestad, G. (2013). *Se barnet innenfra: Hvordan jobbe med tilknytning i barnehagen*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Broberg, A. (2004). Barns behov och föräldrars omsorgsförmåga i ljuset av anknytningsteori. Om barns anknytning och samspel. I B. Långberg, & Y. Söderlind (Red.), *Att knyta an, en livsviktig uppgift: Om små barns anknytning och samspel*. (s. 23-41). Stocholm: Stiftelsen Allmänna Barnhuset.

- Brottveit, G. (2018a). Om vitenskapsteoretiske begreper og grunnsyn. I G. Borttveit (Red.), *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder: Om å arbeide forskningsrelatert* (s. 17-30). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Brottveit, G. (2018b). Hermeneutikk og vitenskap. I G. Borttveit (Red.), *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder: Om å arbeide forskningsrelatert* (s.32-43). Oslo: Gyldendal Akademisk
- Bråten, B. & Sønsterudbråten, S. (2016). *Foreldreveiledning- virker det? En kunnskapsstatus*. (Fafo-rapport 2016:29). Henta frå: <https://www.fafo.no/images/pub/2016/20591.pdf>
- Cassidy, J. (2016). The Nature of the Child's Ties. I J. Cassidy & P.R. Shaver (Red), *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (3.utg, s.3-24). New York: The Guildford Press.
- Cassidy, J., Brett, B.E., Gross, J. T., Stern, J.A., Martin, D.R., Mohr, J.J., & Woodhouse, S.S. (2017). Circle of Security–Parenting: A randomized controlled trial in Head Start. *Development and Psychopathology* 29, 651–673.  
<http://doi.org/10.1017/S0954579417000244>
- Circle of Security International. (2019). Comparing COSP and COS-Intensive: From Parent Reflection to Intensive Therapy. Henta frå:  
<https://www.circleofsecurityinternational.com/circle-of-security-model/cosp-vs-cos-intensive/>
- Cooper, G., Hoffman, K. & Powell. (2013). *COS-P Facilitator DVD Manual 5.0. Circle of Security Parenting, A Relationship Based Parenting Program*. Revidert Norsk versjon.
- Dalen, M. & Tangen, R. (2012). I E. Befring & R. Tangen (Red.), *Spesialpedagogikk* (5. utg, s. 220-237). Oslo: Cappelen Damm AS.

- Dalland, O. (2013). *Metode og oppgaveskriving* (5. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk. De nasjonale forskningsetiske komiteene. (2016, 27. april). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Henta frå: <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Samfunnsvitenskap-jus-og-humaniora/innledning-formal/>
- Drugli M.B. (2012, 1. mars ). Beskrivelse og vurdering av tiltaket: Circle of security (COS) International - Parenting. Henta frå [https://ungsinn.no/post\\_tiltak/circle-of-security-cos-international-parenting/](https://ungsinn.no/post_tiltak/circle-of-security-cos-international-parenting/)
- Drugli, M.B. (2013). *Atferdsvansker hos barn: Evidensbasert kunnskap og praksis*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Famlievernkontorlova. (1997). Lov om familievernkontor (LOV-1997-06-19-62). Henta frå: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1997-06-19-62?q=familievern>
- Fearon, R.P., Lapsley, A-M., Bakermans-Kranenburg, M.J, van Ijzendoorn, M.H. & Roisman, G.I. (2010). The Significance of Insecure Attachment and Disorganization in the Development of Children´s Externalizing Behavior: A Meta- Analytic Study. *Child Development. Volume 81*(2). s. 435-456. <http://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01405.x>.
- Forebygging (u.å).Ordbok. Henta frå: <http://www.forebygging.no/Ordbok/?sub=2430>
- Forskningsetikkforskriften. (2018). Forskrift om forskningsetiske komiteer og utvalg (FOR-2018-03-05-321). Henta frå <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2018-03-05-321>
- Forskningsetikkloven. (2017). Lov omorganisering av forskningsetisk arbeid (LOV-2017-04-28-23). Henta frå: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2017-04-28-23>
- Gjems, L. (2012). Kontekstuell veiledning: Snakke sammen, tenke sammen – lære sammen. I A.K. Ulvestad & F.K. Ulvestad, *Flerstemt veiledning* (s.125-137). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Gray, S. (2015). Widening the circle of security: a quasi-experimental evaluation of attachment-based professional development for family child care providers. *Infant Mental Health Journal*, ss. 36(3),308-319. <http://doi.org/10.1002/imhj.21513>

- Groh, A.M., Roisman, G.I., Fearon, R.P., van Ijzendoorn, M.H. & Bakermans-Kranenburg, M.J. (2012). The Significance of Insecure Attachment and Disorganization Attachment for Children's Internalizing Symptoms: A Meta- Analytic Study. *Child Development. Volume 83*(2). s. 591-610. <http://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2011.01711.x>.
- Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Gundersen, I.R. (2018). *Circle of Security- Parenting: Hvordan erfarer foreldre som har deltatt på COS-P foreldreveiledningsprogram, nytten og relevansen av veiledningsprogrammet?* (Masteravhandling, OsloMet). Hentra frå: <https://oda-hioa.archive.knowledgearc.net/handle/10642/7067>
- Haug, P. (2016). Forsking for spesialundervisning. I R.S. Hausstätter & S.M. Reindal (Red.), *Spesialpedagogikk: fagidentitet og samfunnsnytte* (s. 23-32). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Helsedirektoratet. (2015, 17. juni). Teoretiske perspektiver på hvordan trivsel kan fremmes i skolen. <https://utdanningsforskning.no/artikler/teoretiske-perspektiver-pa-trivsel/>
- Helsedirektoratet. (2019, 11. november). Helsestasjon 0-5 år. Henta frå: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten/helsestasjon-05-ar>
- Hoffman, K. T., Marvin, R. S., Cooper, G. & Powell, B. (2006). Changing toddlers' and preschoolers' attachment classifications: The circle of security intervention. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(6), 1017-1026. <http://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1017>
- Horton, E. & Murray, C. (2015). A quantitative exploratory evaluation of the Circle of Security- Parenting Program with mothers in residential substance- abuse treatment. *Infant mental health journal, Vol.36*(3), 320-336. <http://doi.org/10.1002/imhj.21514>

- Huber, A., McMahon, C. A. & Sweller, N. (2015a). Efficacy of the 20-week Circle of Security Intervention: Changes in caregiver reflective functioning representations and child attachment in an Australian clinical sample. *Infant mental health journal*, 36(6), 556-574. <http://doi.org/10.1002/imhj.21540>
- Huber, A., McMahon, C. A. & Sweller, N. (2015b). Improved child behavioural and emotional functioning after Circle of Security 20-week intervention. *Attachment & Human Development*, 17(6), 547-569. <http://doi.org/10.1080/14616734.2015.1086395>
- Huber, A., McMahon, C. A. & Sweller, N. (2016). Improved parental emotional functioning after Circle of Security 20-week parent-child relationship intervention. *Journal of Child and Family Studies*, 25(8), 2526-2540. <http://doi.org/10.1007/s10826-016-0426-5>
- Huse, K. (2017). *Forståelsesspiralen- En kvalitativ studie av utviklingen som kommer til trykk i tre foreldres uttalte erfaringer med COS- veiledning*. (Masteravhandling, NTNU). Henta frå: <https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmliui/handle/11250/2475542>
- Høgskulen på Vestlandet. (2018, 26. november). Forskingsetikk. Henta frå: <https://www.hvl.no/forsking/forskingsetikk/>
- Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen, L. (2011). *Introduksjon til samfunnsvitenskaplig metode* (4.utg.). Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Kim, M., Woodhouse, S.S. & Dai, C. (2018). Learning to provide children with a secure base and a safe haven: The Circle of Security-Parenting (COS-P) group intervention. *J.Clin. Psychol*, 74, s. 1319-1332. <http://doi.org/10.1002/jclp.22643>
- Kippe, I.M. (2015). *Circle of security- Effektivitet, virksomme mekanismer og implementering i barnehage og skole*. (Mastergradavhandling, Universitetet i Tromsø). Henta frå: <https://munin.uit.no/handle/10037/8070>

- Kohlhoff, J., Stein, M., Ha, M. & Mejaha, K. (2016). The Circle of Security Parenting (COS-P) intervention: Pilot evaluation. *Australian Journal of Child and Family Health Nursing, Volume 13(1)*, s. 3-7. Henta frå:  
<https://search.informit.com.au/documentSummary;dn=140733276138781;res=IELHEA>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2018). *Det Kvalitative forskningsintervju* (3.utg). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lauvås, P., Lycke, K. H. & Handal, G. (2016). *Kollegaveiledning med kritiske venner* (4.utg.). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Malterud, K. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Marvin, R., Cooper, G., Hoffman, K. & Powell, B. (2002). The Circle of Security project: Attachment-based intervention with caregiver-pre-school child dyads, *Attachment & Human Development*, 4:1, 107-124.  
<http://doi.org/10.1080/14616730252982491>
- Maupin, A.N., Samuel, E.E., Nappi, S.M., Heath, J.M. & Smith, M.V. (2017). Disseminating a Parenting Intervention in the Community: Experiences from a Multi-Site Evaluation. *J Child Fam Stud*  
<http://doi.org/10.1007/s10826-017-0804-7>
- McMahon, C., Huber, A., Kohlhoff, J. & Camberis, A-L. (2017). Does training in the Circle of Security framework increase relational understanding in infant/child and family workers? *Infant mental health journal, Vol. 38(5)*, 658–668. DOI: 10.1002/imhj.21661
- Mongstad, I. (2013). *Veien til trygghet*. (Masteravhandling, Universitetet i Bergen). Henta frå:  
<http://bora.uib.no/handle/1956/7292>
- Mothander, P.R., Furmark, C. & Neander, K. (2017). Adding “Circle of Security – Parenting” to treatment as usual in three Swedish infant mental health clinics. Effects on parents’ internal representations and quality of parent-infant interaction. *Scandinavian Journal of Psychology*. <http://doi.org/10.1111/sjop.12419>



Møller, G. (2018). *Kunnskapsgrunnlag- Metoder for tidlig identifisering av risiko hos barn og unge*.

Hentra frå: <http://tidliginnsats.forebygging.no/Global/Rapport-risiko-hos-barn-og-unge.pdf>

NOU 2012:5. (2012). *Bedre beskyttelse av barns utvikling: Ekspertutvalgets utredning om det biologiske prinsipp i barnevernet*. Henta frå:

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2012-5/id671400/sec3?q=>

Personopplysningsloven. (2018). Lov om behandling av personopplysningar (LOV-2018-06-

15-38). Henta frå: [https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-38?q=personopplysningsloven)

[38?q=personopplysningsloven](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-38?q=personopplysningsloven)

Pettersvold, M. & Østrem, S. (2019). Problembarn og programinvasjon. I M. Pettersvold & S. Østrem (Red.), *Problembarna: Manualer og metoder i barnehage, skole og barnevern*. (s. 7-36). Oslo: Cappelen Damm AS.

Powell, B., Cooper, G., Hoffmann, K. & Marvin, B. (2015). *Trygghets sirkelen- en tilknytningsbasert intervensjon*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Reay, R. E., Palfrey, N., Bragg, J., Kelly, M., Ringland, C. & Bungbrakearti, M. (2019). Clinician Perspectives on the Circle of Security- Parenting (COS-P) Program: A qualitative Study. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy* (40), s. 242-254.

<https://doi.org/10.1002/anzf.1357>.

Roald, K. (2015). *Kvalitetsvurdering som organisasjonslæring: Når skole og skoleeigar utviklar kunnskap*. Bergen: Fagbokforlaget.

Roaldseth, R. J. (2018). *Profesjonelles erfaringer med Circle of Security Parenting, I forebyggende arbeid med foreldre som har små barn*. (Masteravhandling, Høgskolen i Innlandet). Henta frå:

<https://brage.inn.no/inn-xmlui/handle/11250/2567821>

Sameroff, A. (2009). The transactional model. I A. Sameroff (Red.), *The transactional model of development: How children and contexts shape each other* (s. 3–21). American Psychological Association.

<https://doi.org/10.1037/11877-001>

Shonkoff, J.P. & Bales, S.N. (2011). Science Does Not Speak for Itself: Translating Child Development Research for the Public and Its Policymakers. *Child Development, Vol.82(1)*, 17-32.  
<http://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01538.x>

Skagen, K. (2016) *I veiledningens landskap: Innføring i veiledning og rådgivning* (2. utg.). Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Skogen, J.C., Smith, O.R.F., Aarø, L.E., Siqveland, J. & Øverland, S. (2018). *Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelseiltak. En kunnskapsoversikt*. Henta frå: <https://www.fhi.no/publ/2018/barn-og-unges-psykiske-helse-forebyggende-og-helsefremmende-folkehelseilta/>

Smith, L. (2002). *Tilknytning og barns utvikling*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.

Smith, L. (2014). Foreldres intuitive omsorgsattferd. *Scandinavian Psychologist*. Henta frå: <https://psykologisk.no/sp/2014/03/e1/>

Smith, L., Brandtzæg, I. & Torsteinson, S. (2019). *Barn og relasjonsbrudd: Bind 1. Makroseparasjonar: Tilknytningsbasert forståelse, utredning og behandlingstiltak*. Bergen: Fagbokforlaget.

Sroufe, A.L. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development, 7(4)*, s. 349-367).  
<https://doi.org/10.1080/14616730500365928>.

Søndenå, K. (2004). *Kraftfull refleksjon i lærarutdanninga*. Oslo: Abstrakt forlag AS.

Tangen, R. (2012). Tilnæringsmåter og temaer i spesialpedagogikk- en introduksjon. I E. Befring & R. Tangen (Red.), *Spesialpedagogikk* (5. utg, s. 17-22). Oslo: Cappelen Damm AS.

Thagaard, T. (2016). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

Tilknytningspsykologene. (2019). Circle of Security Parenting DVD. Henta frå: <http://www.tilknytningspsykologene.no/en-introduksjon-til-cicle-of-security/>

- Tjora, A. (2012). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (2.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ulvlund, S., & Eng, H. (2012). Circle of Security (COS) Virginia- Familiemodellen. *Ungsinn: Tidsskrift for virksomme tiltak for barn og unge*. Henta frå [https://ungsinn.no/post\\_tiltak/circle-of-security-cos-virginia-familiemodellen/](https://ungsinn.no/post_tiltak/circle-of-security-cos-virginia-familiemodellen/)
- Van IJzendoorn, M.H. (1995). Adult Attachment Representations, Parental Responsiveness, and Infant Attachment: A Meta-Analysis on the Predictive Validity of the Adult Interview. *Psychological Bulletin, Vol. 117*(3), s.387-403. Henta frå: [https://www.researchgate.net/publication/15420841\\_Adult\\_Attachment\\_Representations\\_Parental\\_Responsiveness\\_and\\_Infant\\_Attachment\\_A\\_Meta-Analysis\\_on\\_the\\_Predictive\\_Validty\\_of\\_the\\_Adult\\_Attachment\\_Interview](https://www.researchgate.net/publication/15420841_Adult_Attachment_Representations_Parental_Responsiveness_and_Infant_Attachment_A_Meta-Analysis_on_the_Predictive_Validty_of_the_Adult_Attachment_Interview)
- Wesseltoft-Rao, N., Holt, T. & Helland, M.S. (2017). *Gruppetiltak for foreldre. Norsk praksis, erfaringer og effektevalueringer*. Henta frå: <https://www.fhi.no/publ/2017/gruppetiltak-for-foreldre.-norsk-praksis-erfaringer-og-effektevalueringer/>
- WHO. (2016, 30. september). Child maltreatment. Henta frå: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>
- Woodhouse, S.S. (2018). Attachment-based interventions for families with young children. *J.Clin.Psychol.* 74. s. 1296- 1299. <https://doi.org/10.1002/jclp.22640>
- Yaholkoski, A., Hurl, K. & Theule, J. (2016). Efficacy of the Circle of Security Intervention: A Meta-Analysis. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 15 (2), 95-103. <https://doi.org/10.1080/15289168.2016.1163161>
- Zachrisson, H.D. (2016). Tilknytning og psykisk helse hos sped- og småbarn. I V. Moe, K. Slinning & M.B. Hansen (Red.), *Håndbok i sped- og småbarns psykiske helse* (s. 286- 298). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Zachrisson, H.D., Lekhal, R. & Schjølberg, S. (2016). Barnehage og psykisk helse ho sped- og småbarn. I V. Moe, K. Slinning & M.B. Hansen (Red.), *Håndbok i sped- og småbarns psykiske helse* (s. 770-783). Oslo: Gyldendal Akademisk

