

**Samtalegruppe
for barn
som har opplevd samlivsbrudd**



INNLEIING

Dette erfaringsbaserte dokumentet er skriva av Alicia Ramirez P. frå Familievernkontoret på Stord, og Mariann T. Haugan frå Støtteteamet i Stord kommune. Me har dei to siste år samarbeida om organisering og gjennomføring av samtalegrupper for barn som har opplevd samlivsbrudd. Familievernkontoret gir tilbod om parterapi, familieterapi og mekling ved samlivsbrudd. Støtteteamet har fokus på psykososialt arbeid med barn og unge, det er eit lågterskel- og førebyggjande arbeid i kommunen. I arbeidet vårt som består av å arbeida med familiar og barn, kjem me ofte i problemstillingar som handlar om samlivsbrudd, og konsekvensane dette har for foreldre og barn.

Samlivsbruddet er ei stor påkjenning for familien og barna, både rett etter bruddet, undervegs og i tida etterpå. Familien må finna ut korleis det er å ikkje lenger leva saman, frå å vera "oss", som ei eining, til å vera ein todelt familie. Bruddet berører ikkje bare kjernefamilien, men også den utvida familien, og familien sitt nettverk, som besteforeldre, tanter, onklar, søskenbarn og vener. Heile familiesystemet blir endra som konsekvens av bruddet.

Foreldra kan snakka med andre vaksne om det dei opplever. Barna har ikkje same mulighet. Dei er prisgitt av at dei vaksne rundt dei kan sjå barna sine behov, og at dei kan sjå og lytta til barna sine. Barna er ikkje alltid modne nok til å kunne forstå kva som føregår i den vaksne verda. For barna er det ikkje lett å spørje omverda om "vaksne ting". Familiebruddet for barna har ei anna betydning enn den har for foreldra. For foreldra er det eit parforhold som blir avslutta med dei konsekvensar det kan føra til. Barna sin situasjon er at mor og far ikkje lenger lever saman med dei. Barnet kan oppleva tap ved at dei ikkje lenger har den daglege kontakten med mor og far, og kan oppleva tap ved at dei mister nær kontakt med andre i familien dei er glad i. Tap av oppvekstheim kan også vera vanskeleg for barna. Slike tap kan utløysa sorg hos barn (Atle Dyregrov, 2006.) Konsekvensen for barn i forhold til eit samlivsbrudd er også at dei må forholde seg til to separate heimar, to utvida familiar og ofte to nettverk.

Når det gjeld arbeidet vårt med samtalegruppene har me teke utgangspunkt i P.I. S (Plan for Implementering av Skilsmisse-grupper i skolen), med faste hovudtema på kvar samling. P. I. S. vart starta i Bærum kommune, for å fremja psykisk helse blant barn og unge.

Men me har valt å utarbeida vårt eige materiale og metodar for gruppearbeid med barn, med historiar som passa med hovudtemaet. Dette har me kome fram til med våre erfaringar i arbeidet med samtalegruppene. Det er dette me har brukt og beskriv i dette erfaringsbaserte dokumentet. Sjå under.

Det er gjennomført samtalegruppe tidlegare med ein lærar som ein av gruppeleiarane.

Når det gjelder metodebruk visar me til punktet om organisering og struktur. Me har valt å ikkje skriva meir om metodebruk.

Dette dokumentet er som sagt eit erfaringsbasert dokument, og er ikkje meint som ei handbok. Det er brukt nokre etablerte bokmålsbegrep, ikkje rett nynorsk, dette med tanke på lesaren.

Forsking visar at barn som har vore utsett for samlivsbrudd har dobbel så høg risiko for å utvikla problem på det psykologiske, adferdsmessige og sosiale område enn andre barn (Breivik, K. & Olweus, D. 2006). Forsking frå m.a. USA kan bekrefte at tilbod om samtalegruppe til barn som har opplevd samlivsbrudd har ei gunstig effekt (Alpert-Gillis, L. J., Pedro-Carroll, J. L., & Cowen, E. L. 1989).

FORMÅL

Gjennom vårt arbeid med familiar og barn i ei fase med samlivsbrudd, og i tida etter bruddet, ser me at barna ofte har det vanskeleg. Det å snakka med andre, både vaksne og barn, om at mor og far ikkje bur saman lenger kan vera vanskeleg. Barna føler seg ofte åleine med tankane og følelsane sine, og forståinga av bruddet er vanskeleg. I arbeidet vårt ser me behovet for å kunne gje barn tilbod om ei samtalegruppe, for at dei kan få bearbeida bruddet. Barna har behov for å kunne forstå kva som har skjedd med deira familie, og korleis framtida kan bli forstått ut frå eit barneperspektiv. I samtalegruppa får barna bearbeida følelsar og tankar, og får forståing av omverda gjennom m.a. samtale med vaksne, leik og samtale med andre barn.

Difor valgte me våren 2010, i samarbeid med to skular på Stord, å starta to samtalegrupper for barn som har opplevd samlivsbrudd.

Me ynskjer med dette å systematisera vår erfaring med desse gruppene, og gjennom denne prosessen trekkja ut kunnskap og ny erfaring.

TEORI

Me vel å skrive kort om teori i forhold til arbeid med barn som har opplevd samlivsbrudd, me skriv litt om tema som sorg, adskillelse og om gruppeprosess.

Samlivsbruddet er ein prosess der familien går frå å vera ein kjernefamilie til at familien blir delt i to adskilte einingar.

Kjersti Haaland (2002) seier; ”Ved å fokusere på skilsmisse som en prosess eller som en overgang til en annen type familieliv enn kjernefamilien, viser forskning at det går bra med de fleste barna, mens for en mindre gruppe slår skilsmissen negativ ut. Ut fra at skilsmisse representerer stor livsforming, vil de som gjennomlever denne, bli utsatt for en større risiko for at noe skal gå galt.”

I vårt arbeid med barn og familiar hadde me fått tilbakemeldingar frå foreldra, skulane og helsesøster at det var mange barn i ein slik livssituasjon som Haaland (2002) skriv om. Dei kunne gjennom barna sin adferd sjå at barnet ikkje hadde det lett. Me meiner at ei slik type samtalegruppe me har arbeida med, kan være førebyggjande i forhold til risikoen for at det kan utvikla seg problem på det psykologiske, adferdsmessige og sosiale området. Her meiner me m.a. uønska adferd, følelsesmessig kaos, sorgreaksjonar og psykosomatiske plager.

Atle Dyregrov (2006) beskriv nokre av dei vanligaste sorgreaksjonar hos barn som; ”angst, sterke minner, søvnforstyrrelser, tristhet, lengsel og savn, sinne og oppmerksomhetskrevende atferd, skyld, selvbepreidelse og skam, skolevansker, kroppslige plager.”

Me kunne sjå mange av disse sorgreaksjonane hos barna i gruppene me hadde. Barna hadde det vanskeleg med å kunne forstå kvifor dei hadde det slik. Barnegruppa hjelpte dei med å ikkje føla seg åleine med disse reaksjonane, og gav ei forståinga av reaksjonane. Barna kunne dela dette med dei andre barna som også hadde opplevd samlivsbrudd, dei fekk oppleva at andre barn hadde liknande sorgreaksjonar som seg sjølv. I gruppene kunne barna i fellesskap snakka, bearbeida og få ei forståing av sorgreaksjonane sine.

Vidare seier Dyregrov (2006) at barna er svært vare for adskillelse. Dyregrov visar til Claudia L. Jewett si bok "Når barn sørger" (1984) der ho skriv; "...konflikten mellom trangen til å gi avkall på det som er tapt og ønsket om å holde fast ved det - dragningen mellom fortid og framtid – er grunntonen i all sorg."

I samtalegruppene opplevde me barna sin sårbarhet i forhold til adskillelse, og me kunne sjå at barna sleit med dragninga mellom fortid og framtid. Frå å være ein kjernefamilie der barnet følte seg trygg, blei familien splitta i to. Barnet blei i periodar adskilt frå ein av foreldra, huset sitt, familien og vener, kjente oppvekstområde, skule og husdyr. Overgangen til ein ny livssituasjon gjorde at nokon av barna hadde sorg over tap av kjernefamilien sin, og kva den representerte. Mange av barna ønskte seg tilbake til slik familiesituasjonen var då foreldra budde saman, og fleire hadde problem med å forholde seg til den nye familiesituasjonen.

I vår tanke om gruppearbeid støttar me oss til det Magne Raundalen, Gustav Lorentzen og Atle Dyregrov (2005) skriv om gruppearbeid; "Gruppeprosessen skal skape rammer, trygghet og et støttende klima, slik at man kan klare å åpne opp og begynne å bearbeide de verste minnene." Vidare står det; "... dokumentert erfaring som viser at grupper har mange terapeutiske fortrinn og muligheter som man ikke kan oppnå dersom man utelukkende satser på individualterapi eller familierapi... Det er lettere og mindre skremmende å være i en gruppe sammen med andre som har opplevd det samme, enn å snakke alene."

Denne beskrivinga av gruppearbeid, kunne me relatera til arbeidet vårt med samtalegruppene. I starten var barna usikre og utrygge på gruppa. Etter kort tid fekk barna ei oppleving av gruppetilhørighet. Me som gruppeleiarar hadde klare og tydlege rammer og struktur. Dette skapte eit trygt og støttande klima i gruppene, slik at barna blei fortrulige med å snakka. Det å være saman med andre barn med liknande livserfaring var med på å normalisera barna si eiga livserfaring, og det blei lettare for barna å snakka og fortella si historie. Det å også finna andre sider av historia si, også positive, var viktig (narrativt; nyskriving av historia.

GRUPPEDANNING

Me planla og gjennomførte samtalegruppe for barn som hadde opplevd samlivsbrudd på to barneskular på Stord. I samråd med lærarane, rektor og helsesøster på desse skulane kom me fram til at den beste måten å rekruttera barna til gruppene var at helsesøster tok kontakt med foreldra. Me kom fram til at me to som var gruppeleiarar hadde ikkje kontakt med foreldra i denne perioden. Rektorane hadde ei viktig rolle med å organisere dette frå skulen si side, det var viktig at dei prioriterte at dette arbeidet skulle bli gjennomført i skulene deira i denne perioden. Lærarane, rektor og helsesøster på skulane hadde over lengre tid sett at mange barn treng denne type tiltak, og dei meinte at dette var eit godt tiltak for barna. Dei kjenner og har nær relasjon til barna og deira familie, og har kjennskap til barna og foreldra sin familiesituasjon. Dei var klar over at relasjonen mellom foreldra kunne være vanskelig og konfliktfull. Dei som kjente barna og familien kunne best vurdere kva barn som hadde mest behov for å delta i samtalegruppe. Helsesøster tok telefonisk kontakt med foreldra til dei aktuelle barna. Ho informerte om tilbodet og målsettinga for gruppa, helsesøster fekk munnleg godkjenning av dei av foreldra som ynskte at deira barn skulle vera med i samtalegruppa. Slik vart det danna grupper av aktuelle barn på desse to skulane. Deretter sendte me som var gruppeleiarar informasjon om gruppene til foreldra, der begge foreldra skulle senda oss stadfesting på at deira barn skulle vera med i gruppene.

Me som samarbeidde om desse samtalegruppene har erfaring med at foreldre er sårbare i, under og etter eit samlivsbrudd. Me vurderte å ha eit fellemøte med alle foreldra til kvar gruppe, for å gje felles informasjon om gruppa både før og etter gruppeprosessen. Erfaringa vår var at foreldre av ulike grunnar ikkje ynskjer å koma i fellessamlingar med foreldre i liknande familiesituasjon, og difor valgte me å ikkje ha det i denne omgang. Me vurderte også telefonkontakt, med foreldra, både før og etter gruppeprosessen, men me kom fram til at helsesøster hadde denne kontakten og kunne ivareta foreldra.

Målgruppe for samtalegruppene denne gang var barn i 6. og 7. klasse. Grunnen til dette valet var at helsesøster og lærarane såg at det var i denne aldersgruppa det var størst behov for tiltaket.

ORGANISERING OG STRUKTUR

Gruppeleiar: Mariann T. Haugan, Støtteteamet i Stord kommune og Alicia Ramirez P. frå Familievernkontoret på Stord. Det var totalt 6 samlingar. Tidsbruk frå kl. 08:30 til 10:00. Barnegruppa i skule 1 var samansett av 2 jenter, søsken, og 5 gutar, og i skule 2 var det 3 gutar og 5 jenter.

Organisering og framdrift av gruppa:

- Møte med skulen for å gje informasjon til lærarane om samtalegruppa
- Liste med namn på aktuelle barn var gitt frå skulen og helsesøster til gruppeleiarane
- Invitasjon til barna vart sendt til foreldra. Brev med bekreftelse om at barna kan delta i gruppa var lagt ved
- Brev til skulen om samlingsdatoar
- Brev til skulen om dato for felles evaluering av tiltaket

Struktur i samlingane:

- Me seier god morgon, me ser barna i augo og benevner kvart barn med namn
- Alle fortel korleis helga / veka har vore
- Tema for samlinga
- Tema og frukt
- Pause 15 minutt
- Tema for samlinga
- Fortelje om noko kjekt som du har hatt saman med mor, far
- Avslutning med leik

Tema for samlingane for kvar skule var ulike. Me hadde planlagde tema for kvar samling. Dersom me såg at barna hadde fokus i eit anna tema enn det me hadde planlagd, valgte me å følgje barna sitt fokus i samlingane. I samanheng med samtalegrupper for barn meiner me at det er viktig å følgje barna i forhold til kor deira fokus er til ei kvar tid. Dersom ein ikkje gjer det klarar ein ikkje å fanga oppmerksomheten deira. Deira eige tema gjev meining til dei i forhold til deira følelsar, opplevingar og situasjon. Det som opptek barn i forhold til tema er det som barna har sin konsentrasjon i.

Me la vekt på at i siste samling skulle barna få ei positiv tilbakemelding frå oss gruppeleiarar. Denne meldinga skulle visa til eit av barna sine positive eigenskapar som dei hadde vist i

gruppa. Med dette ynskte me at barna skulle oppleva at deira bidrag i gruppa hadde blitt verdsett. Samtidig ynskte me å synleggjera for barnet og dei andre i gruppa at dette barnet har ei unik eigenskap og personalitet. Dette gjorde me ved å ha eit fint kort der me skreiv den konkrete eigenskapen kvart barn hadde vist i gruppa. Samtidig med kortet, gav me ei munnleg tilbakemelding på dette. Dette for at barnet sjølv og dei andre barna i gruppa fekk høyra dette.

Gruppesamtalane på to skular:

Samling nr 1 hadde lik struktur for begge gruppene:

1. Introduksjon med namn
2. Kvifor barna er invitert til samtalegruppe, og kva det betyr å vera med i samtalegruppe
3. Presentasjon av familie med nettverkskart. Evt dyr, alder og kva dei gjer
4. Definisjon av begrep; taushetsplikt, tillit, trygghet, plikt
5. Tidsramme; seks samlingar på 1 ½ time, med pause innimellom
6. Gruppeleing. Kven er leiar, og korleis snakkar me saman
7. Korleis kan dette bli ei fin gruppe alle trives i. Gruppereglar, sjå under
8. Idébank for gruppa
9. Det er i orden dersom nokon vil snakke åleine med oss.
10. Introduksjon av hovudtema: ”Å vera barn av foreldre som ikkje lenger bur saman”

SKULE NR. 1.

Samling nr. 1:

Sjå på forrige punkt korleis samling nr. 1 var lagt opp.

Foreldra har ikkje gitt nok informasjon til barna om gruppa og kva som er målsettinga med den. Eit barn har tidlegare delteke i forrige gruppe. Han gir informasjon til dei andre barna. Barna kjenner kvarandre frå før. Dei føler seg usikre. Barna arbeider godt med å laga gruppereglar. Hovudtema er relevant. Dei er aktive i å snakka om sin situasjon.

Samling nr. 2:

Ny gjennomgang av gruppereglar.

Tema for samlinga er *lojalitetskonflikt*. Når foreldra kranglar i påsyn av barna. Historia om Mari blir fortald. Barna er opptekne av å vita om historia er sann. Barna jobbar aktivt med historia og eigen situasjon.

Samling nr. 3:

Ny gjennomgang av gruppereglar.

Tema for samlinga er *sinne*. Historia om Martin og sinne blir fortald. Historia blei rollespelt av barna. Barna spør om å laga ei eiga historie og spela den. Barna er aktive. Me jobbar med korleis dei kan takla sinnekjensla. Barna jobbar med idébank.

Samling nr. 4:

Ny gjennomgang av gruppereglar.

Tema for samlinga er *lojalitetskonflikt*. Den andre forelderen er lei seg. Kor mykje foreldra er venner eller uvenner. Korleis barna taklar det.

Barna katalogiserer foreldra sin vennskap / uvennskap.

Me forbereder barna på avslutning.

Samling nr. 5:

Ny gjennomgang av gruppereglar.

Tema for samlinga er ”*inni- og utenpå- følelsar*”. Når mor / far har ny kjærast.

Begge jentene gjekk ut fordi dei hadde 17. mai-øving. Gutane var opptekne av å vera kjærestar. Kva betyr det å vera forelska, kva gjer det med oss, sårbarhet, savn, glede. Me snakka om dette. Stort engasjement hos gutane. Etter at jentene kom inn igjen, jobba me med lappar som fortel om inni- og utenpå - følelsar.

Planlegging av avslutning.

Samling nr 6:

Barna valgte sjølv å jobba vidare med lappane. *Inni- og utenpå- følelsar*. Til avslutning hadde barna fått foreldra til å laga varm kakao og bollar med krem. Barna fylte ut skjema om korleis det var å vera med i gruppa.

Barna fikk eit kort frå oss med nokre fine ord der me betegna deira positive eigenskapar.

Barna sette pris på det.

Konklusjon gruppe nr. 1:

Barn i gruppa var homogen i adferd. Dei var trygge på kvarandre, åpne, konsentrert og lydhøre. Dei hadde stort engasjement i samlinga. Dei fortalde opent om korleis dei opplevde foreldra sitt samlivsbrot. Dei var også opptekne av å snakka om korleis det var å vera barn når foreldra ikkje bur saman.

Barna respekterte dei rammene og grensene som var for gruppa. Dei møtte alltid presis til samlingane.

Foreldra til eit barn var midt i rettssak i forhold til daglig omsorg. Han var svært oppteken av dette. Han hadde stort behov for å snakka om det.

Eit anna barn i gruppa hadde rolle som ”klovn”. Barna i gruppa hadde rom og plass for han. Etter ei kort stund slutta han å være klovn.

Eit anna barn hadde vore med i samtalegruppe før. Han formidla til dei andre barna at dette var kjekt og nyttig. Han blei ein ressurs for gruppa.

I samling nr 5 blei me åleine med gutane. Dei tok sjølv opp temaet om å vera forelska. Dette skapte stort engasjement hos dei. Det kom fram veldig tidlig at dei hadde stort behov for å snakka med vaksne om dette.

Barna hadde fått lite informasjon frå foreldra om gruppa. Skulen hadde informert dei om det. Barna hadde ei god oppfølging frå skulen.

Tildeling av kort til kvart barn med nokre ord som var for kvar av dei, var noko me kunne sjå at barna sette stor pris på.

SKULE NR. 2.

Samling nr. 1:

Same organisering som i skule 1, på første samlinga.

Fleire av barna sa at dei ikkje visste kva denne gruppa var til for, andre visste at det var for ”barn som har skilte foreldre”. Me såg fort at dette var ei for stor gruppe, ni stykke, med to svært urolege gutar som kravde ekstra oppmerksomhet. Det var veldig mykje uro i dei, dette forstyrta dei andre barna i gruppa mykje. Men me vaksne møtte dei på ein god og tolmodig måte, og ville ikkje ekskludera nokon. Alle barna hadde fått tilbod om denne gruppa, og me ynskte at dei skulle få fortsetja i den. Me såg at barna ikkje var trygge på kvarandre, det var litt stygge kommentarar til kvarandre / tøff tone. Nokre av barna kravde og tok mykje plass, andre var meir rolege. Mykje av den første samlinga gjekk med til å prøva å få barna til å

konsentrera seg om det me snakka om. Me lagde gruppereglar saman med barna som dei meinte var viktige, desse hengde me opp slik at me alle kunne sjå den. Kvar samling vidare starta me med å gå igjennom reglane.

Barna kom fram til desse reglane for gruppa:

Ikkje le av kvarandre, taushetsplikt, rekke opp handa når me vil snakke, respekt, stole på kvarandre, å høyra etter når andre snakkar, møte presis, markere til dei som er urolige (med å ta lett på skuldra / låret), masse rart, avslutte med leik.

Barna lagde nettverkskart over familien sin, det var populært. Me gjekk gjennom dei, kvar og ein forklarar om sine kart / familiar. Då var dei konsentrerte. Det var stor forskjell på kor lenge det var sidan foreldra hadde skilt lag.

Ei jente gav på slutten av denne første samlinga beskjed om at ho ikkje ville vera med vidare i gruppa.

Nokre dagar før andre samlinga hadde Alicia og Mariann ein samtale åleine med to av gutane som hadde vore urolege på første samlinga. Me hadde ein fin samtale med dei, og spurde dei om å hjelpa oss til å klara å halda konsentrasjon og ro i gruppa. Dette sa gutane at dei ville hjelpa oss med. Vidare gav me informasjon om at me ynskte at dei to var med i gruppa vidare, men dersom dei ikkje såg noko vits med gruppa kunne dei sleppa å vera med vidare. Gutane fekk lov til å velje om dei ville vera med vidare. Gutane sa at dei hadde lyst til å fortsetja i gruppa, og at det verka kjekt der. Gutane forklarar oss kvifor dei nokre gongar var urolege. Me vart einige med dei om kva me vaksne skulle gjera når dei vart urolege.

Samling nr. 2:

Mariann var åleine med gruppa denne gangen, Alicia var i Bergen. Gruppa fungerte veldig bra, barna var rolege og konsentrerte. Gjennomgang av gruppereglane. Runde "sidan sist?" Hovudtema "*Brudd i familien*", Mariann fortalde ei historie om temaet. Vidare snakka me om at mange barn føler det er urettferdig at mykje går ut over barna når foreldra skiller lag. Ungane var veldig konsentrerte og deltakande på denne samlinga, og kom med liknande historiar. To av jentene i gruppa hadde teke med seg ei ekstra jente denne gangen som dei meinte "hadde godt av å vera med i denne gruppa". Ho har ikkje foreldre som er skilt, men mista faren sin då ho var liten. Ho fekk lov av dei andre til å vera med vidare i gruppa og bidrog positivt til gruppa. Dette vart klarert med mor.

Samling nr. 3:

Hovudtema "*Lojalitetskonflikt*". Me leste historia om "Martin og Mari". Me gjekk gjennom historia og snakka om begrepa lojalitet og lojalitetskonflikt, dette ift foreldra i denne samanhengen men også ift venner. Barna kjende seg igjen og fortalde mange historiar. Mange sa at det ofte er vondt å vera vekke frå den andre av foreldra. Me snakka også om temaet at *barna har to ansikt; eit på utsida / utpå seg og eit på innsida / inni seg*. Dette var det mange som kjende seg igjen i. Dei fortalde at det på utsida såg ut som dei var glade og at alt gjekk bra, men så var dei veldig lei seg, sinte, fortvila inni seg.

Fleire av barna sa at dei hadde det ofte slik, men at dei ikkje hadde nokon å gå til og snakka om dette, verken heime eller på skulen. " Dei vaksne forstår ikkje korleis me har det", sa eit

par av jentene. Me hadde rollespel med tema ”korleis fekk du vite at mamma og pappa skulle gå i frå kvarandre”. Stor aktivitet og innleving.

På denne samlingane var barna veldig urolige og ukonsentrerte, det gjaldt heile gruppa. Det var gått ei veke utan samtalegruppe og det såg me var for lenge mellomrom. Det tok tid og energi med å klara å få dei på sporet av kva me tok opp, mykje avbrot med ting som ikkje var i samheng med det me snakka om. Men me klarte å få dei med undervegs.

Samling nr. 4:

Gjennomgang av gruppereglane. Runde ”sidan sist?” Hovudtema: ”*Korleis me har det heime og på skulen*”. Fortsetjing med korleis me har det inni oss, og kva me viser på utsida. Dette var også tema i 3. samlinga. Foreldra får nye kjærastar, nye stesøsken kjem til. Me fortalde ei historie om det. Barna kjende seg igjen, fleire sa dei hadde det slik. Me hadde laga ein spå der dei kunne trekka oppfølgings spørsmål til historia, barna var konsentrerte.

Barna i gruppa var veldig uoppmerksame i dag, urolege. Det var vanskeleg å få dei til å konsentrera seg om temaet, mange innspel om saker som ikkje hadde noko med gruppa å gjera. Alicia måtte stoppa gruppa medan Mariann prøvde å halda på gruppa sin konsentrasjon. Barna viste ikkje respekt for den / dei som snakka, veldig urolege i dag. Me spurde om dei ynskte å fortsetje i gruppa sidan dei verka så urolege og uinteresserte. Barna sa at dei ynskte å fortsette arbeidet i gruppa, men at dei nokre gonger var så urolege. Då me tok dette opp og snakka med ungane, roa gruppa seg og tok ansvar. Me kommuniserte med dei om uroa. Me avslutta gruppa med at barna skulle fortelja om noko positivt om foreldra, alle var konsentrerte og hadde noko å seia då.

Samling nr. 5:

Gjennomgang av gruppereglane. Runde ”sidan sist?” Hovudtema: ”*Om det var nokre sider som var greitt / OK ved at foreldra gjekk frå kvarandre?*”. Barna kom med fleire kommentarar til det, fleire sa at det vart betre etter foreldra gjekk frå kvarandre. Det vart mindre kringling kvar dag, etterpå bare ved overlapping der barna skulle vera. Planlegging av avslutning av gruppa. Denne gangen var gruppa konsentrert og roleg.

Samling nr. 6:

Gjennomgang av gruppereglane. Runde ”sidan sist?” Runde på om barna syntes dei hadde hatt nytte av gruppa. Barna sa at det hadde vært veldig bra å vera med i gruppa, at dei hadde fått snakka om mykje som er vanskeleg, og at dei hadde lært masse. Dei syntes det var kjekt å vera saman med andre barn med liknande erfaringar. Barna sa dei syntes det var dumt at me var ferdig med gruppa no. Dei sa den skulle ha vore fleire gongar vidare, og vart lenger kvar gong. Dette sa dei var ikkje fordi dei syntes at det var greitt å vera vekke frå undervisninga, men fordi dei syntes det var kjekt å vera i gruppa. Gjekk kort gjennom nettverkskarta til barna, dei som ville tilføye noko fekk det. Barna fylte ut evalueringsskjema om korleis det var å vera med i gruppa. Det var ei veldig konsentrert og ivrig gruppe på den siste samlinga. Avslutning med is og snop, og litt grønnsaker. Barna i gruppa fekk kvar sitt kort frå oss med nokre positive ord om deira eigenskapar som me hadde lagt merke til i gruppa, det sette dei tydeleg pris på.

Konklusjon gruppe nr. 2:

Det viste seg fort at barna var veldig urolege, kom fort på andre saker dei måtte seia.

Manglande respekt for det andre sa og reglane, som måtte bli repetert ofte. Mykje uro som tok mykje av oppmerksomheten til dei vaksne for å få gruppa til å fungera for alle.

Barna i gruppa fekk oppleve to vaksne som var der ein kort periode (seks veker) som viste dei tolmod med å "tola" litt av uroa deira. Dette kunne me gjera i denne "settinga", men det er vanskeleg for lærarar med mange elevar i klassen. Barna fekk her erfaring med to vaksne som gjorde noko anna. Barna sine tilbakemeldingar var at deira erfaringar med uro i klassen var at lærarane sin reaksjon på det var å visa barna ut på gangen. Me viste med eit lite klapp på skuldra / låret at dei måtte konsentrera seg når dei var urolege. Ein liten kommentar, ikkje negativ tilbakemelding, men mykje positiv tilbakemelding når dei klarte å vera konsentrerte. Me ignorerte ein del av uroa, då ignorerte dei andre barna i gruppa det også.

Me opplevde to svært urolege gutar. Me tenkjer dei treng tett oppfølging, og eit heilt anna type opplegg ift adferden enn kva denne gruppa var meint som. Gruppa vart for krevjande for dei, dei hadde behov for ei anna type gruppe. Men gutane sa at dei syntes det var bra å vera med i denne gruppa, dei sa dei trivdes der. I løpet av samlingane såg me at dei klarde å vera meir fokusert. Men me såg at uroa gjekk ut over dei meir rolege i gruppa.

Ein såg at når dei var så urolege hadde dei ikkje så stor nytte av denne type samtalegruppe. Me meiner at dei treng å vera i gruppe med barn med meir liknande utfordringar / problemstillingar som dei har, der fokus bør vera ift det.

Gruppa var for ulik, det skulle vore meir liknande problemstillingar. For mykje av dei andre barna sin konsentrasjon gjekk på dei to urolege. Dei stolte ikkje på kvarandre, var "uhøflege" mot kvarandre. Dei viste liten / torde ikkje å visa empati for kvarandre.

Erfaringa vår er at ein må vera meir "utveljande" med kven som får vera med i ei slik samtalegruppe. Barn med allereie adferdsmessige utfordringar bør ikkje vera med i ei slik type gruppe. Men det er svært viktig at desse får tilbod om ei meir passende gruppe ift deira behov og utfordringar. Me har stor tru på at det hadde vært nyttig for dei.

Barna kom for seint til fleire av samlingane, det var uheldig med tanke på den korte tida me hadde. Barna fortalde at lærarane hadde gløymd at det var gruppe, og minna dei på det. Me ser behovet for at urolege barn spesielt treng tett oppfølging om møtepunkt.

I kvar samling hadde me pause ti minutt midt på. Barna fekk tilbod om å gå ut og ha pause då, dette gjorde dei ikkje nokon gong. Alle var inne saman med oss vaksne, dei prata med oss og med kvarandre, og leika saman greitt. Dei sette tydeleg pris på å vera saman med oss vaksne også då.

ERFARING MED SAMTALEGRUPPENE

I dette punktet ynskjer me å visa kva me har høyrte og sett frå barna under samlingane. Barna si erfaring og forteljing av deira historie gir oss ei svært verdifull kunnskap om korleis barna har det, og har opplevd samlivsbruddet. Samt korleis det er for barna i tida etter bruddet, når foreldra ikkje bur saman lenger.

Kva har me høyrte:

Barna fortel at dei føler seg ikkje høyrte av foreldra. Dei seier at dei får lite informasjon om korleis deira livssituasjon kjem til å bli i framtida. Deira følelsar og tankar blir bagatellisert og ikkje forstått. Barna fortel at foreldra spør lite om korleis barna har det etter dei har blitt fortalt om avgjerda om samlivsbruddet, og i perioden etterpå. Barna seier at foreldra trur at dei har det bra, men barna seier at dei ofte er trist og lei seg inne seg.

Barna fortel at dei tenkjer mykje på kva som har skjedd med deira familie. Og at dei har få andre vaksne rundt seg, utanom foreldra, som dei kan snakka med om den nye livssituasjonen sin. Dei seier dei kjenner seg åleine med desse tankane.

Barna fortel at dei føler stor grad av lojalitetskonflikt. Dei kjem i ein posisjon som gjer at dei føler at dei må velje mellom foreldra. ”Kor skal eg bu? Den andre blir trist når eg er vekke.” Foreldra si avgjerd om bruddet er teke av dei vaksne, barna føler seg maktesløse i forhold til dette. Dei synes at det er urettferdig at dei mister sin kjernefamilie fordi foreldra ikkje klarar å få parforholdet til å fungera.

Barna fortel at foreldra forventar at barna skal forstå og akseptere dei vaksne si avgjerd om samlivsbruddet og ny bustad / heim raskt. Barna sine ynskje om korleis dei ynskjer å ha det i forhold til bustad, blir ikkje høyrte.

Barna fortel at dei føler seg åleine med mange vanskelege følelsar. Følelsar som m.a. sinne, tristhet, sorg, frustrasjon, maktesløyse og aggresjon, fortel barna at dei ofte har. Det er vanskelig for dei å kunne forstå alle desse nye følelsane. Foreldra snakkar lite med barna om dette, og at det er normale kjensler i ein ny og vanskeleg situasjon.

Barna fortel om høgt konfliktnivå mellom foreldra, som inneberer mykje ”støy”. Denne støyen er i form av høgt stemmeleie, gråt, krangling, baksnakking, konflikt, uenighet, dårlig stemning, negativt kroppsspråk mellom foreldra, gjensidig avvisning mellom foreldra, uhøflighet. Dette pågår både under samlivsbruddet og etter bruddet.

Barna fortel m.a. at i tida etter bruddet opptrer foreldra ofte upåliteleg i forhold til kvarandre, spesielt i forhold til avtalar som gjeld barna.

Barna fortel at dei har det vondt og vanskeleg når foreldra introduserer ny partnar kort tid etter bruddet. Vidare fortel barna at det ofte er vanskeleg for dei å forholde seg til forelder / foreldra sin nye partnar, og den sin familie. Barna fortel at forelder / foreldra har lite forståing for at dette kan vera / er vanskeleg for barna å forholde seg til, og akseptere. Barna føler at dei har ikkje noko val. Fleire barn sa at dei synes foreldra får nye partnara for tidleg etter bruddet. ”Det skulle vært ein regel som seier at det må gå eit år frå dei skiller seg til dei får seg ny kjærast”, sa eit barn.

Ofte fortalde barna at foreldra er ikkje følelsmessig konsentrert om barna, men den nye partnaren. Det følelsmessige engasjementet var hos den nye partnaren, og ikkje hos barna. Barna følte seg ofte tilsidesett av den eine eller begge foreldra pga dette.

Kva har me sett:

Me såg at barna sin sorgprosess begynte då dei fekk vite om bruddet. På dette tidspunktet forstod og innsåg barna at deira kjernefamilie ville bli splitta opp. Nokon av barna hadde sett og opplevd at foreldra hadde problem med samlivet. Tanken om bruddet mellom foreldra kom likevel overraskande på dei. Andre barn var ikkje klar over at foreldra hadde problem i samlivet, og bruddet kom veldig overraskande på dei.

Me såg at barna og foreldra har to forskjellige sorgprosessar. Barna sin sorgprosess starta ved første informasjon om bruddet. Foreldra sin sorgprosess hadde allereie vart i ein periode. Dei hadde brukt tid til å kome fram til beslutninga om bruddet, og hatt tid til bearbeida følelsane rundt dette. Barna hadde derimot ikkje hatt same mulighet til dette. Foreldra viste lite forståing på at barna også trengte si tid på sorgprosessen, og reaksjonar i forhold til bruddet.

I forbindelse med bruddet såg me at barna fikk lite informasjon frå foreldra om grunnen til bruddet, og kva som skulle skje vidare. Me såg at barna forstod lite om årsakene til bruddet. Barna følte seg fortvila og maktlause i det nye situasjonen. Barna fikk lite innvirkning på kva som skulle skje vidare.

Gjennom arbeidet med barna i samtalegruppene forstod me at mange av foreldra ofte i starten av samlivsbruddet, og for nokon over tid, har foreldra dårlig samarbeid, store konflikhtar, gjensidige krenkelse, visar respektløshet, har dårlig kommunikasjon, har fokus på egne behov, sjølvsentreringsposisjon hos foreldra, aggresjon og ein del bitterhet mot den andre forelderen. Me såg at barna følte seg lite sett og ivaretatt av foreldra i forhold til barna sine egne behov. Dette blei ei stor belastning for barna.

Me såg at fleire av barna i gruppene ofte hadde diverse somatiske og psykiske plager. Nokre av disse symptoma var dårlig konsentrasjon, svært uroleg på skulen, hovudpiner, magesmerter, søvnproblem, både med innsovning og eit urolig søvnmønster. Vidare såg me triste barn, både i forhold til kroppsspråk og kommunikasjonsmessig. Nokre av barna fortel om symptom som tyda på både depresjon og angst. Nokre av barna var bitre og aggressive mot foreldra sine, og mot andre voksne og barn på skulen og i fritida. Dei kunne ofte komma opp i konflikhtar med andre barn og voksne.

KONKLUSJON

Gjennom arbeidet vårt med samtalegrupper for barn som har opplevd samlivsbrudd, har me fått ny kunnskap og erfaring som berikar vårt arbeid med barn.

Me kan konkludera med at barna hadde nytte av samtalegruppa. Barna, foreldra og skulen sine tilbakemeldingar på samtalegruppene har vore positive. Også frå andre samarbeidspartnarar har det vore positive tilbakemeldingar på at me har prioritert arbeidet med dette.

Vår erfaring som gruppeleiarar for denne type samtalegruppe var positiv, berikande og lærerikt for oss. Det å møte to ulike grupper gav oss ei breiare og betre erfaring. Dette bekreftar at barna bør bli sett og respektert i deira individualitet og behov. Me såg også at dei to ulike gruppene som einingar også hadde sine individualitetar og behov.

I gruppa kunne barna snakka om eigen erfaring, følelsar, og forståing av den nye familie-situasjonen, og også lytta til dei andre barna si erfaring i forhold til dette. Både då samlivsbruddet inntraff, undervegs, og korleis dei hadde det no.

Med utgangspunkt i at barn hjelper barn i liknande livssituasjon, kan dei være ei god hjelp for kvarandre. Dette meiner me har ei viktig førebyggjande effekt i forhold til psykososiale forhold for barna. Me erfarte ofte at barna sine egne kommentarar og erfaring på liknande problem, og deira forslag på løysingar, var meir nyttig og viktige for dei andre barna enn det me vaksne kom med. Dette er erfaringsbaserte løysningar frå barn til barn.

Det viste seg at vår erfaring som gruppeleiarar, og med gruppene frå skulane blei forskjellige. Me var heile tida to vaksne, med den eine som gruppeleiar. Sjå tidlegare konklusjon på kvar gruppe.

Som gruppeleiarar konkluderar me med at det er viktig at barna i gruppa er mest mulig homogen i forhold til målsetning for samtalegruppa. Me erfarte at barn med adferdsmessige utfordringar ikkje bør være med i ei slik type gruppe når gruppa er stor. Dette fordi denne type tilbod ikkje ivaretek desse barna sine spesielle behov. Me meiner at desse barna bør få tilbod i skulen som er tilrettelagt forhold til dette.

Me har erfart at tilbakemelding til barna gjennom å gi eit kort med synleggjering av ein av deira positive eigenskap i gruppa, gav barna ei god oppleving. Barna blei merksam på sin positive eigenskap som me vaksne trakk fram i gruppa. Dette meiner me var med på å styrka kvart enkelt barn sitt sjølvbilde og oppfatning.

I fortsetjing av arbeid med denne type samtalegruppe for barn, ser me at det er viktig at barna blir ivareteke etter samtalegruppa er avslutta. Dette kan for eksempel bli gjort gjennom samtale med foreldre, skule, helsesøster eller anna instans i kommunen som har kontakt med barnet. Samtidig meiner me at foreldra har ei viktig rolle og ansvar for barnet medan gruppa pågår og i tida etterpå. Me ser også at nokre foreldre kanskje treng råd og veiledning i samband med dette.

Undervegs med gruppene såg me også at me fekk ei stor rolle med å vurdere om nokre av barna burde bli henvist til anna adekvat hjelp i kommunen. (Som BUP t.d.) Dette etter eventuelle samtalar med foreldra og skulen. Det var i denne omgang ikkje nødvendig.

Me vil vurdere til neste gruppedanningar, at me tek kontakt med foreldra etter samtalegruppene er ferdig. Dette for å gi generell informasjon om gruppa og deira barn, under forutsetning av at me arbeidar i forhold til vår taushetsplikt. Me skal ikkje dela detaljar om kva barnet deira fortalde oss. Me ynskjer også å få tilbakemelding frå foreldra om korleis dei vurderer barna si erfaring med gruppa.

Alicia Ramirez P.
Familievernkontoret på Stord

Mariann T. Haugan
Støtteteamet i Stord kommune

Stord, februar 2011

LITTERATURLISTE

Alpert-Gillis, L. J., Pedro-Carroll, J. L., & Cowen, E. L. (1989). The Children of Divorce Intervention Program: Development, implementation, and evaluation of a program for young urban children. Journal of Consulting and Clinical Psychology

Breivik, K. og Olweus, D. (2006). Children of Divorce in a Scandinavian welfare state: Are they less affected than US children? Scandinavian Journal of Psychology

Dyregrov, Atle (2006) Sorg hos barn. En handbok for voksne, Sigma Forlag

Dyregrov, Atle (2006) Små barns sorg. Temahefte. Program for foreldreveiledning. Bufetat

Haaland, Kirsti R. (2002) Barnet i skilsmissen. Et barneperspektiv på familieforming. Universitetsforlaget

Raundalen, Magne, Lorentzen, Gustav og Dyregrov, Atle (2005) Gruppearbeid i flyktningfamilier. – barnegrupper og foreldreveiledning. Pedagogisk Forum