



UiO • Universitetet i Oslo

# Gruppebasert foreldreveiledning som støtte i møte med barns følelser

*En litteraturstudie*

Marie Michèle Pimparé Svartdahl

Masteroppgave i spesialpedagogikk  
Fordypning i psykososiale vansker. SPED4093  
40 studiepoeng

Institutt for spesialpedagogikk  
Det utdanningsvitenskapelige fakultet

Dato: 15.11.21

# Sammendrag

**Innledning:** De fleste foreldre klarer å opprette en såkalt trygg tilknytning til barnet sitt, som er viktig for barnets sosiale og emosjonelle utvikling. Det kan likevel være vanskelig for mange foreldre å møte barnets følelser og behov, spesielt i stressende situasjoner. Klarer de ikke dette på egenhånd kan en mulighet være å oppsøke støtte gjennom foreldreveiledning. Veiledningen søker mot å forebygge uønskede psykososiale og atferdsmessige utfall hos barn ved å støtte foreldrene. Norske tilbud rettet mot den generelle befolkningen er av spesiell interesse i det forebyggende arbeidet som utforskes i denne masteroppgaven.

**Problemstilling:** *Hva vet vi om hvordan gruppebaserte foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan støtte foreldre til å bedre møte barns følelser?*

**Teori:** Rammeverket for oppgaven tar utgangspunkt i tilknytningsteori, teori om emosjonell sosialisering og innholdet i emosjonsfokusede foreldreveiledningsprogrammer.

**Metode:** Et omfattende og systematisk litteratursøk ble gjennomført for å kunne besvare problemstillingen. Det ble søkt i databasene PubPsych, Google Scholar, NORART, SveMed+, SAGE Journals, Science Direct, SCOPUS og Web of Science. Relevante treff ble vurdert med utgangspunkt i inklusjons- og eksklusjonskriterier. Det ble i tillegg gjennomført et manuelt søk gjennom å oppsøke anerkjente forskere og fagmiljø for upublisert materiale.

**Datamateriale:** Totalt ble åtte artikler inkludert i oversiktsartikkelen. Studiene undersøker og representerer fire ulike foreldreveiledningsprogrammer. Disse er International Child Development Program (ICDP), Emosjonsfokusede ferdighetstrening for foreldre (EFST), Emosjonsfokusede familierapi (EFFT) og en forkortet versjon av De Utrolige Årene (DUÅ). Felles for programmene er blant annet deres vektlegging av barnets følelser og foreldrenes håndtering av disse. Studiene er norske og rapporterer foreldres opplevelse av veiledningen på ulike vis. Litteraturstudien inkluderer både kvalitative og kvantitative studier i sitt datamateriale. Litteraturstudien er av overveiende kvalitativ karakter med dens hensikt om å undersøke foreldrenes opplevelse og erfaring med foreldreveiledning gjennom dyptgående og vide beskrivelser. En gjennomgang av studienes metodologiske styrker og svakheter viser at forhold knyttet indre validitet og reliabilitet hovedsakelig er ivaretatt. Studienes svakheter

knyttet seg først og fremst utvalgene. Dette utgjør en trussel for litteraturstudiens ytre validitet.

**Resultater:** Utvalgene i de inkluderte studiene varierer fra 6 til 186 deltakere og representeres av foreldre, familier og omsorgsgivere. Det rapporteres om økt forståelse for barnet, større trygghet og tilfredshet i foreldrerollen og bedre kommunikasjon med barnet. Det vises også til en reduksjon i bruken av negative foreldrestrategier og en økning i positive strategier. Måletidspunktet for hvorvidt betydningen av veiledningen vedvarer over tid er i de fleste studiene ett år, med fire år som lengste måletidspunkt etter tiltaket. Studienes metodologiske forhold er av varierende kvalitet og resultatene beror seg i hovedsak på foreldrenes selvrapportering.

**Konklusjon:** De åtte inkluderte studiene viser at gruppebaserte foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan være god støtte for foreldre som ønsker å bedre sitt møte med barns følelser. Med ulike behov for veiledning er foreldrenes opplevde støtte fra foreldreveiledningen opplevd ulikt. Litteraturstudien viser til flere eksempler og konklusjoner som kan være til nytte for fagpersoner og foreldre som ønsker en oversikt over det smale feltet. Likevel fører svakhetene knyttet utvalgene at resultatene ikke kan generaliseres til en større populasjon. Søkeordene resulterte i et lavt antall relevante studier med de forhåndsbestemte inklusjons- og eksklusjonskriteriene. Det konkluderes med at det er behov for mer forskning av høyere metodisk kvalitet, slik at man kan undersøke betydningen av foreldreveiledning knyttet til emosjonell sosialisering over tid.

# Forord

Denne masteroppgaven markerer avslutningen på et seks år langt studieløp innenfor pedagogikk, rådgivning og spesialpedagogikk. Hensikten med oppgaven har vært å få en dypere innsikt innenfor følelsenes betydning i foreldre-barn-relasjonen. Ved siden av arbeidet med oppgaven har forfatteren jobbet med vanskeligstilte barn og ungdom boende på institusjon. Forfatteren har latt seg engasjere av beboernes sterke følelsesuttrykk og blitt nysgjerrig på verdien av å oppdage mindre følelsesuttrykk med hensikt om å forebygge. Foreldreveiledning som hovedtema ble dermed et naturlig valg i utforskningen av omsorgspersoner som ønsker å forbedre håndteringen av barn og unges følelsesmessige uttrykk.

Først rettes en stor takk til min veileder Kari og biveileder Gunnar for deres tilgjengelighet og faglige innspill. Deretter vil jeg takke mine studievenninner Katarina og Ingvild som hver dag har stilt opp med godt humør, faglig innspill og emosjonell støtte. Til slutt vil jeg takke min samboer Maria, fantastiske Peder og familien som kontinuerlig har støttet og oppmuntret meg i arbeidet med denne masteroppgaven.

Oslo, 15. november, 2021.

Marie Michèle Pimparé Svartdahl

# Innholdsfortegnelse

TABELLOVERSIKT .....	1
FIGUROVERSIKT .....	1
<b>1 INNLEDNING .....</b>	<b>2</b>
1.1 DET PRAKTISKE FELTET .....	2
1.2 AVGRENSNING .....	3
1.3 PROBLEMSTILLING OG FORSKNINGSSPØRSMÅL .....	3
1.4 DISPOSISJON .....	4
<b>2 TEORETISK RAMMEVERK .....</b>	<b>5</b>
2.1 FORELDRESTØTTE .....	5
2.1.1 Foreldreveiledning .....	5
2.1.2 Gruppebasert foreldreveiledning .....	6
2.1.3 Foreldreveiledning på ulike tiltaksnivå .....	6
2.1.4 Foreldreveiledningsprogrammer som vektlegger følelser .....	6
2.1.5 Foreldrenes behov for støtte og veiledning .....	7
2.2 TILKNYTNINGSTEORI .....	7
2.2.1 Tilknytningsmønstre .....	8
2.2.2 Indre arbeidsmodeller .....	9
2.3 EMOSJONELL SOSIALISERING .....	9
2.4 EMOSJONER OG FØLELSER .....	10
2.5 OPPSUMMERING AV TEORETISK RAMMEVERK .....	11
<b>3 METODE .....</b>	<b>12</b>
3.1 LITTERATURSTUDIE SOM METODE .....	12
3.2 EN OVERSIKTSARTIKKEL MED SYSTEMATISKE GREP .....	13
3.2.1 Karakteristika ved en oversiktsartikkel .....	13
3.2.2 Systematiske grep .....	14
3.3 STUDIENS SØKEPROSESS .....	15
3.3.1 Søkeord .....	15
3.3.2 Søkestrategi .....	18
3.4 DATAEKSTRAKSJON .....	22
3.4.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier .....	22
3.4.2 Studieseleksjon .....	23
3.5 OPPSUMMERING AV METODE .....	25
<b>4 DATAMATERIALE .....</b>	<b>26</b>

4.1	OVERSIKT OVER INKLUDERTE STUDIER .....	26
4.2	STYRKER OG BEGRENSNINGER VED DATAMATERIALET .....	28
4.2.1	Begrepsvaliditet.....	29
4.2.2	Indre og ytre validitet.....	29
4.2.3	Reliabilitet.....	31
4.3	OPPSUMMERING AV DATAMATERIALE .....	32
<b>5</b>	<b>RESULTATER .....</b>	<b>33</b>
5.1	PRESENTASJON AV FORELDREVEILEDNINGSPROGRAMMER .....	33
5.1.1	International Child Development Program .....	35
5.1.2	Emosjonsfokustert ferdighetstrening for foreldre og familierapi.....	36
5.1.3	De Utrolige Årene - forkortet versjon .....	37
5.2	HVORDAN SER BARNAS VANSKEBILDE UT OG HVILKE BEHOV LIGGER TIL GRUNN FOR VEILEDNINGEN?.....	38
5.2.1	«Normale» utfordringer og bekymrede ungdomsforeldre .....	38
5.2.2	«Destruktiv atferd» og vanskelige relasjoner .....	39
5.2.3	Vansker innenfor normalområdet.....	39
5.3	HVORDAN OPPLEVER FORELDRE AT VEILEDNINGEN HAR PÅVIRKET RELASJONEN TIL EGET BARN? .....	40
5.3.1	Mer positiv oppfatning av barnet.....	40
5.3.2	Bedre kommunikasjon og et nyansert bilde av barnets indre prosesser.....	41
5.3.3	Mindre negativ- og mer positiv oppdragelsesstil.....	42
5.4	I HVILKEN GRAD VEDVARER RESULTATENE AV FORELDREVEILEDNINGEN OVER TID? .....	43
5.4.1	Ny forståelsesramme tross kort intervensjon .....	43
5.4.2	Signifikante forskjeller ett år senere .....	44
5.5	OPPSUMMERING AV RESULTATER.....	46
<b>6</b>	<b>DISKUSJON.....</b>	<b>48</b>
6.1	BARNETS VANSKEBILDE OG BEHOVET FOR VEILEDNING .....	48
6.1.1	Små vanskeligheter- små resultater .....	49
6.1.2	Gruppebasert foreldreveiledning .....	50
6.1.3	Trygghet i alle aldre .....	51
6.1.4	Motivasjon for å oppsøke veiledning.....	52
6.2	VURDERE BETYDNINGEN AV FORELDREVEILEDNING .....	54
6.2.1	Endringer i foreldrenes mestringstro .....	54
6.2.2	Endringer i oppdragelsesstil.....	56
6.2.3	Endringer i barnets rapporterte vansker .....	58
6.3	STYRKE FORELDRE-BARN RELASJONEN GJENNOM Å STYRKE FORELDREFERDIGHETER.....	59
6.3.1	Positiv oppfatning av barnet og økt bevissthet rundt foreldrerollen .....	60
6.3.2	Anerkjennelse av følelser, verdien av reparasjon og emosjonsveiledning.....	61
6.3.3	Styrking av foreldrenes mestringstro og tilfredshet .....	62
6.4	STØTTE OVER TID .....	62

6.4.1	Usikre langtidsresultater .....	62
6.4.2	Måling av langtidsresultater.....	64
6.5	OPPSUMMERING AV DISKUSJON.....	64
<b>7</b>	<b>KONKLUSJON .....</b>	<b>65</b>
	<b>REFERANSELISTE .....</b>	<b>67</b>

Antall ord: 21 887

## TABELLOVERSIKT

TABELL 1: KRITERIER FOR OVERSIKTSARTIKKEL OG SYSTEMATISK LITTERATURSTUDIE.....	15
TABELL 2: PICO-SKJEMA.....	16
TABELL 3: OVERSIKT OVER SØKEORD .....	17
TABELL 4: OVERSIKT OVER DATABASER.....	19
TABELL 5: OVERSIKT OVER SØKEORD OG TREFF .....	20
TABELL 6: INKLUSJONS- OG EKSKLUSJONSKRITERIER .....	23
TABELL 7: KARAKTERISTIKA AV INKLUDERTE STUDIER .....	27
TABELL 8: OVERSIKT OVER INKLUDERTE FORELDREVEILEDNINGSPROGRAMMER .....	35
TABELL 9: OVERSIKT OVER RELEVANTE RESULTATER FRA INKLUDERTE STUDIER .....	47

## FIGUROVERSIKT

FIGUR 1: FREMSTILLING AV TEORETISK AVGRENSNING .....	11
FIGUR 2: FLYTSKJEMA FOR IDENTIFISERING AV STUDIER GJENNOM DATABASER OG ANDRE KILDER.....	25
FIGUR 3: FUNN AV FORANDRING I POSITIV OG NEGATIV FORELDRESTRATEGI ETTER REEDTZ OG KLEST (2016, s.7-8).....	45



# 1 Innledning

De fleste foreldre streber etter å gjøre alt riktig for barna sine. De ønsker at barna skal være i stand til å møte alle omstendigheter med robusthet og styrke, bli godt likt, være veloppdragne, ha god selvfølelse og leve gode liv. Målene er mange, og markedet for gode råd til foreldre har økt drastisk de siste årene. Tips og teknikker gis gjennom podcaster, kurs, bøker og artikler. Det tidligere profesjonelle fagfeltet har blitt omgjort til allmenn praksis og en kan lure på om det blir for mye av det gode. Hele Norges psykolog og familierapeut Hedvig Montgomery stiller spørsmål ved om det er slik at foreldre er blitt for opptatte av å gjøre alt «riktig» og om det er litt hennes feil (Montgomery, 2021). I strevet etter å gjøre alt riktig risikerer vi nemlig å glemme hva barn virkelig trenger for å ha det godt. Det sies at trygge foreldre gir trygge barn. Samtidig er det ingen automatikk i at foreldre føler seg trygge i foreldrerollen. Barn og unge uttrykker ofte sine ønsker, behov og følelser på hensiktsmessige måter foreldrene forstår, men dette gjøres også gjennom utfordrende atferd som gjør det vanskelig for foreldrene å møte dem på beste mulige måte.

## 1.1 Det praktiske feltet

I Norge har foreldre en lovfestet plikt til å gi sine barn «gode oppvekstvilkår». Barnevernloven (1992, §1-1) skal sikre at barn og unge får nødvendig hjelp, omsorg og beskyttelse til rett tid. Loven skal med dette bidra til at barn og unge møtes med trygghet, kjærlighet og forståelse, og at alle får gode og trygge oppvekstvilkår. Foreldrene skal med andre ord knytte seg og møte barna med trygghet, kjærlighet og forståelse. Forskning har vist at rundt 60 prosent av foreldre klarer å opprette en såkalt trygg tilknytning til barnet sitt (Hoffman, Cooper & Powell, 2017, s.26). Klarer de ikke dette på egenhånd kan en av mulighetene være å oppsøke profesjonell støtte gjennom foreldreveiledningsprogrammer.

Foreldreveiledningsprogrammer er vel utbredt i Norge og har som mål å *styrke foreldre* i foreldrerollen og *hjelp barn* i risiko (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018). Programmene må settes ut med utgangspunkt i denne todelingens betydning for foreldreveiledningsprogrammer evalueres langs to dimensjoner: det må evalueres om foreldre opplever seg tryggere i foreldrerollen, samtidig som man vurderer hvorvidt programmene har en positiv effekt for barna (Drozd, Slinning, Nielsen & Høstmælingen, 2020). Denne masteroppgaven har som mål å studere om foreldre opplever seg tryggere i foreldrerollen. Mer spesifikt gjennom å se nærmere på foreldrenes opplevelse av å veiledes i

oppdragerrollen. Hvorvidt foreldreveiledningen har en positiv effekt på barna kommer dermed i bakgrunn i denne oppgaven.

## 1.2 Avgrensning

Flere forskere har forsøkt å gi en kunnskapsoppsummering knyttet til foreldrenes opplevelse av å veiledes i oppdragerrollen. Det spesielle for denne oppgaven er at den først og fremst begrenser seg til foreldre bosatt i Norge, og deres opplevelser med norske tilbud. Deretter vektlegger oppgaven universalforebyggende arbeid, som innbefatter arbeid rettet mot hele befolkningen. Det tredje differensieringspunktet er den dyptgående interessen for barnets følelser. Søkeordene brukt i denne litteraturstudien avgrenser oppgaven gjennom å se på norske studier av universelle foreldreveiledningsprogrammer som fokuserer på følelser og håndtering av disse.

## 1.3 Problemstilling og forskningsspørsmål

Problemstillingen som vil være veiledende for litteraturstudien er følgende:

*Hva vet vi om hvordan gruppebaserte foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan støtte foreldre til å bedre møte barns følelser?*

Problemstillingen stiller spørsmål ved forskningen knyttet til temaet, og har til hensikt å gi en kunnskapsoversikt til fagpersoner og foreldre som ønsker dypere innsikt i feltet. For å kunne besvare problemstillingen er det vurdert hensiktsmessig å konkretisere hovedspørsmålet i følgende forskningsspørsmål:

- I. Hvordan ser barnas vanskebilde ut i de inkluderte studiene og hvilke behov lå til grunn for veiledningen?
- II. Hvordan opplever foreldre at veiledningen har påvirket relasjonen til eget barn?
- III. I hvilken grad vedvarer resultatene fra foreldreveiledningen over tid?

Forskningsspørsmålene har til hensikt å kartlegge utvalgene i de inkluderte studiene, undersøke resultatene av veiledningen og vurdere på kvaliteten og betydningen av disse resultatene over tid.

## 1.4 Disposisjon

I kapittel 2 beskrives det teoretiske rammeverket for oppgaven. Det tydeliggjøres hva som menes med foreldrestøtte, foreldreveiledning og hvilke former for veiledning denne oppgaven forholder seg til. Videre blir det gitt en kort introduksjon av tilknytningsteori og teori om emosjonell sosialisering. Avslutningsvis i teorikapittelet vil det defineres hva som menes med emosjoner og følelser i denne oppgaven.

Kapittel 3 tar for seg oppgavens metode. Det gjøres rede for hvordan litteraturstudie har blitt vurdert som en hensiktsmessig metode for å besvare problemstillingen. Deretter forklares det hva som gjør at oppgaven karakteriseres som en oversiktsartikkel med systematiske grep. Studiens søkeprosess er en viktig del av en litteraturstudie, og blir derfor nøye beskrevet og illustrert ved hjelp av tabeller og figurer. Avslutningsvis i metodekapittelet beskrives prosessen for dataekstraksjon som tar for seg hvordan de utvalgte studiene ble selektert.

I kapittel 4 kommenteres datamaterialet som ligger til grunn for oppgaven. Først gis det en oversikt over oppgavens åtte inkluderte studier ved hjelp av en tabell. Resten av kapittelet beskriver og drøfter litteraturstudiens metodologiske forhold gjennom å se på hvilke konsekvenser studienes styrker og svakheter har for denne litteraturstudiens konklusjoner.

I kapittel 5 fremlegges litteraturstudiens resultater. For det første presenteres hvilke foreldreveiledningsprogrammer som blir omtalt i de inkluderte studiene. Deretter organiseres resultatene fra studiene gjennom oppgavens forskningsspørsmål. Det trekkes frem hvordan barnas vanskebilde og behovet for veiledning gjør seg gjeldene i de ulike studiene og programmene. Det beskrives hvordan foreldrene i studiene opplever at veiledningen har påvirket relasjonen til eget barn, og i hvilken grad resultatene av foreldreveiledningen vedvarer over tid. Dette fremleggelsen av resultater legger grunnlaget for neste kapittel.

Kapittel 6 er oppgavens diskusjonsdel. Dette kapittelet utgjør oppgavens mest omfattende del og diskuterer tidligere fremlagte resultater opp mot aktuell forskning og belyser relevant teori. Forskningsspørsmålene legger igjen utgangspunktet for struktureringen av kapittelet, i tillegg til en problematisering av hvorvidt betydningen av foreldreveiledning faktisk kan vurderes.

Kapittel 7 er oppgavens avsluttende kapittel der litteraturstudiens funn oppsummeres.

## 2 Teoretisk rammeverk

I dette kapitlet vil jeg legge frem det teoretiske rammeverket for oppgaven og forklare sentrale begreper. Først spesifiseres hva som menes med foreldreveiledning som foreldrestøtte og hvordan ulike studier beskriver foreldres utbytte av foreldreveiledning. Deretter vil det gis en kort innføring i tilknytningsteori, da denne teorien er en av grunnpilarene for de fleste foreldreveiledningsprogrammene i oppgaven. Videre i teorikapitlet vil emosjonell sosialisering beskrives og deretter hvordan følelser og emosjoner er adskilt i litteraturen. Avslutningsvis i kapitlet vil det trekkes frem noen foreldreveiledningsprogrammer i Norge som vektlegger følelser.

### 2.1 Foreldrestøtte

Foreldreveiledning faller innunder det som omtales som foreldrestøtte. Derfor vil det fortrinnsvis være hensiktsmessig å redegjøre for begrepet foreldrestøtte. Med foreldrestøtte menes alle typer støtte som kan bistå og styrke foreldre i foreldrerollen (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s.12). Innenfor det som offisielt omtales som foreldrestøtte finner vi mange ulike private, så vel som offentlige ordninger og tilbud. Dette gjøres blant annet gjennom helsestasjons- og skolehelsetjenesten, fastleger, NAV, barnevern, skoler og barnehager. Foreldrestøtte varierer i form og innhold; fra støtte gitt av egen familie og uformelle nettverk, til råd, veiledning og kunnskapsbaserte programmer i offentlig, frivillig og privat regi (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s.12). Ut ifra denne forståelsen av foreldrestøtte inngår foreldreveiledning som en komponent i tilbudet om foreldrestøtte.

#### 2.1.1 Foreldreveiledning

Foreldreveiledning kan defineres som en prosess der en mer kyndig og erfaren fagperson støtter foreldre i å bli mer bevisste, trygge og kompetente i sin rolle som foreldre (Hesselberg & von Tetzchner, 2016, s.303). Det er ulike årsaker til at foreldre søker veiledning fra profesjonelle fagfolk. Noen ønsker veiledning for å skape et bedre samvær med barnet sitt, forstå barnet bedre og akseptere barnet som det er. Andre ønsker å få hjelp til å unngå at vanskeligheter oppstår og å komme ut av situasjonen når den oppstår (Hesselberg & von Tetzchner, 2016, s.315). Målet med foreldreveiledning er vanligvis ikke å gjøre foreldrene til trenere for noen spesielle fokuspunkter, men heller å hjelpe foreldrene til å fylle en litt annerledes foreldrerolle.

### **2.1.2 Gruppebasert foreldreveiledning**

Når det i denne litteraturstudien snakkes om foreldreveiledning, menes veiledning gitt til foreldregrupper. Det er altså to eller flere deltakere (foreldre) som møter en eller flere veiledere, kursholdere eller terapeuter over en viss periode. Gruppens deltakere har også vanligvis et eller flere delte behov for veiledning samt opplevde vansker som ligger til grunn for et ønske om å forebygge. Gruppeveiledningene tilbys ofte i en periode på 8-12 uker med 1-2 møter per uke, med noen unntak. Den profesjonelle har ofte videreutdanning eller spesifikk opplæring i gruppetiltaket som benyttes.

### **2.1.3 Foreldreveiledning på ulike tiltaksnivå**

Samtidig som noen former for foreldreveiledning er rettet mot foreldre flest, er andre former for foreldreveiledning rettet mot foreldre med særlige behov. Et overordnet mål er uansett å fremme barnets beste ved å styrke relasjonen mellom foreldre eller mellom foreldre og barn (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s.12).

Vi skiller mellom tre tiltaksnivåer av foreldreveiledning; universelt nivå, selektert nivå og indikert nivå. På universelt nivå finner vi blant annet universelle foreldreveiledningsprogrammer som søker mot å forebygge omsorgssvikt og styrke foreldreskapet til foreldre flest. Programmene på selektert og indikert nivå søker derimot å forbedre eller korrigere foreldre-barn-relasjonen der det allerede er en risiko for alvorlige utfordringer (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018:23, s.22-23). Alle nivåene av tiltak kan defineres som en del av en strategi for tidlig innsats, ved at de skal virke forebyggende og avhjelpe tidlig (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s.7). Denne oppgaven vil vektlegge foreldreveiledning på et universalforebyggende nivå, inkludere noe veiledning på selektert nivå, og ikke ta for seg indikert foreldreveiledning.

### **2.1.4 Foreldreveiledningsprogrammer som vektlegger følelser**

Det er flere universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer som vektlegger følelser i sin veiledning. Tuning in to kids (TIK), De Utrolige Årene (DUÅ), Circle of Security- Parent (COS-P), International Child Development program (ICDP) og Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (EFST) er alle programmer hvor en som forelder lærer om ulike måter å møte barnets følelser på. Nettopp fordi de vektlegger følelser i sin veiledning omtales

de i denne oppgaven som emosjonsfokuserte. Hensikten med flere av disse emosjonsfokuserte programmene er å gjøre foreldre mer robuste til å stå i alle typer følelser med barnet sitt- både sinne, engstelse, tristhet og frustrasjon (Barne-, ungdoms og familiedirektoratet, 2020). Det er ønskelig å presisere at emosjonsfokuserert ferdighetstrening for foreldre (EFST) er et eget program, og ikke må forveksles med emosjonsfokuserert foreldreveiledning som brukes som betegnelse på all veiledning til foreldre som fokuserer på emosjoner. Emosjonsfokuserert foreldreveiledning er veiledningsformen som vil vektlegges i denne oppgaven.

### **2.1.5 Foreldrenes behov for støtte og veiledning**

Behovet for hjelp utenfra kan ramme de fleste foreldre. Noen foreldre står i en mer alvorlig situasjon med en sårbar familie med sammensatte utfordringer. For å forstå hva som menes med foreldre med sammensatte utfordringer er det viktig å tydeliggjøre hvilke særlige behov i en familie det trengs støtte til for å håndtere. Eksempler på særlige behov kan være negative samspillmønstre innad i familien, svak eller utrygg relasjon mellom foreldre og barn, eller utfordringer med å justere seg inn på barnets nivå. Strategien «Trygge foreldre- trygge barn: Regjeringens strategi for foreldrestøtte» (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s. 5) påpeker at foreldre som ikke makter å gi barna sine det de trenger og har krav på, *må* få hjelp fra det offentlige eller fra frivillig sektor så tidlig som mulig. Målrettet støtte til foreldre med særlige behov, reduserer nemlig sjansen for at barn blir utsatt for vold, overgrep og omsorgssvikt.

Strategien understreker at foreldre som ikke *må* få hjelp, men som *ønsker* hjelp fra det offentlige eller fra frivillig sektor, også skal føle seg trygge på at det sosiale sikkerhetsnett i samfunnet fungerer, og at deres utfordringer blir fanget opp i tide. På denne måten kan en si at frivillig oppsøking av foreldreveiledning på et universelt nivå kan virke forebyggende mot anbefalt eller sterkt oppmuntret foreldreveiledning på et indikert nivå. Selv om det kan virke idealistisk å hjelpe alle før de trenger det, vil en slik målsetting kunne utgjøre en stor forskjell for familiene det gjelder (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s. 51). Innsikt i tilknytningsteori gir viktig kunnskap om betydningen av et godt samspill mellom foreldre og barn, både når det gjelder foreldre som *vil* ha støtte og *må* få støtte.

## **2.2 Tilknytningsteori**

For mer enn 60 år siden la den engelske psykiateren John Bowlby grunnlaget for

tilknytningsteorien. Tilknytningsteorien integrerer etologi, systemteori, kognitiv teori og utviklingsteori. Bowlby hadde to hovedhypoteser som la grunnlaget for tilknytningsteorien. Den første hypotesen tar for seg hvordan barn knytter seg til sine omsorgsgivere. Den andre at vi parallelt med utviklingen av tilknytningsmønstre utvikler såkalte indre arbeidsmodeller.

### 2.2.1 Tilknytningsmønstre

Barn knytter seg til sine omsorgsgivere, uansett hvordan de blir behandlet (Killén, 2003, Broberg, Granqvist, Ivarsson & Risholm Mothander, 2008; Bowlby, 2012;).

Dette må de gjøre for å overleve. At et barn tilknytter seg noen betyr at barnet er sterkt disponert for å søke kontakt med vedkommende, spesielt når det føler seg truet og har behov for beskyttelse eller trøst (Bowlby, 2012, s. 52). Tilknytningen foregår på ulikt vis. *Hvordan* barnet knytter seg til sine foreldre avhenger av det følelsesmessige samspillet mellom dem. I den sammenheng er det lite hensiktsmessig å betegne tilknytning som sterk eller svak, men heller snakke om i hvilken grad barnet føler seg trygg på at deres søken etter å få dekket sine behov blir møtt eller ikke. Tilknytningen omtales derfor som trygg eller utrygg (Broberg et al., 2008, s.50). Eksempelvis vil spedbarnet som opplever tilgjengelige foreldre som dekker deres behov, som blir holdt og trøstet, utvikle en trygg tilknytning (Killén, 2003; Broberg et al., 2008; Bowlby, 2012). Motsatt vil tilbaketrukne, passive, avvisende, invaderende eller uforutsigbare foreldre virke mindre sensitive, og det vil kunne utvikles en utrygg tilknytning. Basert på ulik grad av sensitiv håndtering vil alle barn utvikle tilknytningsmønstre som står i forhold til deres tidligere erfaringer (Killén, 2003; Broberg et al., 2008; Bowlby, 2012).

Trygge tilknytningsmønstre betyr ikke nødvendigvis at barnet er garantert en god utvikling. Det argumenteres likevel for at trygg tilknytning legger grunnlaget for god mental helse og vil kunne representere en beskyttelsesfaktor for barnet i møte med ulike utfordringer og belastninger senere i livet (Bowlby, 2012, s.175) Barn med trygg tilknytning har ifølge Killén (2003, s.10) også blitt vurdert å være mer positive, empatiske og har lettere for å utvikle vennskap med jevnaldrende. Kvaliteten på de første relasjonene legger grunnlaget for om barnet møter nye mennesker med positive eller negative forventninger (Rees, 2010; Bowlby, 2012). Foreldrenes sensitivitet ovenfor barnas emosjoner og etableringen av en trygg tilknytning til egne barn legger med andre ord et avgjørende grunnlag for barnas senere fungering og sosiale utvikling (Killén, 2003; Bowlby, 2012; Halvorsen, 2018).

## 2.2.2 Indre arbeidsmodeller

Den andre hypotesen til Bowlby er at vi parallelt med utviklingen av tilknytningsmønstre utvikler såkalte indre arbeidsmodeller. Disse mentale forestillingene forteller oss hvordan vi skal være foreldre og barn, og hvordan relasjonen mellom foreldre og barn skal være. Foreldrenes indre arbeidsmodell kan påvirkes av mengden emosjonell støtte, eller manglende støtte, vedkommende mottar av sine nærpå personer i perioden som forelder. En annen påvirkning er hvilken form for omsorg vedkommende selv mottok som barn (Bowlby, 2012, s. 161-162). Omsorgsgiverens indre arbeidsmodell av barnet påvirker eksempelvis i hvilken grad vedkommende evner å tolke barnets signaler og respondere sensitivt på disse signalene (Bowlby, 2012; Killén, 2019). Sett i lys av tilknytningsteorien er det omsorgsgiverens respons, og måten barnet responderer på dette, som bidrar til å forme de samspills- og tilknytningsmønstre som utvikler seg de første leveårene. Omsorgsgiverens emosjonelle uttrykk og håndtering av barnets følelser vil kunne være av stor betydning for barnet. Neste delkapittel vil ta for seg betydningen av emosjonell sosialisering, og senere definere de sentrale begrepene emosjoner og følelser.

## 2.3 Emosjonell sosialisering

Emosjoner har vært ansett som sentrale komponenter i menneskets fungering i lang tid, som for eksempel hos Darwin og Freud. Innenfor forskning har et mer omfattende fokus på emosjoner først kommet de siste tiårene (Stiegler, 2015, s. 34), da begrepet emosjonell intelligens begynte å spire i fagmiljøet i USA på 1990-tallet.

I likhet med at barn lærer av foreldrenes kognitive intelligens, lærer barn også av foreldrenes emosjonelle intelligens og ferdigheter. Denne prosessen kan omtales som emosjonell sosialisering. Termen viser til ideen om at barn lærer å forstå, uttrykke og regulere følelser i sosiale kontekster (Kitzmann, 2012, s. 82). Teorien bak termen er omfattende, men argumenterer kort sagt for at foreldrenes emosjonsregulering er relatert til utviklingen av barnas emosjonelle kompetanse (Havighurst & Kehoe, 2017, s. 287). Denne koblingen skjer gjennom en rekke mekanismer, inklusivt om hvorvidt foreldrenes emosjonsregulering gjør dem kapable til å respondere støttende i møte med deres barns følelser. Med støttende respons menes å eksempelvis validere og hjelpe barnet til å forstå og regulere følelsen. Havighurst og Kehoe (2017, s. 286) henviser til en rekke forskere som gir uttrykk for at disse aspektene av



emosjonell sosialisering assosieres med økt emosjonell kompetanse hos barnet, bedre sosial fungering og oppførsel. Teori om emosjonell sosialisering understreker viktigheten av voksnes håndtering av egne følelser for å forstå og møte barnets følelser. Dette kommer spesielt til uttrykk når foreldre befinner seg i krevende situasjoner. I stressende situasjoner vil foreldrenes egne følelser utfordre hvordan de møter barnets følelser.

## 2.4 Emosjoner og følelser

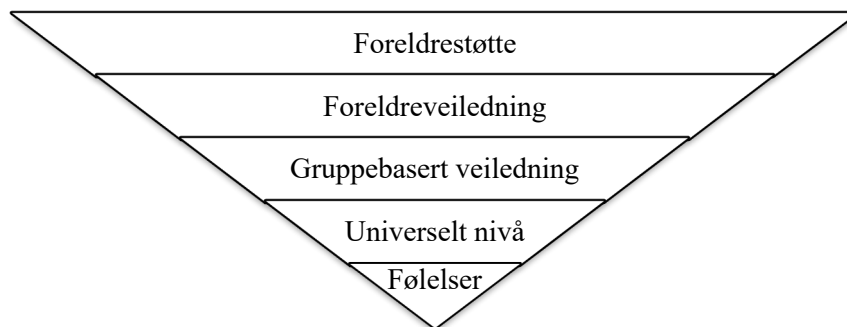
Tradisjonelt beskrives emosjoner som en subjektiv opplevelseskomponent som utløses av en persons kognitive vurdering av en situasjon og deretter forbereder individet til handling (Norman, 2015). Denne definisjonen inkluderer et aksjonselement, som også Greenberg (2017, s.31) vektlegger i sin beskrivelse. Dette innebærer at emosjoner gir oss raske, automatiske vurderinger av situasjoners betydning for folks velvære og styrer derfor hensiktsmessig handling. La oss se nærmere på denne beskrivelsen.

Emosjonene våre er forbundet med våre mest grunnleggende behov. De advarer oss altså raskt om situasjoner som er viktige for vårt velvære. Dette gjør de ved å gi oss informasjon om hva som er bra og dårlig for oss ved å evaluere om våre behov blir oppfylt eller ikke (Greenberg, 2017, s.4-5). Emosjonene våre forbereder og veileder oss i disse vanskelige situasjonene mot å ta valg som møter våre behov. Barn vil bevisst og ubevisst ta valg i et forsøk på å bli møtt på sine behov, dette være seg om de skriker, sier de hater noen eller gjemmer seg bak foreldrene sine i møte med nye mennesker.

I dagligtale omtaler vi ofte emosjoner som følelser. Vi viser følelser, snakker om følelser, skriver og synger om dem. Psykologi som fag har derimot vært mest opptatt av emosjoner. Emosjoner er ifølge Stiegler (2015, s.35) en helhetlig opplevelse av sansninger, kroppslige reaksjoner, behov, meningsdannelse og handlingstendenser. Følelser refererer derimot til mer finkornete opplevelsestilstander som ofte innebærer langt flere nyanser enn emosjoner (Stiegler, 2015, s.49). Et eksempel på dette er hvordan opplevelsen av frykt i utgangspunktet defineres som en emosjon, men vil i det dagligdagse beskrives som en følelse av å være redd eller stresset. Begrepene emosjon og følelse er i fagterminologien atskilt, men brukes om hverandre i både mer populærvitenskapelig forskning, studier og teori. Derfor vil begrepene brukes om hverandre i denne oppgaven, avhengig av hva den tilviste referansen bruker som begrep.

## 2.5 Oppsummering av teoretisk rammeverk

Det har nå blitt gitt en kort redegjørelse av hva foreldreveiledning er og hvordan denne formen for veiledning inngår i foreldrestøtte. Videre ble veiledningen avgrenset til programmer som fokuserer på følelser og håndteringen av disse. Delkapitlet belyser hvordan oppgaven begrenser seg til gruppebasert veiledning på et universalforebyggende nivå. Figuren som følger, viser en fremstilling av oppgavens teoretiske avgrensning.



Figur 1: Fremstilling av teoretisk avgrensning

Kapitlet har belyst noen ulike behov for veiledning og en distinksjon mellom foreldre som *vil* ha støtte og *må* ha støtte. Introdueringen av emosjonell sosialisering understreker viktigheten av å forstå og møte følelser hos barnet. Avslutningsvis ble emosjons- og følelsesbegrepet kort beskrevet. Den teoretiske innføringen kapitlet har gitt vil være av betydning for å forstå den senere diskusjonen av studiefunn. Først vil neste delkapittel presentere litteraturstudiens metodikk.

## 3 Metode

Dette kapitlet beskriver metodikken for litteraturstudien. Først og fremst vil det redegjøres for hva en litteraturstudie er og hvorfor dette anses som en passende metode for å besvare problemstillingen. Videre vil det beskrives hva som forventes av ulike underkategorier for litteraturstudier og da spesielt en oversiktsartikkel slik som denne. Deretter vil studiens søkeprosess nøye beskrives og studiens søkeord presenteres. Senere vil studiens søkestrategi legges frem ved å beskrive fremgangsmåten for søk i databaser og manuelle søk. Helt til slutt vil det redegjøres for hvordan studiens dataekstraksjon ble utarbeidet gjennom inklusjons- og eksklusjonskriterier og deretter gjennom en grundig studieseleksjon.

### 3.1 Litteraturstudie som metode

Målet med denne masteroppgaven er å kartlegge hva vi vet om hvordan foreldreveiledning kan støtte foreldre bosatt i Norge i å møte barns følelser. Ved å få en oversikt over hva som finnes av kunnskap på feltet, søker masteroppgaven å realisere en overordnet kunnskapsoversikt. Denne oversikten vil være til nytte for fagpersoner og foreldre som ønsker en oppdatert innsikt i norsk praksis. Å gjennomføre en litteraturstudie vurderes derfor å være den mest hensiktsmessige metoden for å nå dette målet.

Litteraturstudier som forskningsdesign skiller seg ut fra andre forskningsdesign ved at datamaterialet som samles inn er allerede eksisterende. Datamaterialet som samles inn er i denne oppgaven vitenskapelige artikler som på ulike vis tar for seg studier om effekten av foreldreveiledning. Datamaterialet vil derfor heretter omtales som studier. Green, Johnson og Adams (2006, s.102) hevder hensikten med en litteraturstudie er å «objektivt rapportere eksisterende kunnskap på et område og basere oppsummeringen på tidligere publisert forskning». Ved å bruke litteraturstudie som metode innhentes altså eksisterende kunnskap fra flere hold for å kunne oppsummere og drøfte valgt problemstilling. Dette gir muligheter for å få en bredere forståelse av foreldrenes opplevelse av veiledning, da innhenting av kunnskap fra flere studier dekker bredere enn en enkelt studie. Fremgangsmåten for å gjennomføre en slik studie er å systematisk søke, kritisk innhente og deretter sammenstille datamateriale i form av litteratur og informasjon innenfor et valgt emne eller problemområde til én oppgave (Green et al., 2006; Barajas, Forsberg & Wengström, 2013). På denne måten blir en stor

mengde informasjon samlet og skrevet om på en måte som leseren, i dette tilfellet fagpersoner og foreldre, enkelt kan skaffe seg en oversikt over tema.

## **3.2 En oversiktsartikkel med systematiske grep**

Litteraturstudie som forskningsmetode har flere underkategorier som deles inn etter hvilke krav som stilles til systematikk i litteraturstudien. Oppgaven forholder seg til Barajas og kolleger (2013) sin inndeling. De viser til tre ulike måter å sammenstille litteratur på; en oversiktsartikkel, systematisk litteraturstudie og begrepsanalyse. Med utgangspunkt i Barajas og kolleger (2013) vil denne masteroppgaven karakteriseres som en oversiktsartikkel, som krever mindre systematikk enn de andre inndelingene. Det er imidlertid gjennomført flere systematiske grep som bidrar til at den ligger i grenseland til å oppfylle kriteriene til en systematisk litteraturstudie. I de påfølgende avsnittene vil jeg legge frem hva som skiller en oversiktsartikkel fra en systematisk litteraturstudie og redegjøre for hvorfor denne litteraturstudien kan karakterisere seg som en oversiktsartikkel med systematiske grep.

### **3.2.1 Karakteristika ved en oversiktsartikkel**

Formålet med en oversiktsartikkel er å sammenstille en beskrivende bakgrunn som motiverer for gjennomføringen av en empirisk studie eller det kan være å beskrive kunnskapstilstanden innenfor et visst område (Barajas et al., 2013, s.25). Denne oppgaven er motivert av å beskrive kunnskapstilstanden på et visste område, nemlig universalforebyggende emosjonsfokuset foreldreveiledning i Norge og foreldres opplevelse av denne. Når oversiktsartikkelen er systematisk og kritisk gjennomført, kan den være en nyttig og opplysende kilde til informasjon. Det påpekes imidlertid at oversiktsartikler også kan være upålitelige hvis en systematisk tilnærming mangler og det forutsettes at kvalitetsbedømmelser av inkluderte artikler legges frem (Barajas et al., 2013, s.26). Uten en systematisk tilnærming og fremleggelse av kvalitetsbedømmelser av inkluderte studier vil det være en stor risiko for at det dras feilaktige slutninger.

Forskningsprosessen i gjennomføringen av en oversiktsartikkel begynner med en allmenn litteraturgjennomgang (Barajas et al., 2013, s.25). Her skaffer forskeren seg en oversikt over feltet, kjente begreper og teorier. Videre søker forfatteren å velge ut relevante studier til sin problemstilling. Det er ingen regler for antall studier som skal inngå i en litteraturstudie. Det mest gunstige er å finne og inkludere all relevant forskning innenfor et område, men av

praktiske og økonomiske grunner er dette ofte vanskelig. Derfor vil antallet studier som inkluderes avhenge av hva forfatteren kan finne og på de krav man stiller til inklusjon (Barajas et al., 2013, s.31). For å kvalifiseres som en oversiktsartikkel er det et minstekrav om at inkluderte studier må beskrives og analyseres. For at man skal kunne gjennomføre systematiske litteraturstudier er det derimot en forutsetning at det finnes et tilstrekkelig antall studier av god kvalitet som kan utgjøre grunnlaget for bedømmelser og konklusjoner (Barajas et al., 2013, s.26-27). Fraværet av nok studier er den viktigste årsaken til at denne litteraturstudien ikke kvalifiserer seg til å være en ren gjennomført systematisk litteraturstudie.

### **3.2.2 Systematiske grep**

En systematisk litteraturstudie (Barajas et al., 2013), også kalt en systematisk oversikt (Reinar og Jamtvedt, 2010), skiller seg fra oversiktsartikler på flere måter. I en systematisk oversikt brukes systematiske og eksplisitte metoder for å identifisere, utvelge og kritisk vurdere relevant forskning, for deretter å innsamle, sammenstille, analysere og gradere data fra studiene som er inkludert i oversikten (Reinar & Jamtvedt, 2010, s.238). En systematisk litteraturstudie skiller seg altså fra en oversiktsartikkel blant annet gjennom antallet steg i prosessen for bearbeidelse av datamateriale.

Campbell Collaboration (u.å.) illustrerer stegene i gjennomføringsprosessen tydelig ved å vise til at følgende kriterier må være oppfylt i en systematisk litteraturstudie. 1) Tydelig beskrevne inklusjons- og eksklusjonskriterier 2) En eksplisitt søkestrategi 3) Systematisk kodning av alle inkluderte studier 4) Metaanalyse som skal anvendes for å veie sammen resultater fra flere små studier (om mulig). Systematisk kodning og en metaanalyse må altså gjennomføres for å kunne kategorisere og titulere litteraturstudien som systematisk. Metaanalyser krever særskilt metodekunnskap og særskilte statistiske beregninger. Resultatene fra slike metaanalyser har stor troverdighet og kan eksempelvis føre til anbefalinger om det beste pedagogiske tiltaket som foreslås (Barajas et al., 2013, s.29). Metaanalyser vil ikke la seg gjennomføre i denne oversiktsartikkelen, siden en slik analyse vurderes for kompleks til bruk i en begrenset masteroppgave. Derfor blir litteraturstudien å karakterisere som en oversiktsartikkel. Tabellen under er laget etter Barajas og kolleger (2013) og Campbell Collaboration (u.å.) sine beskrivelser og illustrerer kriterier for de ulike formene for litteraturstudie. Stegene denne oversiktsartikkelen inkluderer er uthevet i fet skrift.

Oversiktsartikkel	Systematisk litteraturstudie
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allmenn litteraturgjennomgang</li> <li>• Beskrivelser og analyser av inkluderte studier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tydelig beskrevne inklusjons- og eksklusjonskriterier</li> <li>• En eksplisitt søkestrategi</li> <li>• Systematisk kodning av alle inkluderte studier</li> <li>• Metaanalyse for sammenstilling av resultater fra flere små studier (om mulig)</li> </ul>

Tabell 1: Kriterier for oversiktsartikkel og systematisk litteraturstudie.

En gjennomgående kritikk rettet mot oversiktsartikler er at flere mangler en tydelig metodebeskrivelse (Reinar & Jamtvedt, 2010, s.238). Forfatterne påpeker det ikke skal være uklart hvor forfatterne har lett etter forskning, eller eksistere tvil på om forfatterne gjennom ikke-systematisk utvelgning kun har valgt ut forskning som støtter ett gitt syn. Dette vil kunne gi et ubalansert og skjevt bilde av tilgjengelig forskning (Reinar & Jamtvedt, 2010, s.238). Denne masteroppgaven er derfor gjennomført som en oversiktsartikkel etter Barajas og kolleger (2013) sin definisjon, med systematiske grep. De systematiske grepene er blant annet tydelig beskrevne inklusjons- og eksklusjonskriterier for søk og utvalg av artikler, samt en eksplisitt søkestrategi. Disse inngår som to av stegene Campbell Collaboration (u.å.) setter av kriterier for en systematisk litteraturstudie.

### 3.3 Studiens søkeprosess

Som beskrevet ovenfor er det avgjørende med en systematisk fremgangsmåte for dataproduksjon hvis en oversiktsartikkel skal fremstå troverdig. Dette kan gjøres gjennom en oversiktlig, kritisk og deretter nøye beskrevet søkeprosess. Søkeprosessen for denne litteraturstudien vil i det følgende beskrives og illustreres gjennom tabeller. Det vil først vises til utformingen av søkeord og deretter studiens søkestrategi.

#### 3.3.1 Søkeord

I en litteraturstudie må søkeordene som blir brukt bygge på problemstillingen. At litteratursøket baserer seg på en fokusert problemstilling er nemlig et av de viktigste kjennetegnene for en litteraturstudie (Green et al., 2006, s.104). Problemstillingen etterspør hva vi vet om hvordan foreldreveiledning kan støtte foreldre i møte med barns følelser og inneholder flere aktuelle søkeord. I litteraturen kan det være vanskelig å vite hvilke søkeord en skal bruke for å få de mest relevante og dekkende treffene. For å søke etter litteratur i

samsvar med problemstillingen valgte jeg derfor å benytte meg av den anerkjente metoden PICO av Richardson (1995).

PICO er en strukturert metode hvor man utfra problemformuleringen, setter sammen søkeord for å søke i bibliografiske databaser (Barajas et al., 2013, s.71). PICO er et akronym for populasjon, intervensjon, kontroll, utfall og kontakt. Mens PICO er godt egnet for spørsmål som besvares med kvantitative forskningsdesign, er PICo med liten «o» mer egnet til spørsmål som besvares med kvalitative forskningsdesign, f.eks. spørsmål om opplevelser og erfaringer (Helsebiblioteket, 2016a; Richardson, 1995). Denne litteraturstudien inkluderer både kvalitative og kvantitative studier i sitt datamateriale, men har en overveiende kvalitativ karakter ved å undersøke foreldrenes opplevelse og erfaring med foreldreveiledning gjennom få resultater som både går i dybden og bredden. PICo vil dermed være den best egnede metoden for denne oppgaven. PICo er et akronym for populasjon, (fenomenet av) interesse og kontekst. Denne metoden deler den aktuelle problemstillingen i tre aspekter og er nyttig for avgrensningen av litteratursøket. Tabellen nedenfor illustrerer disse aspektene.

<b>Populasjon</b>	<b>Fenomenet av interesse</b>	<b>Kontekst</b>
Hvilken populasjon dreier det seg om?	Hvilken aktivitet, erfaring, opplevelse eller prosess dreier det seg om?	Hvilken kontekst eller setting dreier det seg om?
Foreldre som har gjennomgått emosjonsfokuset foreldreveiledning	Effekten av foreldreveiledning	Foreldreveiledning med fokus på følelser

Tabell 2: PICo-skjema

Som tabell 2 illustrerer er populasjonen, altså målgruppen for denne litteraturstudien, foreldre som har gjennomgått emosjonsfokuset foreldreveiledning. Fenomenet av interesse er effekten av foreldreveiledning og konteksten det dreier seg om er veiledning med fokus på følelser. Ved å bruke PICo-metoden som søkestrategi i bibliografiske databaser, er målet at det utvinnes klart definerte søkeord som gir relevante treff.

Til å begynne med ble søkeord trukket ut fra problemstillingen gjennom inndelingen av aspektene vist ovenfor. Søkeordene som da kom fram, var bla. foreldre, foreldreveiledning, effekt og følelser. Gjennom lesing av faglitteratur på både norsk og engelsk om foreldreveiledning kom jeg senere over flere begreper, synonymer og mulige søkeord som jeg noterte meg. I begynnelsen hadde jeg et større antall søkeord per aspekt, men etter flere prøvesøk viste det seg at de utvalgte søkeordene var de som ga flest relevante treff i ulike

databaser. I søkeprosessen ble det kombinert ett søkeord fra hvert aspekt, i tillegg til ulike synonymer for effekt, da dette også inngikk som en underkategori i aspektet “fenomenet av interesse”. Dermed ble det benyttet opptil fire søkeord per søk. I tilfeller hvor dette ga få treff ble flere synonymer brukt samtidig. Søkeordene er utformet på både engelsk og norsk for å inkludere flest mulige studier. Se tabellen under for oversikt over søkeord som ble benyttet i de endelige søkene.

Aspekt	Populasjon	Fenomenet av interesse	Kontekst
	Foreldre som har fått emosjonsfokusert foreldreveiledning	Effekten av foreldreveiledning	Foreldreveiledning med fokus på følelser
<b>Søkeord</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Forelder*</li> <li>▪ Foresatte*</li> <li>▪ Omsorgsgiver*</li> <li>▪ Parent*</li> <li>▪ Caregiver*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Effekt*</li> <li>▪ Vurdering*</li> <li>▪ Evaluering*</li> <li>▪ Effect*</li> <li>▪ Assessment*</li> <li>▪ Evaluation*</li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Veiledning</li> <li>▪ Foreldreveiledning</li> <li>▪ Foreldreveiledningsprogrammer</li> <li>▪ Gruppebaserte tiltak for foreldre</li> <li>▪ Parent training</li> <li>▪ Parent training program*</li> <li>▪ Parental guidance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Følelse*</li> <li>▪ Emosjon*</li> <li>▪ Feeling*</li> <li>▪ Emotion*</li> </ul>
*Betyr at entalls-/flertallsendelser og ulike varianter av ordstammen inkluderes			

Tabell 3: Oversikt over søkeord

Innenfor aspektet «populasjon» ble det i selve søkeprosessen brukt ulike begreper for foreldre. Å trunkere ved å bruke stjerne bak ordet, er ifølge Helsebiblioteket (2016a) hensiktsmessig når en ønsker å inkludere flere bøyingsformer av samme ord. For aspektet «fenomenet av interesse» ble det benyttet søkeordene effekt, vurdering og evaluering, kombinert med søkeord som beskriver veiledning til foreldre. For aspektet «kontekst» ble begrepene følelser og emosjoner brukt. Etter å ha funnet de bestemte søkeordene for hvert aspekt ble det brukt ulike kombinasjonsord (boolske operatører) for å kombinere dem på riktig måte i databasene (Helsebiblioteket, 2016b). I de databasene det var mulig ble alle søkeordene innenfor hvert aspekt kombinert med hverandre ved å bruke den boolske operatøren OR og mellom de ulike aspektene ble det der det var mulig brukt den boolske operatøren AND for å kombinere aspektene og favne over hele problemstillingen. Søkeordene ble benyttet i et bredt utvalg databaser og resulterte i varierte og noe overlappende treff.



### 3.3.2 Søkestrategi

Første steg i gjennomføringen av denne litteraturstudien var å sette seg godt inn i hvordan søkestrategien for en oversiktsartikkel skulle gjøres. Søkestrategien for denne studien ble utført gjennom to former for litteratursøk; søking i databaser og et manuelt søk. I dette delkapitlet vil det redegjøres for utformingen av søkeord og søking i databaser, før den manuelle søkningen vil bli beskrevet.

#### Søk i databaser

Blant flere ulike metoder for å innhente informasjon er litteratursøk gjennom elektroniske baser den mest effektive, hevder Green og kolleger (2006, s.107). Forfatterne poengterer videre at det er stor variasjon i hvilke databaser som best egner seg studiens tema. Tema for denne litteraturstudien er hvilken effekt foreldreveiledning kan ha på foreldres forståelse av barns følelser, og befinner seg i krysningspunktet mellom blant annet spesialpedagogikk, pedagogikk og psykologi.

I utforskningen av hvilke databaser denne studien skulle basere seg på ble det funnet anbefalinger på universitetsbibliotekets nettside om fagdatabaser innenfor nettopp disse tre fagsidene; spesialpedagogikk, pedagogikk og psykologi (Universitetsbiblioteket, 2021a; 2021b; 2021c). Valget av databaser som ble brukt i det endelige søket var PubPsych, Google Scholar, NORART, SveMed+, SAGE Journals, Science Direct, SCOPUS og Web of Science. Det ble også gjennomført flere prøvesøk i andre databaser, men uten treff. Eksempler på disse er Cochrane Library, Embase, ERIC og PubMed.

Det er ønskelig å trekke frem at Google Scholar har blitt kritisert for å bære preg av å være en akademisk søkemotor fremfor en database. Til forskjell fra flere databaser har ikke Google Scholar en redaksjon som organiserer søkene, men heller algoritmer som inkluderer alt som ser ut som akademiske artikler, forskningsrapporter, bokkapitler osv. Dette ekspanderer det akademiske søket, men forutsetter innsikt i fagfeltet og kritiske vurderinger for å ikke favne for bredt. Med visshet om dette velger jeg likevel å anvende den som en database da den listes opp som en database på universitetsbibliotekets nettside. Jeg vil forsvare at jeg velger å benytte meg av den ved å kombinere den med andre mer fagspesifikke databaser og legge frem inklusjons- og eksklusjonskriterier i neste delkapittel om dataekstraksjon.

Det varierer hvilke type artikler, tidsskrifter, studier og annet vitenskapelig datamateriale de ulike databasene prioriterer. Det kan være overlapp på tvers av databasene, men ved å inkludere flere databaser øker sannsynligheten for å finne relevant informasjon som kan gi en bred og dyptgående litteraturstudie. Ifølge Green og kolleger (2006, s. 107) er det et minimumskrav for litteraturstudier at det legges frem hvilke databaser som har blitt brukt og hvilken tidsperiode søket gjelder for, inkludert sluttåret og måned for søket. I tillegg til dette anser jeg det som relevant å inkludere hvilket fagområde databasen spesialisere seg innenfor da det er individuelle forskjeller mellom databasene. Tabellen nedenfor viser hvilken tidsperiode databasene dekker og hvilke fagområder de spesialisere seg innenfor. Informasjon om fagområdet er hentet fra universitetsbibliotekets fagsider (Universitetsbiblioteket, 2021a; 2021b; 2021c).

Database	Fagområde	Tidsperiode
PubPsych	Europeisk database for psykologi og psykiatri. Omfatter flere språk og flere dokumenttyper. Søkeverktøy som dekker ni forskjellige psykologirelaterte databaser (ikke PsycINFO).	1980 (NORART) - 22.februar 2021
Google Scholar	Rask internasjonal database for artikkelsøk.	1995- 13.mai 2021
NORART	Tverrfaglig database med norske og nordiske tidsskriftartikler.	1980- 22.februar 2021
SveMed+	Nordisk database innenfor medisin og helse.	1977- 22.februar 2021
SAGE Journals	Internasjonal, tverrfaglig database. Søk med emneord direkte i forlagets arkiver.	Ukjent dato- 13. mai 2021
Science Direct	Omfattende, internasjonal og tverrfaglig database.	1997- 13.mai 2021
SCOPUS	Stor internasjonal database som gir sammendrag og henvisninger til bla. fagfelleverderte artikler.	2004- 13.mai 2021
Web of Science	Tverrfaglig internasjonal database som hovedsakelig inneholder artikler.	1900- 13.mai 2021

Tabell 4: Oversikt over databaser

Som en del av studiens søkestrategi har det nå blitt lagt frem hvilke søkeord og elektroniske databaser som har blitt benyttet. I tillegg til disse søketeknikkene bør en systematisk oversikt også ha en eksplisitt, tydelig og referert søkestrategi hvor det rapporteres hvilke søketermer som ble brukt og hvordan disse ble kombinert (Reinar & Jamtvedt, 2010, s.241). Tabell 5 illustrerer derfor hvilke søkeord som ble brukt, hvilken database de ble søkt i, hvilke kombinasjoner som ble brukt og antall treff søkeordene resulterte i. Mer detaljert forklaring følger nedenfor.

Søkeord	Database	Kombinasjoner	Antall treff
<b>Aspekt 1</b> Foreldre Foresatte Omsorgsgiver Parents Caregiver	PubPsych	<b>Foreldre* OR foresatte* OR omsorgsgiver* AND effekt* OR vurdering* OR evaluering* AND veiledning OR foreldreveiledning OR foreldreveiledningsprogrammer AND følelse* OR emosjon*</b>  • Inkluderte: Scientific Article	22
<b>Aspekt 2.A</b> Effekt Vurdering Evaluering Effect Evaluate	Google Scholar	<b>foreldreveiledning AND følelse* AND effekt*</b> -masteroppgave -bacheloroppgave  • Ekskluderte: Skoleoppgaver	174
<b>Aspekt 2.B</b> Veiledning Foreldreveiledning Foreldre-veiledningsprogram Parent training Parent training program Parenting program Parental guidance	NORART	<b>foreldreveiledning</b>  • Inkluderte: Vitenskapelige artikler	16
	SveMed+	<b>foreldreveiledning</b>	4
	SAGE Journals	<b>«parent training» emotion* evaluate*</b>	17
	Science Direct	<b>("parent training" AND emotions) AND (evaluation OR effect) AND (norway OR sweden OR denmark)</b>  • Presisert: Land for å snevre inn tusenvis av treff	56
<b>Aspekt 3</b> Følelse Emosjon Emotion Feeling	SCOPUS	<b>«parent training»</b>	50
	Web of Science	<b>«parent training» AND emotion* AND evaluate*</b>	56
Totalt			395

Tabell 5: Oversikt over søkeord og treff

Alle søk ble begynt med å kombinere alle søkeordene på samme måte som det er illustrert i det første søket i tabellen, med OR mellom alle søkeord innenfor hvert aspekt, kombinert med AND mellom de ulike aspektene. Om dette ikke ga treff, ble søkeordene notert i tabellen brukt. Det er flere av databasene som ikke tillater annet enn søkeordene, så i databasene hvor det ble brukt alternative kombinasjoner var dette fordi det ikke var mulig med f.eks. trunkering (\*) eller boolske operatører (AND, OR). I alle databasene ble det forsøkt å skrive kun enkelte ord og kombinasjoner av flere ulike ord. Til slutt endte jeg opp med å notere meg det søket som ga best treff, og illustrere dette i tabell. Når få søkeord medførte håndterlig mange treff, brukte jeg heller få enn mange søketermer, for å ikke overse studier. Deretter gikk jeg gjennom alle titler og flere sammendrag for å finne relevante studier. De norske søkene ble gjennomført 22.februar 2021 og de engelske søkene 13.mai 2021. Den store

avstanden kom av en ny vurdering på nødvendigheten av at litteraturen var skrevet på norsk.

### **Manuelt søk**

Det manuelle søket inngår også som en del av oppgavens søkestrategi og kan foregå på ulike måter. Barajas og kolleger (2013, s.74) viser til tre måter å manuelt søke etter informasjon, og alle tre formene har blitt brukt som søkestrategi for denne studien. For det første ble referanselisten til relevante artikler som rører ved problemområdet utforsket videre. For det andre har ulike tidsskrifter (slik som [www.psykologisk.no](http://www.psykologisk.no)) blitt undersøkt ved å se på publiserte vitenskapelige artikler knyttet til relevante emneord. For det tredje har forskere blitt oppsøkt i den hensikt å finne pågående eller enda upublisert aktuell forskning. Hvem som har blitt kontaktet og hvorfor de har blitt kontaktet, vil bli beskrevet i neste avsnitt.

Det har blitt oppsøkt upublisert materiale gjennom å kontakte anerkjente fagpersoner og professorer ved institutter, som igjen har henvist meg videre. Hensikten med kontaktsøkingen har vært å forhøre meg om eksisterende og pågående forskning omkring temaet emosjonsfokusede foreldreveiledningsprogrammer. Fagpersonene som har blitt kontaktet er blant annet ansatte psykologspesialister og terapeuter ved Institutt for pedagogisk psykologisk rådgivning (IPR), som er den instans i Norge som arbeider mest omfattende med emosjonsfokusede terapi. I kontakt med fagpersonellet ved IPR fikk jeg tilgang på to enda upubliserte forskningsartikler knyttet til emosjonsfokusede foreldreveiledning. Disse inkluderes i litteratursøket som referanser identifisert via andre kilder enn litteraturdatabasene. Kun den ene av disse artiklene kom gjennom studieseleksjonen og ble publisert senere samme år. Artikkelen inngår likevel som en referanse identifisert via andre kilder enn databaser, da den ikke ble funnet gjennom søkeordene. Jeg har vært i dialog med ansatte ved Nic Waals institutt (Lovisenberg Diakonale Sykehus). Dette ble gjort grunnet deres høye kompetanse, aktuelle samarbeidspartnere og kontaktnettverk. Innenfor undervisning og forskningsinstitusjoner samarbeider Nic Waals institutt med flere sentrale instanser som Medisinsk fakultet (UiO), Regionsenter for barn og unges psykiske helse (RBUP øst og sør) og Folkehelseinstituttet (FHI). Professorene som har blitt kontaktet forsker ved Institutt for psykologi ved Universitetet i Oslo.

Det manuelle søket har hjulpet meg til å få en dypere innsikt i temaet, skape kontakt med dyktige fagpersoner og gjennom disse få bekræftelser på at jeg er på rett spor med en litteraturstudie det er behov for. Det har også gitt meg tilgang på to forskningsartikler, hvorav

én har blitt inkludert i dataekstraksjonen.

## 3.4 Dataekstraksjon

De endelige søkeordene førte til flere treff enn antall studier som har blitt inkludert i denne litteraturstudien. Årsaken til dette er at det først ble gjort en dataekstraksjon basert på inklusjons- og eksklusjonskriterier. Deretter ble det gjort en studieseleksjon for å identifisere relevante studier. I dette delkapitlet vil det legges frem hvilke inklusjons- og eksklusjonskriterier som ligger til grunn for studieseleksjonen. Deretter vil selve studieseleksjonen beskrives og illustreres gjennom et flytskjema.

### 3.4.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

Det er viktig å beskrive hvilke seleksjonskriterier som har blitt brukt for å inkludere og ekskludere en studie fra en oversiktsartikkel. Dette hjelper oppgaven til å holde fokus og forsikrer at studier blir inkludert avhengig av deres relevans til valgt tema, og ikke hvorvidt forfatteren av oversiktsartikkelen synes godt om resultatene fra studien eller ikke (Green et al., 2006, s.109). Dette er et eksempel på typiske systematiske skjevheter. For å unngå systematiske skjevheter ble det derfor utformet inklusjons- og eksklusjonskriterier som omfatter områdene: populasjon, intervensjon, utfall, studiedesign, publikasjonsstatus, språk og land. Tabell 6 viser disse seleksjonskriteriene og under tabellen er noen av punktene beskrevet ytterligere.

	<b>Inklusjonskriterier</b>	<b>Eksklusjonskriterier</b>
<b>Utvalg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Normalutvalg</li><li>• Foreldre som har fått emosjonsfokustert foreldreveiledning</li><li>• Foreldre og omsorgsgivere bosatt i Norge som har fått veiledning i Norge</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kliniske utvalg - i form av foreldre som kvalifiseres til å delta på veiledning fordi de eller deres barn har alvorlige atferdsproblemer eller spesifikke diagnoser</li></ul>
<b>Intervensjon</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Profesjonell foreldreveiledning hvor foreldrene frivillig har meldt seg selv på veiledningen</li><li>• Veiledningen fokuserer på følelser og relasjonsbygging</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intervensjon rettet mot personer med spesifikke diagnoser</li><li>• Intervensjon rettet mot foreldre med minoritetsbakgrunn</li></ul>
<b>Utfall</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Foreldrenes opplevelse og erfaring med foreldreveiledning</li><li>• Effekt av foreldreveiledning i møte med barns følelser</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vurderinger av foreldreveiledningsprogrammets kvalitet</li></ul>

<b>Studiedesign</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kvalitative metoder</li> <li>• Kvantitative metoder</li> <li>• Mixed methods</li> <li>• Effektstudier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Litteraturstudier</li> <li>• Kunnskapsoppsummeringer</li> </ul>
<b>Publikasjonsstatus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitenskapelige artikler</li> <li>• Upublisert materiale</li> <li>• Fagfelleverderte artikler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bacheloroppgaver</li> <li>• Masteroppgaver</li> </ul>
<b>Språk</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Norsk (bokmål/nynorsk)</li> <li>• Engelsk</li> </ul>	
<b>Forskningsland</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Norge</li> </ul>	

Tabell 6: Inklusjons- og eksklusjonskriterier

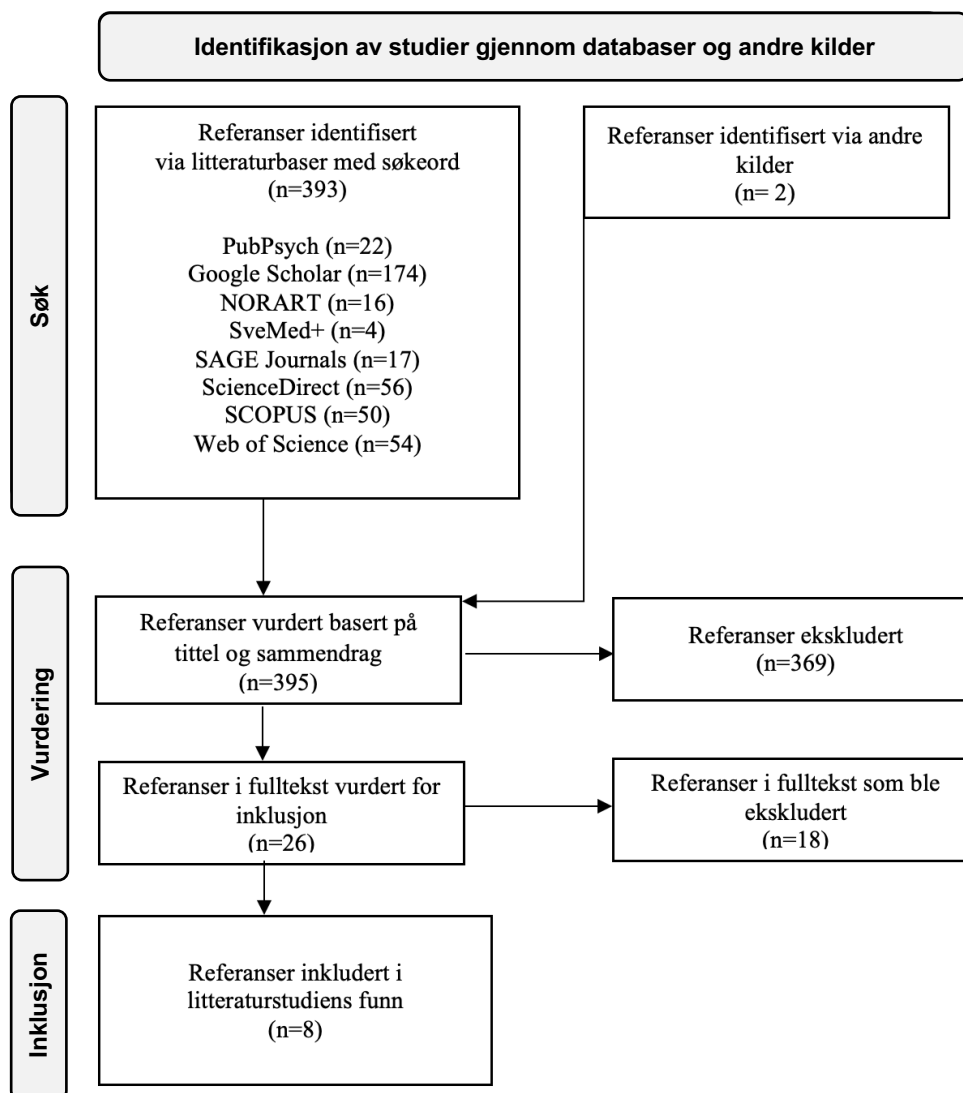
Innenfor punktet *utvalg* ekskluderes foreldre som kvalifiseres til å delta på veiledning fordi de eller deres barn har alvorlige atferdsproblemer eller spesifikke diagnoser. En viktig del av dataekstraksjonen var å ekskludere studier hvor tittel eller sammendrag viste at studien satte søkelys på foreldreveiledning til barn eller foreldre med f.eks. utviklingshemming, ADHD, autisme eller barn med alvorlige atferdsproblemer. Det har vært ønskelig å ekskludere studier som vektlegger diagnosene, men tillate inklusjon av studier hvor barna tilfeldigvis har diagnoser eller viser en mer situasjonsavhengig problematisk atferd. Hensikten med dette er at denne oversiktsartikkelen skal være informativ til foreldre og fagfolk på et allment forebyggende grunnlag med ordninger og tilbud i førstelinjetjenesten.

Innenfor punktet *publikasjonsstatus* ble upublisert materiale inkludert etter manuell søkning, der forskningen ble anbefalt av flere anerkjente forskere fra fagmiljøet.

Innenfor punktet *forskningsland* står kun Norge oppført som inklusjonskriterie. Dette innebærer en bevisst ekskludering av forskning gjennomført i land som f.eks. USA og Australia. Dette er land hvor det har blitt gjennomført mye forskning på det aktuelle feltet emosjonsfokusert veiledning samt programmer som vektlegger barnets følelsesliv. Argumentasjonen for denne ekskluderingen ligger i denne litteraturstudiens målsetting; å være nyttig for foreldre og fagfolk som ønsker å få en oversikt over norske tilbud av foreldreveiledning og en evaluering av disse. Underveis i søket var jeg åpen for å inkludere svenske og danske relevante studier, men de fremlagte søkeordene ga ingen relevante treff på forskning gjennomført i disse landene.

### 3.4.2 Studieseleksjon

Etter at litteratursøket var gjennomført ble det foretatt en grundig studieseleksjon. Dette innebærer en nøye utvelgelse av hvilke studier som skal med i oversiktsartikkelen og ikke. Denne prosessen ble gjort av kun én person og risikerer dermed systematiske skjevheter. Prosessen starter med å identifisere studiene gjennom databaser og andre kilder. Med andre kilder menes anbefalinger om upubliserte forskningsartikler gjennom det manuelle søket. I databasene blir søkeordene brukt for å finne potensielle relevante treff. Dette gir vanligvis mange treff og forutsetter en grundig seleksjon. Første seleksjon ble gjort basert på titler og sammendrag og reduserte studieutvalget fra 395 studier til 26. Dette medfører et stort tap av studier og et begrenset utvalg for den videre seleksjonen. Videre ble disse studiene lest i fulltekst og vurdert for inklusjon. 18 studier ble ekskludert i denne vurderingen, noe som resulterte i 8 relevante inkluderte studier. Figuren nedenfor viser denne prosessen for identifisering av studier gjennom databaser og andre kilder.



Figur 2: Flytskjema for identifisering av studier gjennom databaser og andre kilder

Figuren illustrerer hvordan studieseleksjonen foregikk og antallet identifiserte studier drastisk ble redusert gjennom prosessene søk, vurdering og inklusjon. I vurderingsprosessen ble et stort antall studier ekskludert etter en vurdering basert på tittel og sammendrag. Her var det inklusjonskriteriet knyttet til populasjon som ekskluderte mange studier. Titlene og sammendragene fremhevet hensikten med studien tydelig, og da de fleste studier rettet seg mot spesielle diagnoser og funksjonshemninger hos barn, ble de fleste studier ekskludert. Andre årsaker til eksklusjon var at flere studier var rettet mot barn i statlige omsorgsboliger, og innebar dermed ikke veiledning rettet mot foreldre. Videre var også flere treff kunnskapsoppsummeringer som ikke hadde utført noen forskning på foreldrenes opplevelse av veiledningen.

### **3.5 Oppsummering av metode**

Metoden for denne oppgaven har nå blitt beskrevet. Det har blitt lagt frem hvorfor en litteraturstudie egner seg som metode for å besvare problemstillingen og hvorfor oppgaven karakteriseres som en oversiktsartikkel med systematiske grep. De ulike stegene fra gjennomføringen av søkeprosessen ble så lagt frem. Først gjennom å definere søkeord og en illustrasjon av søket i passende databaser. Videre en beskrivelse av det manuelle søket. Deretter ble det vist til studiens dataekstraksjon og derunder hvilke inkludering- og ekskluderingskriterier som gjelder for oversiktsartikkelen. Til slutt ble det beskrevet hvordan prosessen for studieseleksjon gikk for seg. Stegene fra gjennomføringen av søkeprosessen og dataekstraksjonen for oppgaven legger grunnlaget for neste kapittel, nemlig en presentasjon av funnene fra de inkluderte studiene.



## 4 Datamateriale

Dette kapitlet presenterer en oversikt over utvalgte funn fra de inkluderte studiene. Åtte studier var kvalifisert for å inkluderes i denne litteraturstudien. For å gi en tydelig oversikt over studiene er det hensiktsmessig å presentere disse i en tabell slik det blir gjort nedenfor. Etter fremleggelse av tabellen, vil studienes styrker og svakheter løftes frem. Innunder dette delkapitlet vil de inkluderte studienes validitet til og reliabilitet belyses. Det vil gjennomgående drøftes hvordan studienes styrker og begrensninger påvirker konklusjonene for denne oversiktsartikkelen.

### 4.1 Oversikt over inkluderte studier

Tabellen gir en oversikt over karakteristika av inkluderte studier. Dette gjøres gjennom å fremheve de ulike programmene for foreldreveiledning, forskernes uttalte hensikt med studien, hvilket forskningsdesign som ble benyttet samt studienes utvalg.

Referanse	Program	Hensikt	Design	Utvalg
<b>Clucas, Solheim Skar, Sherr og von Tetzchner (2014)</b>	International Child Development program (ICDP)	Undersøke hvorvidt mødre og fedre får samme utbytte av å delta på programmet når det er implementert som allment forebyggende	Kvasi-eksperiment  Uten kontrollgruppe  Pre-test og post-test med spørreskjema	N= 141 foreldre
<b>Sherr, Solheim Skar, Clucas, von Tetzchner og Hundeide (2013)</b>	International Child Development program (ICDP)	Evaluere programmet som et allment forebyggende foreldreveiledningsprogram	Kvasi-eksperiment  Naturlig fordelt intervensjonsgruppe og sammenligningsgruppe  Pre-test og post-test med spørreskjema	N= 141 omsorgsgivere i intervensjonsgruppen  N= 79 omsorgsgivere i sammenligningsgruppen
<b>Sønsterudbråten og Bjørnset (2018)</b>	International Child Development program (ICDP)	Evaluering av gruppeveiledning for foreldre som er bekymret for sine ungdommer	Kvalitativ studie  Observasjoner av veiledningsgrupper og intervjuer med foreldre og veiledere	N=13 foreldreveiledningsgrupper N= 24 foreldre N= 16 veiledere

<b>Reedtz, Handegård og Mørch (2011)</b>	De Utrolige Årene (DUÅ)	Undersøke effekten av en kortversjon av programmet på utvikling av atferdsvansker, sosioemosjonelle vansker og foreldrenes opplevelse av kompetanse og mestringsfølelse	Eksperiment  Randomisert kontrollstudie  Pre-test, post-test og follow-up 1 år med spørreskjema	N= 186 familier
<b>Reedtz og Klest (2016)</b>	De utrolige årene (DUÅ)	Evaluere om effekten av en kortversjon av programmet er opprettholdt 4 år etter intervensjonen	Eksperiment  Randomisert kontrollstudie  Pre-test, post-test og follow-up 4 år med spørreskjema	N= 117 mødre
<b>Bøyum og Stige (2017)</b>	Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (EFST)	Undersøke foreldres opplevelse av relasjonen til egne barn etter emosjonsfokuset foreldreveiledning	Kvalitativ studie  Dybdeintervjuer	N= 6 foreldre
<b>Wilhelmsen-Langeland, Aardal, Hjelmseth, Fyhn og Stige (2020)</b>	Emosjonsfokuset familierapi (EFFT)	Undersøke om programmet styrker foreldrenes mestringstro, tilfredshet og tro omkring deres evne til å hjelpe barna til å regulere egne følelser og redusere barnas symptomer på atferdsmessige og psykologiske utfordringer	Kvasi-eksperiment  Pilotstudie uten kontrollgruppe  Pre-test, post-test og follow-up 3 måneder etter post-test med spørreskjema	N= 23 omsorgsgivere
<b>Ansar, Hjeltnes, Stige, Binder og Stiegler (2021)</b>	Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (EFST)	Utforske foreldrenes erfaringer med å motta programmet, opplevde endringer i deres hverdag samt forståelse av barnets vanskeligheter etter programmet	Kvalitativ studie  Dybdeintervjuer	N= 16 foreldre

Tabell 7: Karakteristika av inkluderte studier

Programmene som undersøkes av de inkluderte studiene er International Child Development (ICDP), De Utrolige Årene (DUÅ), Emosjonsfokusert familierterapi (EFFT) og Emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre (EFST). Hensikten med studiene varierer i større grad, men samtlige har til hensikt å undersøke foreldrenes opplevelser og erfaringer med foreldreveiledningen. Utvalgene varierer i størrelse og i type roller involvert i forskningen. Størrelsen på utvalgene varierer fra 6 til 186 deltakere. Utvalgene representeres av både foreldre, veiledere, familier og omsorgsgivere. Som tabellen viser er tre av studiene kvalitative studier som har tatt i bruk intervjuer og spørreskjema som datainnsamlingsmetode. I tillegg har en av de kvalitative studiene brukt observasjon. To av studiene er eksperimentelle med en tilfeldig fordeling av tiltak og kontroll. Videre er tre av studiene kvasi-eksperimenter, hvorav to av studiene mangler kontrollgruppe og den gjenstående har en naturlig fordelt intervensjonsgruppe og sammenligningsgruppe.

Det er nødvendig å poengtere at utvalget til Sherr og kolleger (2013) og Clucas og kolleger (2014) høyst sannsynlig er det samme. Dette gjelder også utvalget i Reedtz og kolleger (2011) og Reedtz og Klest (2016) sine studier. Studien er uavhengig av hverandre, men vil likevel kunne ha konsekvenser for konklusjonene i denne litteraturstudien. Utvalget vil være mindre enn det ser ut til da de samme forsøkspersonene har blitt undersøkt. At utvalget er det samme bekreftes ikke av forskerne selv, men anses som høyst sannsynlig da antallet deltakere er det samme og årstallene passer overens med beskrivelsene av metodikken i studiene.

## **4.2 Styrker og begrensninger ved datamaterialet**

De inkluderte studienes styrker og begrensninger er avgjørende for litteraturstudiens konklusjoner. Delkapittelet vil først ta for seg studienes begrepsvaliditet. Deretter vil de inkluderte studienes validitet og reliabilitet trekkes frem. Gjennomgående vil det pekes på hvordan studienes styrker og begrensninger er avgjørende for litteraturstudiens konklusjoner.

Først og fremst er det ønskelig å kommentere konsekvensene av at et stort antall studier ble ekskludert basert på titler og sammendrag. Det har ført til at de inkluderte studiene er få og av varierende kvalitet. Målet med denne litteraturstudien er som nevnt tidligere ikke å komme med kliniske anbefalinger basert på inkluderte studier, men å få oversikt over eksisterende forskning på feltet. Selv om de inkluderte studiene er få blir derfor eventuelle begrensninger

ved studiene påpekt fremfor at enda flere studier blir ekskludert i en strukturert kvalitetsvurdering.

### **4.2.1 Begrepsvaliditet**

Kort forklart beskrives ofte begrepsvaliditet som vurderingen av om studien måler det begrepet eller fenomenet den har til hensikt å måle. Cohen, Manion og Morrison (2018, s. 256) beskriver begrepsvaliditet i kvalitativ forskning som målingen av om de operasjonaliserte begrepene er i overensstemmelse med de teoretiske begrepene som brukes i problemstillingen. Dette understreker viktigheten av sammenhengen mellom problemstillingen og operasjonaliseringen av begrepene.

Litteraturstudien har med utgangspunkt i PICo tydeliggjort hvilke teoretiske begreper som blir brukt i problemstillingen og hvordan disse begrepene har blitt operasjonalisert i søkene. Kapittelet om søkestrategi beskrev utforskningen av hvilke søkeord som var best egnet for å finne relevante studier, samt hvordan de ble forsøkt kombinert i ulike databaser. Med visshet om at andre begreper kunne gi relevante treff, ble det brukt vide begreper som heller krevde en manuell vurdering for å sortere ut relevante studier. Bruken og fremleggelsen av PICo samt en nøye uttalt søkestrategi synliggjør resonnementene bak de utvalgte begrepene brukt i problemstillingen. Dette styrker litteraturstudiens begrepsvaliditet.

Innad de inkluderte studiene er begrepsvaliditeten varierende. Fire av fem studier med eksperimentelt og kvasi-eksperimentelt design beskriver målebegreper og instrumentene brukt for å måle disse, på en utfyllende måte. Det styrker litteraturstudiens begrepsvaliditet at målebegrepene er nøye beskrevet i studiene. Pilotstudien med kvasi-eksperimentelt design mangler beskrivelser av målebegreper. Konklusjonene til de tre resterende studiene er kvalitative og baserer seg på foreldrenes beskrivelser og svar på spørsmål fra intervju. Kvalitative konklusjoner og usystematiske målinger av teoretiske begreper vanskeliggjør litteraturstudiens mulighet for å konkludere om den vurderer det den ønsker å vurdere på en god måte. Samtidig som de vanskeliggjør målinger av begreper, har studiene fyldige beskrivelser som samsvarer med forståelsen av begrepene i litteraturstudien. Derfor vil de kvalitative studienes begrepsvaliditet ha både positiv og negativ påvirkning på litteraturstudiens begrepsvaliditet og konklusjoner.

### **4.2.2 Indre og ytre validitet**

Barajas og medarbeidere (2013, s. 99) påpeker at for å oppnå god indre validitet gjelder det å unngå systematiske feil. Dette forutsetter blant annet at forskeren forsikrer seg om at de eksperimentelle studiene med kontrollgrupper har gjort en tilfredsstillende god seleksjonsprosess. Om intervensjonsgruppen og kontrollgruppen ikke er like fra begynnelsen kan en risikere seleksjonsbias, som er en trussel mot den interne validiteten (Barajas et al., 2013, s.99). Litteraturstudiets eneste eksperimentelle studier er gjennomført av Reedtz og kolleger (2011) og Reedtz og Klest (2016) som fordelte foreldrene tilfeldig til kontrollgruppe eller intervensjonsgruppe som skulle tilbys veiledning gjennom DUÅ. Gruppene var like fra begynnelsen, noe som gjør det mulig å trekke slutninger om at forskjeller etter intervensjon kan skyldes intervensjon og lite annet. Dette er store styrker for studienes indre validitet og styrker litteraturstudiets konklusjoner om hvorvidt intervensjonen påvirker foreldrene.

Den kvasi-eksperimentelle studien gjennomført av Sherr og medarbeidere (2013) viser imidlertid til signifikante forskjeller mellom deres naturlig fordelte sammenligningsgruppe og intervensjonsgruppe fra begynnelsen av. Sammenligningsgruppen ble rekruttert fra helsesentre og barnehager hvor intervensjonen ikke var tilgjengelig. Intervensjonsgruppen hadde på eget eller andres initiativ gjort en innsats for å delta på ICDP-veiledningen. Dette øker risikoen for seleksjonsbias ved at intervensjonsgruppen sannsynligvis hadde større motivasjon og potensial for endring enn sammenligningsgruppen. Risikoen for seleksjonsbias i denne studien er en trussel mot studiets indre validitet og dermed litteraturstudiets konklusjoner ved at en ikke kan tilskrive årsaker til forandringer i resultater fra intervensjonen.

De kvasi-eksperimentelle studiene gjennomført av Clucas og medarbeidere (2014) og Wilhelmsen-Langeland og medarbeidere (2020) er uten en kontrollgruppe. Studiene bruker et pre-post-test-design hvor deltakerne i studiene mottok veiledning og svarte på spørreskjemaene på begge måletidspunkt. Uten kontrollgruppe kan ikke de observerte forandringene i resultatene fra disse studiene knyttes direkte til intervensjonen i seg selv, og utelukke tid og andre miljømessige forandringer. Dette svekker studienes indre validitet.

Pilotstudien gjennomført av Wilhelmsen-Langeland og medarbeidere (2020) hadde i tillegg til ingen kontrollgruppe et utvalg som var selvrekruttert. Dette resulterte i et utvalg med kun 23 omsorgsgivere med moderat- til høy sosioøkonomisk status. Dette lille og heterogene utvalget

begrenser mulighetene for generalisering av resultatene i studien, og svekker dermed litteraturstudiens konklusjoner knyttet til ytre validitet.

Bøyum & Stige (2017) undersøker veiledningsprogrammet EFST. Studien har et lite utvalg på 6 foreldre, hvorav to av disse var deltakere på kurset for foreldre som jobbet som terapeuter og fire var deltakere på kurset for foreldre generelt. Dette lille og delvis interne utvalget bidrar med fyldige beskrivelser av noen få foreldres erfaringer med veiledning, men kan imidlertid ikke generaliseres. Fyldige beskrivelser av erfaringer og opplevelser styrker litteraturstudiens indre validitet, samtidig som et lite og internt rekruttert utvalg svekker litteraturstudiens ytre validitet. For litteraturstudien vil dette innebære en begrensning knyttet til en generalisering av resultatene.

Det er i tillegg noen gjennomgående metodologiske forhold ved studiene. For det første baserer resultatene seg hovedsakelig på foreldrenes selvrapportering. Unntaket er Sønsterudbråten og Bjørnset (2018) som gjennomførte observasjoner av veiledningsgrupper i tillegg til intervjuer av foreldre og veiledere. Observasjonene i studien bidrar i så måte til å styrke litteraturstudiens validitet ved å gi flere perspektiver på endringer og resultater. Det vil senere diskuteres hvorvidt dette er en hensiktsmessig måte for å vurdere foreldreveiledningens påvirkning. For det andre er det i flere studier et overtall med mødre, og få delaktige fedre. Clucas og medarbeidere (2014), Reedtz og Klest (2016) og Bøyum og Stige (2017) er blant studiene som presiserer denne skjeve fordelingen. Dette innebærer at når resultatene behandles og foreldre omtales, menes i all hovedsak mødre, noe som gir et upresist og skjevt bilde av virkeligheten. Selvrapportering som nøkkelinformasjon og utvalg med få mannlige omsorgsgivere er metodeutfordringer som strekker seg utover denne litteraturstudien, men kan bidra til å svekke denne litteraturstudiens validitet.

### **4.2.3 Reliabilitet**

Reliabilitet viser til om premissene for en konklusjon er lagt frem på en slik måte at andre kan gjennom de samme premissene slå fast samme konklusjon (Barajas et al., 2013, s. 103). Som nevnt tidligere vil denne litteraturstudien med utgangspunkt i Barajas og medarbeidere (2013) karakteriseres som en oversiktsartikkel med flere systematiske grep som løfter den opp mot grenselandet til en systematisk litteraturstudie. Fremleggelsen av tydelig beskrevne kriterier

og metoder for søk og utvalg av artikler, og en uttalt søkestrategi, er ifølge Barajas og medarbeidere (2014) systematiske grep utover det som forventes av en oversiktsartikkel. Disse systematiske grepene illustrert med tabeller og utfyllende beskrivelser viser gjennomskiktighet i arbeidsprosessen, og styrker oversiktsartikkelens reliabilitet.

Konklusjoner, argumentasjoner og diskusjoner i litteraturstudien vil likevel være preget av subjektive valg og observasjoner. Innenfor reliabilitet i kvalitativ forskning hevder Cohen og medarbeidere (2018, s. 270) at målet ikke er å fremstille en uniform studie. To forskere som forsker på det samme kan dermed ha vidt forskjellige resultater, hvorvidt begge resultatene vil kunne være reliable. Denne oversiktsartikkelen streber mot at premissene bak konklusjonen er såpass godt beskrevet at andre kan slå fast samme konklusjon, og at studien dermed har god reliabilitet.

### **4.3 Oppsummering av datamateriale**

Kapittelet begynte med å gi en oversikt over inkluderte studier og ytterligere beskrivelser av designet brukt i de ulike studiene. To av åtte studier er eksperimentelle, tre studier er kvasi-eksperimentelle og tre er kvalitative. Det ble senere vist til hvordan studienes design henger tett sammen med deres styrker og begrensninger knyttet til validitet og reliabilitet. Generelt sett er studienes største begrensninger knyttet til deres utvalg, da flere er små og/eller med ikke-randomisert fordeling av intervensjons- og kontrollgruppe. Studienes største styrke er deres begrepsvaliditet og de eksperimentelle studienes indre validitet. Litteraturstudiens sterkere metodologiske forhold knyttes til dens reliabilitet og generelt tilfredsstillende nivå av indre validitet.

## 5 Resultater

I dette kapitlet presenteres resultater fra de inkluderte studiene som datamateriale for denne litteraturstudien. Først gis det en introduksjon på hvilke foreldreveiledningsprogrammer som beskrives i de inkluderte studiene. Presentasjonen av disse anses som litteraturstudiens resultater fremfor datamateriale, ettersom det var uvisst hvilke programmer som ville bli inkludert før gjennomføringen av litteratursøket. Kapitlet vil trekke frem datamateriale fra studiene som er aktuelt for å besvare denne oppgavens hovedproblemstilling. Dette vil gjøres ved at et utvalg av innholdet fra de inkluderte studiene blir organisert i kategorier basert på forskningsspørsmålene. Det første som presenteres er barnas vanskebilde og foreldrenes behov for veiledning. Det andre forskningsspørsmålet etterspør påvirkninger på foreldre-barnrelasjonen og det siste tar for seg hvorvidt resultatene vedvarer over tid. Resultatene vil i dette kapitlet legges frem som indirekte sitater gjengitt med sidetall, utenom Bøyum og Stige (2017) som ikke oppgir sidetall. I neste kapittel vil disse resultatene drøftes og knyttes opp mot relevant teori.

### 5.1 Presentasjon av foreldreveiledningsprogrammer

De inkluderte studiene tar for seg ulike foreldreveiledningsprogrammer. Tre av studiene tar undersøkelse av International Child Development Program (ICDP). Tre andre studier undersøkelse av ulike former for veiledning levert av Institutt for Psykologisk Rådgivning, disse er emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (EFST) og emosjonsfokuset familierapi (EFFT). To studier tar for seg en forkortet versjon av De Utrolige Årene (DUÅ) foreldreveiledningsprogram.

Tabellen nedenfor gir en oversikt over inkluderte foreldreveiledningsprogrammer og tydeliggjør hvilke studier som undersøkelse av de ulike programmene. Tabellen viser hvilken dosering veiledningen gis i, hvilken alder barna til foreldrene som deltar er, programmets målgruppe og fokusområde, og til slutt hvilke måter det arbeides med foreldrene. Informasjonen til disse beskrivelsene er hentet fra programmenes egne nettsider. EFST og EFFT er såpass like i form og innhold at de beskrives under ett. Under tabellen vil hvert program presenteres ytterligere og mer detaljert. I de påfølgende delkapitlene vil resultatene fra studiene legges frem (hovedsakelig) som indirekte sitater gjengitt med sidetall, utenom



resultater fra Bøyum og Stige (2017) som ikke oppgir sidetall. Dette gjelder også den påfølgende presentasjonen av programmene.

<b>Veiledningsprogram</b>	<b>International Child Development Program (ICDP)</b>	<b>Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre og emosjonsfokuset familierapi (EFST &amp; EFFT)</b>	<b>De Utrolige Årene – forkortet versjon (DUÅ)</b>
<b>Studier</b>	Sønsterudbråten og Bjørnset (2018)  Sherr, Solheim Skar, Clucas, von Tetzchner og Hundeide (2013)  Clucas, Solheim Skar, Sherr og von Tetzchner (2014)	<u>EFST</u> Ansar, Hjeltnes, Stige, Binder og Stiegler (2021)  Bøyum og Stige (2017)  <u>EFFT</u> Wilhelmsen-Langeland, Aardal, Hjelmseth, Fyhn og Stige (2020)	Reedtz og Klest (2016)  Reedtz, Handegård og Mørch (2011)
<b>Dosering</b>	8 gruppemøter á 2 timer over 2-4 måneder	16 timer over 2 dager	6 gruppemøter á 2 timer over 6 uker
<b>Barnets alder</b>	1-18 år	6-12 år	3-12 år
<b>Målgruppe</b>	Alle foreldre og profesjonelle omsorgsgivere	Foreldre som ønsker å bli tryggere i sin rolle som forelder og omsorgsgiver	Spesielt tilpasset foreldre med barn uten atferdsvansker, til forskjell fra det opprinnelige programmet
<b>Fokusområde</b>	Fremme en positiv oppfatning av barnet. Fremme viktigheten av sensitivt samspill mellom omsorgsgiver og barnet. Fremme omsorgsgivers oppfatning av seg selv som kompetent og mestrende	Fremme barns emosjonsorienterte ferdigheter for å forbedre barnets mentale helse. Dyptgående fokus på følelser og disses rolle i psykisk helse og uhelse	Fremme kompetanse i håndtering og forebygging av atferdsvansker. Styrke barnets sosiale kompetanse og følelsesmessige reaksjoner
<b>Arbeidsmåte</b>	Opplæring i tre type dialoger: den emosjonelle, meningsskapende og regulerende. Opplæring i åtte tema for godt samspill. Dialog og tema virker som hjelpemidler for	Psykoedukasjon om følelsenes funksjon samt praktiske øvelser. Foreldre inntar egen posisjon og barnets perspektiv. Øve på å se, benevne, validere og møte barnets følelser. Øve	Praktisk fokus med konkrete øvelser og opparbeidelse av nye ferdigheter for økt trygghet i foreldrerollen. Barna som deltar gjør praktiske oppgaver og har samtaler om problemløsning,

	bevisstgjøring. Vektlegger drøfting, erfaringsdeling, modellering og egen aktivitet.	på å reparere foreldre- barn-relasjonen.	regulering av sinne, empati, sosiale ferdigheter og lekferdigheter. Foreldre har hjemmeoppgaver mellom hver samling.
--	--	---	---

Tabell 8: Oversikt over inkluderte foreldreveiledningsprogrammer

### 5.1.1 International Child Development Program

Det gruppebaserte programmet International Child Development Program (ICDP) ble utviklet av Karsten Hundeide og Henning Rye med internasjonale kolleger på 1980-tallet (Clucas et al., 2014; Sherr et al., 2013; Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018). Programmet tilbys foreldre til barn mellom 1-18 år og målet er å styrke barns oppvekstvilkår gjennom veiledning av deres omsorgspersoner (Clucas et al., 2014; Sherr et al., 2013; Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018). Barne- ungdoms- og familiedirektoratet tilbyr opplæring av ICDP i alle landets kommuner lokalt, både ved helsestasjoner, barnevern, barnehage og institusjoner for barn og unge med spesielle behov (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 22). Programmet skal være tilgjengelig for alle foreldre på et universalforebyggende nivå (Clucas et al., 2014, Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018). Foreldre med barn i alle aldre kan delta, men ICDP-gruppene pleier å bestå av foreldre med barn i barnehagealder (Sherr et al., 2013; Clucas et al., 2014). ICDP tilbys i flere enn 30 land i samarbeid med organisasjoner slik som Redd Barna, Unicef, Care og Verdens Helseorganisasjon (Clucas et al., 2014, s.410).

Programmets faglige og teoretiske fundament bygger på innsikt fra forskning innenfor utviklingspsykologi, tilknytningsteori og klinisk erfaring, som understreker betydningen av samspillet mellom barn og de nærmeste omsorgspersonene gjennom oppvekstårene (Clucas et al., 2014; Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018). Gruppeveiledningen skjer gjennom åtte gruppemøter med én møtekveld i uka eller annenhver uke, med to sertifiserte veiledere. Gruppeveiledningen vier oppmerksomhet til barnets emosjonelle utvikling og det grunnleggende målet er å hjelpe foreldre til å bli mer sensitive overfor barnas behov og mer bevisste på hva som fungerer i relasjonen med barnet (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s.23). Omsorgsgiverne læres opp i tre typer «dialoger» for å kunne støtte barnets utvikling; den emosjonelle dialogen, den meningsskapende dialogen og den regulerende dialogen. De åtte gruppemøtene tar for seg tema for samspill knyttet til hver av de tre dialogene (Sherr et al., 2013; Clucas et al., 2014; Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018).

### **5.1.2 Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre og familieterapi**

De to programmene som beskrives i de utvalgte studiene er levert fra Institutt for Psykologisk Rådgivning (IPR) og tilbys ved deres avdelinger i Bergen og Oslo. De oppstod omtrent samtidig og er nokså like innhold og utforming. De baserer seg også på det samme teoretiske fundamentet. Bøyum og Stige (2017) undersøker det som tidligere ble kalt emosjonsfokuset foreldreveiledning, som nå kalles emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre. Bytte av navn skyldes at to av grunnleggerne; Joanne Dolhanthy og Adele Lafrance skilte lag, og er per dagsdato det samme programmet (S. H. Stige, personlig kommunikasjon, 29. mai 2021). Videre vil programmet omtales som emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (eng. Emotion Focused Skill Training for Parents, EFST) og sidestilles med studien gjennomført av Ansar og medarbeidere (2021).

EFST er et relativt nytt tilbud for foreldrestøtte i Norge. Det skiller seg fra mange andre programmer ved at det er kort varighet (todagerskurs), ved at inklusjonen ikke er knyttet til symptomuttrykk og ved et dyptgående fokus på følelser og disses rolle i helse og uhelse (Bøyum & Stige, 2017; Ansar et al., 2021). Hensikten med veiledningen er å bedre foreldrenes forutsetninger til å inngå i konstruktivt samspill med barna, og dermed redusere barnets vansker. Foreldrene veiledes gjennom psykoedukasjon om følelsenes funksjon og praktiske øvelser hvor de setter seg inn i barnets perspektiv ved å «være» barnet i dialogen. Foreldrene blir trinnvis veiledet til å se følelsen hos barnet, sette ord på følelsen, validere følelsen og møte følelsens tilhørende behov (Bøyum & Stige, 2017). Verdien av å kunne si unnskyld til barnet vektlegges tungt innenfor EFST. Foreldrene gjennomfører konkrete øvelser i å si unnskyld på en uforbeholden måte, med sikte på å reparere sår i relasjonen og styrke båndet mellom foreldre og barn (Bøyum & Stige, 2017).

Programmets faglige og teoretiske fundament bygger på emosjonsfokuset terapi og har det felles målet om å styrke foreldrenes emosjonelle kompetanse slik at de blir bedre i stand til å styrke sine barns emosjonelle kompetanse- å bli deres emosjonsveiledere (Bøyum & Stige, 2017; Ansar et al., 2021). Programmet er spesielt ferdighetsorientert og etterfølges av 6 individuelle gruppetimer hver 3-4 uke som vektlegger viktigheten av godt samarbeid, kongruens, genuin empati og ubetinget positiv anerkjennelse. Foreldrene trenes på fire spesifikke ferdigheter: følelsesvalidering, arbeid med følelsesmessige foreldrefeller, øke

foreldrenes kapasitet til å sette sunne og fleksible grenser og reparere relasjonen mellom barn og foreldre (Ansar et al., 2021, s. 2).

Det andre veiledningsprogrammet som leveres av IPR er emosjonsfokusert familierapi (EFFT). Dette er en to dager lang workshop for både foreldre og barn. Her vektlegges det at følelser ikke skal bli nedregulert, da de kan være nøkkelen til en viktig organisering av selvet. Med dette menes at når følelsene våre reguleres på sunne og produktive måter, vil en kunne bevege seg mot å bli en sunnere, mer regulert, emosjonell organisme (Greenberg i Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 31). Endemålet med familierapien er det samme som de andre formene for veiledning levert fra IPR; å forbedre barnets emosjonelle og mentale fungering gjennom å støtte foreldrene, uten å behandle barna som pasienter (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 31). Foreldrene lærer hvordan de kan hjelpe barna med å håndtere vanskelige følelser ved å samarbeide med barna om å prosessere ulike følelser, og på denne måten øke barnas emosjonelle kompetanse, selvregulering og fremme god psykisk helse (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 33). Hovedvekten av workshopen setter søkelys på å lære foreldre hvordan de skal ta hensyn til, bli oppmerksom på, og validere følelser, møte barnets emosjonelle behov, og hjelpe dem med å bevege seg gjennom den emosjonelle opplevelsen, inkludert problemløsning om nødvendig (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 33).

### **5.1.3 De Utrolige Årene - forkortet versjon**

De Utrolige Årene (DUÅ, eng. «The Incredible Years») består av en rekke veiledningsprogrammer utviklet av professor Carolyn Webster-Stratton i USA. Reedtz og Klest (2016) og Reedtz og kolleger (2011) tar utgangspunkt i en forkortet versjon av Webster-Stratton's «Basic Parenting Program» implementert for barn i alderen 3-12 år.

Originalversjonen av programmet er rettet mot foreldre til barn med atferdsvansker.

Kortversjonen av programmet som de utvalgte studiene tar for seg er spesielt tilpasset alminnelige barn uten disse vanskene. Kortversjonen av DUÅ Basic består av de første seks møtene fra den originale manualen (med åtte møter) for programmet. Programmet underviser effektive foreldreferdigheter, blant annet hvordan man kan oppmuntre til passende oppførsel, forbedre leken og samhandle på en støttende måte med barnet (Reedtz & Klest, 2016, s. 4).

Det fokuseres også på å igangsette mer positive disiplin teknikker for å redusere røff og

negativ foreldrestrategi. Målet er å øke foreldrenes følelse av kompetanse i samspill med barnet- øke deres selvtillit knyttet til foreldrerollen (Reedtz & Klest, 2016, s. 2).

DUÅs faglige og teoretiske fundament baserer seg på blant annet sosial læringsteori som vektlegger foreldrenes rolle som barnas interaktive samarbeidspartnere, instruktører og forsørgere for sosiale aktiviteter og muligheter (Reedtz et al., 2011, s.131). Innholdet i programmet tar utgangspunkt i et relasjonelt rammeverk hvor foreldrene forbedrer sine foreldreferdigheter gjennom øvelser med egne barn, parallelt med rollespill og diskusjon i foreldregruppen (Reedtz et al., 2011, s. 132). Programmet De Utrolige Årene Basic er tilgjengelig for foreldre i store deler av Norge, og er også blitt en foretrukken intervensjon i forebygging og behandling av moderate til mer alvorlige atferdsvansker hos små barn i deler av Sverige og Danmark (Reedtz et al., 2011, s. 132).

## **5.2 Hvordan ser barnas vanskebilde ut og hvilke behov ligger til grunn for veiledningen?**

Det er varierende hvilke vanskebilder de utvalgte barna har, og hvilke behov som ligger til grunn for veiledningen. Med vanskebilde menes her barnas totale tilstand av vanskeligheter og ikke vansker som en relativt alvorlig reduksjon eller avvik i utvikling, læring eller funksjon på et bestemt område (Hesselberg & von Tetzchner, 2016, s. 92). Som inklusjonskriteriene for denne studien avklarte tidligere er alle programmene universalforebyggende og studiene har normalutvalg. Kliniske utvalg har blitt ekskludert. Det betyr at barnas vansker enten er innenfor normalområdet, mer alvorlige vansker har enda ikke blitt oppdaget. Alternativt kan barna være inkludert i studiene selv om de har blitt diagnostisert, men ikke med utgangspunkt i at de har en spesifikk diagnose. De fleste programmene tar utgangspunkt i familiens situasjon og ikke kun barnas vanskebilde. En av studiene er ikke tydelige på hvilke vansker eller behov som ligger til grunn for veiledningen. Dette gjelder studien gjennomført av Clucas og kolleger (2014). I dette delkapitlet fremlegges variasjonen i barnas vanskebilde og behovene som lå til grunn for veiledningen av de ulike foreldreveiledningsprogrammene.

### **5.2.1 «Normale» utfordringer og bekymrede ungdomsforeldre**

Omsorgsgiverne som deltar på ICDP kan ha ulike grunner til å ta del i programmet (Sherr et al., 2013, s.13). Noen omsorgsgivere søker hjelp fordi de har utfordringer med hverdagslig

barneoppdragelse og mangler nyttige strategier. Andre kan ha blitt foreslått veiledning av en venn eller en ansatt ved skole/barnehage eller de kan ha blitt forslått programmet av offentlige instanser slik som barnevernet (Sherr et al., 2013, s. 13). Sønsterudbråten og Bjørnset (2018) rekrutterte familier som var bekymret for sine ungdommer, til å delta på en tilpasset versjon av ICDP. De fleste foreldrene hadde det som kan betegnes som en normal foreldrebekymring knyttet til de store livsendringene ungdommene går gjennom. Noen oppga at de hadde ingen bekymringer og andre svært alvorlige bekymringer. De alvorligste kom fra familier som strevde med atferdsvansker, rusproblemer, sinneproblemer, skoleutfordringer og dårlige relasjoner (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 40). De fleste foreldrene kom fra familier preget av mer «normale» utfordringer, slik som skoletrøtthet og relasjoner med masing, kjefting og irritasjon. Kort oppsummert var foreldrenes behov for veiledning først og fremst å møte andre foreldre og få en bedre relasjon med og forstå ungdommen.

### **5.2.2 «Destruktiv atferd» og vanskelige relasjoner**

Familiene som gjennomførte emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre var ikke knyttet til spesielt sårbare grupper i samfunnet, slik som eksempelvis barnevernet (Ansar et al., 2021, s. 14). Likevel var foreldrene høyt motivert for å få hjelp knyttet til barnets internaliserende og/eller eksternaliserende vansker (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020; Ansar et al., 2021). I studien som undersøker emosjonsfokuset familierterapi hadde fem av sytten barn hadde en bekreftet psykisk diagnose og var under behandling for dette. De resterende tolv barna var ikke under noen form for behandling (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 31). Samtlige foreldre som deltok i EFST-veiledningen, følte et behov for å finne en forklaring på barnets såkalte «destruktive atferd» (Bøyum & Stige, 2017). De hadde strevd med å se en mening bak de vanskelige situasjonene de opplevde hjemme. Familiene hadde ulike typer vansker, men felles for alle var at foreldrene opplevde vansker i relasjon til barnet. I noen familier var det mye aggresjon og stor forekomst av problematferd hos barna. I andre familier slet de mer med utfordringer knyttet til kommunikasjon og taus avvisning (Bøyum & Stige, 2017).

### **5.2.3 Vansker innenfor normalområdet**

Reedtz og kolleger (2011) og Reedtz og Klest (2016) beskriver barnas vanskebilde basert på mødrenes rapporterte skårer på barnets atferd med Eyberg Child Behavior Inventory (ECBI) Intensity Scale. Barn som skåret over 90'persentil på intensivitetsmålingen av barns atferd (ECBI) ble i begge studiene ekskludert og tilbudt det komplette 12-14 ukers programmet De

Utrolige Årene Basic. Dette ble gjort for å forsikre seg om at de ble tilbudt tilstrekkelig behandling for sine vansker (Reedtz et al., 2011; Reedtz & Klest, 2016). Selv om de utvalgte barnas ECBI skåre var noe høyere enn gjennomsnittskåren av et norsk stratifisert utvalgs gjennomsnittskårer, var de fortsatt innenfor normalområdet (Reedtz & Klest, 2016, s. 4). Utvalget i studien er ifølge Reedtz og Klest (2016, s. 3) representativt for familier i byen, fylke og landet det ble gjennomført (Tromsø, Troms og Finnmark, Norge). Reedtz og kolleger (2011, s. 132) uttrykker likevel at forskjellen mellom det studien omtaler som «den norske normen» og skårene i deres utvalg er signifikant. Studiene viser ikke til hvilke behov som lå til grunn for veiledningen.

## **5.3 Hvordan opplever foreldre at veiledningen har påvirket relasjonen til eget barn?**

Flere av veiledningene har som mål å forbedre relasjonen mellom forelder og barn. Hvorvidt studiene måler dette, og hvilke mål de bruker for å konstatere en forandring i relasjonen før og etter veiledningen, varierer imidlertid stort. De fleste av studiene måler resultater knyttet til relasjonen ved bruk av skårer på egenrapporterte spørreskjemaer før og etter intervensjonen. I de inkluderte studiene omtales disse målingene som pre- test og post-test. Studiene som tar for seg emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre og familierapi er ikke såkalte effektstudier, men kvalitative studier som utforsker noen utvalgte foreldres opplevelse og erfaringer med endring i relasjoner til barnet etter veiledning.

### **5.3.1 Mer positiv oppfatning av barnet**

For at det skal oppstå en bedring i samspillet mellom foreldre og deres barn er det ifølge ICDP nødvendig at omsorgsgiveren har en positiv oppfatning av barnet (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 80). Dette innebærer blant annet at den voksne oppfatter barnet som en person med utviklingsmuligheter, som omsorgsgiver er glad i og kan identifisere seg med gjennom empati. Om foreldrene utviklet en bedre relasjon til ungdommen etter deltakelse er det med Sønsterudbråten og Bjørnsets datagrunnlag ikke mulig å si noe sikkert om (2018, s. 80). Dette vil ifølge forskerne selv kreve en effektevaluering. Likevel er det sterke indikasjoner på at mange av foreldrene har opplevd bedring hjemme, noe de selv knyttet til deltakelsen i gruppeveiledningen (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 80). Foreldrene la

vekt på en refleksjon knyttet til at om relasjonen skal endres, må endringen skje i dem selv og ikke i ungdommen.

Clucas og kolleger (2014) vektlegger betydningen av en nær relasjon til begge foreldre og da spesielt far. Foreldrene selvrapporterte blant annet sine foreldrestrategier før og etter veiledningsprogrammet, og det viser seg at fedrene forbedret seg mer enn mødrene på skalaen for positiv foreldrestrategi (Clucas et al., 2014, s. 415). Altså i hvilken grad foreldrene vurderer egen foreldrestrategi. Dette gjenspeiler forståelsesdialogen foreldrene hadde med sine barn før kontra etter veiledningskurset. Ifølge Clucas og kolleger (2014, s. 415) er det sannsynlig at fedrene hadde mindre erfaring med omsorg og oppdragelse og dermed et større potensial for å utvikle foreldreferdigheter, ettersom mødrene scoret høyt på håndteringen av barnet både før og etter kurset. For deltakere med høyere depresjonsskårer virket programmet ut til å medføre en stor positiv endring i *holdningene* knyttet til håndteringen av barnet og *den opplevde evnen* til å håndtere barnet (Sherr et al., 2013, s. 13).

### **5.3.2 Bedre kommunikasjon og et nyansert bilde av barnets indre prosesser**

Emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre arbeider mot målet om få en økt forståelse for barnet. I denne prosessen opplevde foreldre at et økt fokus på følelser bedret relasjonen til barnet (Bøyum & Stige, 2017). Noen foreldre beskrev at de var i begynnelsen av en ny måte å løse konflikter på, andre at de allerede løste konfliktene betydelig bedre. Tidligere hadde foreldrene erfaringer med langvarige kamper og voldsomme scener. Etter veiledning fokuserte de i større grad på å møte barna angående hvordan disse konfliktene føltes for dem, og situasjonene ble snudd på hodet (Bøyum & Stige, 2017). Flere foreldre opplevde at de i utgangspunktet hadde god relasjon til eget barn, men at de var kommet inn i en negativ spiral, hvor de begge forsterket konflikten. I EFST ble foreldrene oppmuntret til å validere barnets vonde følelser og snakke seg gjennom hvordan følelsene henger sammen, sammen med barnet. Mange av foreldrene fortalte om episoder etter veiledningen hvor barnet viste en umiddelbar positiv respons på denne anerkjennelsen av følelser (Bøyum & Stige, 2017). Responsen kunne komme i form av både smil, blick eller at barnet roet seg ned.

Samtlige foreldrene fortalte også at de opplevde bedre kommunikasjon med barnet etter veiledningen i EFST (Bøyum & Stige, 2017). Dette var hovedsakelig på grunn av to



fokusområder i veiledningen: validering av følelser og å si unnskyld på en uforbeholden måte. Etter at foreldrene begynte å utforske barnas følelsesliv ved å sette ord på følelsene barnet viste, opplevde noen foreldre at barna begynte å spørre mer og bruke flere beskrivelser av tilstander og opplevelser. Eksempelvis var det en forelder som fortalte at barnet i større grad tok i bruk ord når han var sint, og at dette regulerte aggresjonen hans (Bøyum & Stige, 2017). En annen forelder beskrev det så enkelt som: «... altså, den måten å kommunisere på, at du validerer det andre sier, at du lytter litt mer, i stedet for å snakke, rett og slett, veldig stor effekt.» (Bøyum & Stige, 2017). Fokuset på reparasjon i relasjonen var hjemmelektse på kurset og flere opplevde en umiddelbar effekt av dette (Bøyum & Stige, 2017). Dette bidro til bedre kommunikasjon med barnet ved at barna nok imot unnskyldningen og begynte å snakke til foreldrene, selv om situasjonen hadde vært utfordrende tidligere.

De fleste foreldre som gjennomførte emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre (EFST) opplevde at de både oppfattet og snakket om familien sin på en annen måte enn før veiledningen (Ansar et al., 2021, s. 6). Deres forestilling om hvem de var som familie ble satt under lupen og de ble bevisste på sider ved deres nærmeste som de tidligere hadde oversett. Ved å bli mer bevisste på seg selv og egen foreldrepraksis, utviklet de også et mer nyansert bilde av sine barns indre prosesser og de beskrev at de begynte å gi barna mer frihet og tillit (Ansar et al., 2021, s. 10).

Veiledningen i emosjonsfokusert familieterapi (EFFT) har potensialet å endre uhensiktsmessig samspill mellom foreldre og barn (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s.37). Foreldrene rapporterte at todagerskurset med familieterapi ga dem håp om bedre relasjoner i fremtiden, økte deres kunnskap om emosjoner og de underliggende årsakene til deres barns følelser. De lærte enkle verktøy for å veilede barna gjennom ulike følelser, tilegnet seg handlingsrom i foreldrerollen og en følelse av fellesskap i møte med andre foreldre (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 37).

### **5.3.3 Mindre negativ- og mer positiv oppdragelsesstil**

De Utrolige Årene Basic foreldreprogram er ifølge Reedtz og Klest (2016, s. 10) en oppløftende investering i foreldre-barn relasjonen når barnet er i 4-års alderen. Programmet presenteres som en prosess hvor foreldrene blir oppmuntret til å bygge en mer positiv relasjon til barnet, ved å ta barnets perspektiv, være mer sensitiv for deres behov og samarbeide med

barnet (Reedtz et al., 2011, s. 135). Intervensjonsgruppen gjennomførte en kortversjon av DUÅ Basic og kontrollgruppen mottok ingen intervensjon. Resultatene viste signifikante forskjeller i endringer i de to gruppene, når det gjaldt reduksjoner i negative foreldrestrategier (moderate til store effekter) og barnets atferdsproblemer (små effekter), samt en styrking av positive foreldrestrategier (store effekter) og foreldrenes følelse av kompetanse (små effekter) (Reedtz et al., 2011, s. 134). Mindre negative- og mer positive foreldrestrategier skiller seg ut som resultatene med størst effekt etter gjennomføringen av DUÅ.

## **5.4 I hvilken grad vedvarer resultatene av foreldreveiledningen over tid?**

Kun én av studiene har som eneste hensikt å vurdere resultatene av foreldreveiledningen lengre enn 1 år. Flere av studiene analyserer foreldrenes egenrapporterte skårer over en lengre periode (i tillegg til pre-, post-test). Dette gjøres etter deltakelse på programmet og skjer over 2-4 måneder (Bøyum & Stige, 2017), 3 måneder (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020) 1 år (Reedtz et al., 2011) og 4 år (Reedtz & Klest, 2016). Noen av studiene måler ikke i hvilken grad resultatene fra foreldreveiledningen vedvarer over tid, men påpeker behovene for mer forskning på feltet (Ansar et al., 2021; Clucas et al., 2014; Sherr et al., 2013; Sønsterudbråten og Bjørnset, 2018). Den observante leser legger merke til at ingen av studiene som omfatter ICDP tar for seg resultatevalueringer over tid, og resultater fra dette programmet vil derfor ikke presenteres i dette delkapitlet.

### **5.4.1 Ny forståelsesramme tross kort intervensjon**

Bøyum og Stige (2017) viser til at foreldrene opplevde bevegelse og utvikling i riktig retning 2-4 måneder etter fullført todagerskurs i emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre (EFST). Dette er basert på foreldrenes beskrivelser i semistrukturerte intervju, og ingen statistisk analyse. Foreldrene beskrev at de hadde «fått med seg et par nye briller, rettet mot følelser som gjorde at de så verden på en litt ny måte, og at de dermed også handlet på nye måter» (Bøyum & Stige, 2017). Forfatterne konkluderer dermed med at EFST virket å gå tilstrekkelig i dybden for at foreldrene skulle få en ny forståelsesramme for interaksjonen med egne barn, til tross for kort varighet på programmet (Bøyum & Stige, 2017). 2-4 måneder etter avsluttet veiledning ble det også beskrevet opplevelser med å ha en større trygghet i foreldrerollen og flere positive utfall av å endre fokus fra atferd til følelser; mer nærhet,

sterkere fellesskap, færre konflikter og bedre kommunikasjon (Bøyum & Stige, 2017). Det påpekes imidlertid at det trengs mer forskning på å utforske de spesifikke endringsprosessene i EFST, gjerne sett opp mot endringsprosesser i andre foreldreveiledningsprogrammer (Bøyum & Stige, 2017).

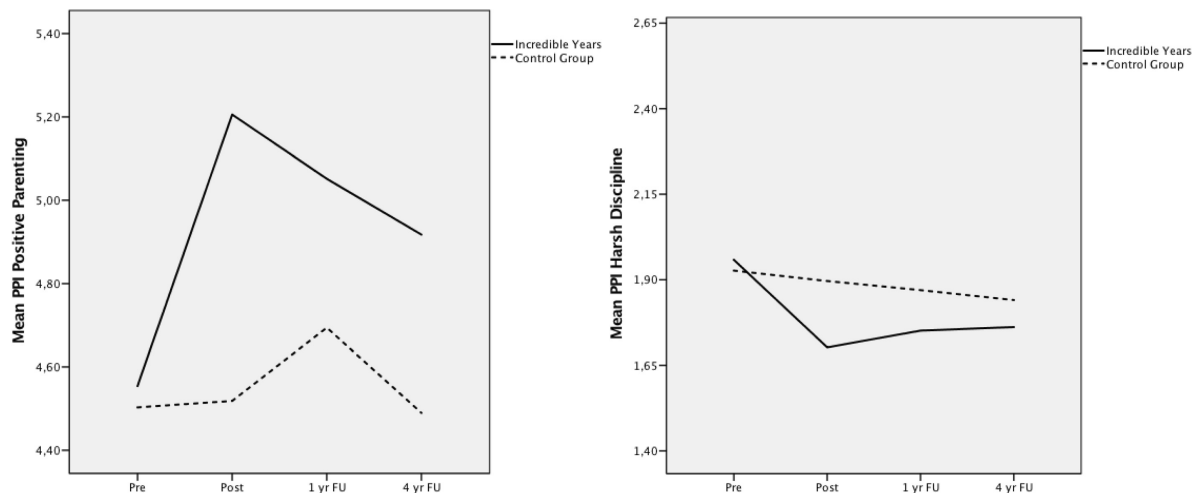
Wilhelmsen-Langeland og kolleger (2020) gjennomførte 3 måneders oppfølging av emosjonsfokusert familierapi (EFFT) med Parents' Beliefs About Children's Emotions – Guidance (PBCE) skala i tillegg til 3 måneders oppfølging på datamateriale fra Child Behaviour Checklist (CBCL). PBCE ble brukt som et mål på omsorgsgiveren tro på deres egen evne til å hjelpe barna deres med å takle sine følelser. Dette er et spørreskjema bestående av setninger angående verdier, holdninger og følelser knyttet til emosjoner (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 32). CBCL er et spørreskjema utfylt av foreldre, som måler barnas symptomer og gir en omfattende vurdering av hensiktsmessig og uhensiktsmessig atferd hos barn, som samlet sett gir en total problempoengsum (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 33). Resultatene viser at foreldrenes mestringstro hadde en signifikant økning rett etter veiledningen som vedvarte da oppfølgingen 3 måneder senere ble gjennomført. Opposisjonelle utfordringer hos barna (målt med CBCL) ble betydelig redusert, og foreldrenes tro på at barna kan håndtere sine følelser på egenhånd avtok signifikant etter 3 måneder. Foreldrenes tilfredshet med foreldrerollen avtok også etter 3 måneder (Wilhelmsen-Langeland et al., 2020, s. 29). Seksten av tjuetre foreldre gjennomførte spørreskjemaer etter 3 måneder.

#### **5.4.2 Signifikante forskjeller ett år senere**

Hensikten med Reedtz og Klest (2016) studie var å evaluere om resultatene fra en kortversjon av DUÅ, gitt til et normalutvalg i Nord-Norge, vedvarte 4 år etter intervensjonen. Studieanalysen, gjort med en gruppe-over-tid-interaksjon, viser den signifikante forskjellen mellom foreldrene som gjennomførte kortversjonen av DUÅ foreldreprogram (intervensjonsgruppen) og kontrollgruppen. Kontrollgruppen fikk kun tilbud om å motta de normale tiltakene som var tilgjengelige i nærmiljøet.

Resultatene viste seg å være opprettholdt fra tidligere tidspunkter for Parenting Practices Interview (PPI) med målingen av Positive Parenting (positiv foreldrestrategi). Her skåret intervensjonsgruppen signifikant høyere på egenrapportert positiv foreldrestrategi enn

kontrollgruppen (Reedtz & Klest, 2016, s. 6). Den andre målingen av PPI var Harsh Discipline (negativ foreldrestrategi), hvorpå begge foreldregruppene viste en gradvis reduksjon i bruken av denne strategien (Reedtz & Klest, 2016, s. 11). Se figur nedenfor for funn av forandring i positiv og negativ foreldrestrategi, hentet fra forfatterne. Årsaker til denne felles nedadgående utviklingen vil trekkes frem i diskusjonskapittelet som omfatter drøfting av resultatene.



Figur 3: Funn av forandring i positiv og negativ foreldrestrategi etter Reedtz og Klest (2016, s.7-8)

Atferden til barna i utvalget var på normalspekteret, og det var dermed ikke forventet store forandringer som et resultat av en kortversjon av DUÅ (Reedtz & Klest, 2016, s. 11). Skårer fra selvrapporteringsskjemaet om intensiteten på barnets atferd, ECBI, viser pre-test at foreldre fra intervensjonsgruppen skåret sine barns atferd som mer problematisk enn foreldrene fra kontrollgruppen. Post-test og 1 år senere skåret foreldrene fra kontrollgruppen barnas atferd betydelig mer intens og problematisk enn intervensjonsgruppen. Det interessante er hvordan skårene fra oppfølgingen 4 år senere ligner utgangspunktet, hvor intervensjonsgruppen skårer sine barns atferd som mer problematisk enn foreldrene fra kontrollgruppen (Reedtz & Klest, 2016, s. 10). Dette skiller seg fra endringene innenfor målingen av positiv foreldrestrategi der den signifikante forskjellen mellom de to gruppene ble opprettholdt fra tidligere tidspunkter med intervensjonsgruppen som skårer høyere på selvrapportert positiv foreldrestrategi enn kontrollgruppen.

Reedtz og kolleger (2011) undersøker foreldrenes opplevelse av kompetanse (Parenting Sense of Competence, PSOC). Innenfor målingen av PSOC finner vi to underskalaer; foreldrenes mestringstro i foreldrerollen og tilfredshet i foreldrerollen. Studien ser på

forandringer i gruppeforskjellene mellom post-test og follow-up ett år etter intervensjon. Resultatene viser at forskjellen mellom foreldregruppene i foreldrenes mestringstro i foreldrerollen var til stede etter intervensjonen, men ikke ett år senere (Reedtz et al., 2011, s. 134). Skårene fra målingen av tilfredshet i foreldrerollen vedvarte gjennom både post-test og follow-up ett år senere, og de to gruppene endret seg ikke signifikant fra en måling til en annen. Intervensjonsgruppen viste likevel høyere tilfredshet enn kontrollgruppen ved ett års oppfølging.

I likhet med Reedtz og Klest (2016) undersøker Reedtz og kolleger (2011) PPI- målingen av positiv foreldrestrategi. Resultatene viser til signifikante endringer fra post-test til ett års oppfølging i begge gruppene. Gruppene var fremdeles forskjellige, men likere enn rett etter intervensjonen. Siden det fortsatt var en signifikant forskjell mellom gruppene ved ett års oppfølging, konkluderer Reedtz og kolleger (2011, s. 134) med at intervensjonsgruppen viste mer positiv foreldrestrategi enn kontrollgruppen ved ett års oppfølging. Når det gjelder PPI-målingen av negativ foreldrestrategi endret ikke de to gruppene seg signifikant mye fra post-test til ett års oppfølging. Intervensjonsgruppen viste imidlertid en større reduksjon i negativ foreldrestrategi enn kontrollgruppen ved ett års oppfølging. Ved sammenlikning av resultatet på post-test og ett års oppfølgingen av foreldrenes opplevelse av kompetanse (PSOC), viste underkategorien «tilfredshet i foreldrerollen» en ikke-signifikant endring mellom de to gruppene. Intervensjonsgruppen viste altså høyere tilfredshet enn kontrollgruppen, også ved ett års oppfølging (Reedtz et al., 2011, s. 134).

## 5.5 Oppsummering av resultater

Resultatkapittelet ovenfor har fremlagt relevante resultater fra de inkluderte studiene og sortert disse med utgangspunkt i forskningsspørsmålene for litteraturstudien. Resultatene er mange og kun de viktigste er blitt trukket frem. Tabellen nedenfor gir en oversikt over de mest betydningsfulle resultatene fra studiene av hvert veiledningsprogram, kategorisert etter forskningsspørsmålene.

	ICDP	EFST & EFFT	DUÅ- forkortet versjon
<b>Hvordan ser barnas vanskebilde ut i de inkluderte studiene og</b>	- Normale utfordringer med hverdagslig barneoppdragelse - Bekymrede ungdomsforeldre	- Barn med internaliserende eller eksternaliserende vansker - Noen få barn med	- Vansker innenfor normalområdet - Ingen behov for veiledning er uttalt

<b>hvilke behov lå til grunn for veiledningen?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Blitt foreslått veiledning av andre</li> <li>- Behov for å møte andre foreldre og forbedre relasjonen med ungdommen</li> </ul>	<p>diagnoser, flest uten</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Behov for å se meningen bak atferden og forbedre vanskelige relasjoner til barnet</li> </ul>	
<b>Hvordan opplever foreldre at veiledningen har påvirket relasjonen til eget barn?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Foreldrene uttaler at om relasjonen skal endres, må endringen skje i dem selv, ikke ungdommen</li> <li>- Størst forbedring i positiv foreldrestrategi hos fedrene i utvalget</li> <li>- Deltakere med høyere depresjonsskårer viste spesielt stor endring i holdninger- og den opplevde evnen av å håndtere barnet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiv respons fra barna når foreldrene emosjonsveileder</li> <li>- Bedre kommunikasjon med barnet ved å validere følelser og si unnskyld</li> <li>- Et mer nyansert bilde av barnets indre prosesser</li> <li>- Håp om bedre relasjoner</li> <li>- Forståelse for underliggende årsaker til barnets følelser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En oppløftende investering i foreldre-barn relasjonen for barn</li> <li>- Reduksjon i negative foreldrestrategier og barnets atferdsproblemer</li> <li>- Styrking av positive foreldrestrategier og foreldrenes følelse av kompetanse.</li> </ul>
<b>I hvilken grad vedvarer resultatene fra foreldreveiledningen over tid?</b>	<p>(Ingen av de inkluderte studiene tar for seg resultatevalueringer av programmet over tid)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ny forståelsesramme og tryggere i foreldrerollen 2-4 måneder etter veiledning i EFST</li> <li>- Foreldrenes mestringstro hadde en signifikant økning som vedvarte 3 måneder etter veiledningen i EFFT</li> <li>- Tilfredshet i foreldrerollen og foreldres tro på at barna kan håndtere egne følelser avtok etter 3 måneder etter veiledning i EFFT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Begge foreldregrupper viser en gradvis reduksjon i bruken av negativ foreldrestrategi 1- og 4 år etter veiledningen</li> <li>- Post-test og 1 år follow-up skårer kontrollgruppen barnas atferd betydelig mer intens og problematisk enn intervensjonsgruppen</li> <li>- Forskjell mellom foreldregruppene i foreldrenes mestringstro i foreldrerollen var til stede etter intervensjonen, men ikke 1 år senere</li> <li>- Tilfredshet i foreldrerollen vedvarte gjennom både post-test og follow-up 1 år senere. Intervensjonsgruppen viste høyere tilfredshet enn kontrollgruppen ved 1 års oppfølging</li> </ul>

Tabell 9: Oversikt over relevante resultater fra inkluderte studier

## 6 Diskusjon

I dette kapitlet vil resultatene fra foreldreveiledningen bli drøftet opp mot teori og utvalgt datamateriale. Problemstillingen etterspør hva vi vet om hvordan universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan støtte foreldre til å bedre møte barns følelser. For å kunne besvare problemstillingen vil det være nyttig å drøfte hvordan barnets vanskebilde og foreldrenes veiledningsbehov er familiens utgangspunkt når de påvirkes av veiledningsprogrammene. Videre skal foreldrenes opplevelse av veiledningen drøftes gjennom flere underpunkter. Vi skal se på endringer i foreldrenes mestringstro, oppdragerstil og endringer i barnets rapporterte vansker. Deretter skal det drøftes hvordan foreldre opplever at veiledningen har påvirket deres relasjon til egne barn, gjennom styrking av foreldreferdigheter. Til slutt vil det utforskes hvorvidt resultatene fra foreldreveiledningen fungerer som støtte til foreldrene i møte med barns følelser over tid.

### 6.1 Barnets vanskebilde og behovet for veiledning

Barnets vanskebilde begrenser seg i denne litteraturstudien til å gjelde barnets totale tilstand av vanskeligheter og familier som rapporterer normale eller milde vansker. Samtlige av de inkluderte studiene har et normalutvalg av barn, da dette var en av inklusjonskriteriene for denne litteraturstudien. Flere av studiene gjennomførte intensitetsmålingen av problematferd hos barna med ECBI hvor barn som skåret forbi normalen, ble ekskludert fra studien og tilbudt mer omfattende intervensjon. Det er imidlertid en gradvis overgang fra den normale spredningen i evner og ferdigheter til en mer alvorlig forståelse av begrepet vanske (Hesselberg & von Tetzchner, 2016, s. 92). Barna som er en del av utvalgene til de inkluderte studiene, har vanskeligheter som i ulik grad har trengt støtte og tilpasning i hverdagen. Barnas vanskeligheter vil videre omtales som små da de befinner seg innenfor normalen og foreldrene dermed har kunnet gjennomføre veiledning på universalforebyggende nivå.

Det vil nå trekkes frem og drøftes hvordan vanskebildet til barna i de enkelte studiene påvirker i hvilken grad foreldrene støttes av foreldreveiledning for å bedre forstå sine barn. Deretter vil foreldrenes behov for veiledning belyses og drøftes. Avslutningsvis vil det løftes frem i hvilken grad barnets alder kan ha noe å si på foreldreveiledningens karakter og det vil bli kort trukket frem ulike former for motivasjon som ligger til grunn for å søke profesjonell hjelp.

### **6.1.1 Små vanskeligheter- små resultater**

I dag er det dessverre slik at de uten en klinisk diagnose ofte ikke mottar hjelp før problemene har utviklet seg til det mer alvorlige. Dette oppleves bekymrende for familiene det gjelder, i tillegg til en økt sannsynlighet for dårligere utfall i fremtiden (Reedtz & Klest, 2016, s. 3). De fleste foreldreveiledningsprogrammer er rettet mot mer alvorlige vansker. Det er imidlertid relativt få foreldreveiledningsprogrammer som er tilgjengelig for alle familier og noen barn rekker å utvikle mer alvorlige sosioemosjonelle og atferdsmessige vansker som ellers kunne blitt forebygget (Reedtz et al., 2011, s. 131). Ved å nå frem til familier før problemene utvikler seg til det mer alvorlige kan man redusere mengden ressurser for å holde utfordringene under kontroll (Reedtz & Klest, 2016, s. 3). Dette tillater også en større prosentandel av befolkningen å få nytte av tilbudene. Det ideelle ville vært at familier utvikler og bevarer trygge tilknytninger og er i positiv følelsesmessig kontakt med hverandre. Universalforebyggende tiltak slik som emosjonsfokusert veiledning til foreldre med barn utenfor det kliniske spekteret har til hensikt å gjøre nettopp dette.

Foreldreveiledningsprogrammene som har blitt inkludert i denne litteraturstudien er eksempler på universalforebyggende programmer som har til hensikt å støtte foreldre i den generelle befolkningen i å bli best mulig foreldre. Som nevnt i delkapitlet ovenfor vil en studie av en kortversjon av DUÅ med barn innenfor normalområdet for vansker, ikke forvente noen store forandringer som et resultat av foreldreveiledningen (Reedtz et al., 2011; Reedtz og Klest, 2016). Det er også i samsvar med målene satt for DUÅ at de foreldrene som strever mest, også viser de største positive forandringene (Sherr et al., 2013, s. 13). I en gruppe med mindre vanskeligheter vil det kunne være mindre endring etter endt veiledning, fordi deltakelse i programmet i hovedsak konsoliderer foreldrenes eksisterende holdninger og bruk av strategier, i stedet for å initiere til en større endring (Sherr et al., 2013, s. 13). En konsolidering av allerede eksisterende holdninger og strategier kan virke forebyggende ved at bekymrede foreldre som er usikre på egen oppdragelsespraksis, får en bekreftelse på at vanskelighetene barnet viser er normale, forbipasserende og at de gjør mye riktig i relasjon til barnet.

Samtidig viser resultatene fra samtlige av de utvalgte studiene at flere endringer har funnet sted etter deltakelse i foreldreveiledningsprogrammene. De fleste av studiene viser til foreldre



som kun opplever milde og moderate og endringer i holdninger og strategier til egne barn (se tabell 9 som oppsummerer resultatene). Likevel er det foreldre i utvalget som opplever store forandringer tross barnets mindre vansker.

### **6.1.2 Gruppebasert foreldreveiledning**

For mange foreldre vil det å delta i en foreldregruppe gi en større muligheter for å få utbytte av hjelpen de søker (Killén, 2019, s. 243). Mange foreldre føler seg tryggere, opplever gjensidig støtte og noen vil kanskje også være bedre i stand til å lytte til de andre foreldrene i gruppa enn til de profesjonelle veilederne. Samtidig kan enkelte foreldre som deltar i foreldregrupper ha dårligere evner til å regulere følelser og ha en begrenset evne til å sette seg inn i andres situasjon. Dette kan virke hemmende eller i verste fall skape utfordrende gruppeprosesser (Killén, 2019, s. 243). Noen elementer som egner seg godt for bearbeiding i foreldregrupper er temaer som om å øke forståelsen av barnet og foreldrerollen, mestring i foreldrerollen, barns rettigheter og en refleksjon over egen livsstil (Killén, 2019, s. 244). Gjennom de inkluderte studiene i denne litteraturstudien har vi sett at behovet for veiledning også kan komme av et behov for å dele erfaringer, forbedre relasjonen til barnet, få mer kunnskap, finne en bakenforliggende forklaringer på barnets atferd og tilegne seg bedre foreldrestrategier.

Fedrene i studien til Clucas og medarbeidere (2014, s. 416) følte seg i utgangspunktet mer ensomme enn mødrene. Gruppeveiledning hjalp derimot fedrene til å bli mer selvsikre på egen oppdragelsespraksis med positive utfall knyttet til egen mestringstro og angst.

Behandling av ensomhet skjer ikke gjennom individuell behandling, men i grupper (Killén, 2019, s. 60). I grupper kan man få bekreftelser på at man ikke er den eneste som føler det man gjør, noe som kan hjelpe mot ensomhet. Blant foreldrene i studien av Sønsterudbråten og Bjørnset (2018, s. 70) ble nettopp ønsket om få innblikk i at andre familier strever med det samme en av behovene som ble trukket fram av flest foreldre som det viktigste de sitter igjen med etter veiledningen. Foreldrene verdsatte det å dele erfaringer og utfordringer man står i som ungdomsforelder. Flere av foreldrene som hadde erfaringer med individuell foreldrestøtte, hevdet foreldreveiledning i gruppe var bedre og mer oppbyggende enn individuell oppfølging (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s.71). Årsaken til dette kan være at gruppeveiledningen i større grad bygger på felles refleksjon, som kan påvirke foreldrenes følelse av eierskap til veiledningen og en opplevelse av at de er en ressurs som i tillegg til å

motta råd kan bidra og gi råd. Ved å få innblikk i at andre familier, ser en at ens utfordringer er vanlige og at de ikke er alene om å føle det slik.

Sherr og medarbeidere (2013, s. 15) hevder de positive resultatene fra deres studie indikerer at foreldre og barn utenfor det kliniske spekteret vil ha stor nytte av å delta i universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer. Den generelle befolkningen har likevel en heterogen karakter, og det vil være viktig å påpeke at for familier i høyere risiko, bør behandlingen være individualisert (Killén, 2019, s. 60). Dette for å best mulig kunne bruke differensierte metoder og tilpasse veiledningen til den enkelte families behov. Tilpasning av veiledningen er nødvendig. «Udiskriminerende implementering av den samme intervensjonen overfor alle omsorgssviktede familier er dømt til å mislykkes, hvis ikke programmet identifiserer de ulike behov og forhold så vel som hver enkelt families styrke» (Byron Egeland, i Killén, 2019, s. 59). Dette utdraget argumenterer for individualiserte opplegg for familier med omsorgssvikt, og understreker viktigheten av en helhetlig forståelse av barnet, dets oppvekstvilkår og foreldrenes behov for hjelp og støtte.

### **6.1.3 Trygghet i alle aldre**

En helhetlig forståelse av barnets vanskebilde og foreldrenes behov for veiledning er en viktig innsikt for å gi barn trygghet i alle aldre. Som nevnt innledningsvis i denne oppgaven former omtrent 60 prosent av foreldre en trygg tilknytning til barnet sitt (Hoffman et al., 2017, s. 26). Dette betyr imidlertid ikke at foreldrene aldri gjør feil eller at relasjonen til enhver tid er utelukkende trygg, og tilknytningen kan derfor heller betraktes som overveiende trygg eller relativt trygg. Ifølge Hoffman og medarbeidere (2017, s. 276) vil man gjennom oppdragelsen av et barn kunne trøste seg med at barnet følger en relativt forutsigbar utviklingskurve (Hoffman et al., 2017, s. 276). Med dette menes at om man som foreldre føler barnet er velfungerende og på god vei, er det mest sannsynlig det. Likevel bør man som foreldre være klar over at det finnes flere måter en kan reagere i situasjoner for å *velge* trygghet for barnet. Å gi barnet trygghet er nemlig noe man som foreldre velger, om og om igjen etter hvert som barnet vokser (Hoffman et al., 2017, s. 276).

Hvilke vansker et barn viser, endrer seg ofte med alderen (Hesselberg & von Tetzchner, 2019, s. 91). Endringer i barnets vanskebilde vil kunne fremskynde et behov for ny kunnskap og en endring av innsikter og strategier av foreldrene, for at de skal kunne møte barna på tryggest

mulig måte. Barn uten store vanskeligheter vil også kreve tilpasninger fra foreldrene, bare ved at de blir eldre. I lys av Bowlbys (2012) tilknytningsteori vil en argumentere for at det viktigste arbeidet med barn skjer i sped- og småbarnsperioden, når tilknytningsbåndene først blir formet. Etter hvert som årene går og barnet blir eldre vil nye situasjoner oppstå som krever nye måter å handle på. Eksempelvis vil en jente på ni år som ikke får sove på grunn av jentedrama i klassen trenge noe annet enn en gutt på femten år som kun er på mobilen når han er hjemme. Foreldre kjenner eget barn best og vet hvilken form for støtte han eller hun vil klare å ta imot og profitere på (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 28). For å vite hvordan en skal få det til kan det imidlertid være nyttig å arbeide med foreldrenes ferdigheter og strategier for å møte barnet på best mulig måte.

Studien gjennomført av Sønsterudbråten og Bjørnset (2018) er en evaluering av gruppeveiledning spesielt tilpasset foreldre som er bekymret for sine ungdommer. Her påpekes det hvordan ungdom er i en fase i livet hvor identiteten skal formes, og foreldrene får en annen rolle enn de hadde i sped- og småbarnsperioden. Den emosjonelle dialogen som blir gjennomgått i kortversjonen av DUÅ- programmet får et annet preg med ungdom, fordi det verbale språket har en annen plass og betydning for ungdom enn for småbarn (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 28). Emosjoner og ros uttrykkes ikke lenger like mye gjennom blikk, mimikk og kroppsspråk som det gjorde da ungdommene var yngre, men heller gjennom verbale samtaler med foreldrene. Hovedpoenget er at ungdom i aller høyeste grad har behov for å bli sett og hørt gjennom ros og emosjonelle uttrykk, selv om de blir eldre (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 28). For å gi ungdommer en bekreftelse på at de er elsket vil anerkjennelse fra foreldrene kunne vises på flere måter. Den fysiske nærheten får mindre plass i relasjonen etter hvert som barna blir eldre, men foreldrene kan fortsatt lytte, vise nysgjerrighet overfor barnets interesser og være til stede når ungdommen tar initiativ til nære samtaler om viktige temaer (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 28). Dette understreker foreldrenes betydning for ungdommens utvikling, og er den type kunnskap og innsikt flere foreldre ønsker når de oppsøker foreldreveiledning.

#### **6.1.4 Motivasjon for å oppsøke veiledning**

Når vi trekker frem og diskuterer betydningen av foreldreveiledning er det relevant å se nærmere på foreldrenes forutsetninger og motivasjon for å oppsøke veiledningen. Med motivasjon menes foreldrenes engasjement i samarbeid med hjelpeapparatet, både statlig, kommunalt og privat. Det blir her viktig å trekke frem motivasjonen til de utvalgte foreldrene

fra studiene i denne litteraturstudien. Alle foreldrene som har gjennomført de ulike intervensjonene kan sies å være motiverte for å oppsøke veiledning, bare ved at de har deltatt. Killén (2019, s. 100) hevder det i arbeidet med risiko og omsorgssvikt er få problemer som er så omtalt som foreldrenes mangel på motivasjon, eller ambivalente motivasjon, for å samarbeide med hjelpeapparatet om barnets situasjon. Årsaker til dette kan være at systemet ofte oppleves som kritisk eller som en trussel som vil forandre ting slik de er. Dette kan virke skremmende for mange foreldre. For foreldre med barndoms- og livserfaringer som har medført mistillit til andre mennesker og ikke minst til profesjonelle, kan det være spesielt utfordrende å søke samarbeid med hjelpeapparatet (Killén, 2019, s. 100). I et tilknytningsteoretisk perspektiv vil foreldrenes indre arbeidsmodeller påvirke hvilken rolle foreldrene tar som omsorgspersoner, og deres tilknytningsmønstre påvirke hvem de søker når de trenger hjelp. Hvis foreldre som ønsker hjelp eller må få hjelp til slutt får hjelp, vil det likevel være en fare for at prosessen ikke går for seg slik en så for seg.

I foreldreveiledning vil nemlig parallelle prosesser kunne gjøre seg gjeldende. Dette henger sammen med de profesjonelle veilederens rolle og arbeid med å motivere foreldre til å engasjere seg i samarbeidet med hjelpeapparatet. Holdninger som foreldre blir møtt med av veilederne, vil de nemlig kunne gjenta overfor sine barn (Killén, 2019, s. 100). Om veilederen viser aksept, omsorg og et positivt følelsesmessig engasjement i forelderens, vil forelderens mer sannsynlig etterligne denne atferden ved å akseptere barnet, vise forståelse og omsorg, enn om de ikke opplever det. Det samme gjelder veilederens evne til å mentalisere- å prøve å sette seg inn i, og forstå hvorfor foreldrene oppfører seg som de gjør og se drivkreftene bak deres atferd (Killén, 2019, s. 102). Veilederens evne til å mentalisere vil med andre ord kunne smitte over på hvordan foreldrene forstår drivkreftene bak barnas atferd.

Foreldrenes egne tilknytningsmønstre og indre arbeidsmodeller (Bowlby, 2012) er også avgjørende for deres motivasjon for å søke hjelp til å bedre sine foreldrefunksjoner fordi disse vil påvirkes i samarbeid med hjelpeapparatet (Killén, 2019, s. 100). Som nevnt tidligere i resultatdelen var det for flere foreldre som gjennomførte emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre (EFST) ingen enkel oppgave å møte nye situasjoner med nye strategier og løsninger (Ansar et al., 2021, s. 5). Flere opplevde frustrasjon og håpløshet i møte med de nye innsiktene de nå stod ovenfor og det ble beskrevet som direkte utfordrende for flere av foreldrene å være såpass inntunet og til stede i arbeidet med følelser at de i etterkant av situasjonen følte seg overveldet og utmattet (Ansar et al., 2021, s. 5). Foreldrene ønsker å

hjelpe barna sine, men flere vil måtte gå ut av egen komfortsone for å oppnå dette. I kontakt med ubehagelige følelser hos foreldre gjennom foreldreveiledning kan vi være vitne til det som kan kalles konkurrerende motivasjon. Motivene som konkurrerer er ønsket om å hjelpe barnet og samtidig ønsket om å unngå ubehagelige følelser i seg selv og i barnet (Hagen, Austbø, Hjemlseth & Dolhanty, 2019, s. 104). Innsikt i foreldres indre arbeidsmodeller og konkurrerende motivasjon er nyttig både for foreldre og veileder, da veileder i større grad vil forstå hvorfor situasjonen i familien er som den er. Foreldre vil kunne forstå at veilederens hensikt er å hjelpe dem til å utvikle seg med kjennskap de ubehagelighetene det kan medføre (Hagen et al., 2019, s. 104).

## **6.2 Vurdere betydningen av foreldreveiledning**

Foreldreveiledning har generelt sett til hensikt å støtte foreldre i å best mulig gi sine barn god omsorg, oppdragelse og trygghet. Hva som inngår i gode og trygge oppvekstvilkår, er imidlertid et normativt spørsmål stadig debattert på samfunnsnivå. Hvorvidt foreldreveiledning er suksessfull støtte for foreldre til å oppnå disse målene er derfor et krevende spørsmål å besvare (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 10). Likevel søker utvalgte studier i denne oppgaven å undersøke om programmets hensikt tilfredstilles og hvorvidt foreldrene er fornøyde med veiledningen.

Det er flere omfattende, internasjonale kunnskapsoversikter av høy kvalitet som belyser foreldrestøttende tiltak sin effekt på psykisk helse hos barn og unge (Skogen, Smith, Aarø, Siqueland & Øverland, 2018). FAFO-rapporten Foreldreveiledning – virker det? fra 2016 viser til at spørsmålet knyttet til om foreldreveiledning virker, enkelt kan besvares. I rapporten hevdes det at studier på universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer med få unntak, har positiv effekt og at foreldrene som deltar har gode erfaringer med veiledningen (Bråten & Sønsterudbråten, 2016, s. 10). Blant disse universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammene nevnes blant annet DUÅ og ICDP, som flere av de inkluderte studiene i denne oversiktsartikkelen tar for seg. Rapporten underbygger på dette viset denne litteraturstudiens funn knyttet til at universelle foreldreveiledningsprogrammer, med noen unntak, har en positiv effekt og at foreldrene har gode erfaringer med veiledningen.

### **6.2.1 Endringer i foreldrenes mestringstro**

Som nevnt innledningsvis kan foreldreveiledningsprogrammer evalueres langs to dimensjoner. Denne oppgaven undersøker foreldrenes opplevelse av foreldreveiledningen. Betydningen av foreldreveiledning lar seg vurdere på ulike vis i de inkluderte studiene. Det vil nå diskuteres noen mekanismer for hvordan foreldreveiledning lar seg vurdere i de inkluderte studiene ved å knytte dette opp mot anerkjent teori.

Syv av åtte studier vurderer betydningen av foreldreveiledningen ved å se på endringer i foreldrenes mestringstro knyttet til foreldrerollen, og viser til en tydelig generell forbedring i sitt utvalg. Studiene av de emosjonsfokuserede foreldreveiledningsprogrammene gitt ved IPR beskriver den økte mestringfølelsen som en «større trygghet i foreldrerollen» (Bøyum & Stige, 2017) og som tilstrekkelig med kompetanse til å veilede sine barn med en følelse av selvtillit og stolthet i foreldrerollen (Ansar et al., 2021, s. 5). Foreldrenes tro på egen mestring i foreldrerollen spiller en vesentlig rolle for barnas psykiske helse (Foroughe, Stillar, Goldstein, Dolhanty, Goodcase & Lafrance, 2019). Foreldrenes mestringstro er en av flere potensielle mekanismer som måler de positive utfallene av foreldreveiledning (Irwin Sandler, i Reedtz & Klest, 2016, s. 2). Foreldrenes mestringstro påvirker nemlig foreldrenes kapasitet til å finne frem og ta i bruk deres intuitive foreldreferdigheter for å hjelpe barnet med hans eller hennes emosjonelle problemer (Wilhelmsen- Langeland et al., 2019, s. 30) og

Foreldrene som deltok i studien til Bøyum og Stige (2017) rapporterte tilbake om en større grad av trygghet i foreldrerollen. Ifølge Bøyum og Stige (2017) gjorde dette også utslag i holdningene tilknyttet utfordringene de hadde i relasjonen med barna. I relasjon til barna fortalte foreldrene om en mye større grad av ro og tillit, både til seg selv og til barnet. De følte i større grad etter veiledningen at de var gode nok foreldre og at de ble tryggere på at de kom til å finne ut av de utfordrende situasjonene som kan oppstå i relasjon til barnet (Bøyum & Stige, 2017). Foreldrene opplevde seg tryggere på å mestre situasjoner de stod ovenfor, og de kom derfor til «å finne ut av» de problemene de møtte med ro og tillit til de involverte. Dette er en ønskesituasjon for de fleste foreldre som oppsøker veiledning. Det var imidlertid én forelder i studien til Bøyum og Stige (2017) som ikke mente kurset hadde gjort henne tryggere som forelder. Det ble tydeliggjort et behov for at hun trengte å jobbe med egen selvfølelse, og at dette behovet var såpass omfattende at hun ble anbefalt egen terapi (Bøyum & Stige, 2017).

I samsvar med funnene til Bøyum og Stige (2017), rapporterte foreldrene fra studien til Ansar og medarbeiderne (2021) at de etter veiledning føler de har tilstrekkelig med kompetanse til å veilede sine barn og en større opplevelse av selvtillit og stolthet i foreldrerollen. Videre beskriver de at de endelig kunne tre inn i rollen som de foreldrene de ønsket å være. En av foreldrene uttalte følgende:

I have what it takes to be the best parent for my child. I feel wiser, I am his biggest teacher. I have everything that is needed to succeed. And I think every parent need this. This self-confidence. Mm, yeah, it's kind of a type of detox, in a way. Or like «Ha, this is easy!». (Ansar et al., 2021, s. 5)

Sitatet beskriver hvordan foreldrene kunne innta foreldrerollen med en gjenvunnet selvtillit og stolthet over seg selv som foreldre. Flere foreldre påpekte en ny ro og trygghet i foreldrerollen, som gjorde det lettere for dem å komme i kontakt med egne barn samt en praktisk visdom som ga de gjenvunnet tilgang på deres indre foreldrestemme og intuisjon (Ansar et al., 2021, s. 5). Ved å være mer tonet inn (eng. attuned) på egne barn, holde seg rolig og føle seg trygg i rollen som foreldre, beskrev foreldrene i studien at de opplevde større anerkjennelse og ro når også egne vanskelige følelser oppstod. Som det påpekes av Ansar og kollegaene (2021, s.5) var ikke møtet med denne nye innsikten helt uproblematisk, og flere av foreldrene beskrev at de opplevde både frustrasjon og håpløshet knyttet til det å være såpass tonet inn og til stede i arbeidet med følelser.

Prosessene som oppstår i arbeidet med følelser og en bevisstgjøring av sin egen rolle som foreldre vil kunne være utfordrende før det oppleves som hjelpsomt og nyttig. Veiledning i emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre (Bøyum & Stige, 2017) og emosjonsfokusert familierapi (Ansar et al., 2021) viser positive endringer i mestringstro hos de aller fleste foreldrene som deltok i studiene. Hvorvidt sammenhengen mellom endring i mestringstro og veiledning kan forklares av en redefinert foreldrerolle eller økt selvtillit og trygghet i foreldrerollen, er utfordrende å si noe om. Det er heller ikke utforsket videre om de positive endringene vedvarte i en lengre periode etter endt veiledning.

## **6.2.2 Endringer i oppdragelsesstil**

Andre mekanismer som kan undersøke betydningen av foreldreveiledningen i denne oversiktsartikkelen er endringer i foreldrenes oppdragelsesstil. Studiene av Reedtz og kolleger (2011) og Reedtz og Klest (2016) undersøkte endringer i oppdragelsesstil. I begge studiene skilles det mellom positiv foreldrestrategi (eng. positive parenting) og negativ foreldrestrategi (eng. harsh discipline). De to førstnevnte studiene viser til en styrking av positiv foreldrestrategi og reduksjon av negativ foreldrestrategi; dette viste seg å ikke bare være gjeldende umiddelbart etter gjennomføringen av kortversjonen av DUÅ, men også 4 år senere (Reedtz et al., 2011; Reedtz & Klest, 2016). Sherr og medarbeiderne (2013) fant lignende resultater da de undersøkte effekten av ICDP, der det ble funnet en økning i positive holdninger tilknyttet håndteringen av barnet og forbedrede foreldrestrategier, sammenliknet med kontrollgruppen.

Endringer i oppdragelsesstil kan vurdere betydningen av foreldreveiledning ved at foreldrene rapporterer om nye måter å håndtere utfordrende situasjoner på i relasjon til barnet. Foreldrenes rapporterte foreldrestrategi ble rapportert gjennom spørreskjemaer hvor foreldrene svarte på spørsmål knyttet til deres oppdragelsesmetoder. Om dette er en valid metode å vurdere foreldreferdigheter og strategier på kan diskuteres. Når metoden (DUÅ) lærer opp foreldre i hvilke foreldreferdigheter som er de «riktige» kan spørreskjema etter den type veiledning bidra til at endringen fremstår større enn den er i virkeligheten. Noen vil derfor argumentere for at dette må vurderes og undersøkes gjennom observasjon.

For kategorien positiv foreldrestrategi var spørsmålene knyttet til oppmuntringer og positiv oppmerksomhet og kunne eksempelvis være: «I løpet av en vanlig uke, hvor ofte skryter eller belønner du barnet ditt for god atferd hjemme eller på skolen?» (Reedtz et al., 2011; Reedtz & Klest, 2016). For kategorien negativ foreldrestrategi var spørsmålene knyttet til disiplinerende praksis i form av verbal og fysisk aggresjon, og kunne eksempelvis være: «Hvis barnet ditt oppfører seg på en negativ måte, hvor sannsynlig er det at du slår barnet?» (Reedtz et al., 2011; Reedtz & Klest, 2016). Alle svaralternativene i begge kategoriene var gradert på en skala fra 1-7 (1= aldri til 7= alltid, eller 1= lite sannsynlig til 7= veldig sannsynlig).

De fleste foreldre vil nok kunne utøve begge strategiene i ulik grad til ulik tid, men vil med fordel forsøke å unngå disiplinerende praksiser i form av tvingende samspill. Tvingende samspill mellom foreldre og barn er anerkjent som en grunnleggende mekanisme for utviklingen og opprettholdelsen av problemer over tid. Dermed blir tidspunktet for



foreldrestrategien viktig og det kan antas at positiv foreldrestrategi er mer effektiv om det brukes før den uønskede oppførselen fra barnet forekommer. På denne måten kan man forhåpentligvis unngå at det negative, tvingende samspillet forekommer like hyppig. Grunnlaget for denne antagelsen er en tro på at konflikt kan forebygges hvis foreldre blir bedre i stand til å forutse dårlig oppførsel og handle proaktivt ved å bruke positive foreldrestrategier før dårlig oppførsel oppstår (Reedtz et al., 2011, s. 135). Dette er selvsagt ingen enkel oppgave for foreldre, men kan fungere som et ideelt mål en kan arbeide mot.

Reedtz og Klest (2016) viser til flere former for positive foreldrestrategier. Deres studie peker på at mødrene som gjennomførte den forkortede versjonen av DUÅ blant annet kysset og koste mer med barnet sitt enn mødrene i kontrollgruppen. De ga også barnet oftere hjelp til problemløsning, muligheten til å rette egne feil, komplimenter og belønninger for ønsket atferd. Motsatt ble negative foreldrestrategier signifikant redusert fra før veiledning til 4 år etter (Reedtz & Klest, 2016, s. 11). Eksempler på slike negative foreldrestrategier er å heve stemmen og skrike til barnet, samt å gi eller true med å gi barnet psykisk eller fysisk avstraffelse. Kontrollgruppen viste også en reduksjon i negative foreldrestrategier, men hadde en slakere rate enn intervensjonsgruppen.

### **6.2.3 Endringer i barnets rapporterte vansker**

Foreldrenes oppdragsstil henger tett sammen med barnets rapporterte vansker. Reedtz og Klest (2016) viser til en betydelig reduksjon i intensiteten av problematferd for intervensjonsgruppen rett etter veiledningen, rapportert av foreldrene gjennom intensivitetsmålingen ECBI. Selvrapporteringskjemaet ECBI består av 36 spørsmål designet for at foreldre skal kunne vurdere barns problematferd (f.eks. «er hyper eller rastløs», «lyver» og «slår foreldre») (Reedtz & Klest, 2016, s. 5). Foreldrene vurderer problematferden på to dimensjoner, hyppigheten av atferden (fra 1= aldri, til 7= alltid) og en identifisering av atferden som et problem for foreldrene (ja eller nei). Selv om det rapporteres om en reduksjon i problematferd rett etter veiledningen, vedvarte ikke denne endringen 1 eller 4 år etter veiledningen. Årsaken til at endringene var der umiddelbart etter veiledningen, men ikke vedvarte kan være mange. Blant disse en mulighet knyttet til vurderingens andre dimensjon, altså foreldrenes identifisering av atferden som et problem. Muligens fikk foreldrene en dypere innsikt i ulike aspekter bakenforliggende for atferden og dermed registrerte atferden uten å identifisere den som et problem.

Reedtz og Klests (2016) utvalg er et normalutvalg med lav risiko hvor barn med for høye ECBI-skårer ble ekskludert. Det er foreldrene som rapporterte både Eyberg Child Behavior Inventory (ECBI) og Parenting Practices Interview (PPI). Intensiteten på barnets rapporterte vansker henger sammen med endringene en kan forvente seg. Reedtz og Klests (2016, s. 11) påpeker at fordi barna var innenfor normalområdet for vansker, forventet de ingen store forandringer som et resultat av kortversjonen av DUÅ. De fremhever derfor at i normalutvalg hvor barnets problematferd er lav, bør ikke en reduksjon av problematferd brukes som grunnlag for å bedømme effektiviteten av programmet.

Et uventet funn fra Clucas og medarbeidere (2014) var forskjellen på hvordan mødre og fedre tilskrev barna vanskeligheter. Det var kun mødrene som tilskrev barna færre vanskeligheter etter kurset enn før. Blant fedrene var det flere som tilskrev større vanskeligheter til sønnene (og ikke døtrene) etter kurset enn før. Denne distinksjonen mellom mødre og fedre kan være et resultat av at fedrene etter kurset begynte å tilbringe mer tid med barna sine, og dermed i større grad opplevde barnets vansker (Clucas et al., 2014, s. 416). Det poengteres videre at årsaken til at det var det flere sønner som ble tilskrevet vanskeligheter enn døtre er fordi problematferd vanligvis er mer fremtredende hos gutter enn hos jenter (Clucas et al., 2014; Hesselberg & von Tetzchner, 2016). Fedrene kan i tillegg ha funnet det lettere å «redefinere» datterens oppførsel i tråd med ICDPs prinsipper (Clucas et al., 2014, s. 416). Med redefinisjon innenfor ICDP menes en redefinisjon av omsorgsgiveres oppfatning av barnet, som vil si at veilederne forsøker å fremme en ny og mer positiv oppfatning av barnet i de tilfeller det virker nødvendig (Hundeide, 2005). Fedrene i Clucas og medarbeidere (2014) sin studie har i så tilfelle muligens innarbeidet seg en sensitivisering av bakenforliggende årsaker til atferden hos døtrene, og dermed ikke rapportert atferden som problematisk.

### **6.3 Styrke foreldre-barn relasjonen gjennom å styrke foreldreferdigheter**

Foreldre som ønsker å bedre forstå sine barns følelser kan søke profesjonell hjelp for å utvikle seg som foreldre. Denne utviklingen henger tett sammen med barnets utvikling. På samme måte som barn må lære å krabbe før det kan gå, må foreldre se barnet og kunne lese (emosjonelle) signaler før de kan respondere på en måte som treffer barnets behov (Killén,

2019, s. 126). Arbeidet med foreldrenes kognitive- og følelsesmessige foreldrefunksjoner kan som de inkluderte studiene viser, ta for seg blant annet foreldrenes oppfatning av barnet, evnen til å engasjere seg positivt i barnet og evnen til å leve seg inn i hvordan barnet har det. Dette delkapitlet vil ta for seg hvilke omsorgsfunksjoner de ulike foreldreveiledningsprogrammene i de utvalgte studiene setter søkelys på og drøfte hvordan disse ferdighetene styrker relasjonen mellom foreldre og barn.

### **6.3.1 Positiv oppfatning av barnet og økt bevissthet rundt foreldrerollen**

Tre av de inkluderte studiene undersøker foreldres erfaringer med International Child Development Program (ICDP). Flere av foreldrene i studien gjennomført av Sønsterudbråten og Bjørnset (2018) beskrev at de etter veiledningen hadde en mer positiv oppfatning av barnet og at de tok i bruk mer positive foreldrestrategier og mindre negative. Det samme var tilfellet for foreldrene i Clucas og medarbeidere (2014) sin studie, som rapporterte om mer positiv disiplin og større engasjement i barnet. Dette samsvarer med ICDP' emosjonelle og regulerende dialog som vektlegger positive følelser og en regulering fremfor en kontroll av de mer vanskelige følelsene. Sherr og medarbeidere (2013, s. 15) påpeker at foreldrekontroll er mer fremtredende i veiledningsprogrammer for foreldre til barn med atferdsvansker, og at et fokus på positive følelser og regulering av de mer vanskelige følelsene passer bedre for de som opplever «vanlige» vanskeligheter i hverdagen.

At foreldre har en positiv oppfatning av barnet, er en av ICDP' grunnleggende mål for veiledningen. Derfor står tilretteleggingen for refleksjon rundt hvordan negative syn på barnet kommer til uttrykk og kan snus sentralt gjennom alle gruppesamlingene (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018, s. 25). Det har blitt vist til en gjennomgående tilbakemelding fra foreldrene som gjennomførte ICDP, at de opplevde økt bevissthet rundt foreldrerollen. Det kan tenkes at foreldrene etter veiledning blir mer bevisst sitt lovmessige ansvar som voksne og fikk erfare sin påvirkningskraft og betydning for barnet. Styrking av foreldreferdigheter slik som foreldrenes oppfatning av barnet og en økt bevissthet rundt foreldrerollen viser seg å påvirke foreldre-barn relasjonen, ved at foreldrene eksempelvis beskriver at ungdommene åpner seg mer opp for dem enn tidligere (Sønsterudbråten & Bjørnset, 2018).

### **6.3.2 Anerkjennelse av følelser, verdien av reparasjon og emosjonsveiledning**

Tre av de inkluderte studiene undersøker foreldres erfaringer med emosjonsfokustert veiledning i form av ferdighetstrening for foreldre (EFST) og familierapi (EFFT). I de to studiene som tar for seg EFST beskrives det flere foreldreferdigheter som foreldrene opplever stor effekt av. Eksempler hentet fra Bøyum og Stige (2017) er initiativet til å møte barna på hvordan det føles for dem å krangle med foreldrene sine, verbal anerkjennelse og beskrivelse av følelser, fokus på reparasjon og si unnskyld og til slutt å validere og lytte mer. Foreldrene i utvalget til Wilhelmsen-Langeland og medarbeidere (2019) refererer til såkalte «enkle verktøy» å bruke for å veilede barnets følelser, og antas å være de samme verktøyene som blir brukt innenfor flere av de emosjonsfokusterte veiledningsprogrammene. Foreldrene i utvalget til Ansar og medarbeidere (2021) vektlegger heller verdien av narrativer og en relasjonell forståelse av samspill. Foreldrene peker på at ved å arbeide med seg selv, endret de historien om hvem de selv var, som igjen endret historien om deres partner, barn og familie (Ansar et al., 2021, s. 7).

Ferdigheter slik som å anerkjenne følelser, ta ansvaret for å reparere sår i relasjonen og veilede barnet gjennom vanskelige følelser vil kunne påvirke foreldre-barn relasjonen på flere vis. For det første vil foreldrene som i større grad enn tidligere setter ord på følelsene sine og barnas, introdusere barna for denne måten å håndtere og sortere følelser. Eksempelvis fortalte en forelder at barnet i større grad brukte ord når han var sint og at dette regulerte aggresjonen (Bøyum & Stige, 2017). Barna begynte å spørre og snakke mer med foreldrene sine. De viste seg mer åpne og utforskende og brukte flere beskrivelser av tilstander og opplevelser (Bøyum & Stige, 2017). Dette samsvarer med teori om emosjonell sosialisering som argumenterer for at foreldrenes emosjonsregulering er relatert til utviklingen av barnets emosjonelle kompetanse (Havinghurst & Kehoe, 2017, s.287). Når foreldrene evner å sette ord på og sortere følelsene, vil dette lære barna å gjøre det samme for å håndtere følelser.

For det andre uttalte nesten alle foreldrene i utvalget til Bøyum og Stige (2017) at det å si unnskyld uten forbehold var en viktig vei inn til bedre kommunikasjon. Når foreldrene anerkjente barnets følelser opplevde de en umiddelbar effekt enten i form av smil, blick eller at barnet roet seg ned. På den andre siden kunne noen foreldre imidlertid oppleve at validering av følelsene, slik som om man skulle sagt «Jeg ser at du er sint og forstår at du ble det når du

ikke får blitt med på hytteturen», kunne terge barnet eller ungdommen og gjøre situasjonen verre.

### **6.3.3 Styrking av foreldrenes mestringstro og tilfredshet**

To av de inkluderte studiene undersøker foreldres erfaringer med en kortversjon av De Utrolige Årene (DUÅ). Reedtz og medarbeidere (2011, s. 135) understreker at årsaken til at de positive effektene av foreldreveiledningen vedvarte over tid, kan forklares med foreldrenes endrede opplevelse av å være foreldre, og ikke først og fremst endringer i barnas atferd. Selv om både Reedtz og medarbeidere (2011) og Reedtz og Klest (2016) viser til forsterkelser av foreldreferdigheter slik som mestringstro og tilfredshet i foreldrerollen, beskriver ikke studiene hvordan veiledningen i disse egenskapene utspiller seg.

## **6.4 Støtte over tid**

Foreldrestøttens overordnede mål er som nevnt innledningsvis å fremme barnets beste ved å styrke relasjonen mellom foreldre eller mellom foreldre og barn (Barne- og likestillingsdepartementet, 2018, s.12). Som forebyggende støtte er det ønskelig at foreldreveiledningsprogrammet virker langsiktig. De positive samhandlingsmønstrene foreldrene lærer seg i veiledning skal helst vare gjennom hele barnas oppvekst. Hvorvidt denne støtten evner å påvirke foreldre og foreldre-barn relasjonen over tid slik målsetningen etterstreber, er imidlertid vanskelig å fastslå. Basert på resultatene lagt frem i kapittelet som tok for seg i hvilken grad resultatene av foreldreveiledningen vedvarer over tid, er det flere ting som er av interesse å trekke frem i denne drøftingen.

### **6.4.1 Usikre langtidsresultater**

For det første er det kun én av åtte studier som måler resultatene fra tiltaket mer enn ett år etter det er iverksatt. Den mest omfattende studien har siste måletidspunkt 4 år etter intervensjonens slutt, andre har siste måletidspunkt etter 2-12 måneder og andre studier måler ikke i det hele tatt vedvaringen av resultatene fra foreldreveiledningen over tid. Dette gjør at langtidsresultatene av tiltakene er høyst usikre.

Videre kan det med utgangspunkt i resultatene fra de inkluderte studiene se ut til at foreldrene i flere av intervensjonsgruppene opplevde en «boost» av foreldreveiledningen før dette stabiliserte seg tilbake til utgangspunktet etter noen år. Mange av studiene har vist at

gruppeveiledningen gir gode resultater på kort sikt, men ved å utelukke et langtidsperspektiv svekkes tilliten til resultatene. Følgelig to eksempler på dette:

Første eksempel på denne senere stabiliseringen kan belyses gjennom tall fra Reedtz og Klest (2016) som undersøkte veiledning fra DUÅ. Foreldrenes selvrapportering om intensiteten av barnets atferd med ECBI viser at kontrollgruppen skåret sitt barns atferd som mer intens og problematisk enn intervensjonsgruppen både ved post-test og 1 år follow-up. Fire år senere ligner skårene på utgangspunktet som fant sted før intervensjonen, der intervensjonsgruppen hadde høyere skårer enn kontrollgruppen. Tallene viser at begge foreldregruppene skåringer over tid ligner på utgangspunktet de to foreldregruppene hadde før tiltaket og understreker nødvendigheten og betydningen av målinger over lengre tid.

Andre eksempel er Wilhelmsen- Langeland og medarbeideres (2020) resultater knyttet til foreldrenes opplevelse av kompetanse (PSOC). Som elementer i denne målingen inngår foreldrenes mestringstro og tilfredshet i foreldrerollen. Foreldrenes *mestringstro* viste seg å ha en signifikant økning som vedvarte 3 måneder etter programmet for emosjonsfokuset familieterapi. Samtidig ble omsorgsgivernes *tilfredshet med foreldrerollen* betydelig redusert 3 måneder etter den kraftige økningen rett etter veiledningen (Wilhelmsen- Langeland et al., 2020, s. 29). Årsaker til at foreldrenes rapporterte tilfredshet med foreldrerollen ikke vedvarte ved 3 måneders oppfølging er vanskelig å si noe om. Denne motsatte utviklingen kunne gitt flere svar om det ble gjennomført målinger over en lengre tidsperiode.

Reedtz og Klest (2016) viser derimot til at foreldrenes mestringstro vedvarte hele 4 år etter endt veiledning i en kortversjon av programmet De Utrolige Årene. Foreldrenes mestringstro er viktig for håndteringen av utfordrende situasjoner, ved at man eksempelvis forsøker flere ganger (med ulike metoder) for å mestre situasjonen. I lys av det som har blitt nevnt om mestringsforventning kan det konkluderes med at foreldrenes mestringstro er av direkte relevans for barnets helse. Foreldrenes tro på egen mestring av foreldrerollen påvirker deres atferd i møte med utfordrende situasjoner som oppstår i relasjonen mellom dem selv og barnet.

## 6.4.2 Måling av langtidsresultater

En annen observasjon som er av interesse å trekke frem er hvordan begge foreldregruppene i studien gjennomført av Reedtz og Klest (2016) viste en gradvis reduksjon i bruken av negativ foreldrestrategi fire år etter foreldreveiledningsprogrammet. En mulig forklaring på at denne reduksjonen forekom også i kontrollgruppen kan være at problematferd blant barn og unge avtar naturlig i den generelle befolkning etter hvert som barna blir eldre (Reedtz & Klest, 2016, s. 11), og det dermed blir mindre behov for streng disiplinering som en del av oppdragelsen. Selv om det er ønskelig med målinger som følger barnet livet ut, vil det være utfordrende å måle langtidseffekter av tiltak (Wesseltoft-Rao, Holt & Helland, 2017, s.81). Det kan være enorme forandringer i et barns liv. På tross av at foreldre viser god omsorg etter beste evne, kan det skje hendelser hvor dette alene ikke er tilstrekkelig for barnets beste.

## 6.5 Oppsummering av diskusjon

Diskusjonen ovenfor har trukket frem hvordan de ulike studiene av programmene vurderer betydningen av foreldreveiledningen gjennom ulike mekanismer slik som endringer i foreldrenes mestringstro, oppdragerstil og barnets rapporterte vansker. Foreldreveiledning kan sies å støtte foreldre i å bedre forstå egne barn ved å gjøre foreldre mer utholdende i møte med utfordrende situasjoner og problematisk atferd. Støtten innebærer blant annet veiledning i å forebygge tvingende samspill, bygge opp under en positiv oppdragelsesstil og ved å redefinere barnas atferd og foreldrenes oppfatning av barnet.

Resultatene er hentet fra de inkluderte studiene, med støtte fra relevant teori. En svakhet ved resultatene og konklusjonene som har blitt gjort basert på studiene er at datagrunnlaget i stor grad baserer seg på foreldrenes selvrapporing. Dette innebærer en risiko for at foreldrene selv kan ha evaluert seg selv og relasjonen til egne barn bedre enn tidligere, uten at det nødvendigvis er hverken direkte knyttet til foreldreveiledningen eller at det er den spesifikke mekanismen som undersøkes som rapporteres. Samtidig vil resultatene kunne være valide, ved at interne validitetsvurderinger har blitt gjort innad hver enkelt studie. Resultatene bør likevel ikke generaliseres til en større populasjon utover utvalget i den enkelte studien.

## 7 Konklusjon

Litteraturstudien har undersøkt hva vi vet om hvordan universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan støtte foreldre til å bedre møte barns følelser. Dette har blitt gjort ved en nøye gjennomgåelse av de inkluderte studiene og deres innhold. Resultatene fra veiledningen i de ulike programmene har blitt brutt ned i håndterlig og meningsfylt størrelse. Mot slutten av oppgaven har kvaliteten og betydningen av disse resultatene blitt analysert og oversiktlig illustrert gjennom flere tabeller. Tabellene har hatt til hensikt å gjøre litteraturstudien anvendelig for fagpersoner og foreldre som ønsker en oversiktlig og oppdatert innsikt i norsk praksis på feltet. Diskusjonen av resultatene ble utført med utgangspunkt i forskningsspørsmålene, knyttet opp mot relevant teori og de inkluderte studiene.

I lys av teori og de inkluderte studiene vil resultatene for denne litteraturstudien konkludere med følgende. Vi vet relativt lite om hvordan universalforebyggende foreldreveiledningsprogrammer som tilbys i Norge kan støtte foreldre til å bedre møte barns følelser. Relevante studier viser til støtte gjennom en rekke mekanismer, som påvirker foreldre i ulik grad. Introduksjonen som har blitt gitt innenfor tilknytningsteori og teori om emosjonell sosialisering understreker betydningen av voksnes håndtering av egne følelser for å møte barnets følelser. Foreldrenes tidlige tilknytningsmønstre, indre arbeidsmodeller og emosjonsregulering er trukket frem som noe barn påvirkes av og som vil kunne være av stor betydning for deres emosjonelle fungering. Foreldrene i de inkluderte studiene hadde ulike behov for veiledning, men et delt ønske om å delta i gruppeveiledning for å dele og få innsikt i andres utfordringer. Typisk for de inkluderte veiledningsprogrammene har vist seg å være vektleggingen av positive følelser og en opplæring i å veilede barnets regulering av de mer vanskelige følelsene. Universalforebyggende foreldreveiledning med fokus på emosjoner har med utgangspunkt i de inkluderte studiene vist seg å kunne være en god støtte for de utvalgte foreldrene i møte med barns følelser.

Ved å utelukke et langtidsperspektiv svekkes imidlertid tilliten til flere av studiene. Resultatene er ikke vurdert som valide nok til å generalisere til en større populasjon utover utvalget i den enkelte studien. Det konkluderes med et behov for forskning av høyere metodisk kvalitet slik at man kan undersøke betydningen av foreldreveiledning knyttet til emosjonell sosialisering over tid. I det manuelle søket for denne masteroppgaven bekreftet



flere forskere behovet for forskning på feltet, og verdsatte en litteraturstudie som sammenstiller allerede eksisterende norsk forskning på effektene av emosjonsfokuset foreldreveiledning på et universalforebyggende nivå. Det håpes at litteraturstudien kan være til glede for flere.

# Referanseliste

- Ansar, N., Hjeltnes, A., Stige, S. H., Binder, P.-E., & Stiegler, J. R. (2021). Parenthood- Lost and Found: Exploring Parents' Experiences of Receiving a Program in Emotion Focused Skills Training. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.559188/full>
- Barajas, K. E., Forsberg, C., & Wengström, Y. (2013). *Systematiska litteraturstudier i utbildningsvetenskap*. Bokförlaget Natur & Kultur.
- Barne- og likestillingsdepartementet. (2018). Trygge foreldre – trygge barn: Regjeringens strategi for foreldrestøtte (2018–2021). Barne- og likestillingsdepartementet.  
[https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld\\_foreldrestotte\\_strategi\\_21juni18.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/23fff4c08d0440ca84543ff74786c6a0/bld_foreldrestotte_strategi_21juni18.pdf)
- Barne- ungdoms og familiedirektoratet. (2020). Barn gjør som vi gjør – ikke som vi sier. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.  
[https://bufdir.no/Foreldrehverdag/Smabarn/barn\\_gjor\\_som\\_vi\\_gjor\\_ikke\\_som\\_vi\\_sier](https://bufdir.no/Foreldrehverdag/Smabarn/barn_gjor_som_vi_gjor_ikke_som_vi_sier)
- Barnevernloven. (1992). Lov om barneverntjenester (LOV-1992-07-17-100). Lovdata.  
[https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1992-07-17-100#KAPITTEL\\_1](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1992-07-17-100#KAPITTEL_1)
- Bowlby, J. (2012). *A Secure Base*. Routledge Classics.
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T., & Risholm Mothander, P. (2008). *Tilknytningsteori*. Hans Reitzels Forlag.
- Bråten, B., & Sønsterudbråten, S. (2016). Foreldreveiledning, virker det? En kunnskapsstatus (Fafo-rapport 2016:29). Barne-, og ungdoms- og familiedirektoratet.  
<https://www.fafo.no/images/pub/2016/20591.pdf>
- Bøyum, H. & Stige S. H. (2017). «Jeg forstår henne bedre nå»- En kvalitativ studie av v foreldres opplevelse av relasjonen til egne barn etter emosjonsfokuset foreldreveiledning. *Scandinavian Psychologist*, 2017(4).  
<https://doi.org/10.15714/scandpsychol.4.e11>
- Campbell Collaboration. (u.å.). What is a systematic review? Campbell Collaboration.  
<https://www.campbellcollaboration.org/what-is-a-systematic-review.html>

- Clucas, C., Skar, A.-M. S., Sherr, L., & von Tetzchner, S. (2013). Mothers and Fathers Attending the International Child Development Programme in Norway. *The Family Journal*, 22(4), 409–418.  
<https://doi.org/10.1177/1066480714533640>
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2018). *Research Methods in Education* (8.utg). Routledge.
- Drozd, F., Slinning, K., Nielsen, B., & Høstmælingen, A. (2020, 5. februar). Foreldreveiledning – hva virker for hvem? *Psykologisk.no*.  
<https://psykologisk.no/2020/02/foreldreveiledning-hva-virker-for-hvem/>
- Foroughe, M., A. Stillar, L. Goldstein, J. Dolhanty, E.T. Goodcase, & A. Lafrance. (2018). Brief Emotion Focused Family Therapy: An Intervention for Parents of Children and Adolescents with Mental Health Issues. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(3), 410-430. <https://doi-org.ezproxy.uio.no/10.1111/jmft.12351>
- Greenberg, L. S. (2017). *Emotion-Focused Therapy, Revised Version*. American Psychological Association.
- Green, B. N., Johnson, C. D., & Adams, A. (2006). Writing narrative literature reviews for peer-reviewed journals: Secrets of the trade. *Journal of Chiropractic Medicine*, 5(3), 101–117. [https://doi.org/10.1016/S0899-3467\(07\)60142-6](https://doi.org/10.1016/S0899-3467(07)60142-6)
- Hagen, A. H. V., Austbø, B., Hjelmseth, V. & Dolhanty, J. (2019). *Emosjonsfokuset ferdighetstrening for foreldre*. Gyldendal Norsk Forlag AS
- Halvorsen, T. (2018). Glimt fra tilknytningsteoriens historie. *Tidsskriftet Norges Barnevern*, 1(95), 50–69.
- Helsebiblioteket. (2016a, 3. juni). PICO. *Helsebiblioteket.no*.  
<https://www.helsebiblioteket.no/kunnskapsbasert-praksis/sporsmalsformulering/pico>
- Helsebiblioteket. (2016b, 6. juni). Søketeknikker. *Helsebiblioteket.no*.  
<https://www.helsebiblioteket.no/kunnskapsbasert-praksis/litteratursok/soketeknikker>
- Hesselberg, F., & von Tetzchner, S. (2016). *Pedagogisk-psykologisk arbeid*. Gyldendal Norsk Forlag AS.

- Hundeide, K. (2005). ICDP Programmet- et relasjonsorientert og empatibasert program rettet imot barns omsorgsgivere. *Skolepsykologi*, 2005(7), 9-26.
- Killén, K. (2003). BARNES TILKNYTNING. *Psyke & Logos*, 2003 (24), 573–587.
- Killén, K. (2019). *Sveket II* (5. utg). Kommuneforlaget AS.
- Kitzmann, K. M. (2012). Learning about Emotion: Cultural and family contexts of emotion socialization. *Global Studies of Childhood*, 2(2), 82-24.  
<https://journals-sagepub-com.ezproxy.uio.no/doi/abs/10.2304/gsch.2012.2.2.82>
- Reedtz, C., Handegård, B. H., & Mørch, W.-T. (2011). Promoting positive parenting practices in primary care: Outcomes and mechanisms of change in a randomized controlled risk reduction trial. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(2), 131–137. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2010.00854.x>
- Reedtz, C., & Klest, S. (2016). Improved parenting maintained four years following a brief parent training intervention in a non-clinical sample. *BMC Psychology*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0150-3>
- Rees, C. (2010). Promoting children's emotional wellbeing. *Paediatrics and Child Health*, 20(9), 439–446. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2010.07.001>
- Reinar, L. M., & Jamtvedt, G. (2010). Hvordan skrive en systematisk oversikt? *Sykepleien Forskning*, 5(3), 238-246.  
<https://sykepleien.no/forskning/2010/11/hvordan-skrive-en-systematisk-oversikt>
- Richardson, W. S. (1995). The well-built clinical question: a key to evidence based-decisions. *ACP Journal Club*. 123(3), A12. <https://www-acpjournals-org.ezproxy.uio.no/doi/10.7326/ACPJC-1995-123-3-A12>
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social Science Information*, 44(4), 695–729.  
<https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Sherr, L., Skar, A.- M. S., Clucas, C., von Tetzchner, S. & Hundeide, K. (2014). Evaluation of the International Child Development Programme (ICDP) as a community-wide parenting programme. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(1), 1–17.  
<https://doi.org/10.1080/17405629.2013.793597>

- Stiegler, J. R. (2015). Emosjonsfokusert terapi: Å forstå og forandre følelser (5.utg.). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Sønsterudbråten, S. & Bjørnset, M. (2018). «It takes a village» Evaluering av gruppeveiledning for foreldre som er bekymret for sine ungdommer (Fafø-rapport 2018:23). Fafø. <https://www.fafø.no/zoo-publikasjoner/fafø-rapporter/item/it-takes-a-village>
- Universitetsbiblioteket. (2021a). Fagside for spesialpedagogikk. Universitetsbiblioteket. <https://www.ub.uio.no/fag/laring-utdanning/spesped/>
- Universitetsbiblioteket. (2021b). Fagside for pedagogikk. Universitetsbiblioteket. <https://www.ub.uio.no/fag/laring-utdanning/pedagogikk/>
- Universitetsbiblioteket. (2021c). Fagside for psykologi. Universitetsbiblioteket. <https://www.ub.uio.no/fag/psykologi/>
- Vikman, M. D., & Sømme, C. (2020). Emosjonsfokusert terapi-sentrale begreper og prosesser i terapien. Tidsskrift for psykisk helsearbeid, 2020(17), 139–150. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2020-02-03-07>
- Wesseltoft- Rao, N., Holt, T., & Helland, M. S. (2017). Gruppetiltak og kurs for foreldre. Norsk praksis, erfaringer og effektevalueringer. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/publ/2017/gruppetiltak-for-foreldre.--norsk-praksis-erfaringer-og-effektevalueringer/>
- Wilhelmsen-Langeland, A., Aardal, H., Hjelmseth, V., Fyhn, K. H., & Stige, S. H. (2020). An Emotion Focused Family Therapy workshop for parents with children 6-12 years increased parental self-efficacy. Emotional and Behavioural Difficulties, 25(1), 29–41. <https://doi.org/10.1080/13632752.2019.1655921>