

PMTO-kurs for fosterforeldre i Bufetat

– implementering og 15-års erfaring

Mange fosterforeldre som har deltatt på «PMTO-kurs for fosterforeldre» uttrykker at de skulle ønske at de hadde fått tilbud om dette kurset tidligere. Flere sier at dette er et kurs alle fosterforeldre burde ha, og rapporterer om at de har blitt tryggere i rollen som fosterforelder og at de har større tro på at «dette vil gå bra».

| Av Vibeke C. Wathne og Anette A. Grønlie

Parent Management Training - Oregonmodellen (PMTO) er et forskningsbasert foreldreveiledningsprogram rettet mot foreldrene til barn som har utviklet samspills- og atferdsvansker, eller står i fare for å utvikle dette. Basert på denne metoden er det utviklet et gruppekurs som er tilpasset fosterforeldre, som heter «PMTO-kurs for fosterforeldre». Målgruppen for PMTO-kurset er fosterforeldre til fosterbarn mellom fire og tolv år som melder sin interesse for et kurs for å forebygge utvikling av alvorlige atferdsproblemer hos fosterbarnet. Kurset er også tiltenkt beredskapshjem som i kortere eller lengre perioder skal ha omsorg for barn. I en effektstudie fikk kurset svært gode resultater ved at barna viste færre atferdsvansker, økte sosiale ferdigheter og bedre tilpasning til fosterfamilien.

Familiene som har fått kurset gjennom de siste 15 årene, har gjennomgående rapportert at de er svært fornøyde.

Denne artikkelen vil beskrive PMTO-kurs for fosterforeldre, tilbakemeldinger fra kursdeltakere gjennom nesten 15 år, erfaringer med implementeringen av kurset og noen tanker om veien videre.

Utfordringer knyttet til barn i fosterhjem

Problematikk og grunnlag for plassering i fosterhjem er ulik, men fosterforeldre beskriver ofte likelydende utfordringer. Fosterbarn i målgruppen kan ha utfordringer i hverdagen som for eksempel problemer med å samarbeide, følge beskjeder og gjennomføre rutinesituasjoner i hverdagen, mens fosterforeldre kan oppleve å stå i hyppige konflikter med fosterbarna og streve med grensesetting.

– OM FORFATTERENE –

| VIBEKE C. WATHNE er utdannet klinisk barnevernspedagog og PMTO-terapeut. Har 30 års erfaring fra Fylkesbarnevernet og senere Bufetat, ved akuttinstitusjon, familieavdeling og fosterhjemtjenesten. Har jobbet med PMTO siden 2002, og er nå ansatt som PMTO-regionkonsulent i Bufetat Region vest der hun i samarbeid med NUBU har som hovedoppgave å implementere metodene PMTO og TIBIR.

| ANETTE ARNESEN GRØNLIE har en mastergrad i psykologi og har jobbet som spesialkonsulent i Utviklingsavdeling barn ved Nasjonalt utviklingssenter for barn og unge (NUBU) siden 2010. Her jobber hun hovedsakelig med implementering av metodene PMTO og TIBIR.



Vibeke C. Wathne



Anette Arnesen Grønlie



Fosterforeldre som har deltatt på PMTO-kurs har beskrevet sine utfordringer, og disse inkluderer blant annet:

- Protester når det blir stilt rimelige krav på rutine- og overgangssituasjoner.
- Slitasje på de voksnes tålmodighet.
- De voksne er uenige om hvilke strategier de skal bruke.
- De blir inkonsekvente og veksler mellom å gi etter og holde ut i grensesetting.
- Har tvingende samspill med fosterbarnet og går inn i mønster med masing og kjefting.
- Redsel for å ikke lykkes, og bekymring for fremtiden.
- De har gode kunnskaper om traumer og tilknytningsvansker, men opplever at de mangler konkrete verktøy for å forebygge og håndtere uheldige episoder.

Mange fosterbarn har tilknytningsvansker og har opplevd traumer og omsorgssvikt. Barn som oppfyller kriteriene til en PTSD-diagnose (posttraumatisk stresslidelse), bør henvises til individuell traumebehandling. Flere studier støtter imidlertid opp om behovet for å styrke foreldreferdighetene i familier hvor barnet har vært utsatt for traumatiske erfaringer. I forebyggingsøyemed er det viktig å huske at traumatiske erfaringers betydning for barnet, påvirkes av hvordan traumet innvirker på foreldrenes fungering. En slik forståelse støtter opp om behovet for å styrke foreldreferdighetene i familier hvor barnet har vært utsatt for traumatiske erfaringer.

Samspillserfaringer

I en studie med 30 fosterhjemplasserte barn ble ti av barna plassert i behandlingsfosterhjem som arbeidet etter PMTO-prinsipper, hvor fosterforeldrene fikk trening i positiv foreldrepraksis. Denne gruppen barn hadde opplevd stor grad av traumer og omsorgssvikt, viste utfordrende atferd og var spesielt vanskelige å ivareta relasjonelt. Sammenliknet med kontrollgruppene viste resultater fra behandlingsfosterhjemmene at fosterforeldrene økte sin positive foreldrepraksis og barna fikk størst reduksjon i problematferd og kortisolnivå (stresshormon).

Ifølge The Social Interaction Learning (SIL) Model utløses og opprettholdes atferdsvansker hos barn av samspillet i familien. Foreldrene kan møte barnets atferd enten ved å gi oppmerksomhet til positiv og prososial atferd eller gjennom å gi oppmerksomhet til den negative atferden. Jo mer oppmerksomhet negativ atferd får, desto mer forsterkes det negative, og jo mer oppmerksomhet og fokus barnets positive atferd får, desto mer forsterkes det positive. Det å rette oppmerksomheten mot positiv og prososial atferd, vil på sikt styrke barnas sosiale ferdigheter, redusere problematferd og hindre utvikling av mer alvorlig problematferd. Dersom barnets negative atferd som oftest blir møtt med at foreldrene selv viser negativ atferd, for eksempel gjennom press eller tvang, kan dette bli et mønster og føre til et tvingende samspill. Dette kan igjen føre til en spiral av uenighet og konflikter som



eskalerer og ender i negative og lite hensiktsmessige situasjoner. Siden samhandlingsmønstre blir automatiserte, vil de være vanskelige å identifisere og endre for familien selv.

Forståelse og verktøy gjennom PMTO-kurs

På PMTO-kurset lærer fosterforeldrene om hva som ofte fører til tvingende samspill. De blir trent i gode strategier for å kunne fremme prososial atferd og unngå eller redusere negativ atferd. Gjennom dette søker man å endre fastlåste og negative samspillsmønstre i familien og erstatte det med mer positivt og hensiktsmessig samspill.

Barn lærer best igjennom ros, oppmuntring og belønning, og dersom fosterforeldrene skal hjelpe fosterbarnet med å lære nye ferdigheter, må barnet oppleve mestring. PMTO-kurset kan hjelpe fosterforeldre med konkrete verktøy som kan gjøre det lettere å komme i posisjon og ha et positivt fokus systematisk over tid.

Følgende tema og prinsipper representerer innholdet og selve kjernen i opplæringen:

1. «Gode og effektive beskjeder». Hvordan tilrettelegge samarbeidet med fosterbarnet?
2. «Oppmuntring og belønning». Å lære fosterbarnet nye ferdigheter.
3. «Grensesetting gjennom bruk av milde, små og forutsigbare konsekvenser». Hvordan hjelpe fosterbarnet til å stoppe med uønsket atferd og ta gode valg?
4. «Kommunikasjon og problemløsning». Hvordan tilrettelegge for å fremme en god kommunikasjon med fosterbarnet. Hvordan bruke problemløsning i møte med dagligdagse utfordringer?
5. «Barnehage og skole». Hvordan hjelpe foster-

barnet til mestring av og innsats med skolearbeidet? Hvordan tilrettelegge samarbeid mellom fosterhjem og skole/barnehage.

6. «Regulering av egne følelser». Hvordan arbeide med egne følelser og følelsesuttrykk.
7. «Tilsyn». Oppfølging av fosterbarnets aktiviteter og væremåte.

Temaene gjennomgås hver for seg, som i prinsippet betyr at vi tar «et steg om gangen». Forelderferdighetene knyttes etter hvert sammen til et knippe av verktøy som gir fosterforeldrene en helhetsforståelse og muligheten til å velge de verktøyene de opplever som nyttige og hensiktsmessige for sitt fosterbarn.

Evaluering og tilbakemeldinger fra fosterforeldre

Kursdeltakerne evaluerer hver kursdag gjennom bruk av evalueringsskjema. Siste kursdag evalueres hele kurset i et mer omfattende evalueringsskjema. Tilbakemeldingene fra evalueringene er udelt positive. Ingen av fosterforeldrene som har fulgt kurset, beskriver uheldige eller utilsiktede negative følger av kursets omfang, struktur eller innhold. Det er flere tema som gjentar seg, og her er noen hovedtema som går igjen:

Fosterforeldrene opplever det som nyttig å jobbe i små steg. Det å ha fokus på én ting om gangen som de øver og trener på, har vært mye av grunnen til at de har klart å ta verktøyene i bruk. Likeledes det å lære seg, men også å øve på forutsigbare handlingsalternativ. De sier også at konkretiseringen, øvingen og ferdighetstreningen har gjort det lettere å prøve ut og komme i gang med verktøyene hjemme.

De opplever viktigheten av systematisk jobbing med fokus på det positive og på «rosens kraft». Parerne er mer samkjørte og klarer å støtte hverandre på en mer konkret og bevisst måte. De opplever at det

er mer samarbeid mellom dem og fosterbarnet, de føler at de har en bedre og sterkere relasjon og at det er økt fysisk nærhet. Daglige rutiner går lettere, og det er en hyggeligere og bedre atmosfære i hjemmet. De rapporterer om mindre konflikter og kjefting i familien, de har det bedre sammen, ler mer sammen og er blitt en «gladere familie». Mange sier at de føler seg tryggere ved grensesetting og at det er godt for barnet å ta en fem minutters pause istedenfor å være i konflikten. En annen tilbakemelding som går igjen, er at barnet er mindre utagerende.

Evalueringene fra kurset viser også at det alltid er minimum ett fosterhjem som formidler at de egentlig var i ferd med å si opp avtalen som fosterforeldre, og at deltakelse på PMTO-kurset var et siste forsøk på å få til en endring. Etter kurset formidler de at det fortsatt er utfordringer, men de føler at de har tilegnet seg et konkret verktøy som har styrket foreldreferdighetene slik at de håndterer situasjonen bedre. De opplever at de klarer å hjelpe og støtte fosterbarnet sitt på mer hensiktsmessige måter. Flere sier at dette er et kurs alle fosterforeldre burde ha, og rapporterer om at de har blitt tryggere i rollen som fosterforelder og at de har større tro på at "dette vil gå bra".

Implementering av PMTO-kurs for fosterforeldre i Bufetat

I 2008 bestemte Bufetat region vest at PMTO-ressursene skulle styrkes, og gjennomførte PMTO-terapeutopplæring for ansatte i Bufetat. To år senere hadde Bufetat 33 sertifiserte PMTO-terapeuter fordelt på ulike avdelinger og tiltak. Med unntak av de som jobbet i familievernet ble alle omorganisert i egne PMTO-team områdevis.

I hvert team ble det opprettet en PMTO-koordinator-

funksjon, som i tillegg til å lede teamene også samarbeidet med de andre PMTO-koordinatorene fra de ulike områdene. Målet var å utvikle felles arbeidsmodeller, struktur og strategier for alt PMTO-arbeidet i Bufetat region vest.

En strategi var at alle PMTO-terapeutene fikk opplæring i å være kursholdere i PMTO-kurs for fosterforeldre. Reidar Jakobsen og Roar Solholm, som har utviklet PMTO-kurset for fosterforeldre og gjennomført forskningsstudien, hadde ansvar for opplæringen av PMTO-terapeutene.

I 2010 besluttet Bufetat region vest, med utgangspunkt i positive resultater fra effektstudien, å implementere PMTO-kurs for fosterforeldre. Dette skulle være et av flere kurs Bufetat tilbyr årlig til fosterforeldre med barn som har utviklet eller er i ferd med å utvikle atferds- og samspillsvansker.

Rekruttering av deltakere til kurs

Rekrutteringen til kurset startet med utsending av informasjonsskriv med påmeldingslenke til lederne ved alle barneverntjenestene i region vest. Dette initiativet fikk svært liten respons og ingen påmeldinger til kurs. En hypotese var at lederne ved barneverntjenestene mottar mye informasjon og henvendelser, og trengte mer konkretisering av tiltaket for å kunne gjøre en vurdering. Det ble derfor tatt direkte kontakt med kontaktpersonene i det kommunale barnevernet som veiledet fosterhjem, noe som førte til en økt interesse, men ikke nok påmeldinger til å gjennomføre kurset.

Etter flere runder uten at det førte til rekruttering av nok fosterfamilier, ble det besluttet, i samarbeid med fosterhjemtjenesten i Stavanger, å sende informasjonsskrivet med påmelding direkte til alle fosterhjemmene som Bufetat hadde i sine lister.

I brevet ble fosterforeldrene informert om kurset



og målgruppen, og hvilke konkrete utfordringer og problemer i hverdagen fosterforeldrene kunne få hjelp til gjennom å delta på kurset. Etter kort tid mottok kursholderne nærmere 60 påmeldinger. De fleste som tok kontakt, meldte tilbake at beskrivelsene vedrørende de utfordringer, konflikter og problemer i hverdagen som det ble henvisning til i informasjonsbrevet, var den direkte grunnen til at fosterhjemmene hadde tatt kontakt. Det var dette de strevde med og ønsket hjelp til å endre på. Fosterforeldrene ønsket opplæring i hensiktsmessige og effektive verktøy de kunne bruke i hverdagen, som kunne bidra til å styrke relasjonen og tilknytningen mellom dem og fosterbarnet. Flere fortalte at de hadde bedt om hjelp, uten at de opplevde å få den hjelpen de trengte. Noen hadde også fosterbarn utenfor målgruppen, men de tok kontakt likevel.

I tett samarbeid med fosterhjemtjenesten, ble det utarbeidet en struktur og plan for rekruttering. Informasjon om kurset og påmelding ble innarbeidet i Bufetatets virksomhetsplan og iverksatt gjennom at Bufetat markedsfører PMTO-kurset i sin kurskatalog som årlig legges ut på Bufetat og Bufdirs nettsider. Alle fosterhjem som er registrert hos Bufetat får tilsendt informasjon om kurset og påmelding direkte via e-post.

I tildelingsbrevet fra Bufdir i 2012 kom det føringer om at enkelte hjelpetiltak skulle være kommunens ansvar og dermed overføres fra Bufetat til kommunene. Dette gjaldt også PMTO og førte til en utfasing av PMTO-ressursene i Bufetat. Mange av Bufetatets PMTO-terapeuter ble omplassert eller søkte seg til andre arbeidsplasser. Samtidig var rekruttering av fosterhjem, samt opplæring, kurs og veiledning av fosterforeldre fremdeles et ansvar som lå hos Bufetat. PMTO-ressursene ble redusert fra 33 terapeuter til fem, som førte til at det ikke lenger var tilbud om PMTO-kurs for fosterforeldre i områdene Sogn og Fjordane og Fonna.

På tross av at PMTO-ressursene i Bufetat har vært kraftig redusert, har det frem til 2019 vært gjennomført 31 PMTO-kurs for fosterforeldre i region vest. Disse er fordelt på fire i Sogn og Fjordane, syv i Bergen, syv i Fonna og tretten i Stavanger. Årlig tilbys og gjennomføres det kurs både i Bergen, Haugesund/Fonna og Stavanger. Beredskapshjemforeldre blir også tilbudt å delta, og i Stavanger er dette en fast rutine i beredskapshjemavdelingen med svært gode tilbakemeldinger.

Kartlegging av målgruppen

For å sikre at fosterfamiliene og fosterbarnet er i målgruppen og får rett tilbud, er kartlegging viktig. Alle fosterforeldre som ønsker å delta på gruppekurset bes om å fylle ut Eyberg Child Behavior Inventory (ECBI). Dette er et mye brukt skjema som måler foreldrerapportert atferd hos barn og måler om barnet står i fare for å utvikle alvorlige atferdsproblemer. ECBI er stan-



dardisert til norske barn mellom fire og tolv år. I tillegg gjennomføres en informasjons- og kartleggingssamtale på telefon. Dersom kartleggingen viser at fosterbarnet er innenfor klinisk område, vil fosterforeldrene bli informert om at det finnes et individuelt PMTO-behandlingstiltak som kan være mer aktuelt for dem enn et gruppekurs. Hvis de likevel ønsker å delta på kurset, kan de det, og dersom de etter hvert opplever at de trenger mer tilpasning av verktøy og prinsipper, kan de da få tilbud om et individuelt PMTO-behandlingstiltak etter gjennomført kurs.

Rammer og struktur

Kurset er gratis, men fosterforeldrene må selv dekke eventuelle utgifter ved reise og overnatting, tapt arbeidsfortjeneste og eventuelt utgifter til barnepass. Det varierer mellom de ulike barneverntjenester hvorvidt disse utgiftene dekkes.

Kurset har plass til åtte par fosterforeldre, eller 16 fosterforeldre, og ledes av to PMTO-terapeuter med gruppelederkompetanse. Det anbefales at dersom det er to fosterforeldre i en fosterfamilie, bør begge delta på kurset. Effekten av å opptre samlet, gjøre likt, og samtidig kunne støtte hverandre som par i bruken av verktøyene, har vist seg å være en styrke, og særlig når man skal jobbe systematisk over tid. Kurset strekker seg over en 3-måneders periode og inneholder syv tema, fordelt på ni kursdager. Kursdagene har en varighet på seks timer. Kursets intervaller er vanligvis to 2-dagers samlinger og fem dagsamlinger. Kursdagene inneholder både teori og praktisk øvelse, og dette foregår gjennom miniforelesninger, demonstrasjoner, gruppeøvelser og hjemmeoppgaver. Hjemmeoppgavene inneholder konkrete foreldreverktøy knyttet til temaene som fosterforeldrene lærer seg på kurset for så å prøve ut hjemme med barnet, med individuelle tilpasninger.

Tilpasning av kurset

I løpet av de senere årene har kursholderne, i samarbeid med utviklerne av metoden, tilpasset og videreutviklet deler av materialet slik at det er spesielt egnet for fosterfamilier. En relativt ny tilpasning er at verktøyet i større grad blir presentert gjennom bruk av Trygg Base-modellen, som de fleste fosterforeldre er kjent med.

Trygg Base-modellen blir presentert både på PRIDE-opplæring og benyttes som en forståelses- og arbeidsmodell til alle fosterforeldre som deltar i «førsteårsgruppe». Modellen blir også brukt som en forståelsesramme i veiledning av fosterforeldre.

Trygg Base inneholder fem hovedkomponenter: 1) føle tillit, være tilgjengelig, 2) regulere og håndtere følelser og atferd, gi sensitive gjensvar, 3) ha positiv selvfølelse, akseptere barnet, 4) kjenne seg kompetent, legge til rette for samarbeid, og 5) føle tilhørighet, fremme medlemskap i familien.

De syv temaene som blir gjennomgått på PMTO-kurs for fosterforeldre gir opplæring i konkrete verktøy innenfor alle disse fem hovedkomponentene i Trygg Base. Dette kan styrke fosterforeldrenes ferdigheter og muligheter til å jobbe konkret og systematisk.

PMTO-kurset har fått et større fokus på hvordan forstå hva fosterbarnet til enhver tid trenger: er det støtte, trøst, oppmuntring, hjelp til mestring eller er det små milde konsekvenser? Når fosterforeldrene får opplæring og trening i å bruke gode og effektive konkrete verktøy for å hjelpe barnet i ulike situasjoner, viser tilbakemeldingene og forskningen at det hjelper fosterforeldrene til å stå i situasjonene, det styrker relasjonen mellom fosterforeldre og fosterbarn, og det har hjulpet fosterbarnet i utviklingen av en trygg tilknytning.

Veien videre

De siste føringene og signalene fra Bufdir er at all opplæring og veiledning av fosterforeldre på sikt skal være et kommunalt ansvar. I den forbindelse har enkelte kommuner som har implementert TIBIR allerede gitt sine kommunale PMTO-terapeuter opplæring i å være kursholdere og har gjennomført egne PMTO-kurs for fosterforeldre.

De fleste kommuner har likevel ikke egne PMTO-kurs for fosterforeldre, og mange har heller ikke PMTO-ressurser til rådighet. I forbindelse med at føringene går i retning av at all veiledning og opplæring til fosterforeldre etter hvert vil bli kommunens ansvar, er det viktig at kunnskap om PMTO-kurs for fosterforeldre gjøres kjent for kommunene og barneverntjenestene. Kurset bør tilbys i alle barneverntjenester som veileder fosterforeldre. Kommunene bør derfor satse på å utdanne PMTO-terapeuter. Dette er også i tråd med regjeringens kompetansestrategi for det kommunale barnevernet 2018-2024 «Mer kunnskap - bedre barnevern». Regjeringens målsetting med strategiplanen er kompetanseheving av ansatte i barnevernet, og det henvises blant annet konkret til PMTO- og TIBIR-kompetanse.

Fosterhjemtjenesten og barneverntjenesten er svært opptatt av å forebygge og hindre utilsiktede flyttinger. Erfaring viser at ca. halvparten av utilsiktede flyttinger skyldes atferdsvansker hos fosterbarnet. Med bakgrunn i forskningsresultatene fra studier på PMTO-kurs for fosterforeldre og den erfaringen Bufetat region vest har fått gjennom 15 år med PMTO-kurs, bør veien videre for disse kursene være at kommunene nå satser på å implementere og drifte PMTO-kurs i alle barneverntjenester som betjener eller skal betjene denne målgruppen.

- BAKGRUNN OG HISTORIKK -

I 2001 startet implementeringen av metoden Parent Management Training – Oregonmodellen (PMTO) i alle regioner i Norge. Gjennom en 20-års periode i Norge har det også vært forsket på, utviklet, evaluert og implementert intervensjoner som bygger på PMTO-prinsippene, men som har litt ulike målgrupper enn behandlingsmodellen PMTO. Disse intervensjonene inngår i forebyggings- og behandlingsmodellen TIBIR (Tidlig innsats for barn i risiko), som er tilpasset det kommunale tjenestenivået. Gruppekurs som er tilpasset fosterforeldre, «PMTO-kurs for fosterforeldre», har vært implementert i Bufetat region vest siden 2010.

Det er tidligere skrevet to artikler i Fosterhjemskontakt som beskriver utviklingen og forskningen på PMTO-kurs for fosterforeldre (Jacobsen og Solholm, 1/2009: 12-16; 3/2009: 7-9), som omhandler to studier, en pilotstudie fra 2005 og en effektstudie som ble gjennomført i perioden 2007-2009. Til sammen 83 fosterfamilier fra alle regioner i Bufetat deltok i effektstudien. Barna var fra 3 til 12 år med gjennomsnittsalder på 7,8 år. Resultatene viste at intervensjonen hadde god effekt for fosterbarn med høy risiko for atferdsvansker. Barna viste færre atferdsvansker, økte sosiale ferdigheter og bedre tilpasning til fosterfamilien. Effekten holdt seg over tid (målt 1 år etter avsluttet kurs). De fosterforeldrene som hadde de mest krevende barna profitterte mest på kurset.