

# Trygghets sirkelen i skolen

Annicken Martinez- Aasen

Klinisk spesialist i barn og unge, prosjektleder i Helseetaten, Oslo kommune

Forfatterne mener skolen kan være med og fremme nasjonens fremtidige psykiske helsekapital.

TILKNYTNING er i vinden. Det samme er paret Ida Brantzæg og Stig Torsteinson. Gjennom en årrekke har paret arbeidet for at terapeuter skal få økt kunnskap om tilknytningsarbeid i terapirommet, og hatt fokus på normalutvikling og utviklingspsykologi. Nå skal skolen og lærerne til pers. De har fått med seg Guro Øyestad som medforfatter. Hun har også gitt ut flere bøker, og i 2014 vant hun Åse Gruda Skards pris for popularisering av psykologisk kunnskap. Dette gir umiddelbart forventning om tilgjengelig fagkunnskap. Men vil ikke psykologene med sin lange utdanning finne denne boka altfor enkel?

## Selvtillit og ambisjoner

På bokas bakside kan jeg lese at den først og fremst er tiltenkt lærerstudenter og lærere. Nettopp, jeg er spesialist i barne- og ungdomspsykologi. Dette kan jeg nok fra før.

Innledningen starter slik: «Kjære lærerstudent, kjære lærer! Denne boka gir viktige innspill til det å forstå og håndtere relasjoner.» Men når jeg har lest hele innledningen, har jeg allerede glemt at jeg ikke er lærer eller lærerstudent. Jeg er psykolog, mor, medmenneske. Dessuten fagforfatterstudent. Og det er flere ting jeg blir opptatt av.

*Til høsten begynner sønnen min på skolen. Jeg håper læreren hans har rukket å lese boka innen den tid*

Forfatterne ønsker å gjøre lærere bedre i stand til å forstå elevene sine. Boka er skrevet for å gi en grundig og lettfattelig innføring i trygghets sirkelen og kunnskapen den bygger på. Dette hevder forfatterne kan bidra til å skape trygge relasjoner til alle elever og særlig til de barna det er vanskelig å få gode relasjoner til. Forfatterne tar utgangspunkt i at god mentaliseringsevne hos lærere fremmer god utvikling hos barn, og at det er lettest å lære når man føler seg trygg.

Allerede i første kapittel argumenterer forfatterne for at psykisk helse i barns liv i stor grad springer ut fra trygge relasjoner til de voksne barna har rundt seg, og at skolen kan være med og fremme nasjonens fremtidige psykiske helsekapital. Det er altså ingenting å utsette på forfatternes ambisjoner eller tro på modellen. Det er bra. De har ambisjoner for faget vårt. Målet er å hjelpe alle barn til å fungere i flokken, og selv Per Fugelli må bli imponert. Jeg blir i alle fall grepet fra første side. Men det er ikke bare det faglige innholdet som griper meg.

## Leservennlig og seriøst

Som ny student på fagforfatterstudiet høsten 2016 følte jeg meg smart. Jeg leste pensum og strålte over hvor enkelt det var. Så overhørte jeg det som må ha vært min litt mindre arrogante medstudent si at pensumbøkene våre var så gode å lese, og «at det er jo ikke så rart siden de var skrevet av journalister».

Hei til meg selv i døra. At jeg ikke skulle forstå en fagbok fordi fagboka kunne være dårlig skrevet, hadde ikke slått meg.

Et langt studium gir oss trening i å skrive artikler og i å være kritiske. Til forskning, det vi leser, og det vi skriver. Er vi gode nok til å gjøre kunnskapen vår tilgjengelig for andre mennesker og for hverandre? Klarer denne boka det? Svaret er et klart og ettertrykkelig «ja».

Selve boka er på 159 sider og er inndelt i 8 kapitler, en leservennlig størrelse. Vi tas elegant gjennom tilknytningsteori, trygghetssirkelen og temperamentsteori og andre krevende begreper fra utviklingspsykologien uten at det blir kjedelig eller vanskelig å henge med på.

Forfatterne bruker flere grep for å få leseren med seg. De anvender dialog og eksempler fra hverdagssituasjoner en lærer kan kjenne seg igjen i. Disse kommer gjerne etter at teorien knyttet til eksemplet er gjennomgått. Hverdagssituasjonene er gode, men de kunne med hell stått i begynnelsen i flere av kapitlene, for enda lettere å dra leseren gjennom teorien. Boka har gode overskrifter og illustrerende tegninger som er lette å forstå. Flere av kapitlene ender med å fortelle kort om hva du skal lese om i neste kapittel. Dette gjør det lett å følge med i boka, og gjør at kapitlene flyter i en meningsfull sammenheng for leseren.

Et særlig fint retorisk grep forfatterne bruker, er å henvende seg direkte til leseren ved å bruke personlig form. De bruker ofte «vi» «du» og «oss», et virkemiddel som skaper nærhet til meg som leser, og forfatterne oppleves som samtalepartnere. Forfatterne skriver som de prediker, og forsøker å se læreren innenfra ved å være i forkant av spørsmålene han eller hun kan sitte med underveis. Disse bakes inn i teksten som spørrende dialog direkte henvendt til leseren.

## Pedagogisk

Når forfatterne bruker fagtermer, er de enkelt og tydelig forklart før de benyttes i teksten, og både ord og språk er godt og enkelt å lese. Faget trer frem fordi det er forståelig, som i forklaringen av begrepet mentalisering: «Evnen til å forstå andre innenfra og seg selv utenfra, og å forstå at atferd henger sammen med tanker og følelser.» Så enkelt, så fint forklart.

Denne boka egner seg ikke bare for lærerstudenter og lærere. Sentrale temaer om utviklingspsykologi og tilknytning blir grundig men lettfattelig gjennomgått, og trygghetssirkelen forklares godt. Bokas styrke er at den er skrevet for å nå en annen faggruppe enn vår egen, og det kan vi alle dra nytte av. Både fordi det faglige innholdet er lett og tydelig tilgjengelig uten å miste dybde, og fordi forfatterne viser hvordan en god fagbok kan skrives.

Den er praktisk og virkelighetsnær og inneholder bare de fagbegrepene den trenger. Dette kan vi alle med hell legge oss på minne når vi skriver faglige tekster. Forfatterne viser til relevant forskning uten at dette hemmer teksten, og de skriver enkelt om det som kan være så vanskelig: å skape gode møter med barn. Jeg håper den blir plukket opp av lærerstudiene slik at den kan komme på pensum. Det kan ha betydning for hvordan barn har det på skolen, og ikke minst vil den kunne gi verktøy til lærere som hver dag står mye alene i krevende situasjoner de forsøker løse etter beste evne.

## Ømhet for barnet

Gjennom teksten skinner en stor ømhet for barn og respekt for barndom som en betydningsfull tid i livet. Trygghetssirkelen fremstilles som en måte å være sammen med barn på, og mindre som en modell. Derfor egner boka seg egentlig for alle som har barn selv, eller jobber med barn. Den varme grunnholdningen til barn gjør godt å lese. Forfatterne fremstår som større, sterkere og klokere

enn meg, men alltid vennlige og ivaretakende og ikke på en slik måte at jeg føler meg dum eller fremmedgjort av det jeg leser.

Til høsten begynner sønnen min på skolen. Jeg håper læreren hans har rukket å lese boka innen den tid, det vil de begge kunne tjene på.