

# Samspillsobservasjon i individualterapi med voksne som bruker vold i familien

Hans Christian Bollingmo  
Alternativ til Vold Follo  
hans.christian@ atv-stiftelsen.no

Mette Sund Sjøvold  
Alternativ til Vold Follo

Familievold må stoppes ved å arbeide terapeutisk med voldsutøveren. Samspillsobservasjon er et redskap som kan brukes når vold skal erstattes med utviklingsstøttende omgivelser for barnet.

Alternativ til Vold arbeider med vold i familien og tilbyr blant annet behandling til voksne som utøver vold, og til deres familiemedlemmer. Volden kan være fysisk, psykisk, seksualisert eller materiell. I familier der noen utøver vold, preger det alle familiemedlemmene og relasjonen mellom dem. I denne artikkelen ønsker vi å få fram hvordan samspillsobservasjon kan benyttes i individualterapi med voksne som bruker vold i familien. Det er utviklet ulike metoder for samspillsobservasjon. I terapien som omtales her ble Marschak interaksjonsmetode (MIM) benyttet. Det tas videoopptak av forelder og barnet som gjør bestemte leke- og omsorgsaktiviteter sammen. Barnets og forelderens væremåte og samhandling blir analysert ut fra et sett med kriterier, blant annet hvordan foreldre tar ledelse og skaper struktur, barnets samarbeidskapasitet, om og hvordan foreldre viser omsorg, og om barnet tar imot omsorgen. MIM har vist seg nyttig i vurdering av kontakt, relasjon og utviklingsstøtte, og er en metode som krever opplæring og veiledning (Lindaman et al., 2000).

*Fredrik tok kontakt med Alternativ til Vold (ATV) etter anbefaling fra en kommunal helsetjeneste. Det hadde nettopp blitt slutt med samboeren han har barn med, og han var helt knust. Han drakk mye, sov og spiste lite, hadde tanker om å ta livet sitt og så ganske mørkt på framtiden. Han ble ofte rasende og kastet møbler og gjenstander, kalte ekspartner for stygge ting og skrek til datteren Tuva på fire år. Dette er handlinger som faller inn under betegnelsene psykisk og materiell vold, men han hadde i startfasen vanskelig for å forstå og erkjenne at det han gjorde, var vold.*

Mange som forteller at de har brukt vold i familien, kan likevel ha utfordringer med å knytte voldsutøvelsen til et personlig problem. Vold er skamfullt å snakke om, både for den som utøver og den som blir utsatt. Alle som kommer til ATV, får i starten av behandlingen en gjennomgang av de ulike voldsformene med vekt på hva handlingene gjør med partner og barn. Mange kan da kjenne igjen erfaringer fra egen oppvekst. Forståelse av sammenhengen i voldens utvikling er viktig, samtidig som det vektlegges at utøver alltid har ansvar for den volden som utøves. Hovedfokus i ATVs behandling er å få stoppet volden.

## *Utfordringer ved det å bli forelder er ofte en viktig motivasjonskilde for å søke behandling*

*Innledningsvis var ikke Fredrik så nysgjerrig på seg selv. Han var mer opptatt av å beskrive hvor håpløs ekspartner var, hva han opplevde var galt med henne, og at hun måtte ta sin del av skylden. Han fortalte at han følte seg som «den store stygge ulven». «Jeg må stå for det jeg har gjort, men det er ikke*

*bare jeg som trenger å gå i terapi.» Det var nesten som denne «irriterende andre» var i rommet sammen med oss. Fredrik satt mimikkløs og resignert, samtidig som det så ut til å koke på innsiden mens han fortalte. Han sa at det var godt å komme til timer og luften ut denne frustrasjonen, mens jeg satt igjen med lite håp om endring. Hver gang jeg forsøkte å «trekke» ham med i noe som handlet om ham, havnet vi tilbake i den samme tralten der han klaget og jeg lyttet. Etter hvert begynte jeg å kjenne meg ganske mislykket som terapeut.*

## **Jeg vet ikke om jeg orker å være pappa**

*Så skjedde det noe på slutten av en time. Fredrik snakket om fordeling av samvær med datteren, sukket dypt, så trist ut og sa «det er slitsomt med Tuva også, jeg vet ikke om jeg orker å være pappa». I et spontant innfall sa jeg «Dette må vi ta på alvor. Tenk på om du ønsker å være pappa til neste gang. Og hvis du finner ut at du vil det, så kan vi kanskje jobbe med hvordan det kan bli lettere for deg å klare det». Han sa han skulle tenke på det. Jeg øynet et lite håp om at utsagnet hans om ikke å orke å være pappa kunne være en mulighet til å få til en samtale om noe som kunne bli et viktig tema i terapien. Noe som kunne handle om ham.*

*Fredrik kom tilbake neste time, sa han hadde tenkt litt og kommet fram til at Tuva var det viktigste for ham. Vi ble enige om å bruke terapien til et slags «pappaprojekt», der målet var å skape trygghet for Tuva. Vi begynte å snakke om hvordan Fredrik ville være som pappa, og hvordan han opplevde forholdet til datteren.*

Det ble et vendepunkt i behandlingen da det ble spørsmål om Fredrik faktisk orket å være pappa. Dette utsagnet kan forstås som en invitasjon fra klienten til å arbeide med personlig endring (Lømo et al., 2018). Fra kun å snakke om sin opplevelse av ekspartner som «den irriterende andre» (Lømo et al., 2018) kunne Fredrik nå i tillegg bli mer nysgjerrig på både Tuva og seg selv. utfordringer ved det å bli forelder er ofte en viktig motivasjonskilde for å ønske behandling.

Vi definerer vold mot barn som enhver handling rettet mot barnet eller barnets trygghetspersoner som gjennom å skade, skremme eller krenke utgjør alvorlig risiko for barnets helse og utvikling (Sjøvold & Furuholmen, 2020). For Tuvas del var det av stor betydning at Fredrik nå ønsket å jobbe med å skape trygghet for henne. Hun hadde levd med at pappa hadde vært voldelig både mot mor og mot henne. Nå skulle hun delvis bo alene hos pappa, og det var viktig for hennes helse og utvikling at Fredrik ville jobbe med seg selv for å slutte å bruke vold og bli en tryggere pappa. Det var lettere for Fredrik å være oppmerksom på hva han ikke ville gjenta fra egen oppvekst, enn hva han kunne gjøre i stedet. At det er lettere å jobbe med hva man vil unngå som forelder, framfor hva man ønsker å få til, kommer også fram i forskning på fedre som går i voldsbehandling hos ATV (Mohaupt et al., 2021).

*Fredrik hadde mange tanker om hvordan man absolutt ikke skal være pappa; han ville IKKE bli for sint og skremme datteren. Han ville IKKE kun være opptatt av resultat, og han ville IKKE at følelsene til barnet skulle ignoreres. Han underbygget dette med eksempler fra sin egen oppvekst, som hadde vært preget av et sterkt krav om prestasjon og lite anerkjennelse av hans følelser og behov. Fredrik hadde prøvd og prøvd å oppnå de resultatene som ville utløse anerkjennelse fra faren hans, uten å lykkes i særlig grad. Det ble ikke bedre av at han hadde søsken som lyktes så mye bedre.*

*Fredrik fortalte om situasjoner der han ikke forsto hvorfor Tuva oppførte seg som hun gjorde. Mangelen på forståelse førte ofte til at han ble for hard og sint eller ga opp og trakk seg unna. Fredrik fortalte om flere slike uforståelige episoder. Vi avtalte at han skulle ta med seg Tuva til en samspillsobservasjon.*

## Volden kommer til syne i samspillet

*Analyse av samspillet viste en pappa som var dyktig til å strukturere aktiviteter og tilpasse utfordringene til Tuva. Samtidig var det få øyeblikk der Fredrik møtte Tuvas blikk. Vi så at Tuva var svært opptatt av å utføre alle oppgaver riktig. Hun hadde et smil som virket påklistret, og hun hadde høye, anspente skuldre. I timene etter at Fredrik hadde hatt med Tuva til samspillsopptak, ble det vist klipp som viste hans styrke når det gjaldt å skape struktur og veilede Tuva til å gjennomføre konkrete oppgaver. Det ble også vist klipp der Fredrik ble utfordret på å prøve å forstå hva Tuva følte eller opplevde, og hva hun kunne ha behov for av pappa for å kjenne seg trygg. Fredrik oppdaget at han strevde med å finne ord som beskrev hvordan Tuva kunne ha det inni seg. Han fortalte også at graviditeten, fødselen og den første tiden med Tuva var svært vanskelig for ham. Han fikk ikke til å roe henne, og det var ofte mor som tok over når det ble vanskelig. Han beskrev en frustrasjon over å ikke slippe til, ikke forstå og ikke få mulighet til å mestre. En frustrasjon som kunne ende i vold.*

Opplevelse av mestring i forelderrollen er viktig for å bli trygg som omsorgsperson, og for å kunne møte barnet – både når det har det bra, og når noe er vanskelig. Opplevelse av ikke å mestre kan føre til at en trekker seg fra kontakt med barnet, møter det med mindre engasjement og følelsesmessig nærhet eller gir uttrykk for frustrasjon og sinne, noe som igjen påvirker barnets forventninger til omsorgspersonen (Sameroff, 2009). Å føle at man lykkes som forelder vil kanskje være enda viktigere når en gjennom oppveksten har erfart at prestasjon i alle sammenhenger er det som gir anerkjennelse og dermed økt selvfølelse, som i Fredriks tilfelle.

Den rådende modellen for å forstå relasjonell utvikling er Sameroffs transaksjonsprosess (Sameroff, 2009). Utvikling skjer gjennom at barn og foreldre gjensidig påvirker og endrer hverandre over tid. Barn vil alltid tilpasse seg det omsorgsmiljøet de lever i. Gjennom de tidlige relasjonserfaringene lærer barn hvordan de kan utløse best mulig omsorg fra sine foreldre. Ut fra observasjonene av Tuva og Fredrik og hvordan Fredrik beskriver relasjonen og vanskene sine med datteren, ser det ut til at Tuva har utviklet forventninger til at hun skal høre på instruksjoner og utføre oppgaver riktig. Hun har også erfart at pappa ikke hjelper henne når noe er vondt og vanskelig, og at han kan bli sint og skremmende om hun gir uttrykk for det. Hun har lært at det er tryggere om hun ikke viser hva hun føler, og kanskje vet hun ikke hva hun føler heller. Dette er ikke bevisst fra Tuvas side, men basert på gjentatte erfaringer med hva som utløser omsorg. Fredrik ønsker å være en annen type pappa enn den han selv hadde. Likevel ender han med å gjenta mye av det samme mønsteret i møte med eget barn. Slike vanskeligheter finner en hos mange fedre som utøver vold (Mohaupt et al., 2021).

### *Det holder med andre ord ikke å slutte å bruke vold*

Da Fredrik skulle begynne å øve på å se og bekrefte hva Tuva følte, framfor å være opptatt av hva hun gjorde, var det vanskelig fordi Tuva ikke viste hva hun følte overfor pappa. Hun hadde lært at hun måtte være på vakt for at pappa ikke skulle bli for sint. Fredrik hadde ikke erfaring med å forstå og forholde seg til følelser, og når Tuva ikke viste hva hun følte, ble det ekstra vanskelig for Fredrik. Han måtte få hjelp til å øve på å se og forstå Tuvas uttrykk, og erstatte prestasjonsfokus med et omsorgs- og trykghetsfokus. Å se og dvele ved samspillet på film var nyttig for å hjelpe Fredrik til både å utforske egne reaksjoner og handlinger, og de subtile signalene fra Tuva. Når et barn får gjentagende gode erfaringer med at forelderens som tidligere har brukt vold, prøver å forstå og gi støtte og trøst, vil barnet etter hvert kunne utvikle positive forventninger, noe som igjen gjør det lettere for forelderens

å forstå barnets behov og gi god omsorg. Det kan ha gått lang tid uten vold, men konsekvensen av å ha levd med vold gjør at barnet likevel ikke kjenner seg trygg. At barnet fortsetter å framstå engstelig, kan være utfordrende for den voksne. Den voksne som jobber med seg selv og har sluttet å bruke vold, kan oppleve det som irriterende og urettferdig at barnet fortsetter å være utrygt og engstelig. Derfor er terapeutisk støtte i et slikt endringsarbeid svært viktig. Den voksne trenger hjelp til å forstå og møte denne utryggheten hos barnet.

Det holder med andre ord ikke å slutte å bruke vold. For at voldelige handlinger skal erstattes med trygg omsorgsutøvelse, er det erfaringsmessig nyttig å jobbe terapeutisk med relasjonen mellom forelder og barn, ikke bare individuelt med den voksne. Ved også å gi behandling med utgangspunkt i samspillsobservasjon vil terapeut og klient sammen kunne utforske hva klienten og barnet opplever i ulike situasjoner, og hva barnet kan ha behov for. På den måten vil en lettere kunne jobbe med å erstatte volden med utviklingsstøttende handlinger. Når barnet erfarer at forelderen som tidligere var skremmende, faktisk kan være trygg og støttende, utvikler barnet mer positive forventninger og tydeligere uttrykk, hvilket gjør det lettere for forelderen å gi god omsorg. En positiv transaksjonsprosess er i gang. Det understrekes at det alltid er den voksne som har ansvar for å endre disse prosessene, og at det tar tid.

Fredrik erfarte tidlig at dette med barn var noe fremmed, et område som han ikke mestret like godt som sin partner. Allerede før fødselen hadde han utviklet forventninger til at det å være pappa var noe han kom til å mislykkes med. Denne mangelen på mestring i foreldrerollen ble forsterket etter fødselen. Han fikk ikke til å trøste eller roe lille Tuva. Partneren var den som ga mat og som trøstet. Etter hvert erfarte Fredrik at Tuva foretrakk mamma. Slik fikk han gjentatte ganger bekreftet at han ikke lyktes, og dermed kom tanken om at han kanskje ikke orket å være pappa. Ofte kan det være mødrene som er «eksperten» på barneomsorg. Deres kunnskap kan være nyttig for fedrene, men kan også oppleves som en bekreftelse på at de ikke strekker til (Mohaupt et al., 2021). For Fredrik var mangel på mestringsfølelse spesielt vanskelig. Fredrik var «programmert» til å søke prestasjon. Han hadde erfart at det var gjennom å mestre og være best at han fikk oppmerksomhet, belønning og følelsen av å være verdt noe. Det å ikke få det til var et enormt nederlag.

*Fredrik og jeg brukte flere timer på å se på samspillsopptaket sammen. Fredrik opptrådte helt annerledes enn i timene før vi snakket om å være pappa. Han satte seg ivrig ned i stolen og fortalte om flere situasjoner der han hadde prøvd å «gjette» hva Tuva følte eller opplevde. I de påfølgende timene snakket han mindre om den irriterende ekspartneren og mer om Tuva og sine egne reaksjoner. Han slukte alt av informasjon om hvordan være en trygg forelder, og hadde med seg nye erfaringer med strev eller mestring til hver time. Etter noen måneder avtalte vi å gjøre en ny samspillsobservasjon med Fredrik og Tuva for å se hvordan det gikk.*

## Har du ikke kommet lenger?

Det nye samspillsopptaket viste mer lekenhet og vitalitet mellom Fredrik og Tuva, og Fredrik virket mindre resignert og hjelpeløs. Men det mest framtrædende var fortsatt struktur, utfordring og prestasjon. Tuvas opplevelser, følelser og behov ble i liten grad møtt gjennom pappas handlinger. Det var som om språket og den mentale forståelsen han hadde tilegnet seg gjennom terapien, ikke ble omsatt til følelsmessig forståelse og handlinger som nådde fram til Tuva. «Har du ikke kommet lenger, vi som har hatt så gode samtaler?» tenkte jeg. Terapeuten fikk seg en liten knekk.\*

*Vi snakket om hva vi skulle jobbe med videre. Fredrik sa han fortsatt ønsket å arbeide med papparollen. Han hadde skjont at Tuva trengte å bli sett, men han strevde med å sette det ut i praksis.*

*Dette ble enda mer tydelig for ham da han fikk se klipp fra det nye samspillsopptaket. Vi avtalte at han skulle ta med seg situasjoner til hver time, og vi skulle jobbe enda mer konkret med hvordan han kunne forstå og møte datteren, i tillegg til å forstå seg selv og sine følelser og reaksjoner.*

## Endring tar tid

Fredrik hadde øvd et helt liv på å prestere og legge til rette for å mestre oppgaver best mulig. Han hadde lite øvelse i å møte og anerkjenne følelser, opplevelser og behov – både hos seg selv og andre. Når en har øvd et helt liv på noe, er det ikke rart det tar tid å endre dette. Vi som behandlere må minne oss selv og hverandre på hvor vanskelig endring er, og at det er tidkrevende. I ATV er vi så heldige at vi kan tilpasse behandlingsforløpet til klienten, ta på alvor at endring er krevende, og at klienten trenger gjentatte erfaringer med nye handlingsmønstre for å automatisere disse. I individualterapi kan vi lett tro at klienten har kommet lenger i sitt endringsarbeid enn hen faktisk har. Klienten kan reflektere, ta til seg ord og språk som vi bruker, og fortelle om hendelser som gjør at vi tenker at nå har hen forstått og fått til en endring. Det betyr ikke at endring i atferd faktisk skjer. Voldelige handlinger er ofte uttrykk for maktesløshet og mangel på tilgang til andre handlingsmønstre. Når volden går ned, må en øve inn og trene på å bruke nye handlinger. Dette tar tid.

*Det kan ha gått lang tid uten vold, men konsekvensen av å ha levd med vold gjør at barnet likevel ikke kjenner seg trygg*

*Fredrik og jeg jobbet sammen i cirka et halvt år etter det andre samspillsopptaket. Uke etter uke hadde Fredrik med seg nye situasjoner der han lurte på hva han kunne gjøre for at Tuva skulle føle seg sett. Han fikk flere og flere erfaringer med å møte henne der hun var. I løpet av denne tiden fant han også ut at han ville omstrukturere jobbhverdagen sin. Han hadde ikke lenger møter tidlig på dagen, fordi han ville ha mer tid med datteren om morgenen. Han hadde også flere refleksjoner om hva han ville ha med seg og ikke fra egen oppvekst. Fredrik var i skikkelig arbeidsmodus. På et punkt sa han at vi hadde gode samtaler, men at det fortsatt var overføring til hverdagen som var det største problemet. Vi ble enige om at Fredrik hadde brukt lang tid, nesten et helt liv, på å øve seg på én måte å håndtere problemer på. Det ble derfor viktig at vi også feiret gevinstene Fredrik opplevde med Tuva. Han merket at datteren var mindre redd ham og søkte mer nærhet til ham, også når de hadde det vanskelig. Dette opplevde han som motiverende.*

*Etter en stund hadde Fredrik og jeg flere og flere timer der han sa «ting går egentlig ganske bra». Vi ble enige om gradvis å avslutte terapien. Han sa han ville avslutte, men at han samtidig var redd. Det ble vanskelig ikke å ha det sikkerhetsnettet samtalen hadde gitt. Vi trappet derfor gradvis ned og møttes etter hvert med noen måneders mellomrom, og avsluttet kontakten omtrent to år etter at vi møttes første gang. I den siste samtalen snakket vi om hva som hadde vært viktig for ham i tiden vi hadde hatt sammen. Interessant nok hadde vi begge hatt opplevelsen av at det å «ørke å være pappa» hadde vært et viktig vendepunkt i terapien. Han sa også at mange av voldsepisodene skjedde fordi han ikke klarte å uttrykke sine behov overfor partneren, eller ikke forsto hvilke følelser og behov datteren hadde. Han kunne fortsatt bli sint og frustrert, men dette resulterte ikke lenger i handlinger som skremte eller skadet andre. Med et lurt smil takket han meg også for at jeg hadde holdt ut.*

Terapeutens tålmodighet og empati kombinert med å fange opp invitasjoner til et prosjekt en kan jobbe med, er viktig for å danne en god arbeidsallianse (Lømo, 2018). Alt dette ga et solid grunnlag for å kunne starte voldsbehandling. Gjennom «pappaprojektet» kunne Fredrik utfordre seg selv sammen

med en terapeut han hadde fått tillit til. Samspillopptakene ga både klient og terapeut mer konkret kunnskap om Fredriks voldsproblem, hva barnet trengte fra pappa, og hvordan det var for pappa i de situasjonene. Dette kan ha gjort det lettere for Fredrik å forstå konsekvensene av volden han hadde utøvd, ta ansvar for den og se hvordan volden var knyttet til et personlig strev for ham selv. Det er alltid vanskelig å vurdere graden av endring og om den faktisk gagner familien. Men å se samspill av barn og forelder sammen gjør det lettere å hjelpe den som utøver vold, til å bli nysgjerrig på seg selv i møte med barnet, og erstatte voldelige handlinger med trygg omsorgsutøvelse. Terapeuten hadde i dette tilfellet muligheten til å følge klientens kronglete vei mot endring, som tar tid.

**Merknad:** Terapeuten er psykologspesialist Hans Christian Bollingmo. Pasienten, som er anonymisert, har godkjent og lest gjennom teksten.

## Referanser

- Lindaman, S. L., Booth, P. B., & Chambers, C. L. (2000). Assessing parent–child interactions with the Marschak Interaction Method (MIM). I K. GitlinWeiner, A. Sandgrund, & C. Scha efer (Eds.), *Play diagnosis and assessment* (pp. 371–400). John Wiley & Sons, Inc.
- Lømo, B., Haavind, H. & Tjersland, O. A. (2018). From resistance to invitations: How men voluntarily in therapy for intimate partner violence may contribute to the development of a working alliance. *Journal of interpersonal violence*, 33(16), 2579–2601.
- Mohaupt, H., Duckert, F. & Askeland, I. R. (2021). How Do Memories of Having Been Parented Relate to the ParentingExperience of Fathers in Treatment for Intimate Partner Violence? A Phenomenological Analysis. *Journal of Family Violence*, 36(4), 467–480.
- Sameroff, A. (2009). *The transactional model*. American Psychological Association.
- Sjøvold, M. S. & Furuholmen, K. G. (2020). *De minste barnas stemme: sped- og småbarn utsatt for vold og omsorgssvikt* (2. utgave.). Universitetsforlaget.

Terapeuten er psykologspesialist Hans Christian Bollingmo. Pasienten, som er anonymisert, har godkjent og lest gjennom teksten.