



Omsorgspakken



Foreldre
Fortsatt familie



Barnet
Min historie



Fosterfamilien
En god start

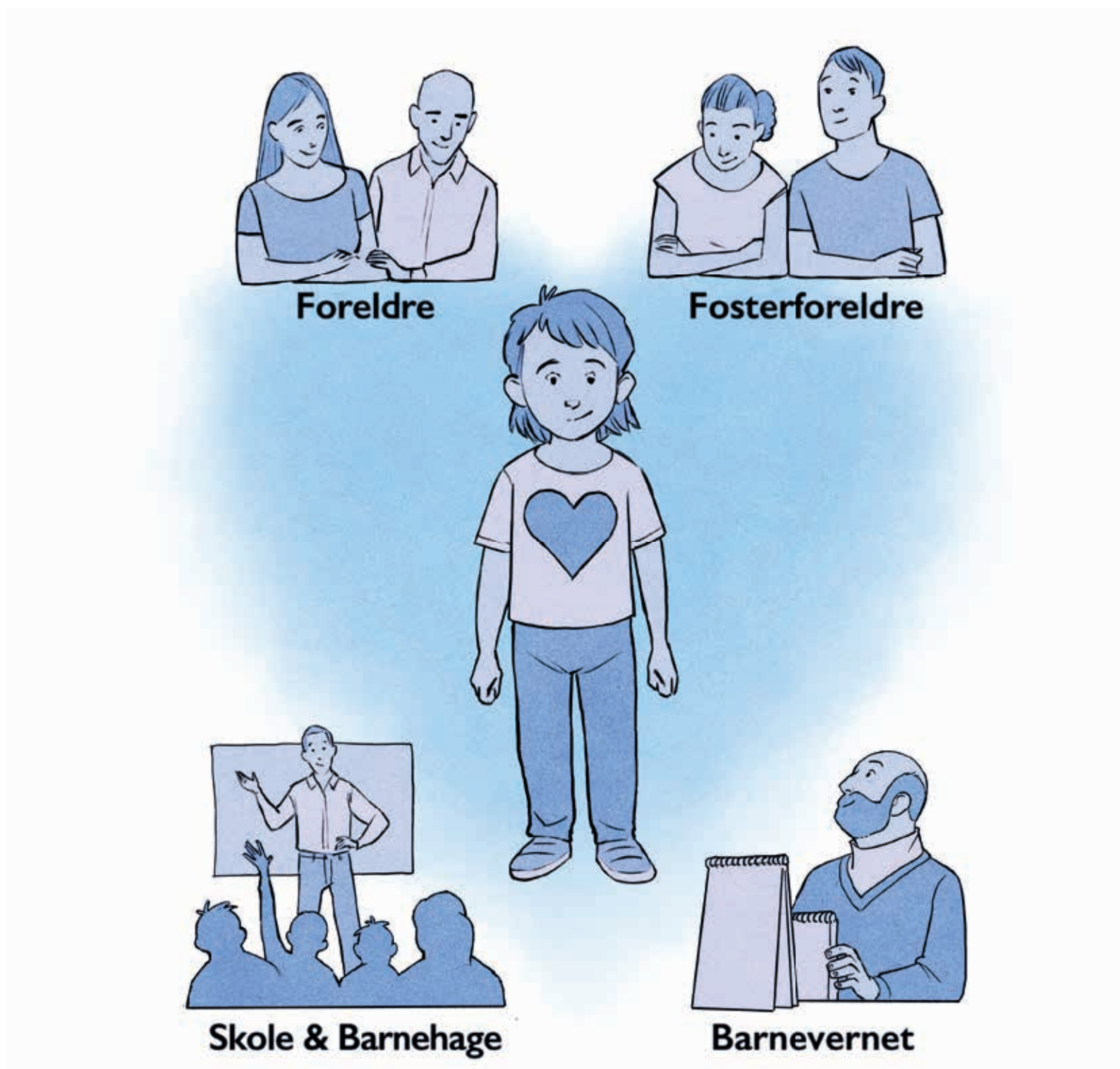


Fosterfamilien
En god start

En god start

- Denne bordkalenderen er tenkt som en visuell støtte i samtalen. På fremsiden er det bilder som understøtter tema og kan brukes som utgangspunkt for refleksjoner. Baksiden av kalenderen er hjelp for kontaktperson, med korte beskrivelser av tema og forslag til spørsmål.
- Gjennom “en god start” ønsker vi å bli godt kjent med dere, støtte og ivareta dere i det å være fosterforeldre for akkurat dette barnet.
- I samtalene vil vi:
 - gå gjennom relevante tema og belyse begrep og fagkunnskap
 - knytte denne kunnskapen opp mot barnet som nå bor hos dere
 - snakke om hvordan vi kan forstå barnets behov og hvilken omsorg barnet trenger fra dere som fosterforeldre
- Informer om hvordan Omsorgspakken henger sammen med annen oppfølging, veiledning og kurs/tilbud.
- Vi har et mål om å gjennomføre disse 6 møtene i løpet av det første året av plasseringen.
- Lag avtaler for alle timene, om det ikke allerede er gjort.
- Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme gjennom alle temaene for timen.

EN GOD START



1. Den nye familien

2. Samvær og samarbeid

3. Å ivareta barnet

4. Følelsesregulering

5. Avvisning

6. Den nye familien og
veien videre

Plan for samtalen

I starten av samtalen er det viktig å legge til rette for trygghet, lage en god ramme, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i dagens tema er å snakke om endringene i familien, bli bedre kjent med barnet og barnets familie. Vi ser på forskjeller og likheter mellom barnets og fosterfamiliens kultur og hverdagskultur.

Sett av tid dersom:

- du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
- fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

Når barnet bor hos familie eller nettverk:

Vær oppmerksom på endring i rollene i familien.

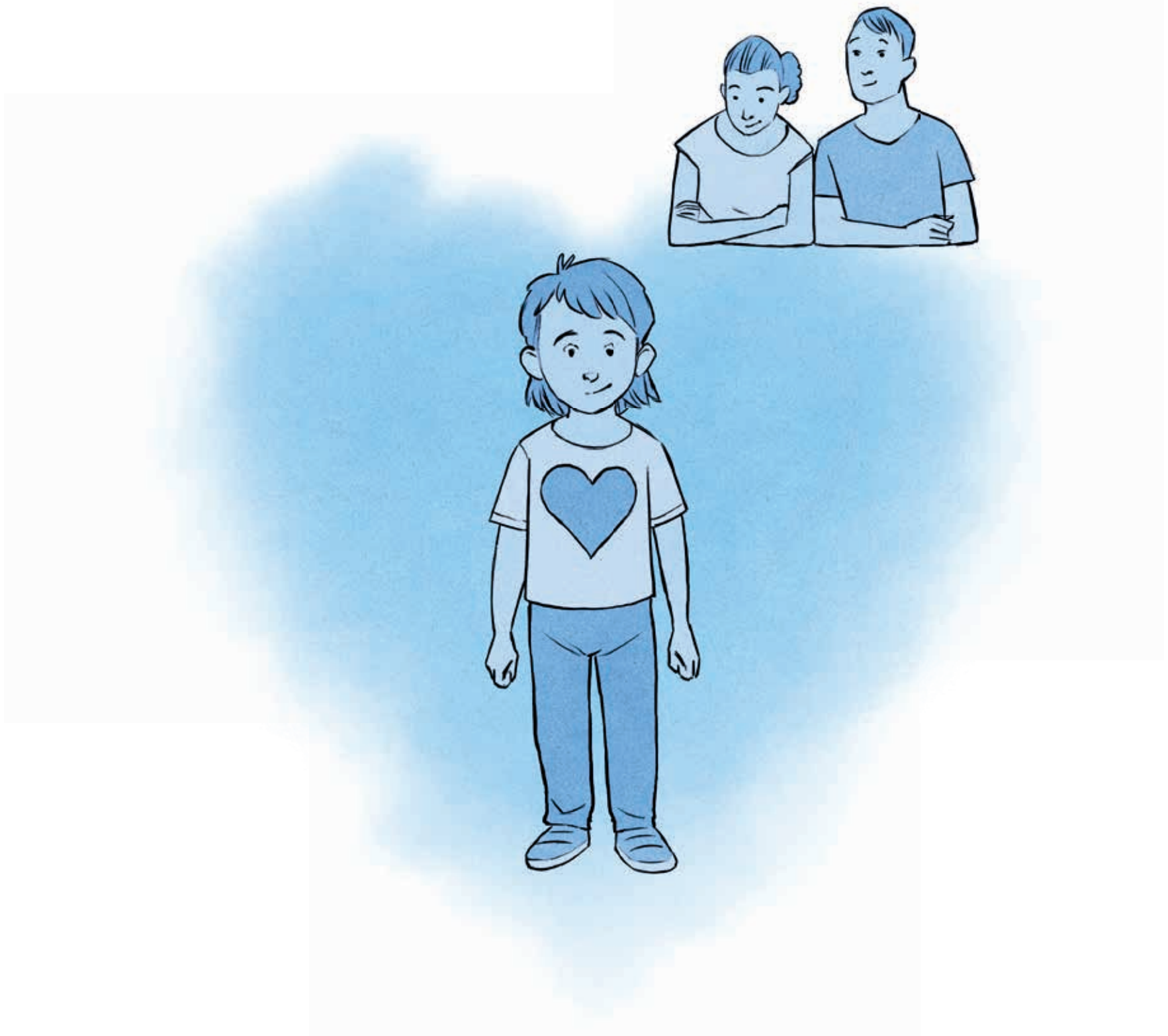
Når det bor andre barn i fosterhjemmet:

Hva trenger fostersøsken av informasjon fra barnevernet?

Hvordan er hverdagen til fostersøsken etter at barnet har flyttet inn?

Minn om Bufetats tilbud "Kurs for oss som har fostersøsken".

Plan for samtalen



Hvordan har dere det i dag?

Den nye familien

Når et barn flytter inn i et fosterhjem vil det påvirke familiemedlemmene og relasjonene dem imellom. Det er av betydning for både barnet og fosterfamilien at dette snakkes om.

Hvordan går det med de ulike familiemedlemmene etter at barnet flyttet inn?

- Barnet
- Fostermor
- Fosterfar
- Fostersøsken
- Andre barn i familien (er det flere fosterbarn, har noen barn flyttet ut?)
- Eventuelt andre som bor i huset (husdyr)

Pass på at alle får fokus.

Hvordan opplever dere å ha fått et nytt barn i familien?

- Dersom fosterforeldrene ikke har egne barn; hvordan opplever dere å være omsorgspersoner for første gang?
- Dersom fosterforeldrene ikke har felles barn; hvordan opplever dere å samarbeide om omsorgsoppgavene for barnet?

Hvordan tror dere det har vært for barnet å komme inn i deres familie?

Hvilken kjennskap hadde dere til barnet før det flyttet inn? Stemmer dette med inntrykket dere har av barnet nå?

Den nye familien



En offentlig familie

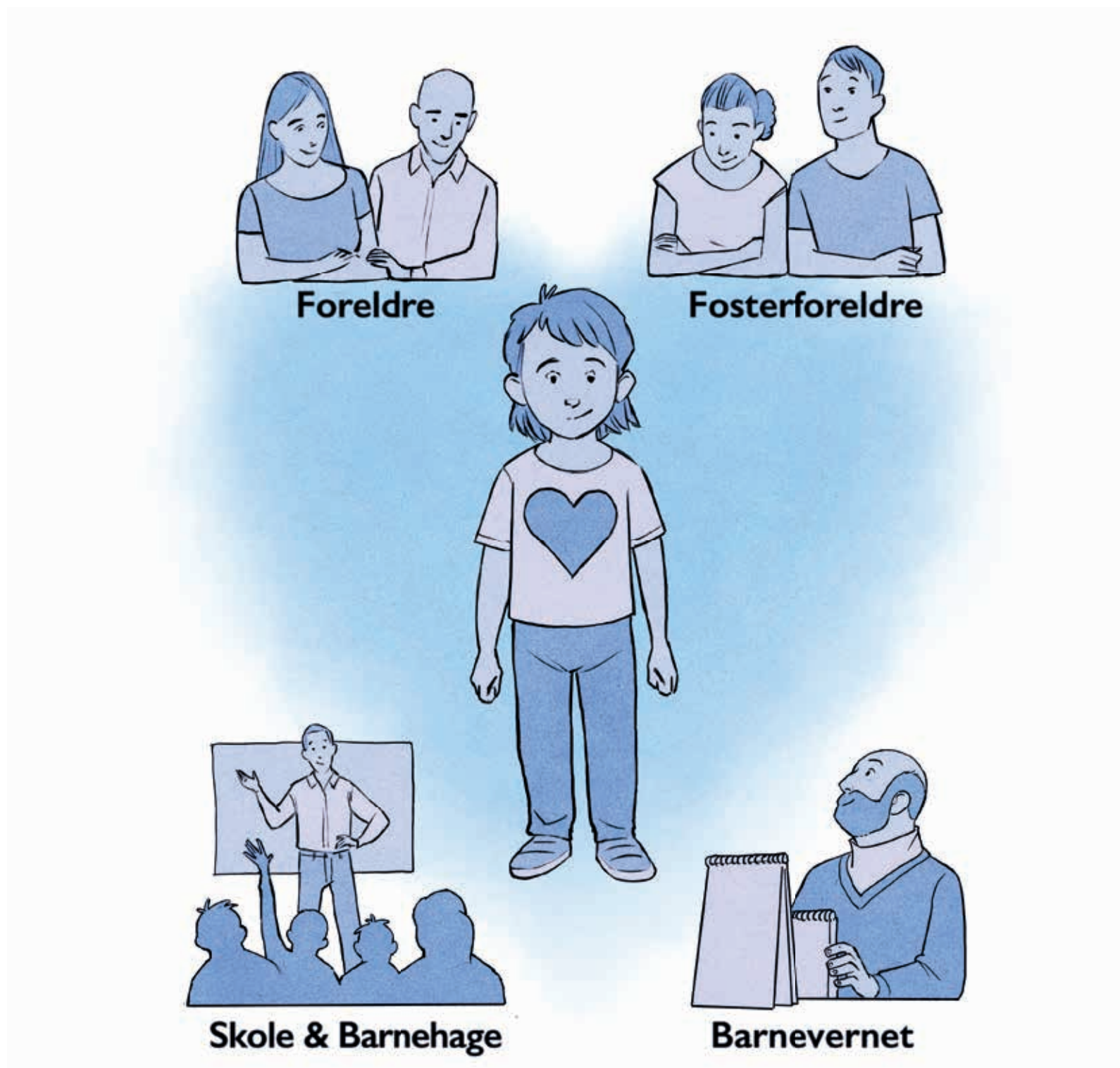
Fosterfamilien har tatt på seg et oppdrag fra barneverntjenesten som innebærer at de må åpne hjemmet sitt, ikke bare for barnet, men også for flere offentlige instanser (barnevernet, tilsynsperson).

- Hvordan opplever dere denne overgangen?
- Hvordan tror dere barnet opplever dette?
- Hvordan påvirker dette egne barn og familiens hverdagsliv?
 - Dersom det oppleves krevende, er det noe barnevernet kan tilpasse for å gjøre endringen mindre belastende?

Hvem bestemmer hva knyttet til barnet?

- Hva bestemmer foreldrene?
- Hva kan dere bestemme?
- Hva bestemmer barnevernstjenesten?
- Hva bestemmer barneverns- og helsenemnda/retten?
- Hva bestemmer barnet? Snakk om barnets rett til medvirkning.

En offentlig familie



PPT

BUP

Tilsynsperson

Bufetat

§

Kultur, religion, etnisitet og språk

Kultur kan defineres som de verdiene, ferdighetene og kunnskapene mennesker tilegner seg som medlemmer av et samfunn, og som overføres fra generasjon til generasjon. Kultur er lært, ikke medfødt. Gjennom oppveksten tilegner vi oss kultur gjennom familie, skole, venner og media.

Kultur innebærer handlemåter, vaner, tradisjoner, normer og regler. Ut over dette, sees kulturen gjennom felles språk, symbolverdier, klær og musikk. Alt dette gir oss en følelse av identitet og tilhørighet.

Barnevernet og fosterforeldrene har en plikt til å hjelpe barnet med å ivareta sin kulturelle, religiøse, etniske og språklige tilhørighet.

- Hvordan forstår dere begrepet kultur?
- Hvordan kan dere bli kjent med barnets kultur, etnisitet, religion og språk?
- Hvordan kan dere hjelpe barnet med å opprettholde/bli kjent med egen kultur, religion, etnisitet og språk?
- Hvordan kan dere samarbeide med foreldrene for å ivareta dette?
 - Hvordan kan barnevernstjenesten bistå?
- Kan andre bidra til at barnet får ivaretatt sin kulturelle, religiøse, etniske og språklige tilhørighet? (F.eks. NASAK, skole, flyktningetjenesten, menigheten etc.).
- Har barnevernstjenesten kjennskap til særlige hensyn fosterforeldrene bør ta i møte med barnets familie knyttet til deres kultur og religion?

Kultur, religion, etnisitet og språk



Hverdagskultur

Hverdagskultur beskriver hverdagslivet i en familie og alle de små og store tingene vi gjør i hverdagen, for eksempel felles verdier, erfaringer, rutiner, regler og tradisjoner en familie har. Når et barn flytter i fosterhjem vil barnet ha med seg sin hverdagskultur, og fosterfamilien vil ha en annen.

- Hvordan vil dere beskrive hverdagskulturen i fosterhjemmet?
 - Har dere eksempler på ulikheter i hverdagskulturene fra deres egen oppvekst?
 - Gi et eksempel på når dere sist opplevde kulturforskjell hjemme hos dere?
- Hvilken kjennskap har dere om hverdagskulturen barnet kommer fra?
 - Hvordan kan dere sammen med barnet utforske mer om barnets hverdagskultur?
- Hvilke likheter og ulikheter har dere oppdaget mellom hverdagskulturen deres og barnets?
 - Har dere oppdaget noe som er viktig for barnet å beholde?
- Hvordan kan deres og barnets hverdagskultur tilpasses hverandre?
- Er det noe i deres hverdagskultur som er utfordrende for barnet?
 - Hva kan gjøres for at det blir bedre for barnet?

DEN NYE FAMILIEN

Hverdagskultur



Barnets erfaringer

Omsorgssvikt er når barnet ikke får dekket fysiske, psykiske eller følelsesmessige behov, og barnet ikke får den omsorgen og beskyttelsen det trenger hjemme.

- Hvilken kjennskap har dere til den omsorgssvikten barnet er utsatt for?

Informert om barnevernstjenestens kjennskap til barnets opplevelser og hvordan dette kan påvirke barnet.

- Vis til dokumentasjon om barnet, for eksempel barnevernfagliges vurderinger, Bufetats tverrfaglig helsekartlegging, BUP, PPT mm.

Hvordan beskriver barnet sine tidligere opplevelser til barnevernet, fosterforeldrene og andre?

Barnets erfaringer



Hvordan kan vi hjelpe barnet?

Fosterhjem er barnevernets viktigste verktøy når barn ikke kan bo hos foreldrene sine. Dere har gjennomført en opplæring og godkjenning og det har blitt vurdert at dere har de ferdighetene som trengs for å ivareta den daglige omsorgen for barnet.

- Hvilke behov viser barnet og hva trenger barnet fra dere?
- Hvilke styrker har dere som kan hjelpe barnet?
 - Ytre faktorer; liten/stor familie, bor sentralt/bondegård, hjemmeboende barn/ikke hjemmeboende barn, rolig/aktiv familie osv.
 - Personlige egenskaper som kan hjelpe barnet med å føle seg trygg og ivaretatt, sett og forstått.
- Opplever dere å ha fått relevant opplæring i forhold til å ivareta barnet?
 - Har dere behov for mer opplæring, veiledning, kurs, støtte-samtaler etc.?

Hvordan kan vi hjelpe barnet?

Barnets behov i sentrum - en kunnskapsmodell

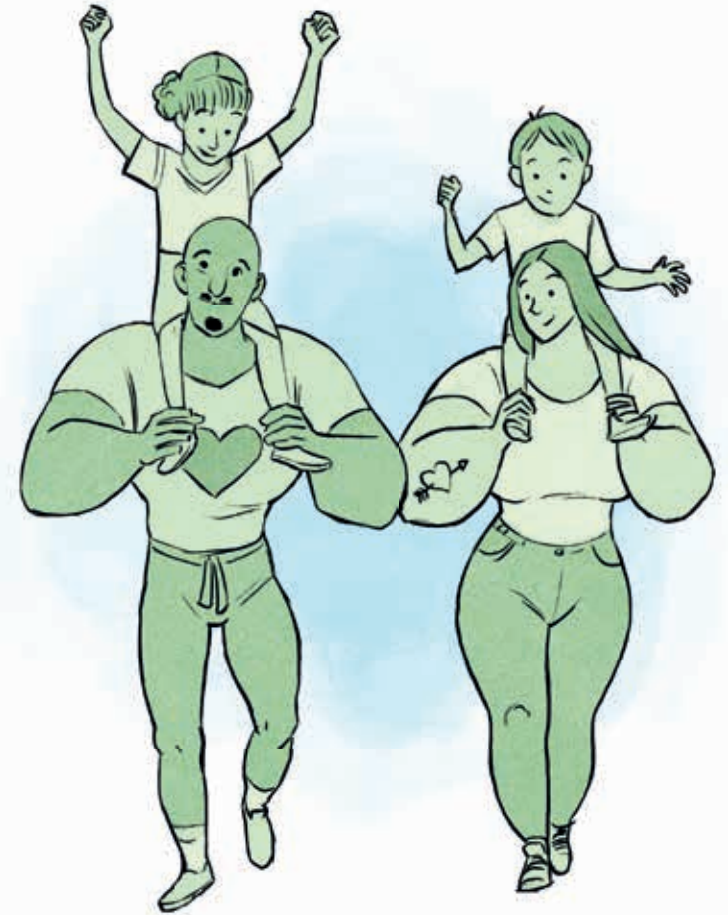


Oppsummering

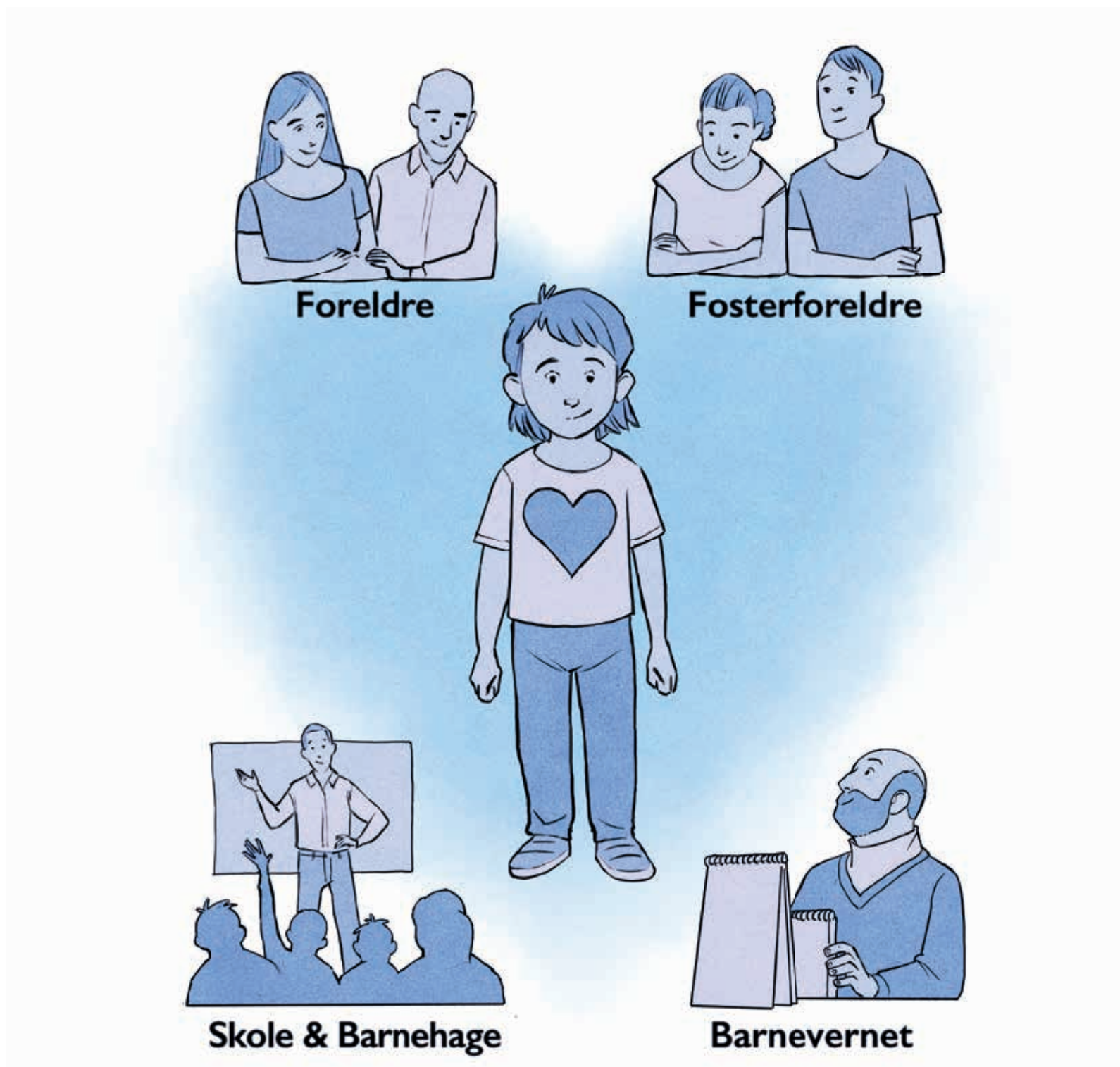
Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan var det for dere å snakke om dagens tema?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Plan for neste samtale.

Oppsummering



EN GOD START



1. Den nye familien

2. Samvær og samarbeid

3. Å ivareta barnet

4. Følelsesregulering

5. Avvisning

6. Den nye familien og
veien videre

Plan for samtalen

Hensikten med en innsjekk er å skape trygghet, lage en god ramme for samtalen, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i dagens tema er å snakke om hvordan samarbeidet og samværene kan bidra til å opprettholde og styrke relasjonen mellom barnet og foreldrene.

Sett av tid dersom:

- du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
- fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

Når barnet bor hos familie eller nettverk:

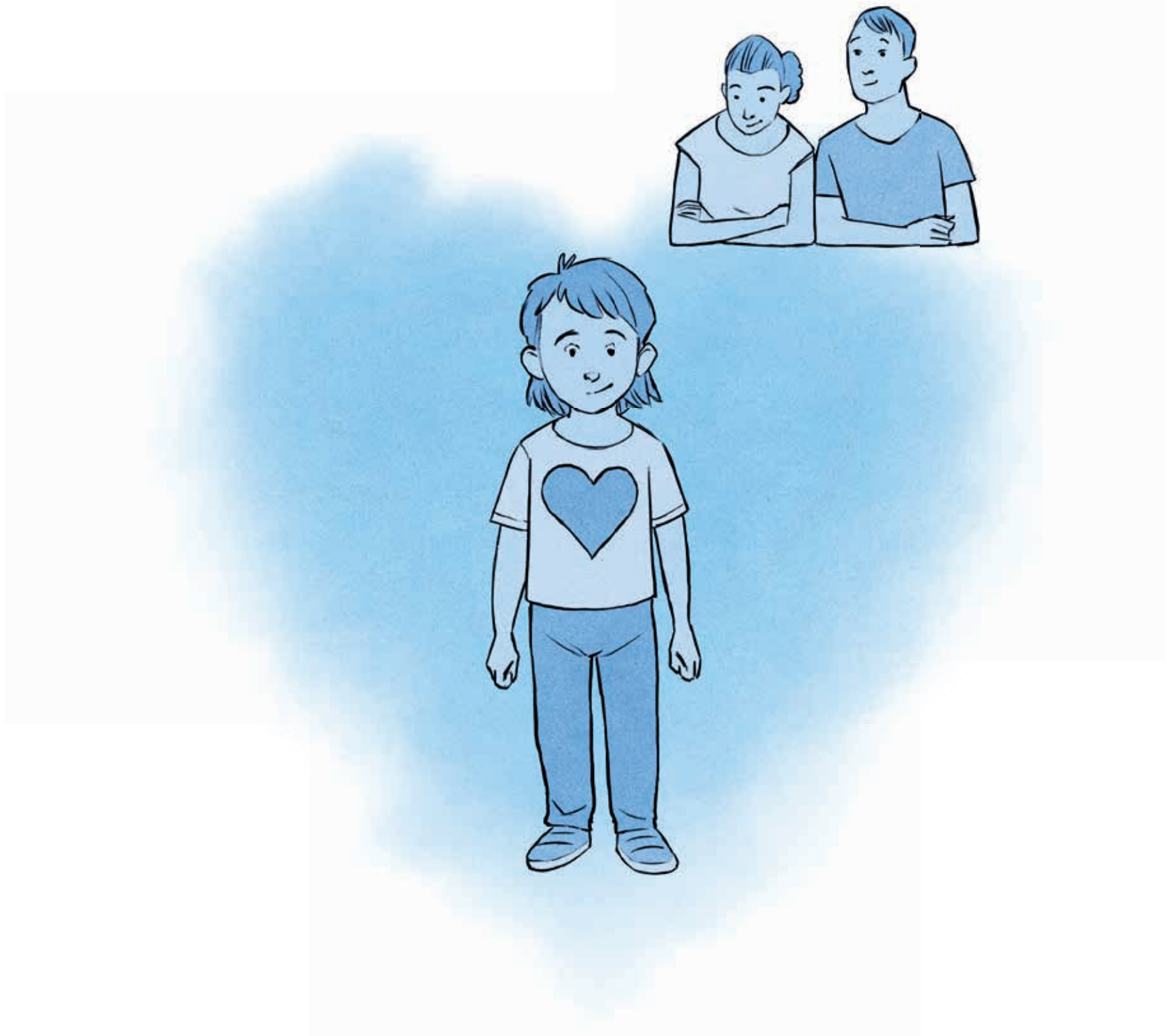
Hvordan påvirkes samarbeidet av de etablerte relasjonene i familien?

Når det bor andre barn i fosterhjemmet:

Hvordan påvirkes fostersøsken av samvær?

Hvordan opplever fostersøsken kontakten med barnevernet?

Plan for samtalen



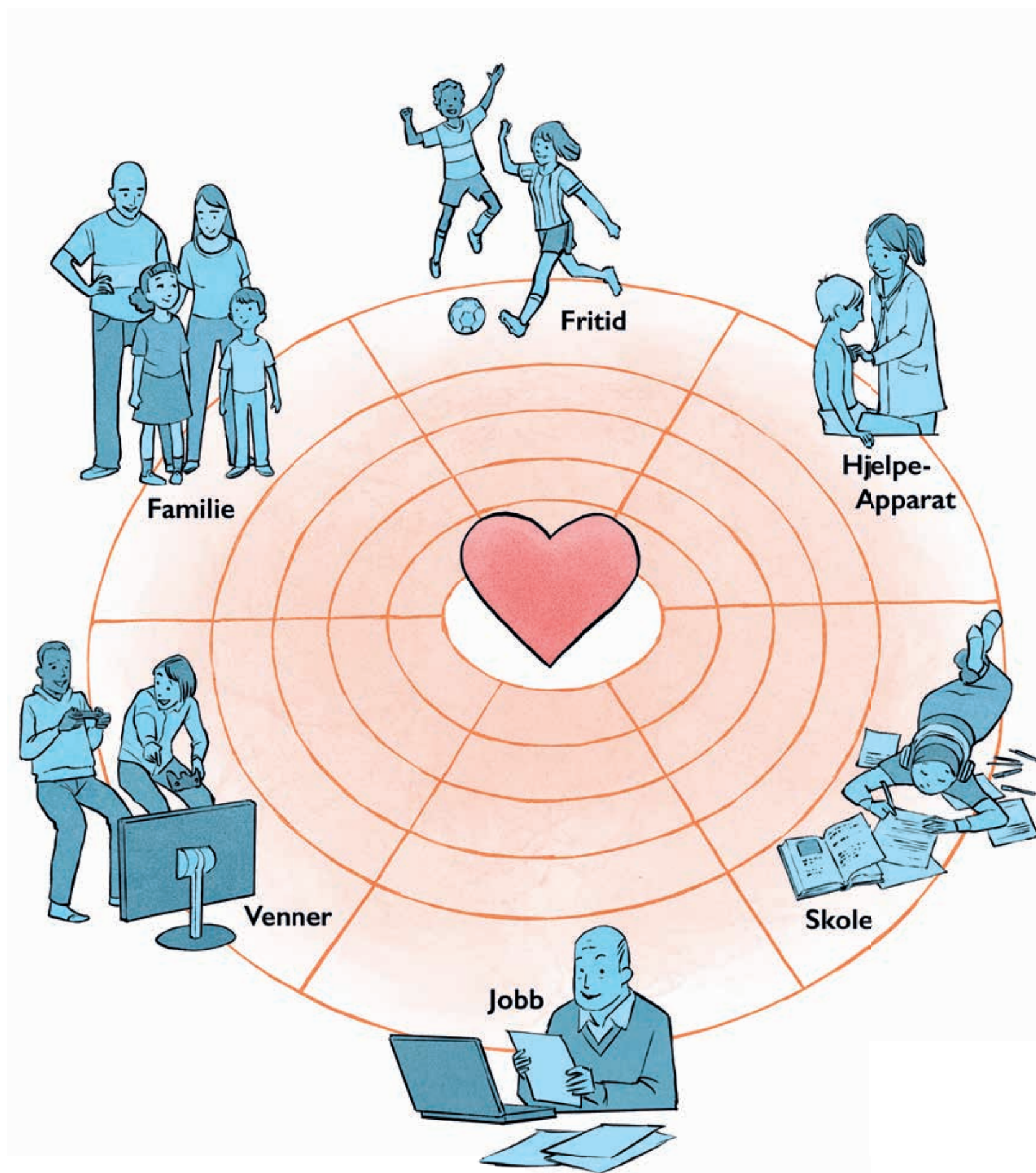
Hvordan har dere det i dag?

Barnets nettverk

Nettverkskart er et nyttig verktøy for å kartlegge og synliggjøre barnets nettverk. Dette verktøyet hjelper til med å få oversikt over betydningsfulle personer, og det blir synlig hvem det er viktig for barnet å opprettholde kontakt med. Vær oppmerksom på at det i barnets nettverkskart kan være personer som barnet har en viktig relasjon til, men som barnevernstjenesten og fosterforeldrene ikke kjenner til.

- Ta med/fyll ut barnets nettverkskart.
- Bruk barnets nettverkskart som utgangspunkt for å snakke om samarbeid og samvær.

Barnets nettverk



Samarbeid

Målet med de fleste plasseringene er at barnet skal tilbake til sine foreldre. Et godt samarbeid med barnets foreldre er viktig for barnet skal kunne slå seg til ro i fosterhjemmet, men også for å kunne gjøre en god vurdering av om gjenforening er mulig. Barnevernstjenesten skal legge til rette for å få samarbeidet til å fungere mellom alle parter.

Hva tenker dere om samarbeid med foreldrene og barnets øvrige familie?

- Hvordan oppleves samarbeidet nå?

På hvilken måte er det viktig for barnet at barnevernstjenesten, fosterforeldre og foreldre samarbeider.

- Hva er bestemt/vedtatt vedrørende gjenforening mellom barnet og foreldrene?

🎬 Se filmen: [Samarbeid er best for barn - foreldreforalltid.no](https://www.foreldreforalltid.no) (se frem til 7.20 min)

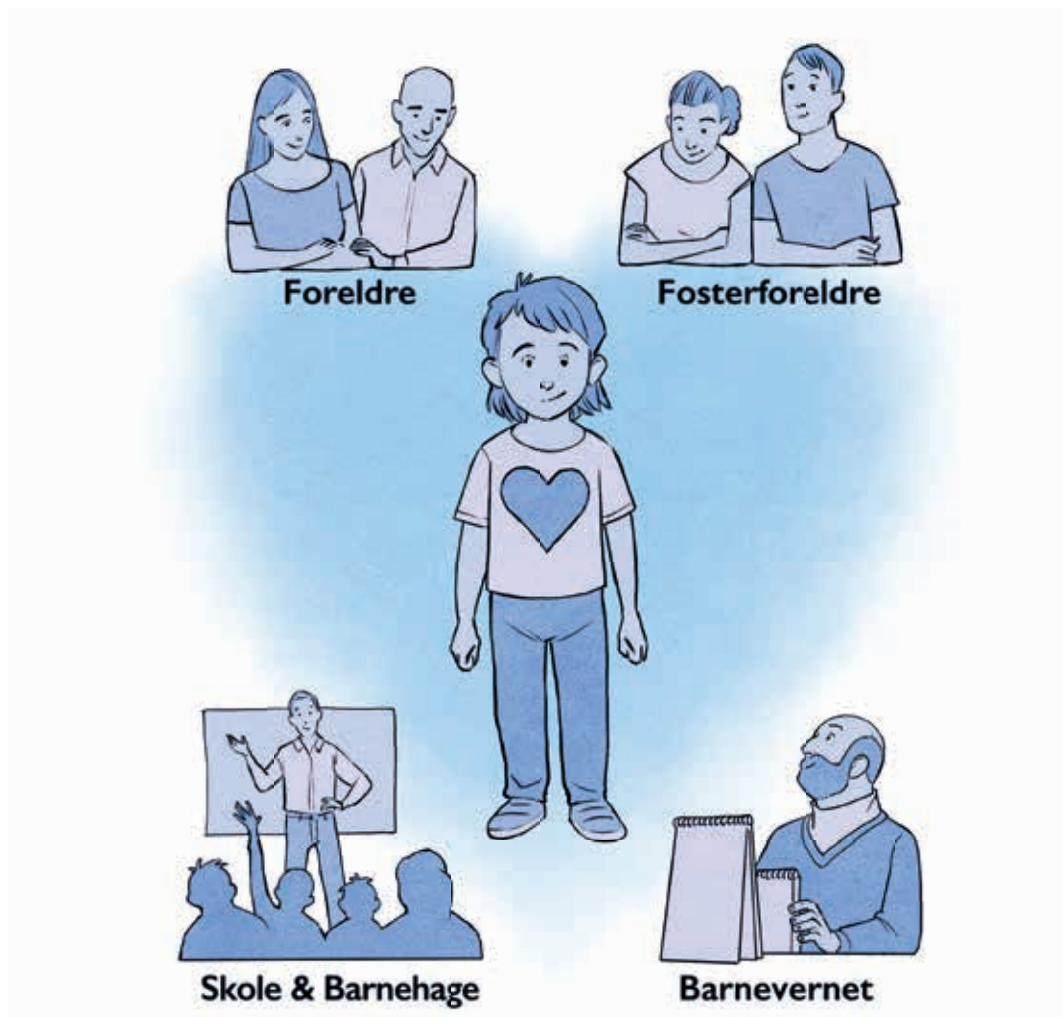
- Dette er et innblikk i foreldrenes perspektiv.
- Hvilke tegn viser barnet på tilhørighet til fosterfamilien?

Hvordan opplever dere at barnet er blitt en del av familien?

Hva fremmer opplevelsen av tilhørighet?

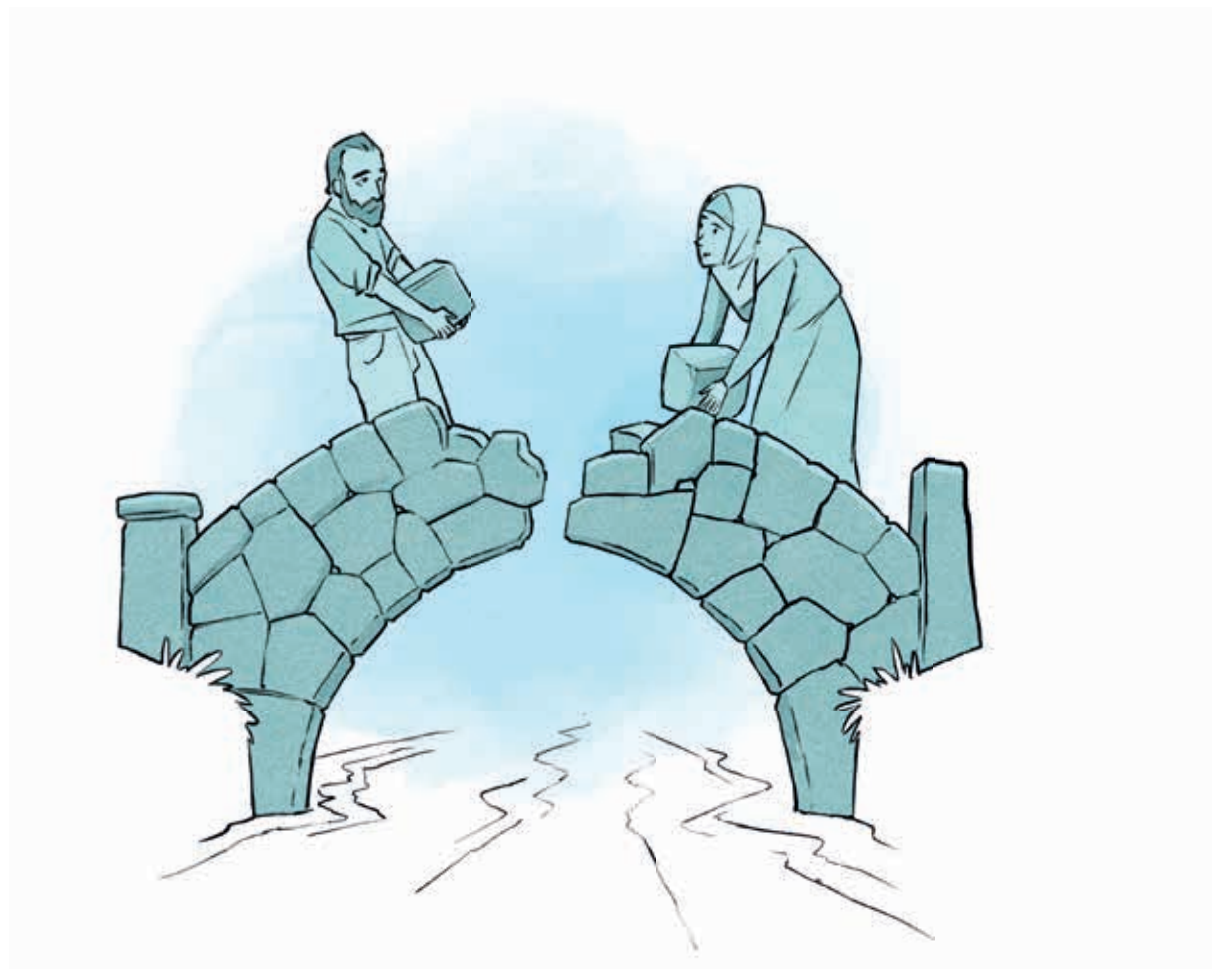
Hva gjør dere for å bidra til at barnet føler seg inkludert og at det hører til i fosterhjemmet?

Samarbeid



Samarbeid mellom alle parter øker sannsynligheten for positiv utvikling for barnet

Hvordan får vi til et godt samarbeid med barnets familie?



Samvær

Formålet med samvær er å opprettholde og styrke relasjonen mellom barnet og foreldrene.

Barn som er i stand til å danne seg egne meninger, skal få tilstrekkelig og tilpasset informasjon og ha mulighet til fritt å gi uttrykk for sine synspunkter. Barnevernstjenesten skal ta utgangspunkt i barnets mening når samværsordningen vurderes. Barnets mening skal tillegges vekt ut fra alder og modenhet, og ses opp mot barnets totale livssituasjon.

Barnevernstjenesten skal involvere foreldrene og samarbeide med dem om samværsordningen.

🎬 Se filmen: Samvær - Norsk Fosterhjemsforening del 1 av 4

- Har det vært samvær?
- Hvilke tanker får fosterforeldrene når de ser filmen?

Har det vært samvær etter at barnet flyttet inn i fosterhjemmet?

- Hvordan tror fosterforeldrene samværene har vært for barnet?
- Hvordan tror dere samværene har vært for foreldrene?
- Hvordan opplevde dere samværene?

Samvær



Plan for samvær

Gå gjennom plan for samvær.

Hvis plan for samvær ikke er ferdig:

- Hva er viktig for fosterforeldre?
- Hva tenker fosterforeldrene er viktig for barnet?

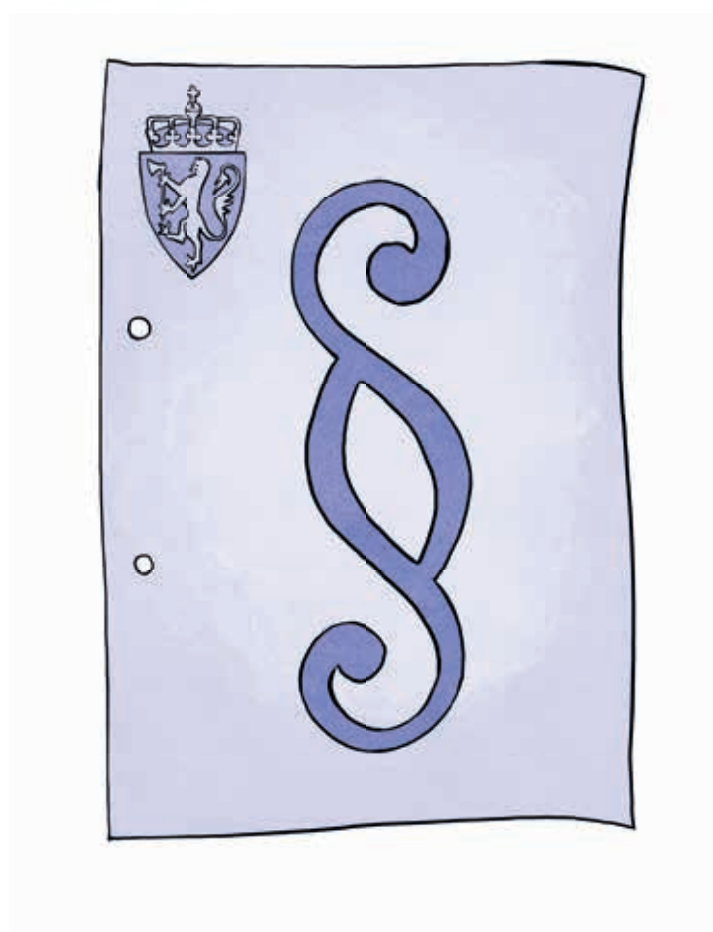
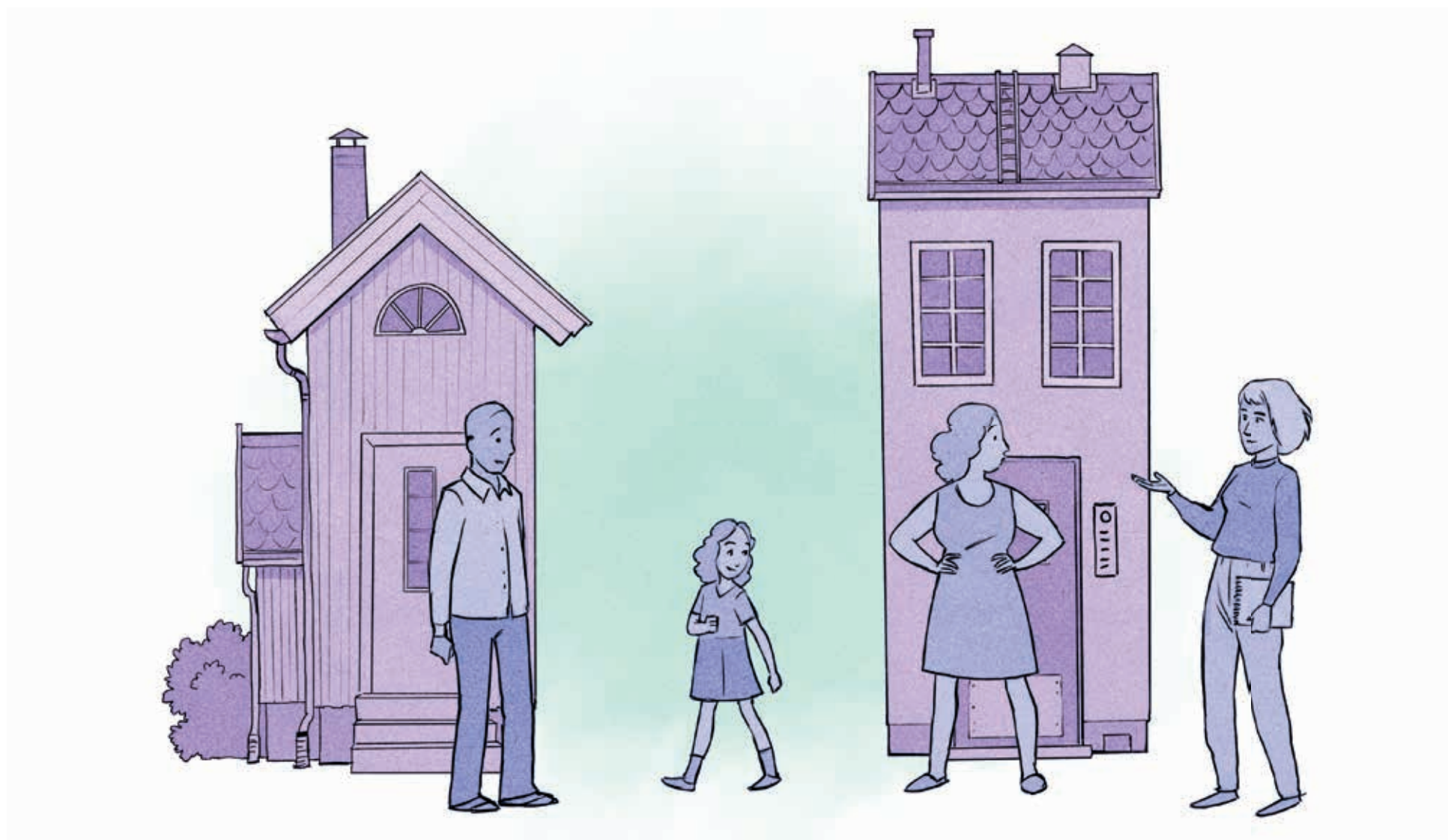
Hva står om samvær i vedtak om plassering?

- Hva er begrunnelsen for omfanget av samvær?
- Hva betyr minimumssamvær?

Dersom det skal være tilsyn:

- Hvorfor er det tilsyn og hva vil det si for barnet?
 - Hva er begrunnelsen for at det skal være tilsyn?
 - Snakk om tilsynets rolle. Hva vil dette si for barnet og foreldrene?

Plan for samvær



Samvær med foreldrene

Hva er fosterforeldrenes rolle før, under og etter samvær?

Før samvær:

Hvordan opplever dere at barnet har det før samvær?

- Hvordan samarbeide med foreldre, barnevernet og barnet i forberedelsen til samværet?
- Hvordan kan dere forberede barnet på samvær?
- Dersom samvær må avlyses eller flyttes:
 - Hva tenker dere er viktig for barnet?
 - Hva er viktig for dere?
 - Hvordan kan dette gjøres på en trygg og god måte?

Under samvær:

Hvordan opplever dere at barnet har det under samvær?

- Hvilken rolle har dere under samværet?
- Hva kan voksne gjøre for å hjelpe barnet under samvær?
- Dersom samvær må avbrytes før avtalt tid:
 - Hva tenker dere er viktig for barnet?
 - Hva er viktig for dere?
 - Hvordan kan dette gjøres på en trygg og god måte?

Etter samvær:

Hvordan opplever dere at barnet har det etter samvær?

- Hvordan kan dere hjelpe barnet etter samvær?

Kontakt mellom samvær:

Hva tenker dere om kontakt mellom samvær?

- Telefon, snapchat, facetime, mail.
- Hvor ofte?
- Eventuelle begrensninger.

Samvær med foreldrene



FØR

UNDER

ETTER

AVLYSES

AVBRYTES

**KONTAKT MELLOM
SAMVÆR**

Reaksjoner

Barn har ulike følelsesuttrykk knyttet til samvær, som for eksempel; glede, forventningsfull, savn, sorg, frykt, skyld og skam.

- Hvilke reaksjoner/uttrykk har dere sett hos barnet før, under og etter samvær?
 - Hvordan kan vi forstå barnets reaksjoner?
 - Hva er naturlige reaksjoner med tanke på situasjonen barnet er i?
- Hvordan påvirkes fosterfamilien av barnets reaksjoner knyttet til samvær?
 - Fosterforeldre
 - Andre barn i fosterhjemmet

Reaksjoner



Et mangfold av følelser

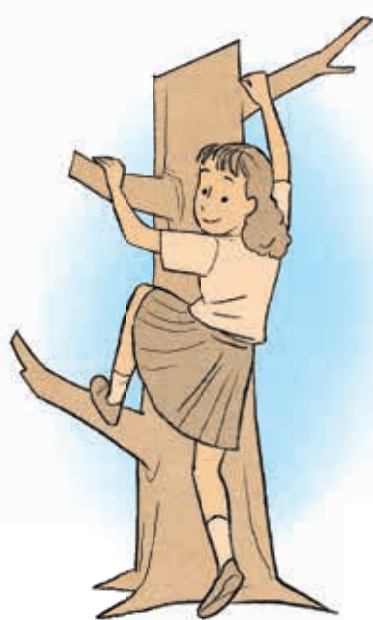


Kontakt med søsken og andre

Barnevernet skal sørge for at barnet gjennom samvær og kontakt kan opprettholde og styrke bånd med søsken og andre nære familiemedlemmer.

- Hvordan kan barnet opprettholde relasjonen til søsken/halvsøsken/stesøsken?
 - Hvordan kan samvær gjennomføres på en best mulig måte for barnet?
- Se på barnets nettverkskart. Er det andre i familien/nettverket som er viktig for barnet og som barnet ønsker jevnlig kontakt med?
- Hva tenker dere om kontakten barnet har med andre utenom samvær?
 - Hvor ofte er det kontakt i dag? (Telefon, snapchat, facetime, mail.)
 - Er det behov for at barnevernet regulerer kontakten?

Kontakt med søsken og andre

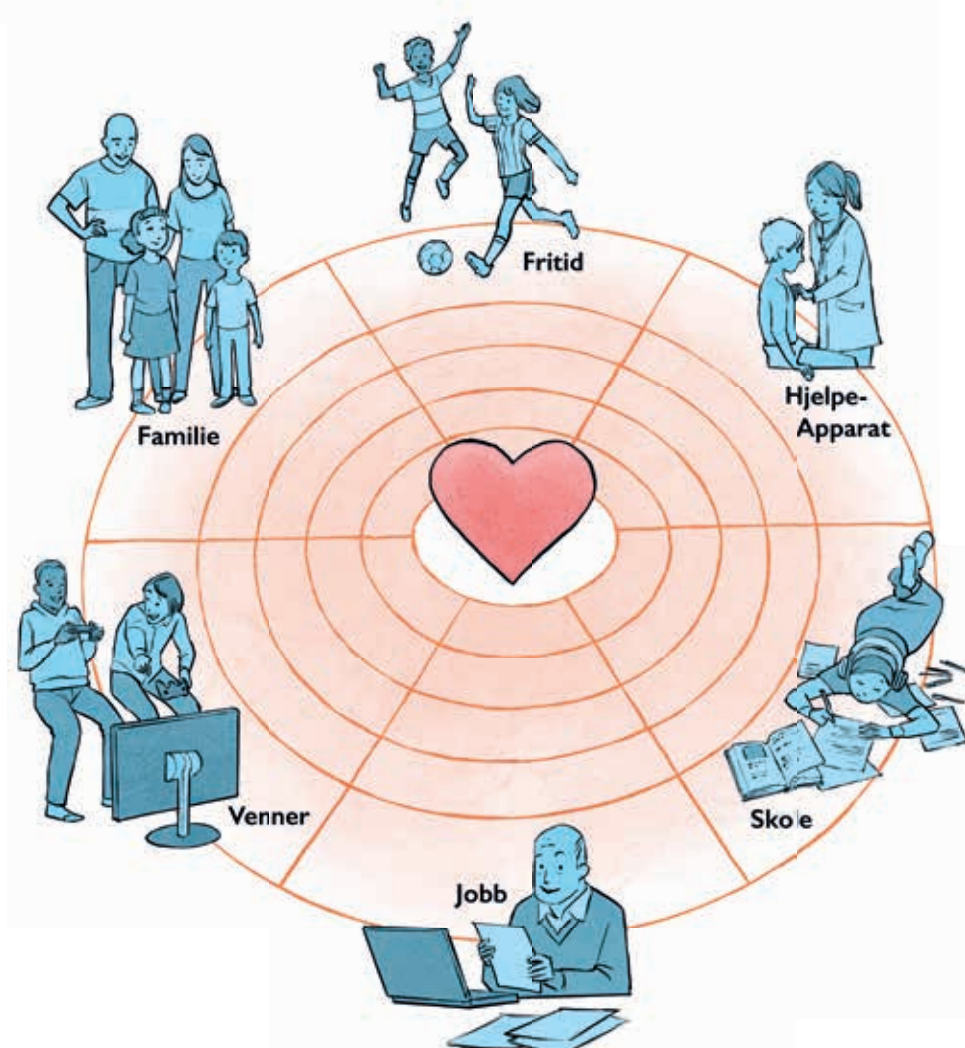
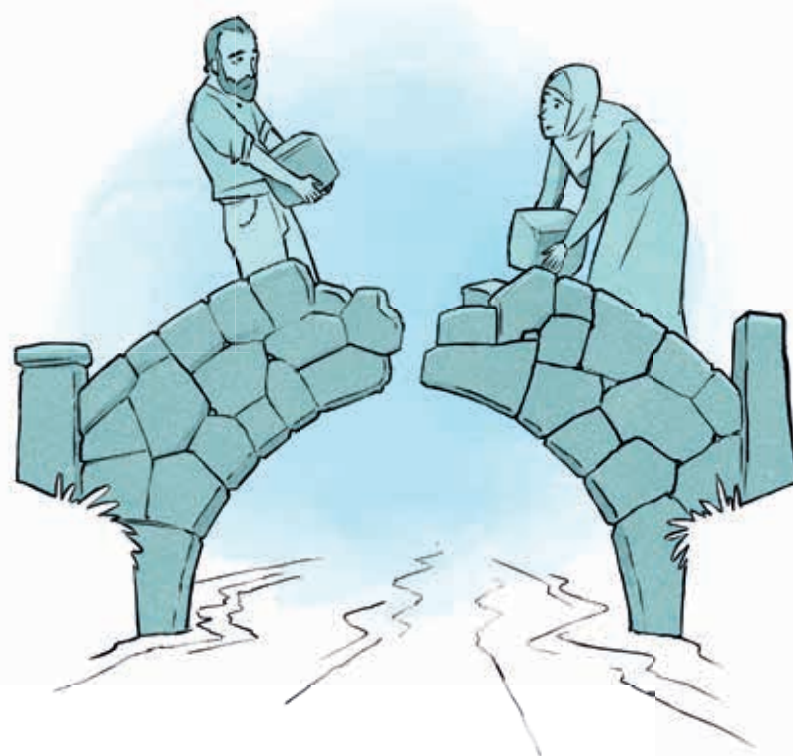


Oppsummering

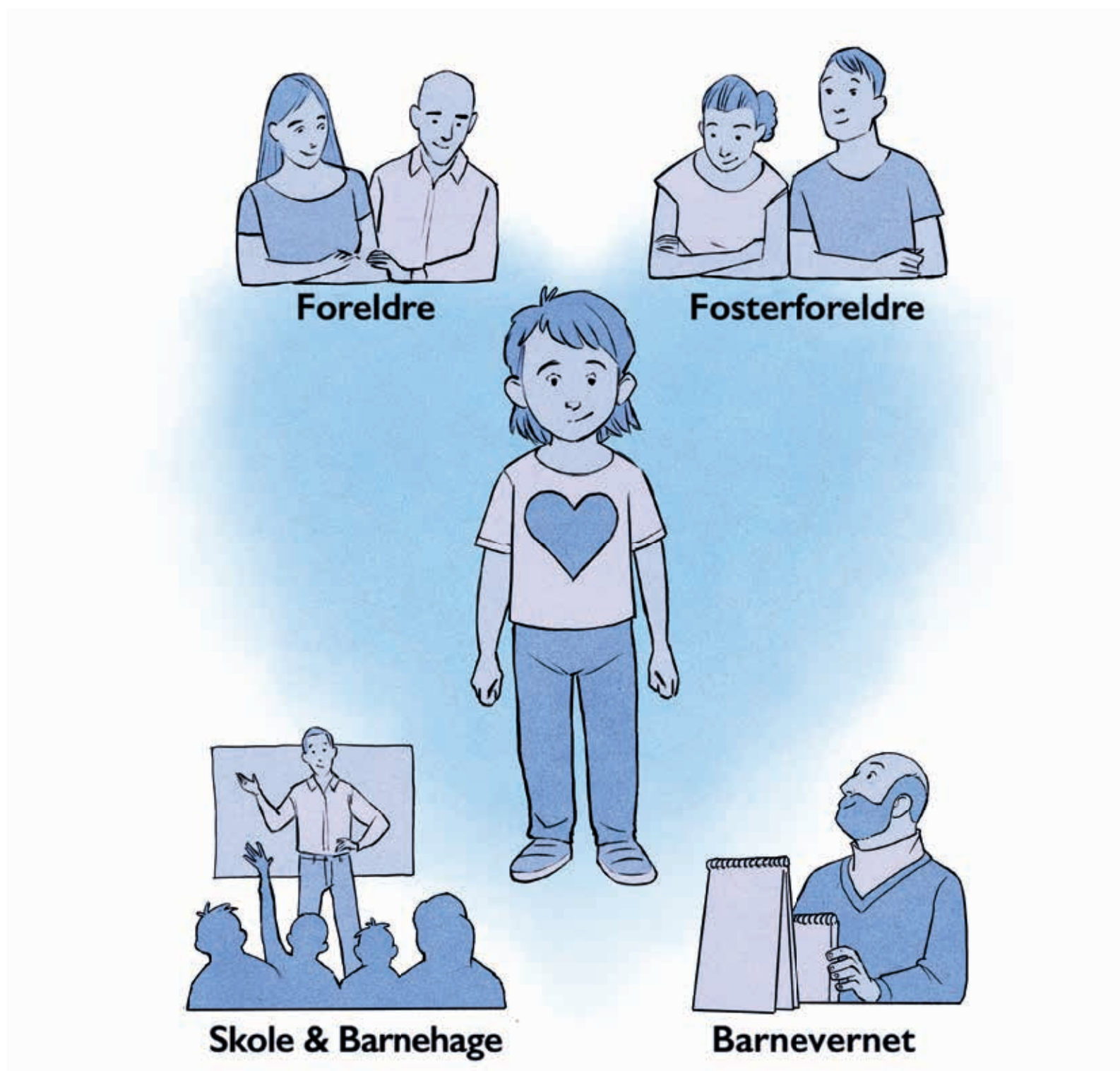
Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan var det for dere å snakke om dagens tema?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Plan for neste samtale.

Oppsummering



EN GOD START



1. Den nye familien
2. Samvær og samarbeid
3. Å ivareta barnet
4. Følelsesregulering
5. Avvisning
6. Den nye familien og veien videre

Plan for samtalen

Hensikten med en innsjekk er å skape trygghet, lage en god ramme for samtalen, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i dette temaet er økt forståelse for barnets behov knyttet til det å være en del av flere familier, og hvordan barnets tidligere erfaringer påvirker barnet i møte med nye omsorgspersoner.

Sett av tid dersom:

- du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
- fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

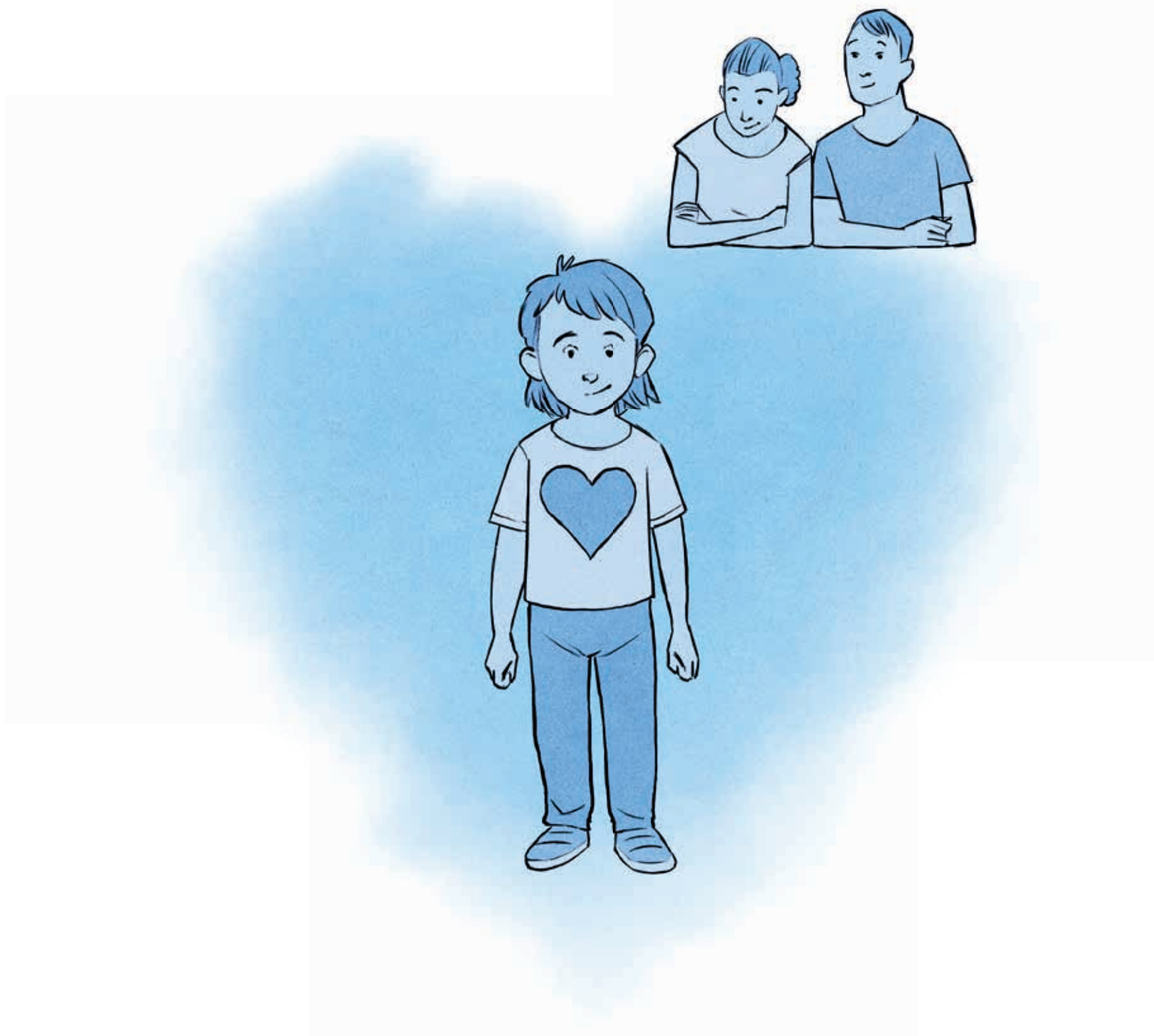
Når barnet bor hos familie eller nettverk:

Vær oppmerksom på den delen av barnets familie som ikke er i slekt med fosterfamilien.

Når det bor andre barn i fosterhjemmet:

Hvordan er relasjonen mellom fostersøsken og barnet?
Er det tegn til at fostersøsken sin trivsel er endret?

Plan for samtalen



Hvordan har dere det i dag?

Tilknytning

Tilknytning er utvikling av emosjonelle bånd mellom et barn og omsorgspersonen, som sikrer barnets nærhet og overlevelse.

Barn som har en trygg tilknytning til familie og andre, har ofte et indre bilde av at de er verdt å elske, og at andre vil dem vel. Mange barn som flytter i fosterhjem har traumatiske opplevelser med seg og har opplevd utrygghet. Barn med en utrygg tilknytning har et indre bilde av seg selv som ikke verdt å elske, og at verden ikke er et godt sted. Denne typen indre bilde vil påvirke hvordan de møter omgivelsene sine, opplevelsen av tilhørighet og følelsen av å være inkludert.

Kunnskap om barnets indre bilde kan hjelpe oss til å forstå hvorfor barnet reagerer som det gjør i møte med omverden.

Det kan ta lang tid for fosterforeldrene å gi barnet den tryggheten det trenger for å utvikle en trygg tilknytning. Nye og gode erfaringer i relasjon til nye omsorgspersoner er det som kan endre barnets opplevelse av seg selv og verden. Barnets indre bilde vil endre seg ved at fosterforeldre igjen og igjen er tilgjengelige og sensitive, og hjelper barnet med vanskelige følelser.

- Hvordan kan barnets tidligere erfaringer påvirke måten de knytter seg til fosterfamilien?
 - Opplever dere at barnet knytter seg til dere?
 - Hvordan oppleves dette for dere?
 - Opplever dere tilknytning til barnet?
 - Hvordan er dette eventuelt påvirket?
- Hva kan fremme tilknytning og hva tror dere barnet trenger for å oppleve trygghet i relasjonen med dere?

Tilknytning



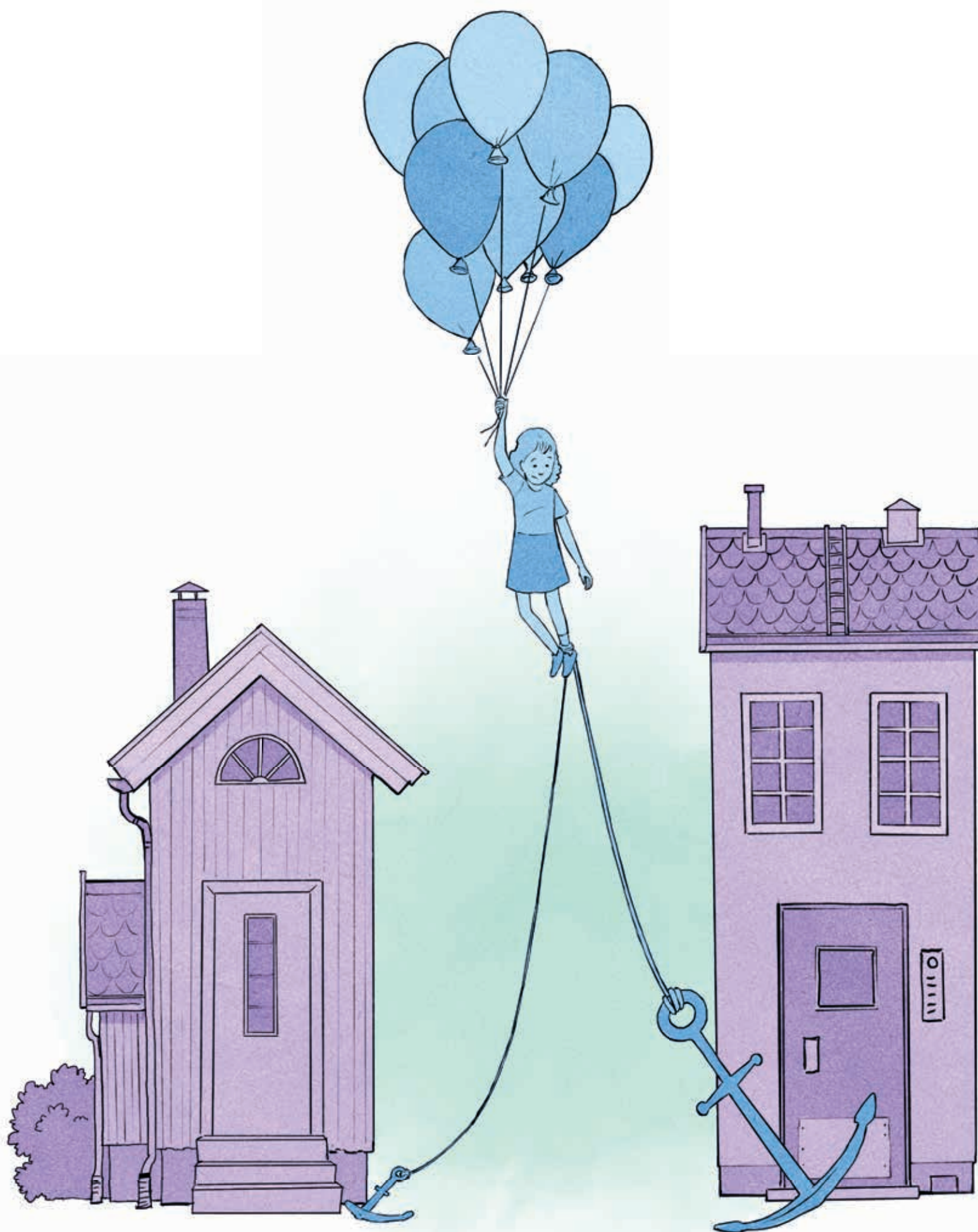
Inkludering og tilhørighet

Å oppleve tilhørighet er et grunnleggende behov hos alle, uansett alder. For et barn som bor i fosterhjem er det å føle at det hører til i både opprinnelsesfamilien og fosterfamilien vesentlig for barnets vekst og utvikling. Med tanke på arbeidet med gjenforeningsmålsettingen er det også viktig at barnet føler seg inkludert i både fosterfamilien og foreldrenes familie. .

Hvordan fosterfamilien tilrettelegger for inkludering og tilhørighet, vil variere ut fra barnets alder, men målet er uansett det samme; å gi barnet opplevelsen av å være verdsatt og ha egenverdi.

- Hva betyr det å oppleve seg inkludert og føle tilhørighet?
- 🎬 Se filmen: Å skape tilhørighet - Norsk Fosterhjemsforening
 - Hva tenker fosterforeldrene etter å ha sett filmen?
- Hvilke tegn viser barnet på tilhørighet til fosterfamilien?
- Hvordan opplever dere at barnet er blitt en del av familien?
- Hva fremmer opplevelsen av tilhørighet?
 - Hva gjør dere for å bidra til at barnet føler seg inkludert og at det hører til i fosterhjemmet?

Inkludering og tilhørighet



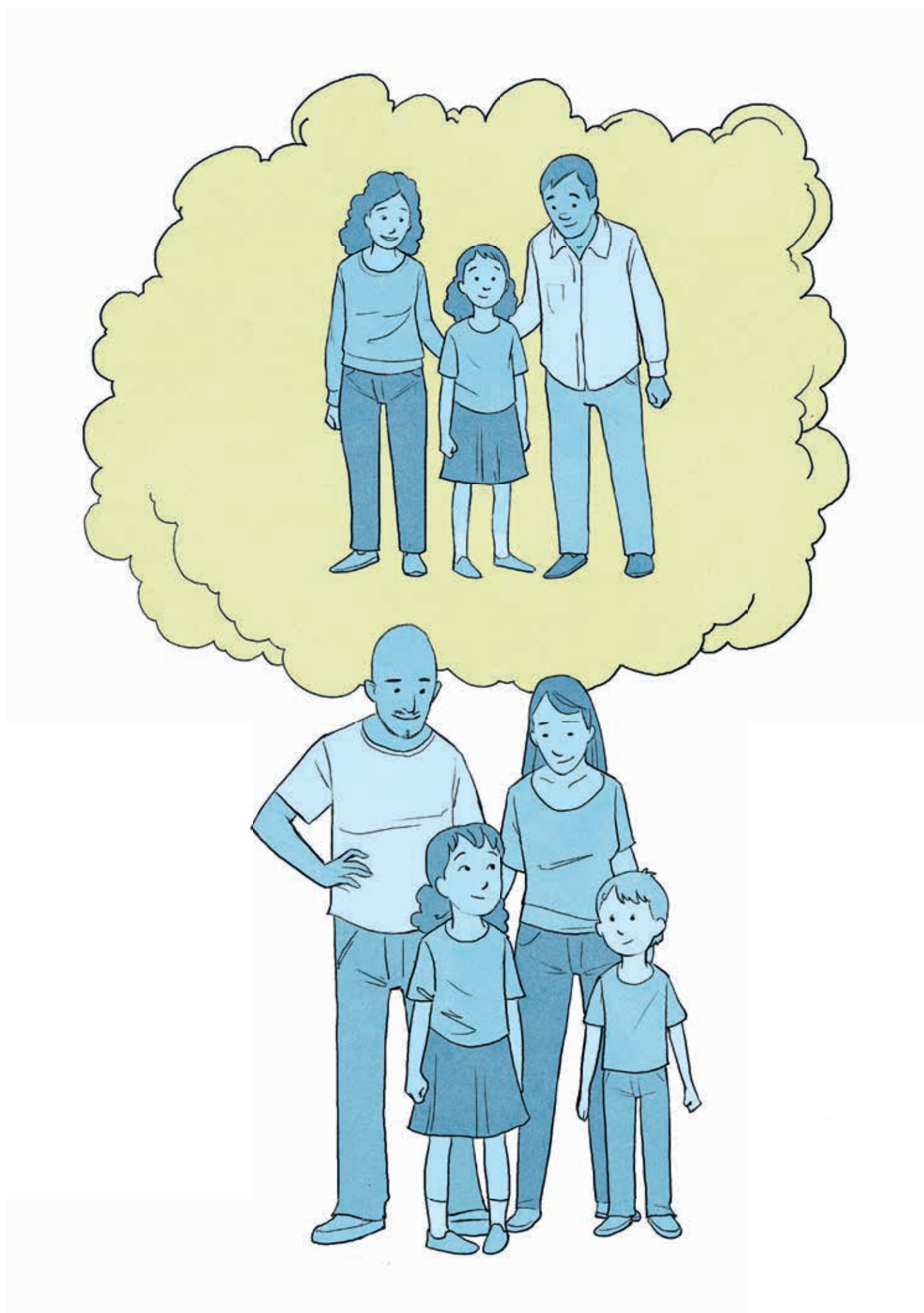
Tilknytning og tilhørighet til flere familier

Hvordan tror dere det er for barnet å være en del av flere familier?

- 🎬 Se filmen: Når barnevernet har fratatt foreldreomsorgen.
La barnet slå seg til ro. (foreldreforalltid.no) Frem til 2:25
 - Hvilke tanker får dere etter filmen?

Hvordan fremme barnets tilknytning og tilhørighet til fosterhjemmet når det jobbes for gjenforening?

Tilknytning og tilhørighet til flere hjem



Lojalitetskonflikt

Begrepet lojalitetskonflikt (eller lojalitetsskvis) brukes gjerne for å beskrive hvordan barn kan føle seg dratt mellom lojaliteten til to parter, her foreldre og fosterforeldre.

Barn som bor i fosterhjem kan oppleve lojalitetskonflikt. Mange ønsker ikke at det skal snakkes negativt om foreldrene, selv om foreldrene kan ha utsatt dem for omsorgssvikt. De vil oftest være glade i foreldrene sine, og har et ønske om å ha et godt forhold til dem.

- 🎬 Se filmen: Lojalitetskonflikter (Fosterhjemsforeningen)
 - Hvilke tanker får fosterforeldrene når de ser filmen?

Hvilke lojalitetskonflikter tenker dere barnet kan oppleve å stå i?

- Hvordan tenker dere dette kan påvirke barnet?
- Hvordan påvirker det dere?
- Hvordan tenker dere dette kan påvirke foreldrene?

Hvordan kan dere snakke med barnet om dette?

- Hvordan kan dere omtale foreldrene overfor barnet?

Lojalitetskonflikt



Å være tilgjengelig

Det er viktig at fosterforeldrene viser barnet at de er fysisk og følelsesmessig tilgjengelig, slik at barnet over tid opplever seg ivaretatt og kan bygge opp tillit til andre.

Hvordan opplever fosterforeldrene barnets behov for tilgjengelige voksne, både emosjonelt og fysisk?

Hva gjør fosterforeldrene for å være tilgjengelige for barnet?

Hvordan opplever fosterforeldrene at barnet tar imot omsorg?

- Hvilken type omsorg ser dere barnet responderer best på? (praktisk hjelp, fysisk nærhet, gaver)
- På hvilken måte tror fosterforeldrene dette er påvirket av barnets tidligere erfaringer?

Å være tilgjengelig



Oppsummering

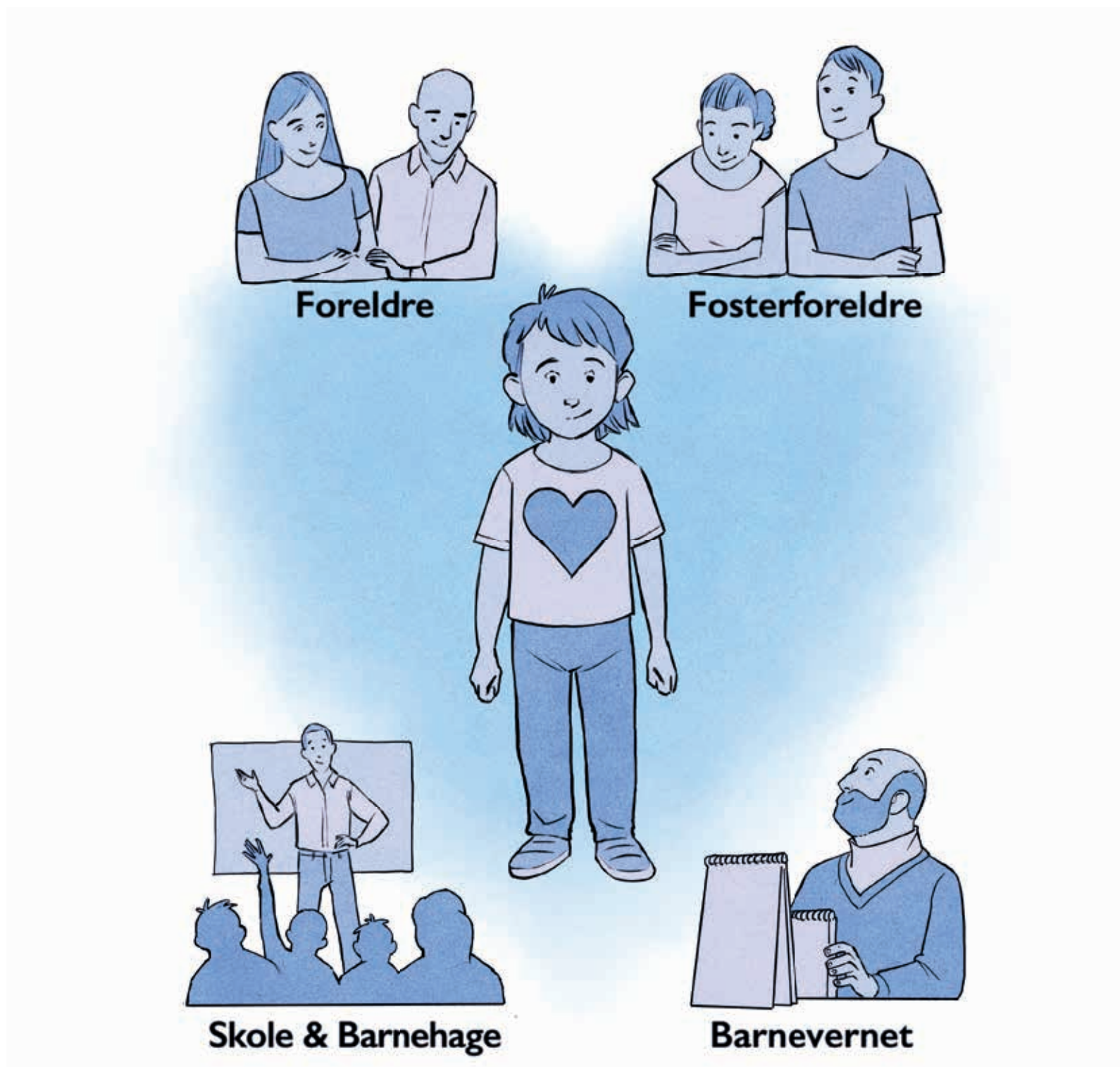
Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan var det for dere å snakke om dagens tema?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Plan for neste samtale.

Oppsummering



EN GOD START



1. Den nye familien

2. Samvær og samarbeid

3. Å ivareta barnet

4. Følelsesregulering

5. Avvisning

6. Den nye familien og
veien videre

Plan for samtalen

Hensikten med en innsjekk er å skape trygghet, lage en god ramme for samtalen, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i dagens tema er å hjelpe fosterforeldrene med å forstå hvordan stress og traumer har påvirket barnet, og hvordan fosterfamilien kan hjelpe barnet med å håndtere følelsene.

Sett av tid dersom:

- du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
- fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

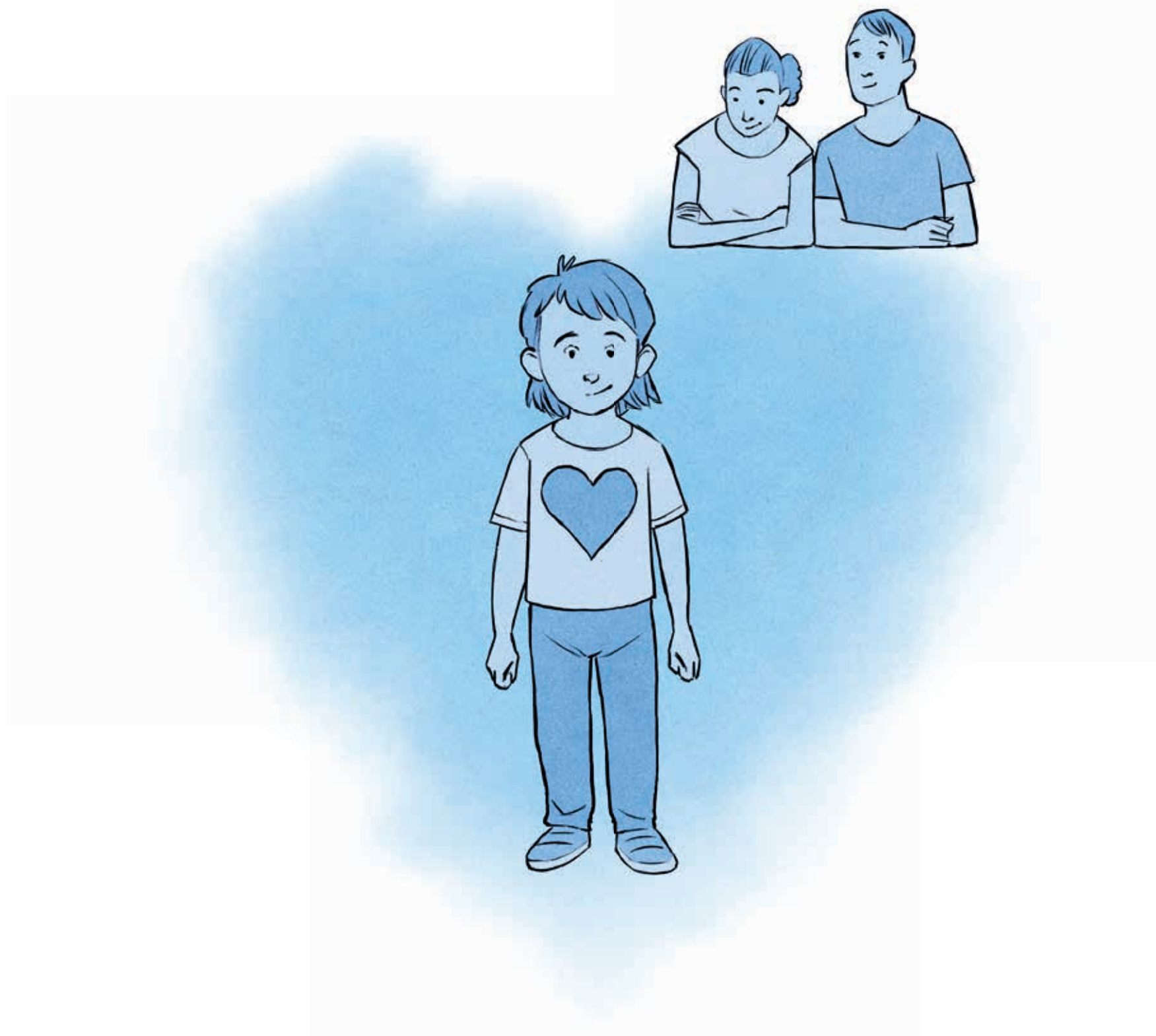
Når barnet bor hos familie eller nettverk:

Hvordan er det for fosterfamilien at barnet har vært utsatt for omsorgssvikt fra et familiemedlem?

Når det bor andre barn i fosterhjemmet:

Trenger fostersøsken støtte til å forstå barnets følelsesuttrykk?

Plan for samtalen



Hvordan har dere det i dag?

Stress og traumer

Barn som flytter i fosterhjem har ofte med seg traumatiske opplevelser knyttet til omsorgssvikt. Dette påvirker barnets måte å møte nye situasjoner og det kan være preget av indre uro, kaos og sterke følelser. Flyttingen fra foreldrene kan for noen barn være forbundet med et høyt nivå av stress og oppleves som en krise for barnet.

Hvordan merker dere at barnet er påvirket av sine tidligere erfaringer?

- Hvordan har selve flyttingen påvirket barnet?

🎬 Se filmen: [David Lynch Foundation - Sounds of Trauma - YouTube](#)

- Hva tenker dere etter å ha sett filmen?
- Hvilke triggere kan barnet ha?

Hvordan har opplevelser med stress og traumer påvirket dere?

Hvordan påvirker deres egne erfaringer måten dere kan hjelpe barnet på?

Stress og traumer



Reguleringsstøtte

Følelserregulering handler om å finne måter å takle følelsene sine på som gjør det lettere å leve med dem og dermed fungere i hverdagen. Hvis vi er kjent med hva som utløser barnets reaksjoner, kan vi lettere hjelpe dem med å regulere uroen.

- 🎬 Se filmen: Traumefeltets viktigste "terapi" - Dag Nordanger, YOUTUBE
 - Hva er deres tanker og følelser etter å ha sett filmen?
 - Hvilke følelser oppleves truende for dere?
 - I hvilke situasjoner opplever dere at det er vanskelig å ha kontroll over egne følelser?

Hvilke følelser hos barnet påvirker dere positivt og negativt?

Hva vet dere om barnets erfaringer som hjelper dere til å tåle og forstå følelsene?

Kan dere komme med gode eksempler på samregulering mellom dere og barnet?

Reguleringsstøtte



Toleransevinduet

Toleransevinduet er en modell som viser hvordan vi kan bli mer oppmerksomme på hvordan mennesker aktiveres i ulike situasjoner. Modellen kan hjelpe oss til å forstå hvordan vi kan støtte barn som er utenfor toleransevinduet og hjelpe dem til å utvikle evne til selvregulering.

🎬 Se filmen: [Toleransevinduet - YouTube](#)

- Hvordan kan barnets atferd forstås med hjelp av toleransevinduet?
- Hvordan kan fosterforeldrene forstå seg selv ved hjelp av toleransevinduet?

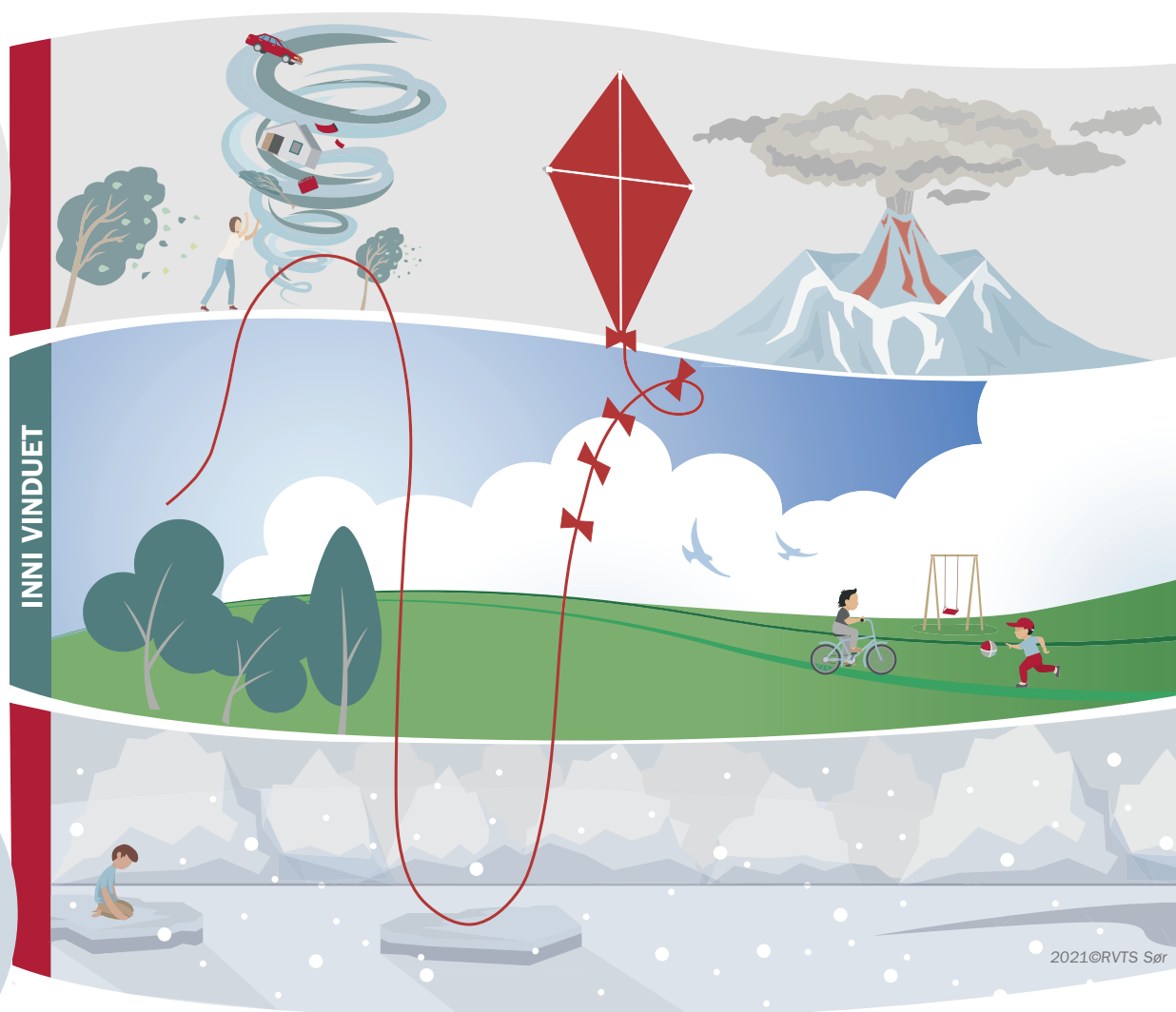
Toleransevinduet

MEG OG TOLERANSEVINDUET MITT

- Høre på musikk
- Puste dypt og rolig
- Klemme på en ball
- Få en bamseklem
- Riste løs

HVA KAN HJELPE
MEG INN I
TOLERANSEVINDUET
IGJEN?

- Reise meg opp
- Strekke på kroppen
- Gå tur med en venn
- Spise litt
- Drikke vann



Hvordan kan fosterfamilien hjelpe barnet?

- Hva tror dere barnet trenger fra dere?
- Er det noe ved barnets reaksjoner som er vanskelig å forstå?
- Kan det være noe i barnets historie som kan forklare barnets reaksjoner?

Traumebevisst omsorg (TBO) tar utgangspunkt i hvordan krenkelser og psykologiske traumer påvirker barns utvikling og fungeringsevne. Å jobbe med traumebevisst omsorg handler om å forstå hvordan barnets stressnivå påvirkes av ulike triggere. Det kan være ting som ubevisst setter dem tilbake. Den utfordrende atferden mange traumatiserte barn viser, kan vekke kontrollerende og straffende reaksjoner fra voksne som har omsorg og ansvar for dem. Dersom man får innsikt i hvordan traumer kan påvirke barn vil man lettere kunne forstå både deres følelser, holdninger og atferd. Det er tre grunnpilarer innen TBO: trygghet, relasjon, følelserregulering.

- Hvordan kan dere møte barnet i situasjoner som oppstår i hverdagen?

Bruk ett eksempel fra deres hverdag (alternativt se filmen fra forrige tema lojalitetskonflikter fra 1:28-2:20) og følg **Gottmans fem trinns emosjonstrening**:

1. *Legg merke til følelsen*

Bli selv bevisst på barnets følelse. Hva tror du barnet ditt føler?

2. *Koble deg på barnets følelse*

Dette er en mulighet for tilknytning, læring og korrigerende erfaringer

3. *Lytt og aksepter følelsene*

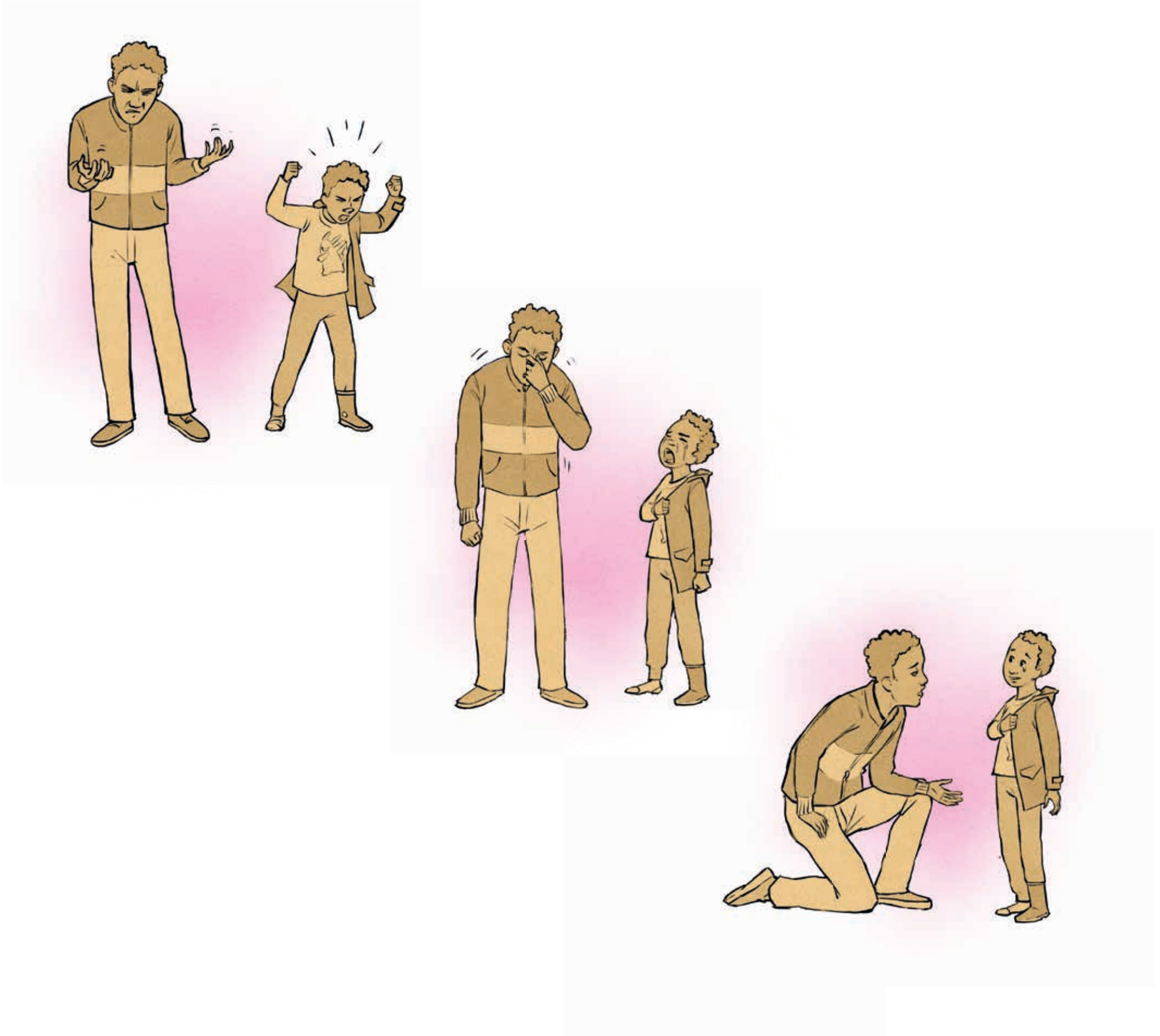
Vis forståelse og empati, unngå negative vurderinger eller kritikk

4. *Hjelp barnet ditt til å beskrive hva de føler*

Reflekter og sett ord på det du hører og ser

5. *Sett grenser mens du hjelper barnet med å finne løsninger*

Hvordan kan fosterfamilien hjælpe barnet?

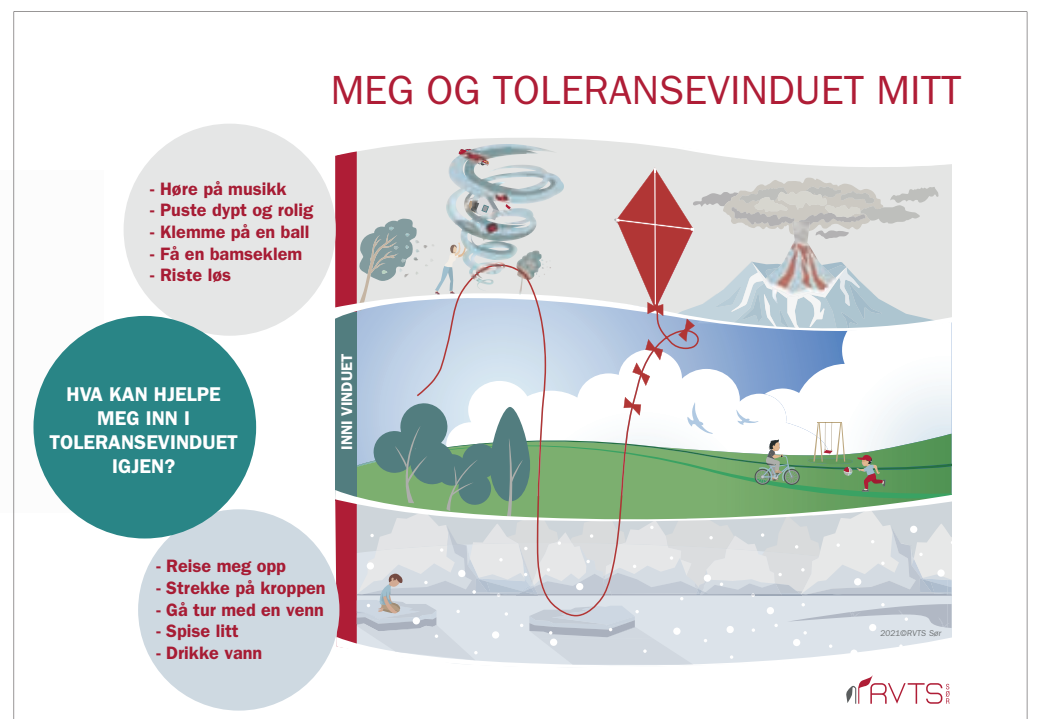


Oppsummering

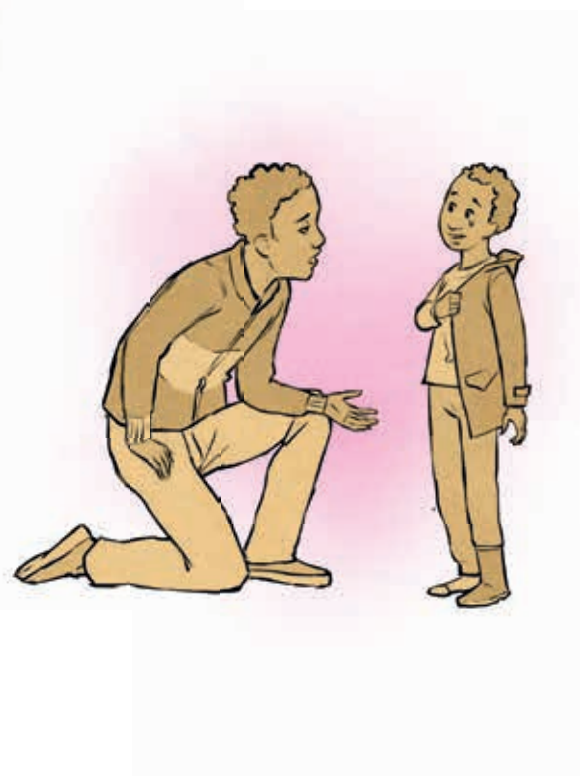
Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan var det for dere å snakke om dagens tema?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Plan for neste samtale.

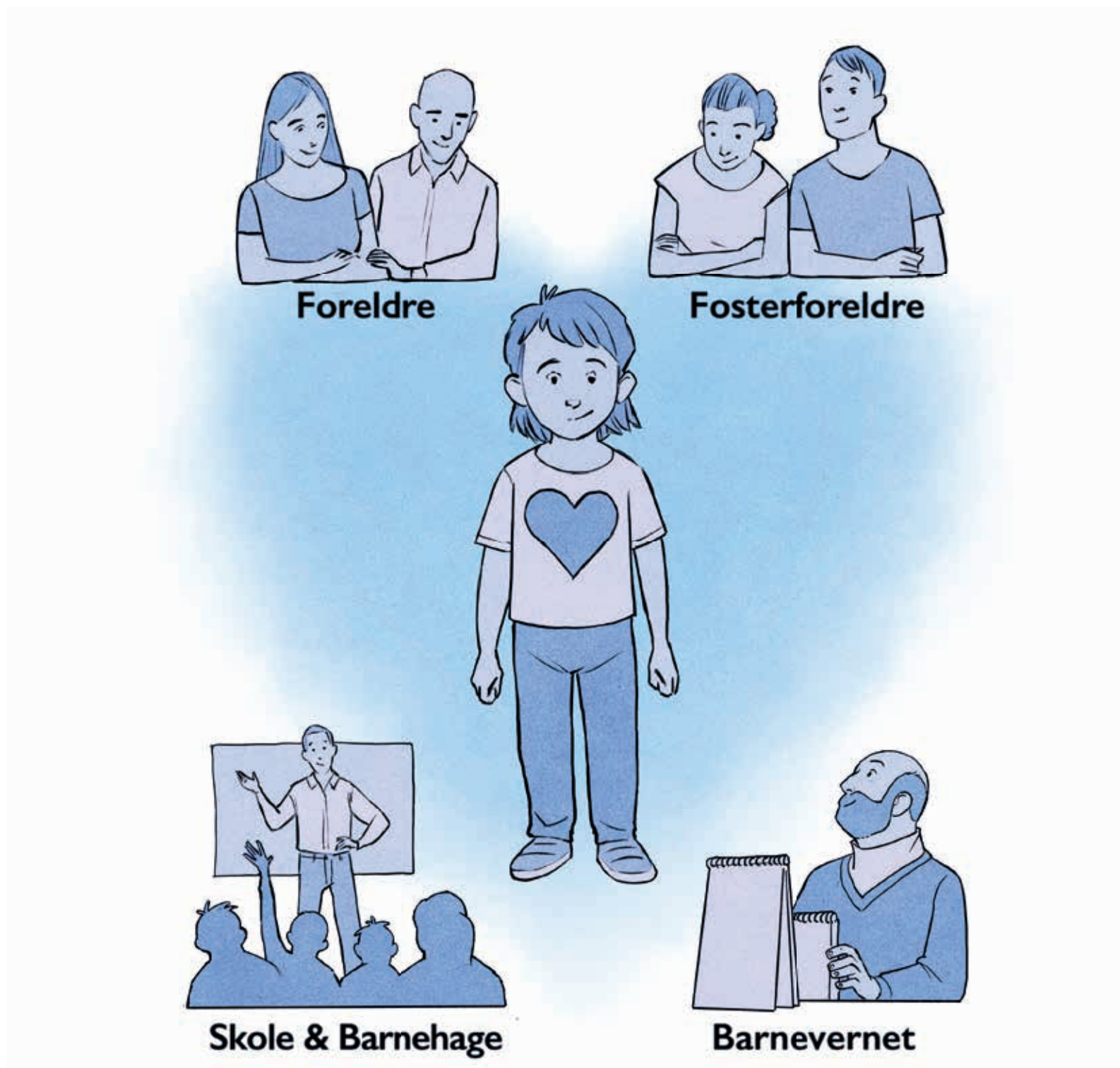
Oppsummering



Illustrasjon: RVTS Sør/Therese Klokset



EN GOD START



1. Den nye familien
2. Samvær og samarbeid
3. Å ivareta barnet
4. Følelsesregulering
- 5. Avvisning**
6. Den nye familien og veien videre

Plan for samtalen

Hensikten med en innsjekk er å skape trygghet, lage en god ramme for samtalen, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i dagens tema er å bli bevisst hva som skjer i relasjonen mellom barnet og fosterforeldrene i situasjoner med avvisning. Vi vil også ha fokus på hvorfor egenomsorg er viktig for fosterforeldre.

Sett av tid dersom:

- du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
- fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

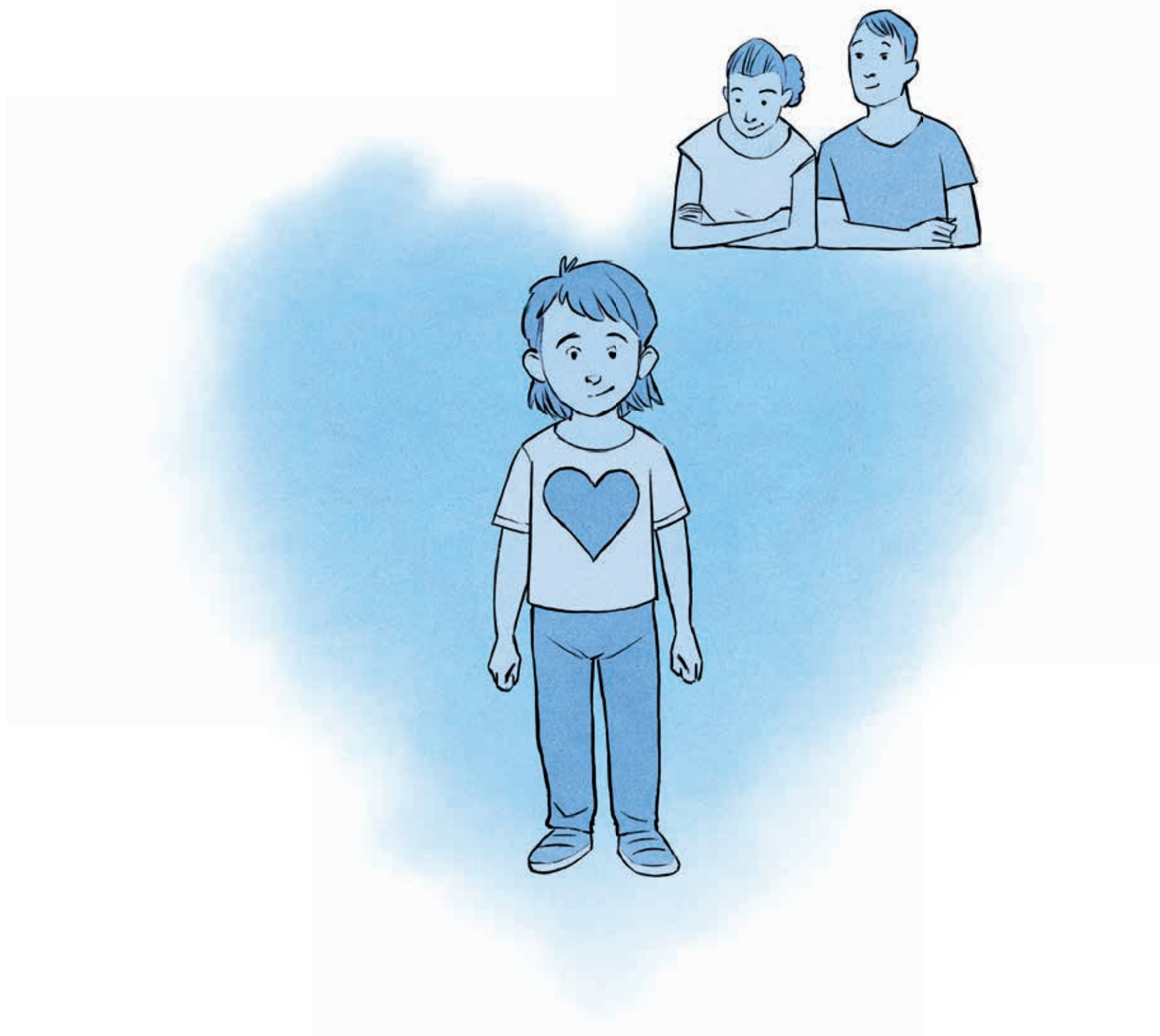
Når barnet bor hos familie eller nettverk:

Hvordan oppleves avvisning når man allerede har en etablert relasjon?
Dersom barnet avviser egne foreldrene, hvordan er dette for fosterforeldrene?

Når det bor andre barn i fosterhjemmet:

Opplever fostersøsken avvisning fra barnet?
Hvordan er det for fostersøsken at barnet avviser fosterforeldrene?

Plan for samtalen



Hvordan har dere det i dag?

Hvilke briller ser vi med når vi tolker barnets atferd?

Vi kan ha ulik bakgrunn som gjør at vi ser ting forskjellig. Hvordan dagen vår har vært, vil også påvirke hvordan vi fortolker det vi ser.

Se på bildene på forsiden.

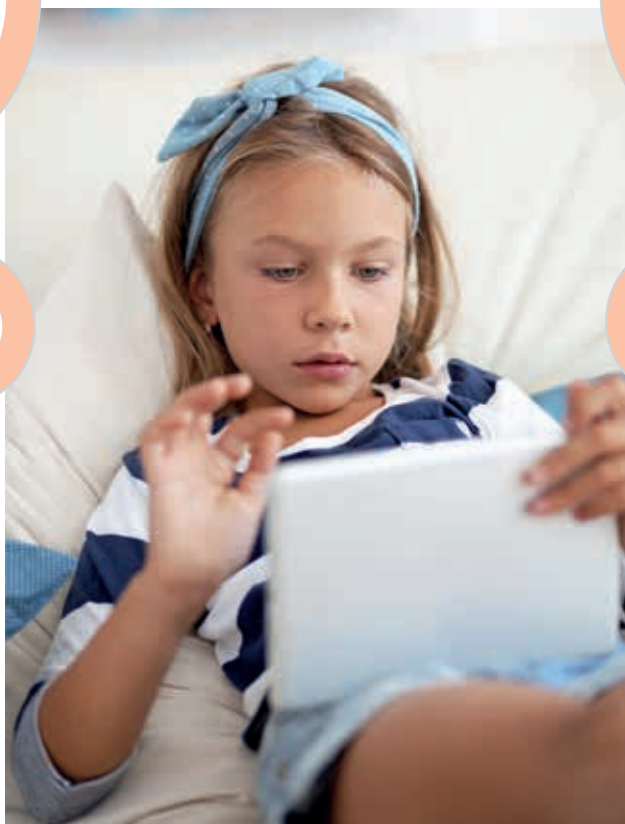
- Hvor lett er det ikke å tolke det vi ser ulikt?

Reflekter rundt hva som er normalatferd og hva som kan være reaksjoner på tidligere erfaringer.

- Hvordan kan dere forstå barnets atferd på ulike måter?
- Hvordan påvirker deres forståelse måten å møte barnet på?
- Hvordan blir dere påvirket av egne følelser?

Hvilke briller ser vi med når vi tolker barnets atferd?

**"Sykt gøy spill!
Jeg vil ikke slutte
å spille"**



**"Hater denne
familien, de bryr
seg ikke om
meg"**

**"Fet musikk,
deilig å slippe
voksenmas"**



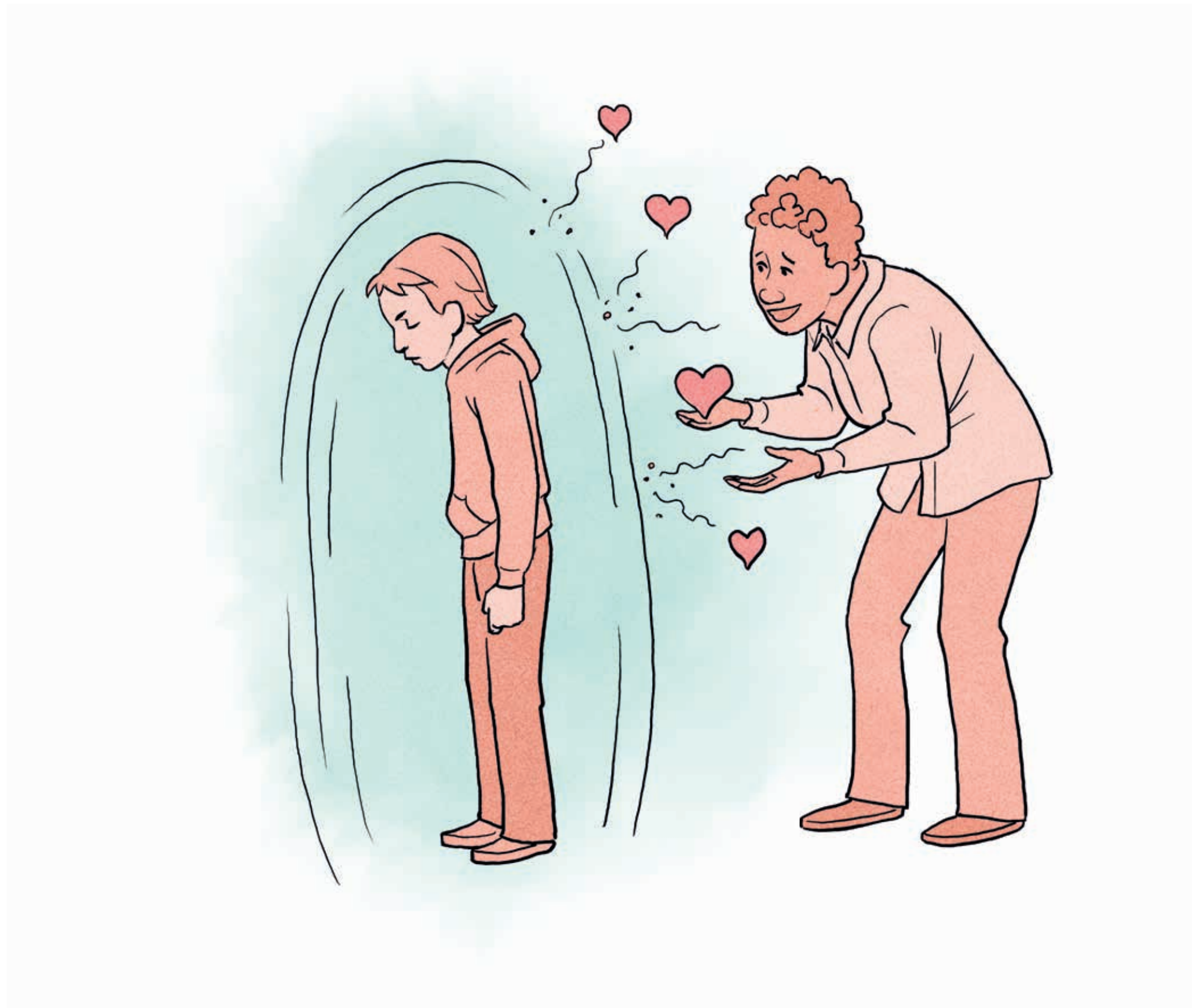
**"De vil heller ikke
ha noe med meg
å gjøre"**

Avvisning

Hvordan vi møter avvisning hos barnet, kan være med på å korrigere barnets tidligere erfaringer og fremme tryggere tilknytning.

- Har dere opplevd å bli avvist av barnet?
- 🎬 Se filmen: Avvisning del 1/6, intro (www.fosterhjemsforening.no/-pedagogikk-for-fosterforeldre-2/avvisning/)
 - Hva er deres umiddelbare tanker etter filmen
- 🎬 Se filmen: Avvisning del 2/6, avvisning som mestringsstrategi
 - Hvilke strategier har barnet? Kan dette forstås i lys av tidligere erfaringer?
 - Hvordan oppleves dette for dere?
 - Påvirker det andre barn i familien?
- 🎬 Se filmen: Avvisning del 3/6, hvorfor spolerer barnet hyggelig situasjoner?
 - Hva tenker dere etter å ha sett filmen?
 - Hvordan er dette i hos dere?
 - Dersom det er andre barn i fosterhjemmet; hvordan påvirker dette dem?

Avvisning



Hvordan vi møter avvisning hos barnet, kan være med på å korrigere barnets tidligere erfaringer og fremme tryggere tilknytning.

Motavvisning

Motavvisning er å avvise tilbake når vi selv blir avvist. Vi motavviser sannsynligvis i mye større grad enn vi er klar over. Den vanligste måten å motavvise på er non-verbal og kan være vanskelig å oppdage selv. I møte med avvisning handler det egentlig om å regulere seg selv før man regulerer barnet.

Ved å ikke reagere på barnets avvisning ved å avvise tilbake, viser fosterforeldrene at de aksepterer barnets følelsesuttrykk.

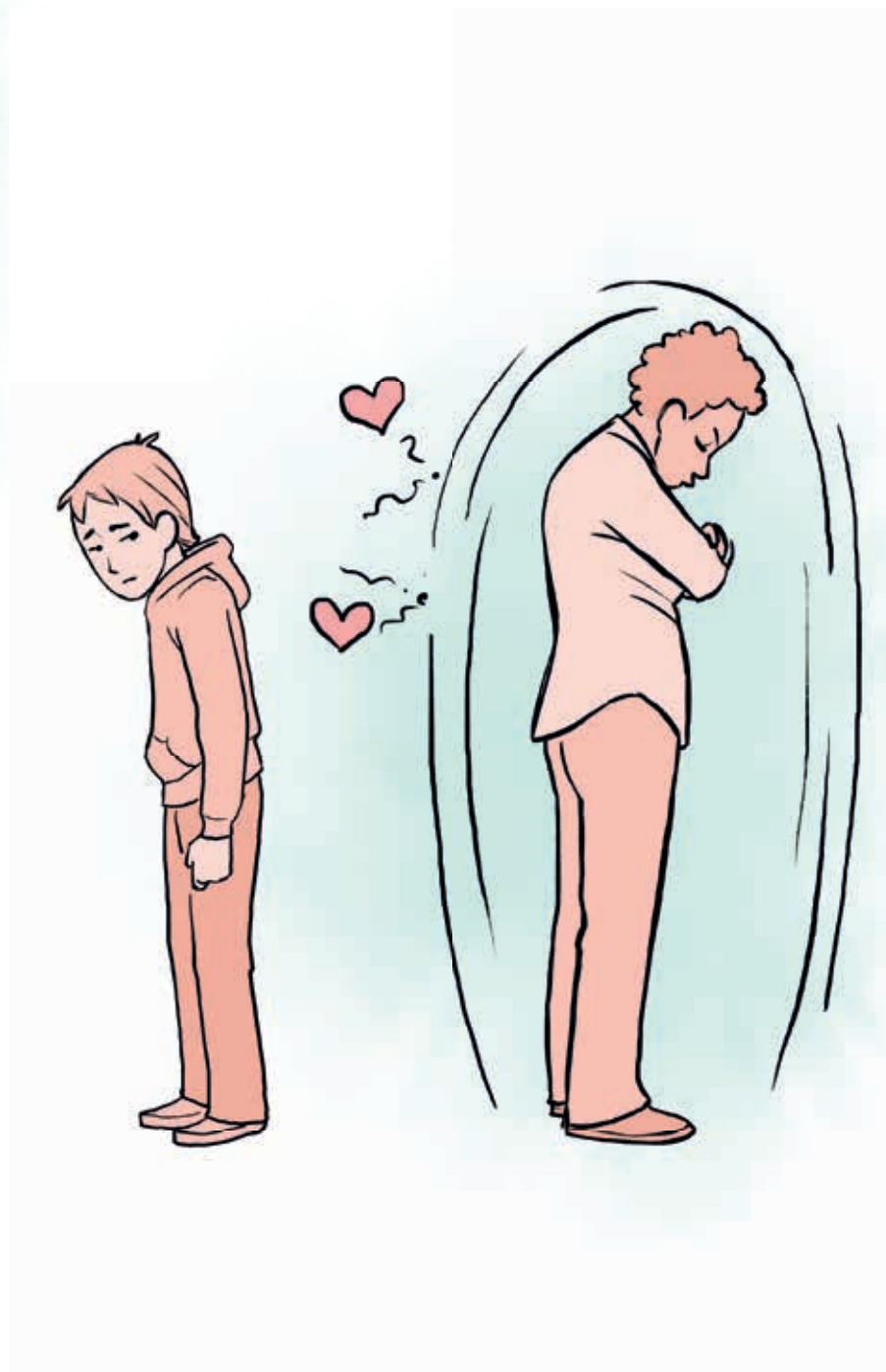
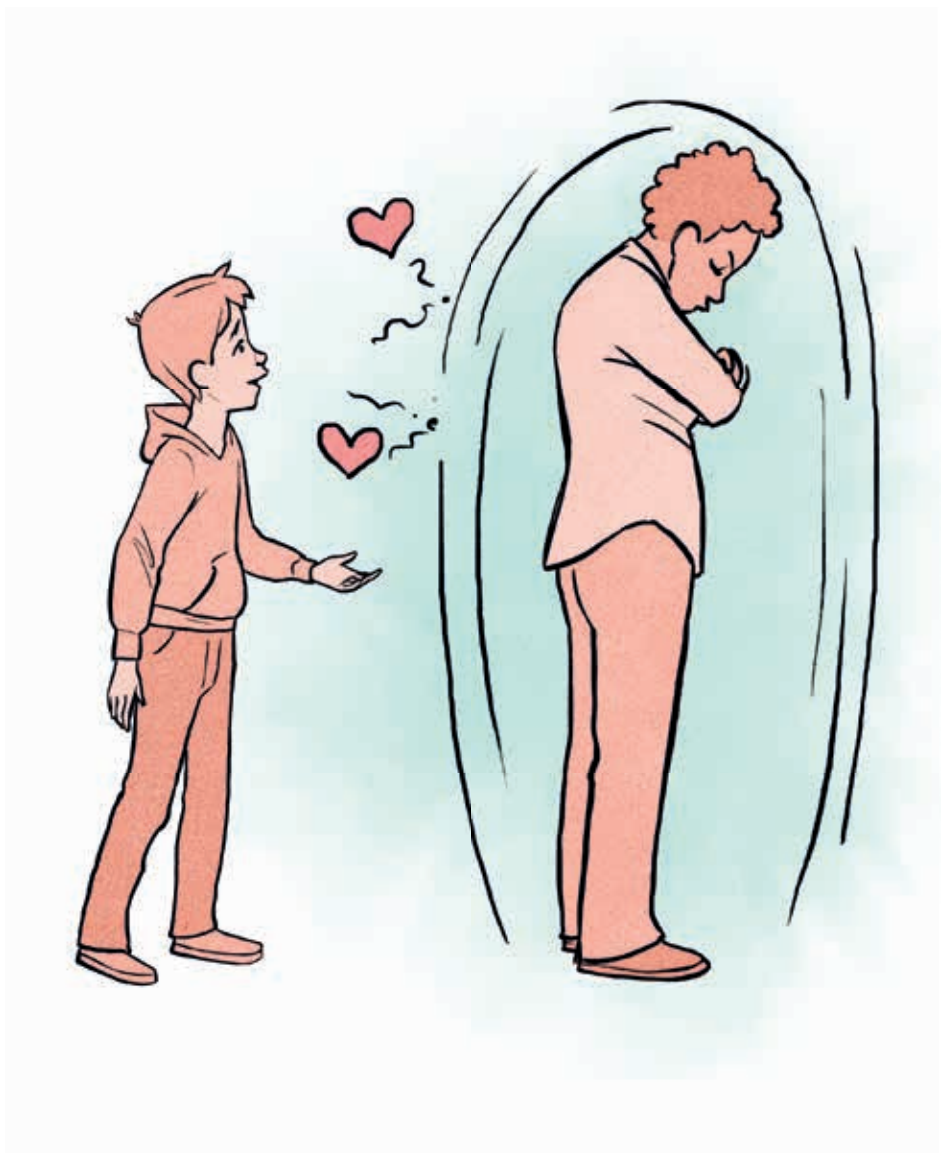
Hvordan forstår dere begrepet motavvisning?

- 🎬 Se filmen: Avvisning del 4/6, trangen til å avvise tilbake
 - Hva ble dere opptatt av?

Hva er deres triggere? Når blir dere dratt ut av eget toleransevindu?

- Har dere eksempler på avvisning fra barnet som førte til at dere avviste tilbake?

Motavvisning



Den vanligste måten å motavvise på er nonverbal.
Dette er vanskelig å oppdage selv.

Hva forebygger avvvisning?

- 🎬 Se filmen: Avvisning del 5/6, hvordan regulere nærhet og avstand
 - Hva ble dere opptatt av i filmen?

Hvordan signaliserer barnet behov for nærhet?

- Hvordan møter dere barnets behov for nærhet?

- 🎬 Se filmen: Avvisning del 6/6, samspill for fremtiden
 - Hva tenker dere etter å ha sett filmen?

Har dere sett tegn på at det er skapt bånd mellom barnet og dere?

- Har dere eksempler på utvikling i måten barnet tar imot omsorg fra dere?

Hva forebygger avvísning?



Ting tar tid – vær tålmodig!

Egenomsorg

Det kan være krevende å være fosterforeldre. Å ta vare på grunnleggende behov hos seg selv, barna i familien og familien som helhet kan forebygge slitenhet på kort og lang sikt.

Hva tenker dere om egenomsorg

- Hva gir energi og påfyll i hverdagen?
- Hvordan tar dere vare på seg selv?

Hvordan påvirker fosterhjemsoppdraget parforholdet?

- Hva gjør de for å ta vare på parforholdet?

Er det noe barneverntjenesten eller andre kan hjelpe dere med?

Egenomsorg

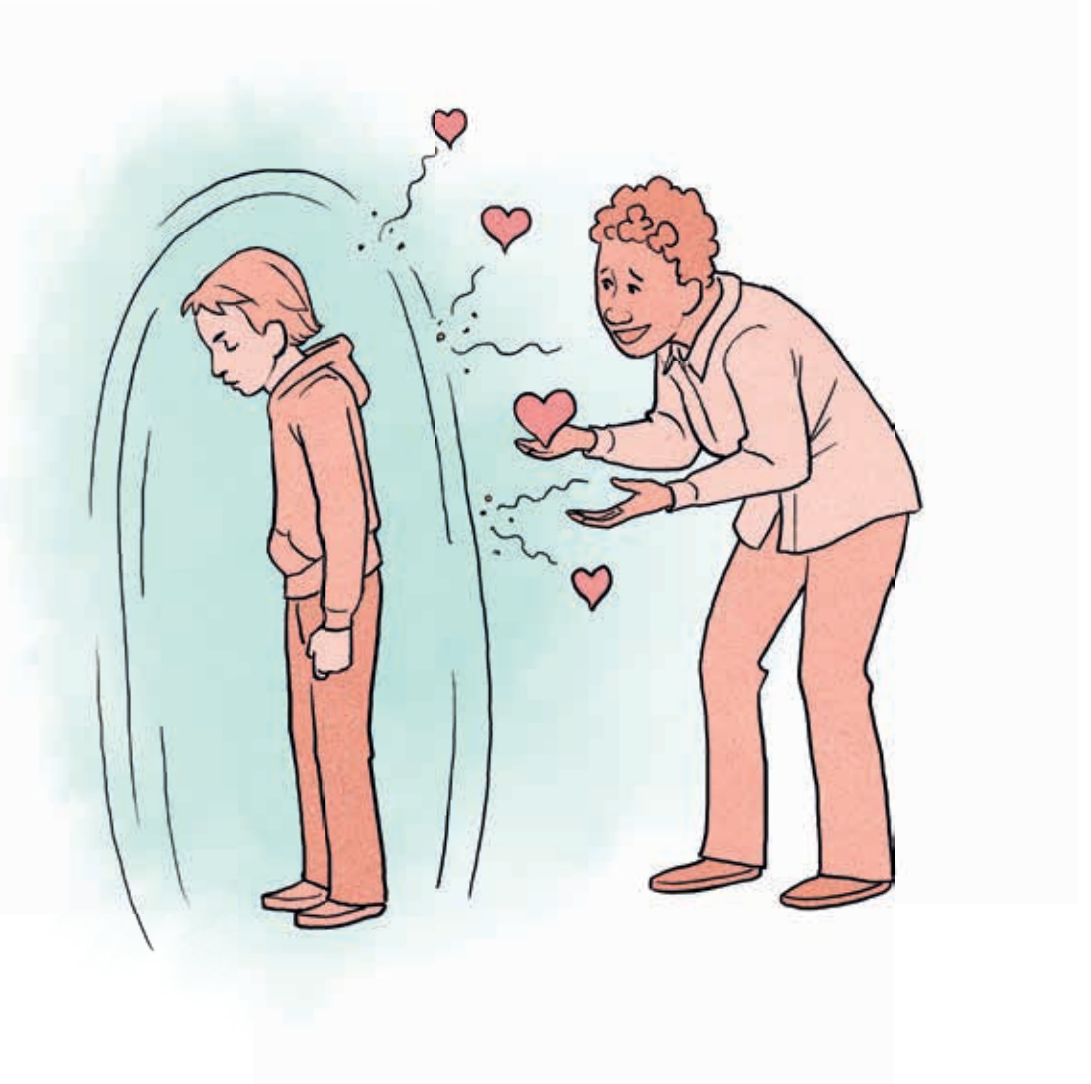


Oppsummering

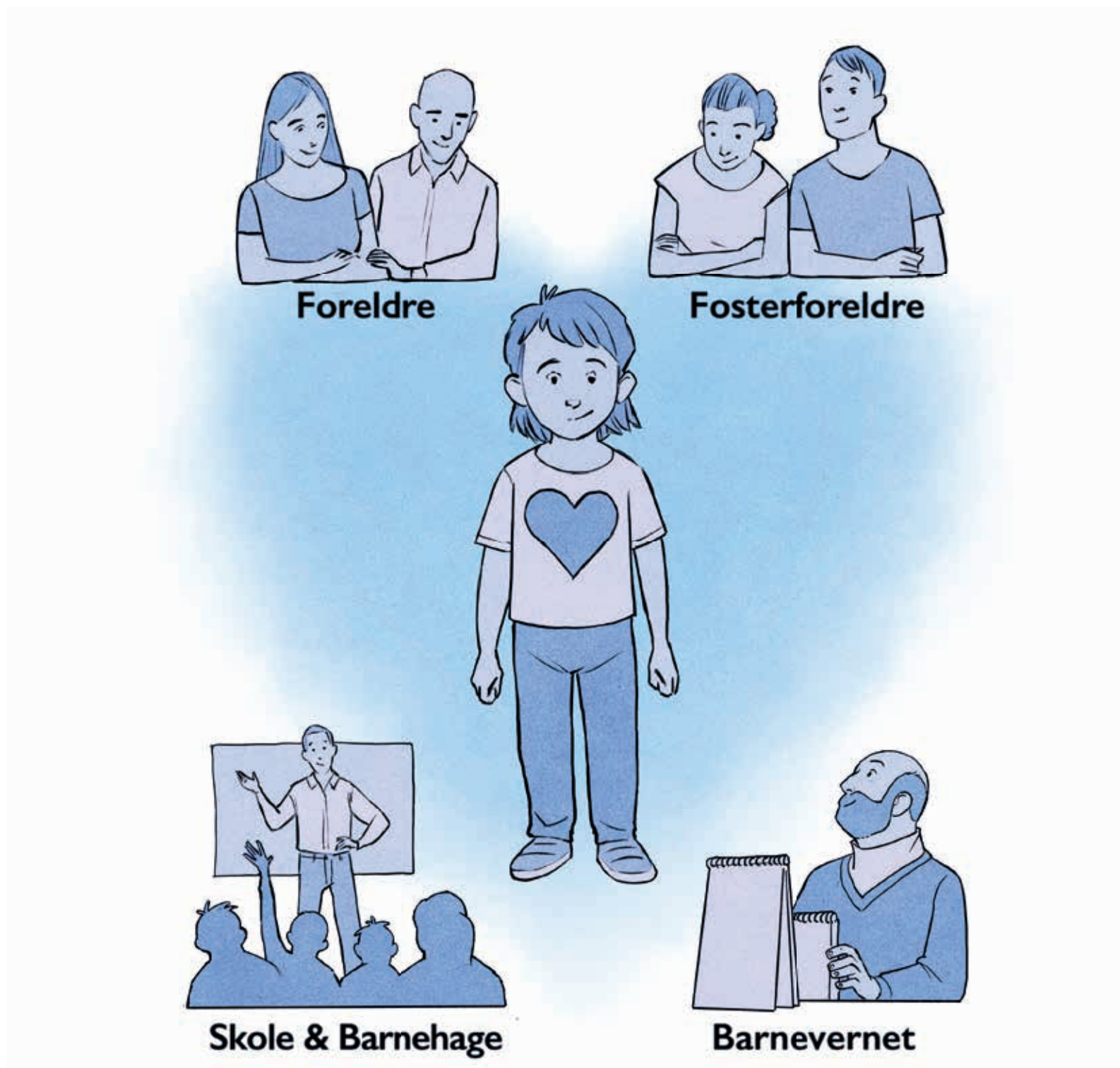
Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan var det for dere å snakke om dagens tema?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Plan for neste samtale.

Oppsummering



EN GOD START



1. Den nye familien
2. Samvær og samarbeid
3. Å ivareta barnet
4. Følelsesregulering
5. Avvisning
6. Den nye familien og veien videre

Plan for samtalen

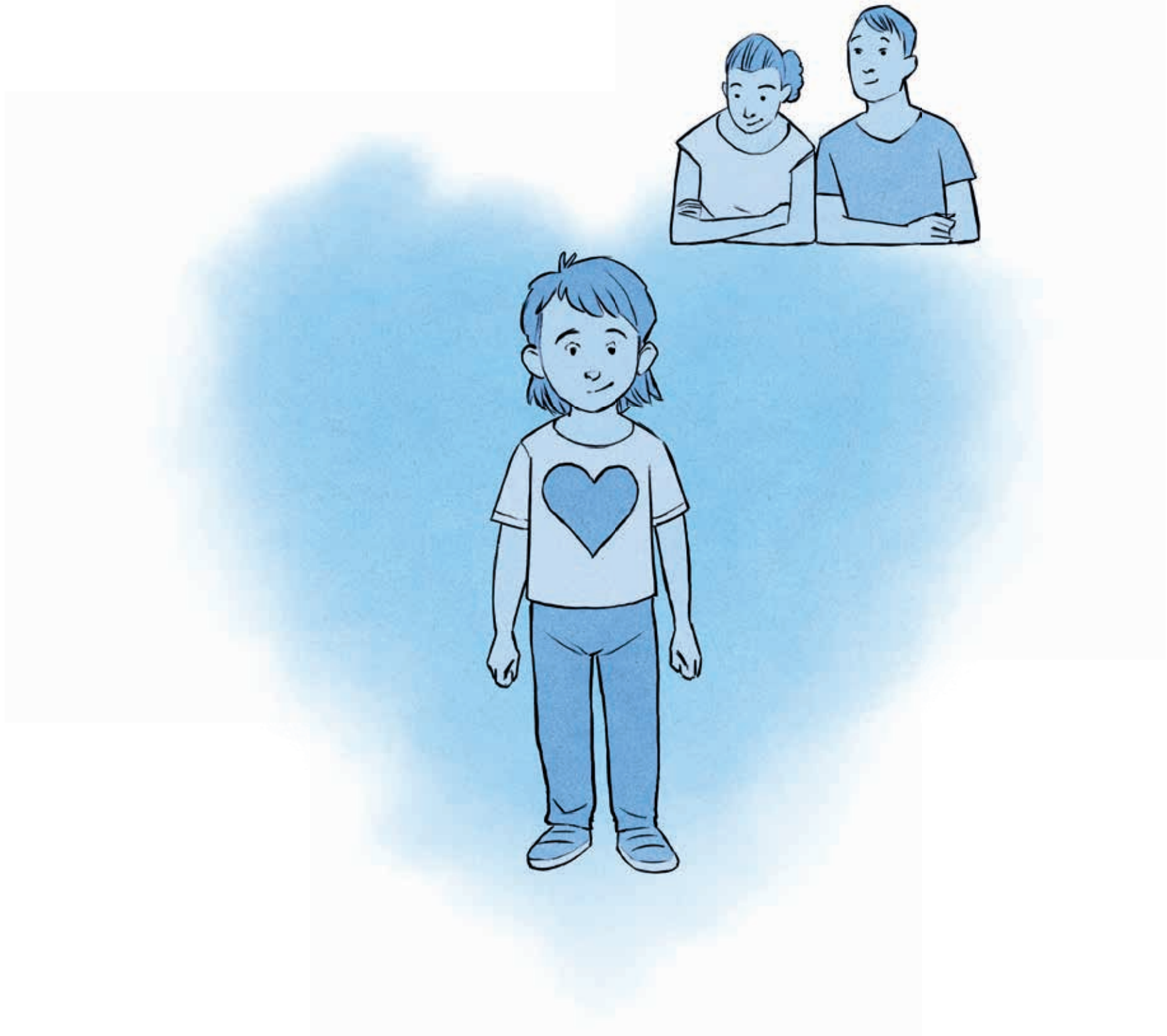
Hensikten med en innsjekk er å skape trygghet, lage en god ramme for samtalen, gjennomgå dagens tema og gi fosterforeldrene anledning til å si hvordan de har det i dag.

Kjernen i denne samtalen er å evaluere og oppsummere oppfølgingen dere har fått gjennom Omsorgspakken, samt avtale videre behov for oppfølging og veiledning.

- Sett av tid dersom:
 - du har informasjon til fosterforeldrene utover dagens tema
 - fosterforeldrene har noe de ønsker å ta opp

Forbered fosterforeldrene på at du må holde på strukturen for å komme igjennom alle temaene for timen.

Plan for samtalen



Hvordan har dere det i dag?

Oppsummering og evaluering

Vi har gjennom Omsorgspakken tatt opp tema som har betydning for den nye hverdagen til barnet, foreldrene og fosterfamilien, for å få til en god start. Vi ønsker gjennom samtalen i dag å få innsikt i hvordan dere har opplevd oppfølgingen.

Ta utgangspunkt i den skriftlige dokumentasjonen du har fra oppfølgingen. Oppsummerer kort hva vi har vært gjennom i Omsorgspakken.

- Den nye familien
- Samvær og samarbeid
- Å ivareta barnet
- Følelsesregulering
- Avvisning

Har temaene i Omsorgspakken vært relevant for dere?

- Har dere i etterkant gjort dere andre refleksjoner om temaene?

Opplever dere at Omsorgspakken har dekket deres behov for oppfølging, og hjulpet dere i de utfordringene dere står i?

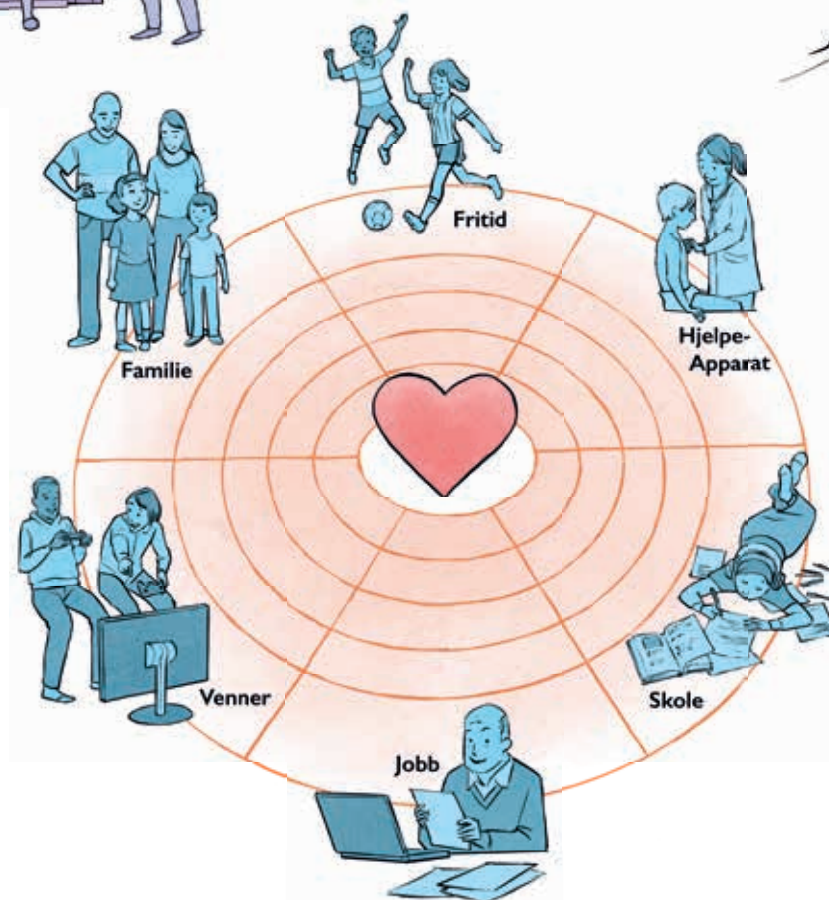
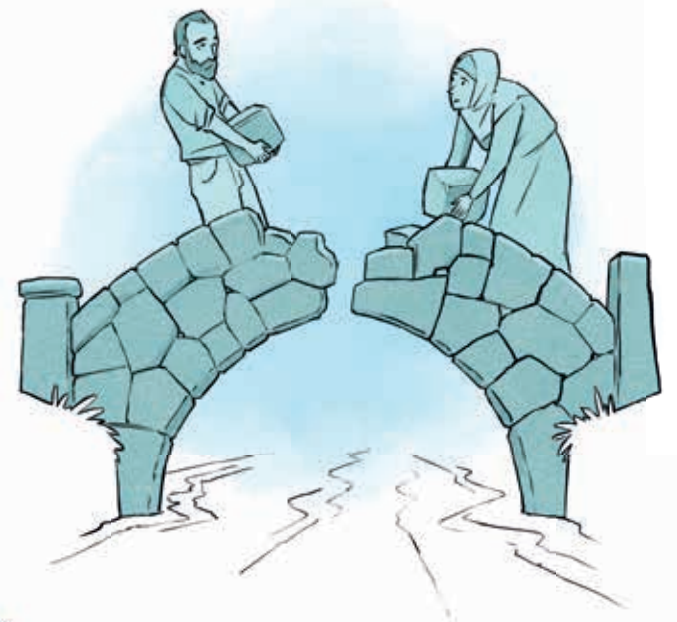
- Hvis ikke, har dere noen tanker om hva som burde vært gjort annerledes?

Opplever dere at Omsorgspakken har bidratt til et godt samarbeid rundt barnet?

- Foreldrene
- Barnevernet
- Andre samarbeidsinstanser (skole, barnehage, ppt, bup etc.)

Gi en kort tilbakemelding til fosterforeldrene fra gjennomføringen av Omsorgspakken til barnet, foreldrene og fosterfamilien, som er viktig for den videre oppfølgingen og samarbeidet.

Oppsummering og evaluering



Oppsummering og evaluering

Vi har gjennom Omsorgspakken tatt opp tema som har betydning for den nye hverdagen til barnet, foreldrene og fosterfamilien, for å få til en god start. Vi ønsker gjennom samtalen i dag å få innsikt i hvordan dere har opplevd oppfølgingen.

Ta utgangspunkt i den skriftlige dokumentasjonen du har fra oppfølgingen. Oppsummerer kort hva vi har vært gjennom i Omsorgspakken.

- Den nye familien
- Samvær og samarbeid
- Å ivareta barnet
- Følelsesregulering
- Avvisning

Har temaene i Omsorgspakken vært relevant for dere?

- Har dere i etterkant gjort dere andre refleksjoner om temaene?

Opplever dere at Omsorgspakken har dekket deres behov for oppfølging, og hjulpet dere i de utfordringene dere står i?

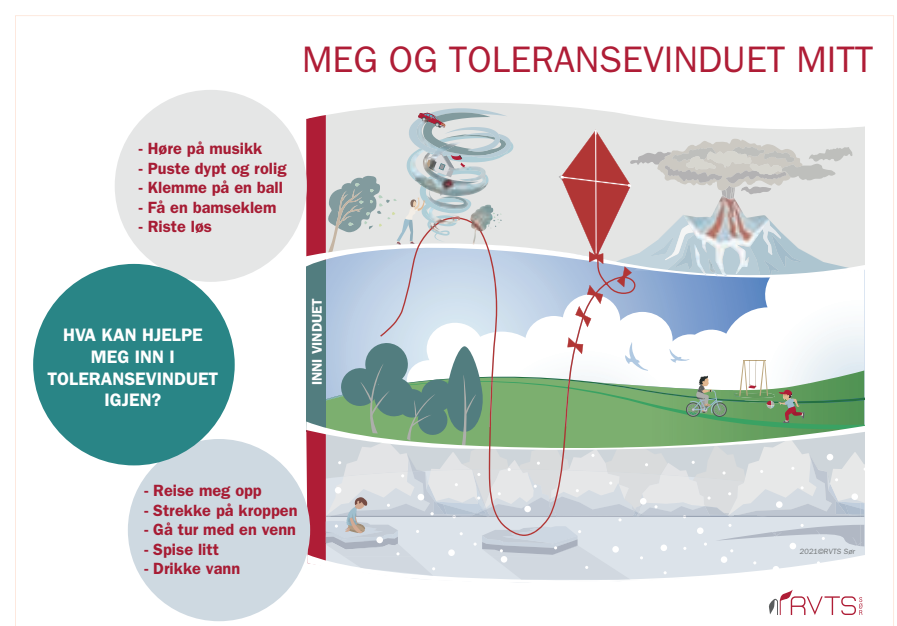
- Hvis ikke, har dere noen tanker om hva som burde vært gjort annerledes?

Opplever dere at Omsorgspakken har bidratt til et godt samarbeid rundt barnet?

- Foreldrene
- Barnevernet
- Andre samarbeidsinstanser (skole, barnehage, ppt, bup etc.)

Gi en kort tilbakemelding til fosterforeldrene fra gjennomføringen av Omsorgspakken til barnet, foreldrene og fosterfamilien, som er viktig for den videre oppfølgingen og samarbeidet.

Tilhørighet og lojalitetskonflikt



Den nye familien, hvordan har dere det nå?

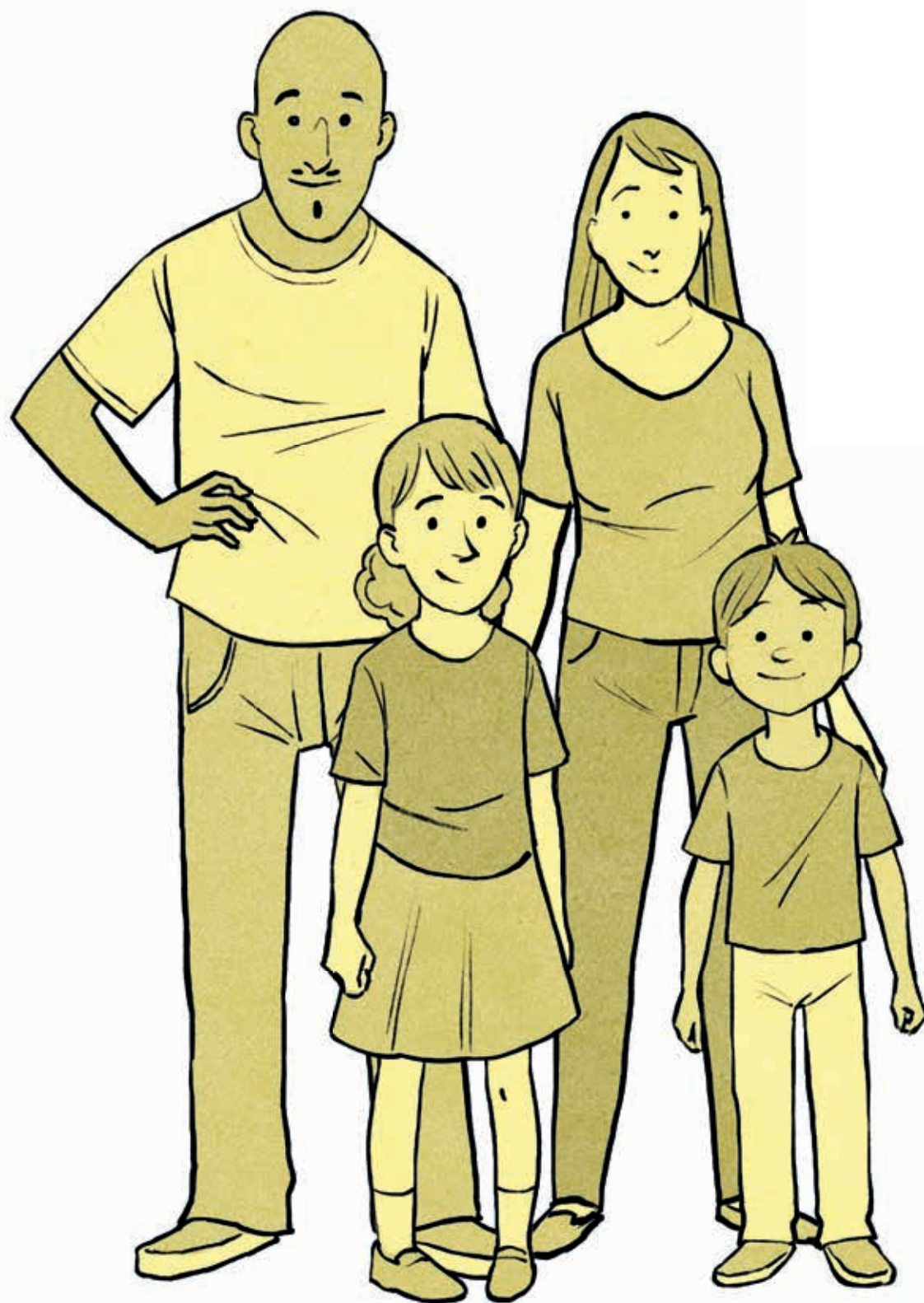
I det første tema snakket vi om hvordan det å bli en fosterfamilie påvirker de ulike familiemedlemmene.

Hvordan er det nå?

Hvordan går det med den enkelte?

- Barnet
- Fostermor
- Fosterfar
- Andre barn i familien (fostersøsken, barn som har flyttet ut)
- Eventuelt andre som bor i huset (andre familiemedlemmer, husdyr etc.)
- Hvordan er samarbeidet med barnets foreldre?
- Hvordan er samarbeidet med barnevernet?

Den nye familien, hvordan har dere det nå?



Oppfølging av barnet

Kunnskapsmodellen «Barnets behov i sentrum» er et verktøy for systematisering av kunnskap og forståelse for barnets utvikling og behov. Gjennom oppfølging og evaluering vil barnevernet sikre at barnets behov og utvikling undersøkes regelmessig i lys av de tre dimensjonene og bidrar til en helhetlig forståelse av barnets situasjon.

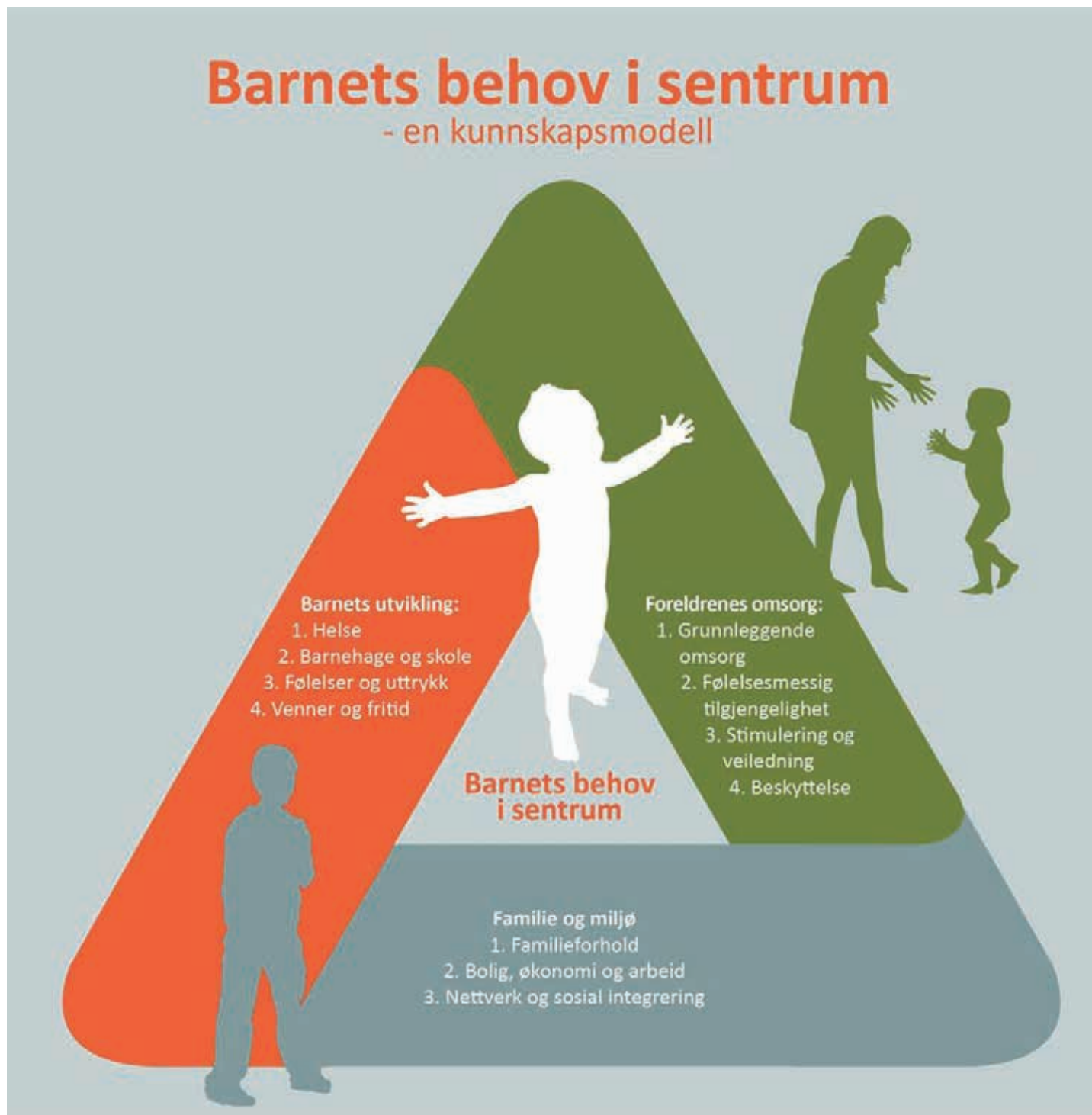
Barnevernets oppfølging av barnet

- Oppfølgingsbesøk
 - Samtaler med barnet videre
- Tilsynspersonen
- Ansvarsgruppe (skole, barnehage)
- Er det behov for utredninger/kartlegginger?
- Er det behov for kontakt med helse (fastlege, BUP, HAB o.l.)?
 - Oppdater plan for oppfølging av barnet

Kontakt med foreldrene

- Fungerer samværsplanen?
 - Er samvær planlagt fremover?
 - Er det behov for evaluering/endring?
 - Er det behov for felles møte?
 - Familieråd?

Oppfølging av barnet



Veien videre

Evaluer og lag ny plan for oppfølging av barnet og fosterfamilien.
Hvordan vil kontakten med barnevernet og andre være fremover?

Barnevernets oppfølging av fosterfamilien

- Hva ønsker dere det skal være særlig fokus på videre?
- Hva vurderer barnevernet det bør være fokus på?
- Hvordan vil oppfølgingen være?
 - Neste oppfølgingsbesøk?
 - Endre plan for oppfølging av fosterfamilien

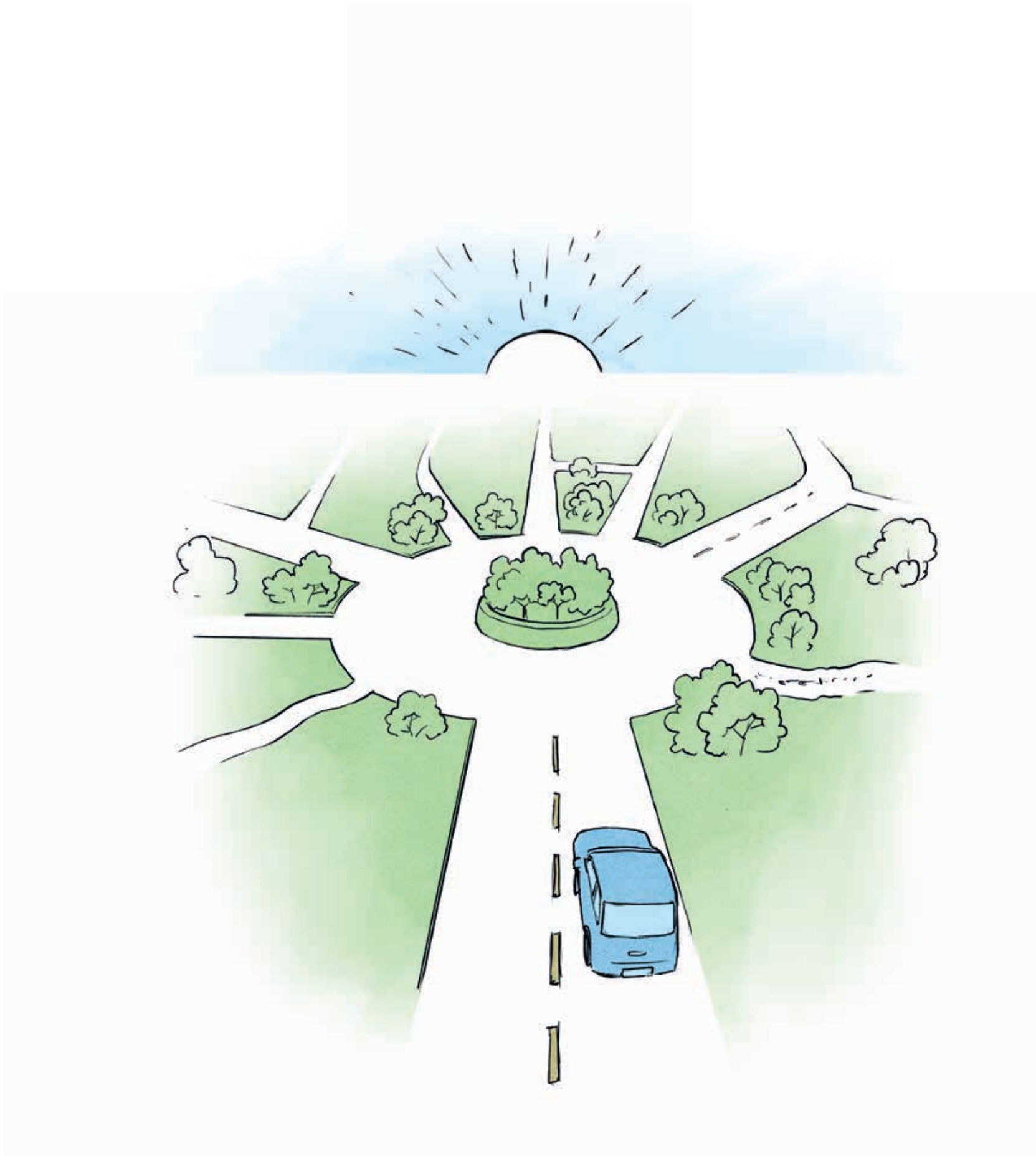
Hvis det er behov for veiledning ut over den generelle oppfølgingen?

- Tema for veiledning
- Hvem veileder og når?
- Evt. gruppeveiledning?

Informer om tilbud til fosterhjem

- Kommunale tilbud til fosterhjem
- Statlige tilbud; Bufetats videreopplæringsmoduler
- Fosterhjemsforeningen

Veien videre



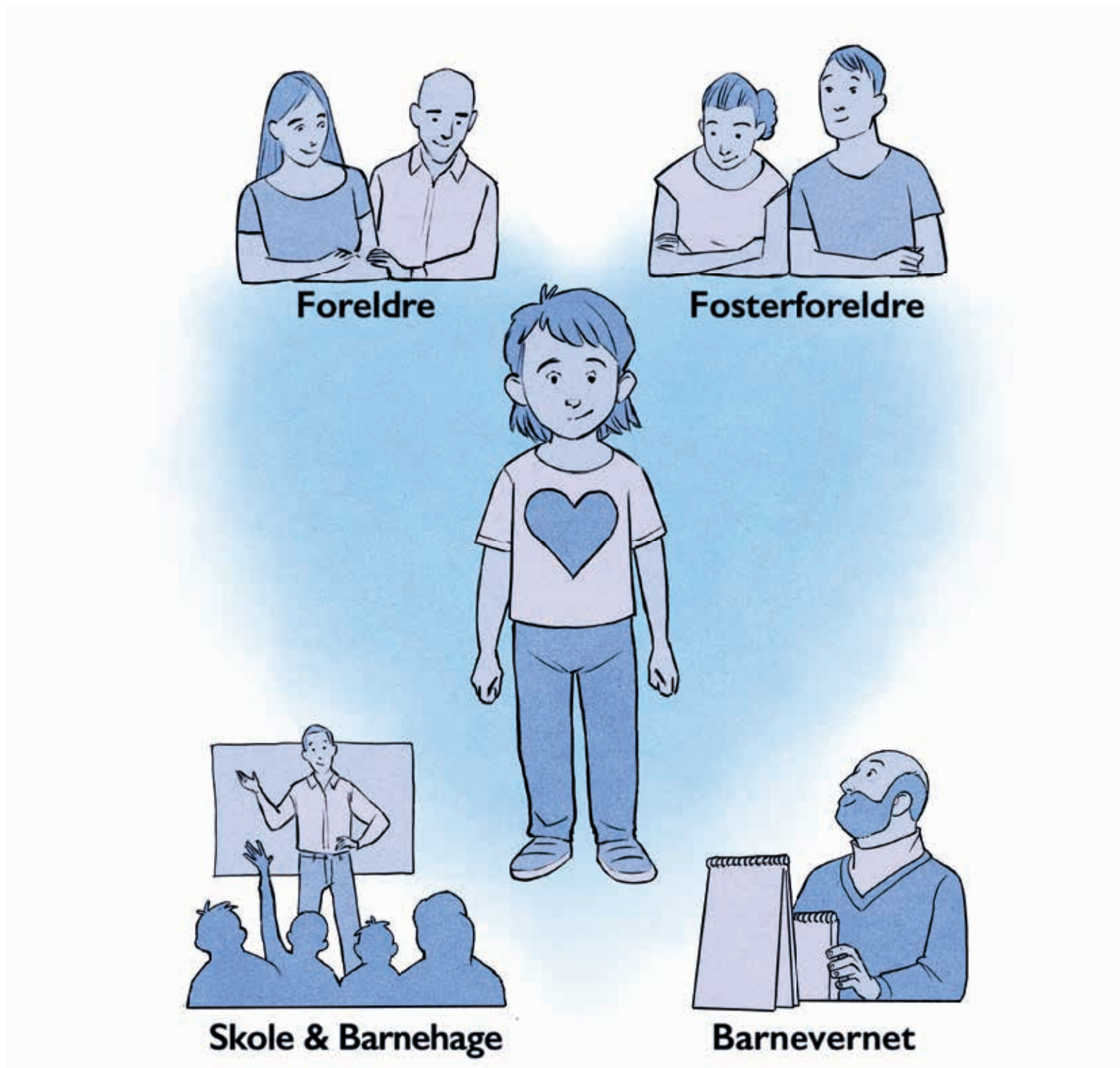
Hva skjer fremover?

Oppsummering

Oppsummering av samtalen.

- Sjekk at det er en felles forståelse av det som er sagt og gjengi kort hva som vil stå i dokumentasjonen.
- Hvordan ble samtalen for dere i dag?
- Gi en tilbakemelding til fosterforeldrene med styrkefokus.
- Lag avtale for neste oppfølgingsbesøk.

Oppsummering



Denne kalenderen er utviklet av:

Prosjekt Fosterhjem - sammen



Haugesund



Utsira



Karmøy



Bokn



Sveio



Tysvær



Etne



Vindafjord



Sauda



Suldal

i samarbeid med

Læringsnettverket i Øvre Telemark



Fyresdal



Kviteseid



Nissedal



Seljord



Tokke



Vinje



Tinn



Notodden



Hjartdal



Midt-Telemark



Nome

Revidering i 2024 er gjort i samarbeid med

Prosjekt Omsorgspakken Trøndelag og Fosterhjemsnettverket i Trøndelag

Tegningene er laget av Stig Saxegaard

Foto: Shutterstock

Materiellets layout og illustrasjoner er inspirert av materialet til Familieveiledningen i Grunnmodell for hjelpetiltak i barneverntjenesten. Det er benyttet samme illustratør.

Digital print/Layout:

 **TELEMARK TRYKK**