

**Karoline Huseby**

---

# **Manualens møte med praksis**

**En studie av COS-P som manualbasert metode**



**Masteroppgave i Familiebehandling  
OsloMet – storbyuniversitetet  
Fakultet for samfunnsvitenskap**

## Sammendrag

**Bakgrunn:** Forskning har vist at barn med utrygg tilknytning til sine foreldre har større risiko for å utvikle mentale helseproblemer. Disse barna har behov for å få bedret sin omsorgssituasjon på et så tidlig tidspunkt som overhodet mulig. Dette kan gjøres gjennom foreldreveiledningsmetoder der foreldrenes sensitivitet og foreldreferdigheter kan styrkes. En slik metode er Circle of Security-Parenting (COS-P). COS-P er et psykoedukativt tilknytningsorientert program der hensikten er å styrke tilknytningen mellom omsorgspersoner og barnet. Programmet følger en manual og er bygd opp av åtte kapitler. Flere og flere fagpersoner benytter den i sitt daglige arbeid med foreldre og familier. Til tross for at COS-P har blitt klassifisert som et sannsynlig virksomt tiltak, er det lite forskning på den faktiske effekten av metoden. Likeledes er det også en foregående debatt om manualbaserte metoder.

**Problemstilling og metode:** Denne masteravhandlingen er en kvalitativ studie om hvordan familierapeuter stiller seg til COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse, og hvilke meninger de har om hva som er virksomt med metoden. For å få svar på problemstillingen gjennomførte jeg et semi-strukturert intervju med syv informanter som hadde erfaring med anvendelse av metoden i praksis.

**Konklusjon:** Funnene ble analysert og diskutert med bakgrunn i det teoretiske grunnlaget, og viser at alle informantene er fleksible i sin bruk av manualen. I varierende grad anvender familierapeuter skjønn i sin profesjonsutøvelse. Funnene indikerer at bruken av metoden har sammenheng med terapeutenes kunnskap, tidligere erfaringer, interesser, andre metoder og foreldrenes situasjon. COS-P fremstår videre som en refleksjonsorientert metode. Til tross for dette viser funnene andre viktige virkningsmekanismer ved anvendelse av COS-P i familierapeutenes profesjonsutøvelse. Disse inkluderer det å ha en systematikk, relasjonen mellom klient og terapeut, trening og klientorienterte faktorer.

## Abstract

**Background:** Research has shown that children with insecure attachment patterns have greater risk of developing mental health problems. These children are in need of improved care as quickly as possible. This can be done through parental guidance methods where parents' sensitivity and parenting skills can be strengthened. One such method is Circle of Security-Parenting (COS-P). COS-P is a psycho-educational attachment-oriented program where the purpose is to strengthen the attachment between caregivers and the child. The program follows a manual and consists of eight chapters. More and more professionals are applying it in their daily work with parents and families. Although COS-P has been classified as likely to be effective, there is little research on the actual effect of the method. Likewise, debates concerning manual-based methods itself have previously been a topic of discussion.

**Research question and method:** This master's thesis is a qualitative study of how family therapists adhere to COS-P as a manual-based method in their professional practice, and their opinions on what is effective with the method. To answer this research question, I conducted a semi-structured interview with seven informants who had experience in applying the method in practice.

**Conclusion:** The findings were analyzed and discussed on the basis of the theoretical basis outlined in this thesis, and shows that all the informants are flexible in their use of the manual. The family therapists take discretionary decisions in their professional practice in varying degrees. The findings indicate that the use of the method is related to the therapists' knowledge, past experiences, interests, other methods and the parents' situation. COS-P also appears as a reflection-oriented method. Despite this, the findings shows other important mechanisms when using COS-P in the family therapists' professional practice. These include having a method to rely on, the relationship between client and therapist, training and client-oriented factors.

## Forord

Arbeidet med denne masteroppgaven har vært en svært omfattende og lærerik prosess, og jeg ser frem til å bruke alt jeg har tilegnet meg av kunnskap og erfaringer i arbeid med familier.

Først og fremst vil jeg takke alle informantene som har deltatt i denne studien. Det har vært utrolig spennende og givende å høre dere fortelle om de erfaringene og kunnskapen dere innehar på området.

Tusen takk til veilederen min, Dag Jenssen, for alle gode veiledningstimer, konstruktive tilbakemeldinger og engasjement gjennom hele prosessen.

Videre vil jeg takke familie, kjæreste og venner, som har støttet meg med oppmuntrende ord når jeg har trengt det som mest.

Karoline Huseby, Oslo, mai 2019

OsloMet – storbyuniversitetet , Fakultet for samfunnsvitenskap  
Oslo 2019

# Innholdsfortegnelse

<b>1 Innledning</b> .....	<b>8</b>
1.1 Presentasjon av problemstillingen og målet med undersøkelsen .....	9
1.2 Oppgavens oppbygning.....	9
<b>2 Teoretiske perspektiver</b> .....	<b>11</b>
2.1 Debatten om manualbaserte metoder .....	11
2.2 Teorier om profesjonsutøvelse.....	12
2.2.1 Erfaringer og praksis som forutsetning for utviklingen av profesjonsutøvelse .....	12
2.2.2 Teori som grunnlag for profesjonsutøvelse .....	14
2.2.3 Manualer som grunnlag for kreativ profesjonsutøvelse.....	16
2.2.4 Profesjonsutøvelse og skjønn.....	16
2.2.5 Sammenlikning av de ulike perspektivene på profesjonsutøvelse.....	17
2.3 Hva er COS-P? .....	18
2.3.1 Tilknytningsteorien .....	18
2.3.2 Sentrale temaer i COS-P .....	21
2.3.3 Tidligere studier av COS .....	25
2.4 Virkningsmekanismer i foreldreveiledning .....	28
2.4.1 En systematikk og metode som virkningsmekanisme .....	28
2.4.2 Betydningen av relasjonelle faktorer .....	29
2.4.3 Mengdetrening og anvendelse av metoden i praksis .....	29
2.4.4 Klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon.....	30
2.4.5 Sammenfatning .....	31
<b>3 Forskningsmetode og design</b> .....	<b>32</b>
3.1 Interpretivistisk tilnærming.....	32
3.2 Valg av metode .....	32
3.3 Utvalg av informanter.....	33
3.4 Innsamling av datamateriale .....	34
3.5 Analysemetode.....	36
3.6 Metodiske og etiske refleksjoner.....	36
<b>4 Presentasjon, analyse og drøfting av resultater</b> .....	<b>39</b>
4.1 COS-P som manualbasert metode i profesjonsutøvelse.....	39
4.1.1 Valget av COS-P.....	40
4.1.2 Gjennomføring av manualen fra A til Å .....	42

4.1.3 Anvende skjønn i profesjonsutøvelsen .....	43
4.1.4 Tidligere erfaringer, andre metoder og interesser .....	44
4.1.5 Tilpasninger av manualen til foreldrene .....	45
4.1.6 Sammenfatning .....	47
<b>4.2 Hva er virksomt med COS-P som manualbasert metode? .....</b>	<b>48</b>
4.2.1 Systematikk som fundament .....	48
4.2.2. Relasjon og klientkompetanse som grunnpilar .....	49
4.2.3 Trening som et premiss .....	50
4.2.4 Evnen til refleksjon som en forutsetning .....	51
4.2.5 Sammenfatning av virkningsmekanismer i COS-P .....	53
4.2.6 Virkninger av metoden i følge terapeutene .....	53
<b>5 Konklusjon .....</b>	<b>56</b>
<b>6 Litteraturliste .....</b>	<b>60</b>
<b>Vedlegg 1 .....</b>	<b>64</b>
<b>Vedlegg 2 .....</b>	<b>65</b>
<b>Vedlegg 3 .....</b>	<b>67</b>
<b>Vedlegg 4 .....</b>	<b>70</b>

## 1 Innledning

”Always be bigger, stronger, wiser and kind. Whenever possible, follow your child’s lead. Whenever necessary, take charge” (Sitert i Mercer, 2015, s. 383). Dette sitatet er hentet fra foreldreveiledningsmetoden Circle of Security - Parenting (COS-P), der formålet er å øke foreldrenes sensitivitet og styrke tilknytningen mellom barn og foreldre (Mercer, 2015). Foreldreveiledning er generelt viktig for å sikre gode oppvekst- og omsorgsbetingelser for barn, styrke foreldreferdigheter og utvikle trygg tilknytning. Forskning har vist at barn med utrygg tilknytning til sine foreldre, har større risiko for å utvikle mentale helseproblemer. Det er derfor viktig at disse barna får en bedre omsorgssituasjon på et så tidlig tidspunkt som mulig (Grøholt, Garløv, Weidle & Sommerschildts, 2015).

COS-P er en av de metodene som bygger mest på tilknytningsteorien, og har til hensikt å styrke tilknytningen mellom omsorgspersoner og barnet. Det er et psykoedukativt og tilknytningsorientert program der kunnskap om barns utvikling, tilknytning og behov, skaper en bevisstgjøring over hvordan foreldrenes egen atferd påvirker samspillet. Det eksplisitte målet er at foreldrene lærer å se barnet på en positiv måte og øke deres refleksjonsevne over barnets behov og atferd (Powell, Cooper, Hoffman & Marvin, 2015).

Videre er COS-P et manual- og videobasert program som inneholder videoklipp og manuskript som ulike profesjonsutøvere kan anvende i sitt arbeid (Drugli, 2012). Hvordan fagpersoner velger å benytte manualer, kan si noe om deres profesjonsutøvelse. Det kan ha sammenheng med hvor fleksible de er i bruk av metoder og anvendelse av skjønn i praksis. I tillegg kan tidligere erfaringer, andre metoder og terapeutens interesser ha innvirkning på anvendelsen av manualer. Det er også en pågående debatt om manualbaserte metoder. Denne handler blant annet om hvorvidt bruk av manualer underminerer eller styrker den profesjonelles skjønn, og i hvilken grad det påvirker den terapeutiske alliansen (Grimen & Terum, 2009; Stafset, Gomes & Arnberg, 2011).

Hvordan COS-P og andre manualbaserte programmer blir benyttet av profesjonsutøvere kan ha betydning for hvordan metoden faktisk virker. Det kan tenkes at det er ulike virkningsmekanismer som ligger til grunn. En Fafø-rapport fra 2016 kalt



”Foreldreveiledning – virker det?” undersøkte om ulike foreldreveiledninger har effekt. Ett foreldreveiledningsprogram som rapporten tok for seg var COS-P. Rapporten indikerte at tidligere studier har vist lovende resultater av COS-P, men at det er behov for mer forskning på området (Bråten & Sønsterudbråten, 2016).

## **1.1 Presentasjon av problemstillingen og målet med undersøkelsen**

I en kartlegging gjennomført av Brandtzæg og Torsteinson i 2014 av 423 veiledere i COS-P, oppga 90% at de brukte COS i sitt daglige arbeid (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). En annen kvalitativ studie i Norge viste at COS-P var et nytt verdifullt verktøy fagpersoner kunne benytte i sitt arbeid med klienter (Berntsen & Holgersen, 2015). Likevel har det vært lite vitenskapelig forskning på effekten av COS-P i Norge og hvilke virkningsmekanismer som er tilstede. Det kan dermed være nyttig å undersøke hvordan fagpersoner anvender denne manualbaserte metoden i sin profesjonsutøvelse og hva de mener er virksomt med den. Debatten om manualbaserte metoder er i den sammenheng interessant med tanke på hvilke konsekvenser dette har for profesjonsutøvelsen. På bakgrunn av dette formulerte jeg følgende problemstilling:

**Hvordan stiller familierapeuter seg til COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse, og hvilke meninger har de om hva som er virksomt med metoden?**

Det kan være nyttig å undersøke hvordan terapeuter bruker slike metoder. Eksempelvis kan det tenkes at de har ulik grad av frihet ved bruk av manualen. Dette vil dermed ikke være en årsaks- og effektstudie, men en kvalitativ studie sentrert rundt terapeuters oppfatninger og tanker.

## **1.2 Oppgavens oppbygning**

I første del av oppgaven vil jeg gå inn på teorien og empirien som blir bakteppet for videre drøfting og analyse. Dette involverer debatten om manualbaserte metoder, teorier om profesjonsutøvelse, en presentasjon av COS-P med sentrale temaer og tidligere forskning, samt teori om virkningsmekanismer ved behandling og terapi. Teorien blir lagt fram på denne måten for å sørge for best mulig overenstemmelse mellom problemstillingen og det teoretiske grunnlaget. I beskrivelsen av COS-P som metode har

jeg i hovedsak valgt å bruke boka *Trygghets sirkelen* (Powell, et al., 2015), siden den er skrevet av grunnleggerne av metoden og tar for seg COS på en omfattende og detaljert måte.

Deretter vil jeg redegjøre for forskningsdesignet som har blitt brukt i denne masteravhandlingen, inkludert utvalgsprosessen, datainnsamlingen og analysemetoden. Undersøkelsen er en kvalitativ studie preget av en interpretiv tilnærming.

I siste del av oppgaven vil jeg presentere, diskutere og analysere funnene mine ut fra problemstillingen. Første del av analysen tar for seg debatten om manualbaserte metoder og teorier om profesjonsutøvelse for å kunne drøfte hvordan familieterapeuter stiller seg til COS-P som manualbasert metode. Andre del av analysen tar utgangspunktet i hvilke meninger familieterapeuter har om hva som er virksomt med COS-P, med tilhørende teori om COS-P og virkningsmekanismer i terapi og veiledning. Til slutt vil en konklusjon og diskusjon foreligge, samt noen refleksjoner knyttet til denne studiens bidrag til senere forskning.

## 2 Teoretiske perspektiver

Oppgavens teoridel skal bidra til å gi en teoretisk forståelse av problemstillingen.

Teoriforståelsen danner grunnlag for det analysearbeidet som skal gjøres på bakgrunn av den kvalitative undersøkelsen som er foretatt. Første del av problemstillingen tar for seg hvordan familierapeuter stiller seg til COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse. Teori knyttet til dette vil være debatten om manualbaserte metoder og teorier om profesjonsutøvelse. Andre del av problemstillingen tar utgangspunkt i hva som er virksomt i COS-P-metoden. Her vil tilknytningsteorien, sentrale temaer i COS-P, samt virkningsmekanismer i veiledning og terapi være bakgrunnen.

### 2.1 Debatten om manualbaserte metoder

I de seneste årene har det vært debatt om bruken av manualer, og hvorvidt dette sikrer kvaliteten i sosialt arbeid. Grimen og Terum (2009) stiller spørsmålet om økt manualisering vil underminere skjønnnet eller om det vil styrke skjønnnet. Det kan argumenteres for at det er fare for at manualbruk kan binde utøveren og undergrave kompetansen deres. Kan metoden dermed brukes universelt? Vil bruk av manualer styrke eller svekke den terapeutiske alliansen? Manualbaserte metoder er videre nært knyttet til evidensbasering. Evidensbasering handler om hvorvidt intervensjoner virker og om å sikre godt begrunnet kunnskap. Kunnskapen skal være objektiv ved at den er fri fra personlige verdier og egeninteresse (Munro, 2014).

På den ene siden kan manualer gi retning og struktur. I manualer blir hovedelementene presentert i en naturlig rekkefølge, som gir fagpersoner en ramme å forholde seg til. Det kan føre til en mer fokusert tilnærming (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011). Forskere har argumentert for økende anvendelse av manualer for å styrke det sosiale arbeidet. Et argument er at sosialarbeidere kan benytte vitenskap og evidensbasert erfaring gjennom manualer (Svanevie, 2011). Dette kan også gi en trygghet for terapeuten ved å ha noe å støtte seg til. Börjeson og Börjeson (2015) hevder at de metodene som anbefales er basert på evidensbasert kunnskap, men at profesjonsutøveren i tillegg kan være kreative i sin bruk av metoden. Ut fra dette perspektivet på manualer kan fleksibel bruk være avgjørende for å skape en god relasjon til klientene. Det kan argumenteres for at riktig anvendelse av manualene i seg selv forutsetter individuell tilpasning til klientenes behov (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011).

På den andre siden kan man tenke at manualer og retningslinjer er ødeleggende for den terapeutiske alliansen (Kjøbli & Ogden, 2013). Det er en fare at terapeuten blir for bundet til manualen og at terapeutiske ferdigheter og kompetanse blir undergravet av økt manualisering. Videre er det ikke noen entydige bevis på at noen metoder fungerer bedre enn andre (Börjeson & Börjeson, 2015). Et annet argument er at manualer kan utføres av ”alle” uten noen krav til terapeutisk kompetanse (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011).

Oppsummert er det svært ulike syn på hvor viktige manualer og retningslinjer er for kvaliteten i sosialt og familierapeutisk arbeid. Det kan dermed diskuteres om manualer er et kart som terapeuten kan bruke eller om det er en tvangstrøye som undergraver betydningen av terapeutiske og mellommenneskelige evner (Sundelin, 2013). En nærmere forståelse av dette presenteres i teorier om profesjonsutøvelse nedenfor.

## **2.2 Teorier om profesjonsutøvelse**

I denne delen av teorigapittelet forklares og sammenliknes ulike syn på profesjonsutøvelse og hva teoretikere mener om manualer og bruk av metoder. De ulike forståelsesmåtene jeg har valgt ut er femtrinnsmodellen til Dreyfus og Dreyfus (1986), Schön (1991) sin hypotese om ”reflection in action”, Grimen om skjønn og forholdet mellom teori og praksis (Grimen, 2008; Grimen & Terum, 2009), samt Börjeson og Börjeson (2015) sitt perspektiv på manualbruk. Dette er relevant i forbindelse med hvordan familierapeuter bruker og forstår sin egen profesjonsutøvelse ved anvendelse av COS-P-manualen.

### **2.2.1 Erfaringer og praksis som forutsetning for utviklingen av profesjonsutøvelse**

I sin femtrinnsmodell presenterer Dreyfus og Dreyfus (1986) ulike faser i læring av ferdigheter. Modellen beskriver en progresjon fra nybegynnerstadiet til ekspertstadiet, der kunnskap og ferdighetene har blitt en fullt ut integrert del av oss på det sistnevnte stadiet. En nybegynner blir beskrevet som sterkt regelstyrt, mens en ekspert tenker intuitivt, handler ikke etter regler og er løslatt fra manualen. Videre kreves erfaring for å opprettholde ”know-how”, men denne kan også forsvinne gjennom manglende aktivitet og praksis (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 17). Profesjonsutøveren må fortsette å skaffe seg erfaringer for å opprettholde posisjonen som ekspert. Dreyfus og Dreyfus hevder dermed

at mennesker tilegner seg og lærer ferdigheter gjennom instruksjoner og erfaringer. Siden de beskriver fem steg i modellen, som forutsetter erfaring og utøvelse av kunnskap for å flytte seg ett steg, kan dette indikere at en person ikke direkte kan gå fra nybegynner til ekspert (Dreyfus & Dreyfus, 1986).

Stadiene fra lavest til høyest i femtrinnsmodellen kalles nybegynner, avansert begynnere, kompetent utøver, kyndig utøver og ekspert. Som nybegynner beskriver Dreyfus og Dreyfus (1986) at personen følger regler og instruksjoner, og samtidig mangler en opplevelse av sammenheng over oppgavene som gjøres. Nybegynneren bedømmer egen utførelse ut fra hvor godt han eller hun følger reglene. Med betraktelig erfaring i ekte situasjoner utvikler nybegynneren seg til en avansert begynnere, og utførelsen bedres deretter. Den avanserte begynnere tilegner seg ferdigheter gjennom konkrete situasjoner og mestrer bedre å oppfatte likheter med tidligere eksempler og situasjoner. Dette vil si at den avanserte begynnere styres litt mer av erfaring enn regler (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 22-23). Den kompetente utøveren har derimot lært seg en prosedyre av beslutningstaking, og vet at når en bestemt situasjon består av en spesifikk sammensetning av faktorer, burde en viss konklusjon bli tatt, en beslutning valgt eller en forventning undersøkt. Som kompetent utøver velger personen en plan for å organisere situasjonen og undersøker de viktigste faktorene basert på evnen til prioritering. Personen føler seg i tillegg mer emosjonelt involvert i valget som tas (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 26). Med erfaring utvikler personen seg til en kyndig utøver. Denne type utøver opplever og erfarer situasjonen på en spesifikk måte ut fra tidligere hendelser. Den kyndige utøveren har opplevd lignende situasjoner tidligere, og gjenkjenner nye situasjoner intuitivt og umiddelbart (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 28). I tillegg beskriver Dreyfus og Dreyfus (1986) at intuisjon og analyse står i et vekselvirkningsforhold for en kyndig utøver. Intuisjon eller know-how blir definert som en forståelse som umiddelbart oppstår ved likheter med tidligere erfaringer. Handlingene til fagpersonen er preget av raske intuitive koblinger mellom tidligere erfaring og nye situasjoner (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 29). Når en fagperson handler som ekspert vet han eller hun hva som må gjøres basert på modning og praktisk forståelse. Ferdigheten er dermed en del av personen og eksperten gjør det som normalt fungerer (Dreyfus & Dreyfus, 1986, s. 30). Med ekspertise kommer også rask utførelse. Eksperten får raskt en oppfatning av hva som er den beste beslutningen, strategien eller handlingen, uten å bruke lang tid på å evaluere og sammenlikne alternativer. Handlingen til utøveren er i tillegg basert på en helhetlig

vurdering av situasjonen (Dreyfus & Dreyfus, 1986). Dreyfus og Dreyfus (1986) påpeker videre det faktum at dersom utøveren tar seg tid til å tenke eller blir opphengt i den ene eller andre teknikken, så vil personen stå fast mens han eller hun tenker.

Schön (1991) kan sies å ha mye til felles med Dreyfus og Dreyfus med tanke på at kunnskapen er integrert i utøveren. Schön skiller mellom ”knowing-in-action” og ”reflection-in-action”. Med ”knowing-in-action” henviser Schön til handlinger der man ikke trenger å tenke under utførelsen. Disse handlingene har blitt internalisert hos personen, og mennesker klarer svært sjeldent å beskrive hvorfor vi vet hva vi skal gjøre (Schön, 1991, s. 54). Utøveren utvikler med erfaring et repertoar av forventninger, bilder og teknikker. Fagpersonen lærer hva han eller hun skal se etter og hvordan respondere til hva som blir funnet. Dersom erfaringene er stabile og utøveren møter lite variasjoner i saker, hevder Schön at dette kan føre til at utøveren blir mindre usikker og at ”knowing-in-action” øker (Schön, 1991, s. 60). ”Reflection-in-action” kan oversettes til refleksjon under handling. Schön (1991) forklarer at dette oppstår i situasjoner der profesjonelle må håndtere faktorer som blant annet usikkerhet, ustabilitet og verdikonflikter. Med dette kan det argumenteres for at dersom situasjoner går som forventet, trenger ikke fagpersonen å reflektere over sine handlinger i like stor grad. Dersom utøveren står overfor en usikkerhet er det derimot nødvendig med større grad av refleksjon og eventuelt justering. Dette kan sammenliknes med Dreyfus og Dreyfus femtrinnsmodell og ekspertstadiet.

### **2.2.2 Teori som grunnlag for profesjonsutøvelse**

Grimen er derimot ikke så opptatt av læringsprosesser, men det er likevel likhetstrekk mellom Grimen, Schön og Dreyfus og Dreyfus’ tenkning om profesjonsutøvelse. Det kan argumenteres for at Grimen mener at profesjonsutøvere plukker ut elementer fra et større univers av kunnskap de har opparbeidet seg. Grimen snakker videre om teoretisk og praktisk syntese (Grimen, 2008).

Grimen påpeker at i alle profesjoner oppstår det et problem med forholdet mellom teori og praksis. For det første må teoretisk kunnskap anvendes, og anvendelsen av teoretisk kunnskap er en type praksis som bare i begrenset grad kan styres av regler. Han påpeker også at det finnes mye praksis som ikke lar seg begrunne teoretisk. På grunnlag av at

profesjoners kunnskapsbasis vanligvis er heterogen, finnes det flere typer forhold mellom teori og praksis i profesjonell yrkesutøvelse. Forholdet mellom teori og praksis kan derfor ikke bare forstås på en måte (Grimen, 2008, s. 74).

Grimen beskriver videre to klassiske modeller for å forstå forholdet mellom teori og praksis. Den første modellen betrakter praktisk kunnskap som anvendelse av teori. Det vil si at praksis er omsatt teori. Dette impliserer at i anvendelsen blir teoretisk kunnskap fortolket på bestemte måter. Profesjonsutøveren må derfor også velge ut hvilke elementer som er passende for situasjonen. Grimen forklarer at praksis har en egenlogikk som skyldes at man i enhver handlingssituasjon eksplisitt eller implisitt må foreta skjønnbaserte beslutninger. Disse står i mer eller mindre overensstemmelse til den teoretiske kunnskapsbasen man handler ut fra. Den andre modellen sier at teoretisk kunnskap flyter på et underlag av praksis. Det vil si at praktisk kunnskap blir primær. Teorien springer ut av praktisk kunnskap, uten å kunne løsrives fra denne (Grimen, 2008, s. 75). Praktisk kunnskap kjennetegnes videre av at kunnskapens form og innhold ikke lar seg løsrive fra dem som har den og fra de situasjoner hvor den blir lært og anvendt. Praktisk kunnskap opptrer med merker som viser hvor den kommer fra, hva de anvendes på og hvem som har den (Grimen, 2008, s. 76).

Grimen skiller i tillegg mellom teoretiske og praktiske synteser. En teoretisk syntese går ut på at det som integrerer forskjellige kunnskapselementer i en profesjons kunnskapsbase, er en omfattende teori. Hvis det som integrerer elementene i en profesjons kunnskapsbase er de fordringer som profesjonenes yrkesutøvelse stiller, har vi en praktisk syntese (Grimen, 2008, s. 72). Grimen hevder videre at profesjoners kunnskapsbaser i stor grad er heterogene, at de i stor grad er fragmentert og at de forskjellige elementene er integrert som praktiske, ikke teoretiske synteser. I følge Grimen (2008) er det viktigste argumentet for at profesjoners kunnskapsbaser er heterogene, at profesjonell yrkesutøvelse, i alle fall i den klientorienterte profesjonen, må anvende kunnskap fra mange felter i de fleste tilfeller. At profesjonskunnskap er fragmentert går ut på at den er satt sammen av elementer fra forskjellige kunnskapsfelt. Når kunnskapsbasen er heterogen, vil den også være teoretisk fragmentert (Grimen, 2008, s. 73). Videre er ikke de forskjellige elementene i profesjonskunnskap satt sammen av en omfattende teori, men av de kravene som den praktiske yrkesutøvelsen stiller

(Grimen, 2008, s. 74). Her er Grimen svak med Schön, og Dreyfus og Dreyfus sin tankegang.

### 2.2.3 Manualer som grunnlag for kreativ profesjonsutøvelse

Börjeson og Börjeson (2015) legger fram et annet perspektiv på profesjonsutøvelse og manualbruk i deres bok *Förstå socialt arbete*. De diskuterer blant annet om det har noen betydning hvilken person klienten møter, hvilken person sosialarbeideren møter og relasjonen mellom dem for resultatet i behandlingen. De undrer seg også over om resultatet hadde blitt annerledes om klienten hadde møtt andre sosialarbeidere: ”Kan man vara objektiv när man är engagerad? (...) Vilket hade blivit resultatet om L hade mött andra socialsekreterare?” (Börjeson & Börjeson, 2015, s. 83). Slik jeg forstår det, kan dette være en feilkilde i behandling og veiledning av klienter. Börjeson og Börjeson mener at dette kan forhindres gjennom bruk av manualer, og de kan derfor sies å ha et positivt perspektiv på manualbaserte metoder. De påpeker at manualer fungerer som metoder å jobbe strukturert ut fra og som kan påvise et tilfredsstillende resultat (Börjeson & Börjeson, 2015, s. 99). Dette vil si at det ikke nødvendigvis er hvilken metode som brukes som er av betydning, men at det brukes en metode. Videre hevder de at kreativ profesjonsutøvelse styrkes dersom den støttes av metodikk, og at kreativitet og personlig engasjement må være basert på en systematikk i bunn. Ved å akseptere manualbaserte metoder, evidensbasering og bruk av kvalitetsindikatorer, sier de også at dette ikke svekker den profesjonelles handlingsrom (Börjeson & Börjeson, 2015). Dette kan sies å være et motstridende perspektiv av Dreyfus og Dreyfus femtrinnsmodell, der det er nybegynneren som følger regler og manualer. Derimot stemmer dette overens med Grimen sitt perspektiv om at praksis er omsatt teori og at teori ligger til grunn for profesjonsutøvelse.

### 2.2.4 Profesjonsutøvelse og skjønn

Et annet aspekt som Grimen er opptatt av er at profesjonell yrkesutøvelse må anvende kunnskap fra mange felter. Det dreier seg ikke bare om anvendelse av kunnskap, men også moralsk, politisk og juridisk skjønn. Helse- og sosialfag er i tillegg satt sammen av en mangfoldig kunnskapsbasis, som gjør at mye avhenger av sosialarbeideren (Grimen, 2008). Grimen og Terum (2009) hevder at profesjonsutøvelse er uløselig knyttet til skjønn. På den ene siden fører dette med seg muligheten for vilkårlighet, uforutsigbarhet,



maktmisbruk og inntrengelse i privatlivet til mennesker. På den andre siden hevder de at det er nødvendig fordi det som skal håndteres ikke kan reguleres og bestemmes i detalj av regler, lover og retningslinjer. I all profesjonsutøvelse må utøveren anvende skjønn. Den profesjonelles rolle er nemlig å avgjøre hva som er riktig i enkelttilfeller basert på generell kunnskap. Allmenne regler ligger bak valgene, men individuell dømmekraft er avgjørende (Grimen & Molander, 2008, som sitert i Fekjær & Skilbrei, 2016, s. 4). Grimen og Terum (2009) argumenterer for at skjønn er en viktig beslutningsmekanisme i situasjoner der generell kunnskap/regler mangler. De hevder videre at skjønn er nødvendig i all anvendelse av generell kunnskap og generelle regler på enkelttilfeller, og at skjønn er en forutsetning for individualisert behandling. Videre påpeker de at det er mulig å diskutere hva som skjer med skjønn hvis evidensbasering innføres (Grimen & Terum, 2009).

### **2.2.5 Sammenlikning av de ulike perspektivene på profesjonsutøvelse**

Teoretikerne har noe ulikt perspektiv på hva som ligger til grunn for profesjonsutøvelse. En av de største forskjellene handler om teorigrunnlag. For Dreyfus og Dreyfus, og Schön er teori er på det laveste nivået. Profesjonsutøveren blir mer løslatt fra teori, metode og manual med økende erfaring og praksis. Grimen derimot er åpen for at teori er svært viktig og anerkjenner i større grad det teoretiske. Han hevder at det ligger en kompetanse hos utøveren der personen plukker ut av ett større repertoar av kunnskap og teori. I likhet med Grimen, legger også Börjeson og Börjeson vekt på nyttiligheten av teorigrunnlaget og at det ligger en systematikk i bunn som forutsetning for kreativ utførelse. Börjeson og Börjeson fremstår følgelig mer positiv og entusiastisk til manualer.

Dreyfus og Dreyfus legger videre vekt på den intuitive eksperten, noe Schön også er enig i. I tillegg sier Grimen at det er elementer av ekspertise, men at teori er involvert i dette. Schön og Dreyfus og Dreyfus legger fokus på utførelsen, mens Grimen er opptatt av hvilke forutsetninger som ligger til grunn. Börjeson og Börjeson kan sies å være konsistent med Grimen, og mener at metoden er et element som profesjonsutøveren bruker, men de er ikke strenge utover dette.

## 2.3 Hva er COS-P?

I denne delen vil det være fokus på COS-P som metode, da det er viktig å forstå metoden og hva som anses som virksomt innenfor COS-P-metodikken. Jeg viser til teori og empiri knyttet til dette, der blant annet tilknytningsteorien og sentrale aspekter ved COS-P blir redegjort for. Deretter gjennomgår jeg fire prinsipielle måter veiledning og behandling kan fungere på; det å ha en systematikk eller metode, relasjonen mellom klient og terapeut, trening, klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon. Begge disse temaene vil være relevant for andre del av problemstillingen som handler om hvilke meninger familierapeuter har om hva som er virkningsfullt med metoden.

### 2.3.1 Tilknytningsteorien

Circle of Security- Parenting er et psykoedukativt program som bygger på tilknytningsteorien. Noe av programmet handler om å gjøre tilknytningsteorien forståelig for omsorgspersoner (Powell, et al., 2015). Tilknytning kan bli definert som et emosjonelt bånd mellom en selv og en spesifikk annen. Dette båndet binder dem sammen og utvikles over tid. Tilknytningsatferd er videre atferd som fremmer nærhet eller kontakt med tilknytningsfiguren. Hos spedbarn kan dette inkludere blant annet klamring, smiling, gråting eller skriking (Ainsworth & Bell, 1970, s. 50).

John Bowlby og Mary Ainsworth ansees begge som grunnleggere av tilknytningsteorien, men Bowlbys syn på utvikling og relasjoner kan sies å ha ført til et paradigmeskifte innenfor feltet (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 2015). Bowlby revolusjonerte tenkningen om et spedbarns bånd til sin mor og forstyrrelser i denne relasjonen gjennom separasjon og atskillelse (Bretherton, 1992). Preget av evolusjonsteorien hevdet han at tilknytning hadde en biologisk funksjon, nemlig å fremme overlevelse (Ainsworth & Bell, 1970, s. 51). Han konkluderte med at det er nødvendig for barns psykiske helse at spedbarn og småbarn opplever å ha en varm, nær og kontinuerlig relasjon til sin mor som gir dem begge glede og tilfredsstillelse (Bretherton, 1992). Bowlby hevdet at spedbarn er predisponert til å utvikle tilknytning til viktige omsorgspersoner (Bowlby, 1969).

Videre anser Bowlby tilknytningsatferd og utforskningsatferd som komplementære atferdssystemer. Han hevder at tilknytningssystemet utvikles fordi barnet søker nærhet til omsorgspersonen for å øke sannsynligheten for overlevelse. Når barn opplever stress,

trøtthet og fare vil tilknytningssystemet aktiveres, og barnet signaliserer etter hjelp med for eksempel å gråte, å bevege seg nærmere omsorgsgiveren eller vise at det ønsker å bli løftet opp. I motsetning aktiveres utforskningsystemet når barnet føler seg trygg og omsorgspersonen er tilgjengelig. Utforskning er nødvendig fordi det tillater barn å lære og utvikle deres forståelse av hvordan verden fungerer (Bowlby, 1969). I sin etiologiske tenkning mente Bowlby at barn og spedbarn opplever separasjonsangst i situasjoner som aktiverer flukt og tilknytningsatferd når tilknytningsfiguren ikke er tilgjengelig (Bretherton, 1992). Barn er avhengig av at omsorgspersonen er en sikker base som de kan utforske fra, og en sikker havn hvor de kan være trygge og motta omsorgen de behøver (Bowlby, 1969).

Ainsworth hevdet at barnets tilknytning til sin omsorgsperson avhenger av i hvilken grad omsorgsgiveren responderer på en sensitiv måte på barnets signaler (Kim, Woodhouse & Dai, 2018). Hun var også svært opptatt av mødrenes sensitivitet overfor et spedbarns signaler og den betydning det har for utviklingen av tilknytningsmønstre (Bretherton, 1992). Ainsworth sine observasjoner og data om tilknytningen mellom mødre og babyer, gjorde at hun klassifiserte tre tilknytningsmønstre ved bruk av det hun kalte fremmedsituasjonen (The Strange Situation). Fremmedsituasjonen foregikk under kontrollerte omgivelser i et laboratorium, med hensikt å observere i hvilken grad barnet brukte moren som en sikker base hvorfra han/hun kan utforske de ukjente omgivelsene, og i hvilken grad barnet aktiverte tilknytningsatferd når en fremmed ankom rommet, samt separasjon og gjenforening med moren. Fremmedsituasjonen bestod totalt av åtte episoder presentert i en standardisert rekkefølge for alle subjektene, med de situasjonene som er forventet å være minst stressende først. Situasjonen ble designet slik at den fremmer utforskningsatferd, men ikke så fremmed at den vekker frykt og økt tilknytningsatferd. Den fremmede nærmet seg i tillegg gradvis for å ikke utløse altfor stressende reaksjoner. Fremmedsituasjonen har til hensikt å være like forstyrrende som hverdagen til spedbarnet (Ainsworth & Bell, 1970). Først ble barnet observert med moren i de ukjente, men ikke altfor truende omgivelsene, for å se hvor lenge barnet går for å utforske lekene i rommet. Mens moren fortsatt er tilstede, ankommer en fremmed og tilnærmer seg barnet gradvis. Etter dette forlater moren rommet, nettopp fordi det er antatt at separasjon fra moren ville føre til mer stress enn tilstedeværelsen av en fremmed. Etter fem minutter returnerer moren og den fremmede går ut av rommet. Moren blir deretter instruert om å få barnet interessert i lekene igjen, for å forsøke å utløse

utforskningsatferd. Dermed foregår en ny separasjon, og barnet blir alene i de ukjente omgivelsene, før den fremmede returnerer før moren (Ainsworth, et al., 2015).

De tre tilknytningsmønstrene Ainsworth definerte gjennom fremmedsituasjonen var trygg tilknytning, utrygg unnvikende tilknytning og utrygg ambivalent tilknytning. Barn med trygg tilknytning er fortvilet under separasjon, lett å trøste ved gjenforening og raskt klar til å gjenoppta aktiv utforskning. Barn som har utviklet utrygg unnvikende tilknytning viser lite tendens til å søke nærhet. De viser lite reaksjoner ved atskillelse, og viser en tydelig unngåelse ved gjenforening gjennom ignorering eller avvisning. Barn med utrygg ambivalent tilknytning viser derimot sterke reaksjoner på adskillelse, ambivalens i atferden mot omsorgspersonen ved sinne eller passivitet, og mangel på å ville bli trøstet (Bretherton, 1990).

En annen kjerne i tilknytningsteorien er det Bowlby har kalt indre arbeidsmodeller av en selv og andre. I det tidlige følelsesmessige samspillet med den primære omsorgspersonen danner barnet indre arbeidsmodeller (Wennerberg, 2011). Dette legger grunnlaget for kvaliteten i relasjoner med andre individer senere i livsløpet (Bretherton, 1990, s. 239). De indre arbeidsmodellene inneholder informasjon fra samspillene med omsorgspersonene, samt opplevelser og emosjoner forbundet med disse erfaringene (Bretherton, 1985). De kan videre bli forstått som mentale representasjoner, eller indre bilder, av selvet og omsorgspersonene (Main, Kaplan & Cassidy, 1985, s. 68).

Ainsworth la merke til en sammenheng som ble selve fundamentet for COS-intervensjonen:

De barna som var tryggest tilknyttet – de som for det meste var fornøyde, lette å trøste når de var ute av seg, og villige til å utforske når de var sammen med sine mødre – hadde mødre som var mest sensitive overfor spedbarns signaler om hva de hadde behov for (Powell, et al., 2015, s. 36).

Gjennom sine studier i Uganda og Baltimore fant hun ut av at sikker tilknytning korrelerte med moderlig sensitivitet. Barn av sensitive mødre hadde en tendens til å være sikkert tilknyttet, mens barn av mindre sensitive mødre hadde større sannsynlighet til å bli klassifisert som usikkert tilknyttet (Bretherton, 1992). COS-P er designet for å styrke

omsorgsgiverens sensitivitet og bevisstgjøre foreldrene på hvordan deres egne barndomsopplevelser kan påvirke deres foreldreoppdragelse (Kim, Woodhouse & Dai, 2018).

### 2.3.2 Sentrale temaer i COS-P

COS-P, som et tilknytningsbasert psykoedukativt program, har altså til hensikt å hjelpe omsorgsgivere til å øke deres kapasitet til å fungere som en trygghet for sine barn. Tanken er at dette styrker foreldrenes sensitivitet og reduserer risikoen for utrygg tilknytning (Cassidy, et al., 2017). Foreldrene får hjelp til å forstå og tolke barnas atferd som et uttrykk for behov og kommunikasjon (Powell, et al., 2015).

COS-P manualen er delt inn i åtte kapitler med ukentlige møter. Hvert kapittel består av omtrent 15 minutter med videoklipp som blir sett og diskutert i løpet av timene.

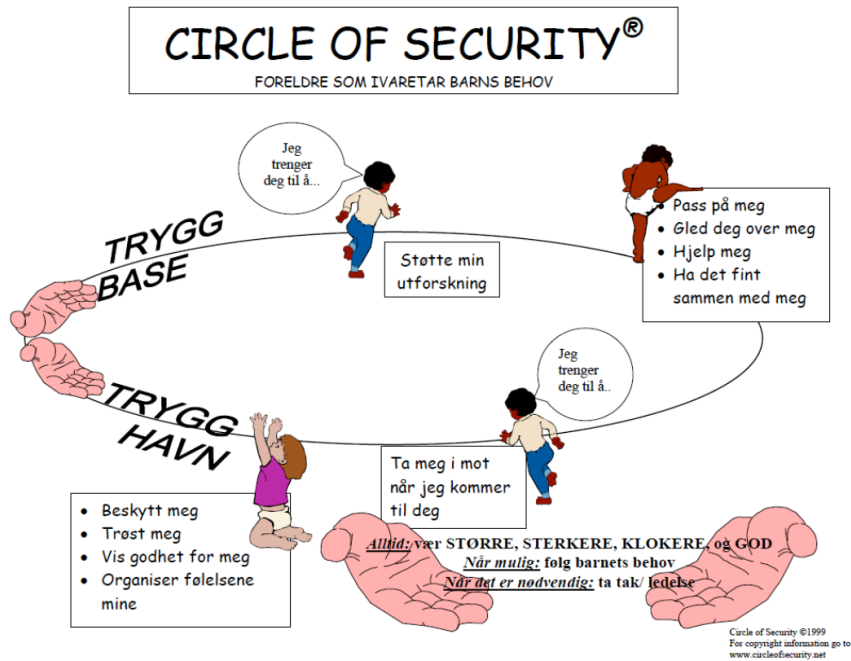
Videoklippene viser interaksjoner mellom foreldre og barn, samt tidligere deltakere som forteller og reflekterer over hva de har lært gjennom kurset. I hvert kapittel er det lagt inn pauser der deltakerne kan stoppe opp og reflektere over innholdet i form av dialog, slik at det gis mulighet for å bearbeide materialet og informasjonen. I manualen blir det også for hvert kapittel forklart overordnede mål, anbefalte og innlagte pauser. Det er en luke for lederstyrt læring, en luke for bearbeiding og en luke med notater til kurslederen.

Manualen informerer om at kurslederen ikke trenger å stille alle spørsmålene som er listet opp da dette kan føles overveldende for deltakerne (Cooper, Hoffman & Powell, 2009). I tillegg påpekes det at det er en balansegang mellom å komme gjennom materialet og våkenhet overfor deltakernes føringer; ”Målet kan ikke nås om man raser gjennom materialet, ei heller om man utelukkende følger deltakernes føringer og unnlater å gjennomgå materialet” (Cooper, Hoffman & Powell, 2009, s. 2).

En av de viktigste oppgavene terapeuten har i løpet av COS-intervensjonen er å få foreldrene til å betrakte atferd som en del av en kommunikativ samhandlingsprosess. Atferden må altså bli forstått som relasjonell, slik at omsorgspersonen forstår og gir mening til den atferden barnet utviser når det forsøker å fortelle noe (Powell, et al., 2015). Slik skal COS bidra til å forbedre samspillet foreldrene har med egne barn, og dermed styrke tilknytningen til barnet for å forebygge utviklingen av vansker (Eng, 2013). Hensikten er å hjelpe omsorgspersonene til å endre sine egne problematiske samhandlingsmønstre som de har med seg fra barndommen ved å tydeliggjøre disse slik

at de blir reflektert over (Powell, et al., 2015, s. 21). Ved å øke foreldrenes kapasitet til å velge samspillsmønstre som dekker barnas tilknytningsbehov, bidrar COS til å utvikle trygge relasjoner. Det skjer gjennom bruk av trygghets sirkelen som en veiledning ved gjennomgang av videoklipp og i reflekterende dialog med foreldrene (Powell, et al., 2015, s. 24). Det langsiktige målet til COS-intervensjoner er å hjelpe barn i alderen 1-6 år med å bli tryggere, utvikle god selvregulering og sosial kompetanse (RBUP, 2014). Foreldrene skal få hjelp til å skape et sunt miljø for sosial, emosjonell, fysisk og kognitiv utvikling for barna (Powell, et al., 2015, s. 24).

Fundamentet i COS-P er trygghets sirkelen (se illustrasjon nedenfor), som skal bidra til forståelse av barnets behov, og hjelpe foreldrene til å fremme trygg tilknytning. Toppen av sirkelen representerer barnets utforsknings system, bunnen av sirkelen representerer tilknytningssystemet, og hendene representerer foreldre som trygg base og trygg havn. Som tidligere nevnt, er utforsknings systemet og tilknytningssystemet gjensidig utelukkende, og barnet vil kontinuerlig veksle mellom disse to systemene. Toppen av sirkelen representerer barnets behov ved utforskning, som innebærer blant annet ”pass på meg”, ”gled deg over meg”, ”hjelp meg” og ”ha det fint sammen med meg”. Funksjonen ved utforskningsatferden er å fremme læring og mestring. Bunnen av sirkelen representerer barnets behov når tilknytningsatferden blir aktivert. Disse behovene er ”å beskytte meg”, ”trøste meg”, ”vise godhet for meg” og ”organisere følelsene mine”. Funksjonen til tilknytningsatferden er trøst og beskyttelse. Å organisere følelsene handler om å hjelpe barnet når de ikke forstår sine egne følelser, og det foregår ved at foreldrene kontinuerlig hjelper barna med å gjenkjenne, sette ord på, gi mening til og håndtere indre opplevelser. De vil dermed senere bli flinke til å mestre følelser alene og i relasjoner. ”Trøst meg” handler derimot om å respondere når barnet er fortvilet (Powell, et al., 2015, s. 53-54). Tanken er at for å utvikle sikker tilknytning, er det viktig at omsorgsgiveren fungerer som en trygg base for utforskning og oppmuntring, og en trygg havn for trøst og beskyttelse (Powell, et al., 2015; Cassidy, et al., 2017).



("Circle of Security"[Bilde], 1999)

Omsorgspersonen må utover å tilfredsstillere disse behovene, være årvåken når det gjelder behov for overgangen fra tilknytningsatferd til utforskningsatferd ("Støtt meg når jeg utforsker"), og fra utforskningsatferd til tilknytningsatferd ("Ta imot meg når jeg kommer til deg"). Barnet bestemmer om det er trygt å utforske omgivelsene basert på signaler fra omsorgspersonen, som for eksempel et blick eller smil, samt tidligere reaksjoner på barnets ønske om å utforske. Barnet vil også se etter tegn fra omsorgspersonen om det er velkommen tilbake, gjennom for eksempel medfølelse blick eller utstrakte armer. I tillegg vil barnet avgjøre å søke trøst med utgangspunkt i om omsorgsgiveren har vært flink til å trøste i tidligere tilfeller (Powell, et al., 2015, s. 53).

Kjernen i å utvikle trygg tilknytning er barnets opplevelse av at omsorgspersonen er emosjonelt tilgjengelig, kalt "å være sammen med" i COS. Barn har et iboende behov for å være sammen med en omsorgsperson som gir beskyttelse, omsorg og nødvendig samhandling. Det å ha en annen som er tilgjengelig for å forstå og regulere vanskelige og forvirrende opplevelser, er nødvendig for utviklingen av selvet. "Å være sammen" betyr også å være kjent og at barnets behov blir akseptert. I det Donald Winnicott omtaler som "holdende miljø", viser omsorgspersonen at alle menneskelige følelser, deriblant sinne, tristhet, skam, nysgjerrighet, glede, frykt og så videre, er normale og akseptable. Å være sammen med et spedbarn som ikke har utviklet evnen til å regulere følelser, betyr å la

barnets følelser vinne gjenklang og å inntone seg på barnets emosjonelle opplevelse (Powell, et al., 2015, s. 61).

Begrepet haimusikk brukes i COS for å forklare det ubehaget og uroen som oppstår i foreldrene som respons på bestemte behov og følelser hos barnet (Powell, et al., 2015). Denne uroen kan være knyttet til egne omsorgserfaringer og hvordan de selv ble møtt som barn. Som en del av COS-intervensjonen er det viktig å identifisere og regulere ens egne kognitive og affektive responser på barnets atferd og følelsesuttrykk, og ikke bare forstå disse (Helle, Boonstra, Broch, Rød & Vøllestad, 2017). Haimusikken kommer ofte i veien for å se barnet innenfra. Målet med intervensjonen er ikke å fjerne foreldrenes forsvarsmekanismer, men å avdekke dem, slik at foreldrene kan velge når de vil bruke forsvarsmekanismene sine. Desto mer utrygge våre tidligere tilknytningsforhold er, desto mer intense og kraftige må forsvarsmekanismene være for at vi skal overleve (Powell, et al., 2015).

Ett annet viktig budskap i COS-P er å være god nok. Metoden fokuserer på at reparasjoner er viktig etter et brudd. Brudd oppstår når omsorgspersonen er på vei ut av sirkelen. Dersom omsorgsgiveren ikke fungerer som en trygg havn der barnet kan tas imot, vil barnet utvikle unnvikende tilknytning. Dersom foreldrene ikke fungerer som den trygge basen som støtte til utforskning, vil barnet utvikle en ambivalent tilknytning. Hvis både den trygge havnen og trygge basen forsvinner, vil omsorgspersonen fremstå som kald, hard og fjern. Dette er motsatt av hva som er ordtaket til COS, nemlig at foreldrene alltid må være større, sterkere, klokere og god. Reparasjon foregår ved at omsorgspersonen kommer tilbake til sirkelen, og fungerer som en trygg base og trygg havn for barnet (Powell, et al., 2015).

COS beskrives også som en mentaliseringsfremmende metode av Brandtzæg, Smith og Torsteinsson (Helle, et al., 2017). Et av målene til COS er å øke foreldrene mentaliseringsevne eller reflekterende fungering. Fonagy med flere definerte mentalisering som individets evne til å forstå eller reflektere over ens egne og andres tanker og følelser, og egne tolkninger av egen og andres atferd (Fonagy, Steele, Steele, Moran & Higgitt, 1991). Innenfor COS handler reflekterende fungering om å ha kapasitet til å se seg selv og andre som adskilte individer, med hvert sitt sinn. Det handler om



evnen til å oppfatte og forstå seg selv og andre ut fra psykologiske tilstander slik som følelser, oppfatninger, intensjoner og ønsker (Powell, et al., 2015, s. 57).

I følge Powell, Cooper, Hoffman og Marvin (2015) skal terapeuten fungere som hender for familiene de møter i COS-kurset. Dette innebærer blant annet at de skal hjelpe foreldre med å akseptere og stå i smertefulle emosjoner, samt gi dem ressurser til å regulere følelsene sine. COS-P-terapeutene skal skape en trygg base og trygg havn for klientene, og samtidig styrke deres refleksjoner og ferdigheter (Powell, et al., 2015). COS-P forutsetter videre at terapeuten har en respektfull holdning til foreldrenes utfordringer i foreldrerollen (Helle, et al., 2017).

### 2.3.3 Tidligere studier av COS

COS-P er som sagt svært utbredt i Norge, men det finnes lite evidens på dens effekt. Nedenfor redegjøres det for noen tidligere studier på COS, hva de sier om effekten av den og om metoden faktisk virker. Forskning hittil tyder på at COS-intervensjoner er egnet for å bedre foreldrefungering og trygg tilknytning (Yaholkoski, Hurl & Theule, 2016). Studiene sier derimot ikke noe om hva som er virksomt med metoden, og det kan være av betydning å undersøke hva familierapeutene i denne undersøkelsen mener er virksomt, og hvilke tanker de har om hvilke virkningsmekanismer som er tilstede ved bruk av COS-P.

Hoffman, Marvin, Cooper og Powell (2006) gjennomførte en undersøkelse om effekten av COS-gruppeintervensjon med pretest-posttest design på høyrisikopopulasjoner. Målet med forskningsprosjektet var å undersøke om COS reduserte uorganisert og usikker tilknytning hos barna. Studien inkluderte 65 foreldre-barn-dyader rekruttert fra Head Start-programmet med barn i førskolealder. Et kriterium var også at familiens økonomi var under fattigdomsgrensen. Kvaliteten på relasjonen mellom foreldrene og barna ble målt og observert i fremmedsituasjonen før og etter at de hadde mottatt COS-intervensjonen. Intervensjonen var basert på en individualisert behandlingsplan for hver dyade, inkludert videotilbakemelding og 20 ukentlige gruppesamtaler på 75 minutter. Til sammen hadde 60% av barna utrygg tilknytning til omsorgspersonen før intervensjonen og 25% hadde det fortsatt etter intervensjonen. 70% av barna med uorganiserte tilknytningsstiler byttet til en av de organiserte tilknytningsstilene, og 44% byttet fra utrygg til trygg tilknytning. Forskjellene før og etter intervensjonen var signifikante

(Hoffmann, et al., 2006). Dette kan indikere at COS-intervensjonen er en viktig mekanisme for endring.

En annen studie av Cassidy, Woodhouse, Sherman, Stupica og Lejuez (2011) undersøkte effekten av COS-HV4 gjennom en randomisert kontrollert studie. Intervensjonen bestod av fire hjemmebesøk der barnet var til stede underveis. Mødrene fikk veiledning på spedbarnets signaler og hvordan de kunne respondere i ulike situasjoner. I tillegg var intervensjonen tilpasset den enkelte med en individualisert behandlingsplan og videotilbakemelding. Fagpersonen måtte fremstå som nysgjerrig, støttende og ikke-dømmende. Målet med studien var å øke sikker tilknytning mellom mødre og irritable spedbarn fra økonomisk stressede familier. Deltakerne i studien var 220 irritable spedbarn, karakterisert av Neonatal Behavioral Assessment Scale (NBAS), og deres økonomisk stressede mødre. Spedbarna ble delt opp i to grupper; moderat irritable og svært irritable. Studien fulgte et pre-postintervensjonsdesign der tilknytningskvaliteten ble målt gjennom fremmedsituasjonen. Fremmedsituasjonen er som tidligere nevnt en måling av barnets tilknytningsmønster. Generelt viste resultatene at de mest irritable spedbarnene hadde en signifikant bedring i sin tilknytningsstatus og endret denne til trygg i 89% av tilfellene, mot 62% i kontrollgruppa som ikke mottok behandlingen. Likevel viste den ingen intervensjonseffekt for de nest mest irritable spedbarna (Cassidy, et al., 2011).

I en nylig studie av Cassidy og medarbeidere (2017) undersøkte de i hvilken grad deltakelse på COS-P-kurs gjør at omsorgspersonen oppnår målet om å øke sensitivitet ovenfor barnets behov og signaler. I tillegg var de interessert i å finne ut av om dette reduserte risikoen for usikker og desorganisert tilknytning, samt atferdsproblemer. Undersøkelsen var en randomisert kontrollert studie av COS-P med barn og deres mødre valgt ut på grunn av lav inntekt og deltakelse i Head Start. Mødrene (n=141; 75 intervensjon, 66 på kontrollgruppa) gjennomførte en måling før kurset, og returnerte til deres barn etter 10-ukers-intervensjon for en måling av utfallet, som blant annet inkluderte fremmedsituasjonen. Resultatene viste en stor effekt på mødrenes responser til barnets stress og signaler, der mødre som hadde deltatt på intervensjonen rapporterte færre ikke-støttende responser (men ikke mer støttende) til barnets stress enn mødrene i kontrollgruppa. Likevel viste studien ingen effekt av intervensjonen på barnets tilknytningsmønster eller atferdsproblemer (Cassidy, et al., 2017).

I 2016 ble det gjennomført en metaanalyse som undersøkte effekten av COS-intervensjonen i forhold til barns tilknytningsmønster, kvaliteten på omsorgen, omsorgspersonens mestringsstro og depresjon. Metaanalysen endte opp med 10 studier som ble kvalifisert på bakgrunn av at de tok utgangspunkt i en versjon av COS og at de ga kvantitative data. Resultatene indikerte middels effekt av intervensjonen på forbedret tilknytningskvalitet, bedre foreldreferdigheter og reduksjon av foreldrenes depresjon. Likevel var det en signifikant effekt på forbedret tro på egen mestringssevne og større trygghet i foreldrerollen. Forskerne konkluderer med at til tross for at studien gir lovende resultater, kreves det mer forskning. Grunnen til dette har å gjøre med begrensningene knyttet til studien. En begrensning ved studien er at det er et fåtall studier som er gjennomført om COS-intervensjonen. En annen begrensning er rettet mot at det er få studier som inkluderer en kontrollgruppe, noe som svekker muligheten til å konkludere med at tiltaket har effekt (Yaholkoski, et al., 2016).

De overnevnte studiene viser at COS-intervensjonen har noe effekt. Den første studien av Hoffman og medarbeidere (2006) fant at det var en signifikant forskjell før og etter intervensjonen. Blant annet var det en reduksjon på antall barn med utrygg tilknytning, og 44% av barna byttet fra utrygg til trygg tilknytning. I den andre studien (Cassidy, et al., 2011) var det en effekt hos de mest irritable barna i form av forbedret tilknytningsstatus. Likevel var det ingen effekt på de moderate irritable barna. Den tredje studien (Cassidy, et al., 2017) fant derimot at COS-P hadde en effekt på mødrenes sensitivitet ovenfor barnets signaler og behov, men ingen effekt på tilknytningsmønster og atferdsproblemer. I metaanalysen med ti studier viste COS-intervensjonen medium effekt på noen områder, men stor effekt på foreldrenes trygghet i foreldrerollen (Yaholkoski, et al., 2016). I Norge ble det gjennomført en kvalitativ studie i 2015 av COS-P, der 11 kvinnelige psykologer i førstelinjetjenesten med flere års erfaring ble plukket ut. Disse deltok på et firedagers kurs der de ble trent opp til å bruke COS-P-DVD i foreldreveiledning. De fleste av informantene mente at de fikk et nytt verdifullt verktøy de kunne bruke i møte med klienter, og at de kunne plukke ut og integrere elementer i tilegnet kunnskap (Berntsen & Holgersen, 2015). COS-P blir også beskrevet som et sannsynlig virksomt tiltak, med evidensnivå 2 på Ungsinn sine sider (Drugli, 2012). Det kan derfor argumenteres for at det er behov for mer forskning på COS-P. Denne studien fokuserer dermed på hvordan familieterapeuter stiller seg til bruk av COS-P som

manualbasert metode, samt hvilke meninger de har om hva som er virksomt med metoden.

## **2.4 Virkningsmekanismer i foreldreveiledning**

For å kunne si noe om virkninger av COS-P som metode, kan det være nyttig å vite hvilke mekanismer som generelt ligger til grunn i veiledningsmetoder. Av flere mulige virkningsmekanismer har jeg valgt å ta for meg følgende; en metode/systematikk, relasjonen mellom klient og terapeut, trening, klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon.

### **2.4.1 En systematikk og metode som virkningsmekanisme**

Börjeson og Börjeson (2015) presenterer en mulig virkningsmekanisme ved terapi og veiledning, da de er svært opptatt av at det er en systematikk og metode i bunn i arbeidet til ulike sosialarbeidere. Forfatterne er positive til manualbruk og forklarer at dette vil øke fortroligheten med utredningsarbeidet. De påpeker at manualer er metoder som profesjonsutøvere kan arbeide strukturert ut fra og som kan sikre at flest mulig får samme type veiledning. Dette kan hindre at blant annet terapeutens interesser, preferanser, tro og verdier påvirker utfallet av veiledningen. Likevel hevder de at det ikke er hvilken metode som brukes som er av betydning, men at det faktisk er en metode (Börjeson & Börjeson, 2015). Videre kan en metode eller manual gi retning og struktur, samt at det er et verktøy profesjonsutøveren kan forholde seg til. Det kan i tillegg argumenteres for at riktig anvendelse av manualer innebærer en fleksibel bruk der den profesjonelle tilpasser etter klientens behov (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011). Börjeson og Börjeson understreker også at profesjonsutøveren kan utfolde sin kreativitet med en metode i grunn (Börjeson & Börjeson, 2015). Det å ha en metode eller systematikk kan videre sikre kvaliteten i arbeidet som gjøres av fagpersoner, da det er basert på vitenskap og evidensbasert erfaring (Svanevie, 2011).

Det å ha en systematikk og metode er et perspektiv på hva som kan være virkningsfullt ved gjennomføring av terapi og veiledning. Likevel har det blitt argumentert for at ved bruk av metoder og manualer kan fagpersonen bli for bundet og risikere å undergrave sin egen kompetanse. Dette kan gjøre at den mellommenneskelige relasjonen forsvinner i

arbeidet (Börjeson & Börjeson, 2015). Denne diskusjonen har blitt redegjort for i teorikapittelet kalt ”2.1 Debatten om manualbaserte metoder”.

#### **2.4.2 Betydningen av relasjonelle faktorer**

Et alternativ til det overnevnte er betydningen relasjonen mellom terapeuten og klienten har for utfallet av behandlingen. I boka *The Heart and Soul of Change* forsøker forfatterne å forstå hva som virker i terapi, og viser at det er klienten som skal ha æren for endringene som skjer i løpet av terapien. De hevder også at kvaliteten på relasjonen mellom klienten(e) og terapeuten er mye viktigere enn den metoden eller teknikken som terapeuten bruker (Duncan & Sparks, 2015).

Klient – og resultatstyrt praksis (KOR) har blant annet tatt utgangspunktet i dette. Her er man opptatt av klientens tanker, preferanser og deres endringsteori. Duncan og Sparks (2015) hevder videre at teknikken eller metoden kun utgjør 15% av virkningen i terapi. Placebo, håp og forventninger spiller like stor rolle som metoden og teknikken, mens den terapeutiske relasjonen veier 30%. De siste 40% er andre klientorienterte faktorer, som blant annet ressurser og personlige egenskaper (Duncan & Sparks, 2015). I likhet med dette, stiller Jensen (2009) seg spørsmålet: ”Er det noe ”virksomt stoff” i en intervensjon/metode?”. Hans konklusjon er at en intervensjon eller metode ikke er noe virksomt stoff, og at den ikke har noe kraft i seg selv. Det vil si at det ikke er noe som er virksomt i seg selv i en intervensjon. Han hevder at en metode eller intervensjon blir det den blir sammen med terapeuten og klienten, og det er da metoden kan ”være noe” (Jensen, 2009, s.6). Jensen påpeker på den ene siden at metoden kan være kraftfull, og på den andre siden at den kan den være meningsløs (Jensen, 2009). Dette tolker jeg som at metoden blir til og har virkning i samhandling med klienten, og at metoden eller teknikken ikke er noe i seg selv. Dette utgjør et annet synspunkt på bruk av manualer og metoder.

#### **2.4.3 Mengdetrening og anvendelse av metoden i praksis**

Trening er et annet moment som kan virke. Ulike foreldreveiledninger er forskjellige på hvor mye trening og øvelse som behøves for å få til endring. Det har imidlertid blitt funnet omfattende evidens for at foreldretrening har positive effekter på barns atferdsvansker (Eyberg, Nelson & Boggs, 2008; Kjøbli, Drugli, Fossum & Askeland,

2012). Atferdskorrigerende foreldreprogram som eksempelvis De Utrolige Årene (DUÅ) og Parent Management Training (PMTO) involverer stor grad av foreldretrening, der klientene også får tildelt oppgaver og satt seg mål. Foreldrene blir hjulpet til å korrigere barnas atferd ved å ta i bruk milde eller konsekvente grensesettingsteknikker, samt å styrke deres samhandling og sensitivitet ovenfor barnet (Bråten & Sønsterudbråten, 2016). Det kan dermed hende at mengdetrening og øvelse behøves for at metoder skal ha en virkning. Likevel trengs det mer forskning for å øke effektiviteten av foreldretrening (Kjøbli, et al., 2012).

#### **2.4.4 Klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon**

Som tidligere nevnt hevder Duncan og Sparks (2015) at klientorienterte faktorer, som blant annet ressurser og personlige egenskaper, er det som er mest virkningsfullt i terapi. Dette kan inkludere klientenes evne til refleksjon. Refleksjon kan bety å snu eller bøye tilbake til seg selv. Gjennom refleksjon kan våre tanker, handlinger og erfaringer få en ny dimensjon som gir grunnlaget for ny og endret handling. På denne måten kan den representere en forbedring av vår praksis, ved at man gjennom tankeprosessen finner nye innfallsvinkler og får et bredere erfaringsgrunnlag (Farestveit & Myklebustad, 2015). Innenfor familierapi og systemisk forståelse er man opptatt av klientenes ressurser og muligheter, og at klientene gjennom refleksjon vil komme fram til egne løsninger på problemet (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Bateson kom med utsagnet ”En forskjell som utgjør en forskjell”, som innebærer at man som terapeut må stille spørsmål til klienten som gir klienten ny informasjon om seg selv og sine nærmeste (Frøyland, 2017). I den familierapeutiske retningen Milano er terapeutene spesielt opptatt av sirkulær spørring som skal fremme evnen til mentalisering, og bidra til at klientene reflekterer over situasjonen fra en annens ståsted (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Andre klientorienterte faktorer som kan være av betydning er utholdenhet, åpenhet, tillit, optimisme og støtte fra signifikante andre (Duncan & Sparks, 2015). COS-P fremstår videre som en metode der evnen til refleksjon og bevisstgjøring er avgjørende for om den virker (Powell, et al., 2015). Klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon er dermed mulige virkningsmekanismer i veiledning og terapi.

### 2.4.5 Sammenfatning

I terapi og veiledning kan det være flere ulike virkningsmekanismer tilstede. Et perspektiv er det å ha en systematikk og metode som terapeuten kan følge, da dette kan sikre kvaliteten i arbeidet, øke fortroligheten og bidra til kreativ utfoldelse. Et alternativ til dette er kvaliteten på relasjonen mellom terapeut og klient. Spesielt hevder Duncan og Sparks (2015) at relasjonen er mer virkningsfull enn metoden i seg selv. Videre er et tredje perspektiv at trening og anvendelse av teori i praksis er det som gjør at veiledningen fungerer. En siste virkningsmekanisme er klientorienterte faktorer og evnen klientene har til refleksjon.

### 3 Forskningsmetode og design

I denne delen beskrives og begrunnes valg av metode for studien. Det gjøres rede for forskningsarena og valg av informanter. Videre beskrives hvordan analysen av materialet er gjennomført. I tillegg foretas det en metoderefleksjon over ulike aspekter og valg som involverer forskerens refleksivitet, intervjuet som kontekst, gyldighet og reliabilitet, samt overholdelse av etiske retningslinjer.

#### 3.1 Interpretivistisk tilnærming

Som forsker er jeg i denne masteravhandlingen svært opptatt av hva terapeuter tenker om COS-P som manualbasert metode, og hva de mener er virksomt i metoden. Dette samsvarer med en interpretivistisk tilnærming, der tanken om at subjekter har egne ideer, begreper og perspektiver, er ledende. Fenomenet som studeres er mennesket med egne begreper og som selv skaper mening til verden. Dette forutsetter at forskerens begreper ikke kan være så altfor forskjellige fra aktørens. Forskning kan altså fungere som en slags oversettelse. Schutz påpeker eksempelvis at vi ikke kan glemme at aktørene selv har sin egen mening, og hans begrep "Verstehen" handler om å fange aktørens egen mening (Risjord, 2014, s.44). I motsetning er forskere innenfor empirismen og naturalismen opptatt av å formulere årsakslover og lete etter kausale sammenhenger. De anerkjenner en objektiv virkelighet der forholdene er tilgjengelig for alle og man ikke trenger å sette seg inn i meningen (Risjord, 2014).

#### 3.2 Valg av metode

Problemstillingen handler ikke om årsak og virkning, men om terapeuters tanker og oppfatning av COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse, og hva i metoden som virker. Kvalitativ metode og forskningsdesign er derfor mer passende for denne undersøkelsen enn en kvantitativ effektstudie. Årsaken til dette er at kvantitativ forskning gir beskrivelser av virkeligheten i tall og tabeller, mens kvalitativ gir tekstlige beskrivelser og er opptatt av meninger. Videre er en kvantitativ forskningsstrategi basert på et stort antall enheter, mens en kvalitativ strategi kan være basert på kun få enheter eller informanter. Forskningsspørsmålene har også ulike retninger i de to forskningsdesignene. I kvalitativ metode starter forskningsspørsmålene med hva eller hvordan, mens i kvantitativ metode handler spørsmålene om årsaksforklaringer (Ringdal,



2013, s. 24). I denne avhandlingen er jeg som forsker opptatt av hvordan familieterapeuter stiller seg til veiledningsmetoden COS-P og hvilke meninger de har om hvordan metoden virker i deres arbeid, noe en kvalitativ tilnærming kan gi svar på. I tillegg er det verdt å nevne at kvalitative studier også er mulig å benytte seg av dersom fenomenet eller forholdet er lite forsket på (Ringdal, 2013, s. 24). Som jeg har redegjort for tidligere er nettopp dette tilfellet her.

Innenfor kvalitativ metode kan intervjuer ansees som den mest utbredte metoden. Disse kan være mer eller mindre strukturerte. Fordelen med intervjuer er å få tilgang til deltakernes forståelse av verden og deres erfaringer. Kvalitative metoder gir også deltakerne mulighet til å beskrive opplevelser i detalj og få frem deres perspektiv og tolkninger (Risjord, 2014, s. 58). Intervjuene som ble gjennomført i denne kvalitative undersøkelsen var semi-strukturerte, hvor jeg fulgte et identisk sett av spørsmål. Metoden muliggjorde likevel oppfølgingsspørsmål og konkrete spørsmål til informantens uttalelser.

I tillegg krevde intervjuene at jeg som forsker hadde satt meg inn i fagfeltet og forstod informantenes begreper og språk. Videre fant jeg det mindre hensiktsmessig å benytte meg av andre kvalitative metoder, som blant annet observasjoner eller fokusgrupper, da jeg var interessert i å undersøke terapeutenes egne erfaringer og meninger om virkninger av foreldreveiledningen uten påvirkninger fra andre fagpersoner. Hensikten var dermed å forsøke å få tak i hvordan familieterapeutene stiller seg til COS-P som manualbasert metode.

### **3.3 Utvalg av informanter**

For å få tak i informanter benyttet jeg meg av flere fremgangsmåter. Blant annet fikk jeg kontakt med fagpersoner som arbeider med COS-P gjennom bekjente. Jeg deltok på et kurs om COS som foreldreveiledning gjennom praksisplassen, der en av dem henviste meg videre til relevante informanter. I tillegg brukte jeg søkeordene ”COS-veiledning”, ”familiesenter i Oslo” og ”familiens hus i Oslo” på Google for å undersøke hvor man arbeider med COS-P. Jeg brukte også Oslo kommune sine hjemmesider for å få oversikt over hvilke bydeler som tilbyr COS-veiledning. Deretter sendte jeg en mail til

kontaktpersonene på nettsidene, samt de jeg hadde blitt henvist til, med forespørsel om deltakelse i masterprosjektet (se vedlegg 2).

I dokumentet om forespørsel om deltakelse informerte jeg om hensikten med undersøkelsen, forventet lengde på intervjuet, krav om arbeidserfaring, samt at alle opplysninger vil bli behandlet konfidensielt og at data slettes etter at oppgaven er levert. Kravet om arbeidserfaring handlet om at informantene måtte ha jobbet med COS-P i minst to år for å kunne henvise til erfaringer med veiledningsmetoden. For å bli sertifisert som COS-P-terapeut må de ha tatt et firedagers kurs i metoden for å kunne bruke det i veiledning. Etter at kurset er fullført, er det ikke behov for noen form for oppfølging eller veiledning. En av grunnene til dette kan være at DVD'en er svært konkret og inneholder en kommentatorstemme som guider klinikeren gjennom materialet (Drugli, 2012). Det kan også tenkes at det er nettopp derfor denne metoden også brukes av mange ulike profesjoner.

Totalt intervjuet jeg syv informanter. Antallet ble bestemt ut fra når jeg opplevde at metningspunktet var nådd og informantene gjentok hverandre. Intervjuene foregikk over en periode fra juni til september 2018, med fem stykker før sommerferien og to etter. Dette kan ha bidratt til at jeg fikk muligheten til å justere og gjøre nødvendige endringer i intervjuguiden. Det bør også nevnes at dette skapte ny nysgjerrighet hos meg som intervjuer. Informantene tilhørte ulike arbeidsplasser i Oslo-området og rundt Oslo, deriblant familiesenter, helsetjenesten, veiledningstjenesten, Familiens Hus med mer. Ved å intervjuer familieterapeuter fra forskjellige arbeidsplasser var tanken å få innsikt i variasjoner i hvordan de arbeider med foreldreveiledningsmetoden. Det viktigste kriteriet var likevel at informantene hadde en del erfaring med metoden og at de hadde jobbet med det over flere år. Dette kan sies å veie opp for faren for at de var for positive til metoden. Informantene som jeg valgte hadde arbeidet med metoden i et spenn fra tre til ti år.

### **3.4 Innsamling av datamateriale**

Til intervjuene ble det medbragt informasjonsskriv, samtykkeerklæring, lydopptaker, penn og papir. Ved å ha et semi-strukturert kvalitativt intervju var det mulig å gå i dybden av terapeutenes arbeid med og tanker om virkninger av metoden. Det å stille detaljerte spørsmål og ha muligheten til å undersøke informantenes syn på saken, vil for eksempel ikke være mulig ved å benytte andre kvalitative metodetilnærminger som

fokusgruppeintervjuer eller deltakende observasjon. Intervjuet åpner i tillegg opp muligheten for å skape en dialog der nye ideer og tanker kan ta plass (Kvale & Brinkmann, 2015). Videre tok intervjuguiden utgangspunkt i fire forskningsspørsmål som omhandlet fire emner (se vedlegg 3):

- 1) Hvilke utfordringer familiene har i hverdagslivet
- 2) Hvordan terapeuten arbeider med COS-P
- 3) Hvilke endringer/konsekvenser de ser hos familiene
- 4) Terapeutenes meninger om hvordan COS-P fungerer og virker

Ut fra dette skrev jeg ned tilleggsspørsmål som kunne være mulig å stille til informantene. Spørsmålene som ble brukt var både åpne og konkrete for å få informantene til å spesifisere med eksempler. På bakgrunn av dette skaffet jeg meg et kvalitativt datamateriale som ble analysert ut i fra problemstillingen.

Under intervjuene ble det brukt båndopptaker, og alle intervjuene ble transkribert med en så fullstendig gjengivelse av samtalene som mulig. Dette gjorde jeg for å få en total oversikt over datamateriale til analysearbeidet, for deretter å se om det var mulig å oppdage sammenhenger og mønstre som jeg ikke hadde antatt tidligere. I tillegg har oppgavens fokus endret seg noe gjennom to års arbeid, og jeg ville derfor ha en så nøyaktig utskrift av uttalelsene til informantene. En siste grunn var at datamaterialet skulle være tilgjengelig for andre slik at det var mulig å sjekke rådata mot det analysearbeidet som var foretatt. Datamaterialet ble oppbevart på en kryptert minnebrikke som bare veileder og jeg hadde tilgang til. Totalt ble det 149 sider med transkribert intervju, som ble lagret og oppbevart på minnebrikken. Alle stedsnavn og personlige opplysninger ble anonymisert underveis i transkriberingen.

Etter å ha begynt på analysen, ønsket jeg å stille informantene noen oppfølgingsspørsmål, og jeg tok derfor kontakt med dem over mail. To av informantene sa seg villig til å delta på en kort telefonsamtale, tiltenkt å vare femten minutter. Jeg noterte mens informantene snakket.

### 3.5 Analysemetode

Etter transkriberingen, begynte jeg analysearbeidet. Jeg organiserte materialet ved å kode innholdet. Kvale og Brinkmann (2015) hevder at både koding og kategorisering kan brukes for å få oversikt over materialet. Koding involverer at man knytter ett eller flere nøkkelord til en del av teksten slik at den blir mulig å identifisere senere. Kategorisering gir en mer systematisk begrepsdannelse rundt en uttalelse som kan skape forutsetninger for kvantifisering (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 226). I denne masteravhandlingen ble forskningsspørsmålene brukt som hovedkategorier og intervjuguiden som et hjelpemiddel mot de spørsmålene som ble stilt. Koding ble gjort ved å bruke en farget markeringstusj for hvert av forskningsspørsmålene. Jeg leste gjennom hvert transkribert intervju og markerte i sammenheng med de ulike temaene.

Analysearbeidet foregikk ved å markere uttalelser fra alle informantene med samme farge, for deretter å se etter mønster, sammenhenger, fellestrekk og forskjeller. Uttalelsene ble plassert i tabeller, slik at jeg fikk en større oversikt (se vedlegg 4). Deretter gjorde jeg en tolkning og kategorisering av dette med ulike underoverskrifter.

### 3.6 Metodiske og etiske refleksjoner

Det er av betydning å reflektere over ulike sider ved forskningsarbeidet for å unngå at gyldigheten av undersøkelsen preges. I kvalitativ forskning er forskerne anbefalt å reflektere over tro, verdier, interesser, følelser og sosiale roller før gjennomføring av studiet. Likevel er Risjord (2014) kritisk til denne refleksjonen over egne forutsetninger. Risjord argumenterer for det første at mennesker ikke er spesielt gode på å forstå deres egne begrensninger og svakheter, og for det andre at dette kun gir en falsk trygghet. Han påpeker at det er en feiltakelse å tenke at fortolkerens og forskerens forutsetninger kan bli filtrert ut (Risjord, 2014, s. 63). Man kan forstå dette som at det å reflektere over sine egne verdier, tro, interesser med mer, ikke vil løse fordomsproblemet, men at det hjelper å være realistiske til hvordan dette påvirker forskningen.

I kvalitativ metode kan intervjuet bli betraktet som en samtale, der samspillet mellom intervjuer og informant skaper og produserer kunnskap og mening (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjukonteksten, altså forskerens interaksjon med subjektet, hviler på spesifikke former for sosial samhandling. Hovedtanken er at dersom forskeren er

reflektert over hvordan egne forutsetninger påvirker forskningsprosessen, også kalt forskerens refleksivitet, så vil forskningen være mer empirisk robust (Risjord, 2014, s.62). Å være objektiv og ikke la sin egen person virke inn på resultatene, vil kunne være svært viktig. Jeg som forsker har derfor måttet være bevisst over at jeg må åpne den intervjuedes tanker, meninger og erfaringer som de selv ikke er bevisst, og ikke la mine tanker og ideer påvirke informantene. Fra to av informantene fikk jeg tilbakemeldinger på at de opplevde at det var fint å reflektere over arbeidet sitt ved å bli stilt spørsmål om deres erfaringer med COS-P. I tillegg forsøkte jeg å være klar over min teoretiske forståelse og formening om hva slags svar jeg skulle få. På den ene siden kan min teoretiske forståelse ha preget intervjusituasjonen og fortolkningsarbeidet, da jeg har vært svært opptatt av tilknytning og har stor tro på COS-P-programmet. I intervjusituasjonen prøvde jeg likevel å ikke la dette styre mine spørsmål gjennom å blant annet være nysgjerrig på når metoden ikke fungerer like godt. Jeg hadde et ønske om å utfordre den oppfattelsen og innsikten informantene allerede hadde om bruk av og virkninger ved COS-P-metoden. På den andre siden hadde jeg en nøytral posisjon da jeg har liten eller ingen erfaring med bruk av COS-P-metoden og hvordan den virker.

Gyldighet og validiteten i en undersøkelse blir definert som en uttalelses sannhet, riktighet og styrke (Kvale & Brinkmann, 2015). For det første er utvalget mitt svært lite av det totale antallet fagpersoner som arbeider med COS-P. Det kan derfor argumenteres for at det er vanskelig å generalisere til COS-P-terapeuter, og dermed heller ikke til profesjonelle generelt som arbeider med familier, da det er et enda større antall. Uttalelsene til informantene viser bare til enkeltpersoners meninger eller oppfatninger. Likevel er det interessant å vise hvordan terapeuter arbeider og forholder seg til COS-P i lys av deres profesjonsutøvelse. I forbindelse med andre del av problemstillingen, kan studien gi utgangspunkt for senere studier, selv om generalisering ikke er mulig. Det kan være nyttig for senere forskning på effekten av metoden å vite noe om hvilke virkningsmekanismer som kan være tilstede. For å styrke gyldigheten hadde det vært interessant å drøfte resultatene med informantene for å se om det ga et riktig bilde av det de formidlet.

En mulig feilkilde kan ha vært at informantene som er intervjuet i all hovedsak har en positiv innstilling til metoden. Det kan hende jeg hadde fått andre svar hvis for eksempel informantene ikke var like positive til manualen og benyttet seg av andre metoder

fremfor COS-P i sitt arbeid. Dette forsøkte jeg å hindre ved å intervju informantene om hva som var virksomt med metoden, og ikke om den faktisk var virksom.

Innenfor forskning handler reliabilitet om forskningsresultatenes konsistens og troverdighet (Kvale & Brinkmann, 2015). Det kan sies å være svært vanskelig å stadfeste i kvalitativ forskning, men likevel er den informasjonen som danner grunnlaget for datamaterialet, pålitelig på den måten at den representerer det informantene hadde med seg av kunnskap, erfaringer, innsikt og meninger på fenomenet. I interpretivistisk sammenheng, vil det uansett være et element fra intervjuers side. Mitt materiale er et resultat av møtet mellom meg og terapeuten, og ikke et blikk i terapirommet. Det informantene forteller om vil ha forbindelse med deres egen virksomhet og måte å arbeide på, noe jeg som forsker ikke har direkte tilgang til gjennom intervjuet. Derfor må jeg tro på at det de sier i intervjuet reflekterer deres arbeid og meninger. I intervjusituasjonen var det viktig for meg å ivareta informantene slik at de følte seg komfortable. Derfor valgte jeg å dra til deres arbeidsplass for å gjennomføre intervjuene på deres kontor.

For å sikre anonymiteten og overholde etiske retningslinjer ble informantene spurt om å signere et informert samtykke, der de ble informert om blant annet konfidensialitet. Det skal ikke være mulig å gjenkjenne enkeltpersoner i datamaterialet, og jeg fjernet derfor alle navn eller stedsnavn som kunne bli gjenkjent. Det var essensielt at de samtykket til å være med i undersøkelsen og at de godkjente bruk av data. Jeg søkte i tillegg på Norsk Senter for forskningsdata (NSD) og fikk forskningsprosjektet godkjent før jeg gjennomførte intervjuene (se vedlegg 1). I løpet av forskningsprosessen stod jeg ikke ovenfor noen etiske problemstillinger som gjorde det utfordrende å overholde konfidensialiteten.

## 4 Presentasjon, analyse og drøfting av resultater

I denne delen blir resultatene presentert, analysert og drøftet. I presentasjonen foreligger de funn som har fremkommet gjennom intervjuene. Funnene vil bli analysert og drøftet opp mot den teori som er presentert i teorikapittelet. For at teoribidragene skal være tilgjengelige, henter jeg fram relevant teori i korte trekk fortløpende i analysen.

I utgangspunktet virker alle informantene entusiastiske og positive til metoden. De forklarer blant annet at metoden generelt er nyttig for familiene de har til veiledning. En av informantene forteller følgende:

[...], men jeg får overraskende, ehm, synes jeg, gode tilbakemeldinger på at dette her er nyttig. At de synes det er nyttig fordi de ser det virker. De ser det virker, de ser at når de blir tydeligere og når de øver seg på å skille mellom sine egne følelser og barnets følelser, så ser de (...) mere hva barnet faktisk trenger.

Men hva er det som gjør at de er entusiastiske? Hvordan bruker de metoden i sitt arbeid med familier, og hva mener de er virksomt ved metoden? I første del presenteres analyse og drøfting av hvordan familieterapeuter stiller seg til COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse. Andre del tar for seg hvilke meninger terapeuter har om hva som er virksomt med metoden.

### 4.1 COS-P som manualbasert metode i profesjonsutøvelse

Som nevnt er det en pågående debatt om manualbaserte metoder, og hvordan manualene kan brukes på forskjellige måter. Hvordan fagpersoner velger å bruke manualer, kan si noe om deres profesjonsutøvelse. Generelle funn i denne undersøkelsen viser at informantene er delte i utøvelsen ved bruk av manualbasert metode. Dette kan sees i sammenheng med de ulike forståelsesmåtene om profesjonsutøvelse, der teoretikerne vektlegger fleksibilitet. Blant annet hevder Dreyfus og Dreyfus (1986) at eksperter blant profesjonsutøvere bruker metoder mer intuitivt og er løslatt fra manualen i motsetning til nybegynnere som er svært regelstyrt. Schön (1991) mener at utøveren gjør tilpasninger og reflekterer i handling når han eller hun står ovenfor usikkerhet og ustabilitet. Grimen (2008) påpeker at profesjonelle har et repertoar av kunnskap og erfaringer, der personen plukker ut det som er relevant basert på skjønn. Börjeson og Börjeson (2015) mener

derimot at fagpersonen kan være kreativ med en systematikk og metode i bunn. Det har blitt argumentert for at riktig bruk av manualer forutsetter fleksibel bruk og tilpasninger til det enkelte individ (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011). I COS-P-manualen er også forfatterne opptatt av tilpasninger og en fleksibel bruk, da de hevder at det er en balansegang mellom å gå gjennom materialet og en våkenhet overfor deltakerne (Cooper, Hoffman & Powell, 2009). Det er derfor ikke uventet at ett av de viktigste funnene i den foreliggende studien er at det er ulike grader av fleksibilitet i familierapeuters bruk av COS-P i sin profesjonsutøvelse.

Videre fins det ulike strategier hos familierapeutene for hvordan de velger å bruke manualen og graden av fleksibilitet. Noen følger manualen kategorisk, mens andre plukker ut det som er relevant for den enkelte familie. Uansett er det mulig å hevde at terapeuters bidrag og vurderinger, samt deres erfaring med metoden, har noe å si for hvordan de velger å anvende metoden og hva som gjør at den virker.

#### **4.1.1 Valget av COS-P**

Allerede i valg av metode ligger skjønn og fleksibilitet. Et viktig funn i undersøkelsen er at COS-P benyttes der foreldrene sliter med samspillet til barna og der de har behov for ny og bedre forståelse. Informantene snakker om noe ulik problematikk, og hevder at metoden kan brukes i møte med ulike familieformer og ved sammensatte vansker. Videre beskriver terapeutene at de velger COS-P der hverdagslivet til foreldrene er kaotisk. På spørsmål om hva slags utfordringer familiene de møter har, er sinneutbrudd og andre følelsesmessige reaksjoner gjennomgående i alle intervjuene. Blant annet blir det beskrevet av en av informantene at foreldrene kan streve med å ikke få lagt barnet til sengs, at de slår, skriker og hyler. Engstelighet og redsel er eksempler på andre følelsene foreldrene kan slite med når det gjelder å møte barna. De kan også slite med temaer som er koblet til den øverste delen av trykghetssirkelen, som blant annet oppmuntring og glede. På en annen side påpekes det i et av intervjuene at det ikke behøves noen spesiell problematikk for at COS-P skal være nyttig. Informanten forklarer det som ”en innfallsvinkel for å komme i kontakt og reflektere”.

Börjeson og Börjeson (2015) påpeker at manualbaserte metoder kan fungere som metoder å jobbe strukturert ut fra og som kan kvalitetssikre resultater. De hevder at det viktigste



er at det er en metode i bunn, og at kreativiteten til profesjonsutøveren styrkes dersom den støttes av en systematikk. Et annet funn for valg av COS-P er at den som manualbasert metode gir trygghet og støtte til familieterapeuter ved at de kan følge hovedelementer i naturlig rekkefølge. En av informantene utdyper dette:

Jeg synes jo det er godt bygd opp, for jeg synes de på en måte sikrer, (...) de sikrer de ulike feltene (...), altså det er jo umulig å si på forhånd nøyaktig hva som treffer de forskjellige personene, og det er jo derfor det er godt med en sånn systematisk gjennomgang (...).

Flere informanter hevder at det er trygt å ta i bruk et slikt redskap, da det også gir kvalitet i veiledningen. Videre forteller en av informantene at de bruker COS-P fordi det er den metoden de er opplært i. Det kan diskuteres om det da er informanten selv som bestemmer at hun velger COS-P, eller om det er andre strukturer og ordninger som tar dette valget for henne, og at samfunnsmessige strukturer påvirker henne som handlende aktør.

Grimen (2008) hevder videre at i profesjonsyrker vil det alltid oppstå et problem med forholdet mellom teori og praksis. Han forklarer at profesjonsutøveren i praksis vil foreta skjønnsbaserte beslutninger som i mer eller mindre grad vil stå i overensstemmelse med den teoretiske kunnskapsbasen personen har. I tillegg argumenterer Grimen for at utøveren må anvende kunnskap fra mange felter, spesielt i de klientorienterte profesjonene (Grimen, 2008). Familieterapeuter kan på bakgrunn av dette ha flere ulike metoder og kunnskaper som de kan anvende i veiledning, avhengig av problematikk. En av informantene reflekterte seg fram til følgende:

Jeg tror hvis det handler om litt sånn praktiske ting, så har jeg vel valgt COS. Og hvis det har handlet mer om samspill og konflikter og sånn, så har jeg valgt emosjonsfokusert kanskje. (...) det er vel egentlig når jeg ser for meg den sirkelen, at jeg tenker okei, her, (...) men egentlig, når jeg sier det her, så kunne jeg like gjerne brukt emosjonsfokusert altså. Det er jo, ja, det er jo bare mange forskjellige metoder som fungerer på det samme.

I avgjørelsen om å velge metode kan det virke som at skjønn og fleksibilitet har en stor rolle. I Grimen og Terum (2009) sitt perspektiv er profesjonsutøvelse uløselig knyttet til

skjønn. Uttalelsen til informanten viser også til forutsetningen hos Börjeson og Börjeson (2015) om at det er systematikken som betyr noe.

Etter at valget av COS-P som metode er tatt, kan det stilles spørsmål til hvor nøye familieterapeuter følger manualen og deres tanker og oppfatninger om dette. Funn i analysen viser at alle familieterapeutene har en viss grad av fleksibilitet i arbeidet sitt med COS-P. Det er mulig å skille mellom de som hevder at det er viktig å følge kapitlene og de som bruker metoden mer intuitivt og eklektisk.

#### 4.1.2 Gjennomføring av manualen fra A til Å

Betydningen av å ha en systematikk og manual kommer også opp i spørsmålet om hvordan terapeutene gjennomfører og bruker manualen. Fire av sju familieterapeuter forteller at de følger manualen med videoklippene og temaene som tas opp i enkeltveiledning av familier. En av terapeutene begrunner dette med følgende påstand:

Siden det er bygd opp på hvert kapittel, så tror jeg man må ha hele for at den skal være nyttig. Jeg tror ikke det er lurt å ta ett kapittel her og ett kapittel der. Da går man glipp av mye.

Et aspekt som det synes å være enighet om er at manualen er bygd opp slik av en grunn og at det derfor er nødvendig å følge den. En av informantene forteller at man ikke bare kan sette på et kapittel midt i manualen uten videre, noe en annen bekrefter ved å si at ”alt henger jo ihop på en måte”. Dette kan indikere at metoden ikke har samme virkning dersom den ikke følges kategorisk. Videre kan det virke som at manualen gir god støtte for terapeutene, men det er mulig å undres over om dette begrenser eller sikrer effekten av veiledningen. Ser man det ut fra Dreyfus og Dreyfus (1986) er derimot informantene i større grad regelstyrt og kontrollert av manualen.

Schön (1991) beskriver i sin teoretiske forståelse av profesjonsutøvelse om ”reflection in action”. Dette går ut på at utøveren ofte kan havne i situasjoner der han eller hun må håndtere usikkerhet og ustabilitet, og det er behov for justering og refleksjon. Dette kan knyttes opp mot funnet om at familieterapeuter tilpasser metoden i en viss grad selv om de er opptatt av å følge den kategorisk. For eksempel hevder alle informantene at de kan hoppe over kapittelet om spedbarn dersom det ikke er relevant. Videre nevnes det at

kapittelet om haimusikk kan være vanskelig for enkelte å forstå, og at de dermed må bruke lengre tid enn det manualen tilsier. De forteller i tillegg at de stopper der de mener det er hensiktsmessig. Familieterapeutene nevner at de kan bruke eksempler fra hverdagen og arbeid for å gjøre det mer forståelig for foreldrene, samt ufarliggjøre situasjonen. En av familieterapeutene som følger manualen forteller også om at hun har favorittøyeblikk der hun stopper opp og inviterer til samtale. Det at informantene har favorittøyeblikk kan indikere at terapeuten har arbeidet med COS-P i lang tid, har erfaring ved bruk av metoden og vet hvilke deler som er mer relevante enn andre. Disse eksemplene kan støtte Schön (1991) sin tankegang om at profesjonsutøvere gjør justeringer og tilpasninger der situasjonen har et usikkert element. Informantene i denne undersøkelsen virker til å reflektere over de justeringene som må tas på bakgrunn av at det er usikkert om foreldrene forstår hovedpoengene som kommer fram i COS-P-veiledning.

#### **4.1.3 Anvende skjønn i profesjonsutøvelsen**

Grimen og Terum (2009) hevder som tidligere nevnt at i all profesjonsutøvelse må utøveren anvende skjønn. De forklarer at skjønn er nødvendig der generell kunnskap mangler, der det behøves anvendelse av kunnskap på enkelttilfeller og at skjønn er en forutsetning for individualisert behandling (Grimen og Terum, 2009). I motsetning til å følge manualen fra A til Å, snakker tre av sju informanter spesielt om at de velger å plukke ut deler av manualen som passer for de familiene de møter. De beskriver at manualen kan brukes på mange forskjellige måter. En av disse familieterapeutene forteller om terapeutens rolle i bruk av manualen:

Jeg tror det har veldig mye å si hvordan du bruker det. [...] om det heter det ene eller det andre. Jeg tenker det som har noe å si er om de som jobber med det, har et eierskap til det, gjør det til.. gjør det relevant i sin (...) sånn at det virker, at en føler det når inn.

Informantene er i overensstemmelse om at de selv velger ut elementer i varierende grad og tilpasser valgene ut fra behovet til familiene. Dette tyder på at manualen ikke følges slavisk. Eksempelvis nevner en at hun effektiviserer metoden ved å plukke ut noen elementer, en annen forklarer at hun bruker bruddstykker i enkeltveiledning, og siste beskriver at hun bestemmer seg for tre kapitler hun anser som nyttige for familien. I

sammenheng med dette påpeker de også at behovet må være stort for at familien skal få hele manualen: ”Da er det akkurat det de trenger. Da er den tingen de strever med, sånn at det ville vært feil for de også å, på en måte gå gjennom hele da.”. Dette kan vise til at terapeutenes vurdering av hva familien trenger hjelp med og har behov for, påvirker hvordan familierapeutene bruker COS-P i sin profesjonsutøvelse.

Med økende erfaring hevder Dreyfus og Drefys (1986) i sin femtrinnsmodell at profesjonsutøveren kan bevege seg fra nybegynnerstadiet til ekspertstadiet, der kunnskapen og metodene blir brukt mer intuitivt. Ut fra informantenes uttalelser er det mulig å hevde at de har gått gjennom en slik prosess. En informant utdyper:

I begynnelsen så var jeg veldig sånn som med alle nye ting, litt sånn opptatt av å følge det slavisk (...) Nå kjenner jeg det jo bedre og bedre sjøl, så nå blir det litt sånn mer at vi tar pauser hvor det er, altså tilpasser det mere (...) Bruker det litt friere da.

En annen av familierapeutene forklarer at hun ”tar litt kunstneriske friheter av og til” ved å vise til at hun stopper opp og tar pauser der de kan reflektere og snakke om det som passer dem. En tredje informant hevder at etter å ha ”fått den under huden” klarer hun selv å tilpasse metoden bedre til den enkelte. Informanten eksemplifiserer med at hun tilpasser stoppene i DVD’en mer. Disse informantene har henholdsvis arbeidet med COS-P i tre, syv og åtte år, og kan derfor sies å ha skaffet seg erfaring med bruk av metoden i sin profesjonsutøvelse.

Grimen anerkjenner i stor grad nødvendigheten av et teoretisk grunnlag, i likhet med Börjeson og Börjeson, men sier at metoden er ett av flere mulige som utøveren plukker ut fra et repertoar av kunnskap. Et viktig funn i denne studien er at informantene som anvender skjønn i praksis, muligens har større grad av fleksibilitet ved bruk av COS-P-metoden enn de som følger den kategorisk.

#### **4.1.4 Tidligere erfaringer, andre metoder og interesser**

Som terapeut kan det tenkes at man har med seg ulike forståelse og ulike forutsetninger i møte med familier. Dette kan involvere erfaringer fra tidligere arbeid, andre metoder, interesser innenfor fagfeltet og personlige egenskaper. En av informantene hevder

spesielt at terapeutenes interesser er med på å forme fokuset i veiledningen. Hun viser selv til at hun kan blande inn emosjonsfokusert terapi og bruke videoer derfra siden dette er innenfor interessefeltet hennes akkurat nå. Informanten sier videre:

(...) for et par år siden så var jeg veldig opptatt av kognitiv terapi, da var jeg veldig.. synes jeg det var veldig spennende, så da var det jo veldig mange som fikk det. Ikke sant? Også ble jeg jo veldig opptatt av COS, så da var det mange som fikk det. Nå er jeg veldig opptatt av emosjonsfokusert, så nå er det veldig mange som får det.

Dette kan vise til et motefenomen. Terapeutens interesse og hva som er i fokus på fagfeltet, kan være med på å styre hvordan profesjonsutøveren bruker manualen og om de faktisk anvender metoden i praksis. Ut fra dette er det ikke klientens problematikk som bestemmer. I et oppfølgingsintervju forteller også en annen informant om dette, men beskriver det som bølger, og at hos dem har COS-P overlevd denne bølgen, i og med at de fortsatt bruker metoden i sin profesjonsutøvelse.

Som nevnt over, er emosjonsfokusert terapi en metode en av informantene bruker sammen med COS-P. Andre metoder som blir nevnt av informantene er ICDP og Marte Meo. På den ene siden kan det virke som at terapeutene behøver et supplement til COS-P, og da kan en undres over hvorfor de er i behov for det. Hvilke mangler ved COS-P er det som leder informantene til å velge andre metoder? På den andre siden kan dette skildre det repertoaret av mulige endringsteorier og veiledningsmetoder terapeutene sitter med. En av familierapeutene forklarer nemlig at hun opplever det lettere å tilpasse familiene når hun har mer å velge mellom, enn at de bare får en metode. Dette stemmer igjen med Grimens forståelse om at profesjonsutøveren har et omfang av kunnskap og teori som de gjennom skjønnsmessige beslutninger velger ut fra (Grimen, 2008). Likevel setter en av informantene dette i perspektiv, da hun hevder at COS-P er en del av arbeidet og kun en brikke i endringen. Hun visualiserer det ved å kalle prosessen for ”et frø som er sådd”.

#### **4.1.5 Tilpasninger av manualen til foreldrene**

Funnene i denne undersøkelsen viser at alle informantene i mer eller mindre grad tilpasser manualen ut fra den familien de møter. Deres grad av fleksibilitet i bruken varierer likevel. Dette er spesielt tydelig i forskjellen mellom de informantene som følger

manualen og de som arbeider eklektisk. På spørsmål til en av informantene om hun føler hun klarer å tilpasse manualen til den enkelte familie, svarer hun følgende: ”Ja, ganske. Det bare kommer. Her tenker jeg det eksempelet kan brukes, også har jeg liksom plansjene med, også tar jeg det derfra”. Svaret kan minne om det Schön (1991) kaller ”knowing-in-action”, der den profesjonelles handlinger ikke behøver å reflekteres over, og at handlingen er internalisert hos personen. Det kan også virke som at terapeutene har ekspertrollen som beskrives hos Dreyfus og Dreyfus (1986) der profesjonsutøveren er løslatt fra regler og manualer. I tillegg uttrykker familieterapeutene en kreativitet som Börjeson og Börjeson (2015) er opptatt av, der det ligger en systematikk i bunn for profesjonsutøvelse. Denne kreativiteten får utspille seg når utøveren anvender en metode (Börjeson & Börjeson, 2015).

Videre forteller noen av informantene at de tilpasser i stor grad ut fra det behovet som de ser familien har og det de strever med. En av disse påpeker at mennesker har ulike utgangspunkt og at det er nødvendig å trekke ut det som er interessant for de ulike foreldrene de møter. Et annet funn er at de utøver skjønn ved å tilpasse manualen etter foreldrenes situasjoner og opplevelser, da dette får et større fokus i veiledningen. Dette kan bety at profesjonsutøverne tar seg større frihet i bruk av manualen. Likevel kan det argumenteres for at mye av ansvaret ligger hos terapeutene, da det er terapeutene som tar avgjørelser på hva som er relevant å snakke om og hva som er interessant. Dette kan sammenliknes med en ekspert på det øverste nivået i Dreyfus og Dreyfus (1986) sin femtrinnsmodell, der det er terapeutens vurderinger som er den beste beslutningen. Uansett har flere foreldreveiledningsmetoder og familieteoretiske tilnærminger blitt mer og mer opptatt av at det er klientene som er eksperter på eget liv og at de selv vet hva som er deres behov (Johnsen & Torsteinsson, 2015). En av informantene trekker fram at hvor foreldrene befinner seg i prosessen, er av betydning for hva det snakkes om. Hun beskriver det som en levende prosess, der hun som terapeut skjønner det dypere og annerledes for hver gang, samt ser det ulikt fra de foreldrene hun møter.

Et viktig funn i undersøkelsen er at manualen blir tilpasset foreldrenes kognitive kapasitet og deres evne til refleksjon. Flere av informantene hevder at det krever et nivå av refleksjon og motivasjon for å få til endring. Spesielt to informanter legger vekt på at de tilpasser metoden til de menneskene som er kognitivt svake. De forklarer at de har en

mer praktisk tilnærming til manualen, og at de ofte bare benytter trygghetssirkelen og det de kaller ”sirkeltrening”:

Vi har av og til litt sånn der sirkeltrening, kaller vi det. \*ler\* At vi bare er, for eksempel på lekerommet, og snakker og foreldrene skal sette litt sånn ord på når de holder på med barna sine da. Det kan jo bli litt sånn, kan nesten overdrive det litt da, ”åja nå trenger du å fylle koppen, åja, nå er du nede på sirkelen”. De skal sette litt ord på når de er sammen med barna,(...).

Slik får de inkludert foreldrene på en annen måte, og jeg oppfatter at informantene nyanserer og tilpasser bruken av manualen etter de forskjellige menneskene de møter i sitt arbeid. En mulig tolkning er at terapeutenes vurderinger og beslutninger bestemmer og styrer hva som passer til de ulike familiene.

#### 4.1.6 Sammenfatning

Alle familieterapeutene anser COS-P som en anvendelig og god foreldreveiledningsmetode, men de er ulike på om de følger manualen fra A til Å og deres anvendelse av skjønn i deres profesjonsutøvelse. Hovedkonklusjonen er at alle tilpasser og justerer bruken av manualen etter familiens situasjon, kognitive forståelse, evne til refleksjon og motivasjon. Dette kan støtte opp under Dreyfus og Dreyfus (1986) teori om at familieterapeutene er på et ekspertnivå etter femtrinnsmodellen, der kunnskapen er integrert som en del av fagpersonen og at metoden blir anvendt mer intuitivt. Disse justeringene og tilpasningene kan videre refereres til som det Schön (1991) kaller ”reflection in action”, nettopp fordi profesjonsutøveren gjør endringer og tilpasninger i manualen som fungerer for den enkelte familie. Det er dermed ulike grad av fleksibilitet ved bruk av COS-P i familieterapeuters arbeid. Likevel kan det argumenteres for at alle informantene ser nytte av å bruke en metode og manual i sitt arbeid. Dette støtter opp under Börjeson og Börjeson (2015) sitt perspektiv på manualer som grunnlag for kreativ profesjonsutøvelse.

Et annet hovedfunn er at det terapeutene har med seg av tidligere erfaringer, interesser og andre metoder, er med på hvordan de anvender metoden i deres profesjonsutøvelse. Det kan derfor argumenteres for at det ikke alltid er klientens problem, men terapeutens ideer og interesser som bestemmer både valget av metode og hvordan metoden brukes. Dette er

relatert til Grimens tankegang om at profesjonelle har et repertoar av kunnskap og erfaringer, der de plukker ut elementer etter hva som er passende for den enkelte familie. I tillegg støtter funnene det faktum at skjønn er uløselig knyttet til profesjonsutøvelse (Grimen, 2008).

## **4.2 Hva er virksomt med COS-P som manualbasert metode?**

Den andre delen av problemstillingen tar for seg familieterapeuters meninger om hva som er virksomt i metoden. Dette skal knyttes opp mot de fire virkningsmekanismene som ble presentert tidligere i teoridelen; en metode/systematikk, relasjonen mellom klient og terapeut, trening, klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon. Ut fra manualen kan det virke som at refleksjon er den viktigste virkningsmekanismen. Bakgrunnen for dette er at COS-P skal bidra til at foreldrene utvikler en bevisstgjøring og forståelse for sammenhengen mellom barnets atferd og behov, og sine egne emosjoner og reaksjoner. Terapeutene skal i tillegg styrke foreldrenes refleksjoner og ferdigheter (Powell, et al., 2015). Videre er det interessant å se hvilke endringer familieterapeutene forteller at de ser hos foreldrene, noe som kan ansees som utfallet og virkningen av metoden.

### **4.2.1 Systematikk som fundament**

Som tidligere nevnt kan en systematikk og metode være en forutsetning for å sikre kvalitet. I følge Börjeson og Börjeson (2015) er det viktigste at profesjonsutøvere har en metode, og ikke hvilken metode de benytter. Dette underbygger argumentet om at manualer gir retning og struktur, som igjen vil gi virkning og en fokusert tilnærming (Stafset, Gomes & Arnberg, 2011). Tidligere funn som er beskrevet om gjennomføring av manualen fra A til Å, indikerer at systematikk bør ligge til grunn for at metoden skal være virkningsfull. De fleste av informantene er positive til manualbruk, og mener det sikrer kvalitet i arbeidet som fungerer som en trygghet for terapeutene i sin profesjonsutøvelse. En informant beskriver følgende:

Så det liksom henger på en måte sammen, og det er vel derfor de har lagd en manual fordi de tenker at det er så viktig at det gjøres på denne måten, innafor de rammene for det har de prøvd ut. [...] Det er en veldig god støtte, særlig når du er helt ny i det.



Det er mulig å tolke dette som at COS-P som metode og systematikk gir et fundament og en grunnmur, som terapeutene kan hvile seg på og støtte seg til. Likevel poengterer Börjeson og Börjeson (2015) at fagpersoners kreativitet kan komme til uttrykk ved å ha en metode i bunn. Dette støtter funnene i denne undersøkelsen ved at alle informantene i mer eller mindre grad har en fleksibel bruk av manualen, der de tilpasser etter terapeutens interesser, andre metoder, tidligere erfaringer og kvaliteten på og ressursene til klientene.

Som tidligere funn viser kan det finnes flere metoder som fungerer på det samme. At profesjonsutøvere benytter COS-P kan dermed være styrt av terapeuten selv, og ikke den situasjonen eller problematikken klienten står i. Dette kan gi en skjevhet i utførelsen av metoden. Bruk av manualer kan videre hindre at terapeutens interesser, verdier, tro og preferanser påvirker virkningen metoden har. Grimen (2008) vektlegger det teoretiske grunnlaget som nødvendig for profesjonsutøvelse, men erkjenner derimot at profesjonsutøvere har et spekter av kunnskap og metoder som de kan velge å bruke i sin praksis.

#### **4.2.2. Relasjon og klientkompetanse som grunnpilar**

Duncan og Sparks (2015) legger vekt på at kvaliteten på relasjonen mellom terapeuten og klienten(e) er viktigere enn den metoden eller teknikken terapeuten bruker. Funn i denne studien antyder at den relasjonen klienten har til terapeutene har betydning for hvor virksom metoden er. Relasjon og tillit til terapeuten fremstår som nødvendig for ønsket effekt. En familierapeut hevder at relasjon er viktig for at foreldrene stoler på terapeuten. En annen hevder at det er viktig at foreldrene opplever at det er trygt i terapirummet, og at det dermed blir en refleksjonsarena for foreldrene. Hun understreker at mye avhenger av om foreldrene opplever seg sett og tatt i mot, samt dynamikken mellom veileder, programmet og foreldrene. Videre argumenteres det for at det er nødvendig at terapeuten har kontakt med foreldrene og løsriver seg fra manualen:

Hvis jeg er for bundet til å sitte og følge med på den manualen, så mister jeg jo litt sånn fokus og liksom kjenne etter hvordan står det til her borte. Ja. Og plukke opp liksom de øyeblikkene som er der da.

Jensen (2009) argumenterer videre for at en metode eller intervensjon ikke er noe i seg selv, og at den blir til og har virkning i samhandling med klienten. Dette støtter opp

under funnene om at det relasjonelle aspektet er av betydning for hvor virksom COS-P er. Dette inngår i tillegg i den pågående debatten om manualbaserte metoder, som et argument for at manualer kan ødelegge den terapeutiske alliansen (Kjøbli & Ogden, 2013).

I følge Duncan og Sparks (2015) utgjør klientorienterte faktorer 40% av virkningen i terapi. Funn i denne undersøkelsen viser at egenskaper og ressurser hos foreldrene er en forutsetning for at metoden har virkning. Familierapeutene nevner blant annet motivasjon, kognitiv kapasitet, ytre strev og tillit til terapeuten som mulige virkningsmekanismer. En informant understreker:

Jeg tenker noe får nok alle ut av den, men hvor mye de får ut, har veldig mye å si om hvor motiverte de er og hvor åpne de er, og om de tørr å liksom, tørr å kjenne på ting da, å vise seg sårbare.

Evnen klientene har til refleksjon er et annet funn i sammenheng med virkningen metoden har. Dette temaet utdypes under overskriften ”4.2.4 Evnen til refleksjon som en forutsetning”.

### **4.2.3 Trening som et premiss**

Funn i denne undersøkelsen viser at profesjonsutøverne er svært opptatt av foreldrenes deltakelse. Det utbyttet foreldrene får virker å ha sammenheng med mengdetrening og omsetting av ny kunnskap i dagliglivet:

Så det vi snakker mye om er jo at det er jo ikke sånn at nå er du fiks ferdig og nå gjør du aldri noe feil mer, men at man bare må øve. At det er mengdetrening, da, det her og.

Seks av sju informanter konkluderer med at virkningen av COS-P avhenger av at foreldrene jobber med det de lærer om, er engasjerte og aktive, samt at de har evne og kapasitet til å prøve det etter en sesjon. Som en informant uttrykker det:

Du kan ikke gjøre dette på en uke. Du kan ikke bare lære det, også er det greit. Du må øve. Så prosessen med å modnes med deg selv på dette her, se etter det og øve, og øve, så skjer det noe.

Dette er i samsvar med forskning på feltet. Ulike foreldreveiledninger kan være forskjellige på hvor mye trening og øvelse som kreves av de involverte for at den skal ha en ønsket effekt. Eksempelvis krever foreldreveiledningsmetoden Parent Management Training (PMTO) at foreldrene gjennomfører praktiske øvelser hjemme mellom timene (Utgarden, 2018). Tre av informantene ser også nødvendigheten av å gi foreldrene hjemmelekser og bruke det som et verktøy, slik at det faktisk prøves ut mellom timene.

På den andre siden hevder en annen av informantene at måloppnåelse avhenger av å håndtere strevet foreldrene lever i. Et annet synspunkt som blir lagt fram er at COS-undervisningen i seg selv ikke er det som gir mest, men at det å bruke og tenke trygghetssirkelen er det foreldrene får mest utbytte av. Informantene utdyper at metoden ikke har noe verdi hvis de ikke benytter seg av det. Hvor virksom metoden er, har sammenheng med hvor mye foreldrene bruker den i praksis.

#### **4.2.4 Evnen til refleksjon som en forutsetning**

COS-P som manualbasert metode har til hensikt å få foreldrene til å reflektere over innholdet i manualen (Cooper, Hoffman & Powell, 2009). Metoden forutsetter en reflekterende dialog, der foreldrene blant annet reflekterer over hvordan egne problematiske samhandlingsmønstre i egen barndom har påvirket dem (Powell, et al., 2015). Et sentralt funn i denne undersøkelsen er at metoden er et svært godt redskap for å åpne opp for refleksjon og samtale. Dette begrunner informantene i at COS-P som metode består av korte videoklipp, mens hovedvekten av timen er satt av til refleksjon over deres egen prosess. Dette står nærme Bateson sitt utsagn om en forskjell som utgjør en forskjell, der det er viktig at terapeuter stiller spørsmål på en måte som gir klientene ny innsikt og forståelse om sin egen situasjon (Frøyland, 2017). Dette støtter i tillegg den familierapeutiske retningen Milano ved å være opptatt av sirkulære spørsmål for å fremme refleksjon (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Likeledes forklarer en av informantene at de selv må legge opp til at foreldrene kan reflektere: ”Altså du lærer bort noe og så må de gå inn og reflektere”. I likhet med dette påpekes det at det er en kombinasjon av foreldrenes evne til å ta til seg stoffet, og terapeutens evne til å stoppe opp når det er nødvendig og stille de spørsmålene som utløser relevant refleksjon. Det kan argumenteres for at dette også er en form for trening for terapeuten i sin profesjonsutøvelse.

Refleksjon ble tidligere i denne oppgaven forklart som det å snu eller bøye tilbake til seg selv. Refleksjon kan bidra til endret handling, nye innfallsvinkler og et bredere erfaringsgrunnlag (Farestveit & Myklebustad, 2015). Det at refleksjonsnivået til deltakerne er på et visst nivå, virker avgjørende for de fleste informantene for om metoden er virksom og for om foreldrene klarer å anvende det i praksis: ”(...) det er jo det refleksjonsnivået som jeg snakker om som de må ha, ellers så går det ikke”. Evnen foreldrene har til refleksjon over hvem de er, hvilket strev de står i og hvordan dette virker inn på omsorgen de gir til barnet, kan virke til å være med på å avgjøre hvor mye foreldrene får ut av veiledningen.

En av terapeutene uttrykker videre at noen av menneskene de møter reflekterer godt og kommer med eksempler, men klarer ikke å omsette det i praksis. For andre kan det være omvendt. Dette kan si noe om den variasjonen av mennesker som profesjonsutøvere kan møte og hvilke forutsetninger disse har, som gjør at terapeuten må tilpasse metoden deretter. På bakgrunn av dette kan et perspektiv på hvor virksom metoden er, avhenge av evnen foreldrene har til refleksjon.

Samtaler om temaene og forståelsen foreldrene har for disse, kan virke som en annen forutsetning for hvor virksom COS-P er. Terapeutene mener at bevisstgjøringen fører til ny innsikt og forståelse for foreldrene. Det å snakke om ulike temaer, som blant annet følelser og hvordan være tilgjengelig for barna sine, kan bidra til en bevisstgjøring. En terapeut understreker at endring foregår ved å samtale om temaene. Informanten forteller:

Det må jeg tro på, at det fører til en endring bare å snakke [...]. For det er jo vanskelig å etterspørre, det er vanskelig å finne fakta, data på hvor mye virker dette egentlig. Men jeg, jeg velger å ha en tro på at det har noe å si for folk å få prata om ting og få noen innspill.

Det er en enighet blant informantene at samtaler rundt temaer øker forståelsen til foreldrene. En av familieterapeutene fremstiller COS-P som et optimistisk program og beskriver at man gjennom å forstå det, kan endre det. En annen sier at i motsetning til andre programmer som handler om atferd og signaler, så handler COS-P om å forstå. Dette viser at det å utvikle en forståelse er svært sentralt for profesjonsutøverne som

bruker foreldreveiledningsmetoden, og at forståelse hos foreldrene for de ulike temaene er en forutsetning for å få til endring. I motsetning kan manglende forståelse for tilknytning og andre temaer som tas opp i COS-P, ha sammenheng med at det ikke skjer noen endring. Som tidligere nevnt forteller noen av informantene om ulike egenskaper eller tilstander hos foreldrene som bidrar til at de ikke forstår. Det kan da tenkes at det er behov for å tilnærme seg familien på en annen måte, eksempelvis gjennom en praktisk tilnærming.

#### **4.2.5 Sammenfatning av virkningsmekanismer i COS-P**

Oppsummert kan det synes som om at alle virkningsmekanismene har betydning. Sett ut fra manualen og det teoretiske grunnlaget for COS-P virker det som at refleksjon er en av de viktigste virkningsmekanismene, og at det tar stor plass i veiledningen. Likevel viser funnene i denne studien at alle de presenterte virkningsmekanismene er viktig for om metoden har virkning. Disse virkningsmekanismene inkluderer det å ha en systematikk, relasjonen mellom klient og terapeut, trening, klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon. Informantene hevder at de ikke hadde holdt på med COS-P i arbeid med familier dersom ikke noen av familiene hadde god nytte av det. Men foreldreveiledningen har muligens ikke like stor virkning på alle. Følgende uttalelse understreker dette: ”Det har noe med hele situasjonen, at ikke kaoset er for stort og at de har evne til refleksjon. At de klarer å se seg selv utenfra og barnet innenfra”.

#### **4.2.6 Virkninger av metoden i følge terapeutene**

Alle informantene hevder at det skjer en endring i hvordan foreldrene møter og ser barnet sitt. For eksempel utdyper en av informantene at en mor fortalte om mer nærhet, mer glede, samt at de hadde det finere og roligere sammen. Tre andre forteller at det handler om at foreldrene klarer å møte barna i følelsene sine, samt at de har mer nyansert språk om barnet. De spesifiserer at foreldrene ikke lenger snakker om at barnet er vanskelig, men at det har det vanskelig. En av familieterapeutene påpeker videre:

Jeg tenker jo at det er jo utrolig gøy når vi ser at foreldrene tar i bruk det de lærer og virkelig tar det i bruk sånn at vi ser at det har en effekt på hvordan de.. altså på barna da, at de møter barna da på en plutselig.. altså en helt ny måte. Og at de får et annet syn på barna.

Videre beskriver de fleste informantene at foreldrene får en økt forståelse for barnets behov, atferd og signaler. Eksempelvis forteller en av familieterapeutene om en mor som etter å ha sett seg selv på video, forstod guttens behov bedre:

I den første filmen var ikke det ikke et... et eneste øyeblikk med kontakt mellom de, eh. Han snudde seg sånn helt konsekvent bort fra mor, og mor var mye roligere og hvor på en måte fokuset ikke var på at han skulle spise, men på at de skulle ha en fin stund sammen. Og han spiste jo dobbelt så mye under det måltidet, og det ser hun jo selv.

To av disse fire informantene beskriver at en ny tankegang vekkes hos foreldrene, og at foreldrene forstår barnet og barnets atferd helt annerledes enn tidligere. En av dem hevder at det går ut på å forstå at barnets atferd ikke handler om å gjøre livet surt for dem, men at det er noe som ligger bak. Dette kaller hun for det skjulte budskap, som foreldrene må øve seg på å forstå og lete etter. Den andre informanten påpeker at det er viktig at foreldrene forstår at atferden til barna har en funksjon. Dette kan vise at formålet med COS-P som metode oppnås. Powell med fler (2015) hevder at hensikten med metoden er å gi foreldre hjelp til å forstå og tolke barnas atferd som et uttrykk for behov og kommunikasjon. Videre er formålet med programmet i hovedsak å styrke omsorgspersonenes sensitivitet og forståelse for barnets behov, samt bedre kommunikasjon mellom dem. Funn fra denne undersøkelsen støtter i stor grad nettopp dette.

Et annet funn er at foreldrene ikke lenger strever med de samme problemene og utfordringene knyttet til barnet. Fire av informantene forklarer at problemet ikke er tilstede og at foreldrene ikke har behov for veiledning på akkurat det området lenger. En familieterapeut forteller at dette gjøres ved å anerkjenne strevet og kjenne på det vonde. En informant forklarer:

Jeg tror det med å puste med magen og holde seg rolig, være klar over sin egen haimusikk, det gjør at.. Det er jo det de sier at når det kommer til vanskelige episoder nå, så klarer vi å holde hodet kaldt. (...) De sier det ”intensiteten er ikke så høy og varer veldig mye kortere”. Det tenker jeg er den viktigste indikatoren på at det har skjedd en endring.

I haimusikk-kapittelet i COS-P er hensikten nettopp det å kjenne på vonde følelser og bli bevisst sine egne emosjoner i møte med barnas (Powell, et al., 2015). Flere informanter nevner at når foreldrene blir introdusert for begrepet haimusikk, blir flere klar over og bevisst når disse følelsene dukker opp og klarer å skille egne følelser fra barnets følelser. Kapittelet om haimusikk virker å være ansett av terapeutene som ett av temaene som bidrar til endring. En av familieterapeutene forteller følgende:

Noen kan jo ha mer glede av samspillet i lek og det å være med barna. Og noen kan ha orka mer å møte barnet på nærhet eller orke at barnet utforsker, og mer lese seg selv i forhold til barna. Og det å tenke at egen historie har så utrolig stor betydning og at det er et valg de tar i forhold til hva de gjør med det, det de har med seg. At de kan velge å snu det da.

De snakker også om at dette kapittelet går igjennom foreldrenes egen oppvekst, vekker tanker rundt hva som trigger dem og bidrar til at de får en bevissthet rundt egen atferd ovenfor barnet. Dette samsvarer i stor grad med teorigrunnet til COS-P som sier noe om viktigheten av å identifisere og regulere egne kognitive og affektive responser på barnets atferd, og ikke bare forstå de (Powell, et al., 2015).

I motsetning til dette, nevner tre av sju familieterapeuter at de også har opplevd å ikke se endring hos foreldrene etter COS-P-veiledning: ”Altså de som virkelig ikke forstår disse begrepene sånn, sånn de jeg har snakket om, de med... de kognitivt svake, da har det kanskje ikke noe effekt, særlig ikke undervisningen.”. Andre informanter snakker også om at metoden har lite effekt ved kognitiv svakhet, psykisk sykdom og sårbare familier. Det er mulig at dette henger sammen med at metoden er refleksjonsorientert. Flere funn i denne undersøkelsen viser at COS-P ikke kan benyttes i møte med alle familier, og at det er nødvendig å ta en vurdering på om det passer til familien.

Totalt sett kan det virke som at informantene mener foreldrene ser og møter barnet på en ny måte. Funnet indikerer at utfordringene forsvinner, samt at de får ny forståelse for barnets atferd, signaler og behov etter COS-P-veiledning. I tillegg kan bevisstheten rundt egne følelser være med på å skape en forskjell for familiene. Når det er sagt, kan funnene i denne undersøkelsen vise at COS-P ikke alltid virker på ønsket måte, spesielt ved lav grad av refleksjon, som er en viktig virkningsmekanisme.

## 5 Konklusjon

Denne masteravhandlingen har tatt for seg problemstillingen om hvordan familierapeuter stiller seg til COS-P som manualbasert metode i sin profesjonsutøvelse, og hvilke virkningsmekanismer de mener metoden har. Bakgrunnen for valget av problemstillingen har vært at det generelt er forsket lite på COS-P i Norge og at flere tar kurs for å kunne anvende verktøyet i sitt daglige arbeid. I tillegg kan det være interessant å vite mer om hva profesjonsutøvere mener om hva som er virksomt med metoden, og ikke om den virker eller ikke. Dette kan også være et utgangspunkt for senere studier på fagområdet.

I første del av problemstillingen som handler om hvordan familierapeuter stiller seg til bruk av COS-P som manualbasert metode, antyder funnene at profesjonsutøverne varierer i graden av fleksibilitet. Blant annet viste funnene et skille mellom profesjonsutøvere som ledes av manualen og de som bruker bruddstykker i enkeltveiledning av familier. COS-P er antatt å fungere både i veiledning av grupper og i veiledning av par og enkeltindivider. Informantene som gjennomfører manualen fra A til Å, forteller likevel om noen justeringer og tilpasninger. Dette kan kobles opp mot Schön sitt perspektiv om refleksjon i handling, og at i usikre situasjoner må profesjonsutøveren gjøre tilpasninger i sitt arbeid. Et annet funn viser også at ved å følge manualen, sikrer den profesjonelle kvaliteten i arbeidet sitt, samt hindrer at terapeutenes forforståelse og forutsetninger påvirker arbeidet. Dette støtter godt opp under Börjeson og Börjeson sitt henholdsvis positive syn på bruk av manualer, samt den pågående debatten om manualbruk. Legger en Dreyfus og Dreyfus til grunn, kan det at informantene tilpasser til en viss grad, indikere at de beveger seg oppover i deres femtrinnsmodell gjennom økende grad av erfaring. Videre viste analysen at de familierapeutene som arbeidet eklektisk med metoden, plukket ut relevante elementer som passet til den enkelte familie. Ved å utøve sin profesjon på denne måten, kan det tenkes at informantene befinner seg på Dreyfus og Dreyfus sitt ekspertstadium der fagpersonen har internalisert metoden og kunnskapen han eller hun besitter. I tillegg viser funnene i undersøkelsen at tidligere erfaring, andre metoder og interesser hos terapeuten kan være med på å påvirke hvordan familierapeuter bruker COS-P i sin profesjonsutøvelse. Dette er nært relatert til Grimen sin tankegang om at profesjonelle har et stort repertoar av kunnskap og erfaring som de



aktivt plukker ut fra. I dette ligger også anvendelsen av skjønn, noe funnene indikerer at i stor grad er til stede hos informantene i deres fleksible utøvelse av COS-P-manualen.

Den andre delen av problemstillingen som fanger opp hvilke virkningsmekanismer familieterapeuter mener metoden har, ga noen interessante funn. Funnene viser at alle virkningsmekanismene som blir presentert i teoridelen har betydning for virkningen av COS-P. Evnen til refleksjon er svært gjennomgående, da mange av informantene mener at dette er en forutsetning for at metoden skal ha virkning. Dette stemmer overens med målet til COS-P. Likevel antyder funnene at det ikke bare er refleksjon og bevisstgjøring som er virkningsfullt med metoden. Det å følge en metode eller systematikk er en annen virkningsmekanisme. Alle terapeutene anvender COS-P i sin profesjonsutøvelse, men fleksibiliteten i bruken av den varierer. Dette støtter Börjeson og Börjeson sitt perspektiv på manualer siden metoden utgjør en trygghet for terapeutene og sikrer kvalitet i arbeidet. Dette er i tillegg sentralt i den pågående debatten om manualbaserte metoder. Funnene er videre i overensstemmelse med Duncan og Sparks som hevder at kvaliteten på relasjonen har større betydning enn den teknikken og metoden som faktisk benyttes, og at de klientorienterte faktorene er avgjørende. Av klientorienterte faktorer nevner familieterapeutene evnen til refleksjon, motivasjon, kognitiv kapasitet, personlige egenskaper og ressurser. Jensen påpeker også at metoden først "blir noe" sammen med klienten og terapeuten. I likhet med andre foreldreveiledningsmetoder er terapeutene også opptatt av betydningen øvelse og mengdetrening har for hvor virksom metoden er. De forutsetter blant annet at foreldrene har kapasitet og evne til å omsette teorien til praksis. Hvor virkningsfull COS-P er kan derfor henge sammen med det å ha en systematikk, relasjonen mellom terapeut og klient, trening, klientorienterte faktorer og evnen til refleksjon. Likevel er det mulig å argumentere for at det å ha en systematikk eller metode kan gjøre størst forskjell, da mesteparten av informantene faktisk gjennomfører manualen fra A til Å.

Funnene antyder i tillegg at COS-P i følge terapeutene er virkningsfull ved at bruk av manualen, enten om det er slavisk eller eklektisk, bidrar til endringer i foreldrenes forståelse av barnets signaler, atferd og behov. Uttalelsene viser også at gjennom bevisstgjøring blir foreldrene klar over sine egne emosjoner og hvordan det påvirker dem i deres oppdragelse av barna sine.

Ut fra funnene kan det virke som om informantene i stor grad anvender skjønn i sin profesjonsutøvelse. Spørsmålet er om de kanskje gjør det mer enn manualen forutsetter, noe jeg muligens ville fått mer tak i dersom jeg hadde gjennomført observasjoner av familieterapeutene i deres arbeid med familier. Likevel fremstår terapeutene svært bevisst over begrensningene ved metoden, ved at de blant annet trekker inn annen kunnskap, andre metoder og interesser utover temaene i COS-P-metoden.

Videre kan det diskuteres om det at informantene bruker COS-P-metoden friere faktisk reflekterer høyere kompetanse, eller om det heller er at de ikke er så nøye med hvordan de benytter verktøyet. På den ene siden kan det indikere at de befinner seg på ekspertstadiet i Dreyfus og Dreyfus sin modell der metoden er internalisert i fagpersonen. På den andre siden kan det bety at informantene ikke helt ser nytten av å bruke hele, og at de tar vurderinger på hva de ønsker å bruke i sitt arbeid. Likevel er det mulig å slå fast at manualer er viktig og nyttig i utøvelsen av deres profesjon, uansett i hvor varierende grad de følger programmet.

Manualbruk kan i tillegg forstås som et kontekstavhengig arbeid, der konteksten er med på å forme familieterapeuters bruk av metoden. Hvordan metoden virker, har vist seg i denne undersøkelsen å avhenge av hvem terapeuten og klienten er, samt deres relasjon og situasjonen de står i. Det kan argumenteres for at selv om manualen er kontekstavhengig, betyr det ikke at den er overflødig. Det er en grunn til at terapeuter bruker akkurat de metodene de gjør, uansett om det skyldes en vurdering av hva som er passende for klienten eller hva terapeuten selv er interessert i.

Et sted langs et kontinuum mellom fullstendig frihet og fullstendig tvang, finnes metoder og manualer. Dersom man forstår manualer og metoder som en tvangstrøye eller et regelverk, havner man på første nivå av Dreyfus og Dreyfus der profesjonsutøvere er kontrollert og styrt av manualen. Denne undersøkelsen har vist at profesjonelle benytter manualer og metoder etter deres eget skjønn i profesjonsutøvelsen. Det synes å være viktig at fagpersoner ikke fanges av metodene, men bruker de til sin fordel i sitt arbeid.

Denne studien kan videre være nyttig for senere forskning på manualbruk og virkningsmekanismer ved COS-P. I fremtidig forskning på hva som er virksomme metoder, kan denne undersøkelsen være et bidrag. Da kan terapeutenes erfaringer utgjøre

et grunnlag for videre forskning. Börjeson og Börjeson (2015) påpeker også at det er en mangel i sosialt arbeid på systematisering av profesjonsutøvers erfaringer, noe jeg forsøker å gjøre i denne oppgaven. Avslutningsvis kan denne masteravhandlingen bringe kunnskap og erfaringer utover i profesjonsfeltet, samt formidle og systematisere praksis til andre fagpersoner.

## 6 Litteraturliste

- Ainsworth, M. D. S. & Bell, S. M. (1970). Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development* (41). URL: <https://www.jstor.org/stable/1127388>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. & Wall, S. N. (2015) *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Psychology Press: New York.
- Berntsen, L. S. & Holgersen, H. (2015) *Entusiasme og gjenkjennelse – En kvalitativ studie av profesjonell og personlig endring etter opplæring i foreldreveiledningsmetoden Circle of Security Parenting DVD*. Hentet fra: <https://psykologtidsskriftet.no/vitenskapelig-artikkel/2015/02/entusiasme-og-gjenkjennelse?redirected=1>
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and Loss: Volume 1. Attachment*. England: The Tavistock of Human Relations.
- Bretherton, I. (1985). Attachment Theory: Retrospect and Prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 3-35. DOI: 10.2307/3333824
- Bretherton, I. (1990). Communication Patterns, Internal Working Models, and the Intergenerational Transmission of Attachment Relationships. *Infant Mental Health Journal*, 11(3), 237-252. DOI: 10.1002/1097-0355(199023)11:3<237::AID-IMHJ2280110306>3.0.CO;2-X
- Bretherton, I. (1992) The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28 (759-775). DOI: 10.1037/0012-1649.28.5.759
- Bråten, B. & Sønsterudbråten, S. (2016) *Foreldreveiledning – virker det? En kunnskapsstatus*. Oslo: Fafø.
- Börjeson, B. & Börjeson, M. (2015) *Förstå socialt arbete*. Upplag 3. Malmö: Liber.
- Cassidy, J., Brett, B. E., Gross, J. T., Stern, J. A., Marin, D. R., Mohr, J. J. & Woodhouse, S. S. (2017) Circle of Security- Parenting: A Randomized Controlled Trial in Head Start. *Development and Psychopathology* (29), DOI: 10.1017/S0954479417000244.
- Cassidy, J., Woodhouse, S.S., Sherman, L. J., Stupica, B. & Lejuez, C. W. (2011). Enhancing infant attachment efficacy and differential susceptibility. *Development and Psychopathology*, Vol 23, 131-148. DOI:10.1017/S0954579410000696.
- Circle of Security [Bilde]. (1999) Hentet fra: <https://www.psykologforeningen.no/foreningen/nyheter-og-kommentarer/aktuelt/hva-er-tilknytning>

- Cooper, Hoffman & Powell (2009). *Circle of Security Parenting: A relationship based parenting program*. COS-P Facilitator DVD Manual 5.0. Revidert norsk versjon 2013. Oversettelse: Jan Chr. Næss. Spokane, WA: Circle of Security International.
- Dreyfus, H. L. & Dreyfus, S. E. (1986) *Mind over Machine: The Power of Human Intuition and Expertise in the Era of the Computer*. Oxford: Basil Blackwell.
- Drugli, M.-B. (2012) *Circle of Security (COS) International – Parenting*. Beskrivelse og vurdering av tiltaket. Hentet fra: [https://ungsinn.no/post\\_tiltak/circle-of-security-cos-international-parenting/](https://ungsinn.no/post_tiltak/circle-of-security-cos-international-parenting/)
- Duncan, B. & Sparks, J. (2015). *I fellesskap for endring. En håndbok i klient- og resultatstyrt praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Eng, H. (2013). *Trygg tilknytning fremmer god psykisk helse*. Hentet 29.03 fra: [http://www.ungsinn.no/post\\_aktuelt/cos-virginia-er-beskrevet-i-ungsinn/](http://www.ungsinn.no/post_aktuelt/cos-virginia-er-beskrevet-i-ungsinn/)
- Eyberg, S. M., Nelson, M. M. & Boggs, S. R. (2008) Evidence-Based Psychosocial Treatmentst for Children and Adolescents with Disruptive Behavior. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology* (37). DOI: 10.1080/15374410701820117.
- Farestveit, T. & Myklebustad, H. (2015) Refleksjon som læringsverktøy. Hentet fra: <http://kurs.helsekompetanse.no/utfordrende/16914>
- Fekjær, S. B. & Skilbrei, M.-L. (2016) *Profesjonsutøvelse i praksis*. Sosiologi i dag, 46 (1), s. 3-8).
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Moran, G. S. & Higgitt, A. C. (1991) The Capacity of Understanding Mental States: The Reflective Self in Parent and Child and Its Significance for Security of Attachment. *Infant Mental Health Journal*, Vol 12 (3). DOI: [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(199123\)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-0355(199123)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7)
- Frøyland, L. (2017). *Systemisk samtale – psykososialt samarbeid med barn, ungdom og foreldre*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Grimen, H. (2008) Profesjon og kunnskap. I Anders Molander og Lars-Inge Terum (red.) *Profesjonsstudier*. Kapittel 3, s. 71-86. Oslo: Universitetsforlaget.
- Grimen, H. & Terum, L. I. (2009) *Evidensbasert profesjonsutøvelse*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Grøholt, B., Garløv, I., Weidle, B. & Sommerschild, H. (2015). *Lærebok i barnepsykiatri*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Helle, J., Boonstra, M. J. O., Broch, K. R, Rød, B. I. & Vøllestad, J. (2017). *En god sirkel*. Hentet fra: <https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2017/06/en-god-sirkel?redirected=1>

- Hoffman, K. T., Marvin, R., Cooper, G. & Powell, B. (2006) Changing Toddlers' and Preschoolers' Attachment Classifications: The Circle of Security Intervention. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol 74(6), 1017-1026. DOI: 10.1037/0022-006X.74.6.1017
- Jensen, P. (2009) *Virkningsdiskursen. Hvordan spørsmålet "hva virker i terapi?" har kommet til å dominere psykoterapiforskningen og vår egen forståelse av terapi*. Hentet fra: <http://hdl.handle.net/11250/98825>
- Johnsen, A. & Torsteinsson, V. W. (2015). *Lærebok i familieterapi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Kim, M., Woodhouse, S. S. & Dai, C. (2018). Learning to provide children with a secure base and a safe haven: The Circle of Security- Parenting (COS-P) group intervention. *Journal of Clinical Psychology* (74). DOI: 10.1002/jclp.22643
- Kjøbli, J., Drugli, M. B., Fossum, S. & Askeland, E. (2012). Evidensbasert foreldretrening: Hvordan kan forskning bidra til at flere barn med atferdsvansker får bedre hjelp? *Tidsskrift for norsk Psykologforening* (49). Hentet fra: <http://dua.uit.no/wp-content/uploads/2012/09/Kjøbli-et-al-2012-Evidensbasert-foreldretrening.pdf>
- Kjøbli, J. & Ogden, T. (2013). *Fellesfaktorer: ingen kur for alt*. Hentet fra: <https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2013/03/fellesfaktorer-ingen-kur-alt?redirected=1>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervjuet*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 66-104. DOI: 10.2307/3333827
- Mercer, J. (2015) Examining Circle of Security: A Review of Research and Theory. *Research on Social Work Practice*, Vol 25(3), 382-392. DOI: 10.1177/1049731514536620.
- Munro, E. (2014). Evidence-Based Policy. I Nancy Cartwright og Eleonora Monstuschi (red.) *Philosophy of Social Science. A New Introduction*. Oxford University Press (s. 48-67).
- Powell, B., Cooper, G., Hoffman, K. & Marvin, B. (2015). *Trygghetssirkelen – en tilknytningsbasert intervensjon*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- RBUP (2014) Trygghetssirkelen – Circle of Security(COS) Virginia: Familiemodell og Gruppemodell. Hentet 29.03.17 fra: <http://www.r-bup.no/pages/trygghetssirkelen-circle-of-security>

- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold, Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. 3. utgave. Bergen: Fagbokforlaget.
- Risjord, M. (2014) *Philosophy of Social Science. A Contemporary Introduction*. London: Routledge.
- Schön, D. A. (1991) *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. London: Ashgate Arena.
- Stafset, L. K., Gomes, J. E. V. & Arnberg, K. (2011). *Manualbasert terapi: erfaringer, muligheter og utfordringer*. Hentet fra: <https://psykologtidsskriftet.no/frapraksis/2011/10/manualbasert-terapi-erfaringer-muligheter-og-utfordringer>
- Sundelin, J. (2013) Karta eller tvångströja? En klinikers möte med 4 familjeterapeutiska manualer. *Fokus på familjen* (41). Hentet fra: [https://www-idunn-no.ezproxy.hioa.no/fokus/2013/03/karta\\_eller\\_tvaangstrja\\_-\\_en\\_klinikers\\_mte\\_med\\_4\\_familjet](https://www-idunn-no.ezproxy.hioa.no/fokus/2013/03/karta_eller_tvaangstrja_-_en_klinikers_mte_med_4_familjet)
- Svanevie, K. (2011) Evidensbasert sosialt arbeid: Från idé till praktik. (Doktoravhandling). Umeå Universitet, Sverige.
- Utgarden, I. H. (2018). *Parent Management Training – Oregon (PMTO)*. Hentet 22.04.19 fra: <https://www.nubu.no/PMTO/>
- Wennerberg, T. (2011) *Vi er våre relasjoner*. Oslo: Arneberg.
- Yaholkoski, A., Hurl, K. & Theule, J. (2016) Efficacy of the Circle of Security Intervention: A Meta-Analysis. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, Vol 15 (2), DOI: 10.1080/15289168.2016.1163161

# Vedlegg 1



Dag Jenssen  
Pilestredet 35  
0130 OSLO

Vår dato: 30.04.2018

Vår ref: 60275 / 3 / LAR

Deres dato:

Deres ref:

## Forenklet vurdering fra NSD Personvernombudet for forskning

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 10.04.2018.  
Meldingen gjelder prosjektet:

60275	<i>COS som endringsarbeid. En kvalitativ studie om terapeuters erfaringer med COS Parenting.</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Høgskolen i Oslo og Akershus, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Dag Jenssen</i>
Student	<i>Karoline Huseby</i>

### Vurdering

Etter gjennomgang av opplysningene i meldeskjemaet med vedlegg, vurderer vi at prosjektet er omfattet av personopplysningsloven § 31. Personopplysningene som blir samlet inn er ikke sensitive, prosjektet er samtykkebasert og har lav personvernulempe. Prosjektet har derfor fått en forenklet vurdering. Du kan gå i gang med prosjektet. Du har selvstendig ansvar for å følge vilkårene under og sette deg inn i veiledningen i dette brevet.

### Vilkår for vår vurdering

Vår anbefaling forutsetter at du gjennomfører prosjektet i tråd med:

- opplysningene gitt i meldeskjemaet
- krav til informert samtykke
- at du ikke innhenter [sensitive opplysninger](#)
- veiledning i dette brevet
- Høgskolen i Oslo og Akershus sine retningslinjer for dataikkerhet

### Veiledning

#### Krav til informert samtykke

Utvalget skal få skriftlig og/eller muntlig informasjon om prosjektet og samtykke til deltakelse.

Informasjon må minst omfatte:

- at Høgskolen i Oslo og Akershus er behandlingsansvarlig institusjon for prosjektet
- daglig ansvarlig (eventuelt student og veileder) sine kontaktopplysninger
- prosjektets formål og hva opplysningene skal brukes til

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

NSD – Norsk senter for forskningsdata AS    Harald Hårfagres gate 29    Tel: +47-55 58 21 17    nsd@nsd.no    Org.nr. 985 321 884  
NSD – Norwegian Centre for Research Data    NO-5007 Bergen, NORWAY    Faks: +47-55 58 96 50    www.nsd.no



## Vedlegg 2

# Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

## *”COS som endringsarbeid. En kvalitativ studie av terapeuters erfaringer med COS Parenting”*

### **Bakgrunn og formål**

Formålet med studien er å undersøke hvordan behandlingsmetoden Circle of Security Parenting (COS-P) bidrar til endringer i familier og deres samspillsmønstre. Hvordan terapeutene arbeider med COS-P og hvilke konsekvenser og endringer de ser hos familiene, samt terapeutenes meninger om hvordan behandlingen virker, vil være fokuset i prosjektet. Studien er et mastergradsprosjekt ved OsloMet - Storbyuniversitetet (tidligere Høgskolen i Oslo og Akershus).

Jeg ønsker å intervjuer COS-sertifiserte terapeuter med minst to års erfaring, for å få innsikt i deres forståelse av og deres erfaring med bruk av COS-P som behandlingsmetode.

### **Hva innebærer deltakelse i studien?**

I denne studien vil intervjuer bli benyttet som datainnsamlingsmetode, der deltakerne får mulighet til å beskrive og utdype sine erfaringer. Spørsmålene vil være knyttet til hvordan deltakerne arbeider med COS-P og hvordan de mener COS-P fungerer som endringsarbeid. Intervjuene vil omtrent vare i 45 minutter, og båndopptaker vil bli benyttet i tillegg til notater underveis i intervjuet.

### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Bare student og veileder vil ha tilgang til personopplysningene og lydopptakene, som vil oppbevares på en kryptert minnebrikke. Deltakerne vil heller ikke kunne bli gjenkjent i publikasjonen.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 30.05.2019. Personopplysningene og lydopptakene vil da bli slettet.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Karoline Huseby på tlf 99 34 44 75 eller mail [karoline-94@live.no](mailto:karoline-94@live.no). Veileder for studentprosjektet er Dag Jenssen, og kan nås på mail [Dag.Jenssen@oslomet.no](mailto:Dag.Jenssen@oslomet.no).

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

## Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 3

### Intervjuguide

Forskningsprosjekt: COS som endringsarbeid. En kvalitativ studie om terapeuters erfaringer med COS Parenting.

#### Informasjon om studien

- Introdusere temaet for samtalen: formålet med intervjuet er å undersøke hvilke erfaringer du som terapeut har med COS-P, og hvordan veiledningen er med på å hjelpe familier som sliter med samhandling. Er opptatt av dine erfaringer, vurderinger og ekspertise om og med COS-P.
- Hva intervjuet skal brukes til: en del av en masteroppgave og vil vare i ca 45 min.
- Informere om taushetsplikt og anonymitet.
- Skrive under på informert samtykke (de skal ha en forståelse av hva de er med på), er også vanlig å si at informantene når som helst kan trekke seg, og at de vil få mulighet til å se hvordan intervjuet har blitt brukt i teksten.
- Informer om opptak.
- Dataene oppbevares på en minnebrikke med passord, og de vil slettes rundt 30/5-19, da masteroppgaven er ferdig.
- Spørre om noe er uklart og om informanten har spørsmål.

#### **Forskningsspørsmål 1: Hvilke utfordringer opplever/erfarer terapeutene at familiene har i hverdagslivet?**

- Hvor lenge har du vært COS-P-terapeut? Utdanning, yrker.
- I hvilke saker benytter du COS?
- Hvilke familiesituasjoner kommer du som oftest bort i?
- Hvordan forstår du familienes hverdagsliv?
- Hvilke utfordringer vil du si at familiene i hovedsak har?
- Hva vil du si er kriteriet for å bruke COS-P i behandling?

#### **Forskningsspørsmål 2: Hvordan arbeider terapeutene med COS-P? Hvordan bruker de verktøyet?**

- Kan du fortelle litt om hvordan du bruker COS-P i arbeid med familier?
- Hva anser du som målet med COS-P, og hva er ønsket utvikling hos foreldrene/familiene?
- Hvordan bygger du opp veiledningen?
- Hvordan tilpasser du veiledningen til familien du arbeider med?
  
- Hvordan innleder du veiledningen?
- Hva legges vekt på i de ulike fasene i COS-P? Hvilke temaer tas opp?
- Hva er fokuset i begynnelsen av veiledningen? Hva er fokuset mot slutten?
- Hvordan foregår fremgangen/utviklingen i veiledningen?
- Ser du noen endringer underveis i behandlingen? Flyttes fokuset til foreldrene? Hvilke endringer observerer du?
- Hvilken del av veiledningen anser du som den mest betydningsfulle? Hvor skapes det mest endringer hos familiene? Hvis målet er å endre tankeprosesser, hvor underveis i veiledningen opplever du at dette skjer?
- Hva bidrar foreldrene/familie med i veiledningen? Hva er deres ansvar/oppgaver? Har de hjemmeoppgaver?
- Hva tenker er kriterier for å si at veiledningen er ferdig? Hvordan avsluttes veiledningen?

**Forskningsspørsmål 3: Hvilke endringer/konsekvenser ser terapeutene hos foreldrene/familiene etter kurset?**

- Hvilken nytte tenker du at foreldrene får ut av å delta på COS-P? / Hvordan vil du si at COS-P kan være nyttig for familiene?
- Hvordan vil du si at målet blir nådd?
- Hva ser du hos foreldrene etter behandlingen, som du ikke så før? Gir foreldrene andre beskrivelser av familiesituasjonen?
- (Hvor mye vil du si at du tilpasser COS til den enkelte familie?)
- Hvordan uttrykker foreldrene sine opplevelser av endret hjemmesituasjon og bedret samhandling med barna?
- Hva er det som oftest bidrar til at foreldrene endrer samspillsmønstrene sine? Hva vil du si er årsakene til at foreldrene endrer samspillsmønstrene sine? Nevne noen.

- Samspillsmønstrene ligger skjult i følelser – undersøke dette nærmere. Hvordan tror terapeuten at COS-P har bidratt til endring i emosjonsregulering og derfor samspillsmønstre?
- Har det vært noen tilfeller hvor du har gjennomført COS-P, men det ikke har hatt noen ønsket virkning? Fortell i så fall mer utdypende.
- (Hva vil du si at endringene skyldes?)

**Forskningsspørsmål 4: Hva tror terapeutene at fungerer med behandlingsmetoden, ut fra egne erfaringer? Terapeutenes meninger om hvordan COS-P fungerer og virker.**

- Hva mener du om virkninger i denne veiledningen?
- Hva tenker du gjør at veiledningen fungerer?
- Hvilken del av COS-P tenker du at er det som gir mest utslagskraft? Bidrar til endringer hos familiene?
- Opplever du at det er motstand underveis i veiledningen? Hvilke reaksjoner møter du?
- Hva anser du som kriteriene for en effektiv behandling?
- Hvilken rolle spiller deltakerens egen innsats for utfallet av veiledningen?
- Virker den på alle eller bare på noen? Hvem virker den ikke på?
- Føler du at du har mulighet til å forme COS-P selv?
- Er du noe du tenker kunne vært annerledes, for at COS skulle hatt større effekt?
- Har du brukt andre veiledninger tidligere, før COS-P? Hvordan opplever du effekten av COS i forhold til tidligere veiledninger du har brukt?

**Avslutning**

- Debriefing: Jeg har ikke flere spørsmål, har du mer du gjerne vil si eller spørre om før vi avslutter intervjuet?
- Takke for deltakelsen
- Hvis jeg lurer på noe senere, er det greit at jeg kan stille oppfølgingsspørsmål på mail?

## Vedlegg 4

### Eksempel på skjema brukt i analysen

Hvordan arbeider familieterapeutene med COS-P? Hvordan bruker de verktøyet?

Spørsmål	A	B	C	D	E	F	G
Hvordan arbeider du med COS-P?							
Hva anser du som målet?							
Hvordan bygger du opp veiledningen?							
Hvordan tilpasser du den enkelte familie?							
Ulike temaer							
Bidrag fra familien							