

A black and white photograph of a hand holding a baby's foot. The hand is positioned in the upper center, with fingers gently gripping the foot. The background is a soft, textured surface, possibly a blanket or fabric. The lighting is soft and even, highlighting the contours of the hand and foot.

Samvær 0-3

Anbefalinger om samvær for de minste barna
etter lov om barn og foreldre

Anbefalingene i det følgende er utarbeidet av deltagerne på et seminar høsten 2013 i regi av Foreningen for sakkyndige psykologer, en faggruppe i Norsk Psykologforening. Anbefalingene er basert på erfaringer fra arbeid med barn, familier og aktuell utviklingspsykologisk kunnskap. Målgruppen for anbefalingene er alle som skal gi råd eller ta beslutninger når samværsordninger for barn i alderen 0 til 3 år skal etableres.

Generelle anbefalinger kan brukes som en **fleksibel rettesnor** for konkrete vurderinger av det enkelte barnets og foreldrenes spesielle situasjon og behov. De må imidlertid aldri brukes som en ufravikelig og rigid regel for etablering av samvær. Anbefalingene må derfor i hovedsak ses som en generell veiledning til foreldre som skiller lag mens barna er små eller når foreldrene aldri har bodd sammen, og det ikke foreligger store utfordringer i de voksnes eller barnets fungering. Foreldrene bør ha **grunnleggende tillit og respekt for hverandre som foreldre**, og støtte opp under barnets forhold til den andre og dennes familie. Som regel er det også en fordel at foreldrene ikke bor for langt fra hverandre.

Når foreldre ikke har bodd sammen, eller har bodd sammen bare kort tid, kjenner de ofte hverandre ikke spesielt

godt. Det kan bety en ekstra utfordring for de voksne når det lille barnet skal bli kjent med den andre av foreldrene. For de fleste små barn vil det likevel være en fordel å bli kjent med, og etablere et forhold til den andre av foreldrene og dennes familie så tidlig som mulig. I en slik situasjon er det spesielt viktig at foreldrene har barnets beste i fokus og er oppmerksomme på barnets reaksjoner, slik at det ikke over lengre tid har en omsorgssituasjon som innebærer **for mye stress og uro**. Det er for øvrig vanlig at små barn ikke viser tegn på stress og uro mens de er på samvær, men reagerer med noe uro og klamring en begrenset periode etter gjenforening med hovedomsorgspersonen. Dette regnes ikke som skadelig stress så fremt vanlig fungering gjenopptas relativt rask.

De minste barna har spesielle utfordringer i sin utvikling. De tidlige barneårene preger livet og utviklingen mer enn noen annen periode i livet. Små barn er avhengige av voksne som både kan **trygge** dem og **utfordre** dem ut fra en forståelse for det enkelte barnets spesifikke utvikling og behov. Små barns evne til å huske, forstå og formidle seg er begrenset. Det betyr ikke at de ikke husker, forstår eller reagerer, men at måten de gjør det på skiller seg fra eldre barns eller voksnes, bl.a. i kraft av at de ikke kan fortelle hvordan de har det. Små barns hjerner utvikler seg

raskt og er av den grunn også svært sårbare. Derfor bør en være forsiktig med hva en utsetter de minste for, slik at de kan bruke det meste av sin kapasitet på egen utvikling, framfor å måtte bruke mye krefter for å tilpasse seg en spesielt vanskelig eller krevende livssituasjon.

Dette krever voksne omsorgspersoner som kan **tolke barnets reaksjoner** noenlunde riktig, forholde seg realistisk til barnets behov og sette egne behov til side når det er på sin plass. Innenfor denne rammen vil det være store forskjeller i foreldres og barns personlighet og væremåte og de sosiale og kulturelle rammene barn vokser opp i.

FAST BASE

I de første 18 til 36 levemånedene anbefales at barn har en fast omsorgsbasis, et fast bosted, det vil si at de for det meste bor og sover samme sted, og har en hovedomsorgsperson. Samtidig bør det være hyppige - men forholdsvis korte - samvær med den andre av foreldrene. Formålet med samværet er å etablere eller opprettholde og forsterke en trygg relasjon uten for lange fravær fra den som barnet bor hos. Hvor lang denne perioden er, vil i praksis være avhengig av om foreldrene har bodd sammen eller ikke, om begge har tatt like mye del i omsorgen tidligere, og om de er relativt enige om sin forståelse av barnets

behov. Under forutsetning av at begge foreldrene og barnet fungerer innenfor normalvariasjonen anbefales følgende som utgangspunkt for drøftinger, avhengig av barnets alder:

1. HALVÅR

0 - 6 MÅNEDER:

Regelmessige og hyppige samvær - for eksempel to ganger hver uke - i tilknytning til barnets hjem og nærmiljø, med hovedomsorgspersonen tilgjengelig eller i nærheten. Om mulig delta i bleieskift, bading, trøsting og litt flaskemating slik at samværsforeldren blir kjent med barnets rutiner og reaksjonsmønstre.

2. HALVÅR

6 - 12 MÅNEDER:

Hyppige og regelmessige samvær over flere timer/dagtid - for eksempel en gang i uken - i eller utenfor barnets hjem. Hvis den geografiske avstanden ikke er for stor og reisetiden for lang, er det fint om barnet i denne perioden også kan bli kjent med samværsforeldrens hjem. Det er viktig å være oppmerksom på at mange barn i en periode rundt ett-års-alder kan reagere sterkere på fravær fra hovedomsorgspersonen og på kommunikasjon med ukjente eller lite kjente mennesker (fremmedfrykt), uten at dette er tegn på at noe er galt. Dette »

- » må likevel tas hensyn til, spesielt i overleveringssituasjoner som kan kreve litt ekstra bruk av tid.

3.HALVÅR

12 - 18 MÅNEDER:

Samvær kan nå forsøksvis utvides til en overnatting hver annen uke. I den mellomliggende uken kan det vurderes et kortere samvær uten overnatting. I denne perioden begynner de fleste barn i barnehage, noe som øker den samlede belastningen på barnets kapasitet til å venne seg til fravær fra hovedomsorgspersonen. For noen barn er dette ukomplisert, mens andre trenger litt mer tid.

4.HALVÅR

18 - 24 MÅNEDER:

Dersom forholdene ligger til rette for det vil de fleste barn nå være bekvemme med en overnatting hver uke. Dersom den ene overnattingen legges til hverdager, gir det samværsforeldren mulighet til å gjøre seg godt kjent med henting og levering i barnehage. Nå vil de fleste barn huske godt og lettere formidle seg. Det er likevel viktig å være oppmerksom på at det vil være store individuelle forskjeller i om barn trives med å sove borte hjemmefra, og hvor lett de mestrer endringer.

5. OG 6.HALVÅR

2 - 3 ÅR:

I denne perioden kan en forsøke å gå over til to overnattinger hver annen helg, samt 2 – 3 kortere ferieperioder (langhelg – en uke), samt noe midtukesamvær.

Etter fylte tre år og dersom forholdene ellers ligger til rette for det, kan en gradvis gå over til lovens normalordning, og eventuelt etter hvert også dele omsorgen på en måte foreldrene finner hensiktsmessig. Ferier kan med fordel deles opp slik at fraværsperiodene ikke blir for lange. Omfattende samværsordninger krever vanligvis at:

- foreldrene bor forholdsvis nært hverandre slik at reisetiden ikke blir for lang, og barnets kontakt med venner og lokalmiljø kan opprettholdes uavhengig av oppholdssted.
- foreldrene har en rimelig grad av tillit til hverandre og kan koordinere rutiner m.v.
- barnet trives godt med ordningen – selv om overgangensuro kan forekomme i en begrenset periode. En individuell vurdering av om ordningen passer barnet ut fra temperament, preferanser og kapasitet er alltid nødvendig. Vær obs på at barns eventuelle reaksjoner etter hjemkomst fra samvær ikke må bety at noe er galt, men kan bety at de rett og slett savner den andre eller ikke liker forandringer.

Mer samvær kan vurderes når

- foreldrene ikke har store vansker med kommunikasjonen i forhold til hverandre
- barnet har større søsken som det er trygg på og liker å være sammen med
- barnet gir klart uttrykk for at det liker å være hos den andre og gleder seg til samvær
- barnet har gode og etablerte rutiner som følges av begge foreldre
- foreldrene har samarbeidet godt nok om omsorgen både før og etter bruddet
- begge ser på hverandre som en ressurs for barnet
- nettverket hos begge fungerer godt og relativt konfliktfritt
- foreldrene håndterer stress på en god måte og kan be hverandre om hjelp
- foreldrene har evne til å endre samværsordningen dersom barnet har behov for det
- foreldrene er forutsigbare, stabile og kan opprettholde kontinuitet i kontakten

Mindre samvær kan vurderes når

- samværsforelderen ikke anerkjenner hovedomsorgspersonens betydning for barnet
- samværene er for urolige med mange reiser, mennesker og aktiviteter som fører til stress og uro for barnet
- manglende emosjonell tilgjengelighet hos en eller begge voksne
- partnerhistorien forurenser samværene
- personlighetsrelatert vold, rus, psykopatologi
- svært høyt konfliktnivå mellom partene og derav følgende stadige diskusjoner og uenigheter eller motstridende strategier i omsorgen for barnet
- relasjonelle vansker, reguleringsvansker, tilknytningsvansker eller andre utviklingsmessige vansker og belastninger hos barnet
- barnet har spesielle vansker eller er spesielt sårbart
- det er manglende forståelse for barnets situasjon, fungering eller reaksjoner
- det foreligger sosial sårbarhet og lite nettverk eller andre begrensninger hos foreldrene
- opphopning av risikofaktorer



NORSK **PSYKOLOG**
FORENING

FOSAP  FORENING FOR SAKKYNDIGE PSYKOLOGER

OSLO, 1. SEPTEMBER 2014