



**Heidi Fjeldheim**  
Jessheim

## Siding with the angels without neglecting the ghosts

Mange kan se tilbake på egen barndom og hente fram gode minner med foreldre, besteforeldre og andre viktige voksne. Barndomsminner som er fylt av lukter og smaker og gode følelser. Men hva med de som ikke er så heldige? Hva med de som har hatt en barndom preget av negative erfaringer, skuffelser og svik? Erfaringer som også er fylt av lukter og smaker og følelser, men som ikke kan brukes til annet enn å vise med tydelighet hva man ikke bør gjøre... Mange barn har lovet seg selv at de ALDRI skal gjøre som sine foreldre når de blir voksne og får egne barn. Det å skulle skape forelderrollen i kontrast til egne oppveksterfaringer, istedenfor i forlengelsen av dem er imidlertid en krevende oppgave. Hvordan skal vi best kunne hjelpe dem å bryte de mønstrene de har vokst opp med så de kan gi sine barn noe annet enn de selv fikk? Mye tyder på at det å lete etter unntakshistorier, øyeblikk hvor en kjente seg spesiell, elsket og trygg i egen barndom på tross av alt det vonde som skjedde kan være svært potent – selv om de bare er unntak...

Forskere og klinikere har lenge befattet seg med det paradoksale i at en generasjon overfører sine negative oppvekstbelastninger til den neste, på tross av sterke intensjoner om å gjøre det motsatte (Fraiberg, Adelson, & Shapiro, 1975; Main & Goldwyn, 1984). Forskning viser at det er svært vanskelig å

endre dysfunksjonelle generasjonsmønstre, selv for de mest etablerte internasjonale behandlingsprogrammene (Eckenrode et al., 2010; Howard & Brooks-Gunn, 2009; Kitzman et al., 2010). Når vi mislykkes med å stoppe generasjonsoverføringer av traumer, mishandling, vanskjøtsel og relasjons-

vansker blir konsekvensene for neste generasjon alvorlige og vidtrekkende helsemessig, emosjonelt, kognitivt og relasjonelt (Belsky, Conger, & Capaldi, 2009; Felitti et al., 1998; Sadler, 2013; Shonkoff & Phillips, 2000; Thornberry, Freeman-Gallant, Lizotte, Krohn, & Smith, 2003). Idealene våre om sosial mobilitet og like muligheter for alle, utfordres i møte med familier som i generasjoner har levd på utsiden, som reproducerer sine mønstre og ikke klarer å bryte ut av dem. Behovet for tidlig identifisering og støtte til mødre med traumebelastede barndommer er godt dokumentert (Plant, Jones, Pariante, & Pawlby, 2017). Men hva er den mest effektive måten å jobbe med negative generasjonsmønstre i graviditet og tidlig spedbarnsfase?

Sped- og småbarnsfeltet har hatt stor tro på at økt innsikt og reflekterende fungering kan føre til handlingsalternativ og dermed endring. Forskningsfeltet peker på den medierende effekten foreldre reflekterende fungering har på omsorgsutøvelsen (Slade, 2002) og hvordan det negativt korrelerer med så vel desorganisert tilknytning hos barn, som forstyrret affektiv dyadisk kommunikasjon (Grienenberger, Kelly, & Slade, 2005; Sadler, 2013). Men tross en god reflekterende fungering og en evne utenom det vanlige til å ta andre perspektiv, kan det være krevende å forme egen foreldrerolle i kontrast til og ikke i forlengelsen av egne erfaringer. Hvor krevende det kan være ble tydelig for meg en dag i terapirommet for noen år siden da følgende ord ble uttalt:

Så jeg skal gi mitt barn det jeg aldri har fått og heller ikke vet hva er?

Hun var verken sint eller anklagende, bare overveldet over den enorme omsorgsoppgaven hun hadde fått. Det sank i meg når jeg tok alvor inn over meg. Det var det jeg hadde sagt, og det var det jeg hadde ment, og det var ingen vei utenom hvis hun skulle være mor og barnet hennes skulle få det godt nok. Men der og da var det bare brutalt og uendelig urettferdig.

Når vi vet så mye om mønstre som dannes i tidlig barndom og nedfeller seg i kropp og sinn og hvor vanskelig det er å bryte dette, blir det store spørsmålet: «Hvorfor repeterer ikke alle egen barndom?» Hva er det som gjør at enkelte, på tross av de samme erfaringene ikke repeterer? Er det noe vi kan trekke ut av disse unntakshistoriene som kan være med å forme vår forståelse og praksis?

## Skattekasse og gravkammer

Mange av oss har et rikt skattekammer av barndomsopplevelser. Erfaringer med å kjenne oss spesielle, trygge og elsket sammen med viktige voksne. Øyeblikk på bestemorfang som lukket kaffe og kamfer, på et traktorsete ved siden av verdens sterkeste bestefar, eller på kjøkkenbenken med nystekte vafler når livet buttet i mot. Minner vi lett kan hente fram og bruke når vi skal utforme egen foreldrerolle. Erfaringer som gir et indre bilde av hvordan omsorg kan se ut, som ikke er en abstrakt ide, men lukten av bakst, lyden av rolige stemmer og varmen fra en trygg og vennlig kropp. Dette er minner vi har tilgang til, som ligger lagret i kropp og sinn og som vi ønsker å gjenskape med egne barn, fordi vi vet hvor godt det kjennes å føle seg elsket, trygg og spesiell.

Hva med de som opplever det motsatte? At det å grave i fortiden er et risikoprojekt fordi eksemplene på at de har kjent seg utrygge og lite elsket er så mange? De som føler at de må lukke disse rommene og ikke kan bruke dem når de skal forme egen rolle, men som må skape foreldrerollen i kontrast til egne erfaringer? De som kjenner at de har et gravkammer av vonde barndomsminner, episoder hvor de har følt seg tilsidesatt, vanskjøttet, mishandlet, redde og krenket?

## Når skapet er fullt av skjeletter og spøkelser

Negative generasjonsoverføringer av vold, vanskjøtsel og traumer har vært studert i flere tiår (Belsky et al., 2009; Fraiberg et al., 1975; Grienenberger et al., 2005; Main & Goldwyn, 1984; Angela J. Narayan, Bucio, Rivera, & Lieberman, 2016; Plant et al., 2017; Sadler, 2013; Slade, 2002; Sroufe, Egeland, Carlson, & Collins, 2005; Thornberry et al., 2003). Vi har etter hvert begynt å forstå den indre logikken i overføringene og hvordan de utspiller seg i møte med neste generasjon. Alle-rede på 1970-tallet ordsatte Selma Fraibergs dette fenomenet og kalte det «ghosts in the nursery» (Fraiberg et al., 1975). Spøkelsene ble en metafor på det som hindret foreldre i å fange opp, fortolke og møte sine barns behov på en empatisk måte. Spøkelsene bestod i konkrete minner fra egen barndom om å bli forlatt, utsatt for krenkelser og

traumer i møte med nære omsorgspersoner. Disse spøkelsesminnene hjemsoekte, i følge Fraiberg, de voksne når de stod overfor egne barns sårbarhet og frykt, som ble uutholdelige å håndtere. Hvorfor? Det er en viss logikk i at det er vanskelig å forholde seg til følelser i andre mennesker som ikke har vært tillatt i eget liv. Det likner for mye, og det skaper for mange ambivalente responser. Å se sårbarhet, redsel og overveldelse hos et barn kan skape mye uro når nettopp disse følelsene ikke fikk plass i egen barndom, men ble oversett, negativt fortolket eller misforstått. Den samme uutholdelige følelsen vi opplevde når vi ble sviktet som barn kan overmanne oss som voksne og gjøre at vi beskytter oss mot barnets sårbarhet. I stedet for å se på barnet med et mildt og ivaretagende blikk og utløse beskyttende atferd, så Fraiberg at mange reagerte med avvising og sinne. I stedet for å identifisere seg med barnet og ta inn over seg dets behov og følelser, identifiserte de seg med den voksne fra egen oppvekst. De møtte barnets sårbarhet med kulde og hardhet og fortolket det negativt som slem, krevende eller manipulerende. I nyere tid vil andre begreper som for eksempel haimusikk være mer kjente for de samme fenomenene.

### Løvetannmødre og engler

Det finnes imidlertid foreldre som på tross av spøkelses og skjeletter fra egen oppvekst klarer å identifisere seg med sine barn og møte deres behov på en sensitiv måte (Lieberman, Padron, Van Horn, & Harris, 2005; Lieberman, Van Horn, & Ippen, 2005; Angela J Narayan et al., 2016; A. J. Narayan, Ghosh Ippen, Rivera, & Lieberman, 2015; A. J. Narayan, Ippen, Harris, & Lieberman, 2017; A. J. Narayan, Rivera, Bernstein, Harris, & Lieberman, 2018). Jeg vet ikke om løvetannmødre er et etablert begrep, men jeg velger å bruke betegnelsen om disse kvinnene som på tross av egen oppvekst klarer å ta parti for egne barn. Alicia Lieberman & miljøet rundt Child-Parent Psychotherapy (CPP) begynte å studere denne gruppen systematisk for å forstå hva som kjennetegnet løvetannmødrene. Det de fant var det de omtalte som engleminner. De som lyktes med å gi sine barn noe annet enn de selv hadde fått, virket å ha tilgang til oppvekstfortellinger om unntak, historier om en mor som ikke alltid var full, men som også kunne

være vennlig, kjærlig, flette håret og lage en varm kopp te. Eksempler på en pappa som ikke alltid slo, men også hadde øyeblikk hvor han viste interesse, beskyttet eller heiet på fotballbanen. De hadde på en eller annen måte en erindring av dette og kunne nyansere bildet av forelderen og dermed også av seg selv. Det som var svart-hvitt ble nyansert, og det fantes et handlingsrom som kunne utvides og jobbes med. Lieberman et al definerte disse oppvekstminnene som engleminner, historier med omsorgspersoner som har bidratt til at de har følt seg elsket, spesielle og beskyttet. De hevder at det er en sammenheng mellom det å kunne hente fram disse minnene og å bryte generasjonsforbannelsen (Lieberman, Padron, et al., 2005; A. J. Narayan et al., 2017).

Hva er det ved disse unntakene som er så viktig? Kan hende skjer det noe med oss som mennesker når vi *ikke alltid* kjenner oss utrygge eller uelsket? Kan hende det kommuniserer at vi er verdt å elske? Ikke som en forventning om at det alltid vil skje, men det at det finnes eksempler på det, gjør at man ikke kan si at et bastant ALDRI... Ideen om engleminner er en videreutvikling av spøkelsesminnene. Engleminnene er konkrete, sansemetedede erfaringer med viktige voksne, som gir barn en følelse av å være trygge, spesielle og elsket. Enkle historier som gir et konkret innhold til de mer abstrakte begrepene kjærighet, tilknytning og trygghet. Englehistoriene kan, til tross for at de er unntakshistorier, ha en iboende kraft til endring, fordi de motbeviser et bastant aldri. I det vi kan "kile" inn en mulighet for at man har kjent seg elsket eller trygg, sier det noe om at man ikke er uverdigg som menneske. For noen kan disse glimtene inn i egen barndom, hvor følelsen av å være redd og bli beskyttet, åpne opp muligheten for å ta i mot sitt eget barns redsel eller utrygghet med beskyttelse. Dette blir mulig fordi man har en erindring om at det var en enorm lettelse, at det var uendelig godt å bli passet på, eller sett på med et ømt blikk og elsket, og man kan gi dette videre.

### Engler & spøkelses i terapirommet

Lieberman, Van Horn og Harris har utarbeidet et klinisk intervju som tapper engleminner. Det er laget over samme lest som traumeminner med vekt på sanse-inntrykk, selve narrativet og potensialet

til å bruke det (Lieberman, Padron, et al., 2005; A. J. Narayan et al., 2017).

Tab. 1. Angles in the Nursery Interview Questions

Nr.	Questions
1.	Do you have a memory of a time when you were little when you felt especially loved, understood, or safe? a) What is the content of the memory? b) How old were you at the time?
2.	Do you remember any smells, sights, sounds, or other sensations that are connected with the memory?
3.	Do you have another memory involving that person were you felt especially loved, understood, or safe?
4.	Are there memories of feeling especially loved, understood, or safe with anyone else?
5.	How do you feel now as you speak about these memories?
6.	Is there anything about these memories that you want to use in raising your child, to help bring that kind of feeling to you and your child?
7.	If I were to see your child 20 years from now, what would you like him/her to tell me about you?

Det er utviklet et skåringssystem for intervjuet som gir kvantitative skåre på tre dimensjoner; 1) kvantitet og kvalitet på de gode minnene, 2) alvorlighetsgrad på og omfang av invaderende negative minner og 3) generaliserbarhet til eget foreldreskap emosjonelt og/eller atferdsmessig.

Det finnes ulike typer minner, og det varierer hvor lett eller vanskelig de er å hente fram. Enkelte har tilgang til rendyrkede unntakshistorier, historier som begynner og ender godt og gir entydige følelser. Disse er lettere å bruke aktivt i terapi. Andre har minner som invaderes eller overskygges av negative aspekter. Dette er minner som er ambivalente og mer utfordrende å bruke fordi de frembringer sterke og ambivalente følelser og lett kan ugyldiggjøre den gode delen av minnet. Eksempler på det kan være minnet om en far som endelig kom på skoleavslutning, som var stolt og glad over barnet på scenen, men som i pausen ruset seg og avsluttet det hele med å bli høylydt, aggressiv og tatt hånd om av andre. Eller en mor som endelig klarte å ta tak og rømme med barnet til bestemor og ble

tatt i mot med åpne armer og en stor kopp kakao, men som avsluttet kvelden med å dra tilbake til en voldelig og aggressiv far som straffet hele familien.

I psykoterapi med gravide og spedbarnsforeldre med multiple oppvekstbelastninger, kan det å lete etter engleminner på en respektfull, rolig og omsorgsfull måte være et viktig arbeid. Å rette søkelyset på gode historier i en barndom preget av traumer er imidlertid balansekunst! Det er helt klart eksempler på at det kan være en svært sår prosess å hente fram ambivalente minner som rommer det gode og det smertefulle. Det stiller krav til at vi kan følge og lede pasientene våre inn og ut av rekken av minner på en måte som er trygg og ikke skyver dem langt utenfor toleransevinduet.

Jeg tror det kan være øyeblikk hvor vi er for skjøre psykologisk sett til å lete. En kvinne jeg nylig hadde i terapi, som var preget av hyppig dissosiering og kompleks PTSD synliggjorde dette for meg da hun sa at hun ikke kunne gå dit nå, at hun ikke ville tåle det. Jeg tror hun hadde rett i det. Hun gikk parallelt i langvarig behandling ved lokal DPS og var godt ivaretatt, men allikevel for skjør psykologisk sett til å begynne å lete etter gull i gravkammeret. Det hun imidlertid kunne klare var å lytte til partnerens engleminner og nyttiggjøre seg dem på et mer konkret plan. Vi delte dermed hans engleminner og kunne gjennom hans fortellinger få ideer til hvordan det å kjenne seg trygg, elsket og spesiell kunne se ut i deres kommende familie.

### Teoretisk forankring

Lieberman er utdannet innen en psykoanalytisk/psykodynamisk tradisjon, og engleminnene som en videreutvikling av Fraibergs spøkelsesminner, er utviklet innenfor en psykoanalytisk tradisjon. Forståelsen av fenomenene og bruken av gode og vonde barndomsminner i eget foreldreskap, kan gi mening innenfor flere tradisjoner. Det kan forstås som en omskriving, eller utvidelse av oppveksthistoriene hvor unntakene løftes fram og gyldiggjøres. Det kan sees på som en form for økt kognitiv fleksibilitet, som vi kan finne igjen innenfor kognitive tradisjoner, hvor det å nansere det svart-hvite gir et handlingsrom. Måten englehistoriene kan brukes på vil avhenge av foreldrene i terapirommet.. Kognitivt sterke og reflekterte foreldre kan ha nytte av å tenke på det som en form for kogni-

tiv fleksibilitet, eller som endring av forestillinger om seg selv eller egne foreldre. Endringen kan også forstås som et bytte av kognitivt skjema. Er det kognitivt svakere fungerende foreldre, kan de ha god nytte av de konkrete eksemplene på omsorg, så de kan forstå hvordan det ser ut i praksis og tenke at "det kan vel også jeg klare"?

Ved å lete etter disse øyeblikkene og bruke dem, gi dem plass, bekrefte dem, anerkjenne dem og gjennom dem slå sprekker i ideene om at jeg aldri var verdt å elske, aldri ble trøstet, aldri følte meg trygg kan det finnes et handlingsrom for endring. De konkrete handlingene i minnene kan brukes som eksempler som foreldre kan gjenta med egne barn og gi en opplevelse av at «det kan jeg også få til!». De store eksistensielle begrepene brykkes ned til varme kakaokopper, lukten av vafler, sykelturer og sandkasselek, altså aktiviteter som er overkommelige å få til.

### Å ta parti for englene uten å overse spøkelsene

Det er en reell drakamp i mange foreldres indre, mellom å beskytte og å unnvike, avvise eller krenke i møte med egne barns sårbarhet. Når vi kan hente fram øyeblikk hvor vi selv ble møtt godt og kan pensle disse ut med sanseintrykk, følelser og tanker, er det antagelig lettere for oss å ville gi dette til egne barn, fordi vi kommer i kontakt med hvor lett vi selv ble og hvor godt det kjentes. Det blir da lettere å gjenskape en trygg og god opplevelse enn å reagere med sinne og avvisning.

Har vi alle barndomserfaringer det er verdt å grave etter? Det er vanskelig å forestille seg at vi kan overleve som mennesker uten noen erfaringer med å bli ivaretatt. Etter å ha jobbet i slummen og på gata i Brasil i en årrekke, på akutt- og utredningsinstitusjoner i inn- og utland og i BUP og barnevernet i Norge, har jeg enda til gode å treffe et menneske som ikke har opplevd et vennlig øyeblikk som kan defineres som et engleminne. Selv Gabi, som jeg ble kjent med som 13-åring, og som hadde hatt 7 stefedre og like mange søsken, som hadde opplevd at en av dem tok en machete og kappet armen av moren hennes, kunne fortelle om gode øyeblikk med viktige voksne som hadde festet seg i henne. Voksne som hadde vist henne helt konkret hvordan det å gi omsorg kunne se ut

når hun selv skulle bli mor. Eller Lu, som jeg ble kjent med som 15-åring, som hadde et tosifret antall søsken og en mor som levde blant søppelplukkerne i Brasil. Kun et fåtall av søsknene overlevde barndommen. Lu, kunne på tross av alt fortelle om øyeblikk av menneskelig varme og godhet, øyeblikk som hun kunne støtte seg til i egen morsrolle når hun skulle kjempe sin kamp for å bryte generasjonsforbannelsen som hadde herjet familien hennes i årtier.

### Referanser

- Belsky, J., Conger, R., & Capaldi, D. M. (2009). The intergenerational transmission of parenting: introduction to the special section. *Dev Psychol*, 45(5), 1201-1204. doi:10.1037/a0016245
- Eckenrode, J., Campa, M., Luckey, D. W., Henderson, C. R., Jr., Cole, R., Kitzman, H., . . . Olds, D. (2010). Long-term effects of prenatal and infancy nurse home visitation on the life course of youths: 19-year follow-up of a randomized trial. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 164(1), 9-15. doi:10.1001/archpediatrics.2009.240
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., . . . Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *Am J Prev Med*, 14(4), 245-258.
- Fraiberg, S., Adelson, E., & Shapiro, V. (1975). Ghosts in the nursery. A psychoanalytic approach to the problems of impaired infant-mother relationships. *J Am Acad Child Psychiatry*, 14(3), 387-421.
- Grienberger, J. F., Kelly, K., & Slade, A. (2005). Maternal reflective functioning, mother-infant affective communication, and infant attachment: exploring the link between mental states and observed caregiving behavior in the intergenerational transmission of attachment. *Attach Hum Dev*, 7(3), 299-311. doi:10.1080/14616730500245963
- Howard, K. S., & Brooks-Gunn, J. (2009). The role of home-visiting programs in preventing child abuse and neglect. *Future Child*, 19(2), 119-146.
- Kitzman, H. J., Olds, D. L., Cole, R. E., Hanks, C. A., Anson, E.A., Arcoleo, K.J., . . . Holmberg,



- J. R. (2010). Enduring effects of prenatal and infancy home visiting by nurses on children: follow-up of a randomized trial among children at age 12 years. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 164(5), 412-418. doi:10.1001/archpediatrics.2010.76
- Lieberman, A. F., Padron, E., Van Horn, P., & Harris, W. W. (2005). Angels in the nursery: The intergenerational transmission of benevolent parental influences. *Infant Ment Health J*, 26(6), 504-520. doi:10.1002/imhj.20071
- Lieberman, A. F., Van Horn, P., & Ippen, C. G. (2005). Toward evidence-based treatment: child-parent psychotherapy with preschoolers exposed to marital violence. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 44(12), 1241-1248. doi:10.1097/01.chi.00000181047.59702.58
- Main, M., & Goldwyn, R. (1984). Predicting rejection of her infant from mother's representation of her own experience: implications for the abused-abusing intergenerational cycle. *Child Abuse Negl*, 8(2), 203-217.
- Narayan, A. J., Bucio, G. O., Rivera, L. M., & Lieberman, A. F. (2016). Making Sense of the Past Creates Space for the Baby: *Perinatal Child-Parent Psychotherapy for Pregnant Women with Childhood Trauma. Zero to three*, 36(5), 22-28.
- Narayan, A. J., Ghosh Ippen, C., Rivera, L. M., & Lieberman, A. F. (2015). *The benevolent Childhood Experiences (BCEs) scale*.
- Narayan, A. J., Ippen, C. G., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2017). Assessing angels in the nursery: A pilot study of childhood memories of benevolent caregiving as protective influences. *Infant Ment Health J*, 38(4), 461-474. doi:10.1002/imhj.21653
- Narayan, A. J., Rivera, L. M., Bernstein, R. E., Harris, W. W., & Lieberman, A. F. (2018). Positive childhood experiences predict less psychopathology and stress in pregnant women with childhood adversity: A pilot study of the benevolent childhood experiences (BCEs) scale. *Child Abuse Negl*, 78, 19-30. doi:10.1016/j.chiabu.2017.09.022
- Plant, D. T., Jones, F. W., Pariente, C. M., & Pawlby, S. (2017). Association between maternal childhood trauma and offspring childhood psychopathology: Mediation analysis from the ALSPAC cohort. *The British Journal of Psychiatry*, 211(3), 144-150. doi:http://dx.doi.org/10.1192/bjp.bp.117.198721
- Sadler, L., S., Slade, Arietta., Close, Nancy, Webb Denise L., Simpson, Tanika. (2013). Minding the baby: Enhancing reflectiveness to improve early health and relationship outcomes in an interdisciplinary home-visiting program. *Infant Mental Health Journal*, 00(0), 1-15. doi:10.1002/imhj.21406
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. Washington (DC): National Academies Press (US).
- Slade, A. (2002). Keeping the baby in mind: A critical factor in perinatal mental health. *Zero to three, June/July*, 10-16.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W. A. (2005). *Placing Early Attachment Experiences in Developmental Contexts: The Minnesota Longitudinal Study*. In K. E. Grossmann, K. Grossmann, & E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood: the major longitudinal studies* (pp. 48-70). New York: Guilford Press.
- Thornberry, T. P., Freeman-Gallant, A., Lizotte, A. J., Krohn, M. D., & Smith, C. A. (2003). Linked lives: the intergenerational transmission of antisocial behavior. *J Abnorm Child Psychol*, 31(2), 171-184.

### Abstract

The devastating effects of intergenerational transmission of adversities are far-reaching, having an impact on a range of health, emotional, relational, social and cognitive outcomes. The perinatal period holds potential for growth and transformation as well as the risk of repeating old patterns of relationship. In perinatal psychotherapy we seek to address traumatic childhood memories as well as uncovering and integrating early experiences of safety, intimacy and love. In short we aim to "side with the angels without neglecting the ghosts".

**Nøkkelord:** Generasjonsoverføringer, unntakshistorier, engleminner, perinatal psykoterapi, gravide.

**Keywords:** Intergenerational transmission of adversities, angel memories, perinatal psychotherapy, pregnant.

**Heidi Fjeldheim** er Spesialist i barn og unges psy-

kiske helse med fordypning i intersubjektiv psykoterapi for barn og unge. Hun jobber i dag på BUP Øvre Romerike, Ahus, i sped- og småbarnsteamet og har lang klinisk erfaring fra psykiatri- og barnevernfeltet i Norge og Brasil. Hun har jobbet forebyggende i kommunen, akutt, utredning og tiltak i barnevernet, oppsøkende gateteam, institusjon og slum i Brasil og i BUP. Hun er Marte Meo terapeut, COS-P terapeut og har videreutdanning i psykodrama fra Brasil.

heidifdasilva@gmail.com  
heidi.fjeldheim@ahus.no