

Hvordan påvirkes emosjonell modenhet hos unge voksne med intellektuell funksjons- nedsettelse i overgang til egen bolig?

Funn fra kartlegging av emosjonell modenhet hos seks unge voksne før og etter flytting hjemmefra

Lene Fredriksen, vernepleiespesialist, Voksenhabiliteringstjenesten,
Nordlandssykehuset Lofoten

Tom Jensen, Vernepleiespesialist, PUA, Oslo universitetssykehus, PUA

Trine Lise Bakken, Oslo universitetssykehus, Fag- og forskningsleder,
NKUP, Oslo universitetssykehus

**For unge voksne med intellektuell funksjons-
nedsettelse markeres inngangen til voksenlivet
ofte med flytting hjemmefra.**

Samtidig kan denne overgangen innebære betydelige emosjonelle og relasjonelle bevegelser som ikke blir fanget opp i arbeidet med planlegging og tilrettelegging. I dette prosjektet kartla vi emosjonell modenhet hos seks unge voksne både rett før og omtrent ett år etter flytting. Funnene viser et tydelig fall i emosjonell modenhet på flere sentrale områder hos flertallet av deltakerne i tiden etter etablering i eget hjem, til tross for en svært godt tilrettelagt prosess i forkant. Resultatene gir viktige implikasjoner for hvordan tjenester best kan støtte unge voksne i en viktig fase.

Overgangen fra foreldrehjem til egen bolig regnes som en av de mest omfattende livsendringene for unge voksne med utviklingshemming. Flyttingen innebærer ikke bare et fysisk skifte, men en stor endring i hverdagsstruktur, krav og forventninger. Forskning viser at personer med intellektuell funksjonsnedsettelse er særlig sårbare for stress og uforutsigbarhet ved store livsoverganger (Hatton og Emerson, 2004).

Emosjonell modenhet beskriver hvordan en person forstår, uttrykker og regulerer følelser i samspill med andre (Sappok mfl., 2023). Vanligvis gjennomgår personer med utviklingshemming de samme emosjonelle utviklingsfasene som barn med normalutvikling (Bakken, 2025). Det viser seg imidlertid at de kan ha en økt risiko for forsinket eller ufullstendig emosjonell utvikling. I litteraturen beskrives det emosjonelle utviklingsnivået å ikke alltid samsvare med det kognitive nivået (Leirvoll, Høye & Bakken 2015). Endringer i emosjonell modenhet kan derfor være et viktig signal for hvordan en overgangsprosess påvirker den unge voksne som skal flytte i eget hjem.

Målet med dette prosjektet var å kartlegge emosjonell modenhet hos unge voksne med intellektuell funksjonsnedsettelse før og etter en nøye planlagt flytteprosess. Arbeidet som ble lagt ned i forkant av selve flyttingen var omfattende, strukturert og praksisnært (Fredriksen mfl., 2025).



Metode

Deltakergruppen besto av seks unge voksne som sto foran flytting fra foreldrehjem til bemannet bolig i hjemkommunen. Vi benyttet SEED 2 (Skala for evaluering av emosjonell utvikling) – et forskningsbasert verktøy – for å vurdere emosjonell modenhet hos personer med intellektuell funksjonsnedsettelse (Tarasova mfl., 2022). Her vurderes følgende områder: *forhold til egen kropp, samspill med omsorgspersoner, forhold til endring i omgivelsene, emosjonell differensiering, relasjon til andre mennesker, forhold til den materielle verden, kommunikasjon og emosjonsregulering.*

Informanter *før flytting* var foreldre og lærere i kommunenes voksenopplæringsenhet. Informanter *etter flytting* var de samme lærerne, ikke foreldre. Til tross for at lærerne i dette tilfellet kjenner elevene sine svært godt etter mange år, er forskjellen i informantsituasjonen relevant, fordi klinisk erfaring viser at foreldre tenderer til å vurdere emosjonell modenhet høyere enn fagpersoner. Kartlegging ble gjennomført én gang rett før flytting, og én gang omtrent 6-8 måneder etter innflytting i egen leilighet.

Resultater og diskusjon

Funnene viste en tydelig nedgang i emosjonell modenhet på flere domener (områder) etter flytting. Dette gir grunnlag for et nyansert syn hva som faktisk skjer emosjonelt i slike overganger, og hva både spesialisttjenester og kommunale tjenester bør være særlig oppmerksomme på. Fire av de seks deltakerne gikk ned ett nivå på områdene *samspill med omsorgspersoner, relasjon til andre mennesker og emosjonell differensiering. Samspill med omsorgspersoner:* flytting innebærer nye omsorgspersoner og kan representere et brudd i den trygge tilknytningen og kontinuiteten til dem som er nærmest, nemlig foreldrene, noe man kan anta er uheldig for emosjonell stabilitet hos mennesker med forståelsesvansker. Vedrørende området *relasjon til andre mennesker*, vil nye omgivelser, nye ansatte og nye naboer innebærer et betydelig krav til omstilling, også sosialt, selv om de seks ungdommene i prosjektet kjenner hverandre og enkelte av personalet godt fra før. Personer med intellektuell funksjonsnedsettelse trenger ofte lang tid for å opparbeide sosial trygghet i nye situasjoner og relasjoner. *Emosjonell differensiering* krever evne til å tolke og uttrykke ulike følelser som vanligvis krever både trygghet og lavt stressnivå (Thompson, 2011). Det er rimelig å tro at flytting i seg selv er såpass belastende at det påvirker evnen til emosjonell nyansering, noe som stemmer med funnene i dette prosjektet. Til sammen kan funnene tolkes som en tydelig nedgang i følelsesmessige og relasjonelle ferdigheter, og er i tråd med hypotesen vi hadde utarbeidet i forkant.



Mer overraskende var det at kun to av seks gikk ned ett nivå på området *emosjonsregulering*. Med tanke på stressbelastningen en flytting innebærer, forventet vi en noe større nedgang her. Mulige forklaringer kan være at gode miljøterapeutiske intervensjoner som for eksempel høy grad av struktur og forutsigbarhet i hverdagen kan støtte god regulering (Bakken, 2023). I og med at kun lærere var informanter på siste kartlegging kan det også være at man ser mindre av slike vansker i en skolesetting, enn hjemme.

Å flytte for de seks unge med intellektuell funksjonsnedsettelse var svært nøye planlagt gjennom mange år. Det hadde

vært et langvarig og tett samarbeid mellom foreldre, kommunal ledelse, personale på skole og dagaktivitetstilbud i tillegg til personalet i aktuell bolig. Habiliteringstjenesten hadde fulgt prosessen og gjennomført opplæring i å bo for seg selv med brukerne før flytting.

Dette innebærer at nedgangen vi fant ikke nødvendigvis fullt ut kan forklares med mangelfull planlegging, noe som kanskje gjør funnene desto mer relevante. Kommunen har lagt opp til langturnus, faste primærkontakter og stabilitet i personalgruppen. Det at deltakerne likevel viste fall i emosjonell modenhet kan peke mot at relasjonelle brudd ikke kan kompenseres fullt ut – selv med svært god

planlegging. Man kan også anta at emosjonell utvikling hos personer med intellektuell funksjonsnedsettelse er mer avhengig av stabilitet og kontinuitet og at overgangene uansett innebærer en viss risiko, selv under tilnærmet ideelle forhold. Foreldre har vanligvis lang erfaring med sine barns følelser. De har utviklet en unik kompetanse på å fange opp og tolke subtile og uvanlige følelsesuttrykk. Ansatte har ikke samme utgangspunkt eller mulighet til å tone seg inn på hver enkelt av beboerne. Det må også nevnes at informant-situasjonen kan ha påvirket resultatet. En del av foreldrene ga uttrykk for at de var slitne etter mange års jobbing med flyttingen og ikke ønsket flere møter eller kartlegginger.

Oppsummering

Funnene peker på flere viktige områder:

- Relasjonsbygging er viktig. Det bør settes av tid og ressurser til å arbeide mot stabil relasjonsbygging det første året. Emosjonell trygghet er nøkkelen til utvikling.
- Emosjonsstøtte bør prioriteres som en del av den daglige samhandlingen mellom beboere og tjenesteytere. Hjelp til å kjenne igjen og sette ord på følelser, gjerne med visuell støtte, vil være nyttig. Det samme vil daglige samtaler om følelser i naturlige situasjoner, i tillegg til tydelig modellering av følelser.
- Struktur og forutsigbarhet gir beskyttelse. Det kan være en del av forklaringen på at emosjonsregulering har holdt seg relativt stabil hos deltakerne i vårt prosjekt.

- Foreldresamarbeidet bør fortsette etter flytting fordi foreldre har essensiell kunnskap om sine barns følelser og reaksjoner, samt kunnskap om hvilken emosjonell støtte som fungerer.
- Kompetanseheving virker og må vedlikeholdes. Det vil være nyttig å gjenta eller videreutvikle veiledningen og undervisningen som ble gitt i før flytting.

Referanser

- Bakken, T.L. (2025). Emosjonell utvikling og emosjonsregulering hos mennesker med utviklingshemming. *SOR Rapport 2*, 42–47.
- Fredriksen, L., Kjørven, C.L... Bakken, T.L. (2025). Fra hjem til MITT hjem. *SOR Rapport 2*, 34–41.
- Hatton, C., og Emerson, E. (2004). The Relationship Between Life Events and Psychopathology Amongst Children with Intellectual Disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 17(2), 109–117
- Leirvoll, R. T., Høye, I. O., og Bakken, T. L. (2025). Emosjonelt utviklingsnivå hos personer med utviklingshemming. *Tidsskrift for Norsk psykologforening* 62(6), 336.
- Sappok, T., Morisse, F., Flachsmeyer, M., Vandeveldel, S., Ilic, M., og Barrett, B. F. (2023). Brief report comparing the Scale of Emotional Development–Short (SED-S) with other scales for emotional development. *Journal of Intellectual Disability Research*, 67(10), 1061–1068.
- Tarasova, D., Zepperitz, S., Ronsse, E., Vonk, J., Zaal, S., Hudson, M. og Sappok, T. (2022). Social individuation: Extending the scale of emotional development – Short (SED-S) for adolescent reference ages. *Research in Developmental Disabilities*, 128, 104303.