

Når barnet ikke indfrier forældrenes drømme – hvad gør det ved forældreskabet?

Landskonference for sundhedsplejersker 1. maj 2017

Præsentation, introduktion

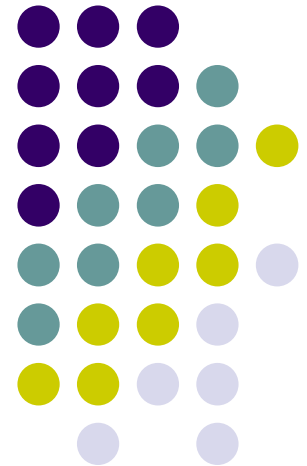
Drømme og forventninger, Graviditet

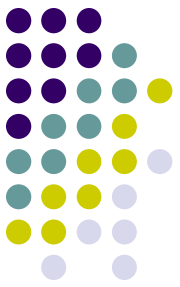
Barnet kommer

Hvad sker der, når forældre rammes af chok, krise, traume i forbindelse med at de bliver forældre?

Hvordan påvirkes familielivet, hvis barnet f.eks har et handicap?

Hvad er der brug for fra os professionelle?





Projekt barn

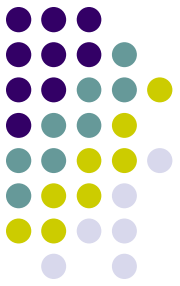
✦ **Hvad er børns opgave i familien?**

- at medvirke til at vi er en familie
- at mor kan være mor og far kan være far
- at familiehistorien fortsætter
- at forældre få lov til at følge med på børne-, familieområdet i samfundet
- at forældre genoplever egen barndom
- at forældre bliver udødelige

✦ **Hvad er forældres opgave i familien?**

- at give omsorg
- at udvikle gode samfundsborgere

Drømme, forventninger graviditet



Kultur

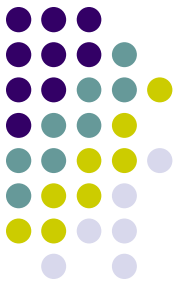
Tid / Historie

Erfaringer hos mor og far



Tilknytning starter i graviditeten

Al udvikling er afhængig af tilknytning



Barnet kommer

Svarere barnet til forventningerne?

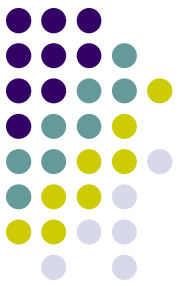
Det, der kan stå i vejen:

Hos barn

Hos mor/far

I samspillet

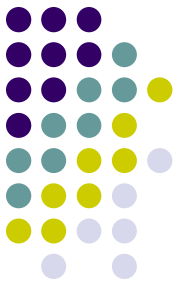
I miljøet



Tilknytning

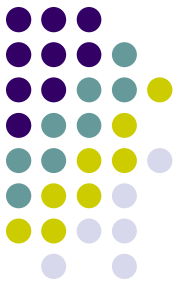
- ✦ Barnets tilknytningsmønster afhænger af
 - ↳ - tilknytningspersonens sensitivitet, accept, samarbejde, tilgængelighed
 - ↳ - Barnets temperament
 - ↳ - Den psyko-sociale kontekst
 - ↳ - Medicinske-neurologiske tilstande
- ✦ Sikkert tilknyttede børn har større selvtillid, de er mere tillidsfulde og nysgerrige. De udvikler højere grad af resiliens overfor psykiske belastninger.
- ✦ Barnets personlighedsudvikling er afhængig af kvaliteten af tilknytning.
- ✦ Tilknytning er det følelsesmæssige udgangspunkt for barnets møde med og forståelse af omverdenen.

Hvad sker der, når barnet ikke svarer til forventningerne?



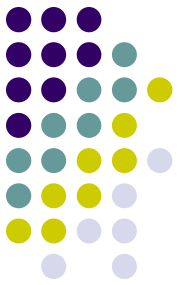
- ✦ Chok, angst, krise, traumatisering
- ✦ Afmægtighed
- ✦ Planlægning smutter
- ✦ Tab af kontakt mellem mor og barn
- ✦ Usikker kontakt
- ✦ Ukendt forældrerolle
- ✦ Midlertidigt brud i familien
- ✦ Eksperterne tager over
- ✦ Syg / handicappet frem for barn

Chok, krise, traume i forbindelse med forældreskab



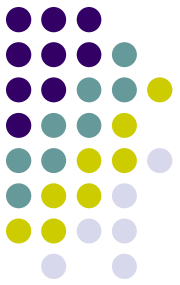
- ✦ **Forældres chok, kriser og traumer påvirker i form af manglende responsivitet, manglende hjælp til regulering og forstyrret tilknytningssystem.**
- ✦ **Et sensibiliseret stressresponssystem**
- ✦ **HUSK, ofte er såvel barn som forældre er traumatiserede.**

Psykisk traume



- ✦ Et psykisk traume er reaktion(er) på en traumatisk hændelse som ødelægger fundamentale skemaer om en selv og verden. Hvis reaktionerne er alvorlige kan de tilfredsstille kravene til [Posttraumatisk stresslidelse](#). Et psykisk traume er en naturlig reaktion på en unaturlig situation.

Krise - sorg - STRESS



Krisebegrebet dækker den første tid.

Sorgen har den pårørende med sig.

Stress opstår:

- Ved stort arbejds- og tidspres
- Når der er modsatrettede krav
- Når der er mange uforudsigelige situationer
- Når der er ukontrollerbarhed
- Når der er uklare mål
- Når der opleves at være manglende indflydelse på situationen.

Sorgforløbet



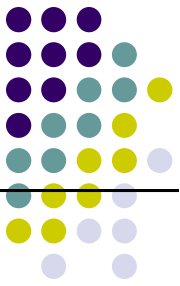
Den nødvendige smerte:

- ✦ At acceptere, at sorgen er en realitet (Intellektuelt, følelsesmæssigt)
- ✦ At gå ind i sorgens følelser
- ✦ At tilegne sig nye færdigheder
- ✦ At reinvestere sin energi.

Risikogrupper:

- ✦ Omstændighederne omkring tabet
- ✦ Den sørgendes personlighed
- ✦ Den sørgendes tilknytning til den ramte
- ✦ Den sørgendes psykosociale forhold
- ✦ Når sorgforløbet stoppes i utide.

Symptomer på sorg og bekymring



Følelsesmæssige:

Angst, frygt
Skyld, selvbebrejdelser
Vrede, irritation, fjendtlighed
Ensomhed
Fortvivelse, modløshed
Længsel

Kognitive:

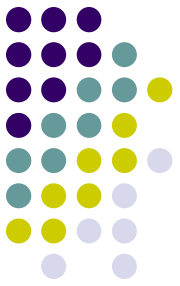
Optagethed af tanker om ulykken
/problemerne
Hukommelses- og koncentrationsproblemer
Oplevelse af uvirkelighed
Mindsket selvfølelse
Håbløshed, hjælpeløshed (regression)
Sans- og opfattelsesforstyrrelser

Adfærdsmæssige:

Gråd, hulk, røb
Agitation, anspændthed, rastløshed
Træthed, overaktivitet
Søgeadfærd
Isolation, undgåelse
Ritualisering

Somatiske/Fysiske:

Dysregulering af vejrtrækning, appetit, søvn
Nedsat energi
Fysiske klager: Svimmelhed, kvalme, smerter
Nedsat immunforsvar



Sorg er ikke sygdom

Døden er ikke længere et tabu, men sorg er. Sorg er alt det, der ikke er moderne.

Vi skal være hurtige, tjekkede og effektive og have styr på tingene. Når man er i sorg, er vi alt det modsatte – langsomme, ineffektive, grimme, utjekkede. Mennesker der ikke hurtigt kommer over deres sorg, minder i ubehagelig grad andre om, hvor risikabel en affære tilværelsen grundlæggende er.

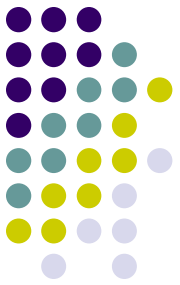
Det bryder vi os ikke om at blive mindet om, vi, der mener at vi har styr på det hele.

Andre har så travlt med, at de der sørger, skal videre, men sorg tager den tid den tager.

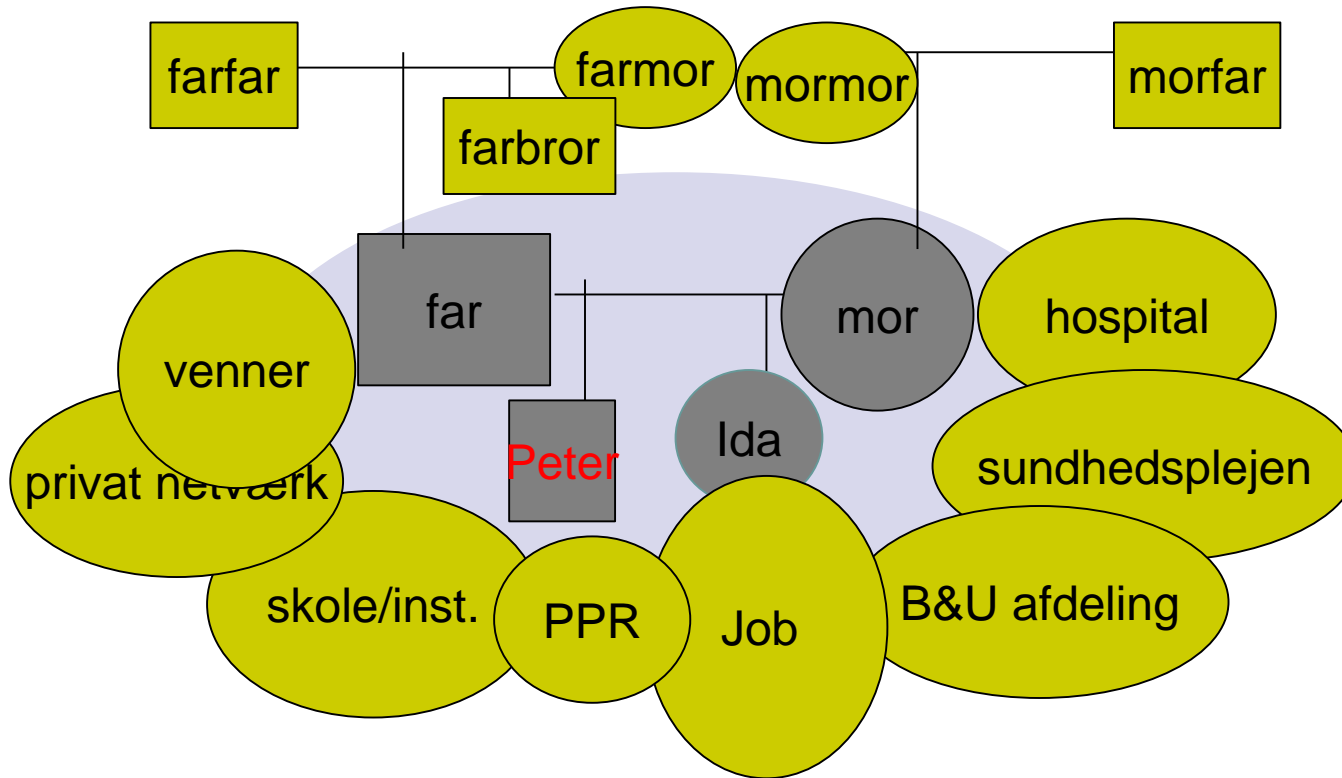
Måske resten af livet. - Den er jo udtryk for kærlighed, og hvem vil kureres for det?

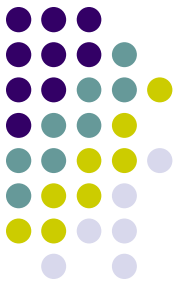
Sognepræst Lise Trap

”Sorg – den dybeste ære glæden kan få”



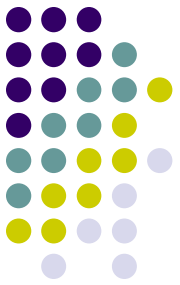
Familien i systemet





Familien som system

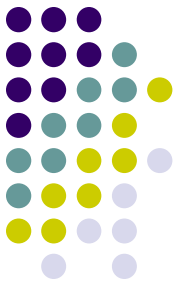
- ✦ Direktøren / direktørerne i familien
- ✦ Et job, man ikke har søgt
- ✦ Skiftende jobbeskrivelse
- ✦ Lærling – Ekspert
- ✦ Ansvarshavende
- ✦ Samarbejdsudfordringer
- ✦ Økonomi
- ✦ Logistik
- ✦ Smertebærer
- ✦ Pædagogik



Familiens oplevelser

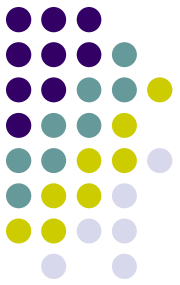
- ⌘ Arbejdsdeling, flere omsorgsopgaver, manglende overenskomst om ny skævdeling
- ⌘ Kønsroller specialiseres
- ⌘ Forældrene lever i hver sin verden
- ⌘ Kommunikationsproblemer mellem ægtefæller
- ⌘ Far udelukkes eller trækker sig
- ⌘ Mor og barn får en særlig tæt tilknytning
- ⌘ Konflikter om grænsesætning, krav overfor barnet
 - ⌘ Samlivsproblemer
- ⌘ Familiens cyklus bremses / ændres
 - ⌘ Søskende kan belastes
- ⌘ Svært for forældre at fastholde forældrekompetance

Risiko for marginalisering



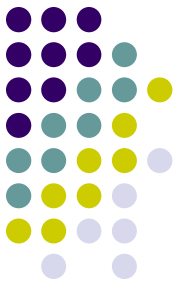
- ✦ Interessen samler sig kun om barnet
- ✦ Begrænset indleven i fam. situation
- ✦ Fam. opfattes ikke som ressource
- ✦ Fam. får ikke mulighed for at tale om sin situation
- ✦ Uklare og udefinerede roller for fam.
- ✦ Ringe dialog mellem fam. og professionelle
- ✦ Mangelfuld information
- ✦ Fam. accepterer selv den perifære rolle, føler ikke ansvar og kompetence

Viden om fædre



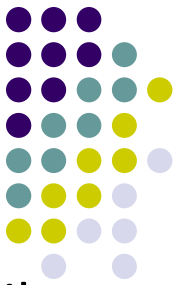
- ✦ I forhold til beskæftigelsessituationen, er der ingen særlig forskel for fædre med et barn med funktionsnedsættelse og fædre i almindelighed.
- ✦ International forskning viser at fædre til børn med funktionsnedsættelse føler sig marginaliserede i samarbejdet omkring den formelle støtte til deres barn.

Viden om mødre



- ✦ Mødre til børn med funktionsnedsættelse, spiller og leger mere med deres barn, end mødre i almindelighed gør med deres børn. De angiver, at de forsøger at kompensere for de ting, som de mener, barnet ellers ikke ville opleve.
- ✦ Mødre til børn med funktionsnedsættelse, varetager i højere grad opgaver i hjemmet end mødre i almindelighed og har lavere tilknytning til arbejdsmarkedet.
- ✦ Signifikant flere mødre til børn med funktionsnedsættelse, finder det svært at få arbejde og familieliv til at hænge sammen end mødre i almindelighed.

Mestring og forældres betydning



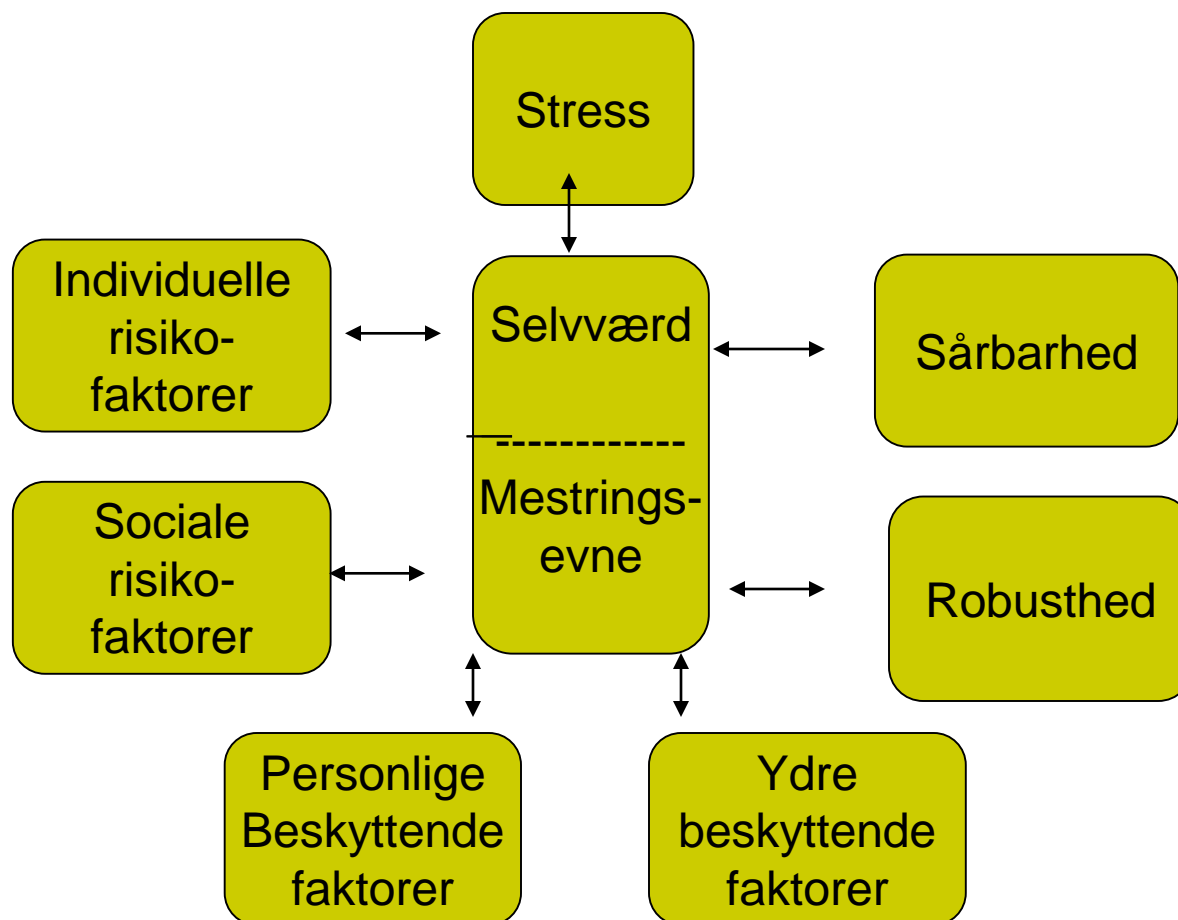
Nogle børn klarer sig bemærkelsesværdigt godt i livet i forhold til deres opvækstmæssige udgangspunkt, eksempelvis med funktionsnedsættelse

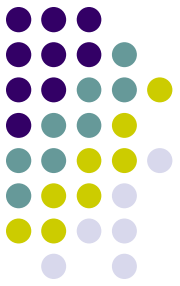
Forældres positive spejling og mestring kan være modvægt og beskyttelse mod barrierer og evt. negative vurderinger fra det omgivende samfund

Børn suger det, som de ser hos de voksne, til sig – i første omgang det, de ser hos forældrene

At vokse op med kronisk sygdom eller handicap. Hanne Urup Engbjerg og Lisbeth Riisager Henriksen, 2011

Rutters model for sårbarhed og robusthed





Mestringsevne

Afhænger af:

- Evnen til at trække på personlige og sociale ressourcer
- Evnen til at se muligheder og mulige løsninger på komplekse situationer
- Evnen til at reagere fleksibelt

Understøttes af:

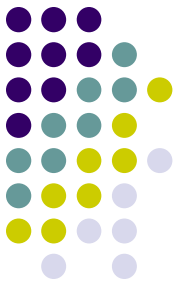
Et stærkt familiesammenhold

- Muligheder for at søge støtte i netværk
- Fjernelse og / eller reduktion af belastningsfaktorer
- Indgriben i negative kædereaktioner
- Selvtillid og selvformåen

Mestringsstrategier



- ✦ Sygdom ses som en udfordring
- ✦ Sygdom som fjende
- ✦ Sygdom som straf
- ✦ Sygdom som svaghed
- ✦ Sygdom som befrielse
- ✦ Sygdom som strategi
- ✦ Sygdom som uoprettelig tab / skade
- ✦ Sygdom som værdi



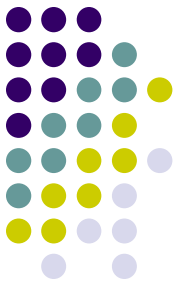
MODSTAND:

Også kaldet; forsvarsmekanismer, mestring, at lukke af for en forstyrrelse.

Modstand kan forstås som:

- ✦ et udtryk for, **at man ikke kan opfylde det man ønsker**
- ✦ en måde at **udholde en situation, hvor identiteten er truet** og integriteten helt eller delvist er forsvundet
- ✦ en **beskyttelse af sig selv** for at overleve en vanskelig / konfliktfyldt situation eller tab af kontrol (for stor forstyrrelse)
- ✦ en måde at **holde følelser i skak** for at opretholde en mental ligevægt og skabe balance i emotionelle konflikter (at undgå angst og ubehag).
- ✦ Modstand kan **vise sig** ved adfærd eller verbale ytringer. Modstand kan blive synlig i kroppen, åndedrættet kan hæmmes, muskelspændinger, kropsholdning og ansigtsudtryk kan vise tegn på enighed eller uenighed.
- ✦ Den professionelle kan skabe modstand.

Beskyttelse mod Stress

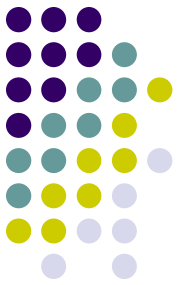


- ✦ Oplevet kontrol
- ✦ Autonomi
- ✦ Optimisme
- ✦ Udtrykke følelser
- ✦ Self-efficacy
- ✦ Sociale relationer
- ✦ Mening
- ✦ Selvværd
- ✦ Altruisme

Det vigtigste i mødet med forældrene



- ✦ At bakke op i at mestre livet med de udfordringer, som livet byder på.
- ✦ At anerkende deres viden , følelser og deres arbejde deres barn.
- ✦ At være interesserede i "dengang" og nu.
- ✦ At turde være sammen med forældre i det vanskelige felt af vanskelige følelser og opgaver, - og bevare professionel forholden sig
- ✦ At indgyde tillid til at forældre kan dele tanker, følelser og opgaver med de professionelle
- ✦ At give omsorg og støtte til egenomsorg



Positive følelser

Positive følelser påvirker copingprocesser på tre måder:

- De skaber åndehuller, som giver pauser fra kravet om tilpasning.
- De positivt farvede følelser, som håb og positiv forventning fungerer som understøttende elementer i tilpasningsprocessen.
- Positive følelser fungerer som genoprettere, - de virker helende på psykiske belastninger.

Tak for i dag



Eva Krog Pedersen

EKP-PsykologPraksis, ekp.psykologpraksis@me.com. Tlf.nr. 26301955

Psykolog i Børn-og Ungeklinikken Aabenraa Sygehus, Region Syddanmark

Psykolog Eva Krog Pedersen