

Barneperspektivsamtales+ – en oversikt

Barneperspektivsamtales+ er et forebyggende tiltak der helsepersonell eller ansatte i andre tjenester støtter familier til å snakke om barnas situasjon og behov med utgangspunkt i forelderens psykiske lidelse/rusmiddelavhengighet.

Dette er en oversikt over hvordan samtalene kan planlegges og gjennomføres.

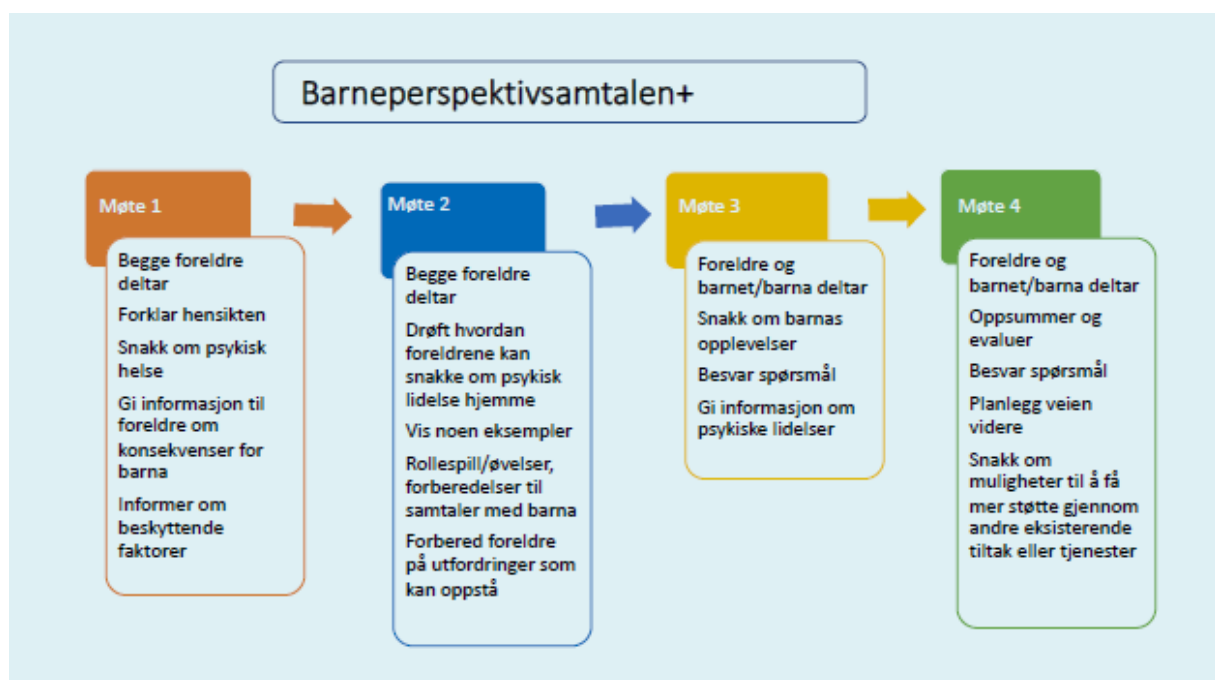
Målet

er å styrke beskyttelsesfaktorer og redusere risikofaktorer for at barna selv utvikler vansker gjennom å styrke kommunikasjonen i familien.

Det gjør vi gjennom å

- gi barna en opplevelse av å bli sett og hørt i det de opplever
- gjøre barna bedre i stand til å håndtere situasjonen ved å informere dem om foreldrenes psykiske lidelser og støtte dem emosjonelt og sosialt
- gi foreldrene flere verktøy for hvordan de kan ivareta barna ved å gjøre dem oppmerksomme på hvordan deres psykiske lidelse påvirker barna, gjøre dem oppmerksomme på barnas egne opplevelser
- gi råd om hvordan de kan snakke med barna om sin psykiske lidelse.
- sette i gang en prosess som familiene kan videreføre etter endt tiltak
- avdekke problemer hos barna på et tidlig stadium
- gi familien råd om hvor de kan få mer hjelp og støtte

Fire møter



Gjennomføring

Planlegge:

- Bruk familieevalueringsskjema for å få relevant informasjon om familien som kan brukes i planlegging. (Skjema i manualen, side 28)
- Bestem hvilke ansatte som skal lede og være med i samtalen.
- Introduser Barneperspektivsamtalet for familien
- Velg sted for samtalen i samråd med familien.
- Avtale dag og tidsramme i samråd med familien

Invitere familien:

Hvordan kan du invitere slik at foreldrene får lyst til å ta imot tilbudet? Legg vekt på normalisering, ufarliggjøring og å skape forutsigbarhet i hvordan det gjøres. Du kan si noe som dette:

«Hos oss snakker vi alltid med pasienter som har barn og den andre forelderen om hva man kan gjøre for å ivareta barna når mamma eller pappa er syk/har rusproblemer. Vi vet av erfaring at det er veldig nyttig for både barn og foreldre. Det betyr at vi setter av tid til fire møter hvor vi snakker med dere foreldre og barna deres om hva som kan være utfordringer både for barn og foreldre, hvordan man snakker godt og åpent om situasjonen og hvordan man ivaretar følelser og behov hos barna. I tillegg snakker vi mye om hva akkurat deres familie trenger av støtte for å ha det så bra som mulig i en vanskelig situasjon og hvordan dere kan få den hjelpen.

De to første gangene møtes vi og dere foreldre. På de to siste møtene blir barna med.

Vi vet at mange foreldre er opptatt av foreldrerollen sin og hvordan barna har det. Noen kan synes det er uvant at helsepersonell spør om barna og foreldrerollen. Noen blir til og med redd for at vi ikke tror barna har det bra. Det er ikke derfor vi inviterer dere til samtale. Grunnen til at vi spør og snakker om barna er fordi vi er lovpålagt til å bidra til god ivaretagelse av barn som er pårørende, men også fordi vi vet at å se hele mennesket kan gi bedre behandlingsresultater. Familie er viktig, og helsepersonell kan hjelpe til å navigere i hjelpetilbud hvis familien skulle trenge noe ekstra støtte.»

Du kan også bruke informasjonsarket for foreldre.

Møtelogg

I manualen finner du en mal for hvordan du kan skrive referat fra hvert møte. (Side 29) Samtalene dokumenteres/journalføres i henhold til rutiner ved din arbeidsplass.

Første møte

Hvem: Med foreldre og/eller andre viktige personer i/nær familien.

Tidsramme: 1 time

Innhold:

Bruk kartleggingen som utgangspunkt og sjekk at dere har riktig informasjon om familien.

Begynn med å fortelle om

- hensikten med samtalen
- at målet er å gi støtte i foreldrerollen når familien har en utfordrende situasjon
- hva som kan påvirke barna negativt og være utfordrende for barn når en forelder er syk (risikofaktorer)
- hva som er viktig for barnet for å ha det best mulig i en krevende situasjon (beskyttelsesfaktorer)

Noen punkter det er bra å snakke om:

- Hvordan opplever foreldrene at situasjonen påvirker barna?
- Hvordan kommuniserer man i familien om situasjonen?
- Hvordan opplever foreldrene at barna gir uttrykk for sine behov?
- Hva synes foreldrene er de største utfordringene i situasjonen deres?
- Hvilke følelser har de selv i situasjonen og hvilke følelser tror de at barna har?
- Hvordan er støtten fra det sosiale nettverket?
- Hvordan kan de be om/ta imot enda mere støtte?

Avslutt med å

- takke for alt de har delt
- undersøk om det er noe som er uklart eller ugreit, om det har vært til nytte
- fortell litt om hva som vil skje i neste møte og avtal når og hvor dere skal møtes
- spørre om det er noe foreldrene gjerne vil at dere skal snakke mere om

Etter møte: Skriv logg og journalfør

Andre møte

Hvem: Med foreldre og/eller andre viktige personer i/nær familien.

Tidsramme: 1 time

Innhold: Begynn med å

- Sjekk ut hvordan de opplevde første samtale
- Fortell om hensikten med denne samtalen: finne ut av hva som kan være utfordringer i familien og hvordan man best kan møte dem

Be foreldrene fortelle og beskrive hva som kan være utfordrende i familien. Hva er vanskelig med å være forelder akkurat nå? Hva skulle de trenge hjelp med for at bli enda bedre i foreldrerollen?

Snakk om – og tren gjerne på - hvordan de kan håndtere utfordringene:

- Hvordan kan de agere annerledes?
- Hvordan kan de kommunisere på best mulig måte med hverandre og med barna?
- Hvordan kan vi som foreldre bli mere bevisste på hva og hvordan vi kommuniserer sinnsstemninger og signaler og isteden gi uttrykk for dette med ord?
- Hvordan kan vi som foreldre gjøre det tydelig for barna at de ikke har skyld i eller ansvar for situasjonen?
- Hvordan kan vi som foreldre helt konkret snakke med barna om mammas eller pappas sykdom/problemer?

Siste del av samtalen bruker dere til å planlegge neste møte, da barna skal være med:

Avklar hva foreldrene ønsker for neste møte. Er det noe spesielt som er viktig for dem?

Hvordan vil de at møtet skal gjennomføres:

- Hvordan legge opp møtet best mulig i deres situasjon? (antall barn, alder, ulike behov for informasjon)
- Kan barnet/barna ha behov for et eget møte i forkant?
- Hvordan kan foreldrene forberede barna sine før møtet, slik at det blir trygt for barna å være åpne.
- Vil de lede samtalen eller skal den ansatte gjøre det?
- Når og hvor bør møtet gjennomføres?

Avslutt samtalen med å takke for alt de har delt og bidratt med.

Etter møte: Skriv logg og journalfør

Tredje møte

Hvem: Med foreldre og/eller andre viktige personer i/nær familien og barn

Tidsramme: 1,5 time, men viktig å tilpasse etter barnas behov

Innhold:

Innled med å fortell om hensikten med samtalen. Understrekk at det er lov for barnet å snakke åpent om situasjonen i familien og hvordan de har det.

Målet er å

- lage en trygg ramme for barnet å snakke åpent om situasjonen og sine behov og ønsker
- finne ut hvordan barna opplever situasjonen og hva som er viktig for at barna skal mestre situasjonen best mulig.
- finne ut hvilken informasjon barna trenger og ønsker om pappas eller mammas sykdom/problemer
- gi den informasjon barna etterspør og svare på barnas spørsmål
- gi barna opplevelse av anerkjennelse og å få følelsesmessig støtte

Hvis det er hensiktsmessig på grunn av barnets alder og/eller forelders sykdom/problemer kan dere snakke alene med barnet, etter samtykke fra foreldrene.

Hvis dere snakker med barna alene, er det viktig å avklare hva som er viktig å formidle til foreldrene fra samtalen.

Avslutt samtalen med å

- takke for alt de har delt og sjekk ut hvordan de har opplevd møtet
- undersøk spesielt om barna har følt seg trygge og at det har vært lov å være åpen
- spørre om noe er uklart eller ugreit? Hva har vært nyttig?
- spørre om det er noe dere skal snakke mere om når dere møtes neste gang?
- fortelle om hva som vil skje neste gang og hvor/når dere skal møtes

Etter møte: Skriv logg og journalfør

Fjerde møte

Hvem: Med foreldre og/eller andre viktige personer i/nær familien og barn

Tidsramme: 1 time, men viktig å tilpasse etter barnas behov

Innhold:

Begynn med å sjekke ut hvordan barn og foreldre opplevde det forrige møte.

Fortell at i dette møtet skal vi

- kunne stille alle spørsmål man har
- finne ut om det er noe barna tenker skulle kunne være annerledes eller bedre
- finne ut hvordan de kan få det annerledes eller bedre
- finne ut om det er noe foreldrene trenger for å fungere best mulig i foreldrerollen og hvordan de kan få den støtten.
- planlegge for hvordan familien selv kan jobbe videre med å kommunisere godt og åpent om utfordringer og behov
- undersøke om det er behov for å koble på lokale tjenester eller tilbud

Avslutt samtalen med å

- takke for alt de har delt og bidratt med
- be alle si noe om hva de tar med seg og hva som har vært nyttig
- sjekk at ingen sitter med noe de skulle ønske å snakke om

Helt til sist ber dere foreldrene om å fylle ut et evalueringsskjema (eksempel i manualen, vedlegg V).

Etter møte: Skriv logg og journalfør