

Tidiga insatser till familjer med barn 1,5–5 år med neuropsykiatriska svårigheter - kartläggning av föräldrars och barns behov av stöd - utforma, testa och utvärdera en föräldrastödjande insats.

Karin Fångström

”Kartläggning av föräldrars och barns behov av stöd.”

En del små barn har svårt att t.ex. lära sig prata, leka med andra barn, klara av förändringar eller att koncentrera sig. Då kan det ibland bli väldigt mycket tjat och bråk i familjen. Det kan vara jobbigt för barn och föräldrar. Då är det viktigt att föräldrarna får hjälp och stöd. Vi forskare har undersökt vad föräldrarna vill ha hjälp med.

Vi har pratat med 10 stycken föräldrar som har små barn med såna här svårigheter. Vi har också pratat med 6 stycken av barnen. Barnen var 3–6 år gamla. Det föräldrarna berättade för oss var att de bråkade mycket med sitt barn. Bråken gjorde föräldrar arga. Föräldrarna blev också ledsna eftersom de inte kunde vara en så bra förälder som de ville. När det var mycket bråk med barnet blev det lätt bråkigt mellan föräldrarna också. Föräldrarna ville få hjälp snabbt och ofta behövdes hjälp med många olika saker. De ville också att barnet skulle få det bra när hen blev äldre – t.ex. få hjälp i skolan och att andra skulle vara snälla med barnet. Det barnen berättade var att det som gjorde dem ledsna och arga hemma var bråk med syskon. De berättade också att föräldrarna blev arga när syskonen bråkade. Barnen beskrev också när det kändes bra i familjen – det var när de fick tröst (om de var ledsna eller hade gjort sig illa) och när de lekte tillsammans i familjen.

Nu ska vi lära oss av det som föräldrarna och barnen berättat och göra några kurser för föräldrar. När föräldrarna får mer stöd och hjälp så kommer det förhoppningsvis göra att det blir mindre bråk i familjerna och att barnen och föräldrarna mår bättre.

”Utforma, testa och utvärdera en föräldrastödjande insats”

En del små barn har svårt att t.ex. lära sig prata, leka med andra barn, klara av förändringar eller att koncentrera sig. Då kan det ibland bli väldigt mycket tjat och bråk i familjen. Det kan vara jobbigt för barn och föräldrar. Då är det viktigt att föräldrarna får hjälp och stöd.

Vi forskare har tillsammans med psykologer och med hjälp av föräldrar gjort en kurs för

föräldrar. För att göra kursen tog vi hjälp av psykologer som brukar träffa barnen. Vi fick också hjälp av föräldrar. Vi undersökte om det finns kurser i Sverige och i världen som verkar bra. Sedan gjorde vi kursen och provade den med 7 stycken föräldrar. Vi intervjuade föräldrar som gått kursen för att veta vad de tyckte om den och om den hade hjälpt dem. Föräldrarna berättade att de hade lärt sig nya sätt att göra som föräldrar så att det blev färre konflikter. De förstod också mer om varför det kunde vara svårt och jobbigt för barnet, t.ex. att klara av vanliga saker så som att borsta tänderna. Och de tyckte att det var skönt att få träffa andra föräldrar som hade det på samma sätt hemma. Mammorna och papporna började också hjälpas åt mer hemma. Vi lyssnade på det som föräldrarna sa och ändrade kursen en del.

Nu får många föräldrar som bor i Uppsala län gå kursen. De får hjälp att må bättre och de kan också hjälpa sina barn. Det är redan flera andra psykologer runt om i Sverige som också vill börja använda kursen för att hjälpa föräldrar och barn.