

Samtaleguide til fagpersoner på voksenområdet

Selvom man er vant til at tale om svære emner med borgere, som er ramt af psykisk sygdom, kan det være svært at tale om borgerens børn og børnenes trivsel. Man kan være nervøs for at sige noget forkert, have forkerte antagelser eller gøre noget værre. Med din viden om borgerens funktionsniveau kan du gøre en stor forskel for de børn, som vokser op i svære vilkår.

Hvis du møder en afvisning, kan du altid trække dig og så vende tilbage til emnet en anden gang. Spørg hellere en gang for meget end for lidt, for det har store konsekvenser for et barn, der vokser op uden at få hjælp.

Selvom man er vant til at tale om svære emner med borgere, der er ramt af psykisk sygdom, kan det være svært at spørge ind til deres børn og børnenes trivsel. Man kan være nervøs for at sige noget forkert, bygge på forkerte antagelser eller gøre situationen værre.

Psykisk sygdom kan påvirke tanker, følelser og handleevne og dermed potentielt også forælderevnen. Du kan gøre en vigtig forskel ved at spørge ind til borgerens børn og familie og høre, om der er brug for støtte.

Hvis borgeren afviser samtalen, kan du trække dig og vende tilbage til emnet på et senere tidspunkt. Spørg hellere en gang for meget end en gang for lidt. Det kan have store konsekvenser for et barn, hvis behov for støtte ikke bliver opdaget.



Spørg borgeren til barnet

Spørg, om borgeren har børn, hvis du ikke ved det. Spørg derefter til, hvordan barnet har det, og hvordan familien klarer hverdagen.

Vær tydelig med din intention: at støtte barnet og familien

Tydeliggør for forælderen, at din intention med at spørge til barnet er at støtte barnet og familien. Det kan være nødvendigt at afkræfte forældrenes største frygt – at kommunen fjerner børnene – da denne "elefant i rummet" kan betyde, at forældrene ikke er i stand til at høre dine reelle hensigter.

Vær opmærksom på følelsen af skyld hos forælderen

Forældre kan opleve følelser af skyld eller skam over ikke at være gode nok forældre. Fortæl, at de gør det så godt, de kan, men at omstændigheder, de ikke er skyld i, kan gøre, at der kan være brug for yderligere støtte til barnet og familien.

Vær vedholdende, vis oprigtig interesse og overhold aftaler

Det kan være nødvendigt at spørge ind til barnets trivsel flere gange og over en længere periode. Når forælderen fortæller, er det vigtigt, at du lytter nærværende, giver plads til refleksion og undgår at bagatellisere eller forsøge at trøste for hurtigt.

Vær tydelig om, hvad du kan tilbyde af tid og handling, og hold det, du lover. Følg op på jeres samtaler og aftaler. Det er dit ansvar som fagperson og viser forælderen, at din interesse er oprigtig.

Hjælp forælderen til at hjælpe sit barn

Nogle forældre undlader at fortælle barnet om den psykiske sygdom, fordi de ønsker at beskytte det. Men børn mærker ofte, når noget er galt, og uden forklaringer kan de danne deres egne forestillinger om det, der sker. Opfordr derfor forælderen til at tale med barnet på en alderssvarende måde om, hvordan han/hun har det, og om hvad den betyder for familiens hverdag.

Opfordr forælderen til at inddrage netværket

Opfordr forælderen til at inddrage både det nære og professionelle netværk. Børn har brug for, at ansvarlige voksne skaber tryghed, især når forældrene har begrænsede ressourcer. Som fagperson skal du tale med forælderen om barnets trivsel og sikre, at relevant støtte sættes i gang.

Forældre har ofte brug for hjælp til at forstå, hvad det indebærer at involvere andre. Voksne, der selv er vokset op med svigt, fremhæver, at fraværet af opmærksomme voksne var det største savn i deres opvækst. Derfor er det vigtigt at styrke netværket omkring barnet – både ved at dele relevant viden og ved at opfordre borgeren til åbenhed i barnets hverdag. Det styrker både barnet og netværket. Se Netværksblomsten side 6.

Tal med forælderen om støtte

Forældre ved ofte ikke, hvilken hjælp deres barn kan få, eller hvad det indebærer at sige ja til støtte. Derfor er det vigtigt, at du informerer om mulighederne og inddrager forælderen i beslutninger om næste skridt. Hvis barnet har behov for støtte, har du som fagperson ansvar for at hjælpe familien videre til rette tilbud eller medarbejdere.

Næste skridt kan fx være at tage emnet op igen, hjælpe familien med at skabe kontakt til den rette del af kommunen eller skrive en underretning. Det kræver omtanke at tale om behovet for støtte, da det kan være svært for forælderen at erkende. Forklar, at en underretning ikke handler om at fjerne barnet, men om at gøre socialforvaltningen opmærksom på, at der kan være behov for hjælp og støtte.

Det bedste er at sende en underretning i samarbejde med forælderen og med en fælles forståelse af, at formålet er at sikre, at barnet og familien får den nødvendige støtte. Ønsker forælderen ikke at medvirke, har du stadig pligt til at sende underretningen.

Eksempler på støttemuligheder

- **Tilbud i behandlingsregi:** Fx familie- og børnesamtale i psykiatrien.
- **Kommunale tilbud:** Fx familierådgivning, sundhedsplejerske, PPR, aflastningsmuligheder, socialrådgivning, børnegrupper og Det lettilgængelige behandlingstilbud, hvis barnet udviser tegn på mistrivsel.
- **Patientforeninger, pårørendeforeninger og pårørendetilbud:** Fx Psykiatrifondens rådgivning, Depressionsforeningen, Angstforeningen og Bedre Psykiatri.
- **Terapi og behandling:** Fx psykolog via sygesikring eller forsikring, praktiserende læge eller samtaler med præst.
- **Kombu.dk:** Se overblik over hjælp og tilbud på kombu.dk/hjaelp-tilbud.

Eksempler på, hvordan du kan tale med borgeren om psykiske vanskeligheder og børn



- Alle forældre gør deres bedste i forhold til deres børn, og nogle gange er der omstændigheder, der gør det vanskeligt. Hvordan er det hjemme hos jer?
- Børn er afhængige af forældrenes humør og opmærksomhed og påvirkes ofte mere, end forældrene er klar over.
- Børn har brug for viden – ellers laver de deres egne forklaringsmodeller, som ofte har noget med dem selv at gøre, og kan komme til at påtage sig skyld for det, der sker i familien.
- Taler I om den psykiske sygdom derhjemme?
- Har du fortalt dit barn, hvordan du har det, og hvad det betyder for jeres hverdag?
- Tror du, dit barn har lagt mærke til, at noget er anderledes hjemme hos jer? Har du spurgt dit barn ind til det?
- Har du talt med dit barns skole/institution om jeres situation?
- Jeg ved, du gør det så godt, som du kan, og at du er optaget af dit barns trivsel.
- Jeg tænker, at der er brug for lidt ekstra støtte til dit barn.

Hvad hjælper forældrene?

Du kan være en vigtig sparringsperson for forælderen om, hvordan det går i hverdagen – også ved at sørge for, at barnet bliver hørt og inddraget. Det hjælper forældrene at få hjælp til at klare forælderrollen, når den psykiske sygdom fylder. Herunder er eksempler på, hvad du kan opfordre forælderen til at gøre:

- Få det bedre. Brug kræfterne på at få det bedst muligt – det er også det vigtigste for barnets trivsel.
- Tal med dit barn. Børn og forældre kan sagtens tale sammen om sygdommen – men på barnets præmisser.
- Få hjælp. Sig ja til en familiesamtale i behandlingsregi eller i kommunen.
- Vær tydelig om dagsformen. Vær tydelig i forhold til, hvornår man har en god eller dårlig dag.
- Brug netværket. Forælderen kan bruge sit private og professionelle netværk til at tale med om det svære, som barnet ikke behøver at høre.
- Tal med forældrene om, at inddrage barnets skole eller institution så de kan støtte barnet.

Særligt om etniske minoriteter

Familier med etnisk minoritetsbaggrund er en mangfoldig gruppe med forskellige erfaringer, sprog, livsvilkår og kulturelle baggrunde. Mød derfor familien som unikke mennesker frem for som repræsentanter for en bestemt kultur eller etnisk gruppe.

Vær nysgerrig frem for antagende. Det kan være svært – både for fagpersoner, børn og familier – at vide, hvad der skyldes psykisk sygdom, og hvad der skyldes almindelige forskelle mellem familier og kulturer. Undersøg derfor familiens perspektiv med åbne spørgsmål frem for at drage forhastede konklusioner.

Hvis sproget gør det vanskeligt at kommunikere, kan det være relevant at inddrage en professionel tolk. Kombus materialer til familier findes desuden på flere sprog.

Gode formuleringer til samtalen med forældrene

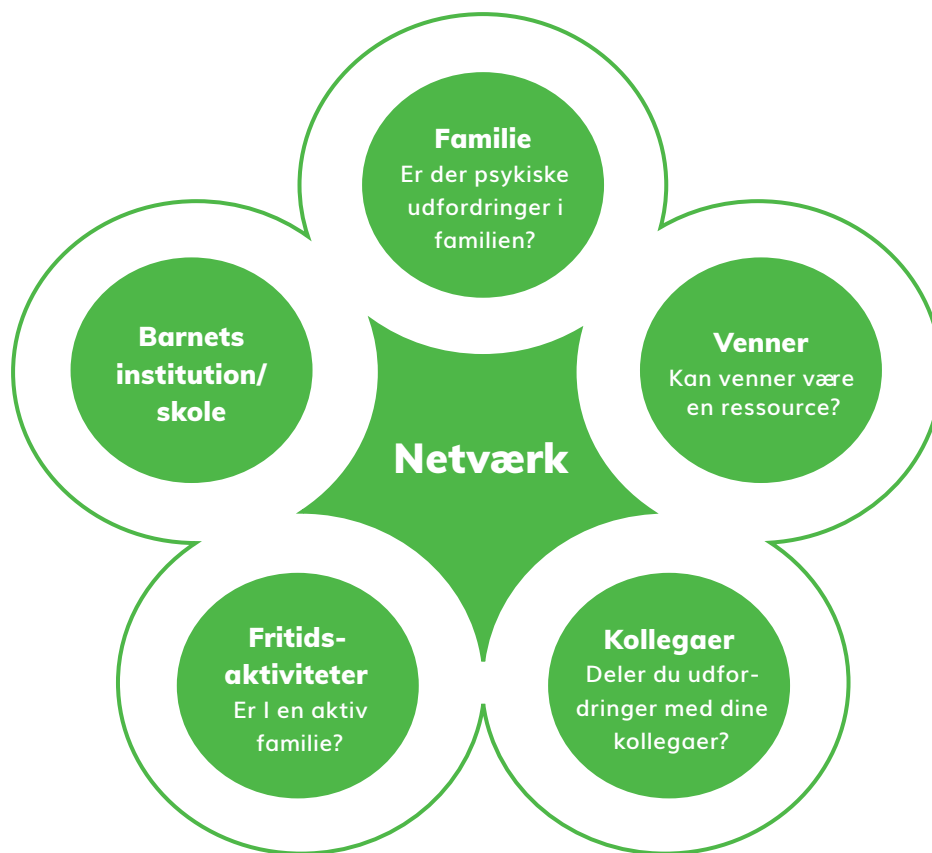


- Jeg spørger lidt ind til jeres familie, baggrund og hverdag, fordi det kan hjælpe mig til bedre at forstå jeres familie og støtte jer bedst muligt.
- Er der noget i jeres kulturelle eller religiøse baggrund, som I synes er vigtigt for mig at kende til for bedre at kunne samarbejde med jer om barnet?
- Når jeg oplever, at det er svært for dig at tale om din sygdom eller dit barn, bliver jeg nysgerrig på, om der er noget, jeg har misforstået, eller om der er noget, der bekymrer jer.

Netværksblomsten

En samtale om netværket som ressource

Netværksblomsten er et dialogredskab, som kan guide dig som fagperson i samtaler med borgeren om psykisk sygdom og udfordringer.



Hjælpe spørgsmål:

- Kan du række ud til venner, hvis noget er svært derhjemme?
- Er der andre i din familie, som er en ressource for dig og dine børn?
- Inddrager du dine kollegaer, hvis du bøvler med noget?
- Går du og dine børn til fritidsaktiviteter? Hvis ikke – hvorfor?
- Hvordan går det med dig og din familie?
- Gør du dig tanker om, hvordan din tilstand påvirker dine børn?
- Jeg spørger fordi, når man går og er bekymret for sine børn, tager det meget energi, og du har brug for energi til at søge arbejde. Så hvordan frigiver vi energi til det?
- Er der nogen, som kan hjælpe dig?