

FORELDRE TIL BARN SOM ER PÅRØRENDE:
**ØNSKER Å SNAKKE
OM SINE BARN**

ARTIKKEL

Av: Kolbjørn Gjære, rådgiver, KoRus - Midt, Bodhild Karlsen Lang og Hilde Naddumsether, Trøgstad kommune og Knut Arne Gravingen, KoRus - Øst

Foreldre til barn som er pårørende er opptatt av barnas situasjon og ønsker å snakke om sine barn, viser funn i en masteroppgave. De ønsker å snakke med fagpersoner som er tydelige, men ikke overkjørende, og som kan anerkjenne foreldrenes følelser og bekrefte dem som foreldre.



Elisabeth Bjørdal Leine, psykiatrisk sykepleier i Haram kommune, har skrevet masteroppgaven «Barnespor i kommunen. Foreldres erfaringer og tanker om hva som er virksom hjelp når barn er pårørende». Masteroppgaven er tilgjengelig her: <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/2451108>

FORELDRENE ØNSKER også høy grad av tilgjengelighet og fleksibilitet i et samordnet hjelpetilbud, samtidig som de ser på familie og venner som en stor ressurs. Dette er funn i en masteroppgave i familieterapi og systemisk praksis ved VID Vitenskapelige Høyskole, om foreldres erfaringer og tanker om hva som er virksom hjelp når barn er pårørende. Oppgaven er skrevet av Elisabeth Bjørdal Leine, som til daglig jobber som psykiatrisk sykepleier i Haram kommune i Møre og Romsdal.

Barn er pårørende

Studien er en kvalitativ undersøkelse der fem foreldre, derav ett foreldrepar, er intervjuet. Informantene er, eller har vært, i kontakt med helse- og om-

sorgstjenesten i egen kommune, en annen kommune enn Haram. Barna til disse brukerne er av hjelpeinstansene definert som pårørende, og det har vært iverksatt hjelpetiltak rettet mot barna.

Foreldrene bryr seg og vil snakke om sine barn

Tidligere forskning har vist at hjelpepersoner kan oppleve det vanskelig å snakke med foreldrene om barna, fordi de er redde for å miste alliansen med foreldrene, eller for at foreldrene skal tro at de ikke er bra nok. Denne studien viser derimot at foreldre er opptatt av hvordan barna berøres, og at de ønsker å snakke om sine barn. Samtidig viser den at foreldrene bruker egne ressurser i kombinasjon med hjelp fra andre under en krise eller i et sykdomsforløp.



Foto: Colourbox

Vil at barna skal forstå det riktig

Foreldrene er opptatt av at anerkjennelse og bevisstgjøring av følelser er viktig for å styrke egen helse, samtidig som det også er viktig for å kunne forstå barna sine og hjelpe dem. Foreldrene er opptatt av at barnet ikke blir overlatt til sine egne fantasier og tanker, men at de får en forklaring som de forstår, når de er gamle nok til det. Og for å finne et språk som de kan snakke med barna på, har det vært viktig for foreldrene å tilegne seg kunnskap som kan være til hjelp for dette.

Godt samarbeid mellom alle parter

Samarbeid med et profesjonelt nettverk er betydningsfullt for familien. Foreldrene ønsker at hjelpere er tydelige, men ikke overkjørende. At foreldre og barn er med på å bestemme tjenestetilbudet ut fra behov som dukker opp, blir omtalt som positivt. Og ønskemålet er tilgjengelige, tilrettelagte og fleksible tilbud. At hjelpere klarer å se hva familien trenger når de ikke vet det selv, samtidig som hjelpen blir utført i samråd med foreldrene, oppleves som ivaretagende. Foreldrene er opptatt av hva barna har vært en del av, og opplever det som viktig at hjelpere kjenner barna og vet hva barna har vært igjennom, slik at barna opplever seg sett og hørt. De fleste av informantene ytrer seg positivt om et koordinerende tilbud der en

fagperson vet hvilke tilbud som finnes, og kan legge til rette et helhetlig tilbud ut i fra familiens behov.

Ikke bare praktisk avlastning

Sist, men ikke minst, er foreldrene opptatt av hva familie og privat nettverk tilfører av viktig støtte gjennom samtaler, råd og praktisk bistand. Informantene beskriver det ikke bare som praktisk avlastning i hverdagen, men også at barna og de selv får andre opplevelser sammen med besteforeldre, andre slektninger eller andre betydningsfulle voksne. I tillegg representerer det private nettverket ofte en ressurs med hensyn til erfaring og levd liv.

Relasjonell og faglig kompetanse viktig

Studien viser at fagpersoner i de ulike kommunale tjenestene er viktige personer i arbeidet med barn som pårørende. Både den relasjonelle og faglige kompetansen blir vektlagt som betydningsfull. Foreldrene ønsker at fagpersoner de er i kontakt med, skal ha kunnskap om barns psykiske helse og faktorer som påvirker dette. Kompetanse på dette feltet innebærer trygghet for foreldrene og forventning om at barna blir anerkjent og sett ut fra den situasjonen de er i. Videre ønsker foreldre at fagpersoner har kjennskap til ulike tjenestetilbud og hvem de kan kontakte for å få tilgang til nødvendige tjenester.

Innfører god praksis for barn som pårørende

Trøgstad kommune har i likhet med Haram kommune sett utfordringene knyttet til samtalene rundt barn som pårørende.

– Dette var bakgrunnen for at vi valgte denne utfordringen som prosjektoppgave da vi tok nasjonal lederutdanning i primærhelsetjenesten ved BI. Vi startet et prosjekt i Trøgstad kommune, hvor vi ville se på hvordan vi best kunne utvikle og implementere god praksis for barn som pårørende, sier Bodhild Lang og Hilde Naddumsether i Trøgstad kommune.

Lite kartlegging av barnas situasjon

– Vi ville utvikle en god praksis for å ivareta barn

som pårørende til psykisk syke og rusavhengige i vår kommunale tjeneste for psykisk helse og rus, forteller Lang. Den ønskede nye praksisen skulle sikre barna god oppfølging. – Vår erfaring var at ansatte i liten grad utførte mer enn en kartlegging av barnas situasjon, derfor ønsket vi å utvikle en ny praksis sammen med våre ansatte, personer med egenerfaring og andre samarbeidspartnere, forteller Lang og Naddumsether.

Lytter til informanter og skuer til ledelse

– I vår oppgave har vi hatt fokus på både hvordan tilbudet bør være ut i fra våre informanter, som både er personer med egenerfaring og ansatte, og hvordan utøve ledelse slik at praksis blir etablert og utført av alle ansatte, forteller Lang. Fokuset har vært på

1. Avklare situasjonen for barna



4. Tiltak for familien



2. Barnesamtalen/familiesamtale



3. Tverrfaglig oppfølging



Eksempelene fra Haram og Trøgstad viser at det skjer mye bra ute i kommunene. Erfaringene deres sammenfaller i stor grad, og hos begge kommunene har de erfaring med at ansatte opplevde det å snakke om og med barn som pårørende som vanskelig.



Bodhild Karlsen Lang og Hilde Naddumsether i Trøgstad kommune har startet et prosjekt hvor de har sett på hvordan de best kunne utvikle og implementere god praksis for barn som pårørende. (Foto: privat)

utvikling av god praksis for barn som pårørende. – Vi ønsket det slik at praksisen skulle være til reell hjelp for barna og familiene, og så på hvordan vi best skulle implementere dette. Vi anvendte teori innen organisasjonskultur, ledelse og utviklingsarbeid. Når det gjelder utviklingsarbeid, har vi vært spesielt opptatt av prototyping, mestringsklima og prososial motivasjon, legger de til.

Leder til god praksis

I Trøgstad kommune valgte de også kvalitativ undersøkelse som metode. – Hos oss intervjuet vi tre personer med ulik egenerfaring. I utvalget hadde vi en syk forelder, en frisk med syk ektefelle og en som har vært barn som pårørende selv. Vi intervjuet ansatte, hadde arbeidsmøter og vi hadde samarbeid og dialog med eksterne samarbeidspartnere, forteller Karlsen Lang. Erfaringer fra hva personene med egenerfaring ønsket av tilbud samsvarer med det som er beskrevet i «Barnespor i kommunen». – Vi utarbeidet en skisse på modellen vi arbeider etter, og vi har fokusert mye på ledelse, hvordan lede slik at praksis blir etablert. Vi har derfor gitt mye oppmerksomhet i oppgaven på ledelse og ledelsesteori for å implementere praksis, forteller Karlsen Lang.

Vanskelig for ansatte å snakke om barn som pårørende

Funnene fra intervju og arbeidsmøter med ansatte viste at ansatte opplevde det å snakke om og med barn som pårørende var vanskelig. Det å bringe inn hvordan den psykiske lidelsen påvirket barna, brøt med deres tanker/verdier om hva brukeren ønsket, og hva som er til brukerens beste. – Personer med egenerfaring sa derimot at de ønsket at barna ble tematisert, at barna fikk informasjon og hjelp. De ønsket familiesamtaler og tverrfaglig hjelp for barna sine og seg selv, forteller Karlsen Lang.

Avvik skal begrunnes

– I Trøgstad har vi kommet frem til en praksis for barn som pårørende som skal være et tilbud for alle barn som pårørende til våre brukere. I tillegg har vi innført at avvik fra denne praksisen skal begrunnes. Det vi gjør for å sikre at arbeidet vil fortsette å ha fokus på ledelse som fremmer mestringsklima, bygge på prososial motivasjon og utfordrer organisasjonskulturen, slik at arbeidet med barn som pårørende understøttes, forteller Karlsen Lang.