

Föra barnen på tal

Intresserad av Föra barnen på tal

Är du intresserad av Föra barnen på tal eller vill du veta mer, då ska du i första hand tala med den behandlare som du har kontakt med.

Du kan också fråga efter vem som är barnombud på enheten.

Har du frågor om Föra barnen på tal?

Kontakta:

Linda Wärlegård
Barnsamordnare Psykiatri Sydväst

Tel: 076-119 89 06
E-post: linda.warlegard@regionstockholm.se

När en förälder har psykisk ohälsa



Vad är Föra barnen på tal?

”Föra barnen på tal” är en samtalsmetod som främjar barnens välbefinnande när en förälder har psykisk ohälsa. Metodens syfte är att stärka föräldraskapet och stödja barnens utveckling.

Varför Föra barnen på tal?

När en förälder har en psykisk sjukdom berör det hela familjen och dess sätt att fungera. Många föräldrar oroar sig ofta över deras barns välbefinnande. Barn till föräldrar med psykisk ohälsa kan ta på sig ansvar och skuld för sin förälders mående vilket kan leda till en ökad stress hos barnen. Föräldrar kan vara bekymrade för barnens situation men vet inte hur de ska hjälpa och stötta dem.

Idag vet man genom forskning och erfarenhet att barn mår bra av att få hjälp att förstå sin situation och att förstå hur föräldrarnas sjukdom kan påverka familjen. Det gör tillvaron mer begriplig för barnen och ger dem bättre förutsättningar att känna sig trygga.

En av de viktigaste skyddsfaktorerna mot psykisk ohälsa hos barn är möjligheten att tala öppet med sina föräldrar om den psykiska ohälsan.

När kan samtalsmetoden vara aktuell?

När en förälder vill samtala om sitt föräldraskap och öka sina kunskaper om hur man som förälder kan stödja sina barn.

- När det inte är en akut kris i familjen
- När patientföräldern är förhållandevis stabil i sin psykiatriska sjukdom
- När det inte samtidigt finns andra större problem i familjen som våld eller separation

Metoden kan tillämpas i olika familjekonstellationer och kan användas redan från graviditeten.

Hur går det till?

”Föra barnen på tal” omfattar två till tre samtal med föräldern/föräldrarna.

Metoden är manualbaserad och behandlaren använder en loggbok för att hålla strukturen på samtalet.

Under första samtalet går man igenom barnens livssituation med fokus på barnens styrkor och svårigheter. Syftet är att samtala om hur föräldrarna kan stärka barnens utveckling.

Andra samtalet pratar man om hur föräldrarnas psykiska ohälsa påverkar familjen och barnen. Föräldrarna får stöd i hur de kan öppna upp samtal om sin psykiska ohälsa med barnen. Syftet är att öka förståelsen inom familjen kring föräldrarnas psykiska ohälsa. Vid behov informerar behandlaren om vilka möjligheter som finns till andra insatser.

Efter andra samtalet kommer man tillsammans överens om hur eventuell fortsatt kontakt kan se ut.