

Tema: Foreldreveiledning i kjølvannet av flukt fra krig

WEBINAR 4. MAI

ICDP NORGE OG SPISSKOMPETANSEMILJØET
FOR FORELDRESTØTTE /SKM/Buf dir

Helen Christie



Hva skal denne timen handle om

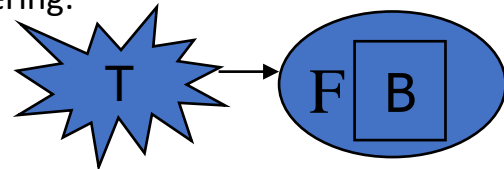
- foreldrestøtte - ikke traumebehandling

Hva trenger barna- og hvordan kan vi hjelpe foreldrene i å gi dem den støtten de trenger?

- 1.Hva avgjør om et barn blir traumatisert
 - -foreldrenes betydning:
 - Protective shield- begrepet
- 2. Hva er de vanligste traumereaksjonene?
 - Gjenopplevelse, overaktivering, unngåelse
 - Reaksjoner på ulike alderstrinn
- 3. hva er hovedstikkordene i hjelp til barn i krisetider
 - Stop- modellen
- 4. Hvordan bruke ICDP temaene
 - Hvordan hjelpe foreldrene til å bli god støtte for sine barn

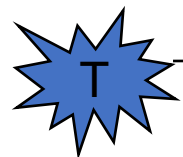
“The Protective Shield” - Foreldrenes betydning

- Ikke traumatisering:



Foreldrene som beskyttelse

- Traumatisering:



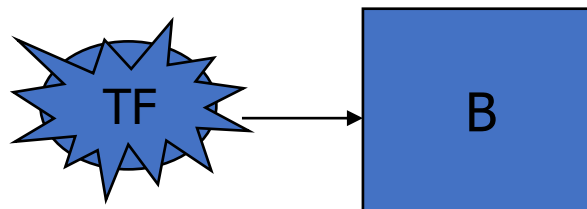
F

T

F

Når Foreldrene er enten fysisk eller
emosjonelt ikke tilgjengelige

- Mest alvorlig traumatisering



Når den som skulle beskytte, utgjør
trusselen

De vanligste traumereaksjoner hos barn

PTS reaksjoner generelt-

- Gjenopplevelse
 - *Mareritt, flash-backs, triggere*
- Økt aktivering
 - *Skvetten, irritabel, engstelig, søvnevansker*
- Unngåelse
 - *Ikke snakke om, ikke tenke på, ikke se/høre noe som minner om*

aldersspesifikt

- 0-3
 - Klenging, separasjonsangst, gråt reguleringsvansker av søvn, mat osv, mister ferdigheter som blærekontroll, språk etc
- Førskolebarn 3-ca7
 - Repeterende lek eller tapt lekeevne
 - Også separasjonsangst, gråt og uro, kan gå tilbake i utvikling, «Shut-down»/stille og passiv
- 7-12
 - Alle Pts reaksjonene+ grubling, konsentrasjonsvansker, uro
- 12-18
 - Grubling, konsentrasjonsvansker, rettferdighetstanker, aggresjon, savn av venner, politisering

Barn kan trenge spesialisert hjelp dersom reaksjonene er uvanlig sterke, varer veldig lenge og øker i styrke

Hva kan vi lære av de som klarer seg bra etter ekstreme belastninger (resiliens)

Antonovsky

- Sense of coherence - at verden er:
 - Begripbar/forståelig
 - Håndterbar
 - meningsfull

Emmy Werner

- Viktig at livet inneholder:
 - Struktur, regler og rutiner
 - «internal locus of control»/innflytelse
 - Ferdigheter og mestring
 - mening

Hvordan hjelpe: STOP modellen

HVA HVORDAN HVORFOR

• S - Structure

- S- Døgnrytme, måltider, struktur,
 - Gir trygghet (følelse av å blir holdt og beskyttet)-protective shield gjenopprettet

• T- Talk

- T- Bryte «conspiracy of silence», behov for narrativ, forklaring,
 - Gir sammenheng og hindrer forvirring og feilattribuering
 - Telefoner hjem- hva skal barnet vite, aldersadekvat informasjon
 - Gi forklaring både på barnets og den voksnes reaksjoner, (ikke bare traumer men sorg og savn)

• O- Organized Play

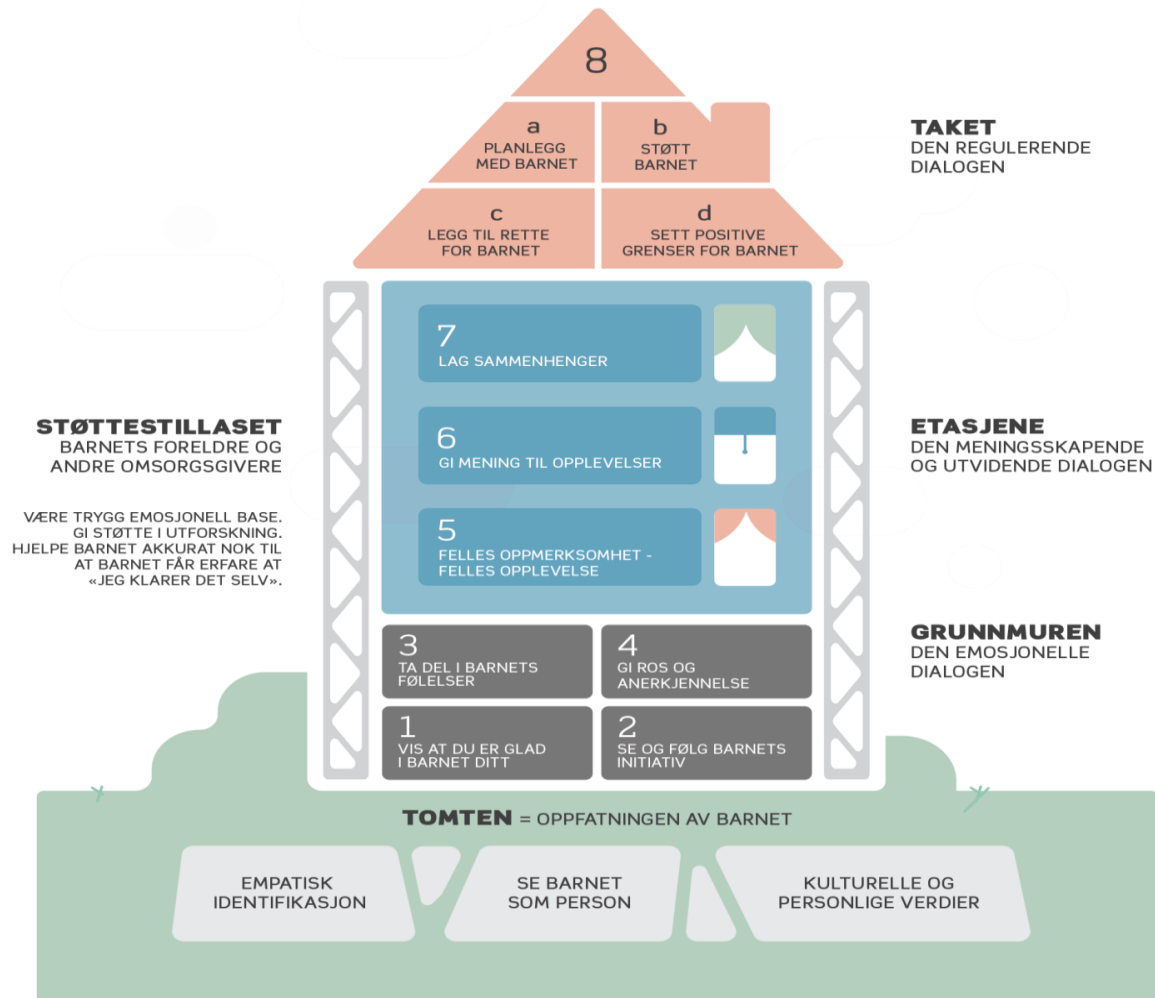
- O- Lekens betydning og mulighet, voksnes støtte til å hindre repeterende og destruktiv lek
 - Gir mulighet for utfoldelse, vanlighet, vennskap, mestring og innflytels

• P- Parental support .

- P- Foreldre trenger mye støtte i å både forstå egne reaksjoner, og bli møtt emosjonelt.
 - Gir regulering og roing til den voksne
 - De trenger å forstå hvor viktig de er som protective shield for sine barn.
 - Gir opplevelse av betydning og mestring og innflytelse
- Støtte og hjelp til rammene rundt foreldrene,
 - Gruppestøtte/ fellesskap, mulighet for å ta initiativ, boforhold, økonomi og hjelp til å orientere seg, jobb, aktivitet , integreringsprosses til et lokalmiljø

Hvordan kommer STOP modellen inn i ICDP-gruppene

HUSET = BARNET i samspill med den voksne



• I «taket»/regulerende dialog:

- Struktur , regler, forutsigbarhet, planlegging, støtte, grenser, solidaritet

• I meningsskapende dialog

- Gi aldersadekvat informasjon, gi forklaringer, lytt til barnets spørsmål,
- gi sammenheng og fremtidshåp

• I emosjonell dialog

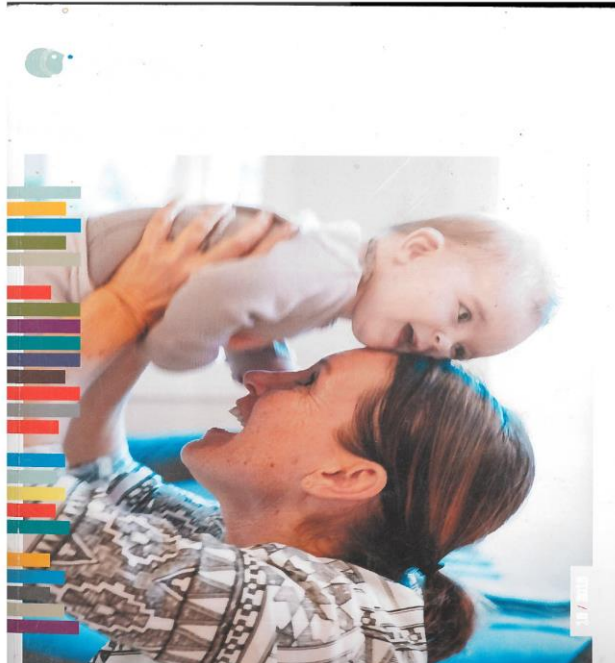
- Gi trøst og roing, (emosjonsregulering),
- gi støtte til barnets initiativ (mestringsfølelse),
- gi opplevelse av nærhet og fellesskap, bla i lek, aktiviteter og samtaler
- gi støtte til selvfølelsen

• I «tomta»

- Se det enkelte barns reaksjoner og ressurser, vise empatisk identifikasjon
- Se forholdene som påvirker foreldrenes livssituasjon

Viktigst å huske fra denne timen

- **Barn** trenger foreldre som gir trygghet og emosjonell støtte
- De trenger forklaringer
- De trenger forutsigbarhet og struktur



- **Foreldre** trenger å forstå hvor viktige de er for barna sine
- Foreldre trenger vår støtte og empatiske identifikasjon for å kunne bli «protective shield» for sine barn
- Foreldre trenger trygge rammer som gir dem mulighet til innflytelse, mestring og mening