

ppT på egen surstoffmaske først

• PÅ EGEN
• PROGRAMMET

Et bilde som har vært viktig hjelp for foreldre med funksjonshemmede barn, er flyvertinnens ord om å ta på egen surstoffmaske før en hjelper den andre.



«Kompetente foreldre» heter veiledningsboken som Karen Therese Sulheim Haugstvedt har utarbeidet sammen med foreldre og helsepersonell. Nå kommer den også som et e-læringsprogram på nett.

Haugstvedt har gjennom mange år jobbet som fysioterapeut med habilitering av funksjonshemmede barn. Hun har også drevet forskning på feltet og er opptatt av foreldrenes rolle:

– Foreldrene er barnas største og viktigste ressurs, både for planlegging, gjennomføring og ikke minst, evaluering av habiliteringsinnsatsen. Samtidig har foreldre lett for å glemme seg selv i den viktige foreldrerollen. I en fremmed og uønsket situasjon kan foreldre bli gående med ubearbeidede følelser av sorg, sinne, depresjon, sier hun.

– Og de tiltak som finnes i dagens helsevesen, handler lite om foreldres egen situasjon, men om å dyktiggjøre foreldrene i forhold til barnets

diagnose og samspill med barnet. Her går menneskelige ressurser tapt. Det er viktig å bearbeide egen hjelpeløshet, sorg og sinne, men også å tillate seg glede og takknemlighet.

– Det foreldre understreker, er verdien av å møte andre i samme situasjon, og få finne de riktige ordene sammen. Et bilde som har vært viktig, er flyvertinnens ord om å ta på egen surstoffmaske før en hjelper den andre. Ved å tenke gjennom egen situasjon og reaksjon på situasjonen, har mange foreldre sett nye muligheter og funnet bedre løsninger, sier Haugstvedt, som nå arbeider ved Senter for helsefremmende arbeid, Akershus Universitetssykehus.

– Ut fra min praksis som fysioterapeut innenfor habilitering på kommunalt nivå, har jeg lang erfaring fra samarbeid med foreldre til barn med ulike former og grader av funksjonshemming. Samarbeidet har vært et sentralt grunnlag for utviklingen av dette veiledningsprogrammet, sier Haugstvedt.

– Forutsetningen for å kunne nå hensiktsmessige mål og høy kvalitet i habiliteringen var avhengig av foreldres overskudd og motivasjon. Derfor var også deres engasjement og forståelse helt avgjørende. Men samtidig som deres mulighet til deltakelse var sentral, var også belastningen de levde med, åpenbar, sier hun.

Denne veiledningsboken for foreldre med funksjonshemmede barn, har nå kommet som et e-læringsprogram og blir utprøvd som et prosjekt. Dette er et program tilgjengelig for alle.

– Foreldrene har bidratt med sine erfaringer underveis for å gjøre tiltaket så bra som mulig for nye foreldre. Totalt har over 200 foreldre deltatt. Deres entusiastiske evalueringer og historier om hva de tenkte, følte og gjorde annerledes etter gruppesamlingene er den viktigste inspirasjonen til å fortsette med å spre tiltaket, nå ved å gi ut dette e-læringsopplegget, sier Karen Therese Sulheim Haugstvedt.

Tekst:



Liv Nordbø Kleppe

Tidligere daglig leder,
Pårørendesenteret