

ATT ORIENTERA SIG I FRAMTIDEN
TINA HERMANSSON

00:09.320 --> 00:15.440
Hej! Jag heter Tina Hermansson
och arbetade under 18 år som kurator på

00:15.720 --> 00:17.240
barn- och ungdomshabiliteringen.

00:19.800 --> 00:25.960
Jag slutade där för tre år sedan och har
gjort några tillbakablickar på mitt arbete

00:26.200 --> 00:26.960
som kurator där.

00:29.520 --> 00:31.080
De sista tio åren

00:32.360 --> 00:36.200
I mitt jobb som kurator på habiliteringen så arbetade jag

00:36.440 --> 00:39.520
i ett team där vi mötte barnen

00:40.040 --> 00:43.880
och föräldrarna till barnen hade
flerfunktionsnedsättningar bland annat.

00:46.160 --> 00:52.320
Som kurator i teamet
som var min främsta uppgift att stötta föräldrarna

00:52.560 --> 00:55.400
Att hitta fram till ett hållbart familjeliv.

00:57.360 --> 01:00.280
Jag träffade föräldrar individuellt

01:01.280 --> 01:03.320
och i par för stödjande samtal

01:03.840 --> 01:08.440
Ibland ensam och ibland tillsammans med teamets psykolog.

01:10.960 --> 01:12.400
Det viktigaste var

01:12.400 --> 01:16.680
att ge föräldrarna möjlighet att sätta ord på tankar

01:16.920 --> 01:17.960
och känslor

01:18.200 --> 01:19.480
och få hjälp med

01:19.760 --> 01:23.600

och får dem validerade, alltså som exempelvis

01:24.120 --> 01:27.680

är det rimligt att tänka som jag gör

01:27.960 --> 01:29.720

är det okej att känna som jag gör

01:33.000 --> 01:36.840

Ett viktigt syfte med de här allra tidigaste samtalen

01:37.080 --> 01:40.160

det var att skapa ett tryggt utrymme

01:40.440 --> 01:43.000

där alla känslor var tillåtna

01:44.880 --> 01:48.120

Föräldrarna fick även stöd i att prata med varandra

01:48.360 --> 01:53.240

för att få en ökad förståelse för den andres reaktioner

01:54.560 --> 01:56.080

Och därmed

01:56.800 --> 02:00.400

tänkte jag att jag bidrog till att föräldrarna

02:00.920 --> 02:01.920

bättre kunde

02:02.440 --> 02:04.240

vara ett stöd för varandra

02:06.000 --> 02:11.400

En upplevelse var att det inte var särskilt ovanligt att

02:12.440 --> 02:13.720

paret

02:15.000 --> 02:16.000

kunde känna

02:16.280 --> 02:18.840

sig ensamma i sin sorg

02:19.320 --> 02:25.480

Ofta kanske det berodde

på att man ville skydda den andre, att inte belasta

02:25.720 --> 02:26.760

med sin egen oro.

02:28.040 --> 02:33.160

Vi samtalade även om föräldrars oro
för syskon och syskonens situation.

02:34.960 --> 02:37.760

I dessa samtal blev det även

02:38.520 --> 02:41.880

viktiga samtal om hur

02:42.120 --> 02:44.920

kan vi förhålla oss till omgivningen.

02:45.200 --> 02:51.320

Både den nära omgivningen som far och morföräldrar
men även vänner och arbetskamrater och andra.

02:52.600 --> 02:57.720

Ett annat viktigt samtalstema var livsomställnings frågor

02:59.000 --> 03:00.560

Drömmar och förväntningar

03:02.080 --> 03:03.880

på vad livet skulle erbjuda.

03:05.400 --> 03:06.680

Som upplevdes ha

03:06.960 --> 03:07.960

ryckts undan.

03:08.760 --> 03:12.600

Jag kunde då som kurator stötta föräldrarna i att

03:13.080 --> 03:16.160

försöka orientera sig in i framtiden på nytt.

03:16.440 --> 03:20.520

Alltså, hur skulle livet kunna se ut för våran familj

03:20.760 --> 03:22.840

med de förutsättningar vi har nu.

03:23.320 --> 03:24.880

Vad blir möjligt

03:26.160 --> 03:28.440

Parallellt med

03:28.720 --> 03:34.360

de här samtalen då fick vi möjlighet
att tillsammans börja titta på och utforska vilket stöd finns

03:34.840 --> 03:36.120

i samhället

03:38.200 --> 03:39.480

För familjer

03:40.240 --> 03:43.040

och personer med flerfunktionsnedsättningar

03:43.320 --> 03:48.160

Alltså stöd från sjukvård,
kommuner och idéburna organisationer

03:49.720 --> 03:52.760

Inte minst viktig information om

03:53.040 --> 03:55.080

olika sorters avlastning

03:55.600 --> 03:58.920

som skulle kunna bli aktuellt längre fram

04:02.240 --> 04:07.880

Genom detta fokus kan jag ibland även
behöva hjälpa föräldrar praktiskt i kontakt med myndigheter

04:08.400 --> 04:11.720

med ansökningar och annat.

04:12.480 --> 04:15.040

Och även försöka hjälpa föräldrar

04:15.320 --> 04:17.880

med samordning av olika vårdinsatser

04:18.640 --> 04:20.440

Det var väldigt svårt.

04:21.440 --> 04:27.600

Jag kan inte påstå att jag lyckades särskilt ofta med det för
barn med flerfunktionsnedsättning har ofta kontakt med flera

04:27.840 --> 04:33.480

olika specialistmottagningar inom vården
där alla har sina egna vårdflöden

04:36.560 --> 04:42.680

Ett tredje och viktigt samtalstema handlar om
föräldrarnas starka vilja och höga ambitioner

04:42.960 --> 04:45.600

gällandet att stötta barnet med deras utveckling.

04:46.800 --> 04:52.920

På barnhabiliteringen så arbetar
många olika professioner, det är specialpedagog, arbetsterapeut

04:53.200 --> 04:56.240

logoped och dietist

04:56.520 --> 04:59.320

Fysioterapeut och andra

05:00.080 --> 05:02.160

Alla dessa professioner

05:02.400 --> 05:04.960

bidrar med sin expertkunskap

05:05.480 --> 05:10.080

För barnets utveckling och här kunde vi ibland behöva prata om

05:11.120 --> 05:13.400

vad är möjligt att hinna med.

05:15.440 --> 05:16.240

Kan vi

05:16.480 --> 05:20.560

få till allt det där som vi tänker faktiskt är bra för vårt barn

05:23.120 --> 05:29.280

Vad skulle få för betydelse om vi faktiskt
under en period avstog från något av träningsprogram

05:30.800 --> 05:32.080

Övningar som

05:32.600 --> 05:34.920

faktiskt är tänkt att gynna barnet.

05:38.240 --> 05:44.400

I det pratet så blev det viktiga samtal om balansen i livet och att

05:44.640 --> 05:48.720

faktiskt få möjlighet till helt vanliga föräldraskapet

05:49.520 --> 05:54.360

där man bara slappar och umgås
och är med varandra, barnens föräldrar

05:57.040 --> 06:02.800

Som kurator erbjuder jag även föräldragrupper
tillsammans med psykolog just för att tillgodose det viktiga

06:03.080 --> 06:05.640

behovet av att träffa andra i liknande situation

06:06.160 --> 06:12.280

För utbyte av erfarenheter och
möjlighet att ge varandra tips som kan få vardagen

06:12.560 --> 06:13.840

att flyta på lite lättare

06:14.600 --> 06:17.680

Även syskon i olika åldrar erbjöds grupper.

06:21.000 --> 06:23.560

Jag fick en fråga om vilka

06:23.800 --> 06:27.640

de vanligaste frågorna som nyblivna föräldrar hade

06:28.400 --> 06:30.200

Och

06:30.480 --> 06:32.760

De var så här alltså

06:33.280 --> 06:34.560

kommer mitt barn

06:35.600 --> 06:38.920

att leva till vuxen ålder

06:39.440 --> 06:41.720

Kommer mitt barn att kunna gå

06:42.240 --> 06:44.560

Kommer mitt barn kunna göra sig förstådd

06:45.560 --> 06:48.640

Kommer vi kunna förstå och kommunicera med vårt barn

06:49.680 --> 06:51.960

De här frågorna kunde jag inte svara på

06:52.240 --> 06:54.680

Och oftast ingen annan i teamet heller

06:54.680 --> 06:58.880

när barnen är så här riktigt små men vi kunde samtala om

06:59.640 --> 07:00.920

vad

07:01.440 --> 07:05.040

det ena eller det andra scenariot skulle
kunna betyda för mig som förälder

07:06.040 --> 07:08.360

Andra frågor var, kommer jag orka

07:09.640 --> 07:12.440

Kommer vi att kunna hålla ihop våran familj

07:15.520 --> 07:20.120

Kommer jag kunna jobba igen,
kan jag gå tillbaks till mitt jobb Jag hade innan

07:20.880 --> 07:23.200

Kommer mitt barn kunna gå på förskola

07:24.920 --> 07:26.520

Kommer vi någonsin kunna göra

07:27.280 --> 07:29.360

saker som andra familjer gör

07:29.840 --> 07:31.640

Kommer vi kunna resa igen

07:37.040 --> 07:39.600

Ibland var de där frågorna förenade med

07:40.080 --> 07:41.120

skam

07:41.640 --> 07:42.640

För man tänkte att

07:43.680 --> 07:49.840

Hur kan jag fundera över såna

här saker nu när jag har till uppgift att sköta mitt

07:50.080 --> 07:50.840

Svårt

07:51.120 --> 07:52.400

Sjuka barn

07:58.520 --> 08:00.560

Om vi ska skicka med

08:01.840 --> 08:02.640

några

08:03.920 --> 08:06.200

av mina erfarenheter till er

08:06.960 --> 08:10.320

Så skulle jag vilja säga så här

08:11.080 --> 08:14.920

tillåt alla dina känslor och tankar

08:15.440 --> 08:19.520

Tillåt dem att finnas, skäms inte för någon av dem

08:20.040 --> 08:23.360

Försök att prata med andra om hur du

08:23.600 --> 08:25.160

mår och hur du har det

08:26.680 --> 08:28.480

Bjud in andra

08:29.240 --> 08:31.280

I din familjs vardag

08:31.640 --> 08:34.200

För även andra

08:34.200 --> 08:35.640

familjemedlemmar eller

08:35.920 --> 08:37.680

utomstående vuxna

08:37.960 --> 08:44.080

kan lära sig att ta hand
om ditt barn på ett gott och fint sätt, försök och

08:44.360 --> 08:45.120

våga lita

08:45.360 --> 08:46.400

på andra

08:48.440 --> 08:51.280

Be även om hjälp från professionella

08:51.720 --> 08:54.800

Det är inte alltid säkert att du kommer bli erbjuden saker

08:54.840 --> 08:57.160

Du kanske måste efterfråga dem själv

08:59.520 --> 09:04.120

Försök att ge dig själv utrymme till energi påfyllnad och

09:04.120 --> 09:08.920

återhämtning, men det är svårt men
försök att hitta något sätt som är möjligt och som passar dig

09:11.440 --> 09:13.480

Och om syskon finns

09:13.520 --> 09:19.680

tänk på att syskonet ibland behöver
helt egen tid med dig som förälder utan konkurrens

09:20.680 --> 09:24.280

Men hara heller inte dåligt samvete för

09:24.280 --> 09:25.280

att

09:26.600 --> 09:29.400

syskonet lever just i den här familjen

09:33.240 --> 09:35.040

Det sista jag skulle säga där

09:35.800 --> 09:39.120

det finns många olika sätt att leva familj på

09:39.400 --> 09:44.760

och försök bortse från alla de
normer och föreställningar som finns om familjeliv idag

09:45.280 --> 09:48.600

Försök att hitta fram till det sättet som passar just

09:48.880 --> 09:50.160

din familj