



# Tengslaefling

## (Parent Infant Psychotherapy)

**Tengslaefling** er fjölskyldumeðferð sem miðar að því að styðja við þroska barns á fyrsta ári með því að efla tengslin á milli þess og foreldranna.

### **Algengar ástæður tilvísana:**

- Vandí sem tengjast barninu: Til dæmis ungbörn sem sýna lítil viðbrögð, gráta mikið, eiga erfitt með að nærast eða hvílast. Hegðunarerfiðleikar eða kvíði hjá eldri börnum.
- Vandí sem tengjast foreldri, svo sem þunglyndi eftir fæðingu, áföll eða erfið reynsla úr barnæsku eða erfiðleikar í sambandi forelda.
- Tengslavandi á milli foreldris og barns, til dæmis þegar móðir finnur ekki væntumþykju gagnvart barni sínu.

### **Hugmyndir lagðar til grundvallar:**

- Meðferðin er þróuð út frá kenningum sálgreiningar, rannsóknum í taugavísindum og tengslakenningu. Fyrirmynd hennar er fengin frá *Anna Freud Centre* í London.
- Viðfang meðferðarinnar er tengslin á milli foreldra og barns og því taka þau öll þátt í meðferðartímunum ef kostur er, annars annað foreldranna. Hluti vinnunnar felst í að skoða bakgrunn foreldranna.
- Athyglinni er ýmist beint að barninu, foreldrinu eða tengslunum þeirra á milli.
- Allt sem á sér stað í tímunum er skilið sem mikilvæg tjáskipti og vert skoðunar. Slík tjáskipti eru oft ekki meðvituð.
- Hlutverk meðferðaraðila er annars vegar að gefa foreldrum endurgjöf/speglun á sínar upplifanir og gera þær skiljanlegar með því að setja þær í samhengi við reynslu þeirra. Hins vegar bregst hann við þörfum barnsins fyrir nærgætna, áhugasama og athugula manneskju sem bregst við vísbendingum þess og virðir upplifanir þess. Með því hjálpar hann barninu til þroska og er foreldrunum fyrirmynd í samskiptum þeirra við barnið.

**Markmið meðferðar sem beinast einkum að foreldrunum:**

- Að efla getu foreldra til að íhuga eigið hugarástand, hugarástand barnsins og sambandið á milli þeirra.
- Að efla getu foreldra til að greina eigin líðan frá líðan barnsins og tempra á viðeigandi hátt hverju sinni.
- Að efla getu foreldra til að skynja barnið sem aðgreindan einstakling með sjálfstæðan huga og eigin þarfir.
- Að leitast við að brjóta upp neikvæð mynstur sem hafa erfst á milli kynslóða og draga úr áhrifum þeirra á barnið.
- Að styrkja foreldraparið.

**Markmið meðferðar sem beinast einkum að barninu:**

- Að efla jákvæða tengslamyndun á milli foreldra og barns.
- Að barnið upplifi samfellu í tilfinningu sinni fyrir eigin sjálfi.
- Að barnið geti sýnt þarfir sínar og vænst hjálpar foreldranna.
- Að greiða fyrir því að barnið fái að vera háð foreldrum sínum í samræmi við aldur og þroska og geti með tímanum aðgreint sig frá þeim.
- Að meta öryggi barns og grípa til viðeigandi ráðstafana sé því talin stafa hætta af umhverfi sínu.

**Niðurstöður:**

- Samskipti foreldris og barns batna.
- Dregur úr hegðunarerfiðleikum barna.
- Foreldri líður betur og er öruggari uppalandi.
- Börnum fer fram í þroska.

**Vinsamlegast hafið samband við undirritaðar varðandi hugsanlegar tilvísanir:**

<b>Nafn:</b>	<b>netfang:</b>	<b>Sími:</b>
Anna María Jónsdóttir geðlæknir	<a href="mailto:annam@laekning.is">annam@laekning.is</a>	6619401
Helga Hinriksdóttir hjúkrunarfr.	<a href="mailto:helgahin@reykjalandur.is">helgahin@reykjalandur.is</a>	5852000
Stefanía Arnardóttir hjúkrunarfr.	<a href="mailto:stefania.arnardottir@hhjuk.hg.is">stefania.arnardottir@hhjuk.hg.is</a>	5131300
Sæunn Kjartansdóttir sálgreinir	<a href="mailto:saeunn@simnet.is">saeunn@simnet.is</a>	5811148