



Foreldraefling

(Mellow Parenting)

Foreldraefling er hópmeðferð sem fer fram einn dag í viku í 14 vikur. Markhópurinn er mæður sem eiga börn 1- 5 ára.

Algengar ástæður tilvísana:

- Barn þroskast ekki eðlilega, sýnir vanlíðan eða hegðunarerfiðleika.
- Foreldri myndar ekki heilbrigð tengsl við barn sitt.
- Heimilisofbeldi, geðheilsuvandi eða fíkn foreldris/foreldra.
- Barn er undir eftirliti barnaverndaryfirvalda.

Hugmyndir lagðar til grundvallar:

- Meðferðin byggist á samþættingu sálgreiningar, tengslakenningar, atferlismótunar og fræðslu og fyrirmyndin er fengin frá *Mellow Parenting* í Skotlandi.
- Markmiðið er að meðhöndla vanlíðan mæðra sem eiga ung börn, efla samband þeirra við börn sín og þar með þroska og velferð barnanna.
- Áhugahvöt mæðra er forsenda fyrir þátttöku í meðferðinni.
- Líðan og samskipti mæðra við börn sín eru skoðuð í ljósi reynslu þeirra.
- Ekki er haldið á lofti ákveðinni uppeldisaðferð heldur er lögð áhersla á íhugun, fjölbreytni og virðingu fyrir ólíkum þörfum ólíkra einstaklinga.
- Meðferðaraðilar eru ekki í hlutverki sérfræðinga sem koma með lausnir heldur tekur allur hópurinn þátt í að finna nýjar leiðir.
- Unnið er að því að efla mæður svo þær verði virkir og íhugulir foreldrar.

Meðferðin:

- Meðferðin er tvískipt og fer fram í hópum með tveimur meðferðaraðilum. Fyrir hádegi vinna mæður með persónulega sögu sína, s.s. upprunafjölskyldu, barnæsku, núverandi samband, úrvinnslu tilfinninga og framtíðaráætlanir. Eftir hádegi skoða þær sjálfar sig í móðurhlutverkinu. Í þeirri vinnu eru greind myndbönd sem tekin voru upp á matmálstíma fjölskyldunnar og farið er yfir verkefni sem mæðurnar vinna heima á milli meðferðartíma.
- Starfsfólk annast börnin á meðan mæðurnar eru í hópvinnunni.
- Allir borða saman í hádeginu, mæður, börn og starfsfólk. Síðan taka allir þátt í leikjum, útivist eða æfingum sem tengjast daglegu lífi fjölskyldunnar (t.d. verslunarferðir).
- Mæður fá heimaverkefni til að æfa sig í því sem þær hafa lært.

Niðurstöður:

Foreldraefling er gagnreynd meðferð sem er metin með myndbandsupptökum og matslistum.

Við lok meðferðar hafa niðurstöður rannsókna í Bretlandi sýnt að:

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

Eftir 18 mánaði hafa enn frekari jákvæðar breytingar komið í ljós við eftirfylgd.

Vinsamlegast hafið samband við undirritaðar varðandi hugsanlegar tilvísanir:

Nafn:	netfang:	Sími:
Anna María Jónsdóttir geðlæknir	annam@laekning.is	6619401
Helga Hinriksdóttir hjúkrunarfr.	helgahin@reykjalundur.is	5852000
Stefanía Arnardóttir hjúkrunarfr.	stefania.arnardottir@hhjuk.hg.is	5131300
Sæunn Kjartansdóttir sálgreinir	saeunn@simnet.is	5811148

