

# Indhold

**Forord** ved Lene Lier 11

**Forord** ved Kari Killén 13

**Indledning** 15

**Lidt statistik** 21

**Pionerprojektet** 22

Kortlægningsundersøgelse 22

Forsøg, resultater og visioner 25

Praktiserende læger og speciallæger 29

## ■ Del I

**Sagens parter: børnene, familien, kommunen, lægen  
og andre psykiatriske behandlere** 31

**Børnene** 33

De små voksne 33

Usynlige børn 34

Isolation og ensomhed 35

Et nyt fænomen? 36

Kunne barndommen være anderledes? 36

Hvad har de brug for? 37

**Samspelet i familien** 41

Den sindslidende forælder 41

Tabuet 42

En rask ægtefælle 43

Bedsteforældrene 44

Barnet: „Jeg klarer mig!“ 45

To breve 46

De voksne: „Vi klarer os!“ 47

Søskenderoller	48
Fraskilte familier	51
Børn med psykisk syge søskende	53

### **Kommunen 55**

Sundhedsplejen	55
Daginstitutionen	58
Skolen	59
Socialforvaltningen	61

### **Tradition og forandring i psykiatrisk behandling 64**

Blinde behandlere?	64
Handlingslammelse	66
Den skrøbelige behandlingsalliance	68
Systemets paranoia	69

### **Samarbejdet mellem sundhedssektoren og den sociale sektor 73**

Der var engang ...	73
Fordomme, mistillid og samarbejde	74
En 'smal' sag i psykiatri- og lægepraksis	77
Brobygning	78
Forældrene afviser hjælp til barnet	78
Underretning – hvornår?	82
Mindst mulig indgriben – hvordan?	84

## **■ Del II**

### **Familiesamtaler 87**

#### **Familiens egne samtaler 89**

#### **Familiesamtaler uden for sundhedssektoren 91**

#### **Familiesamtaler i sundhedssektoren 93**

#### **Behandlerens 'bagage' 97**

Faglig viden	98
Kendskab til sygdommen	100
Empati	101

Mod 102  
Selvindsigt 104

### **Hensigten med samtalen 107**

Undersøgelse eller interview? 107  
Børnene skal have information 109  
Barnet skal ses og høres 110  
Skal vi tale alene med barnet? 110  
Forældrene baner vejen! 111  
En samtale med børn og andre pårørende 112  
Opsummering 112

### **Invitationen 113**

Første hindring: egne barrierer 113  
Spørg til børnene ... og fortæl! 115  
Giv dig til kende 116  
Stands dig selv i overtalelser 118  
... en MUR! 118  
Familiens 'hvide løgne' 119  
Hvordan får vi børnene med? 120

### **Hvem skal deltage i samtalen? 122**

Patienten 122  
Hvilke børn, hvilken alder? 123  
Den anden forælder 126  
Fraskilte forældre i konflikt 126  
Andre pårørende 129  
Andre professionelle 129

### **Rammerne 131**

Ude- eller hjemmebane? 131  
Lokalet 133  
Tidsramme 134

### **Kontakten 136**

Vær til stede 138  
Pas på spørgsmål! 139  
Tag værtskab 140

Tag ansvaret på dig	142
Skab ligeværd	144
Vær anerkendende – ikke vurderende	145
Vis respekt for barnets grænser	148
Husk børnenes loyalitet	150
Undlad at give barnet ‘hovedrollen’	151
Fortællingen ‘ser’ barnet	152
Visualiser sammen med familien	152
„Livets elv“	156

### **Indholdet 158**

Mindmap	158
Fortæl, hvad du ved	158
Bryd tabuet	160
Opkvalificer barnets kompetence	163
Giv viden – almen og konkret	164
Følelser skal luftes	171
Gæt	171
Generaliser – normaliser	172
Følelser kan ikke fjernes	181
Giv håb	182

### **Udfaldet 185**

Stik dem en folder!	186
Dagens tilbud!	186
Hjælp! Jeg ved ikke, hvad jeg skal foreslå	187
Giv en hånd og vend tilbage	187
Kontakt til socialforvaltningen	188
Underretning – hvordan?	189

---

■ **Del III**  
**Yderligere hjælp 195**

**Rådgivning 197**

**Støtte og behandlingstilbud 198**

- Psykologstøtte 198
- Praktisk, økonomisk eller anden støtte 198
- Frivillige kontaktfamilier 199
- Undervisning i skolen 200
- Kontaktperson 201
- Aflastnings- eller plejefamilier 202
- Behandling til barnet 202
- Gruppetilbud 203

■ **Del IV**  
**Børn og unge i grupper 205**

**Hvilket regi? 208**

**Hvem? 209**

- Gruppelederne 209
- Børnene 210

**Hvorhen? 213**

- Målsætning for grupperne 213

**Hvorfor gruppe? 215**

- Åben eller lukket gruppe? 216

**Hvor mange? 218**

**Hvor ofte og hvor længe? 219**

**Hvordan skal det være? 220**

- Aktiviteter 221
  - Tavse børn – larmende og urolige børn 222
  - Tavshedspligt? 225
-

Forældreinddragelse 225

Forældregruppe 226

**Hvordan tilbyde medlemskab? 227**

Forsamtale 227

**Hvordan afslutte? 231**

**Bilag 233**

**Lov om social service frem til 1.1.2007 233**

**Lov om social service gældende fra 1.1.2007 237**

**Nyttige hjemmesider 242**

Lokale sider med almen interesse 245

Udenlandske hjemmesider 246

Privatpraktiserende psykologer og terapeuter 247

**Litteratur 248**

**Ordforklaringer 254**

## Forord ved Lene Lier

Denne bog har længe været savnet!

Psykisk sygdom er desværre endnu vanskelig at tale om, når et familiemedlem eller man selv bliver syg. At være psykisk syg mor eller far er endnu sværere. Hvad tænker omgivelserne? Vil nogen tvivle om vores omsorg for børnene? Kan mit barn blive fjernet?

Mange behandlere føler samme usikkerhed. Vi mærker forældrenes sårbarhed, når børnenes forhold bliver berørt, og bliver bange for at stresse en belastet mor eller far yderligere.

Børnene mærker det også, har måske fået lidt at vide, men har mange ubesvarede spørgsmål. „Jeg tror, hun er bange for at snakke om det – eller at hun ikke kunne lide at snakke om det“ (15-årig pige). „Jeg vidste jo ikke, hvad jeg skulle tænke. Jeg tænkte bare: ‘Hvad er der galt med mor?’ – min far har selvfølgelig ikke villet sige for meget og heller ikke for lidt – så han fortalte mig sådan lidt“ (15-årig dreng). „Min mor fortalte mig meget tidligt, at hun var mani-depressiv. Så det vidste jeg, men jeg vidste jo ikke, hvad det betød“ (17-årig pige).

Usikkerhed og manglende viden efterlader børnene alene i deres forsøg på at forstå deres mors eller fars reaktioner. Børnene har mange fantasier, som vækker skyldfølelse og negative selvbilleder og ofte en alt for stor ansvarsfølelse for den syge forælder: „Jeg havde den følelse, hver gang hun gjorde det [prøvede at begå selvmord], at det var, fordi jeg ikke var god nok, eller jeg ikke var værd at være sammen med. Så når hun havde gjort det, så gjorde jeg mig ekstra umage ... fik høje karakterer i skolen og gjorde nogle ting, som jeg vidste, hun ville blive stolt af ... prøvede at give hende en grund til at bliver glad for mig igen“ (18-årig pige).

Ansaret og omsorgen for den syge forælder medvirker til, at barnet ofte bliver ‘en lille voksen’, som må påtage sig alt for store opgaver, mens barndommen sættes på vågeblus. De voksne omkring barnet ser ikke/vil ikke se det ensomme, triste barn, der gemmer sig under den

kompetente facade. I længden magter mange børn ikke situationen – får symptomer og adfærdsvanskeligheder, som familien ofte alt for sent får hjælp til.

Mange forskellige professionelle i sundheds- og socialvæsenet får kontakt med disse familier – og stort set alle føler sig usikre, når det gælder børnenes og forældres behov for hjælp. Hvem gør hvad? Hvordan skal jeg gribe det an? Samtidig er interessen for at kunne yde familierne bedre hjælp vokset støt i de seneste år.

“Hvad børn ikke ved ... har de ondt af“ er en gave til den tværfaglige gruppe, som kommer i berøring med psykisk syge forældre og deres børn.

Bogen er gennemsyret af Karen Glistrups store erfaring både inden for psykiatrien og det sociale system. Hun kender af egen erfaring de vanskeligheder, som jævnligt opstår i det tværfaglige arbejde, og følger respektfuldt læseren på vej til ny indsigt og nye handlemuligheder.

Vinduet åbnes til de psykisk syge forældre og deres børns store behov for hjælp til at dele deres tanker og følelser. Og også her er bogen en guldgrube af viden og erfaring om indhold og metode ved samtaler med forældre og børn i en vanskelig situation.

Foruden at rumme et længe savnet og kvalificeret fagligt indhold er bogen så velskrevet og kærligt engageret i familierne, at det er en oplevelse at læse den fra først til sidst.

Bogen fortjener en bred læserskare blandt alle de faggrupper, der har berøring med familierne. Også familier, som selv er berørt af psykisk sygdom, vil kunne have glæde af den indsigt i familiernes problematik, som bogen indeholder.

*Lene Lier*

Speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri

(Citaterne er fra: Lier, Lene, Bernadette Buhl-Nielsen & Hans Knudsen (2001): *Psykisk syge forældre og deres børn*. Det Tværministerielle Børneudvalg/Socialministeriet).

## Forord ved Kari Killén

Titlen siger det hele. Bogen viser os, at vi alle har svigtet børn af psykisk syge ved at tro, at det, børn ikke ved, har de ikke ondt af. Det er det modsatte, som er tilfældet.

Det, der har været opfattet som en beskyttelse af børnene, er en beskyttelse af os selv. Vi har vægret os ved at gå ind i børnenes smerte. Vi har lukket øjnene for børnenes angst og forvirring. Børnene hjælper os. De forsøger, så godt de kan, at tildække, hvordan de og forældrene har det. De tager vare på både forældrene og de professionelle. De lever med deres egen smerte, mens de hjælper andre.

Ved vores og samfundets tabuisering af psykiske lidelser har vi forhindret, at børnene har fået hjælp.

Vi er langsomt begyndt at se børn af forældre med psykiske lidelser. Men der er langt fra at se dem til at forstå dem. Leve sig ind i deres situation og hjælpe dem.

Det er en udfordrende proces for os alle. Forfatteren hjælper os i denne proces. Hun stimulerer vores indlevelse og øger vores forståelse af, hvordan børnene føler, og hvordan de tænker – ikke alene børnene, men også forældrene i deres rolle som forældre.

Dette gør hun uden at skabe skyldfølelse. Hendes respektfulde holdning både over for professionelle samarbejdspartnere og over for forældre og børn gør, at bogen er god at læse.

Vi ved i dag, at børn fra de er helt små bestræber sig på at forstå voksenverdenen og tilpasse sig den. Vi ved også, at de har behov for at bearbejde de følelser, som omsorgssituationen udløser i dem.

Voksne børn af psykisk syge har de senere år givet mig indblik i deres oplevelser med hjælpeapparatet. De oplevede, at de hverken fik hjælp til at forstå forældrenes sygdom eller til at bearbejde deres oplevelser. De var overladt til sig selv med deres forvirring og deres konfliktfyldte følelser af utryghed, bekymring, angst, sorg, aggression, de-

pression og isolation. De fik støtte i, at de var flinke. Det havde de ikke behov for.

Ved hjælp af eksempler fra samtaler med forældre og børn viser forfatteren os, hvordan det er muligt at hjælpe både barnet og forældrene. Hun giver børnene forståelse for forældrenes sygdom og sætter navn på børnenes følelser.

Bogen er en gave til alle, der arbejder med psykisk syge og deres børn. Også for dem, som ikke arbejder med børn af psykisk syge, vil bogen repræsentere et væsentligt bidrag til deres faglige udvikling.

Bogen er en sjælden perle i junglen af faglitteratur. Den er enkel uden at forenkle.

*Kari Killén*

Oslo, 3. december 2003

*(Oversat af Ole Thornbye)*