

Hur når vi familjer?

Inte bara de som behöver oss minst?



Malin Bergström
barnpsykolog & docent







Centre for Health
Equity Studies



risk och skyddsfaktorer finns

- Inom barnet
- I familjen
- I samhället

vi är risk och skyddsfaktorer för barn!

- Inom oss
- I vårt privatliv
- På vår arbetsplats
- I samhället runt oss

VAD?





Lyhört föräldraskap

Föräldrarnas förmåga att anpassa sig
till barnets utveckling och behov

Innebär att föräldern utöver att ge barnet omvårdnad också förmedlar känslomässig inlevelse i och förståelse för barnets känslor, intentioner och behov.

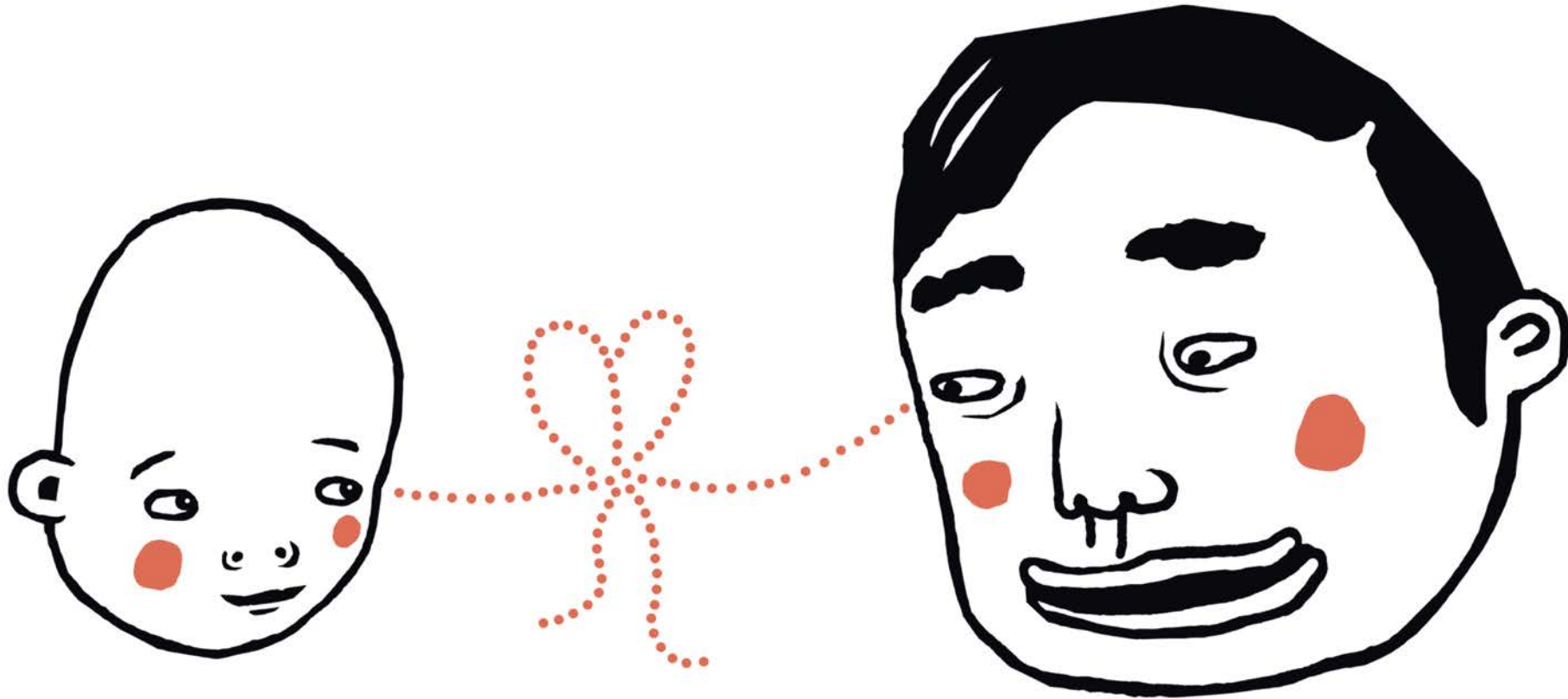




Märta och Wille



Lyhördheten är betydelsefull för barns
anknytningsrelationer



Anknytningen – känslomässiga band

Alla känslomässiga band:

1. Varaktighet över tid
2. Riktas mot en specifik individs som inte är utbytbar
3. Har känslomässig relevans för individen
4. Kännetecknas av att personerna söker varandras närhet
5. Innebär att personerna upplever obehag vid ofrivillig separation...

...men anknytningsrelationen skiljer sig på en punkt

Anknytningen – sökande efter trygghet

Alla känslomässiga band:

1. Varaktighet över tid
2. Riktas mot en specifik individs som inte är utbytbar
3. Har känslomässig relevans för individen
4. Kännetecknas av att personerna söker varandras närhet
5. Innebär att personerna upplever obehag vid ofrivillig separation

Specifikt för en anknytningsrelation:

6. Den som är anknuten söker trygghet, tröst och beskydd hos sin anknytningsperson.

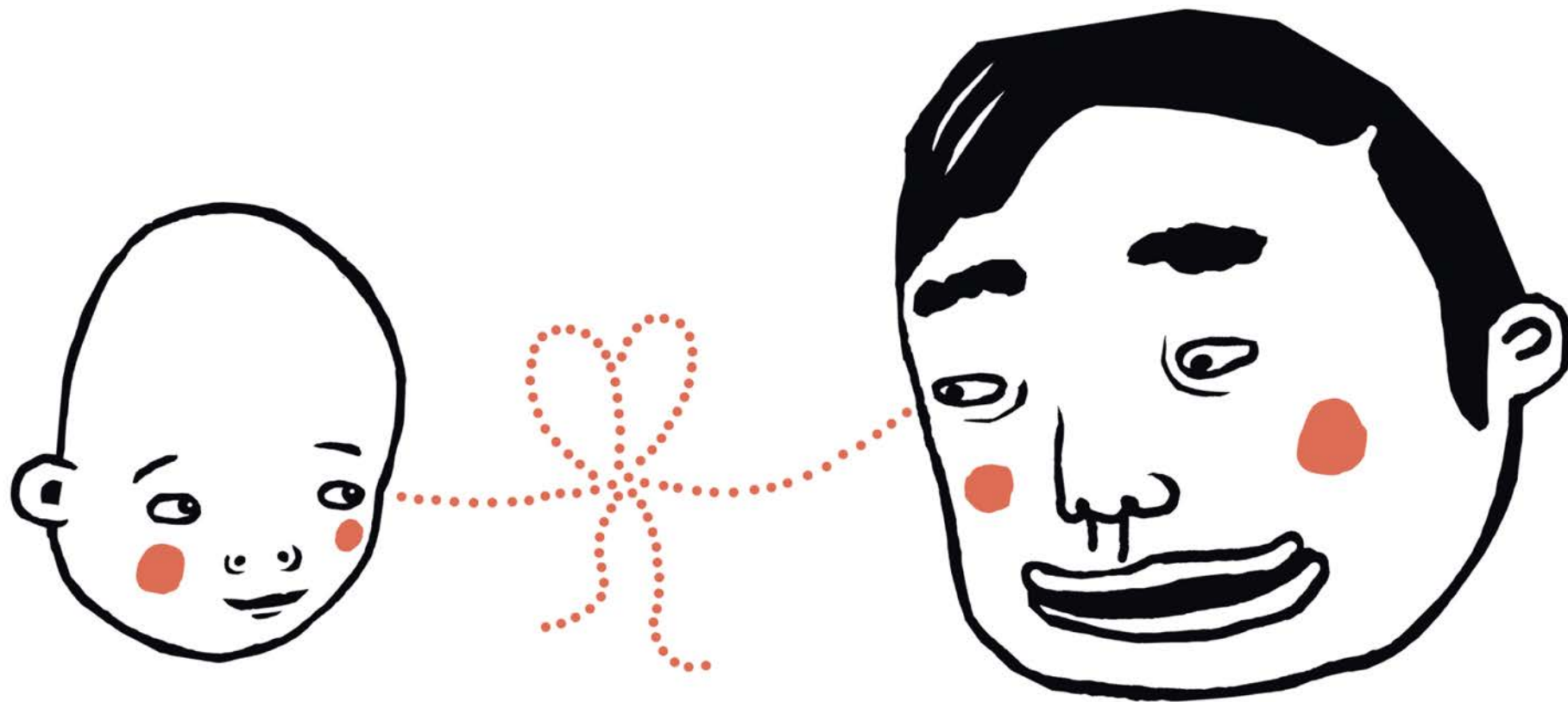


Egna anknytningsrelationer

Vem vänder du dig till när du är rädd, trött, sjuk?



Lyhördheten väcks av att ta hand om



VARFÖR?

Känsloreglering



Delad uppmärksamhet



Läs för att det boostar empatin





Hjälp med berättelsen om mitt liv



”Har aldrig frågat någon vuxen, men tycker om att vara i stallet”



VEN?



1940-70tal *pappan som könsrollsmodell*



1970tal *pappan som lekfarbror*



1980tal *den frånvarande pappan*



1990tal *den närvarande pappan*



2000tal *direkt och indirekt påverkan*



2010tal *pappans psykiska hälsa*



Vid 1 år läste nedstämda pappor hälften så ofta och hade 4 gånger högre risk att ge smisk



Pappors delaktighet

Gynnar

- Kognitiv utveckling vid 6 månader & 1 år
- Problemlösningssförmåga vid 2-3 år
- IQ vid 3 år
- Talutveckling i förskoleåldern
- Betyg, IQ, inlärningsförmåga, motivation, social och känslomässig mognad i skolåldern
- Studiemässig, ekonomisk och yrkesmässig framgång
- Psykologiskt välbefinnande som vuxen

Paul Ramchandani,
Cambridge



Michael Lamb,
Cambridge



HUR?

Lyhörd vägledning



**I have no
special talent.
I am only
passionately
curious.**

ALBERT EINSTEIN

Behåll barnperspektivet!



D2. Hur känns det när du tänker på själva förlossningen?

☐1 Mycket positivt

☐2 Ganska positivt

☐3 Varken positivt eller negativt

☐4 Ganska negativt

☐5 Mycket negativt

~~1~~ GOTT

hur kan man tala med föräldrar om skärmar? <https://www.rikshandboken-bhv.se/livsvillkor/digitala-medier/>

bra blogg om barns inläring och utveckling samt info om språkinläring genom läsning/lek/skriftnar <https://bold.expert/learning-new-words-through-play/>

BVCpodden <https://bvcpodden.fireside.fm>

malin.bergstrom@ki.se

