

Mini-Pia ger kraft

Det är någonting med ditt barn. Men du vet inte vad och du vet inte hur du ska hantera det. Det skapar en ensamhet som är tung att bära. Då kan det vara skönt att träffa andra i samma situation. Därför bildade PRIMA Handen gruppen Mini-Pia där föräldrar till annorlunda barn kan mötas.



Marie Händig, pedagog och kognitiv beteendeterapeut.

TALA OM TEMA

Mini-Pia träffas en gång i månaden. Marie börjar med en föreläsning för de föräldrar som är nya, hon berättar om och beskriver ADHD. Därefter samlas hela gruppen. Det är som en lång fikastund med olika teman varje gång.

– Vi talar om sömn, mat, konflikter, trots och syskon. Jag leder gruppen och ger information kring ämnet vi har valt men oftast talar föräldrarna fritt och ger varandra ett fantastiskt stöd, berättar Marie.

Hos Mini-Pia kan man ta till sig och också ge kunskap och konkreta råd. Någon har problem med svärmor och de andra berättar hur de brukar förklara för släkten. En annan får tips hur en iPad eller andra tekniska hjälpmedel kan lugna barnet vid bilkörningen. Och efter semestrarna brukar det vara riktigt jobbigt. Då är det skönt att träffa dem som varit i samma situation och till och med har lösningar hur man kan göra för att undvika kaoset. Gruppens gemensamma erfarenhet är rik.

– Det gäller att välja sina krig och att försöka hitta nycklarna till framgång med de här barnen. Ett tips kan vara att inte uttrycka orden nej eller inte. Säg vad barnet ska göra i stället, som "sitt ner i soffan".

Marie berättar om lekar som gör vardagen roligare och enklare. Ibland fungerar en konkret utmaning bra. Det finns kognitiva hjälpmedel som är som ett timglas, då kan familjen tävla mot timglasets och se hur mycket man hinner städa undan innan tiden är ute.

– Vi har också symboliska korgar där vi lägger problemen, A funkar bra, B kanske funkar, C struntar vi i. Här kan vi ge varandra rådet att lägga den där konflikten i korg C – släpp den, säger Marie.

Marie betonar att när barnet väl har fått en diagnos kan man tänka att alla barn utvecklas i olika takt. Ett trösterikt förhållningssätt är att barnet ännu inte har lärt sig, i stället för att han eller hon inte kan ...

– Mognaden tar längre tid med en diagnos men ge inte upp, ni har tid på er. Det är viktigare hur barnet mår än vad det kan!

Många gånger är föräldrarna själva slutkörda och har egna svårigheter. Det är tufft för en familj att ha ett annorlunda barn. Marie följer ibland familjer under en längre tid och ger också utbildningar.

– Det ger en tillfredsställelse när en förälder släpper in oss, tar emot och familjen sakta men säkert hamnar på fötter igen, säger Marie. Vi har ibland riktigt svåra uppdrag som går bra.

ATT LÄGGA ETT TUSENBITARSPUSSEL

Det kom en mamma till PRIMA som var förtrivlad. Någonting stämde inte med hennes barn. Men ingen förstod henne, släkten tyckte att föräldrarna gjorde fel men när lillebror föddes märktes skillnaden tydligt. PRIMA

fick under lång tid lägga ett pussel av många olika bitar, föräldrarnas berättelser, barnets beteende vid möten och situationen på dagis då de besökte vardagen. På många vis gick allt bra men ibland fungerade ingenting och livet slog bakut för pojken.

Till slut insåg de att pojken hade autism och alla bitar föll på plats. Det är viktigt att få rätt diagnos, först då kan man få rätt hjälp.

Hos Mini-Pia dömer ingen, där berättar föräldrarna öppet och naket för varandra om hur sommaren fortlöpte, vardagen går eller om oron inför framtiden.

– Det är skönt när andra har det lika, eller till och med värre, säger Marie. Det är så mycket fasad i vårt samhälle, här inne kan man slippa den.



”
Det är skönt när andra har det lika, eller till och med värre. Det är så mycket fasad i vårt samhälle, här inne kan man slippa den.

”
Det är tungt när vi bär problemen själva. När föräldrarna träffas här och berättar för varandra om sina problem skapas det en otrolig kraft.

Som förälder upplever du oftast tidigt att det är någonting med ditt barn. Vissa situationer fungerar inte alls i ert liv tillsammans. Många gånger är omgivningen till en början oförstående. Någon kanske till och med antyder att ni inte uppfostrat ert barn som man bör.

När man misstänker att barnet har en så kallad neuropsykiatrisk funktionsnedsättning såsom ADHD, Attention Deficit Hyperactivity Disorder, brukar man inte vilja utreda barnet förrän under året barnet fyller sex år, innan skolstart.

En del vilda barn växer ifrån sin hyperaktivitet. Barn med misstänkt autism önskar man dock fånga upp så tidigt som möjligt.

För ett år sedan startade PRIMA Handen gruppen Mini-Pia för föräldrar som har små barn med misstänkt ADHD. Marie Händig, pedagog och kognitiv beteendeterapeut, leder gruppen.

– Det är tungt när vi bär problemen själva, säger Marie. När föräldrarna träffas här och berättar för varandra om sina problem skapas det en otrolig kraft.