

Helens svar

Helens svar



30. oktober 2012

Kære bekymrede forældre

Tak for jeres brev:) Jeg vil naturligvis gerne dele lidt tanker med jer ...

Næsten alle børn vil, som en helt naturlig del af deres udvikling, have perioder, hvor de er bange for at være adskilt fra deres mor. Det ses ofte især i alderen 6 måneder til 3 år, men også større børn kan have lidt problemer med adskillelse - f.eks. det 6 årige barn der starter i skole, kan godt pludselig have behov for mor, virker mere klyngende osv. Dette varer dog ofte kun et par dage til et par uger og vil normalt ikke have betydning for barnet eller for familien.

Når man bliver bekymret omkring børns separationsangst, så er det, hvis angsten varer så lang tid (måneder) at den skader barnets evne til at gøre de ting, man normalt vil forvente af et barn i denne alder. Og jeg tænker at man et eller andet sted er nødt til at se tiden lidt an, hvad angår jeres datter. Der sker jo rigtig meget i hendes liv og hun udvikler sig rigtig meget på alle punkter, hun får stor ros i vuggestuen og er generelt rigtig godt med - men hun har det lige nu lidt svært med fremmede og hun er lige nu ekstra klyngende i forhold til sin mor - og så er hun stadig ikke ret gammel ...

Det er altså til en vis grad normalt at børn i jeres datters alder har lidt separationsangst-symptomer ... Men fortsætter det skal I naturligvis være opmærksomme og det er især nedenstående jeg synes I skal reagere på:

- Hun er ekstremt ulykkelig, når hun er adskilt fra mor eller far, som hun er nært knyttet til.
- Hun er overdrevent bekymret for at miste f.eks. mor, eller er bange for at mor skal komme til skade.
- Hun vil ikke være alene, mor eller far skal være der, for at hun kan være rolig og f.eks. sidde og lege.

Læg mærke til ordvalget her "ekstrem ulykkelig" og "overdrevent bekymret". Der er her tale om at man virkelig ikke er i tvivl om barnets angst.

Det er rigtig godt at institutionen er opmærksom på hende og på hvordan hun reagerer og det er rigtig godt at I oplever hende trygt tilknyttet flere af pædagogerne. Hvis hun er ekstremt ulykkelig eller overdrevent angst, så vil de jo også mærke det, når hun er der - og vil naturligt reagere på det. Hvis hun f.eks. 'bare' er ked af det, når I går og rigtig glad for at se jer igen - så er det normalt. Hun må gerne synes det er dejligere at være hjemme, hun må gerne synes det er svært at blive afleveret - men så er det selve skiftet der er svært og det har ikke noget med separationsangst at gøre.

Hvis hun vægrer sig mod at gå ind på andre stuer eller vægrer sig mod at tale med nye mennesker - f.eks. pigen der er i praktik, så kan det skyldes at hun af natur er lidt tilbageholdende. Her skal man forsøge at skelne lidt mellem om der er tale om generthed eller usikkerhed. Alle bliver usikre en gang imellem og det er helt naturligt. Da vi alle er forskellige, så vil nogen være mere tilbageholdende end andre, når de f.eks. er i store forsamlinger eller sammen med mennesker de ikke kender.

Det er også sådan at børn jo ligner deres forældre. Både på den måde, at det at være genert kan være arveligt, men også på den måde at børnene spejler sig i os voksne. Hvordan var I selv som barn? Hvordan reagerer I, når hun trækker sig? Det har alt sammen noget at sige ...

Man kan let komme til at sammenligne børn, forstået på den måde, at man godt kan komme til at sige "du kan da også løbe hen og lege ligesom den anden pige". Måske kommer I også til nogle gange at kalde hende genert "lad nu være med at være så genert" eller siger måske til venner, bedsteforældre eller andre, som henvender sig til hende "hun er jo lidt genert". Det er rigtig vigtigt ikke at gøre dette, fordi hun hører det og automatisk så begynder at opfatte sig selv genert. Og hun skal ikke have en rolle som "den generte".

Der ligger naturligt en vigtig opgave i at lære hende, at gå ind på de andre stuer eller turde tale med pigen der er i praktik - men det er jo en balance, for et eller andet sted er det jo også positivt at hun ikke kaster sig i favnen på alle og enhver ...

Hun skal hjælpes, hun skal vises vejen. Hun er stadig så lille at hun skal hjælpes til at finde ud af at være social og I og pædagogerne skal inddrage hende og hjælpe hende "jeg ved godt, du synes det er svært, men jeg går med dig og er der hele tiden". Så hun hjælpes til at finde ud af hvordan man gør og får nogle redskaber til at turde forsøge selv.

Med hensyn til at far f.eks. gerne vil kunne putte hende om aftenen, så synes jeg at det er en rigtig god idé at brede putteritualet ud - og jeg synes som udgangspunkt at I begge skal sige godnat.

Far kan f.eks. sagtens være den der giver hende aftenbad, hjælper hende i nattøj og læser en godnathistorie og mor kommer så efterfølgende ind og kysser og putter dynen lidt ekstra om hende og siger godnat. Jo mere far deltager i de ting der leder op til putningen, jo mere vil hun naturligt acceptere at far også putter.

Besvar disse spørgsmål:

- a) Gør kort rede for de vigtigste synspunkter i hendes svar.
- b) Føjer svaret noget til i forhold til angstformerne (hos såvel barnet som forældrene)?
- c) Synes du svaret er godt? Kan forældrene bruge rådene til noget? Eller ser du andre muligheder?

Kilde:

<http://www.netsundhedsplejerske.dk/brevkasse/index.php?option=laessvar&kat=UDVIKLING&id=21405>