



En artikelserie i to dele.

'Vi-modellen' - et forløb til forældre, som øger trivslen for hele familien, når unge har samtidig psykisk lidelse og problemer med rusmidler

STOF NR. 36 / SOMMER 2020

Del 2

AF BIRGITTE THYLSTRUP, SIDSEL SCHRØDER, MARIA DICH HEROLD OG JEANETT BJØNNES



Birgitte Thylstrup er psykolog og lektor ved Center for Rusmiddelforskning



Maria Dich Herold er psykolog og lektor ved Center for Rusmiddelforskning



Sidsel Schrøder er pædagogisk antropolog og akademisk medarbejder ved Center for Rusmiddelforskning



Jeanett Bønness er antropolog og lektor ved Center for Rusmiddelforskning

Den første artikel beskrev baggrunden for udvikling af forældreforløbet og tiden op til forældrenes deltagelse i forløbet, herunder hvilke forhåbninger forældrene havde til Vi-modellen, hvor denne artikel særligt omhandler forældrenes oplevelse af deres deltagelse i forældreforløbet. Fokus i artiklen er at fremhæve de positive ændringer, som forældrene særligt forbinder med deres deltagelse i forældreforløbet.

Stor tilfredshed med forældreforløbet

Forældrene beskriver en høj grad af tilfredshed med deres deltagelse i forældreforløbet og oplever Vi-modellen som relevant og brugbar. Det er gennemgående, at de forældre, som har deltaget i flest af Vi-modellens i alt syv sessioner, føler sig mest tilfredse. At det er disse forældre, der er mest tilfredse, hænger givetvis sammen med, at deres deltagelse i forældreforløbet sker på et for dem relevant tidspunkt i relationen til de unge, og ydermere, at det er praktisk muligt for dem at møde op til sessionerne. Forældrene oplever generelt, at der har været en god vekselvirkning mellem modellens individuelle sessioner og gruppesessioner, som foregår sammen med de andre forældre, der deltager i forløbet. De udtrykker stor tilfredshed med, at første session er en individuel session, hvor de har mulighed for at snakke om deres egen situation, inden de mødes med de andre forældre. De andre individuelle sessioner i forløbet bliver typisk brugt til at arbejde videre med tematikker fra gruppesessionerne og til at adressere specifikke udfordringer omkring den unge og familiesituationen, som ikke nødvendigvis er relevant for de andre forældre, eller som forældrene kan synes, det er svært at tale om i gruppen. De individuelle sessioner har derfor ofte meget forskellig karakter og afspejler den enkelte families aktuelle udfordringer og behov; nogle sessioner er fokuseret omkring konkret sparring og råd, mens andre anvendes til at bearbejde svære følelsesmæssige udfordringer såsom sorg og skyldfølelse. Alle forældre understreger dog også den store betydning, det har haft for dem at møde og sparre med andre forældre i samme situation, og fremhæver det værdifulde i at vise sårbarhed og dele svære oplevelser og følelser med hinanden.

Forældrene lægger gennemgående vægt på, at de har haft stort udbytte af den viden, som Vi-modellen har givet dem om unge med psykiske lidelser og rusmiddelbrug. De oplever bl.a., at denne viden gør det nemmere at afstemme deres forventninger og krav til de unge hjemme

i familierne, så de i højere grad tilpasses til de unges kompetencer og udfordringer. Forældrene beskriver i denne forbindelse, at de har fået en øget opmærksomhed på, at nogle af de udfordringer og konflikter, som opstår i deres relation med de unge, er en konsekvens af, at deres forventninger og krav har været for høje. De beskriver også, at den viden, de har fået via deres deltagelse i forløbet, har givet dem (øget) indsigt i, hvorfor det ikke er hensigtsmæssigt, at de søger at håndtere udfordringerne gennem en øget kontrol af de unge. Når de i højere grad søger at skabe rammer for et positivt samvær, som understøtter relationen, oplever de en mere positiv dialog og dermed et bedre samarbejde med de unge. **Vi-modellens fokus på kommunikationens betydning for kontakten mellem forældrene og de unge har således i mange tilfælde medført en bedre relation, også selvom forældrene oplever, at det til tider kan være vanskeligt at omsætte de tilegnede strategier til praksis hjemme i familierne.** Udfordringerne i forhold til at omsætte deres viden til praksis skyldes bl.a., at flere forældre oplever, at der løbende opstår ændringer i de unges adfærd, som kan gøre dem usikre på, hvilke forventninger og krav de skal holde fast i, og hvilke de skal slække på.

Forældrene synes at være afklarede med, at Vi-modellen ikke giver dem en færdig drejebog til, hvordan de fremover skal håndtere de udfordringer, der er forbundet med de unges psykiske lidelse og rusmiddelbrug. Mange erkender, at udfordringerne måske i det hele taget ikke har et slutpunkt, hvilket medfører forskellige reaktioner. Forskellene i deres reaktioner er ofte forbundet med, hvor i processen de unge er – særligt forældre til de yngste unge beskriver en sorg over, at der måske ikke blot er tale om en 'besværlig ungdomsfase', men om nogle længerevarende og mere omfattende udfordringer, mens forældre til de ældre unge i højere grad synes at have accepteret, at de unge lever med nogle udfordringer, som de højst sandsynligt skal lære at håndtere på længere sigt. Herudover beskriver forældre til unge, som stadig har et aktivt forbrug af rusmidler (uanset alder), en stor bekymring for, at rusmidlerne stadig i perioder påvirker de unges adfærd markant. Nogle fortæller i den forbindelse, hvor bekymrede de bliver, når de unge giver udtryk for, at de synes, tilværelsen bliver fattigere, når de ikke bruger rusmidler, fordi de frygter, at de unge genoptager eller eskalerer deres rusmiddelbrug.

Samtidig synes Vi-modellens fokus på hele familien at øge forældrenes opmærksomhed på vigtigheden af, uanset hvordan den unge har det, også at have fokus på deres egen og hele familiens trivsel. Alle forældre beskriver således, at de efter deres deltagelse i forældreforløbet har fået en større opmærksomhed på betydningen af egenomsorg. Flere giver udtryk for, at de i modsætning til før forløbet nu er bedre til at tage hensyn til sig selv uden at få dårlig samvittighed over at prioritere egne behov, hvilket medvirker til en øget livskvalitet. En del forældre beskriver desuden et ønske om at bruge flere af deres ressourcer på andre søskende, herunder at afklare, om de kan have behov for støtte til at bearbejde svære følelser og oplevelser i forhold til familie-situationen. Forældrene synes således at have fået et større udsyn, hvor der er mere plads til dem selv og andre i familien. Endelig har de fået en øget opmærksomhed på betydningen af at bruge deres sociale netværk, og at forskellige mennesker i deres netværk kan tilbyde forskellige former for hjælp og støtte.

Hvad er vigtigt at huske ved brug af Vi-modellen

Som beskrevet i den første artikel i artikelserien er der brug for langt flere målrettede og relevante tilbud til forældre til unge med samtidig psykiske lidelse og problemer med rusmidler. Vi-modellen udgør her et kvalificeret og tilgængeligt tilbud, som er baseret på følgende centrale forudsætninger:

- At tidspunkterne for de enkelte sessioner fastlægges, så forældrene har mulighed for at deltage.
- At behandleren eller terapeuten har den relevante faglighed og praksiserfaring i forhold både til målgruppen og til den teori og de metoder, Vi-modellen tager udgangspunkt i.
- At der indgår supervision af en ekstern supervisor for at støtte den løbende kvalificering af arbejdet med Vi-modellen. (se hele gennemgangen i Center for Rusmiddelforsknings evalueringsrapport, som kan findes på www.rusmiddelforskning.dk)

Det er meget positivt, at der kommer nye tilbud som Vi-modellen, som kan bidrage til et område, hvor der er brug for en øget opmærksomhed og indsats. Det er samtidig også vigtigt at huske, at et forældreforløb, som Vi-modellen lægger

op til, løber inden for en begrænset periode, som langtfra dækker den tid, som de unge og deres familier oplever at være udfordrede i. Vi-modellen bør derfor ikke ses som et isoleret tilbud, men som et vigtigt supplement til andre indsatser, både før og efter forældreforløbet. Samtidig er det også vigtigt at huske, at der ofte er søskende, som også oplever at blive ramt af de problemer, som de unge og familien oplever. De udgør en vigtig målgruppe, som i langt højere grad bør tilgodeses med udvikling af relevante tilbud, der er målrettet deres situation i familien.

Litteratur:

Thylstrup, B., Schrøder, S., Bjønness, J., Herold, M. D. (2020). Forløb for Forældre til Unge med Psykiske lidelser og Rusmiddelp problemer. Aarhus Universitet, Aarhus.