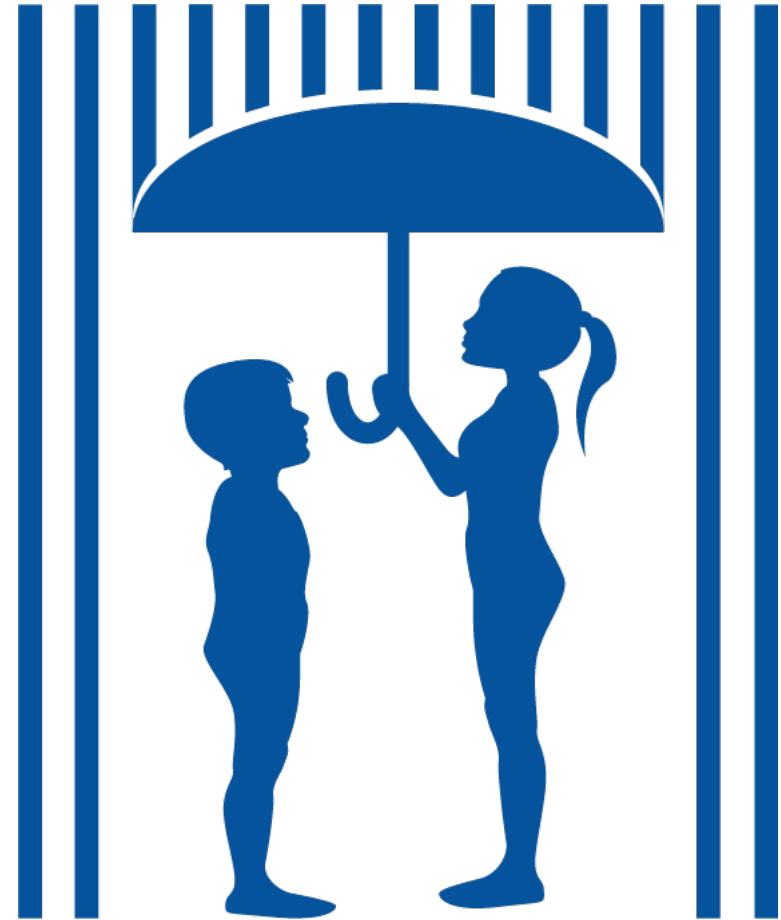


SIBS

SØSKEN SOM PÅRØRENDE



Hvem er vi?

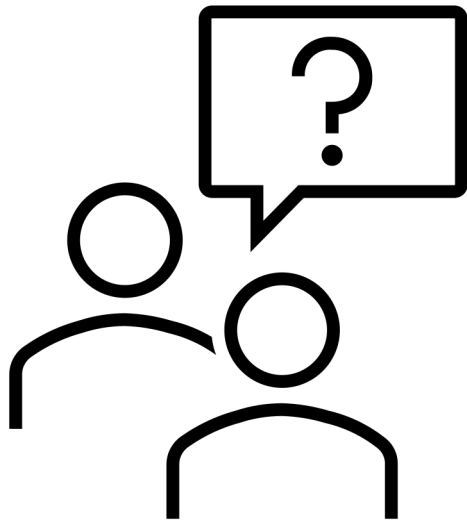
- Trude Fredriksen
- Psykologspesialist BUP
Lillehammer/Phd-stipendiat UiO
- Rønnaug Sletten Rud
- Spesialfysioterapeut
Hab.tjenesten SIHF, Lillehammer



SØSKEN SOM PÅRØRENDE: Hva vet vi?

- De fleste går det veldig bra med!
- Økt risiko for psykiske helseplager
- Dårligere forutsetninger for å møte motstand i livet
- Familekommunikasjon preget av mindre varme og åpenhet
- Snakker mindre sammen i familien
- Foreldre økt risiko for egne psykiske helseplager
- Mer utsatt for vold enn andre





Søsken, en risikogruppe - hva gjør vi?

2010: lovfestede rettigheter til barn som pårørende (Helsepersonelloven § 10a)

2018: loven ble endret til også å omfatte søsken





UiO : **Psykologisk institutt**
Det samfunnsvitenskapelige fakultet



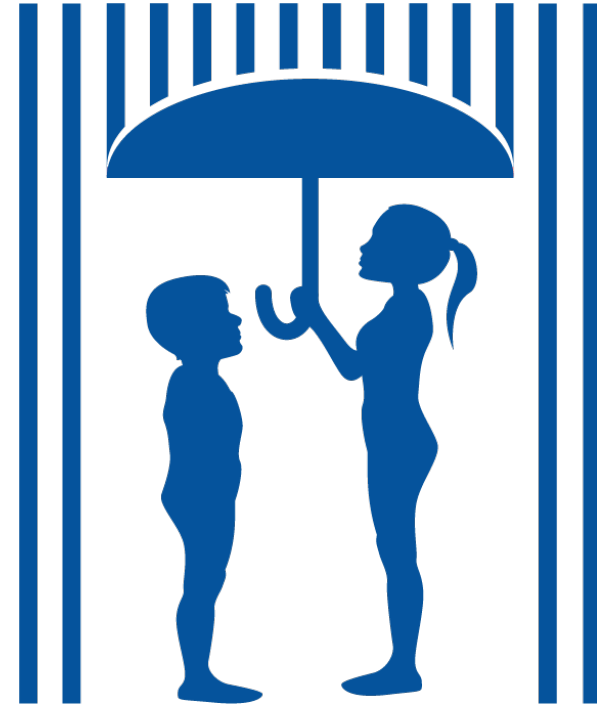
SIBS – Søskenprosjektet
Psyk.spes. Torun Vatne
Professor Krister Fjermestad

SIBS

- Kortvarig gruppeintervensjon til søsken (8-16 år) og foreldre
- Bygget på brukermedvirkning, forskning og klinisk erfaring

(Vatne, Haukeland, Mossige, & Fjermestad 2019)

- Pilotstudie: Vist lovende resultat med signifikant bedret kommunikasjon i familiene og i psykiske helseplager hos søsken (Haukeland et al., 2020)

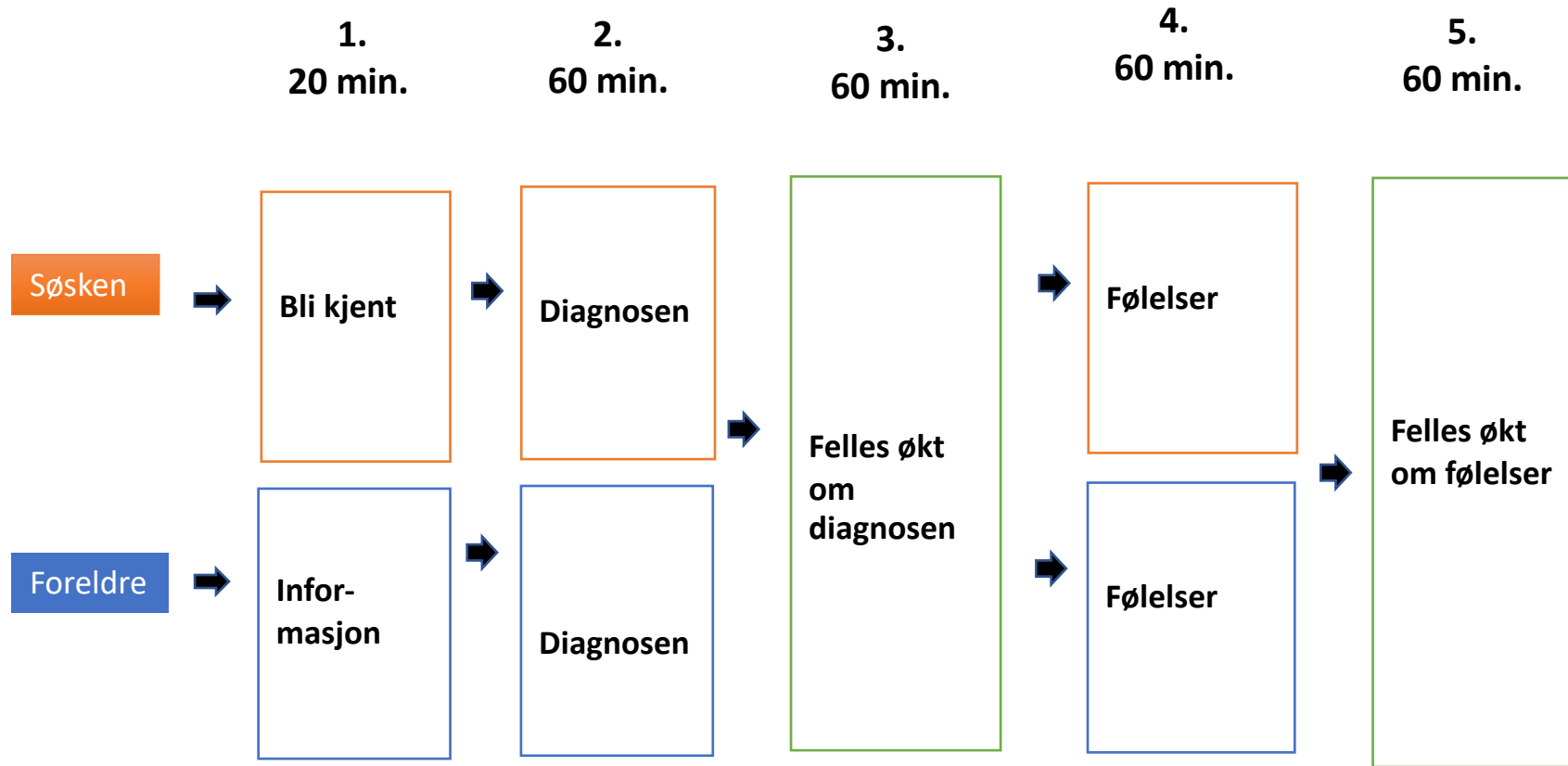


INNHold

- Fokus på variabler som kan beskytte: Diagnosekunnskap og kommunikasjon
- Kort og intensivt
- Foreldreinvolvering



Struktur og innhold



Foreldre: Øver på å samtale med barnet sitt



LYTTE



UTFORSKE



BEKREFTE

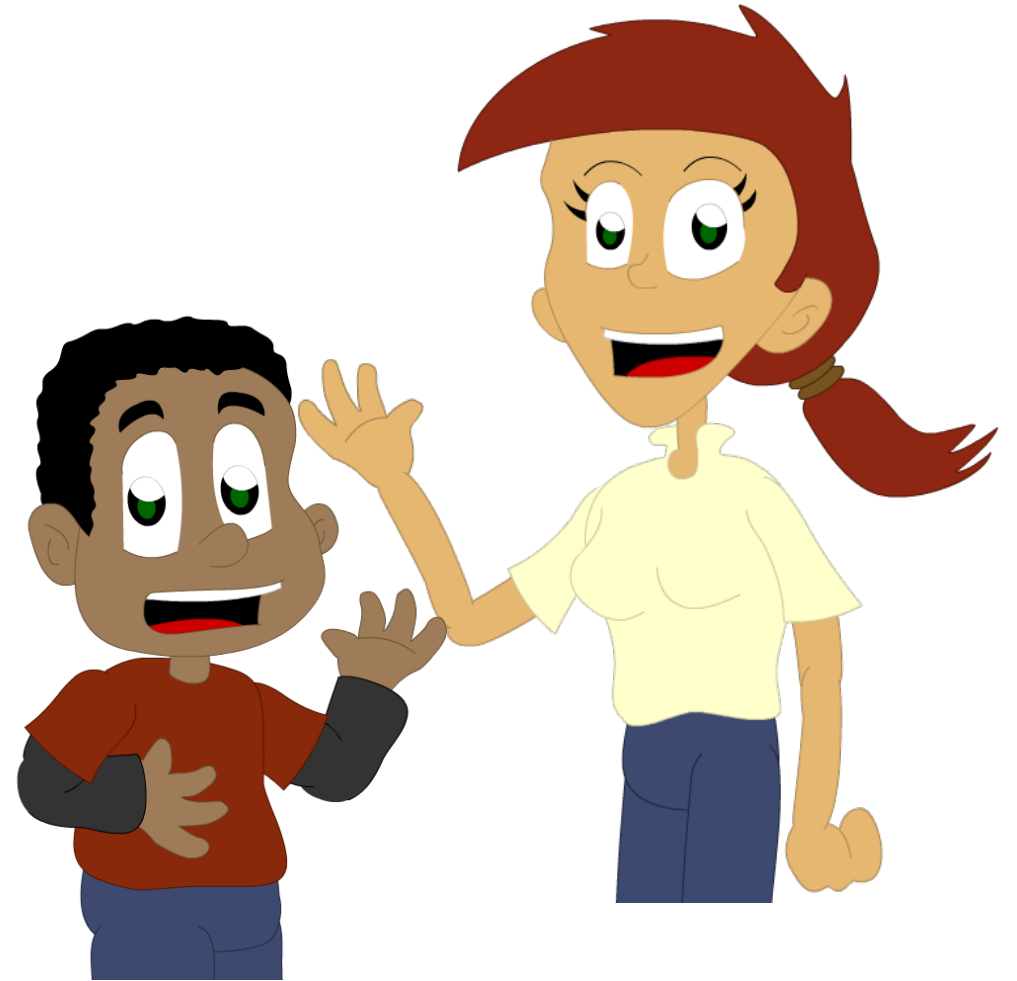
Søsken

- Dele opplevelser, tanker og følelser
- Hva vet de om diagnosen?
- Hvordan er det å være søsken til en som ikke er helt som alle andre?
- Hva skulle du ønske var annerledes?
- Lage spørsmål til foreldrene

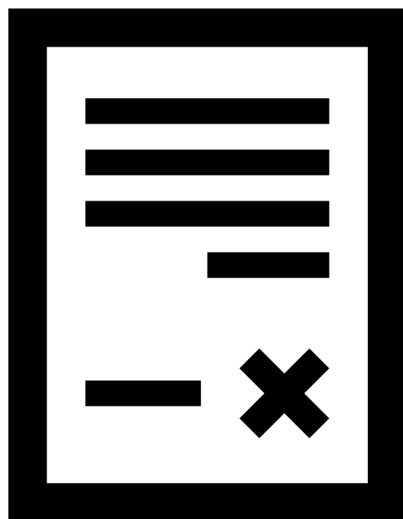


Fellesøktene

- Søskenet og mor/far har samtale i enerom
- Spørsmålene som barna har laget danner grunnlaget for samtalen
- Gruppeinstruktørene veileder underveis
- Samtalen skal vare minst 20 minutter, maks 60 minutter.
- Første gang dreier spørsmålene seg om diagnosen, andre gang om følelser knyttet til det å ha et søsken med ekstra utfordringer.

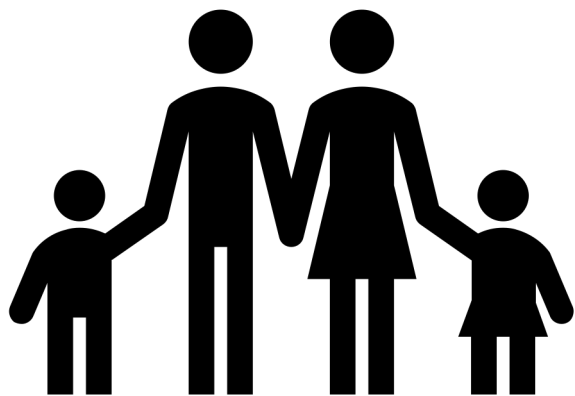


I etterkant av intervensjonen...



- Foreldre og barn lager i tillegg en skriftlig avtale om et «møtetidspunkt» for neste gang de skal snakke sammen på denne måten.
- Vi oppfordrer familiene til å sette av tid til gode samtaler framover.

Erfaringer: Rekruttering



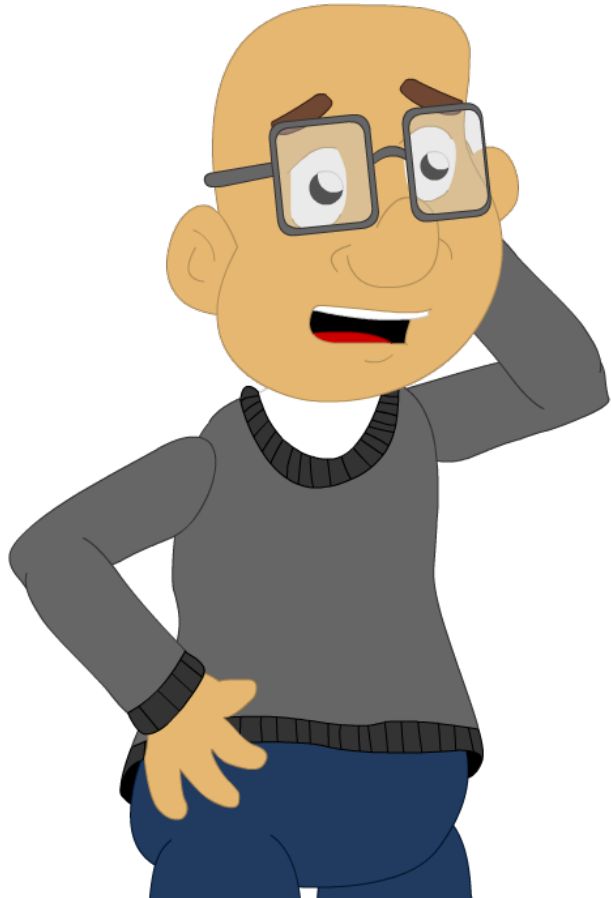
- Familier vegrer seg for å bli med
- Synes det “blir for mye”
- Ønsker å “skåne” søsken
- Sier det virker interessant, men vanskelig å få satt av tid
- Lettest å rekruttere fra familier hvor “det brenner mest” – f.eks. i fht. atferdsvansker eller akutte sykdom

Andre erfaringer



- Foreldrene “sitter igjen med mest”
- Det er stor forskjell på de yngste og de eldste barna mht hva de får med seg/får ut av det
- Det er et kurs med fokus på å fremme foreldres samtaleferdigheter
- Det er ikke terapi-gruppe for verken barn eller foreldrene.
- Mange positive tilbakemeldinger om at det har vært nyttig!

Tilbakemeldinger fra foreldre



- *“Vi hadde en veldig god biltur hjem”*
- *“Vi fikk en god prat på veg til trening”*
- *“Vi snakker litt annerledes sammen”*
- *“Han hadde ikke så lyst første gangen, men gledet seg til andre gangen”*

Tilbakemeldinger fra søsken



- *”Det er veldig fint å møte andre som har det litt sånn som jeg”*
- *”Hun hører litt mer etter når jeg snakker til henne”*
- *”Vi snakket om ting vi ikke har snakket sammen om før”*
- *”Pappa og jeg har ikke snakket slik sammen før”*

Linker

- <https://sibs.no>
- Her finner dere to filmer hvor tenåringssøsken forteller om sine opplevelser:
- <https://pfilm.no/>

- Her er Kristin Grues film:
- <https://vimeo.com/61089163>

- Her er en podcast hvor to søstre (en med diagnose) snakker sammen om sine opplevelser:
- https://soundcloud.com/frambupodcasten/soskenperspektiv-ikke-overtenk-fremtidige-utfordringer-men-los-utfordringer-nar-de-oppstar?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

- Og her er en annen podcast med søsken:
- https://soundcloud.com/frambupodcasten/a-vaere-sosken-til-en-person-med-en-sjelden-diagnose?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Referanser

- Vermaes et al., 2012. Psychological Functioning of Siblings in Families of Children with Chronic Health Conditions: A Meta-Analysis. *Journal of Pediatric Psychology*, 37 (2), 166 - 184.
- Jaaniste et al., 2021. Living with a child who has a life-limiting condition: The functioning of well-siblings and parents. *Child: Care, Health and Development*, 48, (2), 269 – 276.
- Murphy, L. K., Murray, C. B., & Compas, B. E. (2017). Topical review: Integrating findings on direct observation of family communication in studies comparing pediatric chronic illness and typically developing samples. *Journal of Pediatric Psychology*, 42(1), 85-94.
- Haukeland, Y. B., Czajkowski, N. O., Fjermestad, K. W., Silverman, W. K., Mossige, S., & Vatne, T. M. (2020). Evaluation of “SIBS”, an intervention for siblings and parents of children with chronic disorders. *Journal of Child and Family Studies*, 29(8), 2201-2217.
- Haukeland, Y. B., Fjermestad, K. W., Mossige, S., & Vatne, T. M. (2015). Emotional experiences among siblings of children with rare disorders. *Journal of Pediatric Psychology*, 40(7), 712-720.
- Fredriksen, T., Marie Vatne, T., Bjartveit Haukeland, Y., Tudor, M., & Fjermestad, K. W. (2021). Siblings of children with chronic disorders: Family and relational factors as predictors of mental health. *Journal of Child Health Care*, 13674935211052157.
- Vatne, T. M., Haukeland, Y. B., Mossige, S., & Fjermestad, K. W. (2019). The development of a joint parent-child intervention for siblings of children with chronic disorders. *Fokus på familien*, 47(1), 20-35.