



Forældres anbefaling af "Tidlig Familie Indsats" (TFI)

Thomas, far til Ea på 14 mdr. fortæller...

"Maiken og jeg har kendt hinanden i 7 år og rejst verden rundt og haft et fantastisk spændende liv sammen. Det kom bag på os, hvor meget Ea fylder og begrænser os i det liv, vi før kunne have sammen. Det føles forkert at sige det, for vi er jo lykkelige for Ea, men vi savner vores tid alene sammen.

Da Maiken startede arbejde var Ea 9 mdr. og jeg sad i et projekt til op over halsen og arbejdede mange timer. Maiken havde skiftende arbejdstider, og vi kunne ganske enkelt dårligt få det til at hænge sammen, og bekymrede os over, om det gik ud over Ea.

Maiken blev deltidssygemeldt med stresssymptomer. Vores læge gjorde os opmærksom på Tidlig Familie Indsats.

Jeg må være ærlig at sige, at jeg tænkte som mænd nok gør flest – det her må vi da selv kunne klare.

Men jeg lod mig overtale af Maiken til et forløb i Tidlig Familie Indsats. Jeg vil gerne anbefale det videre, fordi det har været et meget hjælpsomt forløb for os.

I forløbet fik vi værktøjer til at håndtere vores stress, krops afspændingsøvelser og en analyse af vores samvær med Ea.

Videofeedbacken fra TFI, hvor vi selv kunne se, hvad vi gjorde godt og fik professionel vejledning i, hvad vi kunne gøre anderledes, har lettet vores hver dag og fjernet vores bekymring for, om vi var ok som forældre for Ea.

.....

"Gitte og Lars der er forældre til Casper på 17 mdr. fortæller..

Fra vores forløb i TFI fik vi en meget vigtig feedback om, hvordan og hvornår vi som forældre kunne holde pause fra Casper, og lade ham selv tumle lidt rundt.

Vi havde i flere år forsøgt at få barn og endte med en fertilitetsbehandling.

Da det endelig lykkedes at blive gravide, var det som vi fuldstændig glemte os selv og kun levede og åndede for Casper.

I mødre gruppen blev jeg opmærksom på, fortæller Gitte, at de andre mødre greb deres samvær anderledes an, derfor tog vi kontakt til TFI med tilbuddet om "Forstå dit barn."

Den vejledning vi modtog betyder, at vi nu kan være opmærksomt nærværende på en afspændt måde, så vi undgår at stresse såvel os selv som Casper med for megen opmærksomhed."

.....

Mona der er mor til Andreas på 1½ år og gravid for 2. gang fortæller:

Jeg havde behov for en Tidlig Familie Indsats, fordi jeg havde svært ved at forstå Andreas' signaler om, hvornår han behøvede mere mad, og om han havde det ok, når han ikke græd. Jeg kunne ikke identificere mig med idylliske morhistorier om at "smelte" sammen med mit barn, og forstå det lige fra starten.

Derfor havde jeg brug for mere støtte. Men det var svært for mig at acceptere i starten, fordi jeg følte mig som en dårlig mor. En god mor skal kunne forstå sit barn, tænkte jeg, før jeg opsøgte Tidlig Familie Indsats. Med "Forstå dit barn" tilbuddet, er vi blevet hjulpet godt videre.



Maria der er mor til Sune på 14 mdr. og bonusmor til Niels på 13 år fortæller.....

"Det har været svært at være "bonusmor". Derfor var jeg i tvivl, om jeg overhovedet selv skulle have børn i mange år. Min mand ville gerne, jeg var i tvivl.

Samtaleforløb i Tidlig Familie Indsats hjalp os til at få afstemt vore forventninger til hinanden som forældre og familie. Uden den hjælp, havde jeg ikke turdet kaste mig ud i et projekt med at få barn selv".

Laila, mor til Mie på 5 mdr. og Sidsel på 2½ år fortæller...

Min 1. **fødsel var traumatisk** og efterlod mig med **en ubehandlet efterfødsels- reaktion**.

"Jeg fik ikke nok vejledning – og der var ikke tid og kontinuitet nok til, at jeg kom til at føle mig fortrolig med de forskellige, og skiftende fagpersoner, man ser før og efter fødsel. Det betød, at jeg ikke kunne åbne mig for dem. Man har ikke lyst til at udlevere sig selv til fremmede. Og da jeg kom hjem, handlede det mest om mit barns vægt og længde. Det synes jeg ikke var så brugbart.

Jeg opsøgte Tidlig Familie Indsats i forbindelse med min 2. graviditet, fordi jeg ud fra mine erfaringer fra 1. fødsel vidste, at jeg havde behov for en **professionel og sammenhængende indsats**, hvor der var afsat mere tid til vejledning og indlevelse med udgangspunkt i mine behov.

Jeg fik efterbehandlet min **traumatiske fødsel** og fik **kropsterapeutisk behandling** som betød alt for, at jeg kunne gennemleve graviditet og min 2. fødsel på en god måde. Efter fødslen fik vi en virkelig god amme vejledning og ikke mindst værktøj til at forstå vores lille barns kommunikation. Selvom vi havde fået erfaring fra

Forældre fortæller om problematiske forløb.

Marie, der er mor til Julie på 1½ år fortæller...

"Vi havde prøvet længe på at blive gravid. Jeg læste ALT, hvad jeg kunne om det. I alle bøgerne stod der, at jeg ikke skulle bekymre mig om plukveer osv. Der er forskel på at have læst om det, og så opleve det.

Jeg vidste ikke, hvordan jeg skulle håndtere fødselsproblemerne. Bagefter stod vi med en lille og skrøbelig pige. Alle forestillingerne måtte vi droppe. Vores udfordringer blev: kolik fra 1. mdr. til 5 mdr. Det var meget hårdt for vores forhold. Da jeg kom i bedring blev min mand ramt af en krise og sygemeldt. Det har været **en far-efterfødselsreaktion**. Han skulle også finde sig selv, og hans forestillinger var heller ikke det samme som virkeligheden.

Vi vidste ikke, hvor vi skulle henvende os. På det tidspunkt havde vi ikke hørt om Tidlig Familie Indsats.

"Marianne, der er mor til Marius på 9 år og Philip på 14 mdr. fortæller...

Efter min 1. fødsel fik jeg en efter fødsels reaktion, tror jeg. For jeg kom i en slags identitetskrise, hvor jeg ligesom ikke kunne kende mig selv fra før. Bare det at hedde mor kunne jeg ikke have. Og det irriterede mig, når min mand kaldte sig selv for far. Jeg var meget usikker og kunne ikke lide, når Marius græd, så jeg ammede ham hele tiden. Han fik også kolik af det. Hver eneste gang han græd, blev han bare lagt til. Man vil gerne have, at det er normalt, men det er der jo ikke noget der er i den tid. Det var meget nemmere med nummer 2."



"Dea der er mor til Søren på 16 mdr. fortæller..."

Min dreng sagde fra hele tiden, så det var svært at vide, hvordan man skulle reagere på det. Han blev ked af det og sur hele tiden. Jeg ammede ham hele tiden i starten for at prøve NOGET, for det kunne jo være, det var det. Han fik også maveproblemer. Sådan er han stadigvæk. Jeg blev mødt meget med, at problemerne skyldtes, at han var for tyk og spiste for meget.

Men jeg synes ikke, at alting kunne kædes sammen med det. Det var svært at vide, hvornår det var okay, at han var ked af det. Skal jeg trøste konstant? Det er en hård balance. Jeg vil gerne trøste, men jeg kan jo ikke være på 24 timer i døgnet. Så begyndte jeg også at tænke, at jeg måtte gøre noget forkert. Møder jeg ham ikke der, hvor han er? Får jeg ikke dækket hans behov? Jeg læste meget om "Tigerspring". Jeg savnede vejledning til mig og mit barn, for det kunne jeg ikke læse mig til."

.....

Charlotte der er mor til Olliver på 3 år fortæller...

Graviditeten var ikke planlagt, men vi blev glade, da vi fik det at vide. Ja nærmest begejstrede, men det blev verdens hårdeste oplevelse.

Det har været en udfordring uden lige. Olliver skreg og skreg. Jeg havde desværre en rigtig dårlig sundhedsplejerske. Jeg følte ikke, at hun hørte mig. Olliver var ekstremt mor-glad og min kæreste Dennis kunne ikke finde ud af at tage over.

Jeg er meget social, så det var svært, at min kæreste ikke kunne tage over. Jeg følte mig som om, jeg var i fængsel.

Senere fik min kæreste stress, fordi Olliver skreg så meget, og ikke ville være hos ham. Det var ved at ødelægge vores parforhold helt. Omsider fik vi noget hjælp men jeg kunne have ønsket mig det langt tidligere, så vi havde undgået den dårlige spiral.

.....

Line der er mor til Sofie på 9 mdr. fortæller...

Vandet gik 2 ½ dag efter jeg fik barsel, og det var lidt af et chok. Passede ikke lige i planerne. Det var voldsomt, for jeg er karrieremenneske og er vant til at alting falder i hak. Jeg havde svært ved at amme. De sagde mange forskellige ting på afdelingen. Så jeg ringede til min veninde, der kom og hjalp mig og holdt mig til det. Blev sindssyg af skemaerne. Kom til at overfordre Sofie fordi hun havde fået gulsot og derfor skulle ammes meget, så hun kastede op. Blev sendt hjem efter 5 dage med et barn de havde gulsot. Sofie var meget urolig så jeg sang og sang for at berolige hende. Jeg har fået stress efterfølgende. Sundhedsplejersken havde måske luret det, men det havde jeg ikke tid til. Jeg gjorde alt for at bevise, at det gik fint. ..

Andre forældre der kunne have ønsket sig en anden vejledning end den de fik udtrykker

- Det er besværligt, at det ikke bare er så naturligt, som man regner med. Der er ikke én, der fortæller én, hvor svært det kan være.
- Alle sagde, at det var fantastisk at blive mor. Det er først bagefter, at mine veninder har fortalt alle de dårlige ting.



- Jeg savnede info om alle de almindelige og klamme ting, der sker med din krop.
- Hvorfor er der ikke nogen fagpersoner, der har malet et realistisk billede og fortæller dig, at det ikke er sikkert, du knytter dig til dit barn med det sammen.
- Det er først nu, hvor mit barn er 1 ½, at jeg føler, at det virkelig er mit barn.
- Det er ikke nødvendigvis godt at få alle skræmmehistorierne at vide.
- Hvorfor har de ikke fortalt mig, at det kan gøre SÅ ondt at amme? Måske havde de vist mig en video, men det var ikke sivet ind. Jeg havde brug for en dér, der kunne fortælle mig det, og hjælpe mig med det imens jeg ammede.
- Der er ingen, der kan være super mom.
- Et sted og nogle personer, der kan rumme det, ville have været fint.
- Hvad er en fjerdedags-tudetur ? det fortalte ingen mig om på forhånd..