

## Tillstånd hos späda och små barn (0–5 år)

### Vad är tillstånd hos späda och små barn?

När vi talar om tillstånd hos små barn kan det till exempel handla om att:

- barnet äter, sover eller skriker för lite eller för mycket
- barnet ofta verkar ledset, nedstämt, oroligt eller ångestfyllt, eller ofta är argt
- barnet är svårt att trösta
- barnet uppfattas som svårhanterligt och ofta får ”utbrott”
- föräldrarna eller förskolepersonalen oroar sig för att barnet inte utvecklas som förväntat, till exempel är språkligt sent, inte intresserar sig för andra barn eller inte reagerar känslomässigt som kan förväntas
- en förälder eller omsorgsperson känner sig ledsen och orkeslös, eller är orolig för hur egna psykiska svårigheter kan påverka barnet eller samspelet mellan dem.

### Vad beror det på?

Alla barn är olika, och en del barn kan upplevas som svåra att vara förälder till. Det kan handla

om temperament eller att barnet är för tidigt fött. Barnet kan också ha medfödda svårigheter eller ha fått svårigheter tidigt.

Några svårigheter kan bero på neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som autism eller adhd. Det är diagnoser som kan ställas redan under småbarnsåren. Autism kan ställas tidigast under andra levnadsåret, medan adhd brukar ställas något senare.

Att bli förälder är en omvälvande period i livet, som kan väcka känslor av oro och ångest eller en rädsla att inte klara av att bli förälder. Känslorna kan ibland spilla över på relationen till barnet och få föräldern att känna sig otillräcklig. De kan också försvåra anknytningen.

Svårigheter som uppstår i samspelet kan påverkas eller förstärkas av biologiska, psykologiska och psykosociala faktorer. Det kan till exempel vara skilsmässa, arbetslöshet eller psykisk och fysisk ohälsa hos föräldrarna.

### Behandling

Små barn och deras vårdnadshavare kan komma till BUP när det bedöms att det finns ett större behov av stöd än vad till exempel BVC eller Malinamottagningarna kan

FORTSÄTTNING PÅ NÄSTA SIDA



När barnet och vårdnadshavare har fått en bedömning, och ni har diskuterat vårdplanen tillsammans med patientansvarig behandlare eller läkare, kan barnet tillsammans med vårdnadshavare börja sin **behandling**.

erbjudas. På BUP erbjuder vi psykopedagogisk rådgivning, samtal och behandlingar men också föräldrautbildningar.

### **Psykopedagogisk rådgivning**

Vi kan berätta om hur barn normalt utvecklas, så kallad psykopedagogisk rådgivning. Det kan hjälpa dig att skapa rimliga förväntningar på barnets utveckling i olika åldrar, och på så sätt minska oron för vad som är normalt och inte. Vi kan också ge råd om hur du kan skapa rutiner och struktur i vardagen som underlättar för både barn och omsorgspersoner.

### **Samtal och behandlingar**

Vi kan stötta dig genom terapeutiska samtal, som har fokus på föräldraskapet och samspelet mellan barn och vuxna.

Vi kan också ge samspels- och relationsbehandling i olika former, enskilt eller i grupp. Det kan till exempel innebära att vi filmar samspelet mellan barn och förälder, och sedan går igenom och analyserar det tillsammans med föräldern eller föräldrarna.

Gruppbaseade behandlingar som föräldra- och spädbarnsgrupper med fokus på samspel passar ofta föräldrar som behöver extra stöd

på grund av egen ångest eller nedstämdhet. Behandlingarna kan hjälpa dig att förstå både barnets och dina egna känslor, tankar och beteenden.

### **Föräldrautbildningar**

Vi har även föräldrautbildningar som COS-P, föräldraskapets trygghetscirkel, en anknytningsbaserad föräldrautbildning och föräldrautbildningen Komet, som går ut på att minska bråk och konflikter genom att stärka relationen. Ibland kan vi erbjuda behandling i hemmet.

### **Vem gör vad?**

Hos oss finns psykologer, kuratorer, läkare och andra behandlare som kan kartlägga barnets styrkor och svårigheter inom den kognitiva (tankemässiga), emotionella, sociala, språkliga och motoriska utvecklingen.

Om det handlar om en neuropsykiatrisk diagnos ger vi information om tillståndet och om vilka anpassningar och stödinsatser som barnet och familjen kan behöva från samhället och vården. Vi skickar också en remiss för behandlingsinsatser till den lokala habiliteringen.

## **Vill du veta mer?**

- Läs mer på [bup.se](http://bup.se).
- Läs mer på [1177.se](http://1177.se).