

Familieliv



Torun M. Vatne
Psykologspesialist PhD

Individet

Oppgave

Hva er typisk deg som person?

Temperament og personlighet



Følelsesliv

Sinne

FLAUHET

GLEDE

OVERRASKELSE

TRISTHET

FRYKT

AVSKY

Mestringsstil



Hva har det å få et barn med en
sjelden diagnose gjort med deg som
person?

På godt...

På vondt...

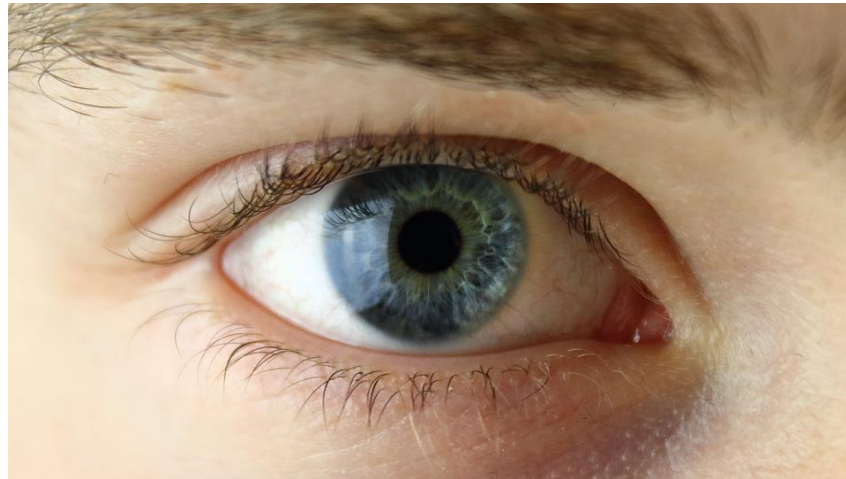
Hvem kan hjelpe?

- Likemenn
- Psykolog i førstelinjen (ring selv)
- Privatpraktiserende psykolog (henvisning fra fastlege)
- Distriktpsikiatrisk enhet (henvisning fra fastlege)

Parforhold



Å bli sett



Kjærlighet



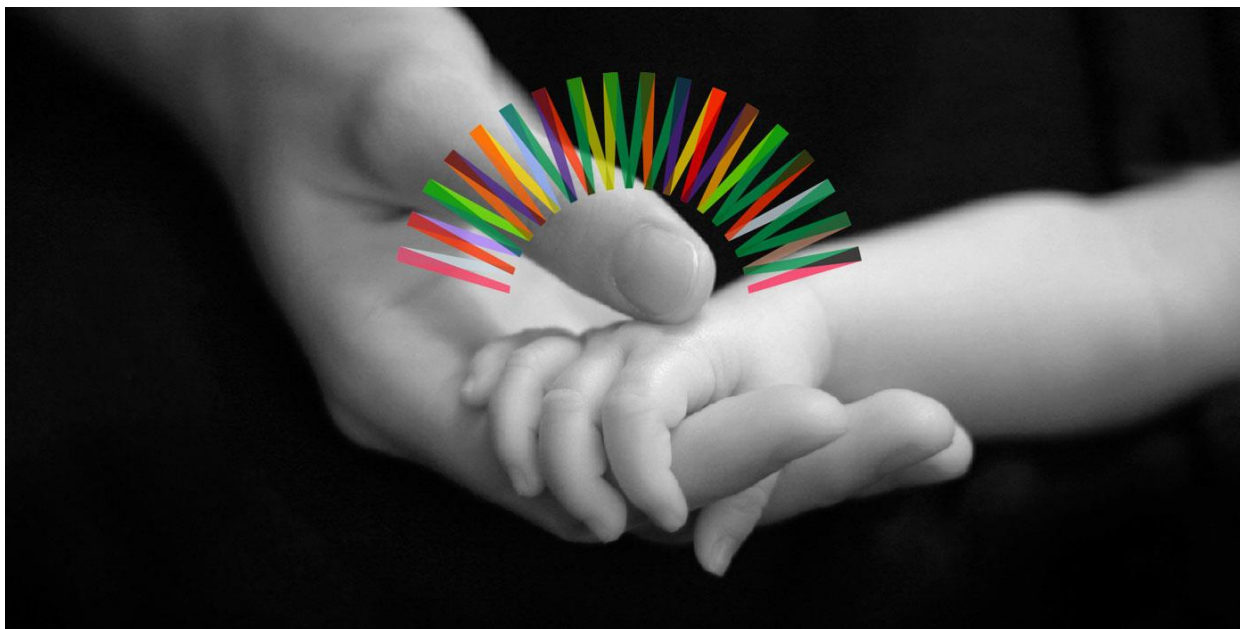
Autonomi



Å dele verden



Å være foreldre



Mange roller

Omsorgsgiver

Oppdrager

Lærer

Profesjonell

Når rollen utfordrer personen

- Forventningene
- Temperament og mestring
- Ballast

Å bli involvert

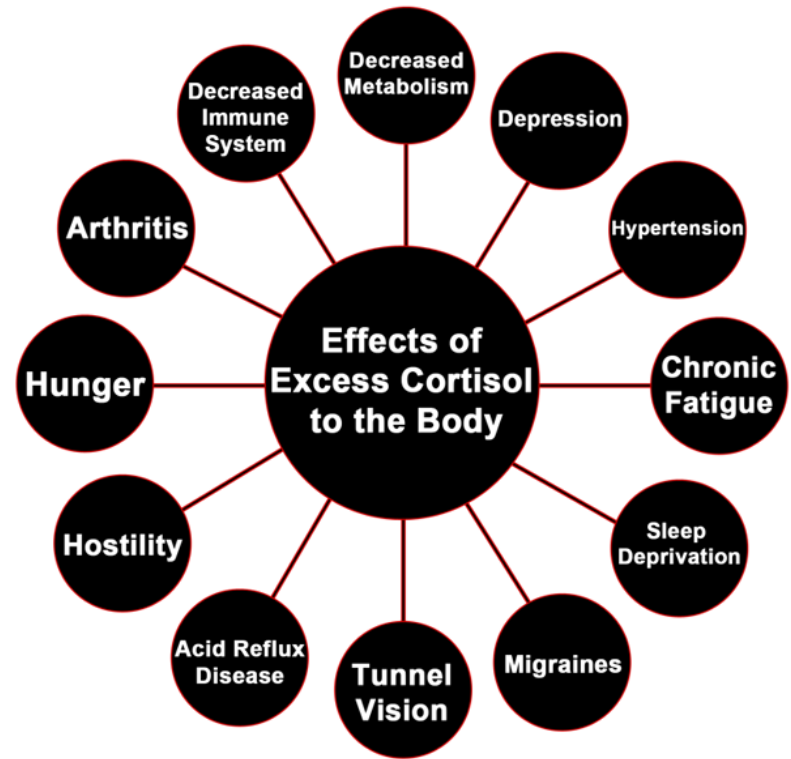


Stress (tolerance)



Konsekvenser

- Angst
- Depresjon
- PTSD
- Somatiske problemer



Alle trenger sosial støtte



Hvordan tar du vare på deg selv?

Hvem kan hjelpe?

- Familievernkontoret (ring selv)
- Samlivskurs "Hva med oss" (hva med meg)
- https://www.bufdir.no/Familie/Hjelp_til_parforholdet_og_familien/Hvamedoss/

Torun Marie Vatne

tva@frambu.no

+47 64856044