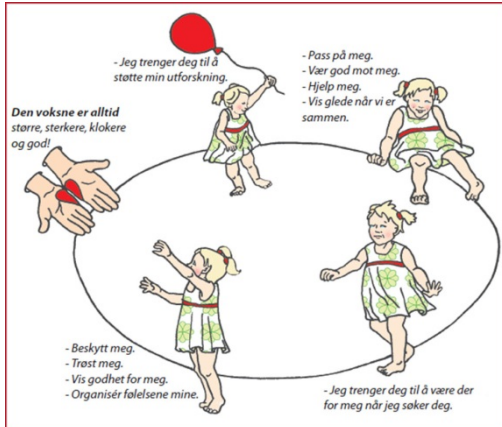


# LILLE PER TRENGER Å BLI TRYGG TIDLIG

*En praksisfortelling om å vokse opp i Iveland*



En sein kveld i oktober ble lille Per unnfanget. Tanken var at han kunne få moped rimelig tidlig på året, skikke seg greit både hjemme og borte – og mor og far hadde gode ønsker og drømmer. De skulle bli foreldre som lille Per kunne være stolt av, og han skulle vokse opp som en god og glad gutt. Både mor og far tenkte, uten å ha snakket om det, at sånn jeg opplevde min far eller min mor, sånn skal aldri lille Per oppleve meg. Da mor til lille Per var liten fikk hun høre av sin mamma: « Vi må være snille, pappa er litt sliten i dag.» Dette «i dag», det var en hel barndom.....

Med lille Per i magen, kunne hun kjenne at egen barndom kom i retur. Nei, dette ville hun ikke tenke på nå, med lille Per innabords. Hun tenkte: « Jeg skal virkelig oppmuntre, ha overskudd og gjøre alt riktig! ».

Så var det tid for å møte jordmor som minnet henne på hva som skulle komme. Mange rare følelser dukket opp, og hun følte seg til tider helt maktesløs. Hvem kunne hjelpe og hva kunne hun få hjelp med?

I Iveland ville jordmor presentere permen **Trygg Tidlig**, og mor ville fått forståelsen av at alle har en bagasje med seg fra barndommen, og at vi trenger å sortere denne bagasjen. Noe er verdifullt og skal i skattekista, mens noe bør havne i søpla. Å sortere på egen hånd er ikke så lett, så da jordmor tilbød henne en henvisning til psykiatrisk sykepleier for å få hjelp til dette, ga hun sitt samtykke. «Skadelig er det vel ikke, i grunnen kunne vi vel begge hatt godt av å snakke litt om bagasjen vår..»

Så ble det juni, lille Per ble født og verden skulle egentlig ha stått klar med smilehull på utsida. Om Pers mamma og pappa hadde fått hjelp til å takle egne opplevelser, kunne de sammen ha gledet seg, og samtidig erkjent at livet som foreldre bød på nye og ukjente utfordringer.

Epikrisen kom til helsestasjonen, helsesøster ringte og avtalte hjemmebesøk. Mor var bekymret for Pers navle, og om han fikk nok mat. Helsesøster kunne berolige: Alt sto bra til med den lille. De fikk høre hva lille Per trenger aller mest: Voksne som er der; med gode hender, øyenkontakt – et varmt blick og rolig stemme.

På første besøket på helsestasjonen møtte mor igjen **Trygg Tidlig** heftene som jordmor presenterte 9 måneder tidligere. Denne gangen var det ikke så vanskelig å ta opp sine bekymringer med helsesøster, hun hadde jo snakket om problematiske ting før. Hun forsto at kravet om å være en perfekt mamma er selvpålagt. Å være mamma er krevende, og når en er sitt eget verktøy– da skal en faktisk også ta hensyn til seg selv.

Tida med et spebarn i huset er ingen dans på roser, hverken med eller uten **Trygg Tidlig**. Forskjellen er at ammeproblemer, lite søvn og uenighet mellom mor og far er noe en kan snakke om, sortere, og dermed håndtere lettere.

Helsesøster og mor gikk sammen gjennom heftene i **Trygg Tidlig**, ett på hver kontroll. Det ble ikke så farlig å snakke om de vanskelige tingene når samtalen dreide seg om bilder i et hefte. «Dette er noe alle kan oppleve» Om mor og far trengte en ekstra prat, var muligheten der.

Per vokser, og det er på tide å ta de første skrittene vekk fra mor og far – til barnehagen. Det er litt av en overgang! Lille Per liker ikke å være i fremmede omgivelser med mennesker han ikke har truffet før. Det gir han kraftig uttrykk for, og mor og far kvier seg for å overlevere ham i andre voksnes varetekt.

Men i barnehagene i Iveland har de den samme forståelsen som helsestasjonen om hva som er viktig for barn. Bildene og uttrykkene fra **Trygg Tidlig** skaper et felles språk, og det blir lettere å stole på at lille Per er trygg, også hos de voksne i barnehagen. Både mor, far og personalet kjenner begrepene, og har sett videoene om Trygghetssirkelen sammen med helsesøster. Om Per er «oppe» eller «nede» på sirkelen, takler de voksne det på noenlunde samme måte. Da blir Per trygg, og opplever at verden har mye spennende å by på, selv om både mamma og pappa må på jobb.

Per er trygg og fri til å utforske verden, og får mange positive bekreftelser både ute og hjemme. Han får vokse opp «i ei blomstereng», der det både finnes ugress og ville blomster, som **Trygg Tidlig** forteller om. Alt er ikke perfekt, men raust og varmt. Da er det spennende på en god måte når han endelig er skolegutt og skal få lære enda mer, både i bøkens verden og i den virkelige verden.

Kan hende går han ikke ut av grunnskolen med toppkarakterer, og kanskje må han vente noen måneder før han kan kjøre moped. Han står likevel støtt i livet på to trygge bein:

- Mamma og pappa er glad i meg akkurat sånn som jeg er.
- Mamma og pappa er forutsigbare uansett hva som skjer.

---

*Denne solskinnshistorien kunne vært virkelig, og forteller noe om hva vi tenker at tidlig innsats og foreldreveiledningsprogrammet Trygg Tidlig kan bety i et menneskes liv.*

*I en mer faglig terminologi, sagt med Arne Holte fra folkehelseinstituttet, handler det om å bygge befolkningens mentale kapital:*

- *Tidlig innsats, knyttet til andre arenaer enn helsevesenet: barnehage, barnehage, barnehage!*
- *Innsatsen rettes i utgangspunktet mot hele befolkningen med rask oppfølging ved individuelle behov, og en prioriter helsefremmende tiltak fremfor sykdomsforebyggende.*

*I en liten kommune i indre Agder handler det om å motvirke levekårsutfordringer som følge av sosial arv. I alle kommuner handler det om å forebygge psykiske lidelser, vårt tids folkesykdom.*