

KNÄP VID DIABETES



Föräldraverktyg vid diabetes

Familjefunktion → egenvård

+

- Engagemang
- Samarbete
- Öppen kommunikation

-

- För mkt föräldrakontroll
- Konflikter
- Hemlighållande

Varför vill hon inte?



Egenvård = beteenden



Beteenden kan **förstärkas** av konsekvensen att...

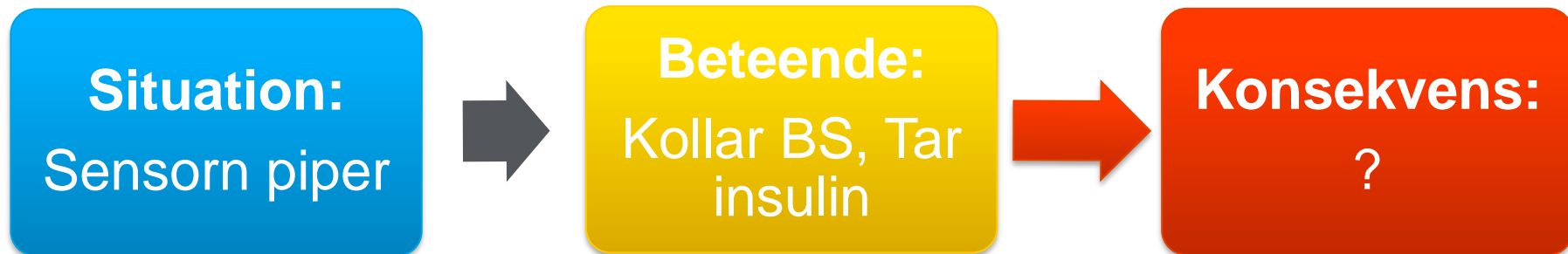
- ...något **tillkommer** (positiv förstärkning)
- ...något **försvinner** (negativ förstärkning)

Egenvård = beteenden



SNABBARE
KONSEKvens
MOTIVERAR MER

VAD FÖRSTÄRKER egenvårdsbeteenden?



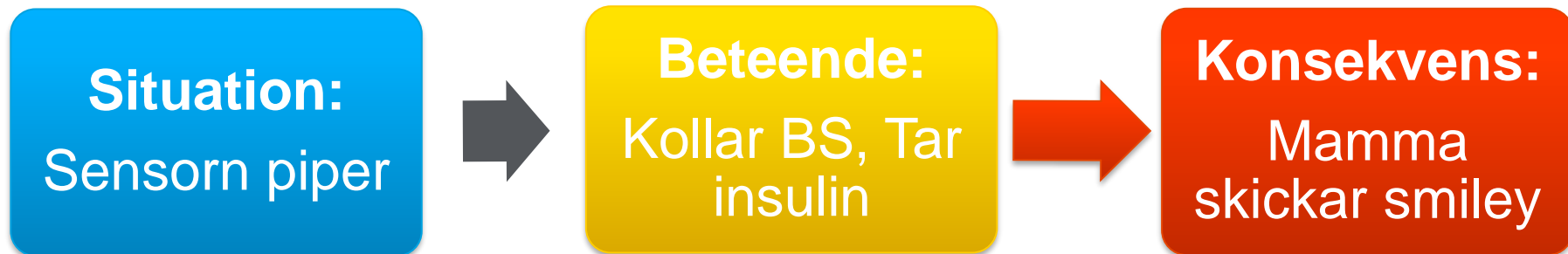
Varför skulle hon vilja?



Att motivera med positiv förstärkning

- Uppmärksamma de **små** **stegen** **och** **ger** **priser**
- Prata om det som **de** **göra** **bra** **OBS!** **domen** **GÖR** **bra**
- Visa uppskattning **(** **och** **inte** **bara** **pråk)** **Vi** **kan** **förstärka**
- 5:1-regeln **BETEENDEN!**
- Först – sen **Inte** **prestationer,**
- Användning **resultat** **eller**
- Individuellt **egenskaper** **!**

VAD FÖRSTÄRKER egenvårdsbeteenden?



Föräldraverktyg vid diabetes

- Stresshantering föräldrar
- Umgänge som stärker relationen
- Uppmuntra med positiv förstärkning
- Uppmana och guida effektivt
- Kommunicera och lösa problem tillsammans
- Rädsla- och oro hantering föräldrar / barn

Just nu:

- Skriftliga föräldraknep! Fler på väg.
- Psykologkontakt "Medicinsk Psykologi"
 - Steg- för steg guidning
 - Individanpassat
- På gång: föräldrakurs
- Förhoppning: psykolog i diabetesteamet

Remiss Medicinsk Psykologi?

Psykologisk problematik kopplad till sjukdomen, t.ex.

- Samarbetsproblem barn/ungdom-föräldrar
- Bristande motivation hos barn/ungdom
- Sänkt livskvalitet, begränsat liv till följd av diabetes
- Oro, nedstämdhet eller stark rädsla kopplat till sjukdomen (stickfobi, rädsla för hypoglykemi m.m.)

Åtgärd: Evidensbaserad psykologisk behandling med målsättning att hjälpa barnen uppnå så god hälsa, livskvalitet och funktion som möjligt.

Psykiatriska frågeställningar → BUP konsult

Litteraturtips till föräldrar!



Litteraturtips forskning

- Delamater, et al. (2018). ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2018: Psychological care of children and adolescents with type 1 diabetes. *Pediatr Diabetes*.
- Law, E. et al. (2019). Psychological interventions for parents of children and adolescents with chronic illness. *Cochrane Database Syst Rev*.
- Wysocki, T. (2006). Behavioral assessment and interventions in pediatric diabetes. *Behavior Modification*.
- Wasserman et al. (2015). Practical strategies to enhance executive functioning and strengthen diabetes management across the lifespan. *Curr Diab Report*.