

# - Jeg ble tryggere

Synne Garder Pedersen fikk råd om hvordan hun kunne støtte sin premature sønn.

TEKST

**Nina Strand**

PUBLISERT 3. juni 2016

EMNER

premature barn

marte meo

videoveiledning

Hun var 23 år og under utdanning. Sønnen måtte tas med hastekeisersnitt 9 uker før termin, og lå i kuvøse de første ustabile ukene. De unge foreldrene fikk bare holde ham 20–30 minutter hver dag. En stor påkjenning i seg selv, forteller mamma Synne Garder Pedersen. Vi møter henne og sønnen Filip, nå 15 år, på kafé i Tromsø.

Først nylig fikk hun vite at familien var i den såkalte tiltaksgruppa i prematurprosjektet (se [forskningsintervjuet side 459](#)) – de som fikk spesielt mye oppfølging og støtte de første månedene og årene. Da hun leste loggen veilederne hadde skrevet, kjente hun seg godt igjen.

– Jeg var redd for at Filip skulle få senskader og ikke utvikle seg normalt, og for at livet hans ikke ville bli bra. Det første året, kanskje lengre enn det, fikk jeg flere angstanfall, sier hun.

Filip selv er godt kjent med dramatikken rundt fødselen og tiden etterpå, men det er første gang han hører om morens sterke bekymring og angst. Oppvekst og skolegang har gått som normalt, synes han. Men da han var tre–fire år, fikk familien ekstra hjelp.

– Filip ble frustrert og sint i overganger mellom lek og andre aktiviteter. Da fikk vi veiledning bygd på Marte Meo-prinsippene. Sammen med en terapeut så vi på videoopptak av hva som skjedde i utfordrende situasjoner, og så fikk vi råd om hvordan vi kunne håndtere det annerledes slik at det ble bedre for Filip. Hverdagen ble mye bedre etter det, forteller Pedersen.

Men aller høyest verdsetter hun støtten hun fikk på nyfødtintensiven.

– De ansatte så både barnet og oss, sier hun. – Vi fikk hjelp til å forstå barnet vårt. For eksempel at når Filip ble stresset, ble han marmorert i huden. Han reagerte mye på lyd, og vi fikk råd om hvordan vi kunne roe ham ned. Det ga trygghet, noe som var veldig viktig for oss.

[nina@psykologtidsskriftet.no](mailto:nina@psykologtidsskriftet.no)

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 53, nummer 6, 2016, side*

**TEKST**

**Nina Strand**, journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening