

Pressmeddelande

Stockholm 19 september 2022

Ny bok om hur vi kan fånga upp de allra yngsta barnen med psykisk ohälsa

Kan späda och små barn lida av psykisk ohälsa som oro, nedstämdhet eller stress? Hur kan det uppmärksammas när de själva är för små för att berätta hur de mår? Och vad kan man göra för att hjälpa? Om det skriver *Katrin Bernstad*, psykolog och psykoterapeut, i boken *Psykisk ohälsa hos späda och små barn – upptäcka och hjälpa*.

– Psykisk ohälsa hos de yngsta barnen förbises. De kan inte själva förklara för oss att de är stressade, oroliga eller ledsna. De kan inte ringa till BVC eller söka BUP. Det är alltid någon annan som måste söka hjälp i deras ställe, säger Katrin Bernstad.

Yrkesverksamma som möter små barn vet oftast hur viktigt det är att fånga upp bekymmer tidigt och de har en stor vilja att hjälpa. Samtidigt uttrycker många osäkerhet kring hur de ska göra och det håller dem tillbaka.

– Min bok är ett försök att bidra till en större trygghet i dessa situationer och att fler små barn får hjälp.

Boken beskriver hur man konkret kan titta, fråga och tänka för att förstå det lilla barnets psykiska hälsa och ohälsa. Den är fylld med exempel på små barns symtom och på situationer där det viktiga samspelet med föräldern fungerar som det ska och där det inte är optimalt. Situationerna speglar barnens olika åldrar och socioemotionella utvecklingsfaser. Boken ger också exempel på hur man kan förmedla att man är bekymrad och förslag på insatser för att stärka barnens psykiska hälsa.

Psykisk ohälsa hos späda och små barn – upptäcka och hjälpa har en klinisk utgångspunkt och fokuserar på barn i åldern 0–4 år. Den vänder sig framför allt till alla som i sin profession möter späda och små barn och deras föräldrar, såsom barnsjuksköterskor, psykologer, kuratorer, förskolepersonal och personal inom socialtjänst.

Om författaren

Katrin Bernstad är leg. psykolog, leg. psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi och utbildad handledare. Katrin har lång klinisk erfarenhet av behandlingsarbete med små barn inom barnpsykiatri på Viktoriagården i Malmö och arbetar som specialistpsykolog i Region Skåne med fokus på de yngsta barnen. I sin roll som handledare och föreläsare möter hon olika yrkesgrupper i olika verksamheter som arbetar med barn och deras föräldrar.

Om boken

Titel: Psykisk ohälsa hos späda och små barn – upptäcka och hjälpa

ISBN: 978-91-7741-288-5

Utgivning: 7 oktober 2022

Sidor: 176

Pris: 348 kr exkl. moms

Boken finns hos bokhandlare på nätet och i butik samt på www.gothiakompetens.se

Presskontakt

Pia Leufstedt, Gothia Kompetens

Projektledare Marknad Vård & Omsorg

pia.leufstedt@gothiakompetens.se, 072-050 39 04

För en bättre dag på jobbet

Gothia Kompetens arbetar med kompetensutveckling och kunskapsförmedling för och av oss som jobbar med förskola, skola, vård och omsorg. Tillsammans utvecklar vi både verksamheter och människorna i dem. Verksamhetsnära kompetensutveckling – för en bättre dag på jobbet.