

Innhold

Forord	6
<i>Del 1 Foreldrefortellinger</i>	
Hver dag	13
Mørke felt	15
Sammenflytende	17
Dekker over underliggende fargespill	19
Gjør det umulig å glemme	20
Uforutsigbarhet. En fortærende bekymring	21
Annerledes hverdagsliv, det ualmannelige er blitt alminnelig	22
Det var ikke det en hadde tenkt for ungen sin	23
Vil hjelpe. Stadige fremstøt overfor de som kan ha makt og myndighet	24
Skal klare det. Dette skal gå. Vi står sammen	26
Høyt oppe. Og langt nede. Avmakten. Og ensomheten	27
Må komme seg videre. Legge bak seg. Som andre. Klarer ikke ...	28
Skammen. Selvbekreidelsene. Og de lindrende tankene	30
Frykten. Og ettergivelsen	32
Avstanden. Til barnet. Til andre. Og nærheten	33
Trenger meg. Eller utnytter meg?	35
Aldri min tur?	36
Sorgen. Tristheten	37
Må finne lys	39
Finne håp	40
På leting. Vil ha barnet mitt tilbake	41
Og det livet som er borte	42
Lys. Og skygge	43
Minner	44
Problemer på skolen? Sosiale vansker?	47
Fortellingen om puslespillet	49
Fortellingen om en som hadde litt mistanke	51
Fortellingen om dramatiske endringer	53
Fortellingen om en som kanskje var på leting etter noe	55
Grensegangen mot skadelig atferd. Utydelig	57
Grensegangsproblemet	58
Den beskyttende tvilen	60

Spurv i tranedans	61
Å trenge hjelp	62
Det er for mange upersonlige møter	64
Hvordan en behandles er personavhengig	65
Håp gir kraft	66
Forventninger og håp	67
Kommentarer	70

Del 2 Teoretiske perspektiver på følelsesmessige belastninger

Emosjoner	77
Mandlers emosjonsteori	78
Lazarus' teori om emosjoner	81
Emosjoner i et kulturelt perspektiv	84
Stress	86
Stressteoretiske perspektiver	86
Mandler om stress	87
Lazarus om stress	89
Emosjoner og stress: nytten av å se dette i sammenheng	92
Mestring	93
Lazarus' mestringsteori	93
Forsvarsstrategier forstått som mestring	96
Emosjoner, mestring og stress sammenkoplet	97
Helse	99
Helse, stress og mestring	100
Spesielle effekter av traumatiske livshendelser	102
Krise og sorgteori	104
Krise og sorg som prosess. Cullbergs stadieteori	106

Del 3 Kan man forstå det som skjer?

Atferdsendring hos barnet	111
Sterke og vedvarende emosjonelle reaksjoner	114
Belastning ved det å være foreldre til et barn som misbruker narkotika	120
Variierende mestringsstrategier	123
Økt risiko for helsemessige langtidseffekter	126
Sorg i et tidsperspektiv	129

Mangelfull ivaretagelse av foreldrenes behov	132
Forventninger om barnets fremtidige helbred	135
Sluttord	137
Hvordan kan foreldrene få det bedre?	142
Grunnlag for videre refleksjon	145
Kulturelle forskjeller i synet på narkotika	145
Spørsmål til diskusjon eller videre refleksjon	147
Litteraturliste	148
Vedlegg 1	158
Vedlegg 2	160
Vedlegg 3	168
Vedlegg 4	170
Vedlegg 5	174