

Att arbeta med föräldragrupper

Britt Nielsen

Föräldrautbildning/föräldragrupper är en positiv del av distriktssköterskans verksamhet. Detta beskriver här Britt Nielsen, distriktssköterska i Åselby inom Kopparbergs läns landsting.

Inledning

Riksdagen fattade år 1979 beslut om utbyggnad av den allmänna föräldrautbildningen från och med maj 1980.

Föräldrautbildningen skall ske i tre faser:

I samband med barnets födelse.

När barnet är i förskolåldern.

När barnet är i skolåldern.

Föräldrautbildningen skall gälla alla föräldrar.

Målsättningen är att förbättra det allmänna klimatet i samhället för barnen samt att alla skall ta gemensamt ansvar för barnen. Politiska reformer och samhällsplanering i vidare bemärkelse skall genomföras utifrån barnens och barnfamiljernas situation.

Föräldrautbildningen skall ge

ökade kunskaper,

möjlighet till kontakter och gemenskap,

medvetenhet och därigenom förmåga att påverka samhällets utveckling.

Föräldrautbildningen under den första fasen faller inom MVC och BVC. Start av gruppen sker i allmänhet genom MVC och fortsättning av gruppverksamheten sker genom BVC.

Hur jag som distriktssköterska har arbetat med föräldragrupper

Redan år 1965, när jag hade min första tjänst som distriktssköterska i Kallhäll utanför Stockholm, märkte jag att många nyblivna mammor var ensamma. Anledningen till detta var i första hand att

Kallhäll, som många andra samhällen, var ett nytt bostadsområde med nyinflyttade familjer utan förankring i bygden. Många familjer kom från avlägset liggande orter och de hade vare sig föräldrar eller andra släktingar i närheten. Detta drabbade framför allt hustrun i familjen, mannen kunde knyta kontakter genom sitt arbete och kände därför inte av isoleringen i så hög grad. Bostadsbebyggelse av den typ som växte upp under sextio- och sjuttiotalen inbjuder inte heller till skapande av nya kontakter.

Jag började kontinuerligt anteckna namnen på de mammor som jag tyckte föreföll ensamma och isolerade och försökte på ett så naturligt sätt som möjligt etablera kontakt mellan dessa mammor. Detta slog ibland väl ut men det var inte någon lätt väg att gå.

Under årens lopp försökte jag på olika sätt verka för ökad kontakt mellan mina mammor utan att direkt finna något bra sätt att arbeta på. Det var därför med stor tillfredsställelse som jag började arbeta efter de nya direktiven år 1980. Helt nytt var det inte för mig att arbeta på detta sätt eftersom jag sedan 1976 varit med på MVC:s slutträff och då representerat BVC.

Under tiden 1980–1986 har jag inom Åselby, ett distrikt inom Borlänge kommun i Kopparbergs län omfattande cirka 4000 invånare, i genomsnitt haft tre grupper om året. Några direkta riktlinjer eller erfarenheter fanns inte att stödja sig på när verksamheten började. Intresset från landstingets sida för den nya verksamheten var dessutom synnerligen svalt. De första försöken blev därför trevande och jag kan nu konstatera att jag gjort många misstag och då främst de första åren.

De första grupperna skötte jag helt ensam. Jag uppträdde i den klassiska lärarrollen; jag pratade mest själv och trodde att jag förmedlade kunskap. Mammorna satt med sina barn i knät och lyssnade utan kommentarer. Det var inte alltid samma delta-

gare i grupperna från gång till gång. Möjligen nådde jag på detta sätt syftet att förmedla kunskaper, där-
emot fanns inte någon större möjlighet till skapande
av kontakter mellan mammorna med denna modell.
Inte heller tror jag att jag bibringade mammorna
någon "medvetenhet".

Under den här tiden var det fortfarande tyst i
väntrummet, mammorna satt för sig själva och
tryckte var och en med sin unge. Jag började inse
att det här sättet att arbeta inte skulle ge resultat av
något större värde.

Under senare år har jag arbetat efter följande modell

Grupperna har bestått av högst åtta mammor och
både förstföderskor och omföderskor har ingått.

Barnen har när vi börjat varit mellan en och fyra
månader.

Vid den första träffen har vi presenterat oss för
varandra, bakgrund och nuvarande förhållanden.
Jag börjar alltid denna presentation genom att berä-
ta ganska ingående om mig själv och talar då kort
om min barndom och utbildning, min familj och
eventuella problem vi haft i vår familj. Detta för att
ange tonen och få gruppdeltagarna att öppna sig.

Mammorna sitter numera inte med barnen i knät
utan alla barnen ligger på en filt tillsammans på
golvet, filten är sedan något år utbytt mot en lek-
pool, och vi sitter i en ring runt barnen. Även äldre
syskon är med och dessa tar BVC-assistenten hand
om, hon hjälper för övrigt till med lite av varje.

Vid denna första träff fotograferar jag hela grup-
pen och förmedlar listor över deltagarna.

Under fyra av de följande sju träffarna har vi en
gäst som var och en redogör för sitt område. Social-
sekreterare, barnpsykolog, konsumentrådgivare
och advokat är de som brukar besöka oss. Vi gör
också ett besök på biblioteket och på dagis. De
personer som har hjälpt mig under åren har skrivit
ner sina erfarenheter och jag återger här några ut-
drag av deras redogörelser.

Barnhälsovårdsassistent

Jag är barnsköterska av den gamla stammen och har
arbetat med barn i familj, på daghem och under de
senaste åren inom BVC. När föräldragrupperna

startade i Åselby blev min första uppgift att demon-
strera bad och skötning med en babydocka. De
följande träffarna har jag tagit hand om de äldre
syskonen och även de små barnen så att mammorna
i lugn och ro kan bekanta sig med varandra, lyssna
på och ta del av programmet. Under kaffestunden
passar jag på att varna för alla risker i samband med
kaffedrickande samt pratar en del om förebyggande
av olyckor i hemmet. Jag har genom att jag fått vara
med i gruppverksamheten fått lära känna mam-
morna på ett helt annat sätt än tidigare och detta har
varit till nytta för mitt fortsatta arbete med barnen,
vilket huvudsakligen består i att följa upp vikt och
längd. Jag kan klart konstatera att stämningen i
väntrummet under senare år har blivit betydligt gla-
dare och mer personlig.

Socialsekreterare

Syftet med min medverkan i "mammagrupperna"
är att sprida kunskap om vad socialtjänsten kan
hjälpa till med. Det kan ibland vara svårt att hitta
rätt och därför berättar jag om vart man skall vända
sig för att få hjälp med olika saker. Jag går igenom
socialtjänstens ekonomiska bistånd, vad som krävs
för att få hjälp och vilka normer som gäller. Fader-
skapsfastställelse, underhållsbidrag och bidragsför-
skott samt socialtjänstlagen samt lagen om vård av
unga är bitar jag informerar om. Vidare talar jag om
föräldrabalkens regler om vårdnad och umgänge
samt det faktum att det numera är förbjudet att
"aga" sina barn. Mammornas största intresse är
frågor om barnomsorgen och här gör den enskildes
behov sig gällande. Jag är glad över den möjlighet
socialtjänsten genom "mammagruppen" får att in-
formera om verksamheten i en liten grupp. Den lilla
gruppen ger utrymme för alla frågor och funderingar
som finns hos dessa nyblivna mammor och det ger
mig möjlighet att skapa ett förtroende för social-
tjänsten hos dem.

.....
*Mammornas största intresse är frågor om
barnomsorgen*
.....

Många föräldrar har vacklande självtillit och måste uppmuntras till att vara den viktigaste personen för barnet

Vid mitt besök på BVC redogör jag för de lagar och bestämmelser som finns på konsumentområdet och berättar i korthet vad lagarna innehåller och hur de tillämpas i verkligheten, vilka rättigheter och skyldigheter man har som konsument. Jag berättar också om vad vi kan hjälpa konsumenterna med, råd före köp, hjälp med reklamationer samt upprätta hushållsbudget m.m. Jag tar upp säkerhetsfrågor vad det avser barnsängar, stolar, leksaker, kemikalier och annat som jag anser viktigt vad det gäller barnens miljö. Vidare trycker jag särskilt på att de som konsumenter skall vara kritiska och verkligen granska den uppsjö av erbjudanden som finns, inte minst vad gäller olika finansieringsformer för köp.

Borlänge är en liten "storstad", en liten stad med en del av storstadens nackdelar, storindustri, många inflyttade människor med rötter någon annan stans, arbetslöshet och dålig luft. Många vuxna är vilsna och mår dåligt. Då är det bra att ha den förebyggande mödra- och barnhälsovården – en verksamhet som är unik för Sverige. Det är bra att träffa småbarnsföräldrar i grupp, man når fler på en gång och föräldrarna kan använda varandra som resurs. Det är ansvarsfullt att få föra ut det psykologiska budskapet om hur betydelsefulla föräldrarna är för barnets språkutveckling, relationsträning och självständighetsutveckling. Många föräldrar har vacklande självtillit och måste uppmuntras till att vara den viktigaste personen barnet skall utvecklas tillsammans med.

Min medverkan i föräldrautbildningen i Åselby har varit sporadisk. Vid de tillfällen jag medverkat har vi försökt samla både mödrar och fäder och jag har talat om de ekonomiska konsekvenserna av äkten-

Barnbibliotekarie

Att få komma in under föräldrautbildningen är ett utmärkt tillfälle att få berätta för föräldrar om vikten av att läsa, sjunga och prata med sina små barn. Vi träffas i allmänhet på den biblioteksfilial som ligger närmast till för gruppen och vi håller till i ett enskilt rum. Vi börjar med att presentera oss för varandra och jag förhör mig också om äldre syskon. Det är lättare att prata för en grupp där åtminstone en av mammorna har äldre barn. Mammor med enbart ett litet barn verkar ha svårt att tro att deras lilla unge någonsin skall bli större. Jag försöker prata kring min egen pojke Daniel och hans första kontakt med bilder och böcker. Daniel är sent utvecklad och det dröjde innan vi kunde läsa och bläddra igenom en bok. Jag har funnit att föräldrar och även personal blir mer övertygade om jag tar exempel från mina egna barn, än om jag redovisar resultatet från en undersökning. Jag delar inte ut något material. Biblioteket har gjort boklistor och de delas ut på BVC vid de ordinarie kontrollerna. Under kaffedrickningen som följer fortsätter vi att prata böcker. Ofta kommer vi in på de vuxnas egen läsning. Det är skrämmande hur många av mammorna som inte anser sig ha tid att läsa själva. Däremot läser i stort sett alla för sina barn eller planerar att göra det när barnet blivit större. Jag hoppas att många fler skall inleda ett samarbete på samma sätt mellan BVC och biblioteket.

Många föräldrar som besöker oss från föräldragrupp-
perna har aldrig varit på dagis tidigare och de har
ibland en negativ syn på dagis. När de går hem efter
besöket har de ofta ändrat inställning och ställer
barnet i dagisön. När vi får dessa föräldrar som
dagisföräldrar brukar det gå bra med inskolning och
kontakten mellan föräldrar och personal. Vid besö-

ket försöker jag ge en så bred information som möjligt så att föräldrarna lär sig förstå hur verksamheten fungerar.

Barnhälsovårdsläkare

Under några terminer har jag deltagit i föräldrautbildningsprojektet vid barnavårdscentralen i Åselby. Vi inbjöd papporna till speciella träffar för dem, tyvärr blev inte grupperna särskilt stora, 3–5 deltagare, mindre än hälften av mammagruppernas storlek. Inledningsvis pratades idrott och då löpte samtalen fritt, därefter tog vi upp den personliga bakgrunden, den egna familjen, anledningen till att man bildade par, varför de vill skaffa sig barn, hur de hade upplevt graviditeten, deras upplevelser av mödragymnastiken och förlossningen, något om deras och mödrarnas ändrade roll från självständig man/kvinna till en ganska bunden pappa/mamma med helt andra ansvarsuppgifter. Vi belyste också den inverkan ett barns födelse får på föräldrarnas sexuella samspel. Även om samtalen stundom flöt lite trögt tror jag att fäderna fick ett värdefullt tillfälle att tillsammans med andra män i samma situation ta upp ämnen som annars troligen inte diskuteras på grund av att man inte vågar ta upp frågor i en manlig och tuff miljö. Det är inte självskrivet att nämnda samtalsämnen är mest lämpade för rena mansgrupper utan de kan troligen med fördel belysas minst lika bra i den ordinära föräldrautbildningen i blandade grupper.

Vad tycker föräldrarna?

Jag har ställt ett antal enkla frågor till ett urval av de mammor som deltagit i gruppverksamheten. Frågorna har gällt om de knöt några kontakter under gruppverksamheten, om de fortfarande har kontakt med andra gruppmedlemmar, om de lärde sig något som de haft nytta av som förälder och om det var något som de anser saknades och som borde behandlats. Materialet är alldeles för litet för att ge en säker bild av hur föräldrautbildningen upplevts, dock torde man kunna utläsa något av de tio svar som inkommit.

Nio säger att de har knutit kontakter med andra mammor, av dessa nio säger en att hon nu inte har någon kontakt med andra mammor, tre säger att

hela gruppen fortsätter att träffas regelbundet både med och utan barn och de andra fem säger att de har kontakt med en del gruppdeltagare tämligen regelbundet. Samtliga anser att de lärt sig en hel del under gruppverksamheten. Samtliga anser att den största behållningen är att de under gruppverksamheten lärde sig förstå att de inte var ensamma med sina problem och att de kunde diskutera olika frågor och få hjälp och stöd av andra mammor.

Samtliga tycker att det är bra med blandade grupper – både förstagångs- och omföderskor – och de som var med i de tidigare grupperna med bara förstagångsföderskor efterlyser just detta.

Genomgående är mammorna positiva till gruppverksamheten och en annan skriver: "Mina kompisar som fått barn är lite besvikna på att inte deras distriktssköterska ordnade "träffar". De blir allt lite avundsjuka när jag berättar hur trevligt vi hade."

Avslutning

Vi avslutar alltid varje grupp med ett knytkalas hemma hos mig. Jag försöker då även få med papporna och så många av dem som hjälpt till med verksamheten som möjligt. Vi passar då på att fotografera oss igen och jag försöker initiera gruppen att hålla kontakt framöver. För att hjälpa till med detta brukar jag ställa upp på återträffar och någon gång varje år inbjuder jag samtliga grupper till en träff med ett visst tema och jag tar då experthjälp, det kan vara psykologen, juristen eller någon annan som deltagarna träffat tidigare. Genom att jag regelbundet träffar mammorna enskilt kan jag följa upp hur kontakterna bibehålles och "puffa" lite där jag anser det behövs. Jag har under 1986 ordnat med en öppen förskola inom mitt distrikt i vilken gruppdeltagarna kan träffas regelbundet under dagtid.

Efter de år jag sysslat med den här verksamheten tycker jag att vi nu börjar finna former för hur den skall fungera. Jag skulle dock vilja att det genom huvudmannen ordnades med möjlighet till utbyte av erfarenheter och utbildning i större utsträckning för oss som har det direkta ansvaret för denna synnerligen viktiga verksamhet.