

Föräldrars erfarenheter av indikerat föräldrastöd i grupp med Vägledande samspel

Författare: Ulrika Hegstam

Handledare: Åsa Engström, Silje
Gustavsson, Birgitta Lindberg

Specialistarbete i pedagogisk
psykologi, 2019

Sammanfattning

Vägledande samspel har i studier visat goda resultat på föräldraförmåga när det används som en universell föräldrastödsinsats. Flertalet indikerade föräldrastödsprogram visar att föräldrastöd i grupp är effektivt för att minska problembeteenden hos barn och för att minska föräldrastress. Syftet med studien var att utvärdera föräldrars erfarenheter av att ingå i en anpassad och indikerad föräldrastödsgrupp med Vägledande samspel. 13 föräldrar med barn i åldern 1-5 år deltog i studien. Föräldrarna fyllde i en enkät om deras upplevelser av föräldragruppen samt deltog i fokusgruppsintervjuer i samband med avslutad gruppinsats. Resultatet redovisas i kategorier som visar på upplevelse av effekter i förhållningssätt och beteende av att delta i föräldragruppen samt styrkan i att dela erfarenheter och känna samhörighet med andra föräldrar. I resultatet framkommer även verktyg att använda i föräldraskapet, betydelsen av insikt och förmåga som förälder samt att utformning av gruppträffarna är av betydelse. Studien är liten och slutsatser bör därför dras med försiktighet. Resultatet tyder på att Vägledande samspel med fördel kan användas även som en indikerad insats som stöd och hjälp till föräldrar i sitt föräldraskap.

Nyckelord: Vägledande samspel, indikerat föräldrastöd, föräldragrupp, föräldraförmåga, samhörighet, meta-föräldraskap, barnhälsovård

Inledning

Författaren till denna studie arbetar som psykolog inom Länsenheten Föräldra-och barnhälsan i Region Norrbotten. Pilotstudien genomfördes som en del i Specialistutbildningen för psykologer. Syftet är att utvärdera föräldrars erfarenheter av att ingå i en anpassad och indikerad föräldrastödsgrupp med Vägledande samspel (International Child Development Programme) [ICDP]. Deltagande föräldrars erfarenheter och upplevelser efter genomförd föräldragrupp undersöks i studien.

Bakgrund

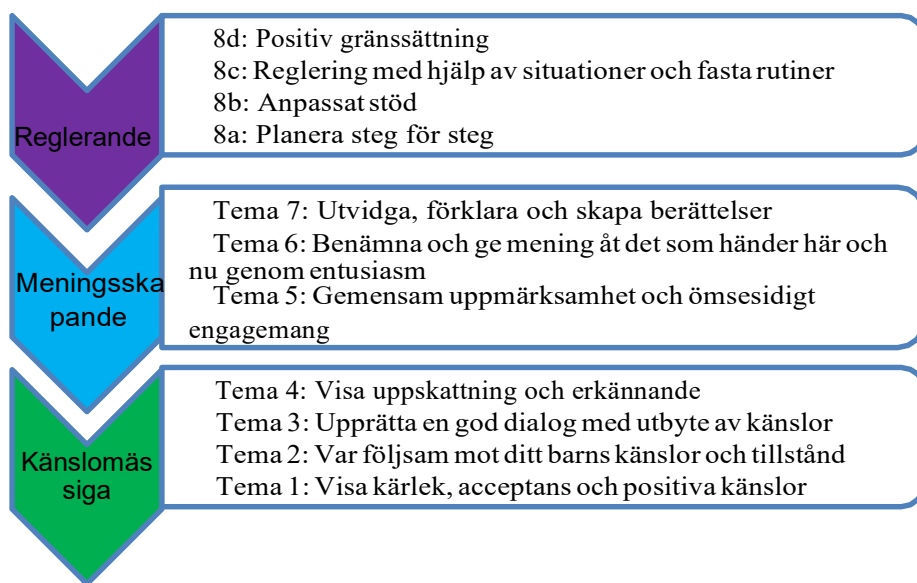
Vägledande samspel är ett hälsofrämjande och förebyggande program som fokuserar på det positiva samspelet mellan omsorgsgivare och barn. Målsättningen med programmet är att vägleda föräldrar och andra omsorgsgivare i samspelet med barnet samt att öka omsorgsgivarens lyhördhet genom att stödja det positiva som redan finns i samspelet (Hundeide, 2000). Programmet utgår ifrån föräldrarnas förhållningssätt gentemot barnet och är grundat i FN:s barnkonvention (Hundeide, 2006). Vägledande samspel utvecklades av professorerna Henning Rye och Karsten Hundeide, båda verksamma vid Oslo Universitet (Hundeide, 2008). Programmet har sin grund i två andra samspelsprogram som användes under 1980-talet, Marte Meo och More Intelligent and Sensitive Child (Hundeide, 2000). År 2000 bildades Stiftelsen ICDP Sweden med uppdrag att introducera och sprida Vägledande samspel i Sverige. Programmet har under åren utvecklats och anpassats för användning inom andra områden t.ex. förskola, skola och socialtjänst (Edenhammar, 2015). Den

teoretiska ramen för programmet bygger på forskning inom utvecklingspsykologi, sociokulturell teori, kommunikation och förmedlad inläring (Hundeide, 2000).

Vägledande samspel är uppbyggt på tre dialoger som belyser olika komponenter av samspel (Figur 1). Den känslomässiga, den meningsskapande och den reglerande dialogen. Dialogerna bryts ner i åtta teman för gott samspel (Figur 2). Den känslomässiga dialogen “beskriver hur empati, acceptans och positiv uppmärksamhet förmedlas” (Bergman, 2018) och innehåller tema ett till fyra. Tema ett, att visa kärlek, acceptans och positiva känslor. Tema två, att vara följsam mot ditt barns känslor och tillstånd. Tema tre, att upprätta en god dialog med utbyte av känslor och tema fyra, att visa uppskattning och erkännande. Den meningsskapande och utvidgande dialogen uppmärksammar barnets sociala, språkliga och kognitiva utveckling och innehåller tema fem till sju. Tema fem, gemensam uppmärksamhet och ömsesidigt engagemang. Tema sex, att benämna och ge mening åt det som händer här och nu genom entusiasm samt tema sju, att ge mening genom att utvidga, förklara och skapa berättelser. Den reglerande dialogen belyser hur omsorgspersonen kan hjälpa barnet att reglera sina känslor och sitt beteende. Den reglerande dialogen innehåller tema åtta, a, b, c, och d. åtta-a, planera steg för steg, åtta-b, anpassat stöd. Åtta-c, reglering med hjälp av situationer och fasta rutiner samt åtta-d, positiv gränssättning (Bergman, 2018).



Figur 1 visar de tre dialogerna i Vägledande samspel.



Figur 2 visar de tre dialoger och åtta teman som ingår i Vägledande samspel.

Teoretisk referensram

Föräldraförmåga och relationen mellan föräldrar och barn påverkar till stor del barnets utveckling. En förbättrad föräldraförmåga och en förbättrad föräldra-barn relation förväntas ha positiva effekter på barnets psykiska och fysiska hälsa, familjen och samhället i stort. Tillgången till föräldrastöd bör därför ses som en viktig folkhälsofråga (O'Connor & Scott, 2007). Kvaliteten på föräldraskapet ses som den viktigaste risk och frisk faktorn för beteendeproblem och emotionella problem hos barnet (Stattin, Enebrink, Özdemir & Giannotta, 2015). God föräldraförmåga beskrivs bestå av flera olika komponenter där insikt och medvetenhet om ens roll som förälder beskrivs som den viktigaste. God föräldraförmåga innebär även att föräldern förstår barnets behov och stöttar dessa samt ser sina egna begränsningar och försöka åtgärda dessa t.ex. genom att söka stöd. Att ha en god anknytningsrelation till sitt barn samt att man som förälder stöttar och hjälper barnet med såväl kortsiktiga som långsiktiga behov betonas. Att vara lyhörd och flexibel för barnets behov samt stabil och konsekvent tas även upp som viktiga föräldraförmågor (Eve, Byrne & Gagliardi, 2014).

I en nationell kartläggning beskriver Jansson, Jernbro och Långberg (2011) att i Sverige har hårda uppfostringsmetoder (puttas, ta tag i och skaka barnet) ökat sedan år 2000 speciellt för barn i åldern 2-9 år. På 80-talet angav 50 % av föräldrar att de puttade, tog tag i eller skakade barnet, siffran sjönk sedan till 12 % år 2000 för att sedan öka till 23 % 2006 och fortsätta öka till 30 % 2011. Föräldrar anger att de använder sig av hårdare uppfostringsmetoder på grund av upplevd föräldratrötthet och stress över livssituationen, vilket inkluderar stress över den allmänna livssituationen, stress över barnet samt stress relaterat till arbetet (Jansson, Jernbro & Långberg, 2011). Riskfaktorer i föräldraskapet som kan bidra till att barnet utvecklar ohälsa är hård och

inkonsekvent uppfostran, frånvaro av positivt engagemang samt bristande hjälp och stöd till barnet. Liten kognitiv stimulans, kritik och en hård och kontrollerande föräldrastil är fler exempel på riskfaktorer för att barnets ska utveckla ohälsa (Stattin et al., 2015). Barn som lätt blir arga och har ett impulsivt temperament har en ökad sannolikhet för fler beteendeproblem när föräldrarna svarar på barnets beteende hårt (verbalt och fysiskt) och inkonsekvent (Webster-Stratton & Taylor, 2001). Skyddande faktorer i föräldraskapet har studerats av Erikson, Cater, Andershed och Andershed (2011). Dessa inkluderar en trygg anknytning, adekvat omhändertagande och beskydd av barnet, en nära föräldra-barn relation, tydliga krav på barnet och tydlig kommunikation, stöttande föräldraskap samt rutiner och ett positivt klimat i familjen. Andershed och Andershed (2015) lyfter fram att förutom en trygg anknytning mellan barn och förälder samt positiv stämning i familjen bör föräldern vara lyhörd, varm och accepterande.

Utvecklingen av god hälsa börjar tidigt i livet. Stöd till föräldrar som erbjuds under småbarnstiden är avgörande för att förebygga barns beteendeproblem och förbättra barns hälsa (O'Neill, McGilloway, Donnelly, Bywater & Kelly, 2013). I regeringens nationella strategi för föräldrastöd definieras föräldrastöd som "en aktivitet som ger föräldrar kunskap om barns hälsa, emotionella, kognitiva samt sociala utveckling och/eller stärker föräldrars sociala nätverk" (Socialdepartementet, 2013 s.4). Övergripande syftet med föräldrastödsprogram är att genom utbildning och träning ge föräldrar stöd i att bryta ett negativt och utveckla ett positivt samspel med sina barn. Föräldrastöd kan erbjudas enskilt eller i grupp (Nordens välfärdscenter, 2012).

I Socialstyrelsens skrift *Föräldrastöd inom hälso-och sjukvård* (2015) beskrivs att föräldrastödsinsatser kan verka på flera nivåer. Universellt föräldrastöd är insatser som erbjuds alla

föräldrar. Stödet ges i förebyggande och hälsofrämjande syfte. Hälsofrämjande åtgärder stärker faktorer som hjälper personer att vara friska, till exempel genom att värna om att barn får leva i sammanhang där de har goda sociala relationer. Förebyggande åtgärder syftar till att reducera faktorer som orsakar eller ökar ohälsa. (Socialstyrelsen, 2013). Universellt föräldrastöd kan ges i form av olika föräldrastödsprogram varav Vägledande samspel är ett exempel. Barnhälsovården erbjuder ett universellt föräldrastöd i åldern 0-6 år. År 2009 uppgav 15 % av BVC-sjuksköterskorna i Sverige att de använde Vägledande samspel som universellt föräldrastöd i grupp (Lagerberg, Magnusson & Sundelin, 2009). Ett annat vanligt förekommande föräldrastödsprogram är ABC, Alla barn i centrum. Vägledande samspel och ABC är de universella föräldrastödsprogram som är mest lika varandra, båda programmen fokuserar på det positiva samspelet och att stärka föräldraförmåga. Båda programmen sker i grupp där gruppleadare uppmuntrar föräldrar att prova nya förhållningssätt i samspelet med sina barn. Varken ABC eller Vägledande samspel fokuserar på problembeteenden. ABC är upplagt på 4 sessioner medan Vägledande samspel på minst 5 men ofta fler sessioner. Då Vägledande samspel är beforskat är insatsen mellan 8-10 gruppssessioner (Skar, von Tetzchner, Clucas & Sherr, 2015; Hundeide & Hillestad 1994; Sherr, Skar, Clucas, von Tetzchner & Hundeide, 2014). En studie gjordes av ABC 2014 där 621 föräldrar till barn i åldern 3-12 år deltog. Studien visade att tilltro till sin egen föräldraförmåga (self-efficacy) ökade mer för de som deltagit i föräldrastöd med ABC än i gruppen väntelista. Föräldrarnas uppfattning om sina barns hälsa och utveckling ökade även i den grupp där föräldrarna deltagit i föräldrastödsprogrammet. För föräldrar som själva skattade sin mentala hälsa sämre innan de deltog i ABC var förändringen större. Även öppen förskola, föreläsningar, föräldragrupper inom mödra- och barnhälsovård, förskola eller skola är exempel på universellt föräldrastöd. Selektivt föräldrastöd kan erbjudas om man tillhör en riskgrupp. Ett indikerat föräldrastöd kan erbjudas om föräldern

behöver särskilda insatser p.g.a. att barnet uppvisar symtom på ohälsa (Ulfsdotter, Enebrink & Lindberg, 2014).

Problembeteenden hos barn är vanliga, begränsande och kostsamma. Prognosen för obehandlade beteendeproblem hos barn är dålig och risken för att senare i livet hamna i missbruk, kriminalitet, våld och psykisk ohälsa är stor. Beteendeproblem hos barn är även en samhällsekonomisk fråga då behandling av redan befäst problematik och dess konsekvenser är kostsamt för samhället (Socialstyrelsen 2014).

Komet, Cope och De otroliga åren är exempel på metoder som används vid indikerat föräldrastöd i grupp. Programmen är beteendeorienterade och bygger på social inlärnings och förstärkningsteori. Dessa tre program samt Connect som bygger på anknytningsteori har utvärderats av Örebro Universitet på uppdrag av Socialstyrelsen. Utvärderingen omfattar 1104 föräldrar (Socialstyrelsen, 2014). Studien visar att för barn och unga med omfattande beteendeproblem är föräldrastöd effektivt där 92 % av barnen uppgavs ha ett minskat problembeteende efter avslutad insats. Föräldrarna upplevde sig som mer kompetenta, mindre stressade och hade mindre symtom på nedstämdhet. Föräldrarna använde sig mer sällan av bestraffningar och hade färre aggressiva utbrott. Dessa effekter kvarstod även vid ett och två års uppföljning. Föräldrarna kände även mer glädje i sitt föräldraskap. Det framgår av Socialstyrelsens kartläggningar att det finns ytterligare behov av förbättrad uppföljning och svensk forskning av föräldrastödsinsatser (Socialstyrelsen, 2013; Socialstyrelsen, 2015). Resultatet från en systematisk översikt av föräldrastöd visar att barn uppvisar färre beteendeproblem efter att deras föräldrar deltagit i föräldrastöd. Det fanns dock inte

tillräcklig evidens för att säga att ett föräldrastödsprogram är bättre än ett annat (Dretzke et al., 2009).

Vägledande samspel bedöms ha viss evidens och har visat sig vara effektivt i studier (Sherr et al., 2014; Skar et al., 2015; Ungsinn, 2014). Det saknas ännu en randomiserad kontrollerad studie om programmets effekter. Det finns även avsaknad av forskning om långtidseffekter av programmet samt effekter i olika sammanhang och med olika målgrupper (Ungsinn, 2014). Programmet används i ett 30-tal länder och flertalet studentuppsatser och interna utvärderingar har genomförts med positiva resultat bl.a. när det gäller föräldraförmåga (Skar et al., 2015). I Norge genomfördes under 1990-talet en opublicerad studie där man med hjälp av föräldravägledning vid sex tillfällen undersökte samspelet, föräldrars uppfattning av barnet och om föräldrar hade utbyte av träffarna. I undersökningen deltog 75 omsorgsgivare, varav 45 deltog i programmet. Studien visade på ett positivt resultat i alla dessa aspekter för de som deltog i Vägledande samspel (Hundeide & Hillestad, 1994). I en studie undersöktes effekten av en åtta veckor universell och allmänpreventiv insats med Vägledande samspel, programmet gavs till 141 föräldrar med barn i förskoleålder. Resultatet visade att föräldrar till barn som inte har uttalade beteendeproblem eller uppvisar symtom på ohälsa har nytta av att delta i programmet. De föräldrar som ingick i programmet visade mer positiva attityder i föräldraskapet, bättre föräldraförmåga och strategier att hantera sina barn samt uppgav mindre svårigheter hos barnen jämfört med kontrollgruppen. I studien framkom även att de föräldrar som verkade kämpa mest med sitt föräldraskap tenderar att ha bättre effekt av programmet med störst positiv förändring i föräldraförmåga. En fördel med Vägledande samspel som en universell insats är att den når även de föräldrar som har svårigheter med sina barn men som inte har någon diagnos på sitt barn eller tydliga symtom på ohälsa (Sherr et al., 2014).

Långtidseffekterna av att delta i Vägledande samspel har studerats. Uppföljningar gjordes vid 6 och 12 månader efter avslutat program och visade på att de goda effekter på föräldraförmåga som fanns direkt efter avslutat program kvarstod vid dessa uppföljningar men på något lägre nivå (Skar et al., 2015).

Flera aktörer bl.a. socialtjänsten och hälso-och sjukvården tillhandahåller föräldrastöd. Utbudet av föräldrastöd i åldersgruppen 0-6 år är uppdelat inom hälso-och sjukvården. Barn och ungdomspsykiatri, barnkliniker och barnhabilitering ger föräldrastöd då barnet har en sjukdom eller funktionsnedsättning. Barnhälsovården erbjuder ett universellt föräldrastöd i åldern 0-6 år. Som en del i barnhälsovårdens stöd till föräldrar erbjuds ofta även indikerat föräldrastöd till familjer där det finns tecken på problemutveckling men där barnet inte har en diagnos. Det indikerade föräldrastödet ges ofta av psykologer som arbetar inom barnhälsovården (Socialstyrelsen, 2015).

I Folkhälsomyndighetens rapport Föräldrastöd-är det värt pengarna framgår att "Föräldrastöd i form av selektiva föräldrastödsprogram är en lönsam satsning som betalar sig själv efter ett år " (Folkhälsomyndigheten, 2013, s.5). Rapporten visar även att universella program är hälsoekonomiskt motiverade. I studien har inte Vägledande samspel inte utvärderats. ABC och Triple-P har utvärderats som universellt föräldrastöd. Komet, Connect, De otroliga åren och Cope som indikerat/riktat föräldrastöd. I jämförelse med ABC är Vägledande samspel något dyrare per barn som universellt föräldrastöd. Vägledande samspel är dock billigare än alla indikerade föräldrastödsprogram som undersökts i studien (Folkhälsomyndigheten, 2013). Ett föräldrastödsprogram som inte är effektivt kan innebära att problemen för familjen ökar och att föräldrarna inte upplever det som meningsfullt att söka hjälp igen. Det är därför viktigt att

verksamheter som erbjuder föräldrastöd använder sig av program som är effektiva och har god evidens (Nordens välfärdscenter, 2012).

Hassan och von Thiele Schwarz (2017) beskriver att evidens är kontextspecifikt. Vilket innebär att det vi vet om en metod är att den har en viss effekt i ett visst sammanhang. Kärnkomponenter är de delar i en metod som är särskilt viktiga för att metoden ska vara effektiv. Förändringar i en metod kan innebära att metodens kärnkomponenter minskar eller försvinner vilket i sin tur gör att metodens effektivitet minskar. Vidare beskriver Hassan och von Thiele Schwarz (2017) att det är av stor vikt att identifiera kärnkomponenterna i en insats innan den anpassas till en verksamhet för att optimera möjligheten att insatsen blir effektiv. Om det saknas forskning om kärnkomponenter kan klinikern göra en egen bedömning bl.a. utifrån att utgå ifrån vad som är teoretiskt rimligt. Kärnkomponenter kan beskrivas både som teori och som aktiviteter (Hassan & von Thiele Schwarz, 2017). Forskning om kärnkomponenterna i Vägledande samspel saknas. Vägledande samspel baseras på åtta teman och det är rimligt att utgå ifrån att dessa teman till stor del är kärnkomponenter i Vägledande samspel som bör används såväl för att stärka föräldrarnas relation till sitt barn som av gruppledarna i sitt förhållningssätt gentemot föräldrarna.

Rational

Vägledande samspel finns i ett 30-tal länder och används i Sverige inom många olika verksamheter. Det finns forskning och utvärderingar som tyder på att programmet har goda effekter på föräldraförmåga. Andra liknande föräldrastödsprogram visar goda resultat för att användas i allmänpreventivt syfte. Vägledande samspel bygger på en gedigen teoretisk grund som är väl

forskningsförankrad. Att bedriva indikerat föräldrastöd i grupp med kunskap som redan finns inom verksamheten kan vara ett kostnadseffektivt sätt att möjliggöra ett likriktat och mer jämlikt föräldrastöd som kan nå många föräldrar. Studien genomförs som ett led i verksamhetens utveckling med att skapa ett effektivt och forskningsbaserat föräldrastöd.

Syfte

Syftet med studien var att utvärdera föräldrars erfarenheter av att ingå i en anpassad och indikerad föräldrastödsgrupp med Vägledande samspel.

Metod

Kontext

Till skillnad från andra vanligt förekommande föräldrastödsprogram är Vägledande samspel inte manualbaserat utan ett förhållningssätt som kan anpassas utifrån målgrupp. Programmet sker i grupp med minst fem träffar om minst 90 minuter. De som håller i träffarna är utbildade vägledare i programmet. Inom Länsenheten Föräldra-och barnhälsan i Norrbotten finns fyra psykologer som är utbildade handledare och utbildare i programmet. De barn som är aktuella för insatser av psykolog på Föräldra-och barnhälsan är i åldern 0-6 år. Barnen har ingen diagnos men har tecken på problemutveckling. Deras föräldrar har behov av stöd i föräldrarollen för att minska föräldrastressen och få en gynnsammare utveckling för sina barn. För att använda Vägledande samspel som är ett

universellt föräldrastödsprogram som ett indikerat föräldrastöd gjordes vissa anpassningar.

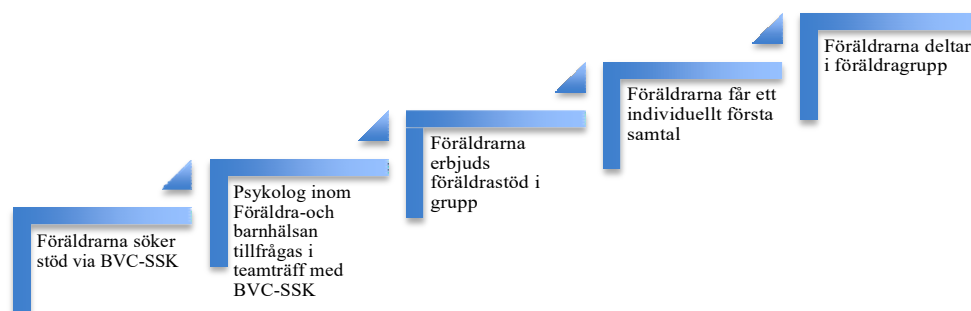
Anpassningarna utgick från de behov som uppkommit under de individuella samtalen med föräldrarna. Föräldrarna beskrev att de hade svårt att reglera sitt barns känslor och beteende. Barnen hade bl.a. återkommande våldsamma utbrott som föräldrarna hade svårt att hantera. Flera barn beskrevs ha en hög aktivitetsnivå. En del barn beskrevs även som ängsliga och oroliga.

Anpassningarna medförde att en kortare känslaskola inkluderades för att lära föräldrar att förstå barnets och sina egna känslouttryck samt att reglera barnets beteende med hjälp av bl.a. lågaffektivt bemötande. Att inkludera en känslaskola och lågaffektivt bemötande gjordes även utifrån gruppledarnas tidigare erfarenheter av att föräldrar ofta har svårt att förstå och hantera känslouttryck hos sina barn. Att kunna reglera sina känslor ses som en bas för psykisk hälsa och social kompetens och är därför viktigt för barnet att utveckla i samspel med föräldern (Bergman, 2018; Blair, Stewart-Brown, Hjern & Bremberg, 2013). För att behålla de teoretiska kärnkomponenterna i Vägledande samspel arbetade gruppledarna med de åtta teman som ingår i programmet. Gruppledarna identifierade även viktiga aktiviteter och förhållningssätt som inkluderades i föräldragruppen vilket även dessa bedömdes vara kärnkomponenter. Dessa innefattade att gruppledarna arbetade med lyhördhet samt med att skapa trygghet och ett stöttande klimat i gruppen bl.a. genom att systematiskt arbeta i smågrupper. Ett annat viktigt förhållningssätt var att gruppledarna uppmuntrade föräldrarna att uppmärksamma och förmedla en positiv bild av barnet samt att gruppledarna bekräftade positiva sidor av föräldrarnas omsorgsförmåga. Andra viktiga komponenter att arbeta med i föräldragruppen bedömdes vara hemuppgifter som låg till grund som arbetsmaterial mellan gångerna samt att föräldrarna uppmuntrade till att vara aktiva i diskussioner och övningar.

Deltagare och urval

Totalt deltog 13 föräldrar i utvärderingen varav tio föräldrapar och tre föräldrar där den ena föräldern till barnet deltog. Föräldrarna var indelade i två föräldragrupper, varav sex föräldrar i den första gruppen och sju i den andra. Alla föräldrar som deltagit har även svarat på en enkät. Sammanlagt har 11 föräldrar deltagit i fokusgruppsintervjuer i samband med sista gruppstillfället. Barnens ålder varierade från ett år och tio månader till fem år och åtta månader vid föräldragruppens början. Åtta kvinnor och fem män deltog. Föräldrarna var i åldern 29 till 48 år. De föräldrar som deltagit i studien har sökt stöd i föräldraskapet via sjuksköterskor inom Barnhälsovården och sedan fått kontakt med psykolog inom Länsenheten Föräldra-och barnhälsan (Figur 3). Några föräldrar har fått ett individuellt föräldrastöd innan gruppinsatsen. En del föräldrar hade inte fått något föräldrastöd innan. Alla föräldrar deltog i ett individuellt första samtal med någon av de två gruppledarna där de fick beskriva vad de behövde hjälp med i sitt föräldraskap samt fick information om gruppen och möjlighet att delta i studien. Föräldrarna informerades om att träffarna bygger på programmet Vägledande samspel som fokuserar på det positiva samspelet mellan förälder och barn samt att träffarna kommer att handla om sådant som har betydelse för samspelet med barnet t.ex. att visa positiva känslor och positiv gränssättning. Föräldrarna informerades om att de skulle få möjlighet att svara på en skriftlig enkät, samt samtala om erfarenheter av insatsen vid sista tillfället. Alla föräldrar som erbjudits föräldragruppen och tackade ja gav även muntligt samtycke till att delta i studien. Två av föräldrarna tackade nej till att delta i

fokusgruppsintervjuerna. Föräldrarna fick även information om att de hade möjlighet att få ett eftersamtal samt i mån av behov andra insatser via psykolog inom Länsenheten Föräldra-och barnhälsan.



Figur 3 visar processen från att föräldrarna tar upp sitt behov av stöd med BVC-sjuksköterskan till att föräldrarna deltar i föräldragrupp.

Tillvägagångssätt

De individuella samtalen hölls i september 2018 för grupp ett och i januari 2019 för grupp två. Föräldragruppen startade i oktober och avslutades i november 2018 för grupp ett och startade i januari och avslutades i mars 2019 för grupp två. Träffarna varade i 90 minuter, varannan vecka vid fem tillfällen. Två gruppledare höll i träffarna. En av gruppledarna var utbildare och handledare i programmet och utbildad på nivå tre. En av gruppledarna var utbildad på Nivå ett och genomgick vägledarutbildning på nivå två. För att hålla föräldragrupp i Vägledande samspel är kravet att gruppledaren ska vara utbildad på nivå två, eller genomgå nivå två vägledarutbildning.

Att utbilda sig på nivå ett i Vägledande samspel omfattar minst 24 timmar och ger en teoretisk grund i programmet. Nivå ett fokuserar på deltagarnas egna erfarenheter och målet är att ”uppmärksamma och utveckla det positiva samspelet mellan barn och vuxna, barn sinsemellan och mellan vuxna” (Hundeide, 2009 s. 96). Även nivå två omfattar 24 timmar och ger en ytterligare teoretisk och praktisk fördjupning i programmet. Nivå två leder till att deltagaren blir diplomerad vägledare i programmet. Målet med nivå två är att deltagarna ska fördjupa sin kunskap i programmet samt utveckla kunskapen att förmedla Vägledande samspel till andra. Nivå tre genomförs under två år och innefattar att deltagaren efter genomgången utbildning får utbilda på nivå ett och två. Nivå tre innehåller förutom en fördjupning av den teoretiska och praktiska kunskapen om Vägledande samspel även reflektion kring rollen som utbildare och handledare i programmet (Hundeide, 2009).

Intervention

Den första gruppträffen innehöll en överblick över alla dialoger och teman. Föräldrarna fick även berätta om ett exempel från vardagen då de hade en fin stund tillsammans med sitt barn. Tema ett och två gicks igenom. Hemuppgifter ingick mellan träffarna. Föräldrarna fick öva det som lärdes ut i gruppen kopplat till de teman som tagits upp vid varje grupptillfälle ex. på hemuppgift var, hitta en situation i vardagen där du kan sätta ord på ditt barns känsla; vad hände, hur gjorde du, hur blev det för barnet? Träff två inleddes med att föräldrarna berättade om den hemuppgift de haft mellan träffarna. Tema tre och fyra gicks igenom, träffen innehöll även en känslaskola med fokus på att förstå funktionen med olika känslor och kunna reglera både sina egna och barnets känslor och beteende. Föräldrarna fick även denna gång en hemuppgift. Träff tre inleddes med genomgång av

hemuppgiften samt att alla deltagare fick visa ett foto på sitt barn och berätta om fotot. Träffen innehöll ett rollspel om gemensam uppmärksamhet samt genomgång av tema fem, sex och sju. Träffen avslutades med en film och en hemuppgift. Träff fyra inleddes med att föräldrarna fick berätta om hemuppgiften, sedan gick tema åtta a, b, c och d igenom. Föräldrarna fick berätta för varandra om vilka vardagssituationer som fungerar bra och hur de gör för att dessa ska fungera samt vilka vardagssituationer som är svåra. Positiv och negativ gränssättning gick igenom och diskuterades. Föräldrarna fick en hemuppgift till nästa gång. Gång fem inleddes med hemuppgiften, fortsatt samtal om positiv gränssättning, genomgång av lågaffektivt bemötande och film om lågaffektivt bemötande. Träffen avslutades med en sammanfattning av samtliga gruppträffar.

Datainsamling

Deltagarna utgjordes av 13 föräldrar som deltagit i föräldragruppen. Data samlades in genom en enkät samt genom fokusgruppsintervjuer. Enkäten innehöll 26 frågor. Enkäten utgår från en enkät som används vid utvärdering av Vägledande samspel och är förmedlad av Paul Bergman, ICDP stiftelsen. Enkäten är indelad i olika områden som handlar om både förälderns och barnets beteende samt insatsen med Vägledande samspel. (Se bilaga 1). Enkäten är anpassad till målgruppen föräldrar med barn 0-6 år. Enkäten innehöll även rutor för fri text där deltagarna hade möjlighet att beskriva vilka förändringar de upplevt hos sitt barn, i sin familj och hos sig själva. Samtliga 13 föräldrar fyllde i enkäten som delades ut direkt efter avslutad gruppinsats. För att ytterligare fånga föräldrars erfarenheter av att delta i föräldragrupp gjordes fokusgruppsintervjuer. Fokusgruppsfrågor med övergripande teman togs fram och användes som en grund i intervjuerna

(bilaga 2), följdfrågor ställdes efter behov. Efter att föräldrarna fyllt i enkäten fick de möjlighet att delta i fokusgruppsintervju. Det var två forskare från Luleå Tekniska Universitet som genomförde fokusgruppsintervjuerna i samma lokal som föräldrarna haft sina gruppträffar. (Se bilaga 2.) Fyra föräldrar deltog vid första tillfället och sju vid andra. Intervjuerna var 30-40 minuter långa.

Dataanalys

För att på ett bra och utförligt sätt kunna belysa syftet i studien används en mixad metod. Mixad metod tar del av både de kvalitativa och kvantitativa metodernas fördelar och data från både enkät och fokusgruppsintervjuer kombineras i resultatet. Triangulering är en del av en mixad metod och används för att tydligare förklara och visa att fynden från både enkät och fokusgruppsintervjuer stärker varandra. Triangulering genomfördes efter att den kvalitativa och kvantitativa datan sammanställts och knyter samman resultaten. Tekniken är inte bunden till metoder eller paradig, och är därför möjlig att tillämpa vid varierande forskningssyften (Sandelowski, 2000).

Fokusgruppsintervjuerna bandades och transkriberades ordagrant. Utsagorna omformades delvis till skriftspråk för att öka begripligheten. Textenheter som svarade mot syftet extraherades och sorterades efter likheter och skillnader för att sedan kategoriseras, detta gjordes stegvis. Kategorier med liknande innehåll fördes samman till de slutgiltiga fem kategorier som presenteras i resultatet.

Resultaten från enkäterna sammanställdes och grafer som visar resultaten togs fram. Resultatet från enkäterna och fokusgruppsintervjuerna resulterade i fem kategorier som visar huvudfynden.

Etiska överväganden

Deltagarna informerades både skriftligt och muntligt om att deltagandet var frivilligt och att deltagandet i studien inte skulle påverka deras möjlighet att få hjälp. Genomförd forskning följer de forskningsetiska principerna angivna i Belmontrapporten (1979) om rättvisa, respekt för personen samt att göra gott och inte skada. Studien ingår som en del i ett större forskningsprojekt vid Luleå Tekniska Universitet och har genomgått etisk prövning och godkänts vid den regionala etikprövningsnämnden i Umeå innan datainsamling påbörjades (diariet 2018/70-31). Ansvarig chef har skriftligt gett medgivande för studiens genomförande. Efter godkänd etikansökan påbörjades insamlandet av empiriska data. Lagen om etikprövning (SFS 2003:460) syftar till att ”skydda den enskilda människan och respekten för människovärdet vid forskning”. I denna lag regleras att forskning på människor bara får utföras om den har godkänts vid en etikprövning. Informerat samtycke inhämtades från samtliga deltagare, samt verksamhetschef vid Länsenheten Föräldra-och barnhälsan. Muntlig och skriftlig information gavs till deltagarna inför datainsamlingen, de informerades om att det var frivilligt att delta och garanterades konfidentialitet d.v.s. att resultatet skulle presenteras så att inte deltagarna kunde identifieras. Deltagarna tillfrågades muntligt om att de var intresserade av att delta i studien, med andra ord, informerat samtycke (jfr. Kvale & Brinkmann, 2014, s. 107–108).

Enligt Kvale och Brinkmann (2014) är etiska överväganden i intervjusituationen om det ställs frågor som berör känsliga ämnen och vad detta kan ge för personliga konsekvenser för deltagarna. En risk för deltagarna i studien var att de kunde känna sig utpekade och otillräckliga. För att minska den risken var gruppledarna uppmärksamma på föräldrarnas reaktioner under träffarna och erbjöd mer

stöd individuellt efter avslutad gruppinsats där behov framkom.

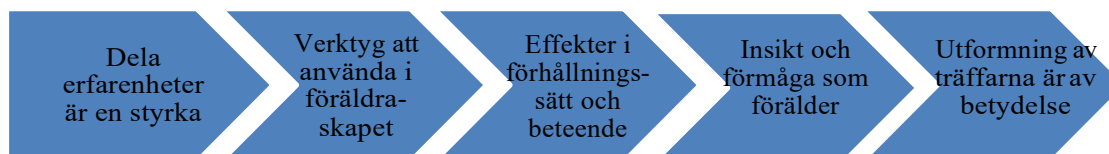
Nyttan med studien kan vara att utvärdera och kvalitetssäkra insatsen för att den så bra som möjligt passar föräldrars behov av hjälp och stöd i föräldrarollen. Ytterligare en nytta av studien kan vara att föräldrar som upplever svårigheter i sitt föräldraskap får möjlighet att dela erfarenheter med andra i en liknande situation. Konfidentialitet i studien skyddades genom att författaren förvarat inspelade intervjuer och transkriberingar så att materialet är oåtkomligt för andra. Endast författarna och handledare har haft tillgång till transkriberade data. Innan den kvalitativa innehållsanalysen avidentifierades materialet så att specifika uttalanden inte kunde kopplas till specifika deltagare (jfr Kvale & Brinkmann, 2014, s. 109–110).

Resultat

Resultaten från enkäten och fokusgruppsintervjuerna presenteras tillsammans i fem kategorier som lyfter fram föräldrarnas upplevelser av att delta i föräldragruppen (figur 4). I de två första kategorierna finns endast resultat från fokusgruppsintervjuerna, i de övriga kategorierna presenteras resultatet från enkäten först och sedan resultatet från fokusgrupperna.

Frågor från del ett i enkäten (bilaga 1) redovisas inte i resultatet, förutom sista frågan om föräldern litar på sin förmåga att ta väl hand om sitt barn. De andra frågorna handlar om ifall föräldern är följsam mot barnets uppmärksamhet, ger beröm, skapar mening, är följsam mot känslor och hjälper barnet i aktiviteter. De frågor som är av mer beskrivande karaktär (del 3) i enkäten redovisas inte i resultatet. Dessa frågor handlar om ifall barnet bråkar, tappar koncentrationen eller är otryggt. En

fråga från enkätens del fyra redovisas inte i resultatdelen. Frågan handlar om förskolan och bedöms här inte vara relevant. Samtliga övriga frågor redovisas i resultatdelen.



Figur 4 visar de 5 kategorierna som lyfter fram huvudresultatet i enkäter och fokusgruppsintervjuer.

Dela erfarenheter är en styrka

Under intervjuerna framkom att föräldrarna upplevde en styrka i att dela erfarenheter och berättelser om sina barn med varandra. Alla föräldrar var överens om att dela erfarenheter i grupp bidrog till att känna mindre ensamhet och utsatthet i föräldrarollen.

”Man känner sig ofta ensam och tror att det är bara vi som har det så här jobbigt så kommer man hit och får höra om andra som har samma kamp.”

”Att få tips från de andra föräldrarna i gruppen har varit bra. De andra har förstått eftersom de också har intensiva barn. Det gör att man känner sig mindre ensam.”

Ett föräldrapar beskrev att trots en stor bekantskapskrets kände de inte någon annan familj med en liknande situation. Föräldrarna beskrev att de ofta fått ta emot oförstående kommentarer från andra

föräldrar som inte upplever samma utmaningar i sitt föräldraskap. I gruppen fick de träffa föräldrar som också hade det kämpigt med sina barn, vilket gjorde det lättare att dela erfarenheter utan att känna sig misslyckad.

”Vi kan båda känna att det inte finns någon som har en liknande situation(...) många är ganska oförstående. (...) Därför har det varit skönt att alla här är på samma nivå där man kanske har ett mer krävande barn.”

Det framkom även att med stöd från de andra föräldrarna i gruppen var det möjligt att minska föräldrastress och växa i sin föräldraroll genom att utbyta erfarenheter, få tips och råd av varandra och hitta lösningar på problem tillsammans.

Verktyg att använda i föräldraskapet

Föräldrarna beskrev att de fått med sig viktiga verktyg från föräldragruppen som de kunnat använda sig av i sitt föräldraskap. Verktögen innefattade bl.a. att fokusera på det positiva, ge mer beröm och tydligare dela barnets uppmärksamhet, betydelsen av rutiner och att ge barnet alternativ. En förälder beskrev sina nya verktyg för att hantera barnets humör.

”Att gå ner på barnets nivå och inte höja rösten utan säga vad barnet ska göra istället för att slå. Klappa fint eller kramas.”

Föräldrarna beskrev att de fått med sig verktyg för att kunna bemöta barnet mer lågaffektivt, visa barnet det rätta beteendet och arbeta med positiv gränssättning istället för att påpeka fel eller brister. Att förstå och bekräfta barnets känslouttryck var något som flera av föräldrarna upplevde att de fått lära sig under den känsloskola som ingått i föräldragruppen.

”Att sätta ord på barnets känslor och att känslor smittar det tycker jag har varit bra.”

När föräldrarna kunde förstå sitt barns känslouttryck blev det lättare att acceptera barnets känslor och beteende.

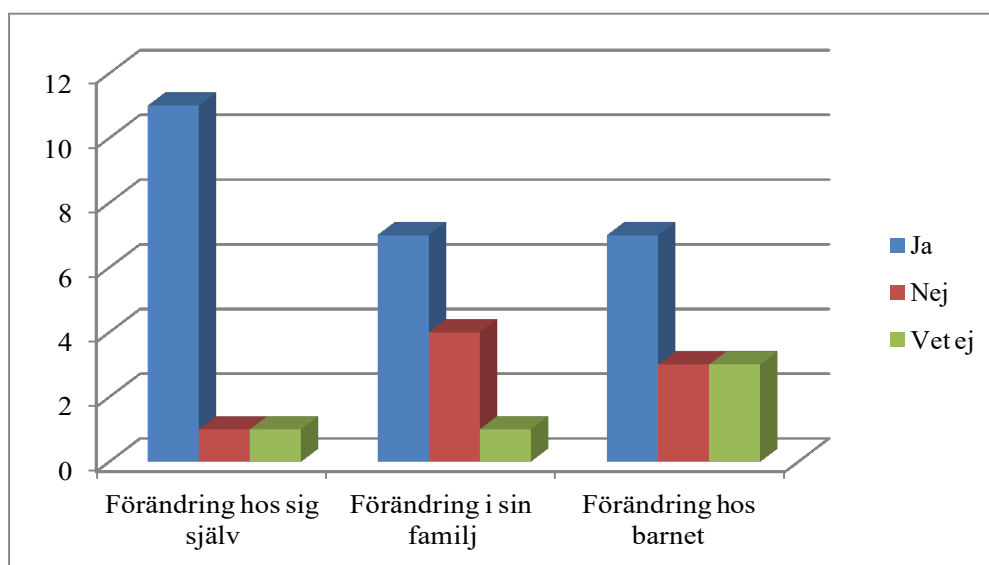
”Att de skrattar när de skäms.” ”De vet att de gjort något dumt och så skrattar de och så blir man irriterad, (...) Man tycker att det är helt fel situation att skratta. Men det är nått barn kan göra när de skäms.”

En förälder betonade vikten av att använda ett mer positivt förhållningssätt och att det kan göra skillnad i en annars ganska kaotisk vardag.

”Just det här att man är mer glad och uppmuntrar det som är bra och tillslut smittar det av sig.”

Effekter i förhållningssätt och beteende

En del föräldrar uppgav att de märkt förändringar hos sitt/sina barn samt i sin familj som de tyckte har med gruppträffarna att göra. Föräldrarna märkte framförallt effekter på sitt eget förhållningssätt och beteende mot barnet (figur 5).



Figur 5 visar vilka förändringar föräldrarna som deltagit i Vägledande samspel har upplevt.

I enkäten fick föräldrarna möjlighet att skriftligt kommentera vilka förändringar som de sett hos sina barn. Framförallt handlar dessa förändringar om att samspelet mellan förälder och barn blivit bättre vilket resulterat i minskade konflikter och utbrott. Några föräldrar tar även upp att införandet av tydligare rutiner har påverkat barnets beteende positivt. Några exempel på förändringar hos barnet som föräldrar har angett;

”Vi förstår barnet bättre, barnen lyssnar mer och vårt samspel är bättre. Lugnare av rutiner, mindre utbrott med förberedelser.”

”Mindre utbrott, både i antal och i storlek.”

De förändringar som föräldrarna upplevde i sin familj (figur 5) handlar om att de som föräldrar arbetar bättre tillsammans och förstår sig själva och barnen bättre. Det är inte lika mycket höga röster och bråk i familjen har minskat. Föräldrarna beskrev även att de har roligt tillsammans och pratar mer om känslor och om regler på ett positivt sätt.

”Mindre utbrott, mindre bråk, positivare samspel, mindre inte och nej.”

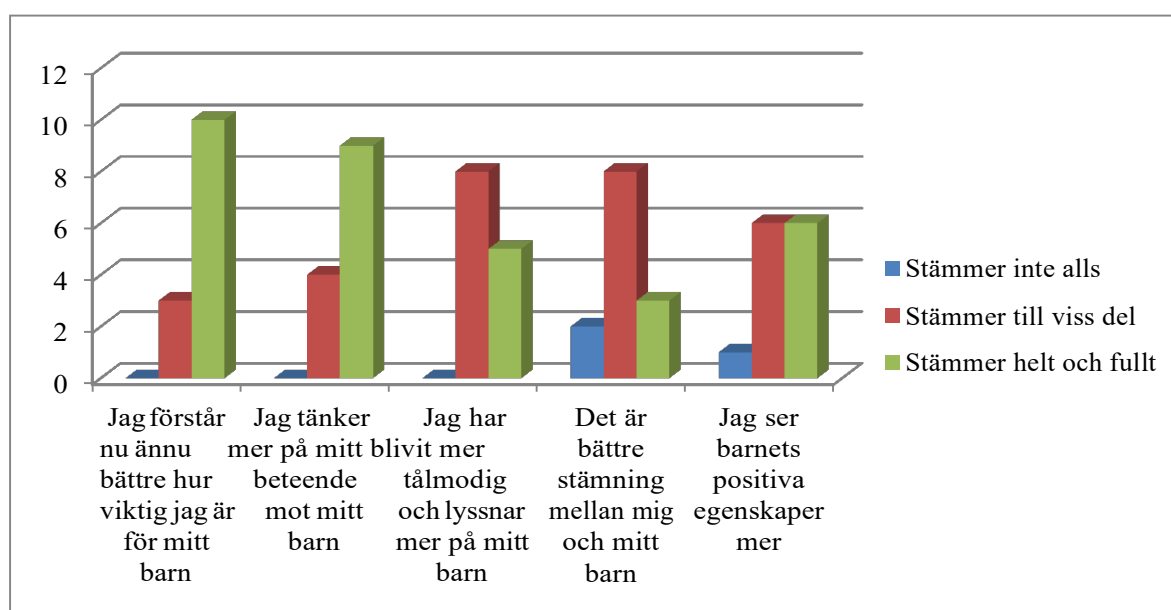
”Vi föräldrar jobbar bättre ihop, vi förstår oss och barnen bättre vilket ger mindre bråk och bättre stämning.”

De allra flesta föräldrar beskrev att de upplevt förändringar hos sig själva (figur 5). Föräldrarna upplevde att de blivit bättre på att läsa av sina barn och förstå barnets känslouttryck. Föräldrarna uppgav att de arbetade med att vara mer lugna i stressiga och bråkiga situationer, tänka efter mer och vara mer pedagogiska.

”Jag är mer förstående, använder en lärande uppfostran, mer verktyg och högre tålamod.”

”Jag är mer trygg i mitt föräldraskap, lugnare hållning, inte lika lättstressad vid bråk när barnen slåss.”

Föräldrarna fick även svara på frågor om sitt förhållningssätt till barnet. Majoriteten av föräldrar upplevde att de efter att ha deltagit i föräldragruppen förstod bättre hur viktiga de är för sitt barn samt att de tänker mer på sitt beteende mot sitt barn. Föräldrarna upplevde att det blivit något bättre stämning mellan de och barnet samt att de själva blivit mer tålmodiga och lyssnar mer (figur 6).



Figur 6 visar hur föräldrarna upplever att deras förhållningssätt till barnet har ändrats.

Resultatet från fokusgruppsintervjuerna går i linje med enkäten och under intervjuerna framkom att föräldrarna framförallt märkte effekter på sitt eget förhållningssätt och beteende mot barnet. De flesta föräldrar som deltagit i gruppen upplevde att de utvecklat sin föräldraförmåga och nu klarar

av att hantera sina barn på ett bättre sätt. Föräldrarna beskrev att de blivit bättre på att uppmärksamma barnets positiva sidor, tala om när barnet gör något rätt och minska på nej och inte. Ett föräldrapar märkte en tydlig effekt på sitt barn då de ändrade sitt eget bemötande och började använda sig av ett lågaffektivt förhållningssätt.

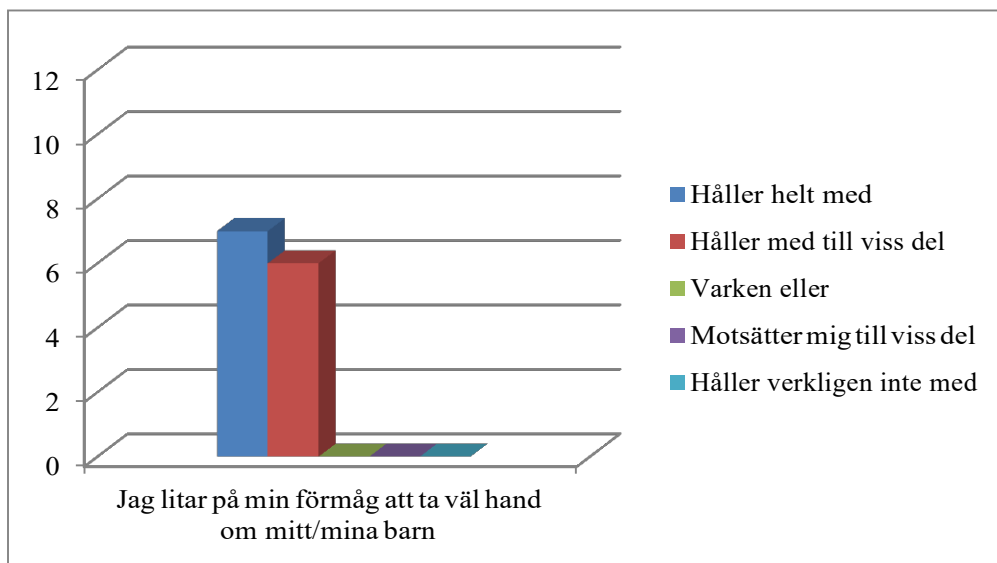
”Vi jobbar med lågaffektivt bemötande och märker stor skillnad på vår sons utbrott. De är färre nu och mindre. Det tar inte lika lång tid för honom att kontrollera sig. Han kastar inte längre saker och skriker inte lika mycket fula ord.”

Flera av föräldrarna hade tagit till sig att uppfostran handlar om långsiktighet. Att som förälder hjälpa barnet att socialiseras in i samhället. En förälder beskrev det såhär;

”Man kanske inte kan se resultat direkt men man ska uppfostra en trygg individ tillslut, man får tänka lite mer långsiktigt.”

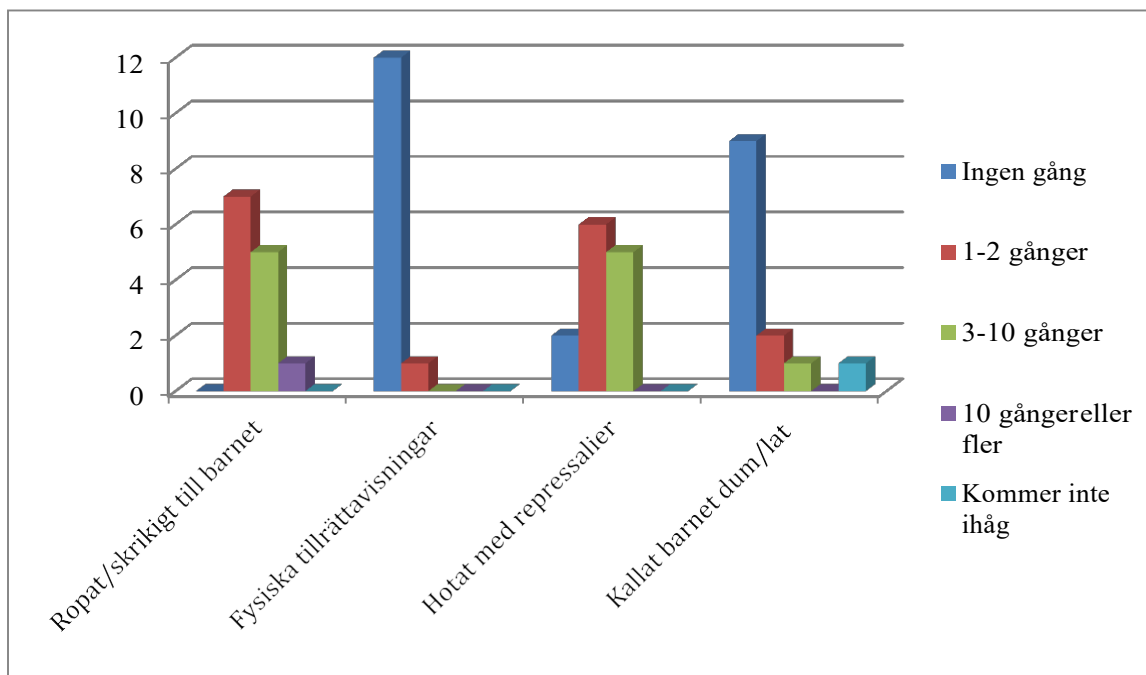
Insikt och förmåga som förälder

Att öka föräldraförmågan är en av målsättningarna med att erbjuda föräldrastöd. Vid gruppavslut uppgav samtliga föräldrar att de håller helt med/håller med till viss del på frågan om de litar på sin förmåga att ta väl hand om sitt barn (figur 7).



Figur 7 visar hur väl föräldrarna litar på sin egen förmåga att ta hand om sitt/sina barn.

Föräldrarna fick svara på frågor om hur de hanterar när deras barn uppför sig på ett sådant sätt att de blir upprörda eller arga, samt hur många gånger den senaste veckan som föräldrarna gjort något av följande; ropat eller skrikit åt barnet, använt fysiska tillrättavisningar, hotat med repressalier samt kallat barnet ”dum”, ”lat” eller liknande. Endast en av föräldrarna uppgav att hen använt sig av fysiska bestraffningar. Alla föräldrar hade däremot ropat eller skrikigt till barnet under den senaste veckan. Figur 8 visar föräldrarnas svar på hur många gånger de använt sig av negativ gränssättning under senaste veckan. Att hota med repressalier hade de flesta föräldrar gjort och några föräldrar uppgav att de kallat barnet för dum/lat eller liknande (figur 8).



Figur 8 visar hur många gånger senaste veckan som föräldrarna använt sig av negativ gränssättning.

Ett bekymmer som flera av föräldrarna tog upp under fokusgruppsintervjuerna var att de hade svårt att reglera sin egen ilska i relation till barnet. Föräldrarna beskrev att de ville utveckla förmågan att minska sina egna vredesutbrott, vilket de tränade på med gruppens stöd.

”Jag försöker hålla nere mina känslor och inte agera i affekt lika ofta.”

”Min sambo reagerar fort och höjer rösten, jag har lärt mig i gruppen att ta det lugnare.”

Föräldrarna beskrev att det var svårt att ändra sitt eget beteende även om de själva hade insikt i att det de gjorde i relation till sitt barn var fel.

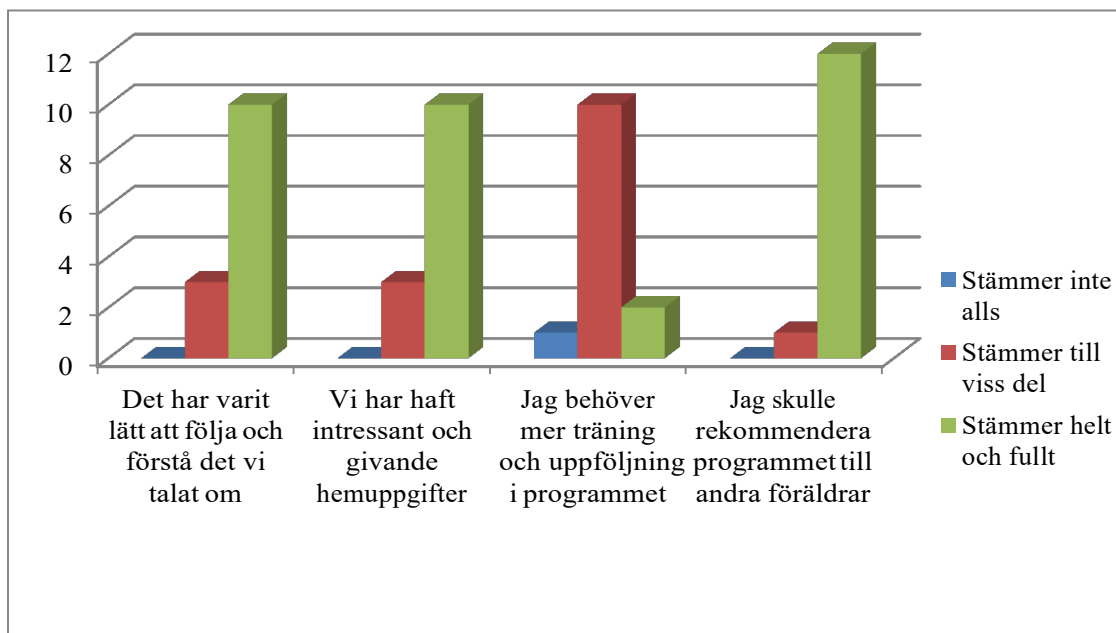
”Det är svårt att omsätta det man lär sig i föräldragruppen hemma. Att få in det i ens egen vardag och förändra ett ekorrhjul av dåliga beteenden. Det krävs koncentration hela tiden.”

Under fokusgruppsintervjuerna beskrev föräldrarna genomgående att de fått nya insikter och tydligare förstått vilken betydelsefull roll de har som föräldrar. Flera föräldrar beskrev vikten av att vara mer närvarande och ha ett tydligare fokus på barnet som en viktig insikt. Föräldrarna upplevde att när de var mer fokuserade i umgänget med barnet blev barnet mer följsamt och föräldrarna hann fånga upp och förebygga beteendeproblem och konflikter i tid.

”Relationen har blivit bättre eftersom jag fokuserar mer på barnet. Innan kunde jag leka och städa samtidigt. Nu fokuserar jag på hen mer och hinner då fånga upp och förebygga utbrott.”

Utformning av träffarna är av betydelse

Majoriteten av föräldrarna upplevde att det har varit lätt att följa och förstå det vi pratat om under träffarna samt att hemuppgifterna varit givande och intressanta. De flesta föräldrar uppgav att de behöver mer träning i programmet men skulle rekommendera Vägledande samspel till andra föräldrar (se figur 9).



Figur 9 visar hur föräldrarna upplevt utformningen av föräldragruppen samt om de skulle rekommendera programmet till andra föräldrar.

Vid fokusgruppssamtalen framkom att föräldrarna upplevde att det blev mycket information under träffarna samt att de ibland fått avbryta sina diskussioner pga. tidspress. Föräldrarna hade velat ha fler träffar med ett luftigare innehåll där de hade kunnat utbyta erfarenheter i ännu högre utsträckning samt gå in mer detaljerat på sin familjs specifika problem. Upplägget med varannan vecka och hemuppgifter däremellan upplevs ha varit lagom intensivt. Hemuppgifterna har varit uppskattade och beskrivs som ett bra tillfälle att få träna i hemmiljö på de nya färdigheter man har lärt sig under träffarna. Föräldrarna tog även upp att gruppledarnas förhållningssätt haft betydelse. Att gruppledarna berättat om svårigheter och konflikter med sina egna barn sågs som positivt för att skapa ett tryggt klimat i gruppen. Att ta upp sina svårigheter i grupp har setts som ett bra sätt att få föräldrastöd. En förälder som även har fått individuellt stöd beskriver fördelen med grupp såhär.

”Vi har haft enskilt föräldrastöd tidigare. Båda är bra, vi har fått verktyg på båda ställena men det var ingen annan som satt och berättade då.”

”Är man bekväm gör det ingenting om alla får peka ut sina specifika problem. Jag lär mig av deras. Jag tycker inte alls det är dumt att ta det i grupp.”

Behovet av återträff blev tydligt vid första fokusgruppsintervjun vilket bidrog till att en återträff planerades in för den andra Vägledande samspelsgruppen redan innan gruppen skiljdes åt.

”Jag skulle jättegärna vilja att vi träffas allihop en tid framöver och ser om det blivit någon skillnad. Man känner med de som är i gruppen (...) man vet hur tufft det är. Man vet hur ensam man kan känna sig och man vill veta hur det går för alla.”

Diskussion

Syftet med studien var att utvärdera föräldrars erfarenheter av att ingå i en anpassad och indikerad föräldrastödsgrupp med Vägledande samspel. För att kunna förklara och fördjupa förståelsen av resultatet lyfts följande områden fram i diskussionen; dela erfarenheter och känna samhörighet med andra föräldrar, föräldraförmåga, metaföräldraskap, och arbetssätt.

Dela erfarenheter och känna samhörighet med andra föräldrar

Ett resultat av intervjuerna handlar om de positiva effekter som deltagarna har fått av att känna tillhörighet med andra föräldrar och uppleva sig mindre ensam med sina bekymmer. Att dela erfarenheter och upplevelser med varandra har genomgående upplevts som positivt. Det är tydligt hur ensamma föräldrarna tidigare känt sig med sina bekymmer och hur stärkande och effektivt det är att träffas i grupp och dela erfarenheter med andra. Vid individuellt föräldrastöd kan man som psykolog normalisera och berätta om att andra har samma bekymmer. Vid föräldrastöd i grupp kan föräldrarna själva utbyta erfarenheter och uppleva en känsla av förståelse och stöd genom att dela det som är svårt med andra i en liknande situation. Forskning visar på att tillfredsställande sociala relationer är avgörande för god psykisk och fysisk hälsa. Att känna samhörighet med andra är ett grundläggande mänskligt behov oavsett kulturell tillhörighet. Behovet påverkar hur vi tänker, mår och handlar interpersonellt, t.ex. kretsar människans tankar ofta kring tolkningar av relationer (Baumeister & Leary, 1995). Föräldrarna beskriver i intervjuerna hur de upplevt högre grad av samhörighet med varandra eftersom de andra föräldrarna också haft mer krävande barn. Att höra till ger upphov till positiv eller negativ affekt beroende på om graden av att höra till minskar eller ökar. Otillfredsställda behov som t.ex. känslan av ensamhet och att inte höra till är förknippat med negativa känslor som ledsenhet och hopplöshet och kan bidra till att man utvecklar psykisk ohälsa som oro och nedstämdhet (Baumeister & Leary, 1995).

Föräldrarna beskriver i fokusgruppsintervjuerna att deras föräldrastress har minskat efter deltagande i föräldragruppen. Att föräldrastressen minskar är viktigt. Trötthet och stress är de orsaker som föräldrar anger som de vanligaste till att det blir konflikter med barnet och som bidrar till

användning av hårdare uppfostringsmetoder (Jansson et al., 2011). Hårda uppfostringsmetoder leder till mer beteendeproblem och ökad risk för psykisk och fysisk ohälsa hos barnet (Stattin et al., 2015; Webster-Stratton & Taylor, 2001). Föräldrarna anger i fokusgruppsintervjuerna att de i och med deltagande i föräldragruppen inte bruser upp lika lätt och inte är lika stressade. Flera av föräldrarna beskriver en ökad insikt om hur deras beteende påverkar barnet och att de därför tränar sig på att vara mer pedagogiska och inte bli lika lätt arga.

Föräldrarna beskrev att de ofta känt sig ensamma i föräldrarollen, även om de haft ett rikt socialt kontaktnät med många vänner var det svårt att hitta andra föräldrar att dela erfarenheter med vilket bidragit till att känslan av ensamhet ökat. Studier (Baumeister & Leary 1995; Hagerty et al., 1996) visar att ensamma och icke ensamma människor utför ungefär samma aktiviteter och spenderar ungefär lika mycket tid med andra människor. En persons antal vänner är inte ett bra mått på ensamhet och social kontakt är inte ett skydd mot ensamhet. Det är istället kvaliteten på relationen, som är viktig (Hagerty et al., 1996). Hagerty menar att ensamhet uppkommer när ens relationer inte lever upp till de förväntningar som personen har på relationerna. Vilket hänger ihop med nöjdhet i relationen och hur socialt accepterad man upplever sig vara i en relation. I resultatet resonerar flera föräldrar kring att de har känt sig ensamma i föräldraskapet men inte i andra relationer, de har tvärtom haft ett rikt socialt kontaktnät med många vänner. Med gruppens stöd har de kunnat minska känslan av ensamhet även i föräldrarollen.

Föräldraförmåga

Vägledande samspel har i flertalet studentuppsatser och utvärderingar uppvisat positiva resultat när det gäller föräldraförmåga (Skar et al., 2015). Forskning om föräldraförmåga visar på att begreppet innefattar flera olika delar och att definiera ett bra föräldraskap är komplicerat (Eve et al., 2014).

Föräldrarna i studien håller till viss del med samt helt med om att de litar på sin egen förmåga att ta väl hand om sitt barn. Om det såg ut på samma sätt innan gruppen startade går inte att svara på då ingen föremätning gjordes.

Kvaliteten i föräldraskapet ses som den största riskfaktorn för utvecklandet av emotionella och beteendeproblem hos barn. Det är en riskfaktor som i hög grad är möjlig att förändra (Stattin et al., 2015). Att delta i föräldragrupp kan vara ett sätt att minska den riskfaktorn. Föräldrarna beskriver hur de utvecklat flera skyddande faktorer i sitt föräldraskap, att de ställer rimligare krav på barnet och har ett mer positivt och stöttande klimat i föräldra-barn relationen. Föräldrarna fick möjlighet att ta del av gruppledarnas tips men även att få tips av varandra och samtala om hur de andra föräldrarna i gruppen hade fått till ex. rutiner för påklädning och nattning. Vikten av att ha bra rutiner lyftes fram av föräldrarna i intervjuerna som en viktig del i att få vardagen med barnet att fungera och som ett sätt att minska konflikter och utbrott. Resultatet går i linje med andra studier som visar att inkonsekvent uppfostran samt brist på stöd och vägledning är en riskfaktor för konflikter i familjen och för att barnet ska utveckla ohälsa (Stattin et al., 2015). Rutiner, ett stöttande föräldraskap, tydlig kommunikation och tydliga krav på barnet är en skyddande faktor för barns hälsa (Erikson et al., 2011).

Föräldrarna beskriver även att de upplever sig vara mer trygga i sitt föräldraskap eftersom de nu lättare kan läsa av barnets känslouttryck. Föräldrarna upplevde att de efter deltagande i föräldragruppen lättare kunde tolka barnets signaler. Känslskolan var uppskattad i båda grupperna. Föräldrarna beskrev i intervjuerna att det var lättare att förstå barnets känslouttryck när de förstått vad grundläggande känslor har för funktion. Flera av föräldrarna har tagit upp att de själva tränar på känsloreglering och att de nu har fått verktyg för att förstå sina egna känslor vilket gör det lättare att inte tappa humöret. Det känslomässiga samspelet kräver att föräldern är lyhörd och uppmärksam på barnets signaler och behov (Bergman, 2018). Ett positivt känslomässigt samspel mellan förälder och barn är av stor betydelse för barnets hälsa och en viktig skyddande faktor (Stattin et al., 2015). Att barnet i samspel med sin förälder lär sig att reglera sina känslor är viktigt för utvecklingen av en trygg anknytning och en positiv psykisk hälsa (Blair et al., 2013; Bergman 2018). Det är därför ett betydelsefullt resultat att föräldrar arbetar med att reglera sina egna känslor och att hjälpa sina barn reglera sina känslor. En del av föräldrarna har även använt sig av lågaffektivt bemötande för att förebygga beteendeproblem hos barnet samt hantera sina barn på ett mer adekvat sätt om barnet får ett utbrott. Alla dessa exempel visar på att föräldrarna har utvecklat sin föräldraförmåga genom sitt deltagande i föräldragruppen.

Metaföräldraskap

Föräldrarna beskriver många insikter om hur de själva reagerar som föräldrar t.ex. att de vill minska beteenden som att skrika till barnet eller ta hårt i barnet. Flera föräldrar beskriver initialt hög föräldrastress och att de med gruppens stöd tränat sig på att hantera sina barn på ett lugnare sätt.

Föräldrarna beskriver även hur de efter att ha deltagit i föräldragruppen har lärt sig att tolka och förstå barnets signaler samt att de är mer närvarande i kontakten med barnet.

Holden, Hawk och Kozak (2003) beskriver att det finns brister i forskning om vad som främjar förändring i barnuppfostran. När det gäller vuxna har man sett 4 primära processer som främjar förändring. Dessa är att reagera på de yttre förändringar som sker, titta på sig själv, titta på andra och lyssna på andra. Den första av dessa handlar om att föräldern svarar på yttre förändringar t.ex. att föräldern svarar på att barnet utvecklas och därför förändrar sitt bemötande i relation till sitt barn. De tre andra; titta på sig själv, titta på andra och lyssna på andra handlar om inre förmågor hos föräldern och beror även på föräldrarnas egna kognitiva förmågor (Caspi & Roberts, 2001). Caspi och Roberts kallar dessa förmågor för meta-parenting, här översatt till meta-föräldraskap. Meta-föräldraskap är framförallt en inre tankeprocess. Meta-föräldraskap kan inte observeras direkt men visar sig t.ex. i en grupp när föräldrar pratar med andra föräldrar om barnet och om att vara förälder. Meta-föräldraskap äger ofta rum då föräldern stöter på problem. Ofta söker föräldern då ny information och nya sätt att hantera sina barn. Vid svåra problem är det ofta sammankopplat med symtom som föräldrastress, sömnsvårigheter, irritabilitet, ledsenhet och oro hos föräldern (Caspi & Roberts, 2001). I gruppen är det tydligt att föräldrarna upplever symtom kopplat till föräldraskapet som stress och irritabilitet. Föräldrarna har använt sig av meta-föräldraskap för att söka hjälp för sitt barn. I gruppen kan de fortsatt använda sig av meta-föräldraskap genom att lyssna på vad andra berättar om hur de gjort och sedan använda sig av andra föräldrars tips och råd hemma med sina barn. Att få dessa tips och konkreta råd från varandra lyfte föräldrarna i intervjuerna fram som positivt.

Det finns positiva effekter för barnet som hör ihop med en högre användning av meta-föräldraskap t.ex. att förutse och observera sitt barn. Föräldrarna beskrev hur de i föräldragruppen fick lära sig att vara mer närvarande och fokuserade i kontakten med sitt barn. Föräldrarna beskrev att de i minskad utsträckning gjorde två saker samtidigt t.ex. städade och lekte och istället ägnade full uppmärksamhet åt barnet, det blev då lättare att förebygga utbrott och konflikter. Forskning visar att de föräldrar som upplever fler beteendeproblem hos sina barn vid 3 års ålder i mindre utsträckning använder sig av att förutse och observera sina barn. För att vara en effektiv förälder är meta-föräldraskap viktigt att använda sig av för att lösa problem, t.ex. ökar då chansen att förebygga och upptäcka svårigheter tidigt (Caspi & Roberts, 2001). Meta-föräldraskap är snarlikt begreppet lyhört föräldraskap i Vägledande samspel, vilket är en av grunderna i programmet som samtliga träffar bygger på.

Arbetsätt

Vid fokusgruppsintervjuerna framkom olika åsikter om arbetssättet. Föräldrarna var överens om att det är ett bra arbetsätt att ha föräldrastöd i grupp. Med den trygga atmosfär som fanns i grupperna vågade de öppna sig för varandra och dela med sig av det som de tycker är svårt. Gruppledarnas förhållningssätt hade också betydelse för att skapa ett positivt klimat och det lyftes fram att det är viktigt att gruppledarna själva delar med sig av problem som de har med sina barn.

Det framkom att föräldrarna hade önskat möjlighet att mer i detalj gå in på sina specifika problem med sitt barn. En orsak till resultatet kan vara att gruppledarna medvetet under samtliga träffar använde sig av ett hälsofrämjande och positivt förhållningssätt som genomsyrar Vägledande

samspel och som bedömdes vara en viktig kärnkomponent. Vägledande samspel fokuserar till skillnad från andra föräldrastödsprogram inte på problembeteenden, därför undveks medvetet att föräldrarna skulle gå in alltför djupt i barnens problematiska beteenden. Långa, upprepande och negativa utsagor om barnet bedömdes inte gynna förälderns bild och bemötande av barnet. Istället uppmuntrades samtal om barnets positiva sidor under gruppdiskussionerna. I resultatet framkommer även att föräldrarna efter avslutad gruppinsats är mer uppmärksamma på och tydligare ser barnets positiva egenskaper och förmågor.

Upplägget med träff varannan vecka beskrev flera av föräldrarna som lagom. Det innebar att de hade tid att gå hem och öva på det de lärt sig och att det inte blev för stressigt mellan gångerna. Vid första fokusgruppsintervjun framkom behovet av en uppföljande träff vilket därför erbjöds redan innan avslut till den andra gruppen.

Föräldrarna upplevde genomgående att tiden för träffarna varit för kort och att de ibland fått avbryta sina diskussioner. Vid tidigare forskning på Vägledande samspel har det både varit en längre insats samt att det varit en universell och allmänpreventiv insats, vilket betyder att föräldrarna inte sökt till gruppen specifikt för att få hjälp med sina problem (Hundeide & Hillestad 1994; Sherr et al., 2014; Skar et al., 2015). Det är möjligt att föräldrarna i den här studien skulle haft behov av en insats med fler träffar eftersom de sökte hjälp för sina svårigheter i föräldraskapet. För vår verksamhet som tillhör primärvården är det viktigt att kunna erbjuda korta insatser med bra effekt. Det är svårt att veta om det hade gett ett mer positivt resultat på förälderns bemötande, på barnets beteende och föräldra-barn relationen att träffas fler gånger. Föräldrarna beskrev många positiva effekter både hos barnet, i familjen och hos sig själva efter avslutad föräldragrupp. Effekter som kan ha en

gynnsam effekt på både föräldrarnas och barnens hälsa. Det är möjligt att en föräldragrupsinsats med Vägledande samspel kan fungera som en bas i verksamheten där en stor andel föräldrar får möjlighet till insatsen. För en del familjer räcker det med den insatsen medan en del behöver gå vidare till andra insatser som t.ex. enskilt föräldrastöd för att få möjlighet att prata mer om sina specifika svårigheter.

Metoddiskussion

Fördelar med att använda en mixad metod med både en enkät och fokusgruppsintervjuer är att föräldrarna fick möjlighet att både svara strukturerat på enkätfrågor samt även resonera kring vad de tagit med sig från gruppen och vad som varit positivt och mer utmanande med Vägledande samspel. Vid enkätundersökningen var det en fördel att få färdiga frågor som används vid andra utvärderingar av Vägledande samspel, nackdelen var att en del frågor i efterhand inte ansågs relevanta och dessa hade kunnat tas bort från enkäten redan innan den delades ut till föräldrarna. Vid enkätundersökningen är det en fördel att samtliga föräldrar fyllde i enkäten. Det är dock en nackdel vid både enkätundersökningen samt fokusgruppsintervjuerna att en del av föräldrarna hade varit frånvarande vid någon/några gruppträffar. Föräldrarna fick i fokusgruppsintervjuerna möjlighet att ge fler exempel på upplevelser än vad som är möjligt att fånga i en enkät. En nackdel med fokusgruppsintervjuer är att alla föräldrar inte kommer till tals i lika stor utsträckning som de gör vid enskilda intervjuer. Ur tidssynpunkt är det dock besparande att använda sig av fokusgrupper för att kunna fånga fler föräldrars upplevelser på kortare tid. En nackdel under den här studien var att alla föräldrar inte hade möjlighet att delta i fokusgruppsintervjuerna. Begränsningar med studien är att underlaget är litet och att endast två fokusgruppsintervjuer genomförts. Föräldrarna som

deltog i de båda fokusgrupperna lyfte dock fram liknande saker som de upplevt som positiva eller utmanande med att delta i gruppen. En nackdel är att ingen föremätning gjordes vilket gör resultatet svårtolkat. T.ex. går det inte att säga att upplevd föräldraförmåga ökat. Det går heller inte att dra några slutsatser om föräldrarna använder sig mindre av negativa och mer av positiva uppfostringsmetoder efter att ha deltagit i föräldragruppen. För fortsatta studier är det även av vikt att göra en mätning en tid efter avslutad insats för att se om ev. effekter i förhållningssätt och beteende kvarstår. Det skulle t.ex. kunna vara en fördel att göra mätning innan gruppen startar, vid avslutad insats samt efter uppföljningstillfället tre månader senare.

Slutsatser

Föräldrastöd i grupp är effektivt och föräldrar som deltagit i studien uppger att barnen har minskade problembeteenden samt att föräldraförmågan ökat och stressen minskat, vilket är i linje med tidigare forskning om föräldrastödsinsatser. Vägledande samspel har potential att kunna användas inte enbart som en universell insats utan även som en indikerad insats som går väl att anpassa utifrån verksamhetens behov. För Länsenheten Föräldra-och barnhälsan som redan har flertalet utbildade psykologer i programmet bidrar resultatet från studien till att stärka bilden av att det är värdefullt och kostnadseffektivt att arbeta med Vägledande samspel i grupp. De som deltagit beskriver det som ett verktyg att använda i föräldraskapet. Insatsen är uppskattat och föräldrar uttrycker att de rekommenderar insatsen till andra. Enligt föräldrarna i den här studien är Vägledande samspel en betydelsefull insats som bidragit till att de ändrat sitt förhållningssätt gentemot sitt barn. Förmågan att hantera barnens känslor har ökat och föräldrarna använder sig av ett lugnare och mer lyhört föräldraskap. Genom att delta i Vägledande samspel har föräldrarna upplevt mer glädje och färre

konflikter med sina barn. De har fått stöd av andra föräldrar och beskriver det som en styrka att få dela sina erfarenheter, de känner sig mindre ensamma med sina bekymmer. Ytterligare forskning om kärnkomponenter i Vägledande samspel, forskning med fler deltagare, längre insats, före och eftermätning samt med andra metoder, t.ex. observation av föräldra- barnsamspelets kvalitet efter avslutad gruppinsats välkomnas.

Referenser

Andershed, AK. & Andershed, H. (2015). Risk and protective factors among preschool children: integrating research and practice. *Journal of Evidence-Informed Social Work*, 12(4), 412-424. doi:10.1080/15433714.2013.866062.

Bergman, P. (2018). *Dialog och demokrati. Vägledande samspel i ett samhälleligt och utvecklingspsykologiskt perspektiv*. Halmstad. Paul Bergman och ICDP förlag.

Blair, M., Stewart-Brown, S., Hjern, A. & Bremberg, S. (red.). (2013). *Barnhälsovetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Dretzke, J., Davenport, C., Frew, E., Barlow, J., Stewart-Brown, S., Bayliss, S., ... Hyde, C. (2009). The clinical effectiveness of different parenting programmes for children with conduct problems: a systematic review of randomised controlled trials. *Child and Adolescent Psychiatry of Mental Health*, 3(1), 7-17. doi:10.1186/1753-2000-3-7.

Edenhammar, K. (2015). *Berättelser. Femton år med Programmet vägledande samspel/ICDP i Sverige*. Halmstad: ICDP Sweden.

Erikson, I., Cater, Å., Andershed, AK. & Andershed, H. (2011). What protects youth from externalizing and internalizing problems? A critical review of research findings and implications for practice. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 21(2), 113-125.

Eve, M., Byrne, K. & Gagliardi, R. (2014). What is good parenting? The perspectives of different professionals. *Family Court Review*, 52(1), 114-127. doi:10.1111/fcre.12074.

Folkhälsomyndigheten. (2013). *Föräldrastöd - är det värt pengarna? Hälsoekonomiska analyser av föräldrastödsprogram*. Folkhälsomyndigheten: Tillgänglig:
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/96c8eeff924946d880ce04d30c520bb7/foraldrastod-en-lonsam-satsning-halsoekonomiska-analyser-folkhalsomyndigheten.pdf>

Hagerty, BM., Williams, RA., Coyne, JC. & Early, MR. (1996). Sense of belonging and indicators of social and psychological functioning. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(4), 235-244.

Hasson, H. & von Thiele Schwarz, U. (2017). *Användbar evidens: om följsamhet och anpassningar*. (Första utgåvan). Stockholm: Natur & Kultur.

Heinrich, LM. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness. A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.

Hundeide, K. & Hillestad. (1994). The Bergen research study. ICDP: Tillgänglig:
<http://www.icdp.se/forskning-och-teori/>

Hundeide, K. (2000). *Det nye ICDP programme*. Oslo universitet: Institutionen för specialpedagogik.

Hundeide, K. (2008). *Vägledande samspel*. Finland. ICDP Sweden.

Hundeide, K. (2009). *Vägledande samspel i praktiken. Genomförande av ICDP-programmet*. ICDP.

Högström, J., Olofsson, V., Özdemir, M., Enebrink, P. & Stattin, H. (2016). Two-Year Findings from a National Effectiveness Trial: Effectiveness of Behavioral and Non-Behavioral Parenting Programs. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(3), 527-542. doi:10.1007/s10802-016-0178-0.

Jansson, S., Jernbro, C. & Långberg, B. (2011). *Kroppslig bestraffning och annan kränkning av barn i Sverige – en nationell kartläggning*. Stiftelsen Allmänna Barnhuset, 2011.

Kvale, S. & Brinkman, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Polen: Studentlitteratur.

Lagerberg, D., Magnusson, M., Sundelin, C. & Sarkadi, A. (red). (2009). *Föräldrastöd på BVC. En nationell kartläggning. Föräldrastöd i Sverige. Vad, när, hur?* Landstinget i Uppsala län.

O'Neill, D., McGilloway, S., Donnelly, M., Bywater, T. & Kelly, P. (2013). A cost-effectiveness analysis of the Incredible Years parenting programme in reducing childhood

health inequalities. *The European Journal of Health Economics*, 14(1), 85-94.

doi:10.1007/s10198-011-0342-y.

Sandelowski, M. (2000). Focus on Research Methods, Combining Qualitative and Quantitative Sampling, Data Collection, and Analysis Techniques in Mixed-Method Studies. *Research in Nursing & Health*, 23(3), 246–255.

Sherr, L., S. Skar, A-M., Clucas, C., Tetzchner, V.S. & Hundeide, K. (2014). Evaluation of the International Child Development Programme (ICDP) as a community-wide parenting programme. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(1), 1-17.

doi:10.1080/17405629.2013.793597.

Skar, A-M., Tetzchner, V.S., Clucas, C. & Sherr, L. (2015). The long-term effectiveness of the International Child Development Programme (ICDP) implemented as a community-wide parenting programme. *The Journal of Developmental Psychology*, 12(1), 54-68.

doi:10.1080/17405629.2014.950219.

Socialdepartementet. (2013). *Nationell strategi för föräldrastöd: en vinst för alla*. (S 2013.010). Stockholm: Regeringskansliet.

Socialstyrelsen. (2013). *Tidiga insatser mot psykisk ohälsa hos små barn -En sammanställning av systematiska översikter*. ISBN: 978-91-7555-093-0. (Artikelnummer: 2013-8-15).

Socialstyrelsen. (2014). *Effekter av föräldrastöd Redovisning av en nationell utvärdering på uppdrag av Socialstyrelsen*. ISBN 978-91-7555-236-1. (Artikelnummer: 2014-11-12).

Socialstyrelsen. (2015). *Föräldrastöd inom hälso-och sjukvård*. ISBN: 978-91-7555-357-3.
(Artikelnummer: 2015-12-38).

Stattin, H., Enebrink, P., Özdemir, M. & Giannotta, F. (2015). A national evaluation of parenting programs in Sweden: The short-term effects using an RCT effectiveness design. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(6), 1069-1084. doi:10.1037/a0039328.

Ulfsdotter, M., Enebrink, P. & Lindberg, L. (2014). Effectiveness of a universal health-promoting parenting program: a randomized waitlist-controlled trial of All Children in Focus. *BMC Public Health*, 14(1). doi:10.1186/1471-2458-14-1083

Ungsinn. (2014). International Child Development Programme (ICDP) Program for foreldreveiledning. Tillgänglig: https://ungsinn.no/post_tiltak_arkiv/icdp-2-utg/

Tack för att du tar dig tid att besvara denna enkät om Vägledande samspel ICDP. Innan du börjar besvara enkäten behöver du ännu en gång ta del av informationen och ge ditt samtycke till att delta.

Information om utvärdering av Vägledande samspel ICDP

Föräldrar önskar att deras barn skall utvecklas på bästa tänkbara sätt. Vägledande samspel ICDP, International Child Development Programme, stödjer föräldrar i deras omsorg om sina barn. Vägledande samspel erbjuder vägledning för enskilda, kommunala, statliga och oberoende organisationer världen över.

Baserat på den senaste tidens forskning inom utvecklingspsykologin, beskriver Vägledande samspel ICDP åtta teman för gott samspel mellan föräldrar och barn. Dessa vägledningsteman är universella, enkla att förstå och är naturligt närvarande i kommunikationen mellan omsorgsgivare och barn. Arbetet med Vägledande samspel ICDP är också grundat i FN:s konvention om barnets rättigheter. Programmet bidrar därför på många sätt, både direkt och indirekt, till humanitära strävanden och mål.

Enkäten tar ca 10 minuter att besvara.

Din medverkan i att utvärdera programmet Vägledande samspel ICDP är frivillig och påverkar inte ditt deltagande i vägledningsgruppen ICDP. Du kan när som helst avbryta din medverkan utan att det får negativa konsekvenser, allt material om dig kommer då att förstöras. Lagring av resultaten sker vid Luleå tekniska universitet på ett sådant sätt, att enskilda personer inte kan identifieras.

Dagens datum**Ditt namn**

förnamn

efternamn

Godkännande

- ☐ Jag har tagit del av ovanstående information om medverkan i utvärdering av Vägledande samspel ICDP
- ☐ Jag ger mitt samtycke till att mina uppgifter får användas för utvärdering av Vägledande samspel ICDP

Hur många gånger har du deltagit i vägledningsgruppen?

- ☐ färre än fyra gånger
- ☐ fyra gånger
- ☐ fem gånger

Ändrade levnadsvillkor

Har det skett några förändringar i dina levnadsförhållanden efter att du börjat delta i Väglednings ICDP-gruppen?

- ☐ Ja
- ☐ Nej

Vilka förändringar?

Ange kort vilka förändringar som skett i ditt liv den senaste tiden.

Del I: Du och ditt barn

Här följer några påståenden om dig och ditt barn och om dig som förälder. Sätt ett kryss för varje påstående.

Jag är följsam mot mitt barns uppmärksamhet och intresse

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Jag ger mitt barn beröm och uppmärksamhet

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Jag skapar mening för mitt barn genom att förklara och berika det vi upplever tillsammans

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Jag är följsam mot mitt barns känslor/mående

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Jag deltar i och hjälper mitt barn i hans/hennes aktiviteter (ex. lek)

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Jag litar på min förmåga att ta väl hand om mitt barn

- ☐ Håller helt med
- ☐ Håller med till viss del
- ☐ Varken eller
- ☐ Motsätter mig till viss del
- ☐ Håller verkligen inte med

Del II. När ditt barn uppför sig på ett sådant sätt att du blir upprörd eller arg

Vi skulle vilja veta hur du gör när ditt barn uppför sig på ett sådant sätt att du blir upprörd eller arg. Vi skulle vilja veta om du reagerat på följande sätt och så fall hur många gånger detta hänt den senaste veckan:

Ropat eller skrikit till honom / henne

Under den senaste veckan, hur många gånger har du ropat eller skrikit till honom/henne?

- ☐ Ingen gång
- ☐ 1 -2 gånger
- ☐ 3-10 gånger
- ☐ 10 eller fler gånger
- ☐ Kommer inte ihåg

Fysiska tillrättavisningar

Under den senaste veckan, hur många gånger har du använt fysiska tillrättavisningar (exempelvis dragit i armen, ruskat om, daskat till etc.)?

- ☐ Ingen gång
- ☐ 1 -2 gånger
- ☐ 3-10 gånger
- ☐ 10 eller fler gånger
- ☐ Kommer inte ihåg

Hotat med repressalier

Under den senaste veckan, hur många gånger har du hotat med repressalier (som att inte få göra roliga saker, bli främtagen saker, inte få vara med etc.)?

- ☐ Ingen gång
- ☐ 1 -2 gånger
- ☐ 3-10 gånger
- ☐ 10 eller fler gånger
- ☐ Kommer inte ihåg

Kallat honom/henne "dum" eller "lat" eller någonting liknande

Under den senaste veckan, hur många gånger har du kallat honom/henne "dum" eller "lat" eller någonting liknande?

- ☐ Ingen gång
- ☐ 1 -2 gånger
- ☐ 3-10 gånger
- ☐ 10 eller fler gånger
- ☐ Kommer inte ihåg

Del III: Om ditt barn

Här följer några påståenden om ditt barn. Det skulle vara en god hjälp för oss om du besvarade alla påståenden, även om du är osäker på något av påståendena! Du kan svara utifrån hur du tycker det har varit de senaste två veckorna:

Mitt barn...

slåss/bråkar ofta med andra barn

Tänk på hur det varit de senaste två veckorna

- ☐ Stämmer inte
- ☐ Stämmer delvis
- ☐ Stämmer helt
- ☐ Ej relevant

Mitt barn är...

lättstörd, tappar lätt koncentrationen

Tänk på hur det varit de senaste två veckorna

- ☐ Stämmer inte
- ☐ Stämmer delvis
- ☐ Stämmer helt
- ☐ Ej relevant

Mitt barn är...

nervös och klängig i nya situationer, blir lätt otrygg

Tänk på hur det varit de senaste två veckorna

- ☐ Stämmer inte
- ☐ Stämmer delvis
- ☐ Stämmer helt
- ☐ Ej relevant

Del IV: Din upplevelse och erfarenhet av att delta i vägledningsgrupp i Vägledande samspel ICDP.

Vi vill här ställa några frågor om ditt deltagande i Vägledningsgrupp enligt ICDP. Framförallt om du upplevt några förändringar för egen del eller hos ditt/dina barn efter ditt deltagande. Kom ihåg att det är din upplevelse som är viktig! Sätt ett kryss i den ruta som tycker bäst stämmer överens med ditt din upplevelse.

Det har varit lätt följa och förstå vad vi talat om under våra möten i Vägledande samspel ICDP

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Vi har haft intressanta och givande hemuppgifter

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Jag förstår nu ännu bättre hur viktig jag är för mitt/mina barn.

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Våra Väglednings ICDP möten har gjort mig mer uppmärksam på mitt/mina barns positiva egenskaper och förmågor

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Efter Väglednings ICDP-gruppen tänker jag mer på mitt beteende mot mitt/mina barn

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Efter Väglednings ICDP-gruppen har det skett en positiv förändring hos mitt/mina barn i förskolan

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Jag har blivit mer tålmodig och lyssnar mer på mitt/mina barn efter Väglednings ICDP-gruppen

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Efter Väglednings ICDP-gruppen är det en bättre stämning mellan mig och mitt/mina barn

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Jag behöver mer träning och uppföljning i programmet Vägledande samspel ICDP – behov av annan insats ex. föräldrastöd, bedömning

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Jag skulle rekommendera Vägledande samspel ICDP till andra föräldrar

- ☐ Stämmer inte alls
☐ Stämmer till viss del
☐ Stämmer helt och fullt

Efter att ha deltagit i Väglednings/ICDP-gruppen, har du då märkt förändringar hos ditt/dina barn som du tycker har att göra med dessa möten?

- ☐ Ja
☐ Nej
☐ Vet ej

Om ja. Vilka förändringar har du upplevt hos ditt/dina barn?

Efter att ha deltagit i väglednings/ICDP-gruppen, har du då märkt någon skillnad i din familj som du kopplar till ditt deltagande i dessa möten?

- ☐ Ja
☐ Nej
☐ Vet ej

Om ja. Vilka förändringar har du upplevt i din familj?

Efter att ha deltagit i Väglednings/ICDP-gruppen, har du då märkt förändringar hos dig själv?

- ☐ Ja
☐ Nej
☐ Vet ej

Om ja. Vilka förändringar har du upplevt hos dig själv?

Övriga kommentarer

Intervju

Kan du tänka dig att bli kontaktad i framtiden för att bli intervjuad om ditt deltagande i Vägledande samspel ICDP.

- ☐ Ja
☐ Nej

Bilaga 2

Frågor till fokusgrupp

- Vad tycker du att du har fått med dig från gruppträffarna?
- Vad har varit till störst hjälp?
- Vad har varit svårt? Är det något du hade velat ha mer av?
- Har gruppen varit till hjälp? På vilket sätt? Om inte?
- Upplever du en skillnad på hur du och ditt barn har det tillsammans? I så fall på vilket sätt?
- Har barnets beteende förändrats? På vilket sätt?
- Uppfattar du de som att du har förändrats som förälder under den här tiden? På vilket sätt?
- Hur har gruppledarnas insatser varit? Vad har fungerat bra? Vad kan bli bättre?
- (Hegstam, 2019)
-
-

Hegstam, U. (2019). *Föräldrars erfarenheter av indikerat föräldrastöd i grupp med Vägledande samspel*.
Specialistarbete i pedagogisk psykologi.

-