



Nationell strategi för ett utvecklat föräldrastöd

En vinst för alla



REGERINGSKANSLIET

Innehåll

Förord	3
Sammanfattning	4
Inledning	6
Nationell strategi för utvecklat föräldrastöd	11

Förord

Föräldrar är de viktigaste personerna i varje barns liv. Föräldrar som förmedlar både värme och ramar kan få barnet att känna tillit till sig själv, till vuxenvärlden och till samhället. Föräldrar kan påverka förutsättningarna för barnets fysiska och psykiska hälsa och utveckling i stort.

Men att vara förälder kan också ibland vara svårt. Föräldrar upplever knepiga och svåra situationer där de vill ha mer stöd. Det kan handla om sömn, syskonbråk, barnets skärmtid eller vad man kan göra när tonåringen kommer hem sent och lukar tobak eller alkohol. Under barnets första år erbjuds föräldrarna ofta stöd genom föräldrautbildning och föräldraträffar på barnvårdscentralen eller på en familjecentral. Senare under barnets uppväxt upplever föräldrarna inte att det är lika enkelt att få stöd.

För att utveckla föräldrastödet tog regeringen 2009 fram Nationell strategi för ett utvecklat föräldrastöd – en vinst för alla. Några av de bärande tankarna i strategin är att stödet ska vara frivilligt och styras av föräldrarnas egna behov av stöd. Det ska därtill erbjudas samordnat under hela barnets uppväxt. För att genomföra strategin har Statens folkhälsoinstitut (FHI) på regeringens uppdrag delat ut 140 miljoner kronor till kommuner i samarbete med lärosäten för att utveckla, sprida och utvärdera det lokala föräldrastödsarbetet. Utvecklingsarbetet har varit intensivt och lett till ökad spridning i landet och till att vi nu har nya viktiga kunskaper. FHI har gjort beräkningar om visar att det är ekonomiskt lönsamt att satsa på föräldrastöd.

En positiv utveckling har alltså skett. För att nå målet att alla föräldrar ska erbjudas stöd återstår dock en del ansträngningar och arbetet med strategin löper vidare.



Maria Larsson
Barn- och äldreminister

Sammanfattning

Regeringen ser med oro på utvecklingen av barns och ungdomars hälsa, framför allt den psykiska hälsan. Under de senaste två decennierna har exempelvis psykosomatiska symptom som oro och nedstämdhet, sömnbesvär, trötthet och huvudvärk ökat bland ungdomar i skolåldern. En stor del av dessa stressrelaterade symptom är vanligare bland flickor än bland pojkar. Även andelen ungdomar som vårdas på sjukhus för depression och ångest har ökat.

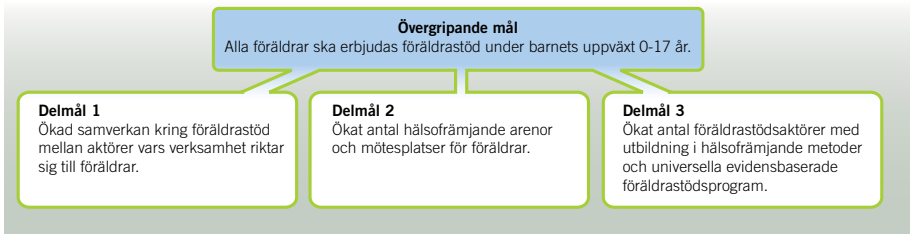
Ett utvecklat universellt förebyggande föräldrastöd kan vända den negativa utvecklingen av barns och ungdomars psykiska och fysiska hälsa. Stöd och hjälp i föräldraskapet kan öka andelen barn som har goda relationer med föräldrarna och därigenom öka barnens möjligheter till en god hälsa och ett gott liv. Regeringen har därför tagit fram den strategi för ett utvecklat föräldrastöd som här presenteras.

Den nationella strategin för föräldrastöd är en del av regeringens samlade långsiktiga satsning på att främja hälsa och att förebygga ohälsa bland barn och ungdomar. Strategin är tänkt att dels inspirera kommuner, och landsting, att utveckla stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap, dels utgöra ett praktiskt stöd i det organisatoriska planerings- och utvecklingsarbetet.

Den nationella strategin för föräldrastöd är en strategi för ett universellt förebyggande föräldrastöd, dvs. att alla föräldrar erbjuds samma möjligheter till stöd och hjälp. Målsättningen med ett universellt förebyggande föräldrastöd är att via föräldrar främja barns hälsa och positiva utveckling och maximera barnets skydd mot ohälsa och sociala problem. Ingen enskild grupp av föräldrar, eller enskild förälder, väljs ut av något skäl.

Strategin omfattar därför inte selektivt förebyggande insatser dvs. riktade insatser till grupper av föräldrar vars barn löper risk att utveckla ohälsa och problem eller insatser som i ett tidigt skede av problemutveckling kan motverka detsamma. Den omfattar inte heller indikativt förebyggande insatser dvs. riktade insatser till föräldrar eller barn som har kroniska eller allvarliga sjukdomar, funktionshinder eller sociala problem.

Strategin erbjuder en definition av föräldrastöd och ett övergripande mål samt tre delmål. Föräldrastöd definieras som *en aktivitet som ger föräldrar kunskap om barns hälsa, emotionella, kognitiva samt sociala utveckling och/eller stärker föräldrars sociala nätverk.*



Strategins övergripande mål är: *Alla föräldrar ska erbjudas föräldrastöd under barnets uppväxt (0–17 år)*. Ett medel att nå det övergripande målet är att utveckla samverkan på lokal nivå kring stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap. Om alla aktörer vars verksamhet riktar sig till föräldrar inom kommun, landsting, trosamfund, föräldraföreningar, idrottsrörelsen och andra idéburna organisationer samt studieförbund med flera samarbetar, samordnar och samlokaliseras sig ökar samhällets förutsättningar att ge alla föräldrar föräldrastöd från och med perioden kring graviditeten till dess att barnet fyller 18 år. Därför är ett av delmålen: *Ökad samverkan kring föräldrastöd mellan aktörer vars verksamhet riktar sig till föräldrar.*

Ett annat medel att nå det övergripande målet är att skapa förutsättningar för föräldrar att träffas och utbyta erfarenheter och kunskaper. Hälsofrämjande arenor och mötesplatser för föräldragrupper ger föräldrar möjlighet att skapa informella kontakter som kan komplettera det stöd som föräldrar har genom sina egna sociala nätverk. Därför är ett av delmålen: *Ökat antal hälsofrämjande arenor och mötesplatser för föräldrar.*

Ytterligare ett medel att nå det övergripande målet är att det föräldrastöd som erbjuds bygger på vetenskap och beprövad erfarenhet. Ett föräldrastöd som utgår från evidensbaserade modeller, metoder och program, baserad på barnkonventionen och ett jämställdhetsperspektiv, säkerställer att föräldrastödet har avsedd effekt, dvs. att öka andelen barn som har goda relationer med föräldrarna och att därigenom öka barns möjligheter till ett gott liv. Därför är ett av delmålen: *Ökat antal föräldrastödsaktörer med utbildning i hälsofrämjande metoder och universella evidensbaserade föräldrastödsprogram.*

Inledning

Barn har rätt till bästa uppnåeliga hälsa dvs. rätt till bästa möjliga fysiska, psykiska och sociala välbefinnande. En viss hälsonivå förutsätts för att man ska kunna vara aktiv på fritiden och tillgodogöra sig undervisningen i skolan. Regeringen ser därför med oro på utvecklingen av barns och ungdomars hälsa, framför allt den psykiska hälsan. Under de senaste två decennierna har exempelvis psykosomatiska symptom som oro och nedstämdhet, sömnbesvär och trötthet samt anspänning och huvudvärk ökat bland ungdomar i skolåldern. En stor del av dessa stressrelaterade symptom är vanligare bland flickor än bland pojkar. Även andelen ungdomar som vårdas på sjukhus för depression och ångest har ökat.

Ett utvecklat universellt förebyggande föräldrastöd kan vända den negativa utvecklingen av barns och ungdomars psykiska och fysiska hälsa. Stöd och hjälp i föräldraskapet dvs. den process där föräldrar engagerar sig i sitt barn och i att ge det fysisk och känslomässig omsorg, näring och skydd, kan öka andelen barn som har goda relationer med föräldrarna och därigenom öka barns möjligheter till god hälsa och ett gott liv.

Föräldrarna¹ är de personer som har störst betydelse för sina barn och som därmed också påverkar barns hälsa. Landets alla föräldrar kan därför sägas vara samhällets viktigaste resurs i arbetet med att främja barns hälsa och psykosociala utveckling. Alla föräldrar vill värna om det positiva i att ha barn och få uppleva glädjen att vara med om sitt barns utveckling från en liten vård- och omsorgsbehövande person till en vuxen och självständig individ. Under ett barns uppväxt uppstår till och från tillfällen när föräldrarna är osäkra och rådvilla om hur man ska reagera och agera på barnets känslouttryck och beteenden. Det kan handla om allt från hur konflikter med barnet kan hanteras och hur man sätter gränser utan att barnets självkänsla skadas till hur man kan främja goda matvanor och fysisk aktivitet samt skydda barnet mot droger och annat missbruk.

Om vi ska lyckas utveckla ett väl fungerande föräldrastöd måste alla ta ett reellt ansvar.

Samhällets ansvar

Föräldrar eller andra vårdnadshavare har huvudansvaret för sina barns uppväxtförhållanden och livsvillkor och för att varje barn ska få sina rättigheter tillgodosedda². Ansvar bygger på att föräldrar tar reda på barnets önskemål och behov.

¹ Med föräldrar avses var och en som är vårdnadshavare till barnet eller annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med.

² Med barn avses en människa under 18 år (Barnkonventionen art 1).

Sådan kunskap förutsätter att de är beredda att lyssna på barnet och att ta till sig vad barnet för fram. För att kunna fullfölja sina skyldigheter har föräldrar möjligheter och rätt att få stöd från det offentliga t.ex. i form av sociala skyddssystem, utbildning och hälso- och sjukvård och genom information och rådgivning.

Kommuner och landsting har genom sina olika verksamheter ett ansvar för att uppnå en god hälsa och att stödja barn och deras familjer. Enligt Socialtjänstlagen har kommunen det yttersta ansvaret för att de som vistas i kommunen får det stöd och den hjälp som de behöver. Varje kommun svarar för socialtjänsten inom sitt område. Under hänsynstagande till vars och ens ansvar för sin och andras sociala situation ska arbetet inriktas på att frigöra och utveckla enskildas och grupperns egna resurser. Verksamheten ska bygga på respekt för vars och ens självbestämmanderätt och integritet. Socialtjänsten ska samverka med andra aktörer.

Socialnämnden har ett särskilt ansvar när det gäller barn. Nämnden ska verka för att barn växer upp under trygga och goda förhållanden och i nära samarbete med hemmen främja en allsidig personlighetsutveckling och en gynnsam fysisk och social utveckling hos barn³. Andra uppgifter som nämnden har är bland annat att göra sig väl förtrogen med levnadsförhållandena i kommunen, medverka i samhällsplaneringen i samarbete med andra samhällsorgan, organisationer, föreningar och enskilda samt att främja goda miljöer i kommunen. Därutöver gäller att genom uppsökande verksamhet och på annat sätt främja förutsättningarna för goda levnadsförhållanden samt svara för omsorg och service, upplysningar, råd, stöd och vård, ekonomisk hjälp och annat bistånd till familjer och enskilda som behöver det. I landstingens uppgifter ingår att förebygga ohälsa. Den som vänder sig till häso- och sjukvården ska när det är lämpligt upplysas om metoder för att förebygga sjukdom eller skada⁴. Landstingen och de kommuner som är sjukvårdshuvudmän, har ansvar för mödra- och barnhälsovården och har genom överenskommelse med staten ansvar för att bedriva föräldrautbildning under perioden kring barnets födelse.

Hälsofrämjande och förebyggande folkhälsoarbete

Det hälsofrämjande och förebyggande arbetet har det gemensamma syftet att skapa konkreta och varaktiga positiva förändringar i människors liv. Universellt förebyggande insatser syftar till att minska risk- och öka skyddsfaktorer för att förebygga psykisk ohälsa. Hälsofrämjande insatser syftar till att främja välmående. Det universellt förebyggande stödet och hjälpen till föräldrar som erbjuds i dag, liksom det utvecklade föräldrastöd som presenteras i denna strategi, fokuserar ofta på att främja föräldrars självförtroende och på barns anknytning. Gränsen mellan universellt förebyggande och hälsofrämjande insatser är därför inte särskilt skarp.

3 Socialtjänstlagen 5 kap 1 §.

4 Hälso- och sjukvårdslagen 2 c §.

Två mycket centrala begrepp inom det hälsofrämjande och förebyggande arbetet är risk- och skyddsfaktorer. Graden av risk och skydd får ofta avgöra vilken typ av insats som används samt vilka effekter som utvärderas. Riskfaktorer är omständigheter hos människan eller i hans/hennes omgivning som ökar sannolikheten för ohälsa och för att utveckla problembeteenden. Skyddsfaktorer är omständigheter som minskar risken för ohälsa och problemutveckling och som kan motverka eller kompensera för riskfaktorerna.

Familjen är sannolikt den viktigaste risk- eller skyddsfaktorn så länge barnen bor hemma. Kända skyddsfaktorer är en nära och förtroendefull relation mellan barn och föräldrar, stabila föräldrar med låg konfliktnivå, balans mellan tydlig gränssättning och kärlek och värme och att barnet får uppmärksamhet för positiva handlingar samt att barnet har kontakt med stödjande och engagerade vuxna utanför kärnfamiljen. Bristande tillsyn, föräldrar som är positiva till normbrytande beteenden t.ex. missbruk av alkohol och narkotika och allvarliga konflikter mellan föräldrar eller mellan barn och föräldrar är kända riskfaktorer.

Ett universellt förebyggande föräldrastöd innebär att man riktar insatser mot föräldrarna som främjar barns positiva utveckling och maximerar deras skydd mot svårigheter, i stället för att fokusera på risk. Att erbjuda alla föräldrar stöd och hjälp under barnets hela uppväxttid kan förebygga framtida problem, både hälso- relaterade och sociala, bland de barn som ännu inte uppvisat några tidiga symptom och dem som senare skulle ha utvecklat problem, om inga insatser görs.

Det kan tyckas vara en god strategi att koncentrera arbetet på de föräldrar och barn som har hälsorelaterade och/eller sociala problem, eller som befinner sig i riskzonen för sådana problem. Självklart är det är särdeles viktigt att samhället riktar verkningsfulla insatser till dessa föräldrar och barn. Men om samhället försummar att samtidigt rikta insatser till hela eller stora delar av befolkningen kommer inte alla grupper av barn som senare kan komma att utveckla ohälsa i olika former att nås. Det beror på att det är svårt att förutsäga vilka barn som i ett senare skede kommer att utveckla problem. Vissa av de barn som tidigt uppvisar tecken på en oroande utveckling normaliseras med tiden, medan vissa av de barn som befinner sig i riskzonen för negativ utveckling utvecklar problem.

Utvecklat universellt föräldrastöd

Ansvar för barns bästa är gemensamt. Såväl den offentliga som den idéburna sektorn har här var och en för sig, och tillsammans, ett ansvar att stödja föräldrar i föräldraskapet, liksom föräldrar har skyldigheter både gentemot barnet och samhället. Det är angeläget att alla aktörer vars verksamhet riktar sig till barn samverkar och driver ett målmedvetet och strategiskt arbete för att dels främja hälsa, dels förebygga ohälsa bland barn och ungdomar.

Av betänkandet Föräldrastöd – en vinst för alla (SOU 2008:131), nedan kallad

Föräldrastödutredningen, framgår att efter det att barnet uppnått ett års ålder försvinner ofta kontakten med barnhälsovården, och därmed det stöd den givit, utan att ersättas med annat. Vidare framgår att det stöd som erbjuds småbarnsföräldrar är ojämnt fördelat och att det framförallt finns i de kommuner som har familjecentraler (se Delmål 2) eller öppna förskolor. Fram till skolstarten vid 6–7 års ålder, då skolhälsovården övertar det medicinska ansvaret, finns ett tomrum när det gäller stöd till föräldrar. Under barnets tonårsperiod är det ett begränsat antal kommuner som erbjuder stöd till föräldrar. Föräldrastödsutredningen konstaterar att befintligt stöd och hjälp till föräldrar avsevärt varierar i både kvalitet och kvantitet, såväl mellan kommunerna som inom dem. Det kan bero på att stödet är starkt abhängig personals kompetens, kapacitet och engagemang för föräldrasamarbetet. Resurser och organisatoriska lösningar har även en stark påverkan på vilket stöd till föräldrar som erbjuds och hur det utvecklas.

Från samhällets sida är det angeläget att bistå alla föräldrar med ett stöd och en hjälp som stärker dem i deras föräldraroll. Det är också av vikt att stödet och hjälpen utgår från forskning och beprövad erfarenhet och är tillgängligt för föräldrarna under barnets hela uppväxttid. De svårigheter som föräldrar kan behöva stöd och hjälp med förändras alltefter barnets ålder och mognad och allt efter förhållandena i barnets miljö förändras. Föräldrarnas egna frågor, intressen och önskemål är en viktig utgångspunkt för den information, kunskapsförmedling och diskussion som växer fram genom och inom ett utvecklat föräldrastöd.

Frågor som kan vara angelägna för föräldrar att diskutera i grupp är t.ex. hur barn knyter an till föräldrar, barnets hälsomässiga utveckling och behov, barns inflytande och delaktighet samt föräldrars tilltro till sin egen förmåga. Under tonårstiden kan frågor om alkohol, narkotika, dopning och tobak och förhållningssätt kring regler som t.ex. utgångstider, barns frågor om sexualitet och kroppslig integritet, barnets kostvanor och behov av fysisk aktivitet vara angelägna att diskutera.

Studier visar att det sätt på vilket föräldrar kommunicerar med varandra och löser konflikter sinsemellan i relation till barnet har stor betydelse för föräldraskapet och för barns möjligheter senare i livet. Av det skälet anser regeringen att föräldrastödet även kan omfatta hjälp och stöd när det gäller föräldrars förhållningssätt gentemot varandra och på vilket sätt deras inbördes kommunikation och konfliktlösning kan påverka barnet och dess utveckling.

Enligt föräldrastödutredningen nås vissa grupper av föräldrar i mindre utsträckning än andra av dagens stödinsatser. Det framtida föräldrastödet ska vara intressant för de föräldrar som från början inte är lika motiverade eller intresserade och ska utformas så att det når alla föräldrar oavsett om man är mamma eller pappa, ensamstående förälder, om man har utländsk bakgrund eller om man är förälder till ett barn med funktionsnedsättning.

För att öka förutsättningarna för föräldrar att få adekvat stöd och hjälp är det viktigt att alla verksamheter, oberoende av sektorstillhörighet, vars målgrupp är föräldrar samordnar sina resurser. Det är därför av stor betydelse att man på lokal nivå strävar efter att utveckla fler organisationsformer så att samverkan blir möjlig. Om alla berörda aktörer har en samsyn om det man ska samverka kring och systematiskt arbetar mot ett gemensamt uppsatt mål kan samhället stöd till föräldrar utvecklas.

Nationell strategi för utvecklat föräldrastöd

Definition av föräldrastöd

En aktivitet som ger föräldrar kunskap om barns hälsa, emotionella, kognitiva samt sociala utveckling och/eller stärker föräldrars sociala nätverk.

Föräldrastöd bör baseras på ett tydligt barnrättsperspektiv och utgå från det gemensamma och jämställda föräldraskapet och ansvarstagandet. Aktiviteterna bör bygga på forskning och beprövad erfarenhet om vad som främjar relationen mellan föräldrar och barn samt om vad som främjar barns fysiska och psykiska hälsa och/eller emotionella, kognitiva och sociala utveckling.

Övergripande mål

Alla föräldrar ska erbjudas föräldrastöd under barnets hela uppväxttid (0–17 år).

Föräldrastödet är ett erbjudande från samhällets sida och inte en obligatorisk verksamhet för föräldrar. Det är en universellt förebyggande insats därigenom att föräldrastödet erbjuds alla föräldrar.

Delmål 1

Ökad samverkan kring föräldrastöd mellan aktörer vars verksamhet riktar sig till föräldrar.

Föräldrar kommer i kontakt med många olika samhällsinstanser som var och en utgår från sitt ansvarsområde och sitt perspektiv. Samverkan, i vid mening, är en nödvändighet för att möta de komplexa behov som föräldrar har i det moderna

samhället. Såväl forskning som praktiska exempel visar att det finns stora möjligheter att påverka och förbättra stödet och hjälpen till föräldrar genom att de olika instanserna samverkar, samordnar och samlokaliserar sitt arbete. Förutom att motverka splittring syftar samverkan till förbättrad kvalitet genom att flera olika verksamheter och funktioner inom dessa, bidrar med kompletterande resurser, kunskap och kompetens. Samverkan är ett sätt att nyttja befintliga resurser effektivare.

För att utnyttja samhällets resurser mer effektivt än i dag anser regeringen att det är av stor betydelse att alla aktörer på lokal nivå vars verksamhet riktar sig till föräldrar samverkar kring stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap.

Samverkan – ett sätt att trygga föräldrastöd för alla föräldrar

Definitionen av samverkan i denna strategi är att man tillsammans med andra, ofta personer med annan utbildning som är styrda av olika regelsystem eller normsystem och i annan organisatorisk position, arbetar för att uppnå ett gemensamt mål.

Det finns olika former för samverkan. *Informationsutbyte* kan ses som den minst djupgående formen av samverkan och innebär att två eller fler aktörer byter information med varandra. Arbetet bedrivs emellertid på var sitt håll av varje enskild aktör. *Samhandling* innebär att en eller flera aktörer planerar och genomför en aktivitet tillsammans. Det kan till exempel handla om upprättande av en plan för föräldrastöd där olika enheter inom kommunen och landstinget samordnar tid och resurser. *Samproduktion* kan ses som den mest djupgående formen av samverkan och innebär att samverkan omfattar verksamheter med gemensam finansiering och organisation. Ett exempel på samproduktion är två förvaltningar som erbjuder gemensamma utbildningar eller föräldrastödskurser. Det är inte givet att samproduktion alltid är det mest eftersträvarvärda målet för samverkan. Beroende på verksamhetens art kan någon av de andra samverkansformerna vara den mest ändamålsenliga.

Samverkan förutsätter styrning och struktur och fungerar bättre om den utnyttjar de olika aktörernas olikheter än om aktörerna behöver utveckla generalistkompetens. På ett grundläggande plan innebär samverkan att var och en gör sin del, men på ett samordnat sätt och i dialog med varandra. Om samverkan ska vara möjlig är det viktigt att de samverkande parterna identifierar, lyfter fram och diskuterar de inbördes olika synsätten när det gäller kunskaps- och förklaringsmodeller, regelverk (ansvar och befogenheter m.m.) samt organisatoriska förhållanden i syftet att nå samsyn. Samverkansparterna bör i största möjliga utsträckning komplettera varandra. Det bör även tydliggöras vilka parter som ansvarar för föräldrastöd under perioden kring graviditeten, under småbarnsåren och de tidiga skolåren och under yngre och övre tonåren. I sammanhanget är det angeläget att ta hänsyn till den lokala befolkningstrukturen. Exempelvis om en

kommun har en stor grupp föräldrar med tonåringar är det lämpligt att föräldrastödet anpassas därefter.

Behovet av styrning gäller samtliga ledningsnivåer med överenskommelser om ansvarsfördelning, finansiering och uppföljning. En tydlighet från ledningsnivån skapar i sin tur legitimitet för samverkan på lägre nivåer. Struktur handlar om att skapa en organisatorisk ram för samverkan samt att tydligt ange målgrupp, vilka problem man vill angripa, roller, förväntningar på varandra, arbetsfördelning och gränser mellan kompetensområdena samt samverkansrutiner.

För att nå ett bra resultat anser regeringen att det är av stor betydelse att de samverkansformer som utvecklas är långsiktiga och integreras i ordinarie verksamhet. För att samverkan ska komma till stånd och fungera bra krävs politisk styrning. Samverkan kräver tid, respekt och samförstånd mellan olika aktörer, stöd från ledning och politiker, struktur och utvärdering. Det behövs både politiska beslut och erkännanden från alla berörda parter att samverkan är ett område som kräver att man sätter av tid och resurser för att få det att fungera. Av det skälet är det av stor betydelse att det finns en politiskt förankrad överenskommelse mellan de samverkande parterna som tydliggör både den praktiska och finansiella innebörden av samverkansformen. Samverkan kan underlättas om det på lokal nivå finns en samordnande funktion.

Sammanhållna föräldrautbildningsgrupper och stöd och hjälp med parrelationen – två viktiga samverkansformer för föräldrastöd

Inom kommuner och landsting erbjuds i dag olika föräldrastödjande insatser och verksamheter. Ett vanligt förekommande föräldrastöd är föräldrautbildning, s.k. öppna grupper. Av Föräldrastödutredningen framgår att 98 procent av alla mödravårdscentraler erbjuder förstagångsföräldrar föräldrautbildning i grupp och 60 procent erbjuder föräldragrupper till flerbarnsföräldrar. Av betänkandet framgår även att föräldrar önskar att föräldragrupperna fortsätter även efter barnets födelse. Regeringen ser därför gärna att antalet sammanhållna föräldragrupper ökar genom att föräldrarna ges förutsättningar att fortsätta att träffas och utbyta erfarenheter så länge som man önskar under barnets hela uppväxttid. Denna utveckling kan med fördel ske genom samverkan med barnavårdscentral och idéburna organisationer samt studieförbund.

Idéburna organisationer – kompletterande aktörer

En särskilt viktig samverkansaktör är de idéburna organisationerna. I ett väl fungerande välfärdssamhälle är offentlig och ideell sektor kompletterande aktörer. Regeringen anser att föräldrastöd är ett bra exempel på ett område där föreningar, organisationer, olika trossamfund och studieförbund med flera kan erbjuda föräldrar möjligheter till aktiviteter där de själva är viktiga aktörer. Idéburna organisationer står redan i dag för ett omfattande stöd till föräldrar genom t.ex. kurser, för-

äldragrupper, föräldrautbildning i olika föräldrastödsprogram samt webbplatser på Internet som inriktar sig på att stödja och hjälpa föräldrar i deras föräldraroll. Flera organisationer erbjuder stöd både via anställda, som är professionella, och via frivilligarbetare, vilket gör verksamheterna flexibla.

Information om föräldrastöd

Om alla föräldrar ska nås av föräldrastödserbjudandet är det angeläget att föräldrar har tillgång till information om vilket föräldrastöd som finns att tillgå. Det är viktigt att informationen är fullödlig och lättillgänglig, framför allt när föräldrastödet ökar i omfång och allt fler aktiviteter sker i samverkan mellan kommuner och landsting och andra aktörer vars verksamhet riktar sig till barn och föräldrar. Risken är stor att föräldrarna inte nås av information om, eller marknadsföring av, de olika verksamheterna. Det finns även risk för att de inbördes föräldrastödjande aktörerna inte alltid känner till varandras verksamheter. Regeringen anser därför att det är önskvärt att kommunerna skapar en lättillgänglig och samlad överblick över det utbud av föräldrastöd som finns att tillgå inom respektive kommun. Det inkluderar även den föräldrastödjande verksamhet som idéburna organisationer, olika trossamfund och studieförbund med flera bedriver. Regeringen anser att en sådan samlad lättillgänglig överblick lämpligen skapas genom en föräldrastödssajt på kommunens egen webbplats. Det är viktigt att i sammanhanget ta hänsyn till kommunens olika språkgrupper så att informationen når alla föräldrar i kommunen.

Delmål 2

Ökat antal hälsofrämjande arenor och mötesplatser för föräldrar.

En hälsofrämjande arena är en plats i människors vardag som syftar till att förstärka deras vardagsmakt och självförtroende. Utgångspunkten i det universellt förebyggande arbetet är att främja de faktorer, och stärka de skyddsfaktorer, som bidrar till hälsa i såväl den psykosociala som den fysiska miljön. Hälsofrämjande arenor kan ha stor betydelse för föräldrar i deras föräldraroll och komplettera det stöd de har genom sina egna nätverk med släkt, vänner och anhöriga. Det är viktigt att anlägga ett jämställdhetsperspektiv när man inrättar arenor och mötesplatser så att alla föräldrar kan känna sig lika delaktiga. Ju mer föräldrar upplever positiva, stödjande relationer, desto större möjlighet har de att höja uppfattningen av sig själva, sina barn och förhållandet till dem. När sociala nätverk saknas eller brister

ökar behovet av samhällets stöd. Samhällets kan då medverka till att föräldrar får de förutsättningar de behöver för att bygga egna nätverk i sin närmiljö, exempelvis genom att ställa lokaler till förfogande som kan fungera som mötesplatser för föräldrar att träffas för att utbyta kunskap och erfarenheter samt umgås.

Öppna förskolan

Öppna förskolan är ett exempel på en hälsofrämjande arena som har en speciell roll i bostadsområdet som en positiv och inspirerande mötesplats för hemmavarande föräldrar och deras barn. Den öppna förskolan är ett komplement till den övriga förskoleverksamheten⁵. I dagsläget har omkring 60 procent av kommunerna öppna förskolor. Den öppna förskolan erbjuder pedagogiskt stimulerande gruppverksamhet till de barn som inte har plats i förskolan och social service och information, råd och stöd till föräldrar. Regeringen anser att en väg till utvecklat föräldrastöd kan gå genom den öppna förskolan. Den utgör en viktig resurs i arbetet med att utveckla ett föräldrastöd som erbjuds alla föräldrar.

Familjecentralen – en etablerad hälsofrämjande arena för föräldrar

Familjecentralen är ett exempel på både en samverkansform och en hälsofrämjande arena för föräldrar och deras barn som regeringen är mycket positiv till. Målet är att utifrån hela familjens livssituation främja en god hälsa hos barn och föräldrar genom att: finnas tillgänglig som nära mötesplats, stärka det sociala nätverket runt barn och föräldrar, skapa arbetsformer där föräldrar och barn är delaktiga, erbjuda lättillgängligt stöd, vara ett kunskaps- och informationscentrum och utveckla god service. Av Socialstyrelsens rapport Familjecentraler – Kartläggning och kunskapsöversikt (2008) framgår att det finns 131 familjecentraler och familjecentralliknande verksamheter i Sverige. De är företrädesvis permanenta verksamheter som finansieras genom parternas ordinarie budget. Drygt hälften har en samordnare för verksamheten på deltid. Den vanligast förekommande formen av familjecentral är samlokaliserad med mödrahälsovård, barnhälsovård, öppen förskola och socialtjänst.

Cirka 90 procent av familjecentralerna är serviceinriktade och utgår från ett folkhälsoperspektiv och arbetar främst med hälsofrämjande/universellt förebyggande arbete (socialtjänstens medverkan är enbart förebyggande). Familjecentralernas verksamhet kan skilja sig mycket åt beroende på vilka parter som ingår. Studier visar att familjecentralen är mycket uppskattad bland föräldrar. Barnen får träffa och leka med andra barn samtidigt som föräldrarna får kontakt med andra föräldrar och kan kombinera besök på flera verksamheter. Den kritik som framkommer handlar ofta om korta öppettider, brist på väntrum eller att man önskar fler aktiviteter.

5 Skollagen 2a kap 2 §.

Skapa förutsättningar för föräldrar att mötas

Många föräldrar har behov av en mötesplats där man på ett informellt och enkelt sätt kan komma i kontakt med andra föräldrar. Föräldrar önskar en mötesplats för att kunna träffas och diskutera angelägna frågor. Att utbyta erfarenheter är ett sätt att få stöd och hjälp i sin föräldraroll samtidigt som man stödjer och hjälper andra. Denna form av föräldragrupp, som har karaktären av "självhjälpsgrupp", ger föräldrar tillgång till sociala strukturer och möjlighet att etablera nya bekantskaper, utvidga vänskapskretsen och bryta en ohälsosam isolering.

De föräldrautbildningar, s.k. öppna grupper, som mödra- och barnavårdscen-
tralerna erbjuder alla blivande och nyblivna föräldrar är mycket uppskattade. Föräldrar uppger att de har glädje och nytta av att utbyta erfarenheter med andra föräldrar om olika aspekter av föräldrauppgiften. I de öppna grupperna är det föräldrarnas behov och intressen som i hög grad styr vilka ämnen som tas upp. Gruppledaren, ofta en barnmorska eller en sjuksköterska, tillför gruppen kunskap om barns psykosociala utveckling och hälsa. Gruppledaren står även för ett annat mycket viktigt bidrag, nämligen att – i hållning snarare än i ord – bekräfta de blivande eller nyblivna föräldrarna i att de är tillräckligt bra föräldrar, att de duger och uppmuntra och stimulera dem att lita på sina egna iakttagelser när det gäller det egna barnet, samt att hitta egna fungerande lösningar på det som upplevs som svårt.

Det är värdefullt om även kommuner kan ge föräldrar ökade förutsättningar att etablera föräldragrupper. Detta kan ske genom att kommunala verksamheter ställer en lokal till förfogande och ordnar ett inledande temamöte för att samla föräldrar. Mötesplatser för föräldragrupper kan med fördel skapas inom verksamheter som föräldrar naturligt, och ofta, kommer i kontakt med. Sådana verksamheter är exempelvis bibliotek, öppna förskolan, förskolan och skolan. Regeringen ser därför positivt på att föräldrar erbjuds möjlighet att utnyttja dessa verksamheters lokaler till föräldrastödande aktiviteter på tider när de inte används för den ordinarie verksamheten.

Föräldrasammankomster och grupper kan anordnas av föräldrarna själva eller av andra aktörer, i form av cafédiskussioner eller temakvällar med medverkan av mödra- och barnavården, ungdomsmottagningar, studieförbund, närpolis, fältassistenter med flera. Även andra aktörer, exempelvis olika trossamfund kan skapa förutsättningar för att öka antalet mötesplatser genom att ställa lokaler till förfogande för föräldrar att starta t.ex. föräldragrupper, studiecirklar och informations- eller utbildningsaktiviteter under barnets hela uppväxt.

Virtuella mötesplatser

Internet är en vanlig mötesplats för föräldrar. Enligt Föräldrastödutredningen får man 38 000 träffar på sökmotorn Google om man söker på "föräldrastöd". Tre av tio föräldrar använder Internet minst en gång i månaden för att söka informa-

tion relaterat till sitt föräldraskap. Det finns ett stort utbud av "föräldrasajter" på Internet. Bakom dessa ligger både idéburna organisationer och privata företag. Via dessa sajter kan föräldrar inhämta både kunskap och information relaterad till föräldraskapet och barns hälsa och utveckling. En del sajter erbjuder föräldrar möjligheter att ställa frågor och få svar av experter inom ett specifikt ämnesområde, medan andra erbjuder möjligheter för föräldrar att diskutera och att komma i kontakt med varandra. Utbudet är således mycket omfattande vilket enligt Föräldrastödutredningen kan innebära att föräldrar behöver hjälp med att hitta den information och kunskap som eftersöks. Utredningen påpekar även att det för föräldrar kan vara svårt att värdera kvaliteten på de aktuella webbplatsernas innehåll. Regeringen har därför för avsikt att undersöka förutsättningarna för att erbjuda en nationellt kvalitetssäkrad webbplats med universellt förebyggande föräldrastöd. En sådan tjänst bör nära samordnas med redan löpande satsningar på medborgarnära e-tjänster inom ramen för regeringens nationella IT-strategi för vård och omsorg i syfte att erbjuda en sammanhållen och lättillgänglig service för medborgarna. En investering i ett webbaserat föräldrastöd förutsätter att det går att säkra en långsiktig finansiering.

Skolans webbplats

Det blir allt vanligare att skolor överger systemet med "barnet tar med lapp hem" när det gäller information till, och kommunikation med, föräldrar till förmån för att informera via skolans egen webbplats. Webbplatsen brukar ge övergripande information om skolaktiviteter. Det är även vanligt att publicera ett "veckobrev".

Skolornas webbplats kan med fördel utvecklas till att även omfatta information om att skolan kan tillhandahålla lokaler för föräldragrupper och vilka föräldrastödjande aktiviteter i övrigt som skolan erbjuder. Exempelvis inbjuder en del skolor föräldrar att delta under temadagar inom ramen för skolans undervisning om alkohol, narkotika, dopning och tobak (ANT). På webbplatsen kan finnas en länk till kommunens webbplats och dess särskilda sajt för föräldrastöd. Därutöver kan skolan erbjuda vanligt förekommande samverkande föräldrastödjande aktörer, såsom föräldraföreningar och närpolis, möjlighet att via skolans webbplats informera om den verksamhet som man bedriver.

Delmål 3

Ökat antal föräldrastödsaktörer med utbildning i hälsofrämjande och universella evidensbaserade föräldrastödsprogram.

En utvecklad samverkan kring föräldrastöd på lokal nivå engagerar många olika aktörer med olika kompetenser och bakgrunder. En del har en tydlig inriktning i sin utbildning på att arbeta professionellt med barn och att ge stöd och hjälp till föräldrar medan andra har viss kunskap eller utbildning. Regeringen anser att det är angeläget att utvecklingen av föräldrastöd sker med ambitionen att det föräldrastöd som erbjuds ska hålla hög kvalitet. Föräldrastödet bör därför i allra möjligaste mån bygga på forskning och beprövad erfarenhet och de samverkande aktörerna bör ha utbildning inom relevanta områden, exempelvis barnhälsokunskap och folkhälsovetenskap. I det fall man använder s.k. strukturerade föräldrastödsprogram anser regeringen att det är angeläget att värdegrunden i dessa baseras på barnkonventionen och att de utgår från ett jämställdhetsperspektiv.

Föräldrastödsprogram i Sverige

De föräldrastödsprogram som är vetenskapligt prövade och funnits vara effektiva (s.k. evidensbaserade) är strukturerade och följer ett utprovat schema eller en manual för hur de ska genomföras. Ett stort antal forskningsstudier visar att evidensbaserade föräldrastödsprogram ger påvisbara effekter på föräldrarnas förmåga att tolka och hantera barns signaler och reaktioner, och därmed på deras situation och välbefinnande.

I Sverige används i dag dryga tiotalet evidensbaserade föräldrastödsprogram som fokuserar på samspelet mellan förälder och barn, inklusive anknytning hos spädbarn. Programmen vänder sig till föräldrar med barn i olika åldersgrupper. Majoriteten av programmen har utformats och utprovats främst i USA, Kanada och Australien. Flertalet av dem har utprovats på, och riktar sig därmed till, grupper av föräldrar med barn med uttalade problem och svårigheter eller som är i riskzonen för att utveckla detsamma. I Sverige är det emellertid inte ovanligt att dessa program används som ett universellt stöd dvs. alla föräldrar erbjuds att delta i programmet. Det är inte någon självklarhet att ett program som utprovats på en målgrupp men som används på en annan, får den avsedda effekten. Av rapporten Metoder som används för att förebygga psykisk ohälsa hos barn (Utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa, 2008) framgår dessutom att merparten av programmen saknar lättillgänglig och vetenskaplig dokumentation. Det finns således ett behov av universella föräldrastödsprogram som utvärderats vetenskapligt och visat sig pålitliga och effektiva i en svenskt kontext.

Forskning kring föräldrastödsprogram

Det är angeläget att få ett bättre vetenskapligt underlag för effekterna av föräldrastödsprogram som bygger på svenska förhållanden. Hösten 2008 beslutade regeringen därför att finansiera en omfattande utvärdering av de fem vanligast förekommande föräldrastödsprogrammen i Sverige. Örebro universitet fick via Socialstyrelsen uppdraget att undersöka hur effektiva gruppbaseade föräldrastödsprogram är för att minska barns psykiska ohälsa och sociala problem och för att stärka föräldraskapet. Effekterna av programmen jämförs med "traditionell" behandling. Utvärderingen slutredovisas till Socialstyrelsen i januari 2013.

Forskning kring hälsofrämjande metoder och samverkansformer

Som tidigare påpekats är gränsen mellan universellt förebyggande och hälsofrämjande insatser inte särskilt tydlig. Ett universellt förebyggande föräldrastöd inkluderar ofta även hälsofrämjande insatser. Resultaten från de modellkommuner som i samarbete med ett forskningslärosäte i dag arbetar med att utveckla det egna lokala sektorsöverskridande hälsofrämjande arbetet bör sannolikt kunna bidra till utvecklandet av föräldrastöd. År 2008 erhöll, via Statens folkhälsoinstitut (FHI), sex kommuner stimulansmedel av regeringen för att dels främja barns och ungas psykiska och fysiska hälsa, dels generera kunskap om såväl effektiva hälsofrämjande metoder som kostnadseffektiva samverkansformer på lokal nivå. FHI ansvarar för att arrangera träffar för gemensamma kunskaps- och erfarenhetsutbyten för de berörda kommunerna. Den första träffen för kunskaps- och erfarenhetsutbyte arrangerades i januari 2009. Tjänstemän, politiker och forskare från samtliga kommuner samt Sveriges Kommuner och Landsting deltog. FHI inkommer 2010 och 2011 till Socialdepartementet med en redovisning av hur de enskilda kommunernas arbete bedrivs, framskrider och vilka resultat som uppnåtts.

Samordnade utbildningsinsatser på regional nivå

Att utbilda berörda aktörer utifrån principen "utbildning av utbildare" är ett effektivt och resursbesparande sätt att säkra kvaliteten i föräldrastödet. En sådan utbildningsinsats kan med fördel samorganiseras av samverkande föräldrastödsaktörer på regional nivå. En regional organisation av utbildningen underlättar tillgången på föräldrastödsledare i små kommuner och glesbygdskommuner. Om utbildningsinsatsen gäller föräldrastödsprogram kan den ske i samarbete med företrädare för respektive föräldrastödsprogram. Så kan t.ex. samtliga samverkande föräldrastödsaktörer vid ett tillfälle utbilda en föräldrastödsledare som därefter utbildar föräldrastödsledare inom den egna verksamheten eller organisationen. De regionala utbildarna kan sedan vidareutbildas för att kunna ge handledning till de föräldrastödsledare som utbildats inom den egna verksamheten eller organisationen. Inom ramen för denna utbildningsinsats kan regionala nätverk etableras och träffas regelbundet och utbyta erfarenheter.

Den 6 oktober 2006 förklarade regeringen att den framtida hälsopolitiken måste skapa förutsättningar för goda hälsovillkor i hela befolkningen, men också för att individen ska kunna ta ansvar för sin egen hälsoutveckling. Att ge förutsättningar för en god fysisk och psykisk hälsa är särskilt angeläget för barn och unga och föräldrastöd ska erbjudas kontinuerligt under barnets hela uppväxttid.

I propositionen En förnyad folkhälsopolitik (prop. 2007/08:110) som lades fram i mars 2008 redogjorde regeringen för sin avsikt att tillsätta en särskild utredare med uppdrag att ta fram ett förslag på en långsiktig nationell strategi för en kvalitetshöjande kompetensuppbyggnad och utveckling av samhällets stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap. Den särskilda utredaren som tillsattes den 22 maj 2008 överlämnade sitt förslag Föräldrastöd – en vinst för alla (SOU 2008:131) till regeringen den 22 januari 2009. Betänkandet har remissbehandlats under perioden den 22 januari–20 februari 2009. En sammanställning av inkomna remissvar finns i Socialdepartementet (dnr S2009/554/FH).

Den nationella strategin för föräldrastöd som här presenteras baseras på de förslag som lämnats av utredningen Föräldrastöd – en vinst för alla (SOU 2008:131).



REGERINGSKANSLIET

Socialdepartementet

103 33 Stockholm