

# Å være sammen på måter som hjelper

- for småbarnsfamilier i sårbare livssituasjoner

Alle disse store ord

Om trygghet, omsorg, glede.

De fantes kun i bøkene

Var ei i meg til stede.

Men dere viser meg så enkelt

Hver gang jeg titter inn

Hva disse ord i praksis

Kan gjøre med ens sinn.

Nå kjenner jeg med hele meg

At disse store ord

ikke bør forkynnes,

men vises rundt et bord.

*Mamma til liten en liten gutt,*

*Barnas Stasjon Hamar*

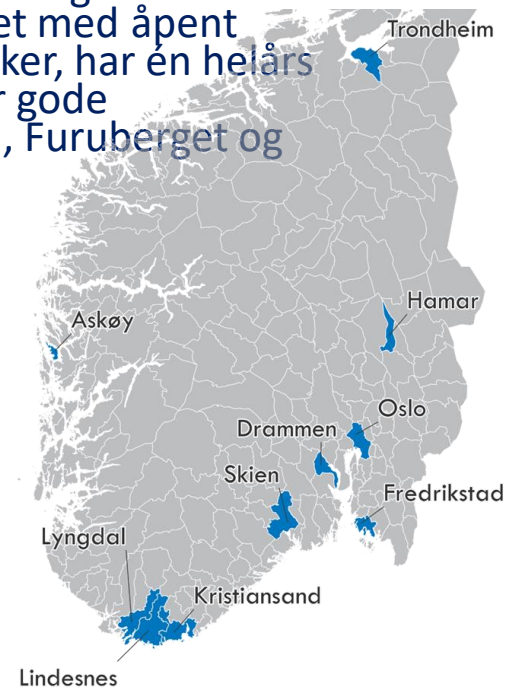
**Karen Hafslund, Kommunepsykolog Løten kommune**  
**Kjærsti Bakke, Blå Kors Barnas Stasjon Hamar**





# Om Blå Kors barnas stasjon Hamar

- Etablert i 2009
- Målgruppen er familier i sårbare livssituasjoner med barn i alderen 0-16 år og gravide.
- Lavterskeltiltak
  - Ingen henvisning.
  - Rekruttering
  - Avtale for samarbeidet
- Nye lokaler (fra sommeren 2020) ligger sentralt i Hamar og er lett tilgjengelig med både buss og tog. Lokalene er innredet med åpent kjøkken, lekerom og egen hage hvor vi dyrker grønnsaker, har en helårs lavvo og gressplen med stor tumleplass. Stasjonen har gode turmuligheter med gå-avstand for små føtter til Mjøsa, Furuberget og Ankerskogen
- Blå Kors barnas stasjon er lokalisert i 10 kommuner

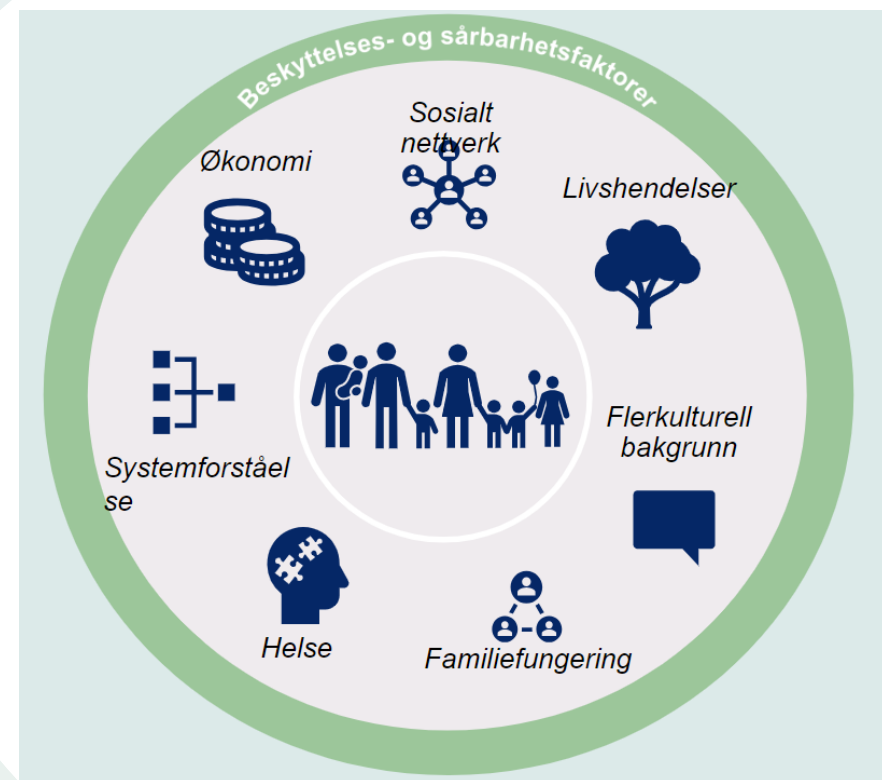


# Målgruppen – sammensatte vansker som påvirker foreldreskapet

«Å lete etter det gode uten å overse det smertefulle»

- Levekårsutsatte
- Kognitiv funksjonsnedsettelse
- Ensomhet – familier med lite sosial interaksjon og støtte
- Rusrelatert problematikk
- Psykiske vansker

Mange av foreldrene har/har hatt oppfølging fra barnevernet





# Rapport

## Evaluering av Blå Kors Barnas Stasjon

### Forfattere

Kari Sand  
Jannike Kaasbøll  
Kristin Thaulow



Foto: Jannike Kaasbøll

# SINTEF rapport 2021

- noen suksesskriterier ut frå intervju med ansatte, brukere og samarbeidspartnere:

- Totalpakke av tilbud - Aktiviteter og tjenester ut fra felles mål
  - Samtale med foreldrene ut fra *felles* og *erfaringsnære* hendelser, som er relater til det som er viktig for akkurat denne familien.
  - Aktiviteter som styrker opplevelsen av *mestring*
- Brukerstyrt, fleksibelt og tilgjengelig: Ingen ventetid. «Vi blir møtt med respekt, vi blir sett og hørt, og tatt på alvor».
- God tid
- Arbeidsmetoder og de ansattes kompetanse: Flexibilitet i forhold til å utvikle nye tilbud for å møte brukernes behov og ønsker.
- Menneskelige faktorer; å ikke bli vurdert ut fra en negativ fortid eller dårlige valg. Kommunale samarbeidspartnere omtaler også brukernes relasjon til Blå Kors Barnas Stasjon som et tillitsforhold, og at Blå Kors Barnas Stasjon oppfattes å være ufarlig for brukerne (lite stigma).
- Blå Kors Barnas Stasjon for hele familien: Tilbudene bidrar til å styrke relasjonene også innad i hver familie.



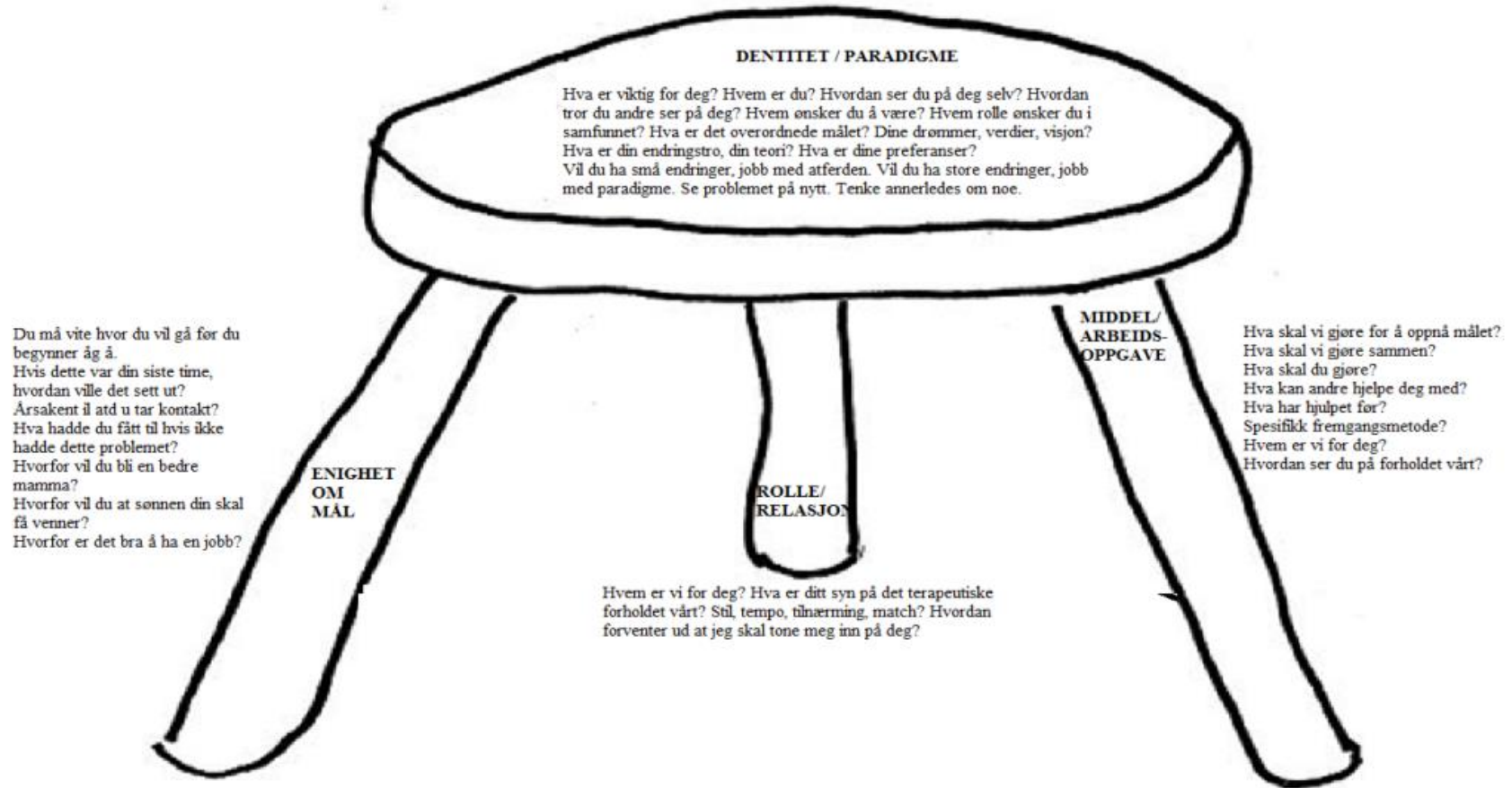


# Faglig plattform

-ulike profesjoner og utdanningsnivå

- Tilknytningsteori – Trygghetssirkel som “stammespråk”
- Kunnskap om beskyttelse og risiko
- Systemisk forståelse
- Feed-back-verktøy

## ALLIANSE KRAKKEN





# Hvordan *gjøre* tilknytning?

Mentalisering er evnen til å forstå egne og andres mentale tilstander, som tanker, følelser og ønsker. Hos foreldre er mentalisering avgjørende for å kunne møte barnets behov på en sensitiv og tilpasset måte. Emosjonelt modne foreldre kan bedre forstå barnets signaler, tolke deres atferd og tilpasse sin omsorg deretter. Dette bidrar til å bygge sterke og trygge relasjoner mellom foreldre og barn.

## Innhold i tilbudet

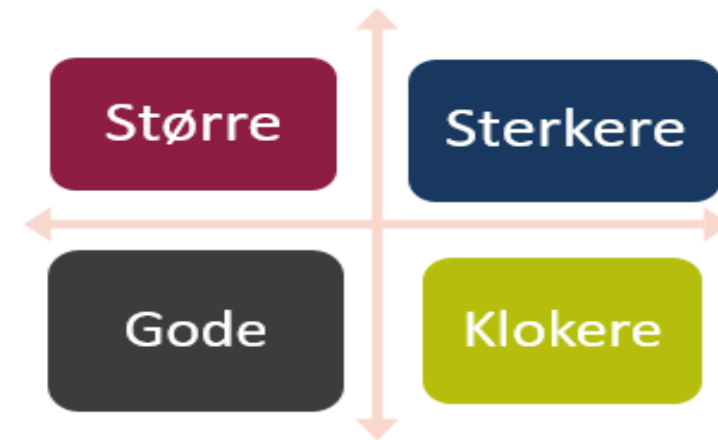
- Individuelle samtaler
  - Samarbeidsavtaler
- Gruppetilbud
  - Å være sammen for å være sammen
  - Fokus på mestring
  - Aktivitet som en arena for endring

## Metoder og verktøy

- Miljøterapi – portaler som åpner for utvidet forståelse....
  - Rollemodeller (Winnicott)
  - «Den gode nok mor» (Winnicott)
  - Håndtering av følelser (Lindsay Gibson)
  - Forelderskap fra innsiden og ut (Daniel Siegel)
- Teoretisk kunnskap og kurs
  - COS-P (Circle of Security Parenting): Et program som hjelper foreldre å forstå barnets signaler og svare på en måte som styrker tilknytningen.
- Systematisk tilbakemelding (FIT)



NFSU konferanse 2024: Karen Hafstund og Kjærsti Bakke





# Sammen Rundt bordet...

*Alle disse store ord  
Om trygghet, omsorg og glede*



- Aktivitet med perler i lomma – en påminner om å «ferske» barnet i gode øyeblikk
- På "jakt" etter sirkelhistorier
- Hedrende seremoni



## Å være sammen på måter som hjelper – kort sammendrag

Barnas Stasjon er et nasjonalt tiltak i regi av Blå Kors som tilbyr støtte og aktiviteter til barnefamilier (0-16 år) i en sårbar livssituasjon (levekårsutsatte, familiefungering, psykiske plager, isolasjon m.m.). Målet er å forebygge problemer og styrke familienes beskyttelsesfaktorer. Barnas Stasjon tilbyr en rekke arenaer for mestring og samfunnsdeltakelse, som fremmer relasjon mellom barn og foreldre, knytter bånd mellom familier og styrker båndet mellom familiene og lokalsamfunnet. Trygge relasjoner og sensitiv omsorg kan styrkes gjennom å «gjøre» tilknytning. Det tilbys aktiviteter og måltidsfellesskap som fremmer sensitiv omsorg, tilknytning, sunt kosthold og fysisk aktivitet. Det å gjøre noe sammen og ha et felles fokus er en trygg måte å være sammen på. Fokuset flyttes fra foreldrene til barnets behov og aktiviteten som deles. Tiltaket legger vekt på familienes egne ressurser og behov for støtte som er definert i samarbeidsavtalen.

Hvordan: Observasjoner av og deltagelse i aktiviteter, samtaler med familier og ansatte, utarbeidelse og oppfølging av samarbeidsavtaler og journalnotater. Bruk av Feedback verktøy (FIT).

### Konklusjoner

SINTEF rapporten av 2021 viser at deltagelse på barnas stasjon har en positiv effekt på familienes livskvalitet og fungering ved å fremme mestring og beskyttelsesfaktorer hos familiene. Tiltaket bidrar (ofte sammen med andre tiltak/aktører/tjenester) til å forebygge problemer og styrke familienes beskyttelsesfaktorer, noe som gir både individuelle og samfunnsøkonomiske gevinster.