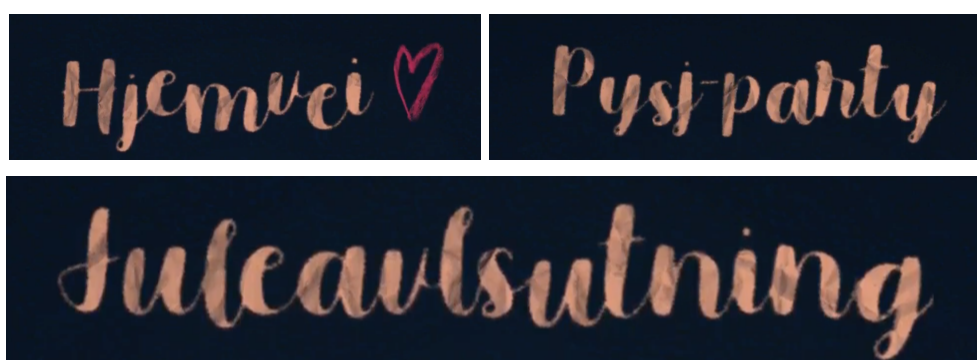




Sluttrapport for prosjektet “Når barn er pårørende”

Skrevet av
Tor Arne Bjerke og Gro Setereng Scheel



[Forord](#)

[Sammendrag](#)

[Målsetting, målgruppe og bakgrunn for prosjektet](#)

[Beskriv i hvilken grad oppsatte effektmål ble nådd](#)

[Antall personer i målgruppen nådd av prosjektet](#)

[Prosjektgjennomføring/Metode](#)

[Resultater og resultatvurdering](#)

[Oppsummering og videre planer](#)

[Prosjektleders egnevaluering](#)

[Produkter i prosjektet](#)

[Bakgrunn for prosjektet](#)

[Prosjektgjennomføring / metode](#)

[Oppsummering og videre planer](#)

Forord

Prosjektet “Når barn er pårørende” består av tre kortfilmer rettet først og fremst mot barn i på 5. til 7. trinn. Filmene skal distribueres på portalen [Salaby.no](#), sammen med et undervisningsopplegg rettet mot den overordnede delen av det nye læreplanverket – Folkehelse og livsmestring.

Denne rapporten vil redegjøre for bakgrunnen for prosjektet og prosessen fram til ferdigstilling av filmene, samt si noe om bruken av filmene framover.

Filmene er regissert av Marianne Ulrichsen, Lowri Rees og Pernille Rivedal Hellevik. Manusene er skrevet av Tor Arne Bjerke og Pernille Rivedal Hellevik. I manusarbeidet har vi fått uvurderlige innspill fra fagkonsulent Anne Kristine Bergem fra Oslo Met.

Vi ønsker å rette en stor takk til Charlotte Elvedal ved Rådet for psykisk helse, som har bidratt med råd og vink i hele prosessen. Vi vil også takke elever og ansatte ved Ila skole og Ila og Bolteløkka skolekorps, for å stille opp på alle tenkelige måter i arbeidet med innspillingene. Spesielt takk til Stiftelsen Dam for finansiering av prosjektene.

Det er mange som har bidratt i prosjektet, og disse framkommer på filmenes rulletekster.

Filmene er støttet av Dam-stiftelsen og produsert av Filmkonsulentene AS, i samarbeid med Rådet for psykisk helse og Gyldendal Undervisning Salaby.



Sammendrag

Prosjektet ble initiert av Tor Arne Bjerke i Filmkonsulentene AS i 2018. Det ble levert prosjektsøknad med Rådet for psykisk helse (RPH) som søkerorganisasjon i 2018, men denne ble avslått. En ny søknad ble utarbeidet der tilbakemeldinger fra Extrastiftelsen (nå Damstiftelsen) ble hensyntatt. Prosjektet ble innvilget støtte i henhold til budsjett i juni 2019.

Prosjektet er laget for å danne grunnlag for samtale om vanskelige temaer, mellom barn og voksne, først og fremst lærere. Det er ofte vanskelig for lærere å initiere denne type samtaler uten å bli personlige. Filmene skal være triggere for samtale – ikke undervisningsfilmer eller informasjonsfilmer. De skal appellere til fantasi og meddiktning, og skape rom for refleksjon og samtale i gruppe eller én til én. Filmene er laget som svar på et behov om læremidler til den overordnede, tverrfaglige delen av det nye læreplanverket som heter Folkehelse og livsmestring.

Filmene ble skrevet og produsert i perioden september 2019 - mai 2020.

Prosjektet er noe forsinket sammenholdt med framdriftsplanen pga covid og langvarig sykdom. Filmene vil lanseres på Salaby sammen med undervisningsopplegg i løpet av 2022.

Målsetting, målgruppe og bakgrunn for prosjektet

Primærmålgruppa er barn på 5-7. trinn, vi ser at filmene og opplegget rundt også kan egne seg for 3.-4. trinn, samt deres voksenrelasjoner, først og fremst lærere og andre i skoleverket. I arbeidet med prosjektet har vi sett at primærmålgruppen med fordel kan utvides til første del av ungdomstrinnet. Sekundært helsevesenet, f.eks. for å møte barns lovfestede rett til oppfølging, dersom foreldre eller andre må inn under psykisk eller rusrelatert behandling.

Vi vet at det er viktig å åpne for dialog og skape begrepsrammer om psykisk helse i tidlig alder. Gjennom å snakke og sette ord på opplevelser rundt psykisk helse, dannes et godt grunnlag også forebyggende for senere erfaringer i livet. Målsettingen er at filmene skal både utvide begrepsapparatet hos voksne og barn, og bidra til å få i gang gode samtaler som kan hjelpe på livskvaliteten for barn som er pårørende.

Gyldendal Undervisnings skoleportal Salaby, har om lag 80 % av elevene i målgruppa som brukere. Det er et mål at filmene blir sett av alle elever på de aktuelle trinnene i løpet av to år.



Beskriv i hvilken grad oppsatte effektmål ble nådd

Gyldendal Undervisnings skoleportal <https://skole.salaby.no/>, har om lag 80 % av elevene i målgruppa som brukere. Det er et mål at filmene blir sett av alle elever på de aktuelle trinnene i løpet av to år. Det utgjør 765.000 barn og unge. Antall sidevisninger på denne siden i fjor var: 4 544 207.

Pålogging:

Brukernavn: Konsulent2019 og

Passord: salaby2019

Antall personer i målgruppen nådd av prosjektet

3000

Prosjektgjennomføring/Metode

Hver film forteller en historie der hovedpersonen er et barn i målgruppens alder. Barna opplever psykiske helseplager hos sine foreldre, og vi følger hovedpersonene i en prosess som både gir spørsmål og svar. Hver film belyser ulike temaer: “Hjemvei” handler om bipolar lidelse, “Juleavslutning” om sosial angst, og “Pysjparty” om rus. Filmenes formål er ikke å gi alle løsninger og svar, men først og fremst å legge til rette for samtale.

Filmene er produsert av Tor Arne Bjerke i samarbeid med Hans Munkevik. Manus er skrevet av Tor Arne Bjerke og Pernille Rivedal Hellevik i samråd med Anne Kristine Bergem. I arbeidet med manus ble det tatt hensyn til barnas rolle i en situasjon der de er pårørende, og det ble gjort avveininger i forhold til hva slags funksjon barnas karakterer i filmene skulle ha i de ulike sammenhenger. Det ble understreket fra faglig rådgiver sin side at barn ikke måtte oppleves som den “reddende” part – det skal ikke være opp til barna å finne løsninger på de voksnes utfordringer.

I manusarbeidet har vi fått uvurderlige innspill fra fagkonsulent Anne Kristine Bergem fra Oslo Met.

Resultater og resultatvurdering

Prosjektet har produsert tre kortfilmer:

1. “Hjemvei” handler om bipolar lidelse, 8 minutter og 56 sekunder

<https://vimeo.com/452492784/67d4024bef>



2. “Juleavslutning” om sosial angst, 8 minutter og 26 sekunder
<https://vimeo.com/452493043/c6b5e75daf>
3. “Pysjparty” om rus, 5 minutter og 26 sekunder
<https://vimeo.com/452493329/230e5db976>

Selskapet har inngått avtale med Salaby for å publisere filmene i sin læringsplattform, og de utvikler oppgaver som egner seg til bruk i skolen. Salaby er et digitalt læreverk som produseres av Gyldendal Undervisning, under Gyldendal Norsk Forlag.

Prosjektet har både kortsiktig og langsiktig verdi. Kortsiktig vil filmene bidra til at barn som opplever utfordringer med psykiske helseplager i sine relasjoner, får mulighet til å sette ord på det de opplever til andre voksne. På lengre sikt er verdien gjennomgående mer åpenhet rundt psykiske helseplager i vårt samfunn.

Gjennom å snakke om psykisk helse allerede i tidlig skolealder blir barna vant med disse temaene, og tar med seg gode holdninger videre i livet. Bare gjennom åpenhet kan vi bryte ned tabuer og fjerne skammen mange fremdeles opplever i forbindelse med egne eller nærstående menneskers psykiske helseplager.

Den enkleste måten å måle kvantitativ effekt på, er å se på utbredelse og faktisk bruk. Salaby.no har godt innarbeidede rutiner og systemer for å måle bruk av sine undervisningsmoduler, og også et godt nettverk blant skoleledere og lærere som kan gi mye informasjon om utbredelse og bruk.

En kvalitativ måling av effekten er mer utfordrende, men kan for eksempel foregå gjennom spørreundersøkelse blant lærere som bruker læremiddelet. En sammenstilling av slike kvantitative og kvalitative målinger vil gi en god pekepinn på effekten av prosjektet – og gi et bilde av hvorvidt lærere har vært fornøyd med undervisningsopplegget, om de vil bruke det videre i sitt arbeid og anbefale det videre.

Den langsiktige effekten kan antageligvis bare måles gjennom mer omfattende studier i langt perspektiv, og må knyttes både til subjektive og objektive kriterier. Det vil ikke ligge innenfor rammene for dette prosjektet og gjennomføre denne type undersøkelser.

På det nåværende tidspunkt er det for tidlig å si noe om hvordan filmene vil fungere i undervisningssammenheng, ettersom undervisningsopplegget ikke er lansert enda. Dette vil i alle tilfelle være et langsiktig prosjekt, der det, som påpekt i søknaden vil være vanskelig å måle noen umiddelbar effekt. Det blir likevel veldig interessant å se hvordan filmer og undervisningsopplegg vil bli tatt i mot og brukt i undervisningen.



Filmene i seg selv holder høyt profesjonelt nivå, og har blitt svært godt mottatt både av barn i målgruppa og av våre fagkonsulenter. Redaksjonen i Gyldendal Salaby har også uttrykt at de er veldig begeistret for resultatet og gleder seg til å lansere filmene i sin portal.

Oppsummering og videre planer

Lanseringsplan: Lanseringsplan: Gyldendal og salaby.no planla lansering til skolestart i august 2021, men pga langvarig sykdom har de utsatt til **januar 2022**. Det arbeides nå med samtale spørsmål og metatekster knyttet til det og være pårørende som tilhørende opplegg. I tillegg et utvalg av interaktive øvelser.

Publiseringslenke: Opplegget vil lanseres som en hovednyhet på forsiden av <https://skole.salaby.no/> ved høstens skolestart.

Antall **sidevisninger** på denne siden i **2020** var: **4 544 207**.

Brukernavn: Konsulent2019 og Passord: salaby2019

Produkter i prosjektet

Prosjektet har produsert tre kortfilmer som skal publiseres på [Salaby Skole](#):

- *“Hjemvei” handler om bipolar lidelse, 8 minutter og 56 sekunder*
<https://vimeo.com/452492784/67d4024bef>
- *“Juleavslutning” om sosial angst, 8 minutter og 26 sekunder*
<https://vimeo.com/452493043/c6b5e75daf>
- *“Pysiparty” om rus, 5 minutter og 26 sekunder*
<https://vimeo.com/452493329/230e5db976>

Alderstrinn: I utgangspunktet tenkte vi 5.-7. trinn som målgruppe, men vi ser at filmene og opplegget rundt også kan egne seg for 3.-4. trinn. Så godt mulig det lanseres fra 3 – 7. trinn.



Pysjpart, Ingvild Staver Lagerqvist som Inga

1. Bakgrunn for prosjektet

I den overordnede, tverrfaglige delen av det nye læreplanverket for grunnskolen, Fagfornyelsen 2020, er psykisk helse et tema som går igjen både i relasjon til mobbing, folkehelse og livsmestring. Det er behov for nye læremidler som kan møte kravene i denne delen av læreplanen.

Forskning viser at det å tidlig utvikle et begrepsapparat knyttet til følelser og psykisk helse, virker forebyggende, men lærere som møter barn i målgruppen savner gode verktøy i undervisning knyttet til disse vanskelige temaene. Erfaringsmessig er film veldig godt egnet til å bruke i denne type undervisning, blant annet fordi det gjør det lettere for lærere å ta opp vanskelige temaer i klassen.

Mellom 12 og 40 prosent av norske barn lever i nær relasjon til mennesker med ulike typer psykiske eller rusrelaterte helseplager, som for eksempel depresjon, spiseforstyrrelser, bipolar lidelse og angst. Ivaretagelse av barn som pårørende har vært lovfestet siden 2010, men blant annet fra skolehelsetjenesten er det meldt behov for gode verktøy til dette arbeidet. Det er utfordrende å finne katalysatorer for samtaler, og både barn og voksne mangler i stor grad et begrepsapparat og hensiktsmessige innfallsvinkler. Dette medfører at mange barn og unge opplever å måtte takle sin situasjon uten støtte fra omgivelsene, hvilket ofte kan virke forsterkende på følelser som usikkerhet, utilstrekkelighet og skam.



Lærere har meldt behov for gode verktøy i undervisning knyttet til psykisk helse, og film viser seg veldig godt egnet til å belyse disse temaene. Filmer som dette gjør det lettere for læreren å sette i gang et opplegg rundt temaer som ofte kan være tabubelagte og vanskelige å berøre. Filmer gir læreren en mulighet for å slippe å måtte gå inn i temaet gjennom en personlig innledning eller med eksempler som kan virke fremmede på elevene. Filmene snakker et språk som målgruppen kjenner seg igjen i, og blir relevante gjennom å belyse hverdagslige, men likevel, vanskelige problemstillinger.

Rådet for psykisk helse uttaler i denne forbindelse:

“Barn som pårørende er en viktig gruppe for Rådet for psykisk helse (RPH). Vi vet at det å være pårørende til en som sliter med for eksempel psykisk sykdom, vil påvirke den psykiske helsen. Vi vet også at det ofte er til stor hjelp å ha trygge voksne å snakke med, som for eksempel helsesøster, ansatte på fritidsklubber og andre.

Vi trenger enkle midler som kan hjelpe folk med å hjelpe. Det er ikke alltid så lett å starte en prat om vanskelige emner, hverken for den voksne eller for barnet. Derfor er vi glade for at dette prosjektet blir fremmet.”

Anne Kristine Bergem ga i 2018 ut boken “Når barn er pårørende”, som tar for seg mange aspekter rundt denne tematikken. Vi ønsket å utvide målgruppen for dette budskapet, til også å omfatte barna selv. Erfaringsmessig er film et medium som snakker svært godt til denne målgruppen.





Bilde: Juleavslutning, Teodor Barsnes-Simonsen som Adam

2. Prosjektgjennomføring / metode

Hver film forteller en historie der hovedpersonen er et barn i målgruppens alder. Barna opplever psykiske helseplager hos sine foreldre, og vi følger hovedpersonene i en prosess som både gir spørsmål og svar. Hver film belyser ulike temaer: *“Hjemvei”* handler om bipolar lidelse, *“Juleavslutning”* om sosial angst, og *“Pysjparty”* om rus. Filmene formål er ikke å gi alle løsninger og svar, men først og fremst å legge til rette for samtale.

Filmene er produsert av Tor Arne Bjerke i samarbeid med Hans Munkevik. Manus er skrevet av Tor Arne Bjerke og Pernille Rivedal Hellevik i samråd med Anne Kristine Bergem. I arbeidet med manus ble det tatt hensyn til barnas rolle i en situasjon der de er pårørende, og det ble gjort avveininger i forhold til hva slags funksjon barnas karakterer i filmene skulle ha i de ulike sammenhenger. Det ble understreket fra faglig rådgiver sin side at barn ikke måtte oppleves som den “reddende” part – det skal ikke være opp til barna å finne løsninger på de voksnes utfordringer.

Det var opprinnelig meningen å bruke Landsgruppen for helsesykepleiere NSF som rådgivende organ, men av praktiske hensyn gikk vi vekk fra dette, og har i hovedsak støttet oss til Anne Kristine Bergem og Charlotte Elvedals faglige råd i prosessen.

Det har vært forsinkelser i prosjektet sett opp mot opprinnelig framdriftsplan. Forsinkelsene skyldes i hovedsak covid-pandemien og nedstengning, hvilket i en periode medførte permitteringer. I perioden mars 2020 - juni 2020 var det full stopp i produksjon som resultat av smittevern hensyn. Siden filmene ikke har vært klare til lansering ved skolestart 2020, har Gyldendal Salaby besluttet å vente med lansering til Q1 2021, men også de har hatt utfordringer med pandemien og lanseringen er utsatt til senere i 2021.



Hjemvei, Olivia Aas Bjerke som Monika

3. Oppsummering og videre planer

Prosjektet videreføres i form av at læremiddelet og filmene blir tilgjengelig for bruk i mange år framover. Det er vanskelig å anslå helt nøyaktig hvor lenge en læringsressurs med filmer som dette kan benyttes. Filmene kan rent teknisk benyttes nær sagt i all fremtid, men dersom det tas hensyn til tidsmessig relevans og kommunikasjonsgrad til målgruppen, er det vanlig å ha ca. 5 - 7 år som mål for levetid for filmer av denne typen. I beregningen av antall i målgruppen som nås, har vi lagt fem år til grunn.

I henhold til de tilbakemeldinger vi får fra lærere, helsesykepleiere og elever, kan det være aktuelt å endre eller utvide læremiddelet senere, for eksempel ved å produsere egne fagfilmer rettet mot lærere og andre som trenger gode råd og veiledning i møte med denne tematikken.

Lanseringsplan: Lanseringsplan: Gyldendal og salaby.no planla lansering til skolestart i august 2021, men pga langvarig sykdom har de utsatt til **januar 2022**.