



«SAMMEN RUNDT BORDET»

Sluttrapport for forebyggings- og rehabiliteringsprosjekt

Barnas Stasjon Hamar, Blå Kors Norge

Prosjektnummer: 2014/FBM 5758



Forord

Barnas Stasjon Hamar, Blå Kors Norge vil med dette få takke Extrastiftelsen for muligheten til å gjennomføre et prosjekt som vi hadde stor tro på, og som vi ser har innfridd forventningene om å «bygge» tilhørighet: Tilhørighet i en familie, tilhørighet i en gruppe og tilhørighet til naturen som omgir oss. Sammen Rundt Bordet har vært en arena for sosialt samspill, erfaringsutveksling, nettverksbygging og aktiviteter knyttet til veien fra jord til bord.

Vi takker for muligheten til å være på gården Nordsvea i Vang hos «storbonden» Mette Johnson. Gården ligger i naturskjønne omgivelser med sauer, høner, hester, hund og katt på tunet. Dette har gitt en unik tilgang til dyr og natur - og en vakker ramme rundt prosjektet. Vi hadde heller ikke klart oss uten de frivillige som trofast har stilt opp på gruppene og bidratt med ekstra hender, fang, hjemmelaget karamellpudding og tålmodig tilstedeværelse for både deltakere og ansatte. Tusen takk til Turid Tamnes, Eve og Per Nygård.

Sammendrag



Prosjektet «Sammen rundt bordet» var tiltenkt risikoutsatte småbarnsfamilier med tilknytning til det kommunale barnevernet; et attraktivt gratis tilbud med aktiviteter knyttet til gården og forberedelse av et hovedmåltid som ble delt rundt felles bord. Vår «metode» har vært å være sammen, å gjøre sammen og å snakke sammen, med verdigrunnlag hentet fra bl.a. narrativ praksis. Ut fra kunnskap om at grupper med lav sosioøkonomisk status har et mindre helsemessig gunstig kosthold enn grupper med høy sosioøkonomisk status, vektla vi å

lage enkel og god mat fra bunnen av - med billige råvarer og grønnsaker vi dyrket selv eller planter og bær vi fant i naturen.

Hovedformål var primært å etablere gode relasjoner mellom barn og foreldre og å knytte bånd mellom familier. Gjennom å gi et lite bidrag til å redusere helseforskjeller (sunn, enkel og billig mat som ble lagd fra bunnen av,) var intensjonen sekundært å styrke båndet mellom familiene og befolkningen forøvrig.

Tilsammen 16 familier har deltatt i prosjektet med et snitt på 5 familier hver gang. Vi har nådd i alt 24 barn i målgruppen. Samlingene på gården fulgte en fast rytme med faste ritualer. Dagens Storbondet - alltid et barn - hadde ansvar for at «alle hadde det bra» og at «alle hadde noe å gjøre». Familiene var inntil 2-3 stasjoner i løpet av arbeidsøkta; et matlag, et dyrelag og et arbeidslag. Samlingene avsluttet med felles måltid på låven. Storbonden fikk så tilbakemelding fra barn og voksne på sitt bidrag inn i gruppa. Deretter gikk runden til alle foreldrene som ga en god tilbakemelding til hvert av sine barn; en handling eller initiativ som hadde berørt foreldrene positivt.

Vi tror at mulighet for endring, svært forenklet og dypest sett handler om møter mellom mennesker. Sammen rundt bordet, der deltakerne influerer og blir influert, berører og blir berørt – har vært en «suksesshistorie» ved Barnas Stasjon på Hamar. Våren 2016 starter vi et fast ukentlig gruppetilbud - inspirert av "Sammen Rundt Bordet", forankret i midler som er bevilget fra BUFdir.

Innhold

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode

Kap 3. Resultater og resultatvurdering

Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Barnas Stasjon er et nasjonalt lavterskeltilbud i regi av Blå Kors, som tar sikte på å hjelpe risiko-utsatte småbarnsfamilier (barn i alderen 0-12) der foreldrene har utfordringer relatert til rus/psykisk helse.

Alt arbeid ved Barnas Stasjon Hamar har to hovedmålsettinger:

- Styrke samspill og tilknytning i familier
- Tilføre og stimulere til de gode opplevelsene for familier

Prosjektet «Sammen rundt bordet» var tiltenkt de mest risikoutsatte småbarnsfamiliene i Hamar kommune med en tilknytning til det kommunale barnevernet. Vi ville tilby et gratis attraktivt tilbud med en arena for sosialt samspill, relasjonsbygging og aktiviteter knyttet til gården og tilberedelse av et hovedmåltid som vi senere delte rundt felles bord. Styrking av relasjonskompetansen til de voksne som er nærmest barnet er ansett som avgjørende for godt forebyggende arbeid (Spurkeland 2011, Hattie 2009, Nordenbo m fl. 2008). Gjennom å lete etter og dele «unntakene» fra de ulike problembeskrivelsene foreldrene hadde i forhold til barna sine, ønsket vi å ha fokus på det som «virket» i og mellom barn og foreldre og dermed styrke oppmerksomt nærvær, godt samspill og en bedre tilknytning.

TOPP-studien «Trivsel og oppvekst-barn og ungdomstid» Rapport 2007:5, viser at det som har størst betydning for barn og unges psykiske helse, er det støtte- og belastningsnivået som foreldrene opplever i hverdagen. Risikoutsatte familier er oftere fattige og har lettere for å isolere seg enn andre familier (UNICEF Office Research, 2013). Følelsmessig isolasjon og stigmatisering ekskluderer mange fra muligheten for fullverdig livsutfoldelse og aktiv samfunnsdeltakelse. Det er dermed viktig å finne fram til de foreldrene som får lite sosial støtte fra familie og venner og som er lite integrert i arbeidsliv og nærmiljø når en skal forebygge psykiske vansker i befolkningen.

Videre hadde vi utgangspunkt i kunnskapen om at grupper med lav sosioøkonomisk status har et mindre helsemessig gunstig kosthold enn grupper med høy sosioøkonomisk status. (Who, strategi for kosthold, fysisk aktivitet og helse, Nordisk handlingsplan for bedre helse og livskvalitet, St.meld. nr 16). Ved å lage enkel og god mat fra bunnen av - med billige råvarer og grønnsaker vi dyrket selv eller planter og bær vi fant i naturen, ønsket vi å gi et lite bidrag til å redusere helseforskjeller mellom ulike grupper i befolkningen og samtidig øke kompetansen i forhold til kost og ernæring.

Vår målsetting var å etablere gode relasjoner mellom barn og foreldre – knytte bånd mellom familier - og styrke forholdet til familiene og samfunnet forøvrig.

Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode

Ut fra en intensjonsavtale med barnevernet i Hamar kommune, ønsket vi et tett samarbeid med barnevernet – både i forhold til rekruttering og oppfølging av familiene.

Rekruttering av familier skjedde høsten 2013 og januar/februar/mars 2014. Vi gjennomførte besøk/informasjonsmøter i barneverntjenestene Hamar. Vi besøkte tverrfaglig barneteam i Hamar, Forebyggende team Hamar kommune, Sykehuset innlandet Sanderud avd. for rusrelatert psykiatri og avhengighet - og en barneskole; Ingeberg skole.

Tilbakemeldingene vi fikk på informasjonsmøtene, var at dette var et tilbud kommunen hadde behov for. Barneverntjenestene rapporterte om høyt arbeidspress med prioritet på akutte saker. Tilbakemelding fra øvrige samarbeidspartnere var at alle kjente til familier de mente

kunne ha stor nytte av tilbudet, men at stigma og tabu vedr. psykisk helse/rus, samt frykt for innsyn fra barnevernet, gjorde at de forventet motstand på å delta i prosjektet. For å gjøre terskelen lav og tiltaket lettere tilgjengelig, utarbeidet vi en inviterende, billedrik folder med fokus på blant annet

- Naturlig fysisk aktivitet med jord og dyr
- Lage rimelig, sunn og god mat
- Være sammen i oppgaver, opplevelser og samtaler
- Treffe andre i tilsvarende livssituasjoner med mulighet for å utvide sosialt nettverk

Vi ønsket å nå flere potensielle familier med prosjektet, og avholdt også informasjonsmøter i barneverntjenesten i Stange og Løten. Vi fikk rekruttert 7 familier fra barneverntjenestene i Hamar og Stange. 3 familier trakk seg før oppstart av familiære og praktiske grunner. Vi tok direkte kontakt med to familier som allerede var brukere av Barnas Stasjon Hamar, som takket ja til tilbudet.

Oppstart ble utsatt til 22.april 2014 med 6 familier på til sammen 15 familiemedlemmer.

Det ble avholdt 9 samlinger våren 2014, 10 samlinger høsten 2014, 14 samlinger våren 2015 og 6 samlinger høsten 2015. Siste samling var den 3.11.15. Prosjektet ble avsluttet med en avslutningsfest den 01.12.2015. Samlingene på gården varte fra kl 15.00 – 18.00.

Vi fant ut at et snitt på 5 familier i hver gruppe var ideelt. Tilsammen 16 familier har deltatt i prosjektet, i gjennomsnitt 5 familier har deltatt hver gang. 5 familier har deltatt over flere semestre, 2 av disse har vært deltakere hele prosjektperioden. Dette har vært ut fra et ønske fra familiene og barneverntjenesten i de aktuelle kommunene.

Det tette samarbeidet med kommunen ble forbeholdt noen få familier. Dette var ut fra familienes ønske om ikke å involvere barnevernet. I tillegg oppdaget vi raskt at det ble for tidkrevende å jobbe systematisk med en samarbeidsavtale der både barnevernet, familiene og Barnas Stasjon var delaktige. Intensjonen var å avholde familiesamtaler før, under og etter oppstart av hver semestergruppe. Dette klarte vi heller ikke å gjennomføre, men vi har etterstrebet å holde kontinuerlig kontakt med den enkelte familie i forbindelse med samlingene på gården ut fra den enkelte familie sine fokusområder. I den grad foreldrene trengte dokumentasjon eller bekreftelse på barnets fungering og/eller egen omsorgsutøvelse, ble dette avklart med den enkelte familie, de ansatte ved Barnas Stasjon og den aktuelle samarbeidspartneren. Vi har hatt familiesamtaler hjemme hos 4 av familiene og det har vært avholdt flere foreldresamtaler på Barnas Stasjon utenom gruppene.

Treffene har fulgt en fast rytme. De som ikke hadde egen bil, ble sikret transport til og fra gården. Vi startet med fellessamling rundt bordet på låven. De frivillige som deltok i prosjektet hadde forberedt kaffe/te/kakao og frukt/nøtter. Så ble dagens Storbonde presentert (alltid er et barn) og den voksenpersonen som han/hun hadde valgt som sin dreng. Storbonden ønsket så alle velkommen og presenterte «Dagsoppdraget» og hvem som skulle arbeide sammen i lag. Foreldrene ble tildelt en treperle for hvert av sine barn – som en påminning om å «ferske» ungene i å gjøre noe bra; en handling eller et initiativ fra barnet som berørte foreldrene positivt i løpet av arbeidsøkta. Dagsoppdraget var som regel tredelt; et matlag, et «dyrelag» og et arbeidslag. En ansatt eller frivillig var ansvarlig ved hver stasjon og hvert lag var innom alle stasjoner i løpet av arbeidsøkta.

- All mat ble lagd ute på grillen – og vi hadde alltid en råvare knyttet til gården eller naturen.
- Dyrelaget gikk «runden» innom dyrene; stelte de, ga fôr og hentet egg til matlaget.

- Arbeidslaget hadde en oppgave knyttet til årstiden og de vanlige aktivitetene på gården: Snekre fórkasser, lage inngjerding til sauene, sanke sauer, følge med sauene i tida fram mot lamming, finne navn på lammene, se på når sauene ble klippet og kare ulla etterpå for så å spinne hver sin tråd. Vi plukket bær, tappet sevje fra trærne, sanket ved, bygde drivhus, spadde hestemøkk som vi blandet med jorda i drivhus og grønnsakshage, plantet salat og grønnsaker. Vi gikk til innkjøp av et byggesett med laftestokker – tilpasset barn, der det var mulig å bygge et «hus» med tak. Vi inviterte en lokal trearbeider som lærte oss å spikke, vi plukket brennesle til verdens beste suppe, vi luket ugress og dyrket fram rumpetroll.

Storbonden kunne gå fritt mellom stasjonene – og hadde som mandat å sjekke ut om alle hadde det bra. Når tiden var inne, gikk storbonden med sin dreng og ringte i kubjella – som tegn på at nå var det tid for mat. Mens vi satt til bords gikk runden rundt bordet med utfordring til alle om å gi gode tilbakemeldinger til storbonden og denne sitt bidrag inn til fellesskapet. Videre gikk utfordringen til foreldrene som måtte reise seg og gi en tilbakemelding til sitt barn – samtidig med at treperlen ble overrakt barnet. Perlene ble samlet i en kopp og ble brukt til å lage gryteunderlag – tredd sammen med selv-spikkede småkvister.

En forutsetning for å kunne bygge opp selvtillit og selvrespekt er at man blir sett og hørt for det mennesket en ønsker å være. Denne holdningen har vi hentet fra KOR (klient- og resultatstyrt praksis) og narrativ praksis. Vår metode har vært å være sammen, å gjøre sammen og å snakke sammen på en måte som hjelper. Familier som har ønsket å delta på øvrige tilbud ved Barnas Stasjon har vært hjertelig velkomne til det. På den måten er familiene sikret et nettverkstilbud og lett tilgjengelighet til fagfolk også ut over prosjektperioden.

Kap 3. Resultater og resultatvurdering

Erfaringen fra dette prosjektet har vist at rekrutteringsarbeidet ble en flaskehals som krevde mer tid og ressurser enn antatt. Vi opplevde at barn med foreldre som har psykiske plager eller rusproblem var en krevende målgruppe å nå. Samarbeidspartnere har vært udelt positive, men vi har erfart at det er nødvendig å være i tett dialog for at positive intensjoner skal munne ut i konkrete anbefalinger og avtaler om gruppedeltagelse. For rekruttering av framtidige grupper kommer vi til å være tidligere ute med informasjonsbrosjyrer og legge til rette for at vi kommer så tidlig som mulig i direkte kontakt med potensielle familier. Vi som har utarbeidet tilbudet, er de som best kan formidle entusiasme og dempe evt. ubegrunnet frykt hos foreldrene for å bli avslørt som dårlige foreldre eller andre forbehold de måtte ha. Rekrutteringen var mest krevende ved oppstart av første gruppe. Senere har tilbudet fått et godt rykte – og blitt etterspurt både av familier ved Barnas Stasjon og av samarbeidspartnere i kommunen.

Vår målsetting var å etablere gode relasjoner mellom barn og foreldre – knytte bånd mellom familier - og styrke forholdet til familiene og samfunnet forøvrig.

Ut fra intensjonen om å legge til rette for «de gode opplevelsene» for å muliggjøre «etablering av de gode relasjonene», er vår oppfatning at tilbudet har god måloppnåelse. Familiene som er spurt har gitt høy skår på evaluering av gruppa når det gjelder å føle seg forstått, respektert og inkludert, - at vi bruker tiden til å snakke og være sammen på en måte som oppleves relevant og at tilnærmingen gjennom å være sammen, å gjøre sammen, å spise sammen og å snakke sammen har vært et positivt «pustehull» i uka – og noe som er knyttet opp mot glede og forventning hos deltakerne. Vi har fått tilbakemelding om at vi er unike i forhold til det å tilby et tilbud der hele familien kan være sammen. Ellers i samfunnet,

både når det gjelder aktiviteter og hjelpeapparatet, er tilbudene stort sett adskilt for barn og foreldre.

Det har vært stabilt oppmøte på gruppene. Vår opplevelse er at det har vært høy grad av trivsel på samlingene med et tilsynelatende inkluderende fellesskap. Et par av foreldrene har gitt tilbakemelding på at dette gruppetilbudet har vært eneste mulighet til å være sammen med egne barn i noe som alle kunne ha det godt i, fordi foreldrenes helse har vært så skjør. De har opplevd gruppesamlingene som et trygt sted å være. Både det at gruppene har vært relativt stabile, at vi har vært mange ansatte og frivillige og at tilbudet har vart over tid, tror vi har bidratt til dette. I tillegg tror vi at det å jobbe sammen er med på å bygge samhold. Vi vet også at flere av foreldrene har flyttet egne grenser i forhold til å ta en plass i rommet; dette å reise seg opp og gi tilbakemelding til andres barn og egne barn; dette å være god for barnet sitt og at det samtidig bevitnes av andre, mener vi er en opplagt styrking av relasjonen mellom barn og forelder. Også det å være med i et fellesskap der barna opplever sin mamma eller pappa som inkludert og godt likt av andre voksne og barn tror vi styrker relasjonen mellom barn og foreldre. En av mødrene har uttalt at hun startet i gruppa fordi barnevernet insisterte på det, men at hun etter hvert kom fordi dette var noe både hun og barna gledet seg til. Barnevernet formidlet stor framgang hos denne moren, da hun tidligere hadde vært så hemmet av angst at selv det å handle dagligvarer var en uoverkommelig utfordring. En far som deltok i gruppa, var pålagt samvær med tilsyn og møtte sønnen sin kun i forbindelse med denne gruppa. Han var i utgangspunktet ambivalent i forhold til deltakelse, da han ønsket seg samvær uten tilsyn. Etter siste treff sa han uoppfordret at dette hadde vært et godt sted å være; at han likte at det var fysiske arbeidsoppgaver samtidig som han og sønnen fikk være sammen med andre familier.

Flere av foreldrene har strevd med at barna deres ikke vil spise maten de lager – at de ikke liker fisk, grønnsaker, osv. Det vi imidlertid opplevde i gruppene, var at barna stort sett spiste den maten de hadde vært med på å lage selv. Det beste eksemplet var brenneslesuppe, som var «det beste» flere av barna noensinne hadde smakt.

I den grad vi kan si at prosjektet har styrket forholdet til familiene og samfunnet for øvrig, tror vi dette er det største bidraget; å høre til i noe større enn seg selv – å være en del av et fellesskap der du først og fremst blir sett god.

En annen suksessfaktor mener vi er at alle deltakerne i prosjektet også har hatt tilbud om å inkluderes i det øvrige gruppetilbudet ved Barnas Stasjon. 13 av 16 familier har benyttet seg av dette.

Det største forbeholdet ved prosjektet er at det generelt har vært ressurskrevende å kunne tilby et så grundig planlagt og tilrettelagt tilbud: Tenke ut gruppeinndeling, logistikk i forhold til transport, utarbeide gode arbeidsoppgaver, fordele oppgaver og ansvar på alle ansatte og frivillige, innkjøp av mat og utstyr, klargjøre alle stasjoner på forhånd, være til stede i alt som skjer når så mange er samlet på ett sted, håndtere det uforutsette, følge opp familiene før, under og etter gruppene, opprydding m.m. Vi har også vært avhengig av at gårdeier har hatt det daglige stell av høner og sauer mellom gruppene – uten dyrene ville prosjektet blitt fattigere.

Om foreldre og barn sine erfaringer fra «Sammen Rundt Bordet» for har overføringsverdi til familielivet (innad og utad) forøvrig, kan vi ikke bevise, men en student ved Høgskolen i Lillehammer har fulgt flere gruppeforløp og har intervjuet flere av familiene som har deltatt i prosjektet. Hennes masteroppgave vil sluttstilles i løpet av 2016, der vi mulig vil få svar på noen av disse spørsmålene. For øvrig ville det vært interessant å knytte lavterskel og forebyggende gruppetiltak som «Sammen Rundt Bordet» opp mot et forskningsprosjekt, for en mer systematisk og omfattende avdekking av om tiltaket hjelper for det det er ment å hjelpe for.

Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

«Sammen rundt bordet» var primært ment som en arena for relasjons- og nettverks-bygging og sekundært et tilbud som skulle bidra til å redusere helseforskjeller mellom ulike grupper i befolkningen. Om vi har nådd målsettingen vil vises i framtiden – det er vanskelig å dokumentere effekten av forebyggende arbeid på kort sikt.

Gjennom dette prosjektet er vi imidlertid styrket i troen på at bedringsprosesser også handler om det å være involvert i meningsfulle aktiviteter og å kunne gi og motta støtte fra andre. Å gjøre sammen ER en god måte å være sammen på. Vi tror at mulighet for endring, svært forenklet og dypest sett handler om møter mellom mennesker. Sammen rundt bordet, der deltakerne influerer og blir influert, berører og blir berørt – har vært en «suksesshistorie» for Barnas Stasjon på Hamar, som både brukere og samarbeidspartnere etterspør. Vi tror sterkt på tiltaket og har besluttet å føre det videre som et fast ukentlig tilbud i form av en utegruppe. Sammen Rundt Bordet har vært ressurskrevende både med tanke på tid, folk og økonomi, så noen forenklinger vil bli foretatt. Det er planlagt oppstart av ny utegruppe våren 2016.