

# Föräldrastöd på Åland

- genom barnets alla åldrar

Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland

## Innehåll

Vad är föräldrastöd?.....	4
1. INNAN FÖDSELN.....	6
Mödrarrådgivningen vid ÅHS.....	6
Förlossningsförberedelsekurs för förstagångsföräldrar.....	6
Förlossningsförberedelsekurs för omfödreskor.....	7
Mammagrupper vid Folkhälsan.....	7
Adoptionsrådgivning.....	7
2 SMÅBARNSÅREN.....	8
BB-verksamheten.....	8
Barnrådgivningen.....	8
Barnomsorgen.....	9
Kommunal barnomsorg.....	9
Mariehamns församling - daghem.....	10
Föreningen Waldorf Åland r.f. - Daghem.....	11
Rädda Barnen – öppen förskola.....	11
Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland.....	12
Parkverksamhet.....	12
Familjecafé.....	12
Lekoteket.....	12
3 FRÅN GRUNDSKOLEÅLDERN TILL MYNDIG.....	13
Kommunala grundskolor.....	13
Skolhälsovård/Studerandehälsan.....	13
Skolkurator och skolpsykolog.....	13
Talpedagog/Specialpedagog.....	14
Eftis/Fritids.....	14
Hem och skola.....	14
Föreningen Waldorf Åland r.f. – skola.....	14
Fältarna.....	15
4 Föräldrastöd VID BEHOV OAVSETT BARNETS ÅLDER.....	16
Kommunerna.....	16
Alkohol- och drogmottagningen.....	17
Tallbacken.....	17
Barn- och ungdomshem.....	18

Familje- och skyddshem .....	18
Våld i nära relationer.....	18
Kvinnofridslinjen.....	18
Alternativ till Våld – Åland.....	18
ÅHS .....	18
Primärvårdens psykologmottagning .....	18
Vuxenpsykiatriska mottagningen (VUP).....	18
Psykiatriska rehabiliteringsmottagningen.....	18
Lekterapi.....	19
Föräldrar till patienter vid ÅHS psykiatriska enhet.....	19
Akuten, Hälsocentralen och intensivvårdsavdelningen .....	20
Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen, BUP .....	20
Barns Utveckling och Funktionshinder, ”BUF-teamet” .....	20
Anonyma Alkoholister & Al-Anon .....	21
Fri från narkotika (FFN) .....	21
Ålands Handikappförbund (Handicampen).....	22
Föräldra- och familjestöd via DUV.....	22
Föräldraföreningen för barn med särskilda behov.....	23
Intresseföreningen för Psykisk hälsa – Reseda r.f.....	23
Diabetesföreningen .....	24
Rädda Barnen .....	24
Stödfamiljer, stödpersoner och familjehem .....	24
Adoption.....	24
Barnens internet.....	25
Materiell hjälp .....	25
Röda korset.....	25
Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland r.f.....	25
Familjerådgivning .....	25
Projektet Vision Nolltolerans.....	26
Föreningen Regnbågsfyren r.f. ....	26
Föreningen Pussselfamiljen r.f.....	26
Ålands mångkulturella förening r.f.....	27
Församlingar och trossamfund.....	27
Bris Vuxentelefon .....	28



## Vad är föräldrastöd?

Föräldrastöd är en aktivitet som ger föräldrar kunskap om barns hälsa, emotionella, kognitiva samt sociala utveckling och/eller stärker föräldrars sociala nätverk. Ingen vuxen är färdig som förälder i och med att barnet föds, utan föräldraskapet är en roll som de vuxna växer in i.

Föräldraskapet ser olika ut hos olika föräldrar, över tid förändras också föräldraskapet hos en och samma person. Många föräldrar bor långt ifrån sitt tidigare nätverk av släkt och vänner, en del till och med i ett annat land. Andra är, eller blir, ensamföräldrar under resans gång. Föräldrastöd handlar om att utbyta erfarenheter för att förstå olika åldersgrupper och kulturer och om att skapa värdefulla nätverk bestående av medmänniskor som kan hjälpa till vid behov.

Att vara förälder innebär att ställas inför nya utmaningar och obekanta situationer. Utmaningarna ser olika ut i livets olika skeden. I början handlar det kanske om vaknätter under spädbarnsåren. Generellt handlar det om att hantera olika utvecklingsstadier, föräldern står inför att hantera trotsåldern, att se sin 11-åring mogna tidigare än sina klasskamrater eller ställas inför tonåringens vädjan om att köpa ut alkohol. Genom olika föräldrastöd finns möjlighet att ventilera, reflektera och i vissa fall besvara frågor som:

- Hur gör jag i den här situationen?
- Vad kan vara bäst för mitt barn, mig och min familj?
- Är jag den enda med det här problemet?
- Vad är viktigt att tänka på för att hantera detta på bästa sätt?
- Frågorna är inte alltid lätta att besvara, men kommer att bli många under resans gång.

Föräldrarna kan behöva stöd och handledning i sin roll som förälder under barnens uppväxt. Ibland kanske det räcker med att söka på internet, diskutera med andra småbarnsföräldrar eller att rådfråga släktingar. Vissa frågor kan lyftas upp till diskussion i en föräldragrupp eller till andra föräldrar då barnet har en fritidsaktivitet. Ibland kanske föräldern känner behov av att vända sig till barnrådgivningen, familjerådgivningen, läkare eller psykolog. Behovet av stöd växlar under barnets uppväxt, beroende på barnets utveckling, föräldrarnas nätverk, vad som händer inom familjen och utvecklingen i samhället.

Ett socialt stöd behövs för att hantera livets olika utmaningar och stressen som kan uppstå i samband med sjukdom, förluster, missbruk. Det finns idag ett stort antal studier som bekräftar det sociala stödets betydelse för hälsan och överlevnaden i stort. Det sociala stödet kan delas in i fyra olika grupper:

- informationsstöd
- praktiskt stöd
- känslomässigt stöd
- tillhörighetsstöd

**Informationsstöd.** Stödet sker i form av skriftlig eller muntlig information. Informationsstöd kan ske förebyggande universellt och riktakt till specifika målgrupper. Exempel på informationsstöd är föreläsningar, broschyrer, filmer och sociala medier som exempelvis olika föräldragrupper på facebook.

**Praktiskt stöd** under t.ex. småbarnsåren kännetecknas av frågor som hur kommer amningen igång, hur kan ett trotsigt barn bemötas? Exempel på praktiskt stöd är COPE-kurser, lekterapi, sociala medier.

**Känslomässigt stöd** är att ha någon som lyssnar, visar intresse och omsorg. Det kanske man kan få inom familjen, vänskapskretsen, hos psykolog eller exempelvis från församling eller anonymt stödnummer.

**Tillhörigstödet** är en stödform med syfte att skapa tillhörighet och sammanhang. Det kan vara extra viktigt för en person som upplever sig ensam i den situationen hon befinner sig i; att vara nyinflyttad, tonårsförälder, själv ha ett missbruksbeteende och vara förälder, eller vara förälder till en tonåring med missbruk. Här kan föreningar och samtalsgrupper vara exempel på tillhörighetsstöd.

**Andra former av stöd** såsom ekonomiska och hushållsnära tjänster informerar socialvårdsbyrån i hemkommunen om.

Sammanställningen av föräldrastöd har tagits fram inom projektet Vision Nolltolerans för att samla informationen på ett och samma ställe. Projektet reserverar sig för eventuella ändringar och hänvisar till respektive kommun, myndighet, organisation eller förening för mera information. Kartläggningen är tänkt att fungera som en vägvisare inom föräldrastödet och gör inte anspråk på att vara vare sig heltäckande eller detaljerad. Detta gör att inte samtliga åländska föreningar finns med i sammanställningen, även om merparten föreningar naturligtvis också blir en arena för någon form av föräldrastöd, eller en arena där föräldrar kan träffas och diskutera sina barn och sitt föräldraskap bland annat olika idrotts-, teater- och musikföreningar. Kompletteringar, uppdateringar och justeringar av sammanställningen kan göras genom att kontakta projektledaren vid Vision Nolltolerans.

En viss del av föräldrastöd skyddas genom lagen om barnskydd, se Barnskyddslag FFS 417/2007 och Landskapslag om tillämpning i landskapet Åland av barnskyddslagen (ÅFS 2008:97).

## **2§ Ansvar för barnets välfärd**

*”Barnets föräldrar och andra vårdnadshavare har huvudansvaret för barnets välfärd. Barnets föräldrar och andra vårdnadshavare skall trygga en harmonisk utveckling och välfärd för barnet enligt lagen angående vårdnad om barn och umgängesrätt (361/1983).*

*Myndigheter som arbetar med barn och familjer skall stödja föräldrar och vårdnadshavare i deras uppgift som fostrare samt sträva efter att erbjuda familjen nödvändig hjälp tillräckligt tidigt samt vid behov hänvisa barnet och familjen till barnskyddet.*

*Barnskyddet skall stödja föräldrarna, vårdnadshavarna och andra personer som svarar för barnets vård och fostran i fostran av och omsorg om barnet genom att ordna behövliga tjänster och stödåtgärder. [...]”*

Barnskyddslag FFS 417/2007

# 1. INNAN FÖDSELN

## Mödrarrådgivningen vid ÅHS

Vid ÅHS mödrarrådgivning hålls tidiga hälsosamtal på hälso- och sjukvårdsmottagningar runtom på Åland. Den blivande mamman får möjlighet till ett halvtimmeslångt samtal tidigt i graviditeten för att få information och diskutera levnadsvanor som har betydelse för fostrets och moderns hälsa. Mödrarrådgivningens uppgift är att främja och stödja gravida kvinnor och deras partners till en så frisk och trygg graviditet och förlossning som möjligt. Målet är att förebygga eventuella störningar och upptäcka eventuella komplikationer i god tid, en stor del handlar också om att förbereda inför det kommande föräldraskapet, förlossningen och tiden efter.

Vid mödrarrådgivningen får blivande föräldrar rådgivning och stöd under hela graviditeten baserat på sina behov. Inom verksamheten arbetar barnmorskor, hälsovårdare och läkare. Frågor som berörs kan vara exempelvis:

- Psykiska, fysiska och sociala förändringar som graviditeten innebär för familjen
- Hälsovanor: kost, motion och droger
- Sexualitet, parrelation, socialt nätverk och våld
- Moderns arbete och arbetsrelaterade problem som kan uppstå
- Fosterdiagnostik
- Förlossningsrädsla
- Amning

Efter förlossningen är kvinnan fortfarande inskriven vid mödrarrådgivningen fram tills dess att efterundersökningen är gjord. Kontrollen är viktig för att konstatera att även modern mår bra och återhämtar sig som hon ska. Kvinnans fysiska och psykiska hälsa sätts i fokus.

*All personal inom ÅHS har tystnadsplikt, men de har en skyldighet att lämna in en barnskydds-anmälan om de misstänker att barnen far illa i hemmiljön.*

**Barnets ålder:** foster

**Övrigt:** Avgiftsfri

## Förlossningsförberedelsekurs för förstagångsföräldrar

Mödrarrådgivningen vid ÅHS och Folkhälsan på Åland arrangerar tillsammans en återkommande förberedelsekurs för förstagångsföräldrar. Kursen består av fyra tillfällen och tar upp följande:

- Förlossningen: förlossningens start samt förlossningsförloppet.
- Smärtlindring. Avslappning och andning.
- Amning och den första tiden med bebisen. Rundvandring på BB-avdelningen.
- Nu gravid, snart förälder, att bilda familj. Föreläsning om relationer och känsloliv.

Föräldrakontakterna som knyts under kurserna kan vara viktiga även efter förlossningen.

**Barnets ålder:** foster

**Arrangörer:** ÅHS och Folkhälsan på Åland

**Övrigt:** Avgiftsfri

## Förlossningsförberedelsekurs för omfödskor

Även för omfödskor arrangerar ÅHS förberedande kurs. Tillfället riktar sig endast till den gravida kvinnan och hålls av en barnmorska från BB-gyn avdelningen. Under tillfället diskuteras förväntningar inför förlossningen samt tidigare förlossningsupplevelser. Även ämnen som smärtlindring, avslappning och amning berörs. Avslutningsvis görs ett besök till BB-avdelningen.

Vid frågor är det bara att ta kontakt med barnmorska/hälsovårdare vid mödrarådgivningen eller kontakta BB-gyn avdelningen. Föräldrakontakterna som knyts under kurserna kan vara viktiga även efter förlossningen.

**Barnets ålder:** foster

**Arrangörer:** ÅHS och Folkhälsan på Åland

**Övrigt:** Avgiftsfri

## Mammagrupper vid Folkhälsan

Med barnen i fokus förbereder mammagrupperna kvinnan för ett aktivt föräldraskap och en jämställd relation till sin partner. Verksamheten riktar sig till förstagångsföräldrar och målet med verksamheten är trygga föräldrar. Diskussionsämnen som tas upp under tillfällena är bl.a. graviditet och förlossning, jämställdhet i hemmet, föräldraledighet och föräldrarollen förr och nu. Gruppträffarna är tänkta att utmynna i en gemensam familjeträff på sista tillfället.

**Barnets ålder:** foster

**Arrangörer:** ÅHS och Folkhälsan på Åland

**Övrigt:** Avgiftsfri

## Adoptionsrådgivning

Adoptionsrådgivning är den första delen av processen i en adoption. För att en adoption skall fastställas måste både den part som överväger att ge sitt barn som adoptivbarn och den mottagande parten ha genomgått adoptionsrådgivning. Också adoption inom familjen förutsätter adoptionsrådgivning. Rådgivningen kan skötas av de sociala myndigheterna i boendekommunen eller så kan kommunen välja att köpa tjänsten. På Åland har flera kommuner avtal med Rädda Barnen om adoptionsrådgivning.

Adoptionsrådgivningens syfte är att utreda sökandens förutsättningar och förbereda dem för att bli adoptivföräldrar. Rådgivningen är en samarbetsprocess i vilken ingår såväl träffar på Rädda Barnens kansli som hembesök. Rådgivningen beräknas ta ca. 10-12 månader. Själva tjänsten adoptionsrådgivning betalas av kommunen, men resekostnader betalar familjen själv.

Adoptionstjänst, som är följande skede, sköts av Rädda Barnen, Interpedia eller Helsingfors stad. Vilken organisation man anlitar bestämmer sökanden själv om och också bekostas den av familjerna själva. Hur länge den här delen tar beror mycket på vilket land man vill adoptera ifrån. I tjänsten ingår också uppföljning efter adoptionen, s.k. postadoptionsservice (läs mer under "Adoptionskurator").

**Mer information:** Rädda barnen/hemkommunen



## 2 SMÅBARNÅREN

### BB-verksamheten

Den nya familjens liv tillsammans startar ofta på BB vid ÅHS. Det är vanligt att barnets första 3-5 dygn spenderas tillsammans med den nyblivna modern, och eventuellt tillsammans med moderns partner eller annan anhörig i ett av BB-rummen. På BB sköter föräldrarna själva sina barn och har samtidigt nära till stöd, vård och avlastning om så önskas. Föräldrastödet handlar exempelvis om stöd i amning och barnavård.

Innan föräldrarna lämnar BB brukar om möjligt den förlösande barnmorskan diskutera förlossningen med den nyblivna familjen. Familjen kan också kontakta BB efter att ha åkt hem för att få svar på frågor som uppstått. Ibland kan det behövas ett återbesök för att få exempelvis amningen att fungera bättre.

**Barnets ålder:** inför förlossning och till  
ca 5 dagars ålder



### Barnrådgivningen

Vid ÅHS barnrådgivning följs barnen från BB tills de börjar skolan. Även föräldrarna kan få individuellt stöd och rådgivning utifrån deras familjesituation. Information, tips, rådgivning kan fås i ett brett spektrum, allt från amning, mat och sömn men även kring rollen som förälder. Vid barnrådgivningen finns också möjlighet att remittera vidare till andra stödfunktioner såsom psykolog och läkare, lekoteket.

**Barnets ålder:** nyfödd till skolstart  
**Arrangörer:** ÅHS  
**Övrigt:** Avgiftsfri

## Barnomsorgen

All personal inom barnomsorgen har tystnadsplikt, men de har en skyldighet att lämna in en barnskyddsanmälan om de misstänker att barnen far illa i hemmiljön.

### Kommunal barnomsorg

Barnomsorgen ger föräldrarna stöd i sitt ansvar över barnens fostran. Samtidigt som föräldrarna arbetar eller studerar hjälper barnomsorgen med att förbereda barnen inför skolstarten med lek, språkstimulans och socialträning. Vid behov kan kommunen ordna barnomsorg även under kvällar, nätter och helger.

I samband med att barnet börjar i omsorgen och under barnets tid inom barnomsorgen möts föräldrarna huvudsakligen av ett universellt förebyggande föräldrastöd med fokus på att generellt främja hälsa och en allsidig fysisk, emotionell, social och kognitiv utveckling hos barnet. Detta för att maximera skyddet mot ohälsa och sociala problem i framtiden.

Som föräldrastöd erbjuds utvecklingssamtal med personalen ungefär 1 gång/år, men vid behov flera gånger. Vissa kommuner bjuder också in föreläsare som riktar in sig på föräldrar och personal till denna åldersgrupp. Ett mycket viktigt och betydelsefullt stöd ges i den dagliga kontakten mellan enheten och hemmet. Den dagliga kontakten och den öppna dialogen mellan förälder och barnomsorg är viktig för att kunna vägleda föräldrarna till rätt stöd (familjerådgivning, barnskydd osv.) även om de inte själva sett behovet av det.

Samarbete ordnas vid behov mellan exempelvis föräldrar, barnomsorg, ÅHS barnrådgivning – kommunens barn- och ungdomsavdelning m.m.

Inom barnomsorgen arbetar pedagogiskt utbildad personal, med kunskap och erfarenhet av relationen mellan barn och föräldrar. Här kan föräldrar få ett lättillgängligt stöd genom att diskutera med personalen.

Det går att komma överens om en egen samtalstid för att få råd och stöd i relationen till sitt barn eller få konkreta exempel kring hur man kan arbeta i relationen med sitt barn. Till vardags sker kortare diskussioner i samband med att föräldern lämnar eller hämtar sitt barn. Från barnomsorgen ges också utlåtanden som ska tas med till barnens 5-års kontroll vid barnrådgivningen. Föräldrar till förskolebarn har tätare träffar bland annat för att det är vid 6-års ålder som skolmognaden ska utvärderas. Med syfte att barnen ska få så bra skolstart som möjligt har alla barn på Åland rätt att gå i förskola året före skolstarten.

### **3a§ Förebyggande barnskydd**

*”Genom det förebyggande barnskyddet främjas och tryggas barns uppväxt, utveckling och välfärd samt ges stöd i föräldraskapet. Det förebyggande barnskyddet omfattar sådant stöd och särskilt stöd som ges till exempel inom undervisning, ungdomsarbete och dagvård, vid rådgivningsbyråerna för mödravård och barnavård samt inom annan social- och hälsovård.”*

**Barnskyddslag FFS 417/2007**

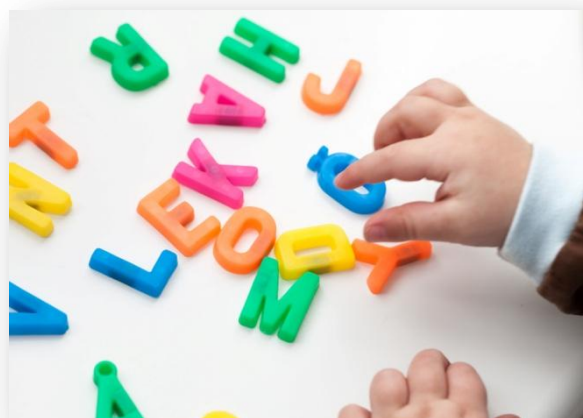
**(3a§ mom. 2)**

Inom den kommunala barnomsorgen finns tillgång till specialbarntädgårdslärare. Inom skärgårdskommunerna Sottunga och Kökar anlitas Kårkulla samkommun för besök av specialbarntädgårdslärare två gånger per termin. Föräldrarna ges också möjlighet till samtal med specialtädgårdsläraren. Även observationer görs i barngruppen av specialbarntädgårdsläraren vid besöken. Skärgårdskommunerna har utöver detta också samarbete med hälsovårdarna och ÅHS.

Specialbarntädgårdslärare ansvarar för barn i behov av särskilt stöd. Uppgiften är att stödja och handleda personal inom barnomsorgen. Specialpedagogiken försöker påverka barnens inlärningsmiljö så att alla barn har möjlighet att växa, utvecklas och lära sig i en gemensam miljö. Centralt i specialpedagogiken är ett samarbete inom barnomsorgen och med föräldrarna samt eventuellt andra samarbetspartners kring barnet (som exempelvis familjerådgivning, psykologer, terapeuter och sjukhus). Det finns väldigt varierande orsaker till att specialbarntädgårdslärarens tjänster kopplas in och arbetsformerna blir också av den orsaken varierande. Ibland arbetar de med barnen i grupp och ibland individuellt. Målgruppen kan vara barn med speciella behov eller funktionsnedsättningar, barn i behov av särskild uppmärksamhet, vård/fostran, och barn med små vardagsbekymmer (språkligt, motoriskt, socialt, känslomässigt, inlärningsmässigt etc.).

**Barnets ålder:** från ca 10 månaders ålder  
till skolstart

**Arrangörer:** Kommunerna



### **Mariehamns församling - daghem**

Mariehamns församling driver det samhällsstödda St. Mårtens daghem. För 3-7 åringar erbjuds både hel- och halvdagsplatser. Föräldrarna kan få stöd som på annan kommunal dagisplats genom organiserade föräldrasamtal och genom personalen vid den dagliga kontakten. Vid behov av mer stöd kan personalen också hänvisa vidare till annan personal inom församlingen (t.ex. diakonissa eller präst). För mer detaljerad information om föräldrastöd se rubriken "Församlingar och trossamfund".

**Barnets ålder:** 3-7 år

## Föreningen Waldorf Åland r.f. - Daghem

Waldorf Åland r.f. (tidigare Steinerpedagogikens vänner på Åland r.f.) driver Waldorfbarnträdgården Regnbågen som är en enskild, samhällsstödd barnträdgård med förskola. Regnbågen har både hel- och halvdagsplatser för barn i åldrarna 1–7 år tar emot barn från hela Åland. Utgångspunkten är Waldorf-/Steinerpedagogiken. Daghemmet drivs som ett föräldrakooperativ och föräldrarna deltar på olika sätt i verksamheten. Föreningen organiserar också fritidssysselsättningar för barn, unga och vuxna. Föreningen anordnar föredrag, studiebesök och kurser med konstnärligt innehåll m.m. I de fall där personalen eller föräldrarna gör bedömningen att något barn är i behov av särskilt stöd och specialkompetens begär skolan i samarbete med föräldrarna hjälp från barnets respektive hemkommun.

Inom Waldorfföreningen lyfter man fram att ett en god dialog, hembesök, regelbundna föräldraträffar, tydlig information, talkotillfällen, föräldrautbildning, enskilda samtal och, inte minst, entusiasm och uppmuntran är en förutsättning för ett gott samarbete med hemmet. En god kontakt med viktiga vuxna personer i barnets närhet anses skapa ett bra skyddsnät. Regelbundna föräldramöten och föräldrasamtal ordnas varje termin.

**Barnets ålder:** 1-7 år

## Rädda Barnen – öppen förskola

Öppna Förskolan i Mariehamn drivs av Rädda Barnen. Föräldrar och barn deltar när det passar dem. Från mitten av augusti till slutet av maj har Öppna förskolan öppet tre timmar om dagen, fem dagar i veckan. Två dagar/veckan är det utomhuslek i Hindersböle lekpark (Ljungvägen i Mariehamn) och fika avnjuts inne i värmestugan. Tre dagar i veckan ordnas inomhuslek i lokaler på Norragatan 24.

Verksamheten erbjuder föräldrarna ett forum för vuxenkontakt där föräldrarna kan utbyta erfarenheter och idéer och på så sätt utvecklas i föräldrarollen. Barnen får möjlighet till nya lekkamrater, att få pyssla, sjunga och ha kul. Under barnens vistelse vid öppna förskolan är föräldrarna hela tiden närvarande och ansvarar för sitt eget barn. Majoriteten av barn på Öppna förskolan är barn under tre år, men även äldre barn är välkomna.

Under vistelsen bjuds föräldrar och barn varje dag på kaffe, te, saft, bröd och frukt. Det är möjligt att testa på verksamheten gratis så att familjen kan bestämma om det är rätt form för dem. Därefter gäller terminsavgift.



**Barnets ålder:** huvudsakligen spädbarn – 3 år, men även äldre barn  
**Arrangörer:** Rädda Barnen på Åland r.f.

## Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland

### Parkverksamhet

I några åländska kommuner driver Folkhälsan parkverksamhet för barn i 2-5 års ålder, i mån av plats tar de även emot barn bosatta i andra kommuner. Öppettiderna varierar, men vistelsetiden/barn begränsas till tre timmar. För barn mellan 2 och 5 år. Lekparkerna har verksamhet mellan den 1 september och den 31 maj. Lekparken ger barnen möjlighet att träffa andra barn och leka ute. Barnen stimuleras och lär sig umgås i grupp och ta hänsyn till varandra. De barn som går på parken är ofta hemma med en förälder. Parken ger möjligheten till avlastning och diskussioner med parkledare och med föräldrar som har barn i samma ålder.

**Barnets ålder:** barn 2-5 år

**Arrangörer:** Folkhälsans lokalföreningar

### Familjecafé

Folkhälsan på Åland arrangerar Familjecafé för att erbjuda en samlingsplats för nyblivna föräldrar och barn. Familjecaféet ger föräldrarna som är hemma med sina barn möjligheten att diskutera dagliga utmaningar och utbyta erfarenheter med varandra. Samtidigt kommer barnen i kontakt med andra



barn och lär sig av varandra. På familjecafé finns alltid en familjecaféledare som agerar som värdinna. Vissa familjecaféer bjuder även på korta infotillfällen som t.ex. första hjälp för småbarnsföräldrar.

**Barnets ålder:** huvudsakligen från spädbarnsåldern upp till 3-4 års ålder.

**Arrangörer:** Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland r.f.

### Lekoteket

Lekotekets verksamhet riktar sig till barn med behov av specialpedagogiskt stöd. Behovet kan bero på exempelvis olika utvecklingshinder, språk- och kommunikationsstörningar eller fysiska funktionsnedsättningar. Fram tills barnet börjar skolan har barnet och föräldrarna möjlighet att få stöd från Lekoteket. Servicen riktar sig också till olika yrkesgrupper som arbetar med barnen. Stödet som Lekoteket erbjuder är att:

- utveckla individuell specialpedagogisk träning
- ge stöd och råd till föräldrarna angående barnets utveckling
- ge hemvägledning och konkret handledning för fortsatt lek och träning i hemmet
- ge handledning och rådgivning till personal
- låna ut specialmaterial för lek- och träning till enskilda familjer och till personal som arbetar med samma målgrupp



Lekoteket är en del av barnhabiliteringen på Åland och servicen riktar sig till alla kommuner på Åland. Därför krävs remiss från ÅHS eller annan vårdande läkare. Betalningsförbindelse kan fås av ÅHS, FPA eller hemkommunen.

**Barnets ålder:** 0-7 år

**Arrangörer:** Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland

## 3 FRÅN GRUNDSKOLEÅLDERN TILL MYNDIG

### Kommunala grundskolor

I skolorna omges barnen av vuxna, det finns lärare, skolpsykolog/skolkurator, skolhälsovårdare, vaktmästare och lokalvårdare. På regelbunden basis ordnas kvartsamtal och föräldramöten med lärare och ibland andra föräldrar som ett föräldrastöd vid de kommunala skolorna. En bra dialog mellan föräldrar, elev, personal och ledning ses som skyddande faktorer för barnen. För att stimulera ett ökat föräldraengagemang erbjuds föräldramöten och andra aktiviteter där det också finns utrymme för föräldrarna att diskutera föräldrarollen. Ett föräldramöte kan - förutom personalens tid med föräldrarna - även innehålla olika teman efter önskemål och behov. Ibland ordnas föreläsningar, informationskvällar eller andra sociala sammankomster riktade till föräldrarna. På föräldramöten i högstadiet kan t.ex. Fältarna eller Hem och skola delta. Föräldramöten ordnas ungefär 1-2 gånger/läsår. Lärarna bjuder in föräldrarna på utvecklingssamtal för att berätta om barnets utveckling och för att ge föräldrarna möjlighet att ställa frågor. En förälder kan också på eget initiativ ta kontakt med skolan för att diskutera barnet och situationen i skolan med läraren, skolpsykologen eller skolhälsovårdaren.

Från skolans håll handlar föräldrastödet oftast om att ta upp oron i tid. Skolorna försöker kontakta vårdnadshavarna i ett så tidigt stadium som möjligt för att diskutera. Om både skola och förälder är oroliga så uppmanas föräldrarna kontakta skolpsykologen/hälsovårdaren för konsultation. Skolpsykolog håller stödjande samtal med eleverna och kan lotsa föräldrarna vidare till lämplig instans. Samma sak med hälsovårdaren. Även om skolpsykolog inte bjuder in föräldrarna blir det ofta föräldrastöd per telefon.

De olika kommunerna har ansvar för den fysiska, psykiska och sociala lärmiljön i skolorna. Skolorna försöker bland annat erbjuda konflikthantering, jämställdhetsprogram och t.ex. antimobbningsprogram såsom KIVA. Det handlar om respekt, tolerans och trygghet. Merparten av de åländska grundskolorna är också med i KIVA-skola, där lärarna uppmanas vara observanta och arbeta mycket för barnens trygghet och trivsel i skolmiljön.

*All personal inom skolan har tystnadsplikt, men de har en skyldighet att lämna in en barnskyddsanmälan om de misstänker att barnen far illa i hemmiljön.*

### Skolhälsovård/Studerandehälsan

Skolhälsovården finns i de kommunala grundskolorna, vid landskapets gymnasiala utbildningar vänder sig de studerande till studerandehälsan. Hälsa och välbefinnande är starkt kopplad till lusten att lära. För att främja en god och positiv utveckling stöds eleven av skolhälsovården i grundskolan i nära samarbete med föräldrar och skolpersonal. Under grundskolan erbjuds hälsoundersökningar och hälsosamtal, enklare sjukvård samt vaccinationer. Även i frågor om elevernas arbetsmiljö och medicinsk yrkesvägledning kan skolhälsovård/studerandehälsan ge stöd.

### Skolkurator och skolpsykolog

Tillgång till skolkurator och skolpsykolog finns i både grundskolor och i utbildningarna på gymnasialnivå/Folkis. Skolkuratoren erbjuder samtal och arbetar med relationer i grupper. Behandlingsarbetet är psykosocialt. Skolpsykologen gör utredningar av skolelever utifrån olika frågeställningar, t.ex. koncentrationssvårigheter. I frågor gällande barns utveckling och behov på

olika områden tillhandahåller skolpsykologen konsultation, rådgivning och stöd till personal och föräldrar med barn i grundskolan.

### Talpedagog/Specialpedagog

Talpedagogen och specialpedagogen genomför olika pedagogiska utredningar. De ger individuell hjälp till de elever som är i behov av särskilda insatser inom tal och språk. De ger dessutom råd till föräldrar och handleder lärare.

**Barnets ålder:** ca 7-16 års ålder  
**Arrangörer:** Kommunerna

### Eftis/Fritids

När skoldagen är över för grundskoleeleverna i årskurs 1 och 2, så finns möjligheten till eftis/fritidsverksamhet. Vid särskilda behov får även elever i årskurs 3 gå på eftis/fritids. Här kan barnen göra sina läxor eller aktivera sig på annat sätt. Detta är ett praktiskt stöd som möjliggör att föräldrarna kan pussla sina arbetstider utan att förkorta sin arbetstid eller lämna barnen ensamma hemma.

**Barnets ålder:** årskurs 1 & 2 (ev åk 3)  
**Arrangörer:** Kommunerna

### Hem och skola

I flera kommuner är Hem och skola aktiva och arbetar för en hälsosam och trygg skolmiljö under grundskolåren. Föreningarna består av valda representanter från föräldrarna och lärarna. På Åland finns 15 lokala Hem och skola föreningar fördelade i nedanstående 11 kommuner.

<b>Eckerö</b>	Föreningen Hem och Skola vid Eckerö grundskola r.f.
<b>Finström</b>	Källbo Hem och Skola r.f.
<b>Föglö</b>	Föreningen Hem och Skola vid Föglö grundskola r.f.
<b>Hammarland</b>	Hem och Skola i Hammarland r.f.
<b>Jomala</b>	Föreningen Hem och Skola vid Kyrkby Högstadieskola r.f. Södersunda Hem och Skola r.f. Vikingaåsens Hem och Skola r.f.
<b>Kökar</b>	Föreningen Hem och Skola på Kökar r.f.
<b>Lemland</b>	Hem och Skola i Lemland r.f.
<b>Lumparland</b>	Lumparlands Hem och Skola r.f.
<b>Mariehamn</b>	Föreningen Hem och Skola vid Övernäs skola i Mariehamn r.f. Hem och Skola-föreningen i Ytternäs skola r.f. Strandnäs Hem och Skola r.f.
<b>Sund</b>	Föreningen Hem och Skola vid Sunds låg- och mellanstadieskola r.f.
<b>Vårdö</b>	Föreningen Hem och Skola vid Vårdö grundskola r.f.

Inom Hem och skola tas ärenden som angår skolan och eleverna upp. Det kan handla om allt ifrån trivsel till trygg skolväg. Föräldrarna kan också ta kontakt med den lokala Hem och skolaföreningen om de upplever att det är svårt att lösa vissa problem tillsammans med personalen i skolan.

### Föreningen Waldorf Åland r.f. – skola

Föreningen Waldorf Åland driver Ålands första waldorfskola samt ett eftis för skolbarnen. Enligt stadgarna är syftet ”att befrämja föräldrarnas deltagande i skollivet och att inspirera till samarbete

mellan personer som verkar inom skolgemenskapen. Därtill kan föreningen stöda fritidssysselsättningar för barn och ungdomar.” Hösten 2011 startade föreningen en waldorfskola, den första på Åland. I de fall där lärarna eller föräldrarna gör bedömningen att något barn är i behov av särskilt stöd och specialkompetens begär skolan i samarbete med föräldrarna hjälp från barnets respektive hemkommun. De har även tillgång till specialkompetens inom eurytmi, målningsterapi och antroposofisk läkekonst.

**Barnets ålder:** grundskoleåldern  
**Arrangörer:** Föreningen Waldorf Åland

## Fältarna

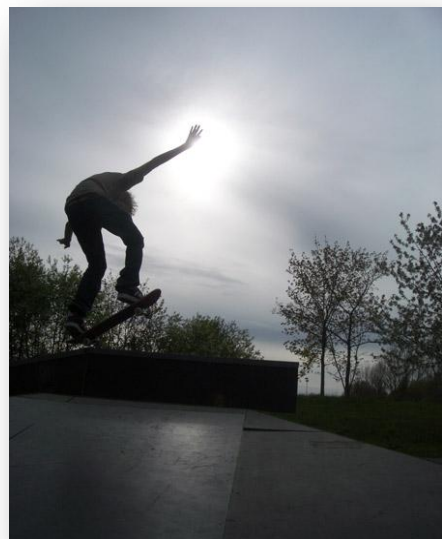
En förälder eller en närstående vuxen kan ta direkt kontakt med fältarna för att diskutera. Ibland arrangerar fältarna trepartssamtal med ungdomar i riskzonen. Vid ett trepartssamtal kan det exempelvis vara ungdom, förälder och fältare som samlas för att diskutera en upplevd risk/problematik. Även på uppdrag av sociala myndigheter arbetar fältarna tillsammans med ungdomen eller föräldrarna.

Fältarna ger även universellt förebyggande föräldrastöd genom att delta på föräldramöten runt om i de åländska skolorna. Där presenterar de bl.a. programmet ÖPP/Effekt som riktar sig till föräldrarna till eleverna i årskurs 7 till 9. Tanken är att tillsammans med föräldrarna arbeta för att dels förebygga den ökande och riskfyllda alkoholkonsumtionen under tonåren och dels skjuta upp alkoholdebuten så länge som möjligt.

Fältarna kommer ca en gång/termin under hela högstadietiden för rätt ge forskningsbaserade argument till föräldrarna. Vid varje tillfälle får föräldrarna veta att det spelar stor roll vad de säger till sina barn och hur viktigt det är att vara konsekvent. Efter mötet uppmuntras föräldrarna att diskutera med varandra och göra överenskommelser. Dessa behöver inte bara handla om alkoholdrickande utan även om andra angelägna frågor som utetider, övernattnin hos kompisar och föräldrafria fester. En sammanfattande information skickas sedan hem till alla föräldrar. På så sätt får även de som inte kunnat närvara del av besluten.

Vid konstaterad missbruksproblematik hänvisar fältarna till alkohol- och drogmottagningen vid Mariehamns stad.

*All personal inom fältarna har tystnadsplikt, men de har en skyldighet att lämna in en barnskyddsanmälan om de misstänker att barnen far illa i hemmiljön.*





## 4 Föräldrastöd VID BEHOV OAVSETT BARNETS ÅLDER

### Kommunerna

Inom kommunerna är systemet kring föräldrastöd väldigt likt varandra. **Vid socialkansliet finns socialsekreteraren/socialarbetaren.** Vid hemkommunens socialkansli diskuteras föräldrastöd, svårigheter och problem. Socialsekreteraren har ofta en rådgivande roll. En förälder har möjligheten att boka samtalstid med socialsekreteraren för att få råd eller stöd i föräldrarollen, för egen del eller i relationen till partner eller särbo. På kansliet finns också en stor kunskap om vilka föräldrastöd som erbjuds på Åland och kan hänvisa eller remittera vidare (t.ex. till ÅHS, BUP, familjerådgivning/ lekoteket vid Folkhälsan, eller alkohol- och drogmottagningen i Mariehamn). Information, råd och stöd riktas särskilt till de föräldrar som socialkansliet redan känner till. Socialsekreteraren kan också samarbeta med skolan om det finns en oro, ordna riktade stödsamtal direkt med förälder och barn eller arrangera s.k. nätverksmöten. Stödet i nätverksmöten inom det egna befintliga nätverket blir ofta stort. Ofta handlar det om att synliggöra situationen för att få stöd av anhöriga.

Direkt föräldrastöd är fördelat på väldigt många olika aktörer varav flera finansieras av kommunerna och en del av landskapet. Det föräldrastödsarbete som utförs på socialkansliet anknyter nästan alltid till selektivt förebyggande föräldrastöd, d.v.s. ett stöd som riktar sig till föräldrar vars barn är i riskzonen för att utveckla ohälsa och/eller problem. Behovet synliggörs ofta i samband med att konkreta klientärenden aktualiserats via det sociala arbete som utförs på socialkansliet. Insatserna består då ofta av stödpersoner, stödfamiljer och ibland särskilt utvalda konsulttjänster.

Socialkansliet tar emot barnskyddsanmälningar, gällande barn och ungdomar (åldern 0-18 år). En barnskyddsanmälan kan göras av alla men är en lagstadgad plikt inom vissa yrkesområden. Om det är fråga om ett ärende för barnskyddet arbetar kommunens socialsekreterare/socialarbetare med hela familjen enligt t.ex. signs-of-safety metoden.

### *§8 Utvecklande av service och stöd vid fostran*

*Kommunen ska, när den ordnar och utvecklar social- och hälsovården, barndagvården och undervisningsväsendet samt annan för barn, unga personer och barnfamiljer avsedd service, se till att föräldrarna, vårdnadshavarna och andra personer som svarar för barns vård och fostran därigenom får stöd i fostran av barn och att barns, unga personers och barnfamiljers behov av särskilt stöd därigenom klarläggs. Kommunen ska vid behov ordna verksamhet som stöder barn och unga personer i behov av särskilt stöd.*

Barnskyddslag FFS 417/2007

**Utöver föräldrastödsarbetet på socialkansliet är kommunerna med och finansierar annan förebyggande verksamhet som exempelvis:**

- Specialbarnträdgårdslärare, skolpsykologer och skolkuratorer
- Familjerådgivningstjänster
- Fältarna information till skolor, ungdomsgrupper och arbete ute på fältet, föräldrasamtal
- Alkohol- och drogmottagningens tjänster
- Stödfinansiering av Pixneklinden

**Socialkansliet hänvisar också till landskapsfinansierad förebyggande verksamhet som exempelvis:**

- Skolpsykologer och skolkuratorer
- Katapult ungdomsverksamhet
- Ungdomslotsar
- Barn- och vuxenpsykiatri med särskilda stödinsatser

### **Alkohol- och drogmottagningen**

I Mariehamn finns en alkohol- och drogmottagning som ger service åt hela Åland. Hit vänder sig personer som själva upplever en problematisk konsumtion av alkohol/droger, men också anhöriga kan ta kontakt för att få mer information. På alkohol- och drogmottagningen erbjuds indikativt förebyggande föräldrastöd genom att erbjuda enskilda anhörigsamtal och även möjlighet att vara med i anhörigrupp. Mottagningen jobbar enligt en lösningsfokuserad metod men också med motiverade samtal, s.k. MI (engelska Motivational Interviewing). MI är en personcentrerad form av vägledning som grundas på samarbete för att framkalla och stärka motivation till förändring.

### **Tallbacken**

Tallbacken är både ett barn- och ungdomshem och ett familje- och skyddshem. Här erbjuds boende för barn och unga som av olika anledningar inte kan bo hemma, för mammor och pappor som behöver hjälp i föräldrarollen och för dem som är utsatta för hot eller misshandel.

Personer som är utsatta för hot, fysisk eller psykisk misshandel av en närstående kan du vända sig till Tallbacken alla tider på dygnet. En förälder kan även komma tillsammans med sina barn.

Personalen på Tallbacken ger olika former av stöd och hjälp som t.ex. handledning i vardagen, hjälp med kontakt till myndigheter och samtalsstöd.

Verksamheten finns i ett tvåvåningshus med olika typer av lägenheter och rum för de boende.

Tallbackens uppgifter inom barnhusmodellen är:

- ge skydd åt barnen så att våldet inte fortsätter
- ge stöd och övernattningsmöjligheter åt anhöriga
- medverka i samverkansgruppen
- erbjuda krisbehandling
- utföra andra uppgifter enligt skriftligt uppdrag från socialsekreterare

## Barn- och ungdomshem

Tallbacken finns till för barn och ungdomar som av olika orsaker behöver ett alternativt boende. Det kan bero på många olika orsaker varför ett barn eller en ungdom behöver bo på Tallbacken, t.ex. missbruk, psykisk sjukdom, misshandel eller låsta konflikter i familjerelationerna.

Personalen erbjuder stödsamtal och handledning i kontakten med bl.a. familjen, olika myndigheter och skolan samt läsläsning, fritidsintressen och med andra praktiska saker i vardagen.

När barn och ungdomar flyttar till Tallbacken görs det i samarbete med socialarbetarna i hemkommunen. Tillsammans görs en plan upp där målet är att utveckla förmågan att ta eget ansvar i vardagen. För personer som är 16 år och uppåt finns boende i stöd- eller träningslägenhet som ett mellansteg. Möjligheten till ett individuellt boendeprogram finns med sikte på ett självständigt boende. Personalen stöttar och handleder.

## Familje- och skyddshem

Familjehemmet finns för mammor och pappor som behöver stöd i föräldrarollen. Stödet handlar om att hitta fungerande rutiner i vardagen. Ett boende- och vårdprogram görs upp tillsammans med andra inblandade myndigheter.

Skyddshemmet finns för personer som blir utsatt för hot, fysisk eller psykisk misshandel av en närstående. Stödet finns både i akuta situationer och för att på sikt hitta en väg ut ur svårigheterna. Det handlar om att se över livssituation och få stöd i att hitta individuella lösningar. Till skyddshemmet kan man vända sig när som helst på dygnet, även tillsammans med barn. Boendetiden är inte begränsad.

## Våld i nära relationer

Det finns flera olika typer av våld:

- fysiskt
- psykiskt
- ekonomiskt
- sexuell
- materiellt
- latent
- hedersrelaterat
- försummelse

### Artikel 19

*”Varje barn har rätt att skyddas mot fysiskt eller psykiskt våld, övergrepp, vanvård eller utnyttjande av föräldrar eller annan som har hand om barnet.”*

FN:s konvention om barnets rättigheter

### Artikel 3

*”Barnets bästa ska komma i främsta rummet vid alla beslut som rör barn.”*

FN:s konvention om barnets rättigheter

Att leva i våldet som barn, utsättas för våld i nära relationer som barn eller vuxen är ett pågående trauma och omöjligt att bearbeta så länge det pågår. Det finns också stöd att få för föräldrar som inte på egen hand kommit fram till andra sätt än att ta till våld i vissa situationer. När det gäller våld i nära relationer finns föräldrastöd inom kommunen, ÅHS (hälsocentralen, BUP och VUP), Tallbacken, familjerådgivningen och polisen. I akuta situationer är det alltid polisen eller akuten som gäller. Vid Ålands polisdistrikt finns barnutredarbefattningar som specialiserat sig inom området och kan ge bra råd på vägen.

## Kvinnofridslinjen

Mäns våld mot kvinnor är ett samhällsproblem, och ett allvarligt hot mot kvinnors trygghet och hälsa. För att underlätta situationen för våldsutsatta kvinnor och deras barn är kunskap om våldets kännetecken, dynamik och konsekvenser nödvändig. Ålands landskapsregering och Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) har ett samarbete som innebär att kvinnor på Åland som utsatts för hot, våld eller sexuella övergrepp till lokalsamtalstaxa kan ringa 25 500 dygnet runt för att få professionellt stöd. Kvinnofridslinjen bemannas av kvinnliga socionomer, sjuksköterskor och barnmorskor med lång erfarenhet av att möta personer i kris. Även anhöriga och personer i kvinnans närhet är välkomna att ringa kvinnofridslinjen. Tolkservice är möjlig.

## Alternativ till Våld – Åland

Alternativ till Våld erbjuder behandling för män med aggressions- och våldsproblem gentemot sin partner. Personer som tar till våld, men vill ändra sitt beteende kan delta i en behandlingsgrupp för män. De flesta behöver hjälp med att inse att de har ett våldsproblem och att det inte är partners fel. Gruppledarna har tystnadsplikt.

## ÅHS

*Vid ÅHS har alla tystnadsplikt. Vid misstanke av att ett barn far illa har personalen lagstadgad skyldighet att anmäla detta till de sociala myndigheterna.*

## Primärvårdens psykologmottagning

Patienterna kan komma till primärvårdens psykologmottagning via remiss från mödra-/barnrådgivningarna. Det rör sig således om både gravida och föräldrar med barn i olika åldrar. Till psykologmottagningen får man komma ca 10 gånger. Inga utredningar görs utan fokus ligger på lättare/mer förebyggande problematik. Sessionerna handlar om t.ex. om sömnproblem, trots/gränssättning, syskonskap och föräldern eller familjemedlemmen kan få stöd av en utbildad psykolog för att hitta mer funktionella sätt att hantera svårigheter.

## Vuxenpsykiatriska mottagningen (VUP)

Vuxenpsykiatriska mottagningen (VUP) är en specialistledd öppenvårdsmottagning som erbjuder bedömning och psykiatrisk behandling för patienter som är 18 år och äldre. Hit kan personer med behov av psykiatrisk specialsjukvård remitteras eller själv ta kontakt. Vanligen inleds kontakten med ett eller flera bedömningssamtal där vi tillsammans med patienten klarlägger problematiken och gör upp en behandlingsplan.

På mottagningen jobbar psykologer, sjukskötare, psykoterapeuter, socialkuratorer och läkare.

## Psykiatriska rehabiliteringsmottagningen

Med professionellt stöd skapar psykiatriska rehabiliteringsmottagningen (tidigare dagkliniken) möjlighet för människor med psykiska funktionshinder att bli nöjda i sina valda roller och miljöer samt öka sin funktionsförmåga. Verksamheten sker i den miljö patienten och dennes kontaktperson valt, till exempel på arbetsplats, skola, bibliotek, patientens hem eller utomhus. Miljöerna varierar.

Mottagningens fokus ligger på psykiatrisk rehabilitering utifrån målinriktad och forskningsbaserad rehabilitering. Målgruppen är vuxna patienter med allvarliga psykiska funktionsnedsättningar.

### **I verksamheten ingår även exempelvis:**

- familjeinterventioner
- nätverks- och samarbetsmöten
- behandling samt behandlingsuppföljning
- medverkan i substitutionsvården
- samarbete med intresseföreningen Reseda och Fountain House-föreningen

Mottagningen har också en öppethus-verksamhet som kallas för Träffpunkten. Här finns möjlighet träffa andra, att ta det lugnt, läsa tidningar eller använda datorn.

I den dagliga personalstaben ingår mentalvårdare, närvårdare, sjukskötare, sjukhusbiträde, ergoterapeuter, socioterapeut, avdelningsskötare och socialkurator. En dag i veckan finns läkare och psykolog på plats.

Varje vecka utförs även team/rond då vårdpersonal, psykolog, socialkurator och psykiater tar upp diverse frågeställningar. Efter mötet finns tid för patientbesök hos psykiater. Tid för psykologbesök bokas via vårdpersonalen.

**Övrigt:** krävs remiss; möjligt med studiebesök utan remiss

### **Lekterapi**

Lekterapeuten vid Lekterapiverksamheten på Ålands Centralsjukhus Barn- och ungdomsenhet är anställd av Rädda Barnen på Åland och samarbetar med ÅCS personal i ÅCS lokaler.

Lekterapin erbjuder barn och ungdomar möjlighet att bearbeta rädsla och utsatthet genom lek och skapande. Man vet att lek och sysselsättning har en läkande kraft. Lekterapin är en del av behandlingen och stöder det friska hos barnet. Lekterapeuten medverkar, i samråd med vårdpersonal, vid behov till att barnet/ungdomen ges information och förbereds mentalt inför undersökningar och behandlingar. I vissa fall är lekterapeuten också med under behandlingar/undersökningar för att hjälpa till med avledning och som stöd.

En av de viktigaste målsättningarna för lekterapin är att barnet ska få en positiv bild av sjukhuset och sin vistelse där.

### **Föräldrar till patienter vid ÅHS psykiatriska enhet**

De patienter vid ÅHS psykiatriska enhet som är föräldrar får svara på frågeformuläret "Barnen till tals". Där framkommer hur många barn patienten har, vilken ålder, samt vilka styrkor och svagheter som barnet har enligt föräldern. Som grund ligger två samtal, om det visar sig att föräldern tillsammans med psykiatriska enheten kommer fram till att det finns orosmoment och saker som familjen behöver stöd med erbjuds en preventiv familjeintervention enligt Beardslee modellen. Om föräldern upplever oro för sitt barn p.ga. sitt eget psykiskt dåliga mående följs det upp med hjälp av Beardslee modellen. Modellen är ett selektivt förebyggande föräldrastöd som erbjuds föräldrar med psykisk ohälsa och riktar sig som förebyggande till barn som anses vara i riskzonen för att utveckla psykisk ohälsa. För att ta del av detta föräldrastöd förutsätts att föräldern är i en situation där det går att tänka utifrån barnets perspektiv och är möjligt att fokusera på barnet och föräldraskapet.

Modellen består av ca 8 planerade träffar. Metoden är inte familjeterapi eller behandling för föräldern, utan följer en samtalsmanual. Metoden är strukturerad, men ändå flexibel. Fokus är att

öppna upp dialogen kring föräldrarnas sjukdom i familjen genom att allas röst ska bli hörd. Föräldrarna och barnen träffas både skilt och ihop. Metoden kan minska oron hos både barnen och föräldrarna. Barnet blir hört och sett som anhörig. Metoden försöker stärka barnens skyddsfaktorer dels genom att öka barnens förståelse för föräldrarnas sjukdom och dels genom att skapa en öppenhet inom familjen om sjukdomen. Föräldrastödet handlar också om att öka föräldrarnas medvetenhet om betydelsen av skyddande faktorer som t.ex. fungerande skola, kompisrelationer och intressen.

Behandlaren måste kunna förstå både barnets och föräldrarnas situation, vara på allas sida, även i situationer, där anmälan till socialtjänsten är aktuell. Att höra varje barn och se varje barn individuellt är en annan viktig princip. Barn i samma familj kan påverkas av föräldrarnas sjukdom på mycket olika sätt bl.a. beroende på ålder, utveckling, kognitiv och social kapacitet.

*Familjeintervention kan inte tillämpas vid akuta kriser, pågående missbruk eller familjevåld.*

### **Akuten, Hälsocentralen och intensivvårdsavdelningen**

Vid den enskilda människans kris, vid t.ex. plötsligt dödsfall fås emotionell första hjälp vid akuten, hälsocentralen och intensivvårdsavdelningen. I de fall då det rör sig om självmord och mord kopplas psykiatri in i ett tidigt skede, men sköterskorna vid intensivvårdsavdelningen, operationsavdelningen och akutenheten har gått ATSS-kurser (akut traumasjukvård för sjukskötare) för att kunna ge exempelvis föräldrastöd i akuta situationer.

ÅHS har en katastrofkommitté och en krisledningsgrupp. Vid en katastrof med fler skadade/döda än vad det vanligtvis finns resurser till så utlyses ett katastroflarm. Då aktiveras helt andra resurser och där är det psykiatri främst som organiserar emotionell första hjälp.

### **Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen, BUP**

Barn- och ungdomspsykiatriska mottagningen är en öppenvårdsmottagning för barn och ungdomar i åldersgruppen 0-17 år. På mottagningen arbetar barn- och ungdomspsykiatriker, psykologer, socialkuratorer och sjukskötare med att försöka upptäcka, bota, lindra och förebygga psykisk sjukdom hos barn och ungdomar. Familjen är oftast med för att göra en första bedömning av hur barnet/ungdomen skall stödas till en bättre psykisk hälsa. Behandlingen ser olika ut beroende på barnets/ungdomens behov. Det kan vara enskilda samtal, familjesamtal, föräldrautbildning etc. Föräldrautbildningen COPE dras i samarbete med Vision Nolltolerans vid Folkhälsan. Övrigt samarbete är med t.ex. skolpsykologer, barn- och ungdomspolikliniken, ätstörningsmottagningen "Treat" och BUF-teamet.

**Övrigt: Remiss  
Barnets ålder: 0-17 år**

### **Barns Utveckling och Funktionshinder, "BUF-teamet"**

BUF-teamet är ett samarbete mellan barn- och ungdomsenheten, rehabiliterings- och fysiatrienheten och barn- och ungdomsmottagningen (BUP). Teamet består av flera olika yrkeskategorier som tillsammans utreder barn med misstänkta utvecklingsavvikelser. Teamet består av barnläkare, barnpsykiater, psykolog, talterapeut, ergoterapeut, fysioterapeut och habiliteringskoordinator. Föräldrar och anhöriga som funderar över sitt barns psykiska och/eller motoriska utveckling kan via remiss få kontakt med teamet. Ibland kan också daghemmet eller skolan rekommendera en kontakt med BUF.

BUF-teamet utreder och behandlar barn och ungdomar med avvikelser i utvecklingen och/eller neurologiska sjukdomar. Sjukdomar i hjärnan, nervsystemet eller musklerna kan till exempel innebära att ett barn har svårt att förstå eller göra sig förstådd har svårigheter med sociala kontakter har svårt att röra kroppen på ett för åldern typiskt sätt (t.ex. klippa, hålla i en penna, cykla eller simma) eller får epileptiska anfall. Det är snarare funktionsbeskrivningen över barnets svårigheter än diagnosen i sig som förbättrar förutsättningarna för familjen att få relevant stöd och hjälp. Tillsammans med föräldrar och barnets nätverk utreder BUF-teamets medlemmar funktionsnedsättningen med sikte på att barnet ska få den hjälp som behövs för att så långt det är möjligt minska funktionshindret.

## **Anonyma Alkoholister & Al-Anon**

På Åland finns två grupper inom Anonyma Alkoholister. Pommerngruppen och en Sinnesrogruppen. Det finns möjlighet att delta på 2 möten/vecka inom vardera grupp. Deltagandet är helt kostnadsfritt och drivs på ideell basis. AA är känt för sina AA-möten, där en alkoholist möter en annan, nykter alkoholist. Detta är ett tillhörighetsstöd där man skapar hopp utifrån identifikation och förtroende. Medlemmarna uppmuntras att gå på så många möten som möjligt, och att också följa AA:s Tolv Steg för att kunna uppnå och behålla sin nykterhet. Anhöriga kan komma med på öppna möten, men det är alltid personen som vill bli/hållas nykter som är i fokus.

**Al-Anon** är en systerorganisation till Anonyma alkoholister. I denna grupp är det de anhöriga som är medlemmar. Al-Anon erbjuder ett program för tillfrisknande, med hjälp till självhjälp för familjer och vänner till alkoholister. Vare sig alkoholisten söker hjälp eller inte erkänner sitt alkoholberoende. Medlemmar ger och får tröst och förståelse genom ömsesidigt utbyte av erfarenheter, styrka och hopp. Genom att dela likartade problem binds individer och grupper samman i en gemenskap som skyddas av principen om anonymitet.

## **Fri från narkotika (FFN)**

Föreningen FFN är en självhjälpssammanslutning som främst stöder anhöriga och närstående till olika narkotikamissbrukare. Alla inom verksamheten har tystnadsplikt. Regelbundna träffar arrangeras 1gång/mån och vid behov även oftare. Medlemmarna delar erfarenheter och fungerar som ett stöd åt varandra. Inom föreningen är det möjligt att få rådgivning, samtal och kurser. Rådgivningen hålls i föreningens lokaler.

Fri Från Narkotika erbjuder anhöriga och andra närstående till personer som fastnat i missbruk ett stöd- och samtalsforum där man kan utbyta erfarenheter och ge uttryck för de känslor som hör ihop med problematiken och få bekräftat att man inte är ensam med dessa erfarenheter. Genom självhjälpssgrupperna kan anhöriga få dels information och praktiskt stöd men också ett känslomässigt- och tillhörighetsstöd. Det är viktigt att de anhöriga kan fortsätta fungera i vardagen, sköta sitt jobb och orka med att finnas till även för de andra friska familjemedlemmarna. Av den orsaken är också en viktig del av föreningens verksamhet att ge anhöriga en möjlighet att delta i de familjelivskurser som arrangeras av Föräldraföreningen mot narkotika (Sverige). Medlemmarna får också möjlighet att delta i ändamålsenlig skolning och fortbildning samt i konferenser och studiebesök. FFNs anhörigrådgivare utbildas och fortbildas i samarbete med Fri från Narkotika i Helsingfors, Föräldraföreningen mot Narkotika i Stockholm och RNS (Riksförbundet narkotikafritt samhälle) Sverige.

Föreningen ordnar också offentliga debatter, både med politisk inriktning och med sakkunnigpaneler, samt offentliga föreläsningar. Föreningen samarbetar med andra föreningar, organisationer och myndigheter i kampen mot droger, på Åland t.ex. Vuxna på stan och genom TFO-samarbetet.

### Ålands Handikappförbund (Handicampen)

Att vara förälder till ett barn med funktionsnedsättning innebär att leva under särskilda omständigheter. Dessa omständigheter är t.ex. att barnet behöver mer stöd och hjälp än andra barn, att föräldrar behöver ha kontakt med myndigheter och en mängd professionella, att mötas av fördomar och reaktioner både hos sig själv och andra och att ställas inför svåra val och prioriteringar. Ålands Handikappförbund är en samarbetsorganisation för tolv handikapp- och patientföreningar på Åland. Till handikappförbundets uppgifter hör att hänvisa vidare, att bevaka och agera i handikappfrågor, informera om funktionsnedsättningar, stöda och hjälpa medlemsföreningarna samt att upprätthålla ett gemensamt kansli "Handicampen".

Ålands litenhet gör att det inte är ändamålsenligt att bilda en egen förening för varje handikappgrupp. Därför ordnar handikappförbundet stödgrupper och annan gruppverksamhet för att fylla uppkomna behov. I dessa grupper används samtalsmetoden "rundan", där ordet går runt så att varje deltagare fritt har möjlighet att tala utan att någon avbryter, invänder eller kommenterar. Rundan är aktivt lyssnande i praktiken. Vips och råd får endast ges på deltagarens egen önskan. Grundtanken är att delad livserfarenhet, medmänsklighet och sunt förnuft kan hjälpa till med att bearbeta problem och hitta alternativa vägar att lösa dem.

### Föräldra- och familjestöd via DUV

De Utvecklingsstördas Vål på Åland r.f. arbetar för gynnsammare livsvillkor och bättre livskvalitet för personer med utvecklingsstörning och deras familjer. DUV erbjuder ett kontinuerligt föräldrastöd till familjer som har ett barn med utvecklingsstörning. Från allt som att stödja nyblivna föräldrar till att ordna meningsfulla och omväxlande fritids- och föreningsaktiviteter för alla åldrar. DUV övervakar också kvalitén på samhällets service, sprider information och kunskap om olika former av utvecklingsstörning och hjälper sina medlemmar med ansökningar och kontakter med myndigheter.

Föreningen har för närvarande fyra, av FDUV utbildade, föräldrastödjare, med uppgift att vara en medmänniska med tid att lyssna. Stödjarna håller också en nära och fortgående kontakt med föräldrar och familjer. Även hembesök är möjliga. Föräldrastödjarna kontaktar nyblivna föräldrar till barn med utvecklingsstörning för att lyssna på deras reflektioner och stödja dem i vardagen. Stödjarna leder också samtalsgrupper med föräldrar och anhöriga.

Inom DUV hålls föräldra- och föräldra-barngrupper:

- **Mini-DUV** är en föräldra-barngrupp för familjer med barn i åldrarna 0 - 7 år
- **Föräldragrupp** – för familjer med barn i skolåldern
- **Seniorträff** - för föräldrar med äldre barn
- **Träffar för mor – och farföräldrar**

I samarbete med de åländska kommunerna arrangerar DUV både barn- och ungdomsläger på lägergården Lottenberg i Jomala. På vintern är det veckoslutsläger som ordnas och under sommaren veckoläger. Generellt är tanken om att träffa andra i liknande situation en viktig grund för verksamheten. Därför ges även **Syskonstöd**, till de som har en bror eller syster med



utvecklingsstörning erbjuds 2 helträffar/år med andra syskon i liknande situation. Ledarna har själva en syster/bror med utvecklingsstörning.

**Typ av stöd:** Information och hjälp med ansökningar osv, förädra- och förädra-barngrupper, föreläsningar, lägerskolor och syskonstöd som ger tillhörighetsstöd, praktiskt stöd och känslomässigt stöd  
**Barnets ålder:** från nyfödd och uppåt

### **Föräldraföreningen för barn med särskilda behov**

Föreningen riktar sig till föräldrar som har barn med särskilda behov. Det kan gälla såväl synliga eller osynliga handikapp. Inom föreningen finns dels föräldrastöd för funderingar kring barnet och dels information om vart föräldern kan vända sig med olika frågor (nyckelpersoner/instanser).

Föreningen arrangerar medlemsmöten, något som också är viktigt som en plattform för diskussion mellan människor i liknande situationer eller med liknande erfarenheter. Olika aktiviteter och evenemang ordnas för hela familjen. I mån av möjlighet genomförs också intressanta föreläsningar för föräldrarna.

**Barnets ålder:** alla åldrar  
**Kontakt:** Föräldraföreningen för barn med särskilda behov  
**Typ av stöd:** informationsstöd, medlemsmöten och föreläsningar för föräldrarna, samt aktiviteter och evenemang för familjerna

### **Intresseföreningen för Psykisk hälsa – Reseda r.f.**

Föreningen Reseda arbetar för Psykisk hälsa genom attitydförändring, stöd och gemenskap. Föreningen är öppen för alla och arrangerar månadsmöten, ofta med en inbjuden föreläsare. Andra arrangemang är bl.a. teaterbesök, friskvårdsdag, vår- och julfest m.m.

Intresseföreningen är tillsammans med Axxels Utbildnings Ab och Högskolan på Åland Ab medarrangör till en "Erfarenhetsexpertis-utbildning inom mental- och missbrukarvård". De som blir erfarenhetsexperter har utöver godkänd utbildning också egen erfarenhet av mentala problem eller missbruk, antingen genom att själv ha lidit av det, återhämtat sig, använt sig av olika tjänster eller i egenskap av anhörig eller närstående. Utbildningen kompletterar erfarenheterna med kunskaper att verka inom planeringen, evalueringen och utvecklingen av missbrukar- och mentalvårdstjänster. Experterna kommer också kunna arbeta som erfarenhetsutbildare, ledare i smågrupper eller som stödpersoner. Erfarenhetsexperterna innebär en ny dimension både vad gäller behandlingen av missbruksbeteendet och föräldrastödet. Utbildningen slutar i mars 2014 och kommer att innebära att föreningen kommer att utveckla bemötandet av anhöriga.

**Barnets ålder:** alla  
**Kontakt:** Reseda  
**Typ av stöd:** månadsmöten, föreläsningar och småningom föräldrastöd med möjlighet att diskutera med utbildade erfarenhetsexperter

## Diabetesföreningen

Diabetesföreningen ordnar familjeträffar, utflykter och föreläsningar för familjer där det finns barn med diabetes (ingen speciell åldersgrupp). Diabetesföreningen har 388 medlemmar. Medlemmarna är vuxna med typ I diabetes, typ II diabetes och föräldrar till barndiabetiker. På barnavdelningen torde det finnas ca 32 barndiabetiker inskrivna.

**På familjeträffarna** träffas barn med diabetes, föräldrar och eventuella syskon för att göra en aktivitet tillsammans (t.ex. skridskoåkning, badresa, äventyrsgolf...). Familjeträffarna ger både barn och föräldrar möjlighet att umgås med andra i samma situation. Det är viktigt för barnet att få se att även andra barn måste testa sitt blodsocker och ta insulin. Även syskon stöds i vetskapen om att deras syskon inte är de enda barnen med sjukdomen. Aktiviteterna ger föräldrarna tillfälle att diskutera diabetesvården, ge tips om olika saker och möjlighet att prata av sig och dela med sig av sina erfarenheter.

Föräldrastödet ligger på nivån universellt förebyggande föräldrastöd, med ett generellt mål att arbeta för att främja hälsa och positiv utveckling. Det är väldigt viktigt att barnet accepterar sin sjukdom, eftersom sjukdomen är livslång och kräver omvårdnad flera ggr om dagen. Dålig diabetesvård ger senkomplikationer, som hämmar individen och blir dyra för samhället.

## Rädda Barnen

### Stödfamiljer, stödpersoner och familjehem

Barnets föräldrar och vårdnadshavare har huvudansvaret för barnet, men barnskyddet i kommunerna skall stödja dem i fostran av och omsorgen om barnet (se s.15). Rädda Barnen kompletterar kommunernas barnskyddsarbete bland annat genom att ordna utbildningar för stödpersoner, stödfamiljer och familjehem.

Stödfamiljer och stödpersoner är en stödåtgärd inom barnskyddets öppenvård som familjer också själva kan be om. När det gäller små barn avlastar stödfamiljen barnets familj och är trygga vuxenförebilder för det lilla barnet. Ungdomar kan utifrån sin egen eller familjens situation få en stödperson som hjälper, stöttar, lyssnar och, liksom stödfamiljen, är en trygg vuxen. Barnet träffar stödpersonen eller stödfamiljen enligt avtal och utifrån behov, från någon gång i veckan till en gång i månaden.

När det inte är i enlighet med barnets bästa, dess utveckling och hälsa, att bo hemma kan barnskyddet hjälpa barnet att få bo i ett familjehem. Ett familjehem är en vanlig familj som får ett uppdrag av barnskyddet att ta hand om barnet.



### Adoption

Rädda Barnen i Finland har avtal med de flesta åländska kommuner vad gäller adoption. Rädda Barnen Åland kan vidareförmedla kontakt till Rädda Barnen Finlands svenskspråkiga adoptionsrådgivning. Det finns även möjlighet att få stöd via en adoptionskurator i riket i såväl stora som små frågor. Det går bra att ringa adoptionskuratorn, som är specialistsjukskötare i psykiatri, för klargöra sina känslor, tankar

och handlingar. Kuratorn kan också hjälpa till att kartlägga var familjen kan få mer stöd om det behövs.

### Barnens internet

Barnens Internet erbjuder råd och stöd till barn och vuxna gällande barns internet- och medieanvändning. Kontakt kan tas såväl i förebyggande syfte som vid problematik kopplat till exempelvis skärmtid, dataspel och utsatthet på nätet; som kränkningar, hot, trakasserier och sexuell utsatthet. Verksamheten riktar sig till dagisbarn med föräldrar och uppåt.

### Materiell hjälp

Hos Rädda Barnen på Åland finns även möjlighet för familjer och barnhushåll i ekonomiskt utsatt position att ansöka om bidrag via barnfonden (för tex fritids- och hobbyverksamhet). Rädda Barnen är även del av samarbetsprojektet Matbanken. På Rädda Barnens kansli fås mer information. Verksamheten är konfidentiell.

Rädda Barnen på Åland bedriver även **Öppna Förskolan** (läs mer i kapitlet och barnomsorg), samt **lekterapi** vid Ålands Centralsjukhus (läs mer i avsnittet om ÅHS).

### Röda korset

Röda korset arrangerar olika utbildningar/kurser som på ett eller annat sätt kan fungera som föräldrastöd. Förutom att erbjuda exempelvis första-hjälp-kurser utbildar också Röda korset vänpersoner som kan bli ett stöd när ensamhet drabbar. Var och en som känner sig ensam kan kontakta röda korset och fråga om deras väntjänst. Att knyta vänskapsband kan vara svårt av många olika orsaker och ensamhet kan drabba unga, vuxna och äldre personer oberoende av ålder, kön, bakgrund eller kultur. Ensamheten kan uppstå till exempel på grund av lång distans till familj och släktingar eller på grund av en ny eller svår livssituation.

I form av ett integrationsprojekt har Röda korset har tillsammans med Mariehamns stad tagit fram ett informationsmaterial som kommuner och andra instanser kan använda sig av för att informera nyinflyttade familjer om föräldrastöd. Materialet "Föräldrar på Åland" är utformad så att den kan användas som en helhet som föräldrakurs för inflyttade, och som manus till olika personal (socialtjänst, barnomsorg, skola...) i deras kontakt med inflyttade. Pärmen ger personalen bättre möjlighet att informera och diskutera med inflyttade om daghem, skola, fostran, tonårstiden, våld i nära relationer samt trauma. Pärmen finns att köpa på Röda korsets kontor i Mariehamn.

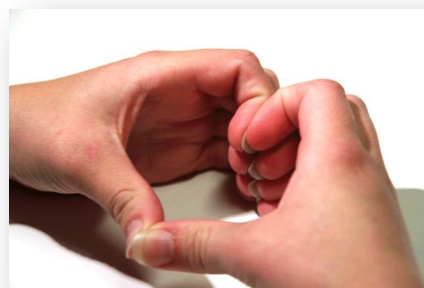
## Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland r.f.

### Familjerådgivning

Vid Folkhälsans Familjerådgivning bearbetas samlevnadsproblem främst i par- och familje frågor genom samtal. Även för de par som har eller skall separera finns stöd för att minska de negativa konsekvenserna för de berörda och för att *underlätta de vuxnas gemensamma föräldraansvar*.

Samtal vid mottagningen:

- stöder föräldrar i föräldrarollen
- vid äktenskapsmedling



- nyfamiljer, med mina barn, dina barn och våra barn
- par där det inte finns mycket gemenskap, känslor eller närhet längre
- par med kommunikationssvårigheter, t.ex. par som bara grälar eller är tysta eller talar förbi varandra.
- svartsjuka i parrelationen
- familjer där det finns upprepade konflikter
- par där någondera träffat en annan och/eller där otrohet förekommit
- par som funderar på att skiljas
- föräldrar som efter separationen har behov av samarbetsamtal kring gemensamma barn
- personer där relationen spruckit och partnern inte vill/kan/eller bör komma med
- kriser i familjen

Utöver samtal vid mottagningen hålls också föreläsningar och föredrag och kurser/diskussioner bl.a. för blivande föräldrar i samarbete med ÅHS, för att förmedla kunskap och ge information om samlevnad.

### **Projektet Vision Nolltolerans**

Inom ramen för projektet Vision Nolltolerans har två COPE-ledare utbildats och under vårvintern 2014 kommer projektet starta upp föräldrastödsprogrammet COPE på återkommande basis. Förkortningen står för Community Parent Education Program och den första kursen riktar sig till föräldrar med barn i åldrarna 7-12 år. COPE-kurserna kan hållas för föräldrar till barn i treårs åldern och föräldrar som snart blir myndiga. Grupperna delas in åldersmässigt så att föräldrarna diskuterar barn i liknande stadier, t.ex. COPE-kurs för föräldrar till tonåringar 13-18 år. COPE-utbildningen ska ge föräldrarna verktyg att hantera konflikter.

Kurserna är kostnadsfria och omfattar 8 tillfällen. Övrigt föräldrastöd inom Vision Nolltolerans ges exempelvis via föreläsningar och informationstillfällen inom ramen för projektet.

### **Föreningen Regnbågsfyren r.f.**

Föreningen Regnbågsfyren verkar för ökad synlighet av homo-, bi- och transpersoner på Åland och stödja sexuellt likaberättigande samt könsidentiteten och könsuttryckens mångfald. Föreningen vill motarbeta diskriminering och vill att homosexuella, bisexuella och transpersoner ska ha samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter som andra. Föreningen driver frågor politiskt och jobbar hårt med informationsarbete och sociala och stödjande verksamheter. Ibland arrangeras också föräldraträffar som stöd för föräldrar med homosexuella, bisexuella och/eller transkönade barn. Olika sorters träffar är viktig verksamhet som motarbetar risken att regnbågsfamiljerna ska känna sig ensamma. Barnen får också se att det finns flera familjer som har två mammor eller två pappor. Föreningen bistår också med stödverksamhet t.ex. när identitetsfrågorna blir extra tunga eller när en HBT-person behöver extra stöd i samband med en könskorrigering.

### **Föreningen Pussel familjen r.f.**

Pussel familjen är en förening som ger stöd till pussel familjer i olika skeden. Tanken är att föreningen ska förbättra villkoren för ensamstående försörjare både vad gäller sitt sociala liv och sitt arbetsliv. Föreningen försöker också påverka politiska beslut i frågor som rör ensamföräldrar eller nybildade pusslade familjer och allt vad det kan innebära. Pussel familjen ordnar månadsträffar och andra

evenemang/föreläsningar för medlemmarna. Föräldrastödet inom föreningen varierar, men handlar om tillhörigstöd, informationsstöd, känslomässigt stöd och ibland också praktiskt stöd.

### Ålands mångkulturella förening r.f.

Ålands mångkulturella förening strävar efter att fungera som en bro mellan de olika kulturer som finns representerade på Åland. Föreningen stödjer de nyinflyttades integration i det åländska samhället och främjar interkulturell dialog samt sprider information om olika kulturer för att förebygga motsättningar och främlingsfientlighet. Inom föreningens verksamhet arrangeras kurser, föreläsningar och olika kulturevenemang.



### Församlingar och trossamfund

Inom olika religioner, församlingar och trossamfund finns olika sorters föräldrastöd och föräldrar är välkomna att själva ta kontakt med den församling eller det trossamfund de tillhör för att få stöd i föräldrarollen. Ofta kan de ge vägledning, annat stöd eller sällskap. Det är inte alltid det bedrivs något organiserat föräldrastöd i form av föräldragrupper eller föräldrautbildningar, men det bedrivs kontinuerligt stöd till föräldrar i det enskilda samtalet.



**Inom den luthersk protestantiska kyrkan**, dit majoriteten av ålänningarna hör ser det ut så här: Föräldrar, barn och ungdomar kan söka upp en diakon/präst som arbetar inom kyrkan. Till en diakon kan man vända sig med vilka frågor som helst, t.ex. angående föräldraskapet och hur man ska hantera vardagen. Församlingen utbildar också stödpersoner som arbetar med att avlasta och stötta familjer och föräldrar inom de olika kommunerna. Stödpersoner utses och avlönas av hemkommunen. Tidigare har församlingen utbildat stödpersoner tillsammans med Röda korset, men numera gör de det på egen hand.

Flera församlingar arrangerar föräldra-barngrupper i olika former dit föräldrarna kommer tillsammans med sina barn på regelbunden, oftast en gång i veckan. Sådana här grupper kan t.ex. börja med gemensam sång-, musik- eller lekstund med fika efteråt. Runt fikabordet delas erfarenheter, svårigheter och glädjeämnen kring barn och familjeliv. I grupper där både föräldrar och barn medverkar gäller det ofta barn i 1-7 års ålder.

Inom diakoniverksamheten stöds människor med olika slags problematik, ofta inkopplade till missbrukarvården, socialen m.fl. I ett nätverkssamarbete mellan de olika instanserna och församlingen får de som tar kontakt individuellt stöd utifrån sina behov och sin situation. Till församlingen vänder sig personer i behov av råd och hjälp. Det kan handla om att ha någon att samtala med, hjälp i kontakt med myndigheter eller hjälp med att fylla i blanketter. Om det behövs djupare s.k. själavård kan det ske med en diakon eller tillsammans med en präst. Inom

diakoniverksamheten kan man också driva olika samtalsgrupper. Föräldrarna kan även få hjälp med biljetter till matbanken eller hjälp för att införskaffa nödvändiga kläder till familjen.

### **Bris Vuxentelefon**

Till BRIS Vuxentelefon kan föräldrar/andra vuxna ringa för att prata kring frågor och problem som rör barn. Samtalen får vara anonyma och samtalsämnena får beröra allt från svåra till mer vardagliga frågor. Du kan ringa oavsett om det gäller dina egna eller andras barn för att få tips om vart du kan vända dig för att få ytterligare hjälp. Tel: +46 77 150 50 50.

## KONTAKTUPPGIFTER:

<b>Adoptionskurator</b> .....	050 31 35 066 (stödtelefon) 050 91 29 708
<b>Adoptionsrådgivning</b> .....	Rädda barnen tel: 14 394
<b>Alkohol- och drogmottagningen</b> .....	531 720 (kl. 08.00-09.00 och kl. 13.00-14.00)
<b>Alternativ till våld</b> .....	0457 52 91 041 må och to 12.00-13.00 övriga tider telefonsvarare, e-post: atv@atv.ax
<b>Anonyma Alkoholister/AI-Anon</b> .....	040 37 42 921
<b>Barnombudsmannen på Åland</b> .....	25 254, hemsida: www.bom.ax
<b>BRIS vuxentelefon</b> .....	+46 77 150 5050
<b>Fri Från Narkotika, jourtelefon</b> .....	040 83 77 115
<b>Fältarna</b> .....	531452, gsm: 040 07 80 237
<b>Hem och skola</b> .....	www.hemochskola.fi
<b>Kvinnofridslinjen</b> .....	25 500
<b>Landskapsföreningen Folkhälsan på Åland</b> .....	12 201
- Lekoteket .....	17 434, gsm: 040 76 90 195
- Familjerådgivningen .....	52 70 48 (tidsbokning)
- Familjecafé .....	17435
- Projekt Vision Nolltolerans .....	0457 34 47 947
<b>Polisens tipstelefon</b> .....	0800 9 15 444 (gratis)
<b>Polisens växel</b> .....	52 71 00, hemsida: www.polisen.ax
<b>Pusselfamiljen</b> .....	0457 34 31 883, info@pusselfamiljen.ax hemsida: www.pusselfamiljen.com
<b>Regnbågsfyren</b> .....	040 14 61 888, info@regnbagsfyren.ax
<b>Rädda barnen</b> .....	tel: 14 394, hemsida: www.raddabarnen.ax
<b>Röda Korset</b> .....	020 701 2700, hemsida: www.rodakorset.fi
<b>Studerandehälsan</b> .....	538 680
<b>Tullens tipstelefon</b> .....	0800 1 46 000 (gratis)
<b>Tallbacken (barn- och mödrahem)</b> .....	531 305
<b>Waldorf Åland r.f.</b> .....	www.waldorf.ax
<b>ÅHS</b> .....	*5355, hemsida: www.ahs.ax
- BB-verksamheten.....	535 183
- BUF; habiliteringskoordinator.....	538 625
- BUP .....	via växel tel. 5355, må-to kl. 08.00-16.00, fre kl. 08.00-13.00
- Psykiatrijouren (akutpsykiatriska ärenden) .....	535 030, 535 100 (dygnet runt)
- <i>Psykiatriska rehabiliteringsmottagningen</i> .....	538 590, vardagar 08.30-09.00, 11.00-11.30 övriga tider telefonsvarare. Öppettider: må-to kl. 09.00-15.30, fre kl. 09.00-14.00.
<b>Ålands handikappförbund (Handicampen)</b> .....	527 360, www.handicampen.ax
- DUV .....	527 371, hemsida: www.duv.ax
- Föräldraföreningen för barn med särskilda behov	*527 360 www.handicampen.ax/foraldrforeningen
- Reseda .....	*527 360, www.handicampen.ax/reseda
<b>Ålands mångkulturella förening</b> .....	e-post: alandsmangkulturella@gmail.com

## Ett barn...

Ett barn som kritiseras  
lär sig fördöma

Ett barn som får stryk  
lär sig att slåss

Ett barn som hånas  
lär sig blyghet

Ett barn som utsätts för ironi  
får dåligt samvete

Men...

Ett barn som får uppmuntran  
lär sig förtroende

Ett barn som möts med tolerans  
lär sig tålmod

Ett barn som får beröm  
lär sig uppskatta

Ett barn som får uppleva rent spel  
lär sig rättvisa

Ett barn som känner vänskap  
lär sig vänlighet

Ett barn som får uppleva trygghet  
lär sig tilltro

Ett barn som blir omtyckt och kramat  
lär sig känna kärlek i världen

- Dorothy Law Holte -