

SALUT dagarna 2024

Arbetsprocess Generellt föräldraskapsstöd i grupp
Region Västerbotten
MHV - BHV



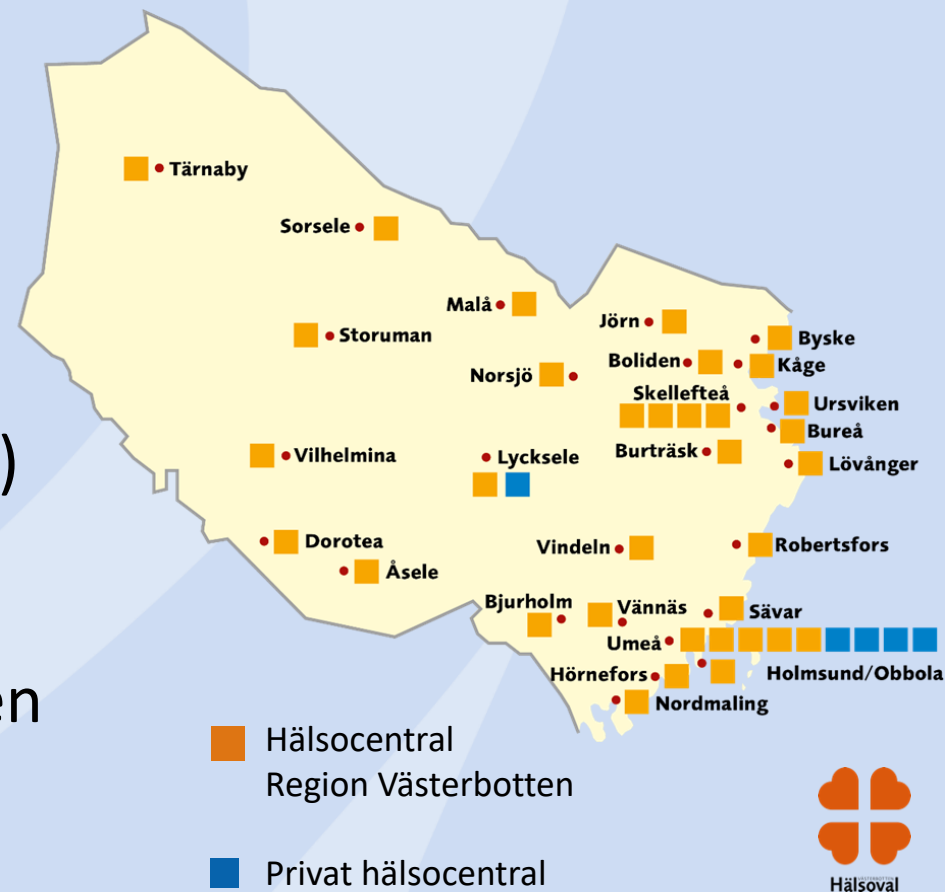
Föräldraskapsstöd i grupp Region Västerbotten

2023:

Födda barn Västerbotten: 2454 (PMO=2363)

Födda barn Umeå: 1713 (PMO=1457)

Motsvarar 61,7% av alla födda barn i regionen



Föräldraskapsstöd i grupp RV

1979
Riksdagsbeslut

2009
Riksdagsbeslut -
nationell strategi,
uppdaterad 2018

1997
Föräldrautbildning
blir
Föräldraskapsstöd

Ingår i MHV/BHV
nationella uppdrag

2020
Barnkonventionen
svensk lag

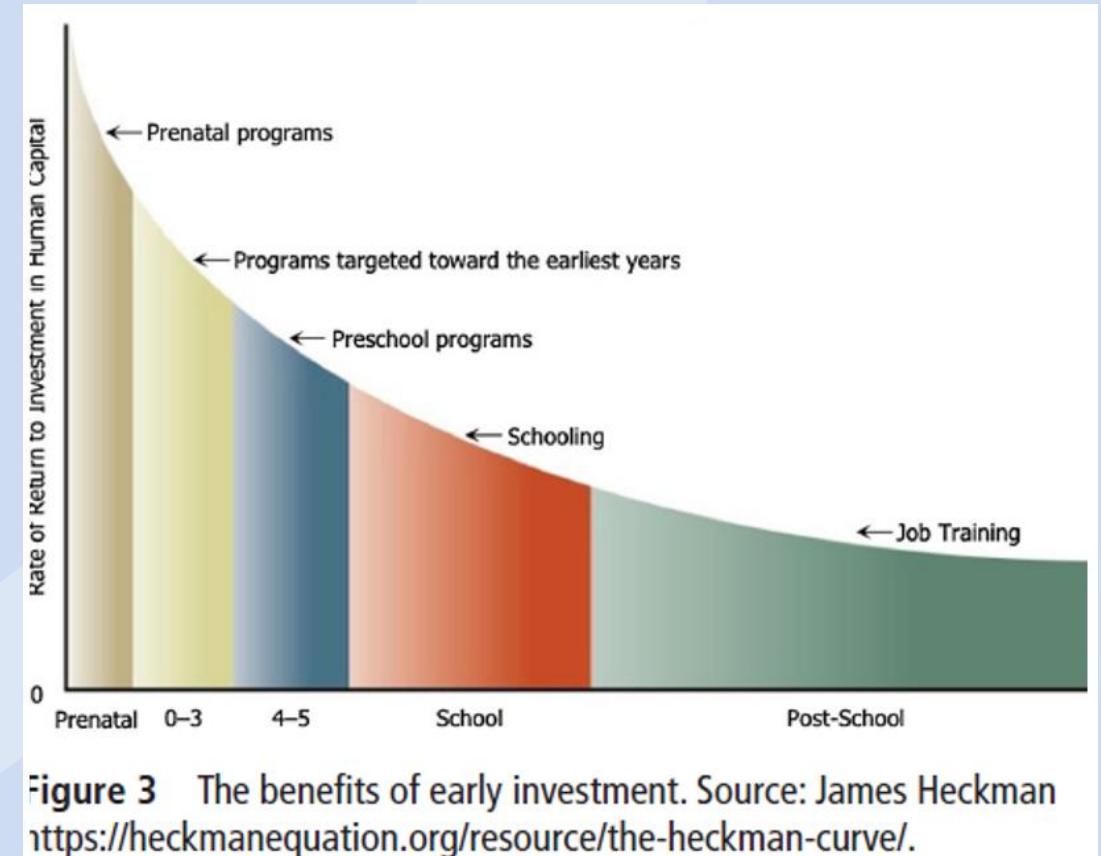
Ingår i **Uppdrag och
regler Hälsoval
Primärvård
Västerbotten**



Värdet av tidiga insatser som tex. föräldrastöd i grupp:

De 1000 första dagarna

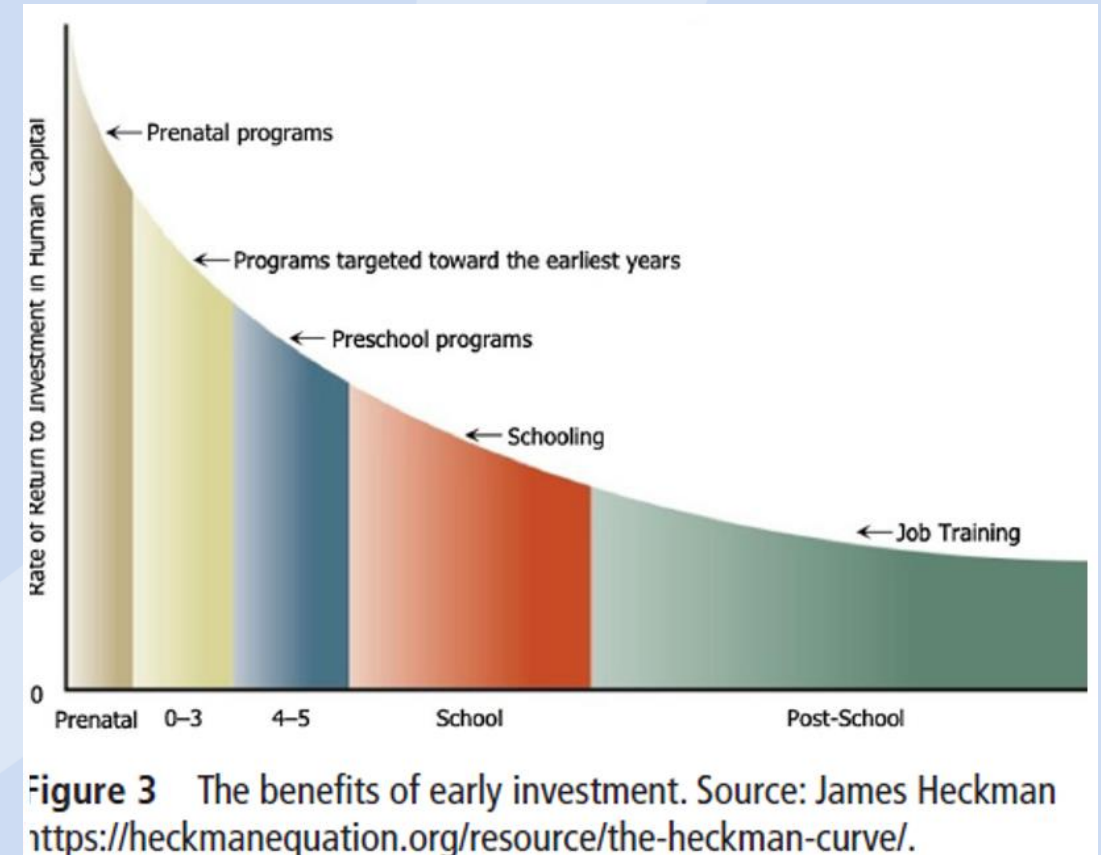
- Från konceptionen upp till två års ålder
- Förebygga och tidiga interventioner är bättre än behandling
- Ett "fönster" där vi har möjlighet att påverka barnets framtida hälsa
- Föräldrarna är mer mottagliga för information
- Barn som halkar efter utvecklingsmässigt under de två första åren har svårt att "komma ifatt"
- Barn är extra sårbara för omsorgssvikt under denna tid



Värdet av tidiga insatser som tex. föräldrastöd i grupp:

De 1000 första dagarna – Nordiska studien

[Folkhälsomyndigheten: De 1000 första dagarna i de nordiska länderna - resultat och slutsatser](#)



Föräldraskapsstöd i grupp RV

Första perspektivet



Barnets rättigheter enligt barnkonventionen

- Föräldrar ska ge vägledning och råd, lyssna på barnet och ta hänsyn till dennes tankar
- Båda föräldrarna har gemensamt ansvar för barnet och de ska sätta barnets bästa främst.
- Föräldrar har rätt till stöd från samhället

Föräldraskapsstöd i grupp RV

Andra perspektivet



Jämställt föräldraskap för barnets bästa

- Föräldraskapsstöd under graviditeten ökar förutsättningar för ett jämställt föräldraskap
- Mindre stress hos föräldrar ökar barnets välbefinnande
- Förebygger våld i familjen

Föräldraskapsstöd i grupp RV

Tredje perspektivet

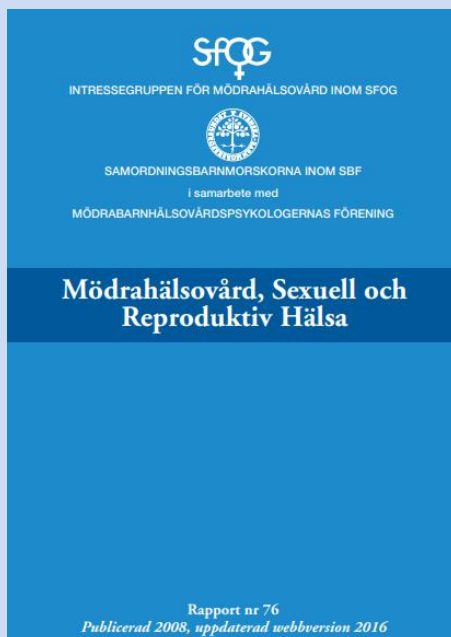


Föräldraskapsstöd för jämlikhet i hälsa

- *Tillgängligt för alla*
- Insatser utifrån föräldrarnas behov
- Stötta en god start i livet

Innehåll MHV:

SoS nya
kunskapsstöd
2022



Teman för föräldrastöd i grupp eller individuellt

Levnadsvanor	Kost, motion, tobak, alkohol, droger, stress och barnsäkerhet
Graviditet	Fysiska och psykiska förändringar, anatomi och fysiologi
Förlossning	Förlossningsstart, normal förlossning, smärta, smärthantering, andning och avslappning, induktion, komplicerad förlossning Komplikationer hos mor och barn BB-tiden, Smärtlindring, medicinsk och icke-medicinsk Bristningar
Praktisk förlossningsförberedelse	Förlossningsförberedelse med träning bör ingå (andning, avslappning, målbilder och visualisering). De blivande föräldrarna bör uppmuntras att träna hemma*.
Det väntade och nyfödda barnet	Barnet i magen, egna inre bilder av det väntade barnet, det nyfödda barnets kompetens och behov, prematuritet, förebygga skakvåld mot spädbarn. Barnkonventionen
Amning och uppfödning	Bröstens anatomi och fysiologi, amning under barnets första dagar, önskemål om att avstå eller oförmåga till amning, bröstmjölkersättning, amning under barnets första levnadsår
Föräldraskap	Från två till tre, den nya familjen, egna förebilder, föräldraledighet, jämställt föräldraskap Barnkonventionen
Parrelationen	Att vårda och utveckla relationen, tid för varandra, konflikthantering, sex, preventivmedel, balans arbete och familj

Erbjud föräldraskapsstöd i mindre grupper

Att bli förälder är en stor livsomställning. Föräldraskapsstöd till blivande föräldrar kan stärka förmågan att möta barnets behov, och underlätta omställningen efter förlossningen.

Rekommendation

Till dig som möter gravida

Erbjud föräldraskapsstödjande insatser till den gravida och eventuella partner eller medföräldrar, i mindre grupper tillsammans med andra blivande föräldrar.

Varför?

Enligt erfarenhetsbaserad kunskap har föräldraskapsstödet flera positiva effekter. Det kan till exempel

- stärka föräldrarnas förmåga och medvetenhet om de egna resurserna att möta barnets behov
- underlätta omställningen efter förlossningen
- stärka föräldrarnas sociala nätverk med andra blivande föräldrar
- främja amning.

Kompetens hos dig som leder föräldragrupper

Föräldragrupperna bör ledas av dig som är barnmorska i mödrhälsovården. Du behöver kunna stimulera reflekterande samtal och utveckling hos deltagarna, på ett pedagogiskt sätt. Det behövs ett utbyte både mellan deltagarna och mellan dig och deltagarna, för att stödet ska bli effektivt.

För detta behöver du löpande fortbildning om metodik och pedagogik, bland annat för att arbeta normkritiskt och jämlikt efter deltagarnas behov. Det är vanligt att psykologer i mödrhälsovården eller

Innehåll på sidan

Rekommendation

Kompetens hos dig som leder föräldragrupper

Arbeta så här

Läs mer

Alla rekommendationer om graviditet

[Socialstyrelsen > Kunskapsstöd och regler > Nationella riktlinjer: Graviditet, förlossning och tiden efter > Rekommendationer](#)

Innehåll BHV:

Nytt material i
Rikshandboken
nov 2021

➔ Mål och syfte med föräldraskapsstöd i grupp

Föräldraskapsstöd i grupp är en metod för att främja barns uppväxtvillkor. Här beskrivs syft...

➔ Förberedelser inför att leda föräldragrupper

Förslag på struktur, sammansättning och inbjudningar för föräldragrupper. Hur man ka...

➔ Att leda föräldragrupper

Hur man kan starta, leda och avsluta en föräldragruppsmöte och skapa trygghet och delaktighet i...

➔ Föräldragrupp: första träffen och tema omställning

Presentation av föräldragrupper på BVC, hur man kan skapa trygghet och delaktighet i...

➔ Föräldragrupp: vardagsliv - sömn

Introduktion till temat, förslag på frågor att diskutera, material, hjälpmedel för föräldrträffen o...

➔ Föräldragrupp: vardagsliv - skärmvanor

Syftet med temat är att erbjuda föräldrar tid för att reflektera över familjens skärmanvändning...

➔ Föräldragrupp: vardagsliv - balans i vardagen

Barnets vardag och relationerna i familjen utgör barnets uppväxtmiljö. Hur kan vardagen...

➔ Föräldragrupp: vardagsliv - alkohol och tobak

Introduktion, förslag på frågor att diskutera, material, hjälpmedel och tips på fördjupning.

➔ Föräldragrupp: föräldrar tillsammans

Syfte och introduktion till temat

➔ Föräldragrupp: mat

Syfte och introduktion till temat

➔ Föräldragrupp: barns utveckling

Tillsammans med gruppledaren

➔ Föräldragrupp: samspel och anknytning

Temat för föräldragruppsmöte som



[Rikshandboken BHV/Föräldraskapsstöd/Föräldraskapsstöd i grupp](#)

Att leda föräldraskapsstöd i grupp med stöd av ICDP/Vägledande samspel i Västerbotten

- BHV-sjuksköterskor och MHV-barnmorskor i Västerbotten erbjuds gå utbildning i att leda grupper med stöd av ICDP/Vägledande samspel
- Vägledande samspel är ett hälsofrämjande föräldrastödsprogram med utgångspunkt från föräldrarnas resurser

Föräldrastödsprogrammet Vägledande samspel

International Child Development Program (ICDP) = Vägledande samspel (VS)

Målsättningen med programmet är att förbättra kvaliteten på samspelet mellan föräldrar och deras små barn.

Programmet strävar mot att ge föräldrarna positiv vägledning i sitt föräldraskap och utgår från varje förälders unika relation till sitt barn.

”Goda relationer rustar dem för livet.”



Mål med Vägledande samspel i Västerbotten och Södra Lappland

Ökad
lyhördhet
och **empati**

Främja en
positiv
uppfattning
om barnet

Stärka **positivt**
samspel mellan
vuxna och barn

Främja
god hälsa
och
utveckling

Att leda föräldraskapsstöd i grupp med stöd av ICDP/Vägledande samspel RV :

"Att programmet är ett sätt att praktiskt arbeta med FN:s konvention om mänskliga rättigheter, i synnerhet barnets, tycker jag är speciellt viktigt. Att göra verkstad av det dagliga arbetet med de yngsta barnen"



<https://icdp.se/>

"Så allt som allt har hela mitt tänk och min utgångspunkt förändrats i och med ICDP. Från att som ny BHV-sjuksköterska enbart fokusera på att komma ihåg alla frågor, till att istället fokusera på att stärka samspelet. Arbete blir på en helt annan nivå. Det har också helt och hållet förändrat mitt synsätt på att leda en grupp".

"Att leda grupper har också stora utmaningar, att försöka sätta ramar för diskussioner och ha lite fingertoppskänsla för hur mycket eller lite man ska styra. Men allt som allt har jag känt att jag blir glad bara av att se föräldrar samtala, skratta och prata om jobbiga saker tillsammans på ett öppet sätt".

Utbildningsnivåer inom Vägledande samspel

Nivå 1 – upplevelsebaserad basutbildning

Programmets teoretiska förankring
Deltagarnas praktik och egna erfarenheter

Inspirera till att utveckla och uppmärksamma
positivt samspel

Nivå 2 – utbildning till vägledare

Ger fördjupade kunskaper och möjlighet att
hålla i egna vägledningsgrupper

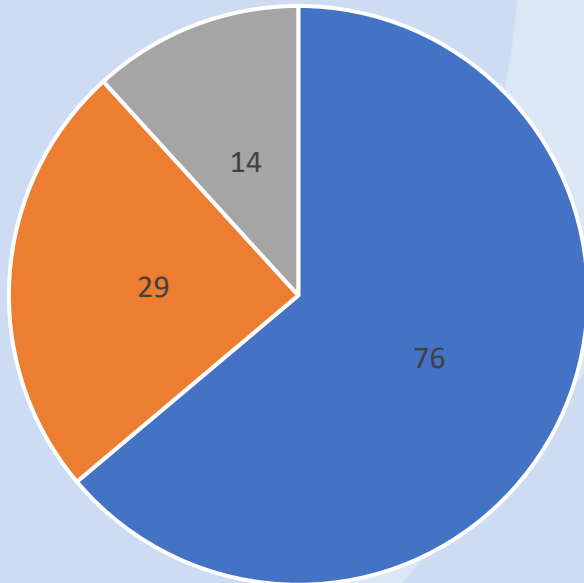
Håller i vägledningsgrupp under utbildningen

Nivå 3 - handledare och utbildare i programmet

Ger fördjupade kunskaper och möjlighet att
utbilda på nivå 1 och nivå 2 inom egna
organisationen

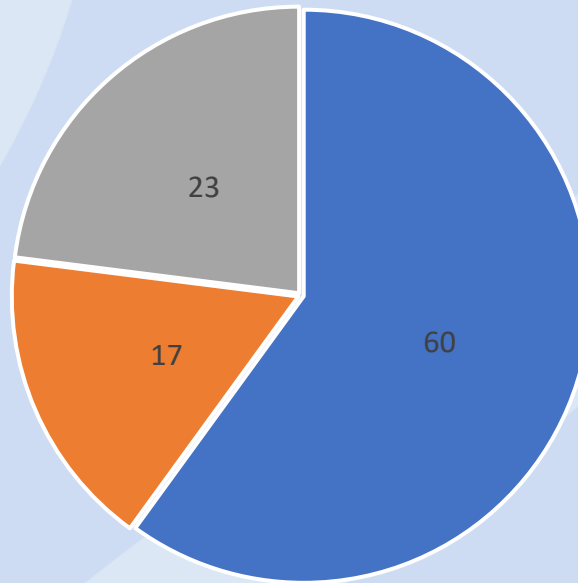
Har gått VS nivå 1 + 2 (procentuellt) regionalt

MHV-barnmorskor (59 totalt)



■ Nivå 1 ■ Nivå 2 ■ Har ej gått/Vet ej

BHV-sjuksköterskor (86 totalt)



■ Nivå 1 ■ Nivå 2 ■ Har ej gått/Vet ej

Övriga



■ Vet ej

Kommande VS utbildningar

Skellefteå

Nivå 1 hösten 2025

Umeå & Södra Lappland

Nivå 1 hösten 2025 och nivå 2 våren 2026

Nytt material att kolla in på www.icdp.se





Vi ser fram emot att träffa er som
ännu inte gått VS, och hoppas att
VS-arbetet fortskrider
för er som är mitt i det ♥

Erika, Emma, Anna-Carin & Linda
MBHV-psykologer och VS-utbildare

Hur ser det ut i Umeåområdet med föräldraskapsstöd i grupp?

- 8 Familjecentraler: Backen, Ersboda, Holmsund, Hörnefors, Nordmaling, Vännäs, Teg, Ålidhem
- 4 regionala Hälsocentraler: Robertsfors (FC-liknande) Mariehem, Sävar, Vindeln (snart familjecentral)
- 4 privata Hälsocentraler: Capio Dragonen, Citymott, Capio Norrlandskliniken, Husläkarna

Statistik som rapporteras
till Graviditetsregistret:
"Erbjuder Föräldrastöd i
grupp"



17 BHV enheter i
Umeåområdet
- 12 har grupper

Statistik som rapporteras
till regionen:
"Erbjuder Föräldrastöd i
grupp"

Att vänta och föda barn i Västerbotten

INNEHÅLL - ATT VÄNTA OCH FÖDA BARN I VÄSTERBOTTENS LÄN

1177
VÅRDGUIDE

liv & hälsa

→ Att vänta
Västerbo

→ Gravidite

→ Förlossni

→ Barnlösh



> Besöksprogram för gravida i Västerbotten

Under graviditeten blir du erbjuden sju till nio besök hos barnmorskan. Du är alltid...



> Erbjudande om fosterdiagnostik i Västerbotten

Du som är gravid får alltid information om fosterdiagnostik under graviditeten....



> Föräldraskapsstöd i Västerbottens län

Föräldraskapsstöd i grupp är träffar som anordnas av mödrahälsovården med...



> Så g förl

När du
komma
förloss

New parents?

Visit 1177.se for quality assured information about pregnancy, childbirth and parenting.



Taking care of a child



Breastfeeding



Childbirth



Infant formula and follow-on formula

Read more: 1177.se/english

1177

region
västerbotten

Kompetenscentrum för
mödra- och barnhälsovård
Västerbotten

region
västerbotten

Tack för att ni lyssnade!



För att komma i kontakt med oss samordnare och vårdutvecklare för MHV och BHV, vänligen kontakta:

Samordningsbarnmorskor och BHV vårdutvecklare

hanna.a.nystrom@regionvasterbotten.se

maria.lindmark.boberg@regionvasterbotten.se

annamaria.jakobsson@regionvasterbotten.se

susanne.ragnarsson@regionvasterbotten.se

MBHV-psykologer/vårdutvecklare

jenny.norlander@regionvasterbotten.se (MHV)

anna.falck@regionvasterbotten.se (BHV)