

# Trygge foreldre på Haugalandet

Et samarbeidsprosjekt mellom Haugalandskommunene  
Sauda, Vindafjord, Tysvær, Karmøy og Haugesund

# Bakgrunn:

- **Et ønske** fra kommuneledelsen og ansatte om å benytte COS som lavterskel foreldrekurs
- **Erfaringer** av en foreldregenerasjon som overveldes av informasjon fra media og med store krav til seg selv - behov for å trygges i foreldrerollen.
- **Kunnskap** om at omsorgspersonens sensitivitet og trygg tilknytning er den beste utviklingsstøtten for barnets totale utvikling og psykiske helse

# Hva?

- Circle of security – Parenting (COS-P) er en psykoedukativ og tilknytningsbasert forebyggende intervensjon
- Foreldrekurs i gruppe på 8-10 deltakere over 8 samlinger av 1,5 times varighet
- Det fokuseres på sentrale elementer i tilknytningspsykologi gjennom et ferdig videomateriale og grafisk materiale
- Kursholdere forutsettes å ha 3-årig høyere utdanning og sertifiseres etter 4-dagers kurs i regi Tilknytningspsykologene

# Hvorfor?

- Fremme trygg tilknytningen mellom barn og omsorgsgiver
- Øke foreldres sensitivitet overfor barnas signaler og behov
- Inspirere foreldre til refleksjon over egne følelses- og handlingsmønstre
- Se barnet innenfra og seg selv utenfra
- Hvordan møte og støtte barnet i to grunnleggende behov: Behovet for trygghet og behovet for utforskning

# Hvordan?

- Kurset tilbys universelt til alle førstegangsfødende innen barnet er 4 år gammelt
- Tilbys på universelle arenaer hvor foreldre ferdes naturlig, eks. i helsestasjon, barnehage eller samfunnshus
- Ønskelig å legge til rette for at kurset oppleves tilgjengelig og attraktivt for foreldre i ulike samfunnsgrupper

# Kort fremdriftsplan

- Opprette prosjektlederstilling etter innvilget midler
- Prosjektleder ferdigstiller prosjekt- og implementeringsplan i samråd med brukere, forskningsinstitusjon og kommuner
- Utdanning av kursholdere
- Implementering og gradvis opptrapping av foreldrekurs i takt med forventet økende popularitet
- Evaluering gjennom følgeforskning

# Suksesskriterier:

- God forankring i ledelse og ansatte
- I tråd med kommuneplaner og politiske føringer
- Mål om å nå bredden av foreldre ved å gjøre kurset som en del av ordinær oppfølging på helsestasjon
- Universelle tiltak kan være effektive når mange påvirkes litt, eller fordi det også treffer risikogrupper som ellers er vanskelige å nå
- Mulighet for at sårbare familier fanges bedre opp og at terskelen for å motta hjelp senkes?

# Risikofaktorer

- Høyt antall foreldre, særlig i de større kommunene
- Hvordan rekruttere deltakere fra ulike samfunnsgrupper, og forhindre at tiltaket medfører økte sosioøkonomiske helseforskjeller?
- Hvordan fange opp og tilby mer støtte til de som er i risiko eller der barn har utviklet symptomer?
- Tiltak på selektert og indikert nivå må fremdeles tilbys; hvordan kan vi snu ressurser og innsats fra rødt/gult til grønt nivå?



# Effekten av tiltaket

- Det er i noen grad forsket på COS-P som tiltak rettet mot risikogrupper
- Det er i liten grad forsket på COS-P som universelt folkehelsefremmende tiltak
- Tiltaket er stadig mer benyttet og populært i norske kommuner – behov for mer kunnskap!

# Effekt på foreldre

- Opplever foreldrene nytte av tilbudet?
- Kan man måle effekter på faktorer knyttet til foreldres opplevelse av foreldrerollen og relasjonen til barnet?
- Treffer tilbudet hele brukergruppen, og oppleves det like nyttig for alle samfunnsgrupper?
- Kan tiltaket bidra til at usikre foreldre trygges, og senke terskelen for at foreldre som trenger mer støtte fanges opp og mottar slik hjelp tidlig i barnets liv?

# Samfunnsnytte

Kan man gjennom prosjektet finne holdepunkter for at COS P kan være et nyttig tiltak fra et samfunnsøkonomisk og helsefremmende perspektiv?



TRYGG  
BASE

Støtt min  
utforskning

- Pass på meg
- Gled deg over meg
- Hjelp meg
- Ha det fint med meg

TRYGG  
HAVN

Ta meg i mot  
når jeg kommer  
til deg

- Beskytt meg
- Tross meg