

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



## Bakgrund

- BVC Åre behov av pedagogisk kompetens
- Idén föds
- Litteratur studie
- Projektplan till Åre Primärvård och Åre kommun
- Finansiärer ordnas
- Prof. H Stattin knyts som vetenskaplig handledare
- Start sep 2006

# Ömsesidig Respekt



## Teman/ämnen

## Ömsesidig respekt/Gränssättning

Alla skall respekteras,  
både barn och vuxna.

Rättigheter/skyldigheter

Följa värdegrund och  
normer från hjärtat -  
vilja ta ansvar.

Värdegrund enligt  
Barnkonventionen.



# Ömsesidig Respekt



## Teman/ämnen

### Emotionell coaching

Skapar tillit och ömsesidig respekt mellan föräldrar och barn.

Ger barnet förmågan att själv komma över motgångar.



# Ömsesidig Respekt



## Temamämnen

### Självkänsla

Hur kan vi ge barnen en god självkänsla?

Hur agerar vi när vi har bra respektive dålig självkänsla?

Vilka konkreta verktyg kan vi använda för att stärka dessa egenskaper?

Vad är helt förödande att göra mot barnet och dess självkänsla?



# Ömsesidig Respekt



## Teman/ämnen

## Hur kan vi som föräldrar förebygga mobbing?

Det förebyggande arbetet mot mobbning börjar vid barnets födelse - det handlar om våra värderingar



# Ömsesidig Respekt



## Teman/ämnen

### Sömn/återhämtning

Hur kommer det sig att sömnen är så viktig för vår hälsa?

Sömn påverkar självkänslan, minnet, immunförsvaret, ämnesomsättningen, motivationen, koncentrationsförmågan, förmågan i konflikthantering med mycket mera.



# Ömsesidig Respekt



## Teman/ämnen

### Kost

Hur skapar vi goda matvanor?

En dietist är med oss.  
Vi pratar och lagar mat tillsammans



# Ömsesidig Respekt



**Blir vi någonsin fullärd som förälder?**



# Föräldrafortbildning

# Ömsesidig Respekt



## Utvärderingen

I samarbete med Örebro universitet och  
Prof Håkan Stattin

Svårigheter och problem

Två olika utvärderingar med olika verktyg

# Föräldrafortbildning

# Ömsesidig Respekt



## Vi har mätt:

- Implementeringen (hur många föräldrar deltog och utbildarens påverkan )
- Cohens d (utbildningens effekt)
- "Consumer satisfaction" (Deltagarnas upplevelse)

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



## Implementeringen av insatsen

- Blev deltagarna faktiskt exponerade för programmet?
- Utbildarens påverkan.
- Senaste året - 104 föräldrar tillfrågade/1 ledare
- 66 av dem gick utbildningen - 63%,
- Under hela perioden är det 68% som deltagit.
- I genomsnitt deltog föräldrarna 73% av alla tillfällen.

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



**Utfall** - Skiljer sig deltagarnas beteende efter att ha exponerats för programmet?

- Vi har använt en pre-post design – mäter samma sak före och efter för att sedan även jämföra mellan kontrollgrupp och målgrupp.
- En uppföljning efter 14-17 månader - detta är ovanligt.

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



- Cohen's d är ett mått som man ofta använder i utvärderingsforskning. Cohen's d anger styrkan på effekterna av interventionen oberoende av antalet deltagare.
- Man brukar normalt utgå från att Cohen's d mellan 0 och .20 är *låga* effekter, 20 till 50 är *måttliga* effekter, och .50 till .80 är *höga* effekter.
- Cohen's d i denna utvärdering varierar mellan 0.26 och 1.08. Den genomsnittliga Cohen's d är 0.62. Det motsvarar en måttlig till hög effekt.
- Det är sällan som universella interventioner når så höga Cohen d värden.

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



## "Consumer satisfaction".

Har den här kursen gett dig mer kunskap om föräldraskap jämfört med tidigare? 100%

Känner du att den här kursen har gett något för din relation till ditt barn? 99%

Känner du att den här kursen har gett något för din relation med din sambo eller man? 86%

Känner du att den här kursen har gett ditt barn något? 95%

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



- Generellt visar resultaten att undersökningsgruppens föräldrar är mer trygga i sin föräldraroll än kontrollgruppens föräldrar.
- Det här är ett interventionsprogram som ger både kort och långtidseffekter

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



## Summering från Håkan Stattin:

- Effektutvärderingen visar på kort- och långtidseffekter
- Effektutvärderingen visar på effekter på huvuddelen av alla frågeställningar som vi har
- När vi ställer exakt samma frågor till kontrollgruppen så visar de inga som helst skillnader över tid vilket det heller inte skall göra.
- När vi gör nöjdhetsskattningar så "slår vi i taket" - föräldrar är mycket nöjda. 100% rekommenderar kursen till andra föräldrar.

# Föräldrautbildning

# Ömsesidig Respekt



- Idag är Ömsesidig Respekt en verksamhet i Åre kommun och Åre primärvård.
- Projekt i Krokoms- och Bräcke kommun med varsin utbildare.
- EU-genomförande projekt med en kompetenshöjande insats för mödrabarnhälsovårdspersonal och familjecentralers personal. Även för personal i förskola 1-5 år i Åre, Krokoms och Bräcke