

Gruppverksamhet för föräldrar med tidigare missbruk

Lena Lejondahl

Mats Linde

Peter Breife



Ramar

7 träffar, mars-juni 2016

Varannan tisdag kl 16.30-18.00

2 gruppledare per träff, summa 4 (2 kvinnor och 2 män)

1 av gruppledarna med vid samtliga gruppträffar

Deltagarna #1

4 par varav 3 par deltog

Alla har haft kontakt med Mödra/barnhälsovårdsteamet Haga och remitterats till spädbarnsgruppen på Familjehuset

Samtliga, utom en av papporna, har fått diagnosen ADHD och har kontakt med psykiatrin

Deltagarna #2

En av mammorna har ett barn sedan tidigare, som varit placerat i familjehem men nu bor hemma igen

Samtliga, utom en av mammorna, har arbete eller studerar

Alla, utom ett av paren, har en pågående enskild kontakt på Familjehuset

Gruppverksamhet



Gruppverksamhet



Bra koncept och det händer mycket

En BAS som ger TRYGGHET och STÖD i vardagen
De har stort behov av ett hållande/bärande

TILLSAMMANS är stark...

Paret är med tillsammans och får del av info/kunskap
Deltagarna delar själva med sig av värdefulla tips.

Ramar är viktigt, men...



Ramar och kontinuitet är viktigt

Ramar är viktigt och har nämnts tidigare
(Tider, samma plats...)

Kontinuitet

Genom Lena (urmodern), har en lång relation byggts över tid (UNIKT!)

Lena har också funnit för dem mellan träffarna och

har hört av sig inför mötena med sms/samtal för att påminna dem



....det behövs förtroende



....det behövs förtroende

Förtroende har funnits och byggts upp
- inte minst genom Lena

Relation är A och O

Tack vare Lena har vi andra kunnat komma
in i gruppen och vunnit deras förtroende. Då
det finns en grundtrygghet i relationen till henne
så var det mycket lättare och gick snabbare att
vinna deltagarnas förtroende.



Grupptillfällena



Grupptillfällena

Viktigt att vara lyhörd för det som är aktuellt och angeläget för deltagarna

Det hinner hända mycket mellan träffarna:

- Ett par separerar
- Några kämpar med ekonomin
- Jobbigt och problem i parrelationen
- Någon flyttar väldigt ofta



Teman på träffarna

Presentation + hur vi tänkt med gruppen...

Relation

Missbruk

Föräldrarollen

Stress

Trötthet

Våld / Aggresivitet



Enkätresultat #1

Deltagandet i gruppen har varit värdefullt

Speciellt uppskattades stödet som utbytet av erfarenheter gav, samt gruppledarnas engagemang

En del saknat tydligare fokus på teman, andra uppskattat ett mer fritt och öppet samtal

Enkätresultat #2

Ledarduon växlat – inga större problem för deltagarna

Svårt hitta tidsupplägg som passar alla

Samtliga deltagare ville fortsätta till hösten

Mail till Familjhusets chef i november 2016 från en av deltagarna:

Jag känner att det finns behov av att ha en föräldragrupp utan tabun. Vi saknar gruppen och önskar via detta mail få dig att förstå vikten av att få träffa andra i samma situation.

Som föräldrar förväntas vi vara familjens projektledare och ge vårt barn en trygg barndom. Men för mammor och pappor med ADHD, psykisk ohälsa och/eller missbruk kan det egna livet vara ett kaos.

Utan att överdriva tycker jag att gruppen fungerar som en viktig livboj för oss deltagare. I en vanlig föräldragrupp på BVC känner man sig ofta osedd, vilket är jobbigt för oss med en diagnos eller tidigare missbruk. Men i den här gruppen söttade vi varandra, i stället för att tveka om vem som har bäst barn.

Att vara nykter och drogfri är en förutsättning för att kunna vara förälder. Jag tror att många med missbruk, alternativt diagnos, lider i tystnad. Vi får lägga stor energi på att dölja vårt förflutna, för att inte bli dömda som dåliga föräldrar.

Själv missbrukade jag amfetamin under många år, för att stå ut med den ständiga rastlösheten och kaoset som ADHD innebär. Pappan till mitt barn har även han missbrukat droger och fått en diagnos i vuxen ålder. Tack vare att vi fått stöd och kunnat ventilera med andra i samma båt, har vi kunnat träda in i föräldrallivet på ett hyfsat normalt sätt.

Under Lenas träffar diskuterade vi olika teman, som relationer, missbruk, föräldrarollen, stress och sömn. Samtalen utgick alltid ifrån hur vi som föräldrar mår och hur vi tillsammans som par ska kunna hantera vårt föräldraskap. Detta är viktigt för oss, att tillsammans med andra föräldrar delge våra erfarenheter och kunskaper. Sedan finns ju Lena, Peter och Mats där och tipsar oss om hur vi kan lösa vissa saker på ett bättre sätt. Hur vi kan tänka annorlunda.

Struktur, regelbundenhet och planering är A och O för att vi med vårt förflutna ska funka. Vi hoppas se en fortsättning på träffarna. Det betyder mycket att få vara tillsammans med andra, som förstår hur man själv fungerar. Om jag och min partner har en jobbig vecka, med drogsug och rastlöshet, behöver vi ett forum där vi kan komma och träffa andra som förstår oss. Det gör att vi känner oss peppade och kan vara bra föräldrar och förebilder för vårt barn.

Tack!



 PARTILLE KOMMUN
Social- och arbetsförvaltningen

Gruppverksamhet för föräldrar med tidigare missbruk

Lena Lejondahl

Mats Linde

Peter Breife



 PARTILLE KOMMUN
Social- och arbetsförvaltningen