



Till dig som initiativtagare

till exempel gruppchef, VU, projektledare eller ordförande i lokalförening

Ramar för metoden «FÖRÄLDRASTÖD»

Ramar för metoden styr vad som kan anpassas lokalt och visar vad som krävs för att metoden ska leda till förväntade effekter för barn och viktiga vuxna.

För att följa metoden för föräldrastöd ska vi:

- Rikta oss till föräldrar och vårdnadshavare som inte har tillgång till kommunens föräldrastödsprogram
- Använda träffarnas innehåll med manual, förberedelsebild och power-point som underlag för samtal med föräldrarna
- Följa *Checklistan för föräldrastöd*
- Ha samma syfte och mål (nivå I och nivå II har olika mål) på de platser där föräldrastöd genomförs
- Utvärdera på samma sätt oavsett geografisk plats (hur skiljer mellan nivå I och nivå II) och använda den logg som finns framtagen för att dokumentera om föräldrar söker mer stöd från samhället efter våra träffar
- Utbilda samtalsledare i den nya föräldrastödsutbildningen enligt instruktion i handboken
- Samverka med kommunen och guida/lotsa föräldrar vid behov av mer stöd till kommunens befintliga stödsystem

För föräldragrupper (nivå II) ska vi:

- Initialt genomföra en kartläggning av vilket föräldrastöd som redan finns lokalt och planera för hur Rädda Barnens insatser kompletterar detta
- Utgå från de grundläggande träffarna med fokus på föräldraskap då de är mest centrala och sen bygga på med andra ämnen/träffar
- Vara två utbildade samtalsledare per föräldragrupp som kan tala och läsa på lätt svenska (ska kunna läsa träffarna och handledningen samt delta i utbildning på svenska).
- Anställa/engagera samtalsledare som har kulturell och kontextuell kompetens
- Identifiera en lämplig lokal och eventuell barnvakt/anpassning för barnen så att föräldrarna kan delta (för barnverksamhet följ metoden för barnvänliga platser vilket också kräver resurser utöver föräldrastödet)

Rekommendationer

- Vid uppstart av helt nya grupper - arbeta uppsökande över en tid på några månader för att rekrytera deltagare till föräldragrupperna samt tid och kompetens att delta i aktuell utbildning, konsultationstid, handledning m.m
- I genomförandet av träffarna med föräldrarna - i inledningen och vid avslutningen av träffen använda sig av Handbokens tips på incheckning och utcheckning tillsammans med ledarna.
- Genomföra stärkande gruppaktiviteter, se inspirationsblad parallellt med samtalsträffarna
- Ses fysiskt - även om digitala föräldragrupper och informationsträffar inte ska uteslutas då det kan möjliggöra träffar vid till exempel långa avstånd
- Bjuda in olika aktörer som besöker föräldragruppen/informationsträffen
- Ta hjälp av guide att välja träffar efter olika föräldrar och vuxnas behov

Detta är flexibelt och kan anpassas efter lokala behov

- De valfria träffarna kan kombineras på olika vis efter behov
- Ordningen på alla träffar kan anpassas men justering kan behöva göras så att hemläxor och annan logik som bygger på varandra funkar med ny ordning
- Informationsträffarna (nivå I) kan hållas för olika målgrupper där föräldrar bör vara en majoritet men ibland kan även andra vuxna delta på dessa informationsträffar beroende på kontext
- Var vi håller till och detaljer kring vilken målgrupp vi möter är olika
- Hur länge en föräldrastödsinsats kan pågå bedöms utifrån lokala behov och upplägg
- Upplägget att ha separatistiska grupper eller inte är valbart utifrån lokala behov och önskemål från målgruppen själva (se mer info i *frågor och svar*)

Syfte och Mål (uppdaterad 23/5 2025)

Förändringsteori och mål - ompaketering

Inputs (resurser)	Aktiviteter	Prestationer (Outputs)	Kortsiktiga utfall	Medelsiktiga utfall	Långsiktiga utfall
Resurser som behövs för att genomföra aktiviteterna	Direkt effektskapande aktiviteter	Direkt resultat - förutsättning för förändring	Förändring RB förväntar sig uppnå	Förändring RB förutsatt att man uppnår	Förändring RB önskar uppnå
Lokal	Enstaka informationsträffar	Enstaka informationsträffar med föräldrar har genomförts	Föräldrar har ökad kunskap om samhällsaktörer, dess funktion och rätt till stöd och hjälp	Ökade skyddsfaktorer för barnet	Barns utveckling och mående främjas av föräldrar
Utbildade gruppledare	Modulbaserat föräldrastöd bestående av 5 grundläggande träffar om föräldraskap och cirka 15 olika valbara träffar + 1 Uppstartsträff och + 1 Avslutningsträff	Föräldragrupper har genomförts enligt instruktioner i manualen	Föräldrar har en känsla av delaktighet och trygghet i gruppen	Föräldrar upplever en ökad trygghet i föräldrarollen	Föräldrar deltar aktivt i samhället
Material (papper, whiteboard, pennor etc)		Föräldrar i behov har lotsats till vidare stöd	Stärkta skyddsfaktorer för välmående bland föräldrar	Föräldrar skapar egna relationer utanför gruppen	
Fika/mat		Roliga sociala aktiviteter har genomförts (valbart)	Föräldrar har ökad förmåga att fatta välgrundade beslut	Föräldrar söker i större utsträckning stöd från samhällsaktörer	
Handboken för föräldrastöd	Lotsning till vidare stöd vid behov				
Manualen Trygga föräldrar, Trygga barn	Sociala aktiviteter för familjen (valbart)				



Sammantaget syftar Rädda Barnens föräldrastöd till att barns utveckling och mående främjas av föräldrar och att föräldrar deltar aktivt i samhället.

Rädda Barnens föräldrastöd tar sikte på alla tre delar av vår triangel:

Direktstöd: gruppaktiviteter för föräldrar och familjer som annars inte får tillgång till det från kommunen

Kunskapsspridning: Vi ökar kunskap om föräldrars situation med ett särskilt fokus på ett tryggt föräldraskap

Påverkan: Förutsättningarna för föräldrar och barn som lever i utsatthet ska få det bättre

Sammanfattning av behov

- Föräldrar är de enskilt viktigaste personerna för ett barns liv, utveckling och förverkligandet av barnets rättigheter.
- En av de främsta skyddsfaktorerna för alla barn, men särskilt de som lever i utsatta situationer, är att vuxna i deras närhet gör vad de kan för att bidra med värme, tålmod och omsorg i vardagen.
- När barn lever i utsatta situationen vet vi att vi behöver stärka föräldrarna.
- Alla kommuner i Sverige erbjuder någon form av föräldrastöd, men det finns ett behov av ett mer tillgängligt och anpassat stöd för de målgrupper som Rädda Barnen möter

Sammanfattning av Rädda Barnens lösningar

Nedan bild sammanfattar innehållet i Rädda Barnens föräldrastöds som består av olika delar och som tillsammans utgör ett psykosocialt stöd för hela familjen.



Föräldrastödets innehåll

- Rädda Barnen kompletterar kommunens föräldrastödsinsatser genom ett tillgängligt och inkluderande, flexibelt och behovsanpassat stöd.
- Rädda Barnens föräldrastöd riktar sig till föräldrar som inte har tillgång till kommuners befintliga föräldrastöd - vi kan vara en brygga mellan målgruppen och kommunen
- Lokalt kan det variera vilka dessa föräldrar är, men det kan handla om föräldrar som faller mellan stolarna och som inte tar sig till kommunens stöd eller som inte upplever sig hjälpta av det. Det kan till exempel vara föräldrar som är nya i Sverige, som lever i socioekonomisk utsatthet eller som inte känner förtroende för de svenska myndigheterna.
- Rädda Barnen som civilsamhällesaktör har förtroendet och förmågan att skapa tillit och fördjupa kunskap om viktig föräldra- och samhällsinformation i kombination med stärkande aktiviteter för hela familjen.

Olika nivåer av insatser

Nivå I och II

I en kommun kan medlemsrörelsen eller anställda på region- och lokalkontoret implementera – föräldrastödet som består av Nivå I - "Informationsträffar" samt Nivå II "Föräldragrupper". Det som skiljer de båda nivåerna är framför allt vilka resultat vi kan förvänta oss. Nivå I är en form av punktinsats där vi inte kan säkerställa att vi når resultat kopplat till själva relationen mellan barnet och föräldern, alltså föräldraskapet.

För Informationsträffar Nivå I är fokus att öka kunskap och fördjupa förståelsen för viktig föräldra- och samhällsinformation. Vi träffar föräldrar i större grupper några enskilda gånger, det kan vara olika deltagare varje gång.

Målet med föräldragrupperna Nivå II är att stärka föräldraskapet och där vi kan jobba mer på djupet med samma föräldrar över tid. Vi ses minst sex gånger i en stängd grupp med samma deltagare.

Tips på samarbetspartners

Kommunen, lokala studieförbund, Länsstyrelsen.

Tips för finansiering

Länsstyrelserna över landet har olika medel att fördela som kan riktas till föräldrastöd. Bidrag för studiecirkel från studieförbund som kan täcka arvode, lokal och andra verksamhetskostnader.

Förhållningssätt som vägleder oss i arbetet

Rädda Barnens föräldrastöd har tre värdeord: Tillit, Trygghet och Delaktighet. Mer om detta går att läsa i Handboken samtHandledningen för föräldrastöd.

Resurser för arbetet

Rädda Barnens föräldrastöd kan genomföras i stor eller mindre omfattning och bestå av en enskild insats till exempel två kvällar som en informationsträff – men också pågå över lång tid flera dagar i veckan i ett år beroende på lokalt upplägg. Budgeten för dessa insatser ser väldigt olika ut på olika platser i landet.

Erfarenhet i arbetet med föräldragrupper säger oss att regelbundenhet är viktigt med en frekvens på en träff i veckan. Därtill kommer till exempel hel- och halvdagar med sociala aktiviteter till exempel på lov och helger. Ibland hålls två föräldragrupper på samma dag om deltagarna är många och resurserna finns.

Oavsett nivå I eller II bör vi tänka in lite materialkostnad till exempel handböcker för Tryggt Föräldraskap att dela ut, annat material beroende på tema samt fika eller mat och transport för utflykter och besök.

I arbetet med metoden krävs följande uppdrag

- Vi ska alltid vara två samtalsledare vid föräldragrupper.
- Det går att tänka att det finns ideella uppdrag men att leda grupperna helt ideellt kan vara svårt att få till.
- Vid informationsträffar funkar det att vara en samtalsledare eftersom det nästan alltid genomförs tillsammans med en samarbetspart.

Inspiration för ideella uppdrag inom föräldrastödet:

Kompletterande samtalsledare - bidrar till samtalen och kan fördjupa kunskaperna om någon särskild fråga

Barnansvarig - Att parallellt med föräldrastödet erbjuda en Barnvänlig plats eller enklare barnpassning.

Fika- och trivselansvarig - den som skapar relationer och håller kontakten med föräldrar som vill delta.

Familjeansvarig - organiserar sociala aktiviteter för barnfamiljerna att mötas, se inspirationsblad.

Tolk/ språkstödjare - Kanske kan någon i målgruppen vara tolk eller översätta delar? Eller så finns behovet att rekrytera någon som kan ha det uppdraget beroende på behov och lokala förutsättningar.

Kompetens och utbildning

För att starta Rädda Barnens föräldrastöd behövs det utbildade samtalsledare. Samtalsledarna ska ha kunskap om målgruppen, och gärna ha egen, relevant kultur- och språkkompetens. Vi kan hitta samtalsledare som kompletterar varandra. Många som idag arbetar med Rädda Barnens föräldrastöd har tidigare erfarenhet av kommunens eller andra organisationers

föräldrastöd. Tips att hitta samtalsledare via utskick till skola, SFI, Socialtjänsten, föräldrasamordnare, lokala föreningar.

Samtalsledare som använder metoden ska vara utbildade i Rädda Barnens föräldrastödsutbildning. Föräldrastödsutbildningen ger kunskap om vår metod och den hålls lokalt eller regionalt av Rädda Barnens trainers. Grunden är att alla som håller i föräldragrupper på Rädda Barnen ska gå föräldrastödsutbildningen. Den är primärt avsedd för Rädda Barnen men kan ges till externa vid till exempel ett avtalat samarbete. Föräldrastödsutbildningen är uppdelade i tre delar för att möjliggöra deltagande även för deltidsarbetande och ideella. Utbildningen anpassas efter lokala behov och förutsättningar och genomförs fysiskt eller digitalt.

Rädda Barnens föräldrautbildning sätts ihop lokalt av en trainer och innehåller ibland alla eller vissa delar beroende på behov och förutsättningar lokalt

Del 1 Rollen och vårt uppdrag i föräldrastödet	3h digitalt
Del 2 De grundläggande träffarna 1-6	3h digitalt
Del 3 De valfria träffarna	3h digitalt

Resultat och kvalitetssäkring

Föräldrastödsgrupperna ska alltid utvärderas. Detaljer för hur ideellt föräldrastöd kan utvärderas presenteras på föräldrastödsutbildning. För Rädda Barnens kansli ska arbetet alltid utvärderas enligt metodens MEAL-plan och enligt handboken.

Kombinera gärna metoden med

Barnvänlig Plats, Tjej- och Kill-forum, DOIT, Sagocafé