

# Utvärderingsrapport om folkhälsosatsningen – föräldrastödsprogrammet COPE 2006-2008

## Bakgrund

I december 2004 åkte ledningsgruppen för och personal i Familjecentralen i Ösmo på en tvådagarskonferens med temat Evidensbaserade metoder för föräldrastöd som Statens folkhälsoinstitut bjöd in till. Där presenterades fem olika föräldrastödsprogram. Gruppen beslöt att arbeta med föräldrastödsprogrammet COPE i Nynäshamns kommun. För att utveckla verksamheten vid Familjecentralen bedömdes förutom enskilda stödjande samtal för föräldrar också föräldrastödsgrupper vara ett bra komplement till den öppna verksamheten.

Under 2005 ansökte socialförvaltningen och barn- och utbildningsförvaltningen gemensamt hos Länsstyrelsen i Stockholms län om statsbidrag för förebyggande insatser. Kommunen beviljades 75 000 kronor för att utbilda gruppleddare till COPE. Varje COPE kurs skulle ledas av en person från socialförvaltningen och en ifrån barn- och utbildningsförvaltningen. Fyra personer utbildades 2005 och sex 2006. Av dessa har tre slutat sin anställning i kommunen och tre har fått andra arbetsuppgifter.

I verksamhetsplanen för Familjecentralen för 2006 och 2007 formulerades målen på följande sätt:

- Att utveckla gemensamma arbetsformer och metoder för att stödja föräldrar i föräldrarollen enskilt, i grupp och i den öppna verksamheten
- Att utveckla arbetsformer mellan olika professioner för att främja barnets hälsa och utveckling

## Utökad uppdrag om samverkan

Vid socialnämndens arbetsutskott 05-03-01 bjöds barn- och utbildningsnämndens arbetsutskott tillsammans med tjänstemän från de båda förvaltningarna in för att diskutera utveckling av samarbetsformer. De båda förvaltningarna fick i uppdrag att presentera ett gemensamt förslag till insatser för att förbättra situationen för barn och ungdomar i kommunen. Först presenterades ett förslag med rubriken Pågående och önskvärda barn- och ungdomssatsningar i samarbete. Förslaget hade en total kostnad på 6,6 miljoner. Det var en beskrivning av befintliga satsningar inom Resurser på hemmaplan och en utvidgning med nya insatser.

I samband med ett möte i början av hösten med de båda nämndernas ordförande, förvaltningschefer och några tjänstemän förändrades uppdraget från att handla om ett brett förebyggande arbete bland barn och ungdomar till att riktas mot insatser för att förebygga externa placeringar av barn och ungdomar. Ett nytt förslag till en kostnad av 3 till 3,5 miljoner kronor skulle presenteras. En gemensam ansökan presenterades för de båda nämnderna i december 2005 och kommunstyrelsen beviljade 2006-03-22 bland annat 200 000 kronor till föräldrastödsprogram.

2005-10-28 genomfördes en introduktionsdag för rektorer, skolsköterskor, kuratorer, specialpedagoger, socialsekreterare och personer från resursenheten. Syftet var att målet med satsningen skulle vara väl känt i de verksamheter som berördes. Agneta Hellström, som är en av dem som har rätt att utbilda COPEledare i Sverige, informerade om programmet.

Nynäshamns kommunstyrelse beviljade 2007-03-21 ytterligare 200 tkr för att garantera fortsatt arbete med föräldrautbildning ett år till.

## **Syftet med föräldrastödsprogrammet**

Syftet är att ge föräldrar verktyg att förstå och hantera sitt barns beteende och att stärka föräldrarna i sitt föräldraskap. Ett viktigt syfte är också att förbättra samspelet i familjen och att skapa stödjande nätverk. Programmet har ett utpräglat pedagogiskt innehåll.

## **Prioriterat område för kommunens folkhälsosatsning**

Det prioriterade område som denna satsning svarar mot är barns hälsa.

## **Centralt mål**

Ett centralt mål är att förebygga externa placeringar och därigenom halvera kostnaderna för dessa under tre år.

## **Målgrupp**

Föräldrar som önskar utveckla sitt föräldraskap.

## **Delmålgrupp**

Barn i de familjer där någon förälder deltar

## **Kostnader**

För att finansiera genomförandet av kurserna ansökte socialförvaltningen och barn- och utbildningsförvaltningen, gemensamt om medel från folkhälsosfonden.

Medel beviljades för 2006 och 2007 med vardera 200 000 kronor.\*

\*Ks § 58, 2006-03-22

\*Ks § 110, 2007-03-21

## **Utvärdering**

Någon utvärdering av hur föräldraskapet förändrats för deltagarna efter genomförd kurs, har inte genomförts i Nynäshamns kommun. Beslutet att satsa på föräldrastödsprogrammet COPE togs utifrån att Statens folkhälsoinstitut rekommenderade detta program som ett av flera evidensbaserade föräldrastödsprogram.

## **Internationell studie**

Det finns studier som visar att barns utagerande beteende minskat. En randomiserad utvärdering är gjord i Canada där programmet utarbetats.

## **En nationell studie**

En utvärdering av de första årens grupper i Uppsala län har gjorts av Institutionen för psykologi vid Uppsala universitet under ledning av Lisa Thorell. Utvärderingen visar att man verkligen når föräldrar vars barn har svåra problem med denna föräldrautbildning och en rekryteringsmetod där man använder sig av en öppen inbjudan. Signifikanta effekter uppnås på såväl barnens problembeteende ( hyperaktivitet och trotssymtom ) som föräldrars upplevelse och förmåga att hantera barnet ( föräldrastress, brist på upplevd kontroll i föräldrarollen, problem i dagliga situationer ).

## **Kort information om programmet**

COPE - The Community Parent Education Program och har utarbetats av professor Charles Cunningham vid McMaster's Children Hospital i staden Hamilton i provinsen Ontario. Vid centret har man sedan flera år gjort en bred satsning på förebyggande insatser i familjernas närmiljö i samarbete med kommunerna. Även om COPE ursprungligen utarbetades för föräldrar till barn med påtagliga problem med utagerande beteende kan det med fördel

erbjudas till alla föräldrar som upplever att de har behov av stöd i att hantera typiska vardagsproblem och konfliktsituationer med sina barn.

Syftet är att ge föräldrar verktyg att förstå och hantera sitt barns beteende och stärka dem i sitt föräldraskap. Ett viktigt syfte är också att förbättra samspelet i familjen och att skapa stödjande nätverk.

Programmet har en väl beprövad manual som finns översatt till svenska. Man arbetar utifrån en storgruppsmodell. En COPE-grupp kan bestå av mellan 25-30 föräldrar, vilket gör programmet kostnadseffektivt och skapar förutsättningar för ett rikt erfarenhetsutbyte mellan föräldrar (från Svenska Cope föreningen).

### **Arbetet i Nynäshamns kommun**

Den inbjudningsfolder som utarbetats och används i kommunen vänder sig till alla föräldrar med barn i åldern 3-10 år. Under hösten 2008 genomfördes den första kursen med Tonårs – COPE, en kurs för föräldrar till tonåringar. Även den inbjudan vänder sig till alla föräldrar. Tanken är att alla föräldrar har glädje av att lära om hur bl.a. uppmuntran och beröm på ett medvetet sätt kan bryta negativa cirklar och förbättra samspelet i familjen. Det har varit viktigt att inte stigmatisera föräldrar och vända sig enbart till föräldrar med barn med svårartat beteende.

Det ska vara lätt att delta i kurserna. Därför erbjuds barntillsyn vid varannan kurs. Det bjuds på kaffe och smörgås eftersom många föräldrar kommer direkt från arbetet. Gruppledarna uppmuntrar till samäkning och skickar hem kursmaterial med ”hemläxa” till föräldrar som har förhinder.

Kurserna har hållits i lokaler som varit lätt tillgängliga och väl kända. Det har varit viktigt att ingen förälder skall känna motstånd till att komma till kursen.

### **Sju kurser har genomförts 2006-2008**

De har varit fördelade på de olika kommundelarna och med deltagare enligt följande:

Vårterminen 2006 20 deltagare	Nynäshamn, i Nynäshamns församlingshem kvällstid 12 Nynäshamn 5 Sorunda 3 Ösmo
Höstterminen 2006	Nynäshamn, i Humlegårdsskolans matsal kvällstid 18 deltagare 8 Nynäshamn 6 Sorunda 4 Ösmo
Vårterminen 2007 12 deltagare	Ösmo, i Tallbackaskolans matsal kvällstid 2 Nynäshamn 2 Sorunda 6 Ösmo 2 Tungelsta
Vårterminen 2008 16 deltagare	Ösmo, i Vanstaskolans matsal kvällstid 4 Nynäshamn 3 Sorunda 9 Ösmo
Vårterminen 2008 9 deltagare	Nynäshamn, i Folkets Hus eftermiddagstid 5 Nynäshamn 2 Sorunda 1 Ösmo 1 ingen uppgift
Höstterminen 2008 10 deltagare	Nynäshamn Viaskolans matsal kvällstid 4 Nynäshamn 5 Sorunda 1 Ösmo
Höstterminen 2008 14 deltagare	Nynäshamn Svandammsskolans matsal kvällstid 10 Nynäshamn 1 Sorunda 2 Ösmo 1 ingen uppgift tonårsCOPE

## **Resultat av folkhälsosatsningen COPE föräldrastödsprogram 2006-2008**

### **1 Kursutvärderingar**

I slutet av varje kurs har deltagarna fått fylla i en utvärdering av kursen (consumers satisfaction). Det har varit svårt att få alla att lämna in utvärdering. De som inte deltagit vid sista kurstillfället har fått hem utvärderingsblanketter med frankerat svarskuvert, men svarsfrekvensen har varit låg. Den totala svarsfrekvensen är 52%.

Det övervägande antalet av de som svarat har varit nöjda eller mycket nöjda med kursen. På frågan ”Tycker du att ditt barns beteende har påverkats positivt sedan du börjat pröva strategierna?” har 53 % svarat Ja, definitivt, 39 % Ja och 8 % Tveksamt. Det enda område där uppfattningarna har gått isär är på frågor om att se rollspel och att själv pröva rollspel

Spontana kommentarer:

- ”Det är jätteviktigt att träffa andra föräldrar. Jag skall berätta om COPE på min dotters föräldramöte”
- ”Vårt hem är lugnare och mer harmoniskt och både vi och barnen är gladare”
- ”Konflikterna har definitivt minskat”
- ”Mycket bra kurs och trevliga kursledare. Lite tråkiga scener i början, men sedan vart de intressantare. Då gick det lättare att diskutera scenerna. De första var för innehållsfattiga. Det var mycket bra att få mycket tid att samtala med andra föräldrar. De samtalen har blivit mer och mer intressanta vart efter tiden har gått. Man har kommit i kontakt med föräldrar och vågar prata ut med andra föräldrar om svårare problem”
- ”Denna utbildning är något som de allra flest föräldrar bör ha nytta av”
- ”Ett att lära sig att vara en ännu bättre förälder
- ”Hela kursen var bra och redan första strategin gav omedelbar utdelning”
- ”Synd att den är slut nu, har varit jättebra”

### **2 Påverkan på barns hälsa**

Någon stor vetenskaplig studie över effekterna av hur barns hälsa påverkas för barn vars föräldrar genomgått COPE kurs har ännu inte genomförts i Sverige. Socialstyrelsen har givit Örebro universitet i uppdrag att studera och utvärdera fem olika föräldrastödsprogram, varav COPE är ett.

### **3 Svårigheter att nå många**

Inför varje kurs har inbjudningar skickats hem med barn och elever från förskola och skola. Mellan 2 400 och 2 600 inbjudningar har tryckts och distribuerats inför varje kurs. Inbjudningar har också distribuerats till BVC, Familjecentralen i Ösmo, socialtjänstens Barn- och ungdomsgrupp m.fl Vid fyra tillfällen har också annonsering i Nynäshamns Posten skett.

Inför varje kurstillfälle har fler anmält sig än de som sedan deltagit. Resultat från andra kommuner visar att det är realistiskt att räkna med ett bortfall på 25 %. Vid två kurser har dock det motsatta inträffat. Fler kom och deltog än som anmält sig.

För att underlätta för ensamstående föräldrar att delta provades under våren 2008 att anordna kursen under eftermiddagar. Tanken var att arbetslösa och långtidssjukskrivna skulle kunna gå på kurs vid en tidpunkt då deras barn fortfarande kunde vara i förskola respektive inom skolbarnsomsorgen. Trots att detta varit framgångsrikt i några kommuner, bl.a. i Visby, blev det färre deltagare än förväntat. (9 deltagare kom till första träffen men endast fem fullföljde kursen) Dessutom var det förenat med högre kostnader än för andra kurser.

Vi fick hyra extern lokal eftersom kommunens egna lokaler används på eftermiddagarna. När vi använder egna lokaler betalar vi ingen hyra. Kostnaden för kaffe och smörgås blev också högre eftersom det då köptes av lokaluthyraren.

### **Vilka erfarenheter kan dras av satsningen.**

När föräldrakurserna startade var ambitionen att allt arbete med föräldrakurserna skulle ske inom ramen för ordinarie arbetstid. Med tiden blev det tydligt att den ambitionen var för högt ställd. För att få kursledare och att möjliggöra för chefer att bevilja personal att ta på sig detta uppdrag får ledarna mertid eller övertidsersättning. Få personer kan avsätta den tid som behövs för att genomföra kurser och samtidigt sköta ordinarie uppgifter.

Trots att totalt sjutton gruppleddare har utbildats 2005-2008 är det ibland svårt att få ledare till kommande kurser. Fyra av de utbildade gruppleddarna har slutat sin anställning i kommunen, en är tjänstledig, fyra har fått andra arbetsuppgifter och för två av dem är det för tillfället omöjligt att avsätta tid för föräldrakurser eftersom det finns vakanta tjänster på deras arbetsplatser och verksamheten därmed blir sårbar.

Av de två som är utbildade för tonårs COPE kommer en att sluta under våren. TonårsCope kommer därför inte att genomföras under våren 2009. Nya gruppleddare kommer att utbildas i maj då nästa tillfälle för utbildning erbjuds både för grundkursen och också för påbyggnadskursen för tonårsföräldrar.

För att nå ut till fler föräldrar med erbjudandet om föräldrakurser skulle mer tid behöva avsättas för ett systematiskt implementeringsarbete. Besök på föräldramöten i förskolor och skolor är ett bra sätt att informera om föräldrautbildningar. Där kan man också ge exempel på hur utbildningen är upplagd och vilka frågor som behandlas.

Tid måste avsättas för att planera, administrera och praktiskt förbereda kurserna. Sammanställning av kursutvärderingar är också en del av det administrativa arbetet. I samverkan med socialförvaltningen får diskussioner föras om det mest effektiva sättet att hantera de frågorna.

## **Fortsatt arbete**

### **1 Nationell nivå**

#### **Föräldrastödsutredningen**

Regeringen beslutade den 22 maj 2008 att ge en särskild utredare i uppdrag att ta fram en nationell strategi för föräldrastöd. Riksdagsledamoten Inger Davidsson förordnades av regeringen som särskild utredare. Utvecklingschef Titti Fränkel, fil.dr. Pia Tham och utredare Bengt Sundbaum förordnades som utredningssekreterare. Strategin har tagits fram i samråd med ett stort antal aktörer inom föräldrastödsområdet där representanter för studieförbund och ideella organisationer, forskare och experter, samt professionsföreträdare spelat en viktig roll. Utredningen har fortlöpande samrått med Sveriges Kommuner och Landsting, Statens folkhälsoinstitut och socialstyrelsen utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa.

Utredningen överlämnade sitt betänkande *Föräldrastöd – en vinst för alla* den 31 december 2008 till regeringen.

Föräldrastödsutredning lyfter fram några framgångsfaktorer för en Nationell strategi för samhällets stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap:

- Samorganisering av verksamheter, t.ex. i form av familjecentraler eller familjecentralliknande verksamheter.
- Centralt placerade samordnare i kommunerna och landstingen
- Tydliga överenskommelser mellan regionala aktörer
- Beslut på högsta politiska nivå samt förankring på ledningsnivåer i alla berörda organisationer
- Långsiktighet med målet att föräldrastöd integreras i ordinarie verksamhet
- Tydliga avtal om rollfördelning och finansiering mellan kommuner, landsting, ideella organisationer, studieförbund, privata aktörer och näringsliv

(Föräldrastödsutredningen 2.5)

### **Behovet av svensk forskning**

Många av de utländska ursprungsprogrammen har utarbetats för en målgrupp med ett mer utpräglat riskbeteende jämfört med de målgrupper programmen har i Sverige. Det innebär att programmets effekter troligen blir svagare då programmen här används universellt och selektivt. Programmen har också kritiserats för att de innehåller vissa moment som inte står i överenskommen med vår syn på barnuppfostran och för att föräldrastödsprogram för barn i förskoleålder felaktigt tillämpas också för spädbarnsföräldrar. COPE bygger på teorier som har stöd i forskningen och fokuserar på att stärka familjerelaterade skyddsfaktorer, där det främst handlar om att hjälpa föräldrar att utveckla en varm relation till sina barn. COPE innehåller också träningsmoment som till exempel rollspel och hemläxor. Det är faktorer som visat sig vara verkningsfulla i internationella studier.

Det är angeläget att få ett bättre vetenskapligt underlag för effekterna av föräldrastödsprogram som bygger på svenska förhållanden. Därför föreslår föräldrastödsutredningen att forskning kring föräldrastödsinsatser i Sverige stärks. Ett steg i den riktningen har tagits av Nationellt utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa (UPP) vid Socialstyrelsen, som givit Örebro universitet i uppdrag att studera och utvärdera fem olika föräldrastödsprogram. En slutrapport från projektet, ska enligt planerna publiceras senast i januari 2013 (Föräldrastödsutredningen 10.1)

### **Ett nytt föräldrastödsprogram**

Statens folkhälsoinstitut har i samarbete med Stockholms stad utarbetat ett nytt föräldrastödsprogram som heter Familjeverkstan. Det är uppbyggt på ett liknande sätt som COPE. Efter att ha sett ett filmavsnitt som visar en situation där barn och föräldrar agerar, samtalar föräldrarna om vad som händer och hur man kan handla på ett mer ändamålsenligt sätt. Statens folkhälsoinstitut har ingått ett avtal med två studieförbund, ABF och Vuxenskolan, om att vara med om att sprida detta föräldrastödsprogram.

## **2 I Nynäshamns kommun**

Under 2009 planeras flera COPE kurser både för föräldrar till 3-10 åringar och för tonårsföräldrar.

Därutöver har Nynäshamns kommun träffat en överenskommelse med ABF om ett samarbete kring Familjeverkstan. Kommunen står för kostnaden för en gruppledd utbildning som ABF genomför. Föräldrarna betalar 100 kronor och resten av kostnaden, som t ex gruppledd utbildning bidrar kommunen med. Kommunen upplåter lokaler för kurserna. 3-4 kurser planeras under hösten 2009. Arbetet med att rekrytera cirkelledare har påbörjats.

## **Ekonomi**

Ekonomi 2006-2008

Barn- och utbildningsförvaltningen har av kommunstyrelsen beviljats 400 000 kronor för arbetet med COPE kurser. Det första året inköptes dator, projektor, stativ och högtalare för att utrustning till föräldrakurserna alltid skulle finnas tillgängligt.

Andra kostnader under de två första åren har varit för förbrukningsmaterial, förtäring både för kursdeltagare och också till de barn som deltagit i barntillsynen i anslutning till föräldrarnas kurser, lön till personal för barntillsyn, tryckning av inbjudningar och gruppledarutbildning och annonsering i lokalpressen.

Under 2008 har samma möjlighet att få gruppledare som kunnat genomföra arbetet med kurserna inom ordinarie arbetstid inte funnits. Flera deltidsanställda har därför engagerats. Därför har kostnaden för kurserna under 2008 också gått till fyllnadstid och övertid som tidigare inte betalats ut. Andra kostnader har varit lokalhyra, förtäring, lön till personal som ansvarat för barntillsynen, förbrukningsmaterial, gruppledarutbildningar och annonsering i lokalpressen.

Alla kostnader för kurserna som genomfördes under hösten 2008 bokfördes inte under 2008. Övertid och fyllnadstid betalades ut till två gruppledare i januari 2009.

Vid årets slut fanns 244 00 kronor kvar av de beviljade folkhälsomedlen. Dessa har förts över till 2009 års budget för att användas under kommande år. Efter att ersättning för övertid och fyllnadstid för 2008 betalats finns 228 000 kronor kvar. Del beräknas räcka för att bedriva föräldrastödsutbildning ytterligare några år framåt. Planering för föräldrautbildningskurser för 2009 pågår.

Nynäshamn den 2 mars 2009

Gärd Törning  
Chef resursenheten