



Göteborgs Centrum för Kompetensutveckling

Välgörande sammanhang

-en kvalitativ intervjustudie av föräldrars upplevelse av
hjälpssamhet på familjecentral

Författare: Miia Sennfors

Handledare: Hedvig Westerström

Examinator: Lisen Kebbe

Grundläggande psykoterapiutbildning
på systemisk narrativ grund, Steg 1

Uppsats hösten 2019

Abstract

Syftet med studien var att undersöka hur familjecentralen som arena kan vara ett välgörande sammanhang för föräldrar och barn. Det är en kvalitativ studie där tre föräldrar har intervjuats om sina upplevelser av familjecentral, vad som varit hjälpsamt i den och vilken skillnad det gjort för dem i deras liv. Resultatet visar att föräldrar upplever att familjecentralen gjort skillnad i deras liv. Föräldrar uppskattar det välkomnande, personliga bemötandet på familjecentralen. De beskriver en mental tröskel in till öppna förskolan men man får hjälp av personal att ta sig över den på ett tryggt sätt. Den skillnad hjälpen på familjecentralen gjort för föräldrarna är att de har fått stöd i situationer och processer de befunnit sig i och det har hjälpt dem att ta itu med svårigheter och förändra sin livssituation. De mår bättre och har större tålamod med sina barn. De känner sig gladare och lugnare. I min roll som kurator finns jag i alla de olika delarna på familjecentralen. Jag träffar föräldrar i såväl enskilda samtal som gruppverksamhet och öppna förskolan. Att jag finns i de olika sammanhangen möjliggör relationsskapande med föräldrar som i sin tur leder till att de lättare söker stöd i individuella samtal. De systemiskt narrativa principerna är användbara i både enskilda samtal som på öppna förskolan och genom medveten praktik kan jag utveckla användandet av dessa i mitt arbete.

Innehåll

1. Inledning	4
2. Syfte	6
3. Frågeställningar	6
4. Bakgrund	6
4.1 Familjecentral och tidigt förebyggande socialt arbete	7
5. Tidigare forskning	7
5.1 Den väsentliga vardagen	7
5.2 Vad är verksamt i psykoterapi?	8
6. Teoretiska utgångspunkter	9
6.1 Systemteori	9
6.2 Domänteori	10
6.3 Narrativ teori	10
7. Metod	11
7.1 Urval	11
7.2 Tillvägagångssätt	11
7.3 Analysmetod	11
7.4 Etiska perspektiv	12
8. Resultat och analys	12
8.1 ”En bra kompott av alltihop”- upplevelse av familjecentralen som sammanhang	12
8.2 Det är inte bara vi som är undantag och helt off”- hjälp föräldrarna fått”	14
8.3 ”Vi fick hjälp av dig att komma in första gången”- upplevelse av hjälpsamma faktorer	15
8.4 ”Jag sitter ju liksom inte och gråter längre”- Skillnader stödet gjort	17
9. Slutdiskussion	18
Referenslista	20
Bilaga	21

1. Inledning

Ämnet till denna uppsats har kommit till genom lite vända och mycket grubbleri. Det känns viktigt för mig att på något sätt belysa och skriva om familjecentralen och den verksamhet som bedrivs där. Det känns viktigt därför att jag varje dag känner att vi på familjecentralen gör skillnad i människors liv. Men det är en terapiutbildning jag går, hur kan jag ändå skriva om det tidiga förebyggande sociala arbetet och generella föräldraskapsstödet där familjecentralens huvudsyfte finns? Jag befann mig lite vilse i de tankarna och frågorna...

Så läste jag Lisen Kebbes text Kontexten skapar mening (Chard & Simon, 2014). Lisen var för övrigt en av föreläsarna i vår utbildning varför jag här refererar till henne vid förnamn. Hon skriver om ett tillfälle då en av familjerna hon följde i sin doktorsavhandling om generationsskiften skulle till banken för att träffa en jurist de anlitat. Det var trångt och för litet för de sju personer som skulle delta på mötet, rummet var uppenbart gjort för juristen och en, max två besökare. Det var också tydligt vem som hade den viktiga informationen att förmedla; juristen bakom sitt stora skrivbord med högar av papper. Hela kontexten i rummet på banken förmedlade att bankkunderna var där främst för att lyssna till juristens ”expertröst”. Under mötet med juristen var familjen tyst och lyssnade. Efter mötet gick de till ett café på andra sidan gatan och väl där började alla prata, de hade ett stort behov av det och de jämförde med varandra vad de hört. Lisen drar slutsatsen att den kontext som banken och juristen utgjorde vid det tillfället inte inbjöd familjen till dialog vare sig med honom eller med varandra. Det låg också inbakat i den kontexten att man mer förväntades *lyssna* på juristen som ”expert” eller sakkunnig snarare än delta i ett samtal. Det räckte att familjen steg ut ur banken så ändrades kontexten och öppnade upp för en annan typ av kommunikation. Och där någonstans kände att jag hittade till syfte med denna uppsats.

Med Lisens text i huvudet har mina tankar rört sig kring de sammanhang där jag utför min praktik som kurator på en familjecentral. Vad skapar kontexten familjecentral för mening för föräldrarna som kommer dit? Hur blir det för en förälder som stiger in i kontexten av en familjecentral? Vad är det i den kontexten som upplevs hjälpsamt och stödjande av föräldrar? Vilken skillnad gör familjecentral i föräldrars, barns och familjers liv?

Lisen skriver vidare att det är intressant att fundera över vad olika kontexter vidmakthåller och vad de inbjuder omgivningen och oss själva att göra och att det är där den sociala forskningens största utmaning och potential till utvecklig ligger; att försöka förstå för att kunna skapa förändring. Och det är precis därför jag vill skriva om familjecentralen som kontext för föräldrastödjande arbete. Jag vill genom min studie försöka förstå hur vi bäst skapar sammanhang som föräldrar upplever som stödjande och hjälpsamt och som gör skillnad och nytta för dem i livet.

På familjecentralen Fyren i Ytterby, där jag jobbar större delen av min tjänst, är vi ett gott gäng. Jag vågar påstå att vi alla tycker om att komma till jobbet och vi trivs att arbeta med och jämte varandra. Det märks till exempel av alla de goa skratten som hörs från fikarummet. Det finns en öppen och varm känsla hos oss. Det känner vi själva och det hör vi av andra som kommer in i vårt sammanhang ibland; andra kollegor, chefer, studenter. Vi tar morgonkoppen ihop innan patienter, klienter, barn och föräldrar kommer till oss på våra olika mottagningar och verksamheter. Förmiddagsfiket och lunchen ihop är också inbyggda i strukturen. Det händer att vi ses på fritiden också, nu senast var vi i Stockholm på teater. I min roll som kurator träffar jag barn och föräldrar i olika sammanhang - i föräldrautbildningar, gruppverksamheter, öppna förskolan och individuella samtal. En del föräldrar dyker upp i alla sammanhang, en del träffar jag enbart i individuella samtal enligt ”service”, dvs utan myndighetsutövning. Detta är mitt arbetssammanhang.

För mig är och känns arbetet som kurator på familjecentralen väldigt meningsfullt. Samlokaliseringen med kollegor i andra professioner möjliggör samverkan som gör att jag som socialtjänsten kan finnas med som en röd tråd ända från det att bebisens finns i magen till att det blir ett skolbarn vid 6 års ålder. Jag har arbetat på olika sätt nära barn och familjer hela mitt yrkesverksamma liv. Som lärarvikarie precis efter studenten och så småningom efter universitetsstudierna bland annat på behandlingshem för tonårsflickor och sedan många år som skolkurator. I den rollen var min yttersta uppgift att se eleven i ett psykosocialt sammanhang och undanröja hinder för elevers lärande. Att ha det tryggt och bra med sina föräldrar och i sin familj är en grundförutsättning för elevers lärande. Att tidigt kunna stödja föräldrar är att redan nu undanröja eventuella framtida hinder för barnen i skolan. Det är så jag ser på mitt arbete på familjecentralen; en möjlighet att tidigt i barnens liv arbeta med att stödja föräldrar för att öka deras förutsättningar att stödja sina barn till god utveckling.

Jag är själv förälder till två barn, Elina och Erik. De börjar bli stora nu. Jag har ingen egen erfarenhet av familjecentral som förälder men har ju som de flesta andra gått både på mödravårdscentral, som det hette då, och barnavårdscentral. Jag har inga särskilda minnen från det, allt löpte på bra och jag fick det stödet jag behövde. Jag minns dock den enda gången som jag besökte en öppen förskola, Elina var runt 8-9 månader. Jag minns inte hur det kom sig att jag gick dit, jag var väl nyfiken på vad det var för ett ställe. Det låg en bit bort från där vi bodde och jag minns att jag fick leta en stund innan jag hittade. När vi till slut kom in var verksamheten redan i full gång. Det var mammor och barn överallt. Minns inga pappor, det var ändå 18 år sedan. Jag stannade inte så länge. Jag kände mig lite förvirrad och osäker, visste inte riktigt vad jag skulle göra, var jag skulle sitta. Överallt pågick prat och lek, det kändes som alla kände varandra eller i alla fall någon. Jag satte mig med Elina på golvet i ett av rummen. Jag minns att jag kände mig vilsen, kanske försökte jag komma in i prat och lek som pågick runtomkring mig. Jag var i alla fall inte helt uppmärksam på mitt barn. Helt plötsligt börjar Elina sprattla och skrika. Jag ser att hon på något sätt fått hela nappen i munnen och får inte ut den. Det kändes som att allt stannade upp, det gjorde det i alla fall för mig. Jag fick ut nappen och tröstade Elina. Men det var inte bara hon som var i behov av tröst i det läget. Jag satt kvar en stund till på golvet innan jag tog på oss och gick hem. Jag funderar idag på om det hade kunnat vara något i det sammanhanget som hade kunnat få mig att komma tillbaka trots incidenten.

Inför och under skrivandet av denna uppsats har jag läst olika litteratur. Jag stötte bland annat på boken *Mötets magi* – om samspelbehandling och vardagens välgörande möten av Kerstin Neander (2011). I förordet till den skriver barnhälsovårdsöverläkare Margareta Blennow om mötets kraft. Det hon skrev slog verkligen an i mig och jag skulle vilja dela med mig av ett stycke som för mig på ett fint sätt sätter ord på de tankar som virvlar runt i mitt huvud och det jag känner i min kropp om det som händer på familjecentralen:

” Vad kan vi göra mer än att hänvisa till specialister? Mötas! Mötet är viktigt.

Inte bara att det sker, utan också hur. Värmen i blicken, välkommandet, det glada igenkännandet och tron på den vi möter har betydelse. När vi tar oss tid för att träffas, finnas tillgängliga och vågar vara både professionella och personliga, betyder det något för barns och familjers välbefinnande. Dessa välgörande möten, ”vardagens magi”, återberättas i rörande dialoger. En mamma säger om kontakten med BVC-sjuksköterskan: ”...du skrattade och log, det var så varmt!...Det var inte bara rutin...Man kände att det fanns välmening liksom att det var med goda avsikter, så att man kände förtroende. Annars hade man väl aldrig...släppt in någon sådär.”

Åh, vad dessa små ord och ögonkast kan innebära mycket, något som vi inte alltid begriper, och som är svårt att åstadkomma med blicken vänd mot datorskärmen.

Boken bekräftar det många av oss känner - att mötet har en helande och stärkande kraft. Det är så lätt att fångas av system, rutiner och dokumentation men låt oss alltid komma ihåg att det är mötet som är livets kärna.”

2. Syfte

Syftet med denna uppsats är att ge en bild av det tidiga, förebyggande sociala arbetet på en familjecentral och vad den kan betyda för enskilda föräldrar och familjer. Jag vill undersöka på vilket sätt en familjecentral kan vara ett välgörande sammanhang för föräldrar och barn, vad de uppskattar med den och vilka faktorer i den som upplevs som hjälpsamma av föräldrar. Jag funderar också kring hur jag i min roll som kurator kan utveckla mitt arbete på familjecentralen för att bidra till detta sammanhang.

3. Frågeställningar

- Hur upplever föräldrar familjecentralen som mötesplats och arena för stöd och hjälp - varför går man dit?
- Vilken hjälp upplever föräldrar att de har fått på familjecentralen?
- Vad är viktigt för föräldrar för upplevelse av hjälpsamhet på familjecentral?
- Vad har hjälpen på familjecentralen gjort för skillnad och nytta för föräldrar i deras liv?

4. Bakgrund

FN:s konvention om barnets rättigheter, barnkonventionen, blir svensk lag 1 januari 2020. När det handlar om frågor som rör barn ska allt vårt arbete ska utgå från de fyra grundläggande principerna; alla barns lika värde, att alltid beakta barnets bästa vid beslut som rör barnet, rätten till liv och utveckling samt alla barns rätt att få uttrycka sin mening och få den respekterad. För barnen är föräldrarna de viktigaste i deras liv och därmed är föräldraskapsstöd ett naturligt fokus i arbetet för barns bästa. Allt det vi gör på familjecentralen syftar till att främja så goda förutsättningar som möjligt för barn att utvecklas och växa upp i.

Om barnkonventionen och barnets bästa är det ena paraplyet för oss på familjecentralen så är det salutogena perspektivet det andra. Det salutogena förhållningssättet innebär att man fokuserar mer på de faktorer som skapar hälsa och utveckling än på dem som orsakar problem och ohälsa. Det fokuset är naturligt vid arbetet på familjecentral.

4.1 Familjecentral och tidigt förebyggande socialt arbete

En familjecentral är en mötesplats för barn och föräldrar där de kan få stöd som anpassas efter behov både tillfälligt och mer långsiktigt. Den är en samverkan mellan kommun och region och riktar sig till blivande föräldrar och familjer med barn i åldern 0-6 år. Där bedrivs

tvärprofessionell verksamhet som är hälsofrämjande, generell, tidigt förebyggande och stödande och den är öppen för alla barnfamiljer (Abrahamsson, Malm & Öberg, 2018).

På en familjecentral är stödet samlat och finns tillgängligt från det att föräldrarna väntar sitt barn och under barnets första sex levnadsår. Barnmorskemottagningen (BMM) erbjuder alla blivande föräldrar möjlighet att ta del av ett mödrahälsovårdsprogram under graviditeten och de allra flesta blivande föräldrar väljer att ta del av det. När barnet är fött tar barnavårdscentralen (BVC) vid och följer barnet och föräldrarna genom de första åren fram till skolåldern vid 6 år. På familjecentralen ska det även finnas resurser i form av öppen förskola som mötesplats för föräldrar och barn samt förebyggande socialtjänst/kurator (Abrahamsson, Malm & Öberg, 2018).

Socialtjänstens portalparagraf anger att socialtjänstens uppdrag är att främja jämlikhet i levnadsvillkor. Familjecentralen är en bred arena att möta blivande och nyblivna familjer på. Socialt förebyggande eller uppsökande arbete inom ramen för socialtjänsten är en lagstadgad skyldighet för kommunen enligt socialtjänstlagen. Grundpelare för det tidigt förebyggande sociala arbetet finns även i Hälso- och sjukvårdslagen samt i målområden för kommunernas folkhälsoarbete där målområde 1 handlar om det tidiga livets villkor (Abrahamsson, Malm & Öberg, 2018).

Förebyggande arbete är inte längre kontroversiellt eller ifrågasatt men det hindrar inte att det hotas i samband med dåliga tider och sparkrav. På familjecentralen har socialtjänsten en unik möjlighet att komma in i ett vardagligt sammanhang och få möjlighet att möta föräldrar och små barn när problem dyker upp i stunden och initiera och motivera föräldrar till utredning och behandling. Uppdragen kommer från familjen och arbetet sker nära familjens vardag och med de personer som är centrala i familjen. Det finns förutsättningar för att minska risker för framtida sårbarhet och utsatthet. (Akademikerförbundet SSR, 2011).

Killén (2011) skriver att förebyggande socialt arbete med föräldrar handlar om att garantera barns möjlighet att utveckla sina förutsättningar på bästa sätt och att förebygga att föräldrar kommer till korta i sin föräldraroll. Det handlar om att arbeta för att stödja föräldrar till att bli ”tillräckligt bra” föräldrar för sina barn. Ett ”tillräckligt bra” föräldraskap innebär att den fysiska och känslomässiga omsorgen står i relation till de behov som *barnet* signalerar och inte i relation till de vuxnas behov. Det handlar om att se och acceptera barnet som det är, att engagera sig i barnet på ett känslomässigt positivt sätt, att hysa empati för barnet och att ha realistiska förväntningar på vad barnet klarar av.

5. Tidigare forskning

5.1 Den väsentliga vardagen

Neanders bok *Mötets magi - om samspelsbehandling och vardagens välgörande möten* (2011) bygger på hennes doktorsavhandling. Forskningsprojekten omfattade 101 familjer som deltagit i samspelsbehandling. Familjerna beskriver att det oftast är relationen till behandlarna som blir avgörande för hur behandlingen lyckas. Neander ställer sig frågor som hur uppstår möten som kan bli avgörande för familjernas möjlighet till förändring och hur kan professionella bli betydelsefulla personer som gör skillnad i familjen?

I den ena studien, ”Betydelsefulla möten med betydelsefulla personer” undersökte Neander vilka processer som föräldrar, som tidigare varit i behandling, uppfattat som betydelsefulla för

barnets utveckling. Hon beskriver att det som lyfts fram som viktigt och betydelsefullt av föräldrar är de upprepade, vardagliga små händelserna, hur händelseförlopp brukade gestalta sig. Hur det var att ringa till sin socialsekreterare, hur de blev hälsade på och bemötta på BVC av sin sköterska, hur de på skolan tog emot barnet, dvs ”den väsentliga vardagen” (Neander, 2011).

I den andra studien, ”Att överbygga klyftan – samskapandet av en terapeutisk process” undersöker Neander de skillnader i makt som finns i alla relationer mellan patienter/klienter/föräldrar och professionella. Dessa maktspekter kan vara särskilt påträngande när det gäller behandling av föräldrar. Rädslan att bli fråntagen vårdnaden om sitt barn är stark hos flera familjer även i de fall den inte motsvaras av ett ifrågasättande från samhällets sida. Avståndet mellan föräldrarnas position och behandlarnas kan beskrivas som en klyfta eller ett gap. Detta gap kan inte fyllas eller stängas men det finns faktorer som bidrar till att överbrygga gapet. Relationsskapandet är en viktig del i det. I studien framträder också en bild av en god behandlare som en vanlig, vänlig och kunnig person som kan erkänna att hon har fel. Att våga vara personlig kan öka möjligheterna att skapa en förtroendefull relation. Neander menar att vi bör sträva efter att vara öppna och ärliga och att leta efter något som man upplever är speciellt och positivt hos det barn eller den förälder man möter. Neander menar vidare att betoning i ordet behandlingsrelation bör läggas på relation snarare än på behandling. För att den terapeutiska processen ska framskrida är det viktigt att man möts i första hand som människa-människa och i andra hand som behandlare-klient. Neander skriver också om ”miljöns retorik”, dvs vad utformningen av miljön talar för språk. Det kan vara ett maktspråk, det kan också vara inbjudande och vardagligt (Neander, 2011).

5.2 Vad är verksamt i psykoterapi?

Jonna Bornemark (2018) diskuterar och problematiserar kravet på evidensbaserad psykoterapi. Psykoterapin ska kunna mätas utifrån ett orsak-verkan samband och utvärderas oavsett kontext, vem som ger den och vem som får den. Hon menar att det inte låter sig göras! En av grundprinciperna menar Bornemark är att samtalet inte kan skiljas från den som utför samtalet. En standardisering innebär att lyhördsheten inför det specifika med just denna individ och situation måste underordnas en manual, en yttre faktor som inte kommer från situationen själv. Hon menar vidare att terapin jobbar med det situationsunika, varje människa är unik och hänsyn behöver tas till uppväxt, erfarenhet, livsomständigheter och social kontext.

Jag tänker att det Bornemark skriver är giltigt inte bara när det gäller psykoterapi utan även i andra sammanhang och verksamheter som har som syfte att stödja människor och där terapeutiska processer kan uppstå, till exempel en familjecentral.

Miller och Bertolino (2015) skriver att den terapeutiska relationen mellan behandlare och klient är den starkast bidragande faktorn till resultatet vid arbete med fysisk och psykisk hälsa. Forskning säger att den terapeutiska alliansen mellan behandlare och klient är 7 gånger viktigare för att uppnå förändring än en bestämd terapimetod eller teknik. Relationen mellan klienten och terapeuten är den överlägset viktigaste förändringsfaktorn och därmed flyttas fokus från metod till relation. Det är ett paradigmskifte! Metoden är dock inte utan betydelse. Forskning har visat att det framförallt är terapeutens tro på sin metod som är viktig.

6. Teoretiska utgångspunkter

Utbildningen, inom vars ram denna uppsats skrivs, är en grundläggande psykoterapiutbildning på systemisk narrativ grund. Jag kommer nedan att kort beskriva huvuddrag i systemisk och narrativ teori och förhållningssätt. Jag har valt ut delar och begrepp som kan ses som linser i de glasögon genom vilka jag sedan tittar på och förstår resultatet.

6.1 Systemteori

Ordet systemiskt myntades av Milanoteamet och synsättet har influerat många familjeterapeuter sedan 1980-talet. Huvudprincipen i systemteorin är att delarna i ett system hänger ihop och samspelar med varandra. Om det sker en förändring i en del av systemet påverkas därmed också andra delar av systemet. Ett system är mer än summan av delarna. En familj till exempel är mer än en samling individer. Fokus flyttas från individ till system, dvs från att försöka förstå den enskilda människan till att försöka förstå människan i relation till andra viktiga människor i hens närhet. Det är således inte meningsfullt att se till exempel ett barns svårigheter och symtom utan att se problemet i ett familjesammanhang (Johnsen & Torsteinsson, 2015).

Cybernetiken är ett grundläggande begrepp i systemteorin. Den ger möjlighet att förstå problem på ett nytt sätt, hur de uppstår, vidmakthålles och löses. Cybernetiken kan definieras som studien av självreglerande system. Man skiljer på första och andra ordningens cybernetik där *första ordningens cybernetik* beskriver system oberoende av observatören, dvs som professionell står jag utanför det system jag arbetar med utan att påverka sammanhanget. Fokus ligger på det observerade systemet, t ex familjen. *Andra ordningens cybernetik* innebär att det observerade systemet är beroende av observatören som därmed är en del av det observerade. Därmed är vi som professionell en del av det systemet vi arbetar med. Vi påverkar och påverkas och därför behöver vi också utveckla våra reflexiva förmågor för att förstå hur vi påverkar, påverkas och varför (Johnsen & Torsteinsson, 2015).

Cirkularitet är ytterligare ett viktigt systemiskt begrepp och innebär att en händelse måste ses i ett sammanhang av andra händelser som inträffar samtidigt, griper in i varandra och påverkar varandra ömsesidigt. Inom den systemiska skolan vill man röra sig från linjärt tänkande och frågande mot cirkulärt tänkande och frågande. Det linjära frågandet fokuserar på vem gjorde vad, när, var, varför? Det cirkulära frågandet har fokus på att få fatt i vilken effekt det här bekymret har på människor, vilken effekt har människor m.fl. på det här bekymret osv. Det är utforskande och funderar kring hur saker och ting kommer sig och hur de hänger ihop (Johnsen & Torsteinsson, 2015).

I det systemiska tänkandet blir förändringsarbetet mer kraftfullt om de delar som omger personen engageras i processen. Terapeutens expert-roll tonas ner och istället ser man kunskap som konstruerad och samskapad utifrån det sammanhang man befinner sig i. Terapi ses om en process där terapeuten intar en *icke-vetande position*. Klienten är experten på sig själv, terapeutens expertis ligger framförallt i att ställa frågor och skapa mötes- och samtalsformer som hjälper människor att hitta lösningar på sina problem. I den systemiska terapin utforskar terapeuten tillsammans med klienten hans tidigare berättelser och samskapar ny mening genom att belysa dem på ett nytt sätt. Så kan man stärka de mer önskvärda berättelserna och underminera tidigare dominanta och icke önskvärda berättelser (Johnsen & Torsteinsson, 2015).

6.2 Domänteori

Domänteorin är en idé från H Maturana. Lang m.fl. (1990) har utvecklat hans idéer och talar om hur vi befinner oss i olika domäner i de professionella samtal vi har med klienter. I *produktionsdomänen* utför vi allt det som vi är skyldiga att göra som anställda, exempelvis utredningar och anmälningar. Vi behöver inte klientens samtycke för att verka i denna domän, man tänker, frågar och arbetar linjärt. I *förklarings-/reflexionsdomänen* handlar det om förändrings- och utvecklingsarbete, man reflekterar och funderar tillsammans med klienten och man tänker och handlar cirkulärt. Den *estetiska/etiska domänen* är överordnad de båda tidigare. Allt vi gör som professionella behöver utgå från denna domän, dvs att möta alla människor på ett respektfullt och etiskt sätt och ge varje persons röst värde och dignitet.

6.3 Narrativ teori

Narrativ betyder berättande och narrativ terapi utgår från perspektivet att berättelser ger våra liv form och struktur. Den narrativa terapin strävar efter att vara respektfull och icke-anklagande och sätter människor i centrum som experter på sina egna liv (Morgan, 2007).

För narrativa terapeuter består berättelser av händelser som är sammanlänkade i en följd, över tid och i enlighet med ett visst tema. Vi människor är tolkande varelser och vi söker mening i de händelser vi är med om. Denna förståelse utgör temat i en berättelse om oss själva, till exempel ”jag är en bra bilförare”. Allteftersom fler och fler berättelser väljs ut blir berättelsen rikare och rikare och samlas till ett *dominerande tema/berättelse*. *Alternativa berättelser* som inte stödjer det dominerande temat får inte lika stor betydelse. Berättelser uppstår inte isolerade från resten av världen utan utformas alltid i ett sammanhang. Detta sammanhang påverkar vilka tolkningar och betydelser vi ger olika händelser. Den dominerande berättelsen påverkar oss inte bara i nuläget utan kommer också att ha följder för våra framtida handlingar. Den formar vårt liv och påverkar vår framtid. Våra liv består av många berättelser. En del av berättelserna har positiva följder och en del har negativa följder på vårt förflutna, nutida och framtida liv (Morgan, 2007).

Den narrativa terapeuten är intresserad av att få fram nya eller annorlunda berättelser om människors liv. Man utgår från att ett problem aldrig lyckas lägga beslag på en människas liv till hundra procent. Det finns alltid undantag eller *unika tillfällen* när saker fungerar annorlunda. Vid dessa unika tillfällen har problemet mindre, litet eller inget inflytande alls över personens liv. De unika tillfällena är en grogrund ur vilka nya och annorlunda berättelser kan växa sig starkare (Morgan, 2007).

De narrativa samtalen ses som en process där fokus flyttas från personens problemfyllda livsberättelser till mer önskade och rika berättelser om personens förmågor, intentioner, värderingar och drömmar. *Externaliserande samtal* är en utgångspunkt i narrativ terapi. Problemen ses som åtskilda från människor och genom externalisering av problemet läggs det utanför personen. Det är problemet som är problemet, inte personen. Genom samtal kartläggs personens relation till problemet och vad den ”ställer till” med, med syfte att hitta strategier och resurser för att motarbeta problemets inflytande. Människor har många färdigheter, kompetenser, övertygelser, värderingar, livsmål och förmågor som kan hjälpa dem att ändra sina relationer till problem i livet (Morgan, 2007).

7. Metod

Richardson (2005) skriver att man kan se på kunskap som kristaller; de växer, förändras, reflekterar, skapar olika färger och mönster i mängder av variationer. Vad vi ser beror på var vi står. Det finns inte bara en sanning. Hon menar också att skrivandet reflekterar våra egna processer och preferenser, därför är det viktigt att berätta och klargöra var man själv kommer ifrån och varför man vill skriva/utforska det man valt. Ehn och Klein (1999) skriver att det inte går att separera forskaren och privatpersonen, den tänkande och den kännande. Att studera andra är i viss mening detsamma som att studera sig själv.

Gail Simon (2018) skriver att det inte finns en sanning, det finns många! Breda och kvantitativa studier är såklart viktiga men behöver kompletteras med kvalitativa där den enskilda berättelsen tillåts komma fram och bringa ljus och djup. Kanske är det lika viktigt att lyfta fram enskilda berättelser och sanningar som att titta på något ur ett brett och generellt plan (Richardson & St.Pierre, 2005). Den här uppsatsen är ett bidrag till just det.

Uppsatsen baseras på en kvalitativ studie från min egen praktik på familjecentral. Jag har intervjuat föräldrar om deras upplevelse av familjecentral, vad de upplevt som hjälpsamt i det sammanhanget och vilken skillnad det gjort för dem. Jag har använt mig av kvalitativ intervju som metod. Intervjuerna är halvstrukturerade (Kvale, 1997) och bygger på en intervjuguide (bilaga 1) som jag tagit fram utifrån syfte och frågeställningar. I resultatdelen förekommer mina egna reflektioner och kopplingar till teori i löpande text, något som kännetecknar en systemisk uppsats.

7.1 Urval

I en kvalitativ undersökning finns inga speciella regler för urvalet (Kvale, 1997). Jag har på sätt och vis slumpmässigt valt ut fyra föräldrar att intervjua. Jag valde ut dessa föräldrar därför att de besökt oss på familjecentralen regelbundet samt att jag mött dem i flera olika verksamheter, både på öppna förskolan, i gruppverksamhet och i enskilda samtal. Jag har ingen pågående individuell kontakt med någon av föräldrarna. Alla fyra föräldrarna tackade jag till intervju men en förälder föll bort pga. av sjukdom vid tiden då jag genomförde intervjuerna.

7.2 Tillvägagångssätt

Föräldrarna kontaktades inledningsvis genom sms där jag berättade om studien och syftet med den samt frågade om intresse att delta. Alla föräldrarna tackade ja via sms. Därefter kontaktade jag alla föräldrarna via telefon. De fick möjlighet att ställa frågor om studien och vi bokade tid för intervju. Intervjuerna skedde i två av fallen hemma hos föräldern och i ett fall på familjecentralen i mitt samtalsrum. Intervjuerna varade runt 30 minuter var och ljudinspelades. Därefter transkriberades intervjun i sin helhet. Som utgångspunkt för intervjun hade jag en intervjuguide, se bilaga 1.

7.3 Analysmetod

Vid analysen av intervjuerna studerade jag först transkriptionerna utifrån uppsatsens fyra frågeställningar. De berättelser som trädde fram sorterades in under dessa fyra frågeställningar och sammanställdes. Jag har valt ut citat ur intervjuerna för att tydliggöra och levandegöra resultatet och för att resultatet ska genomsyras av föräldrarnas röst och egna ord.

7.4 Etiska aspekter

Alla föräldrarna informerades redan vid förfrågan om syfte med intervjun, att deras deltagande är anonymt samt att intervjun ska används till denna uppsats. Alla föräldrarna godkände att intervjun spelades in.

För att besvara syftet och frågeställningarna tar jag bland annat hjälp av föräldrarnas egna ord genom citat från intervjuerna. Jag är medveten om att det ändå är *min* berättelse om föräldrarnas berättelser. Jag tolkar föräldrarnas berättelser och kopplar teori och mina egna reflexioner och resonemang till dem. De citat jag har valt för att exemplifiera är avidentifierade. I de fall ett namn förekom har det ersatts med xx. Som hjälp till läsaren att förstå sammanhanget har jag i vissa citat inom parentes skrivit ett förtydligande.

Vi intervjutillfället uttryckte jag min uppskattning och tacksamhet över att föräldrarna ställde upp i studien med sina tankar och sin tid. Alla föräldrarna förmedlade att de gärna deltog och min upplevelse och känsla vid alla intervjuer var att det kändes gott och det var betydelsefullt för föräldrarna att få dela med sig av sina tankar och berätta om sina upplevelser. Jag kände att alla föräldrarna uppskattade att ha fått frågan, kanske kände de sig lite utvalda, och det blev en positiv bieffekt av intervjuerna. Det kändes som att intervjusituationen blev viktig för både mig som intervjuare och för föräldrarna. Vid alla tre intervjusituationer fanns det med ett barn. Det kändes viktigt för mig att tydliggöra och visa i handling för föräldrarna att barnen var de som även i denna situation var första prioritet. De fick ta den plats i rummet som de behövde och fick sina föräldrars (och min) uppmärksamhet i den utsträckning de behövde trots intervjusituationen. Att ha barn i rummet gör något med sammanhanget, det blir avslappnat och uppsluppet. Min upplevelse var att det var goda, avslappnade samtal.

8. Resultat och analys

8.1 "En bra kompott av alltihop"- upplevelse av familjecentralen som sammanhang

Föräldrar upplever familjecentralen som en plats där de kan möta andra föräldrar och småbarnsfamiljer och den fyller en viktig social funktion för dem. Föräldrarna berättar att de kommer dit för att träffa andra föräldrar i liknande situation och med barn i samma ålder. Man delar tankar och erfarenheter av livet som småbarnsförälder med varandra, man känner igen sig i och hjälper varandra. Två av föräldrarna beskriver att familjecentralen betytt mycket för dem som nyinflyttade:

F2: "Det var en ny start för oss... jag skulle få nya bekanta med barn i likadan ålder och för hen någonstans att vara och finna mer trygghet.... Så fort vi hade flyttat in (till Kungälv) så ville jag in och lära känna folk då, för jag vet ju att det är ganska svårt när man är ny."

På familjecentralen lär man känna nya människor och utökar sitt nätverk. Barnen kan få nya kompisar.

När jag satt i bilen på väg hem från en av föräldrarna jag intervjuat hörde jag på radioprogrammet "Kropp och själ" (SRP1, 2019-10-29) att det i Storbritannien finns ett ensamhetsminister. De diskuterade om det finns behov av det i Sverige också. Radioprogrammet handlade om att ensamheten i vårt samhälle ökar och vad man kan göra åt det. De funderade över om man kan betrakta ensamheten som sjukdom? Skulle man i så fall kunna få umgänge utskrivet på recept?! Jag tänker att där finns en av familjecentralens viktiga

uppgifter, att finnas till som en arena så att föräldrar och barn kan komma ut i ett meningsfullt sammanhang och ut ur ensamhet. Det är viktigt för föräldrars och barns välmående att känna att de hör till. Vårt samhälle idag har förändrats, vi är till exempel inte längre beroende av varandra för vår överlevnad. Det har lett till en individualisering och vi har inte tillgång till våra nära nätverk på samma sätt som förut. De egna föräldrarna arbetar och är upptagna i sina egna liv och har inte möjlighet att finnas tillgängliga så mycket. Många föräldrar är också ensamstående. Då är möjligheten att komma ut i ett socialt sammanhang kanske ännu viktigare. Vi har kunskap om att relationer är avgörande för det lilla barnets utveckling särskilt det första året. Jag tänker att det är viktigt för oss människor att finnas i olika relationer hela livet för att utvecklas och må bra.

Föräldrarna beskriver vidare att familjecentralen är en plats där får man hjälp, råd och stöd i olika saker som har med barnen, föräldraskapet, sig själv eller sin livssituation att göra. De upplever att det är bra att mycket av det stöd man behöver finns samlat på ett ställe. På familjecentralen finns alltid någon att prata med, både andra föräldrar och professionella. Man kan få någon annans perspektiv på saker och ting. Föräldrarna uppskattar också att det finns många olika slags verksamhet och aktivitet på familjecentralen, både de fasta men också olika tema-träffar och kurser. Det är ”en bra kompott av alltihop”, som en av föräldrarna uttrycker det. Föräldrarna upplever familjecentralen som en arena som är tillgänglig för alla, oavsett vem man är. Alla är välkomna, välkomnas och får vara med på lika villkor.

Föräldrarna beskriver känslan av att komma som ny till öppna förskolan. De funderar på vilka andra som kommer finnas där, kommer man hitta saker att prata om, kommer någon vilja prata med mig? Föräldrarna funderar på hur deras barn kommer fungera i det sammanhanget och hur man som förälder kommer kunna hantera det? De beskriver också en oro över att bli betraktad av andra föräldrar i det. Det berättas om funderingar på hur andra ser på en som förälder?

Killén (2011) beskriver en ”tillräckligt bra” förälder. Jag tänker att vi på öppna förskolan har möjlighet att ge föräldrarna en känsla av att de är det. Vi har möjlighet att på en för föräldrarna ofarlig arena, som de själva väljer att komma till, befinna oss i reflexiondomänen (Lang m.fl., 1990). Vi kan tillsammans med föräldrarna fundera och reflektera över saker som händer och på ett respektfullt sätt hjälpa föräldern att utveckla sina föräldraförmågor. Cybernetiken är ett grundläggande begrepp i systemteorin (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Enligt den andra ordningens cybernetik är alla delar i ett system delaktiga i att forma det, vi påverkar och vi påverkas. Jag tänker att både vi professionella och föräldrar påverkar och påverkas av varandra. På öppna förskolan kan vi känna igen oss i varandra. Ingen är perfekt, det är så det är att vara människa. Jag duger ändå. Föräldrar kan se sig själva i varandras föräldraskap och kan känna igen sig och stödja varandra. De ser att andras barn också tar leksaker från andra barn, bryter ihop av ett ”nej” eller inte vill äta. Detta kan leda till att föräldrar kan få nya erfarenheter och berättelser om sig själv som själva både som förälder och människa.

Föräldrarna berättar att de har kul tillsammans med sitt barn på familjecentralen. Barnet får träffa andra vuxna och barn och får lära sig nya saker och utvecklas. Det är gott och viktigt för föräldrarna att se sitt barn i ett annat sammanhang, att se att hen fungerar tillsammans med andra barn och vuxna och att hen utvecklas. Att befinna sig i ett gott sammanhang tillsammans med sina barn är betydelsefullt. Att vara på öppna förskolan har också stärkt föräldrarnas bild av sitt barn och hens förmågor och utveckling.

F3: "...och sen ser man ju han (barnet) också på ett annat vis. Alltså man ser ju barnen utifrån de som de är hela tiden men när de kommer i grupp så blir det verkligen, så ser man lite annat. Och sen ser man också hur mycket de klarar av för hemma hönsar man ju runt dem så fort minsta lilla. Men här är det verkligen att vill jag (barnet) något så gör jag det och så är det mindre tjat än hemma, mindre skrik. De är väl upptagna i allt själva. Ja som du säger, att man kommer ner på samma nivå (golvet) och sen är det ju att man verkligen fokuserar på barnen. Att som hemma, det är ju hemma, där ska allting göras"

På öppna förskolan har vi en fantastisk möjlighet att hjälpa föräldrar till nya berättelser om sina barn. Den narrativa teorin (Morgan, 2007) berättar om att hitta alternativa berättelser och unika tillfällen. Man kan som förälder ha fastnat i bilder av sitt barn som varken är gynnsamma för barnet och dess utveckling eller för föräldern och hens bild av sig själv som kompetent förälder. Unika tillfällen kan uppstå i samvaron och leken på öppna förskolan och de andra verksamheterna. Vi kan lysa och lyfta fram dessa händelser och berättelser och genom det hjälpa föräldern att se sitt barn med andra ögon. Dessa alternativa berättelser kan växa sig starkare och bli mer dominanta. Därigenom hjälper vi även barnet till goda dominerande berättelser om sig själv. Detta gäller såklart även för föräldrarna. Om den dominerande berättelsen om mig själv som förälder är att jag inte duger eller är tillräckligt bra kan vi på öppna förskolan hjälpa till att hitta och belysa alternativa berättelser som säger något annat.

8.2 "Det är inte bara vi som är undantag och helt off" - hjälpen föräldrarna fått

Föräldrarna berättar att de fått hjälp på olika sätt på familjecentralen, både i enskilda samtal hos kurator, i kontakten med de andra verksamheterna och i aktiviteter ute på öppna förskolan. Föräldrarna berättar om att de fått hjälp att hitta nya sätt att hantera saker. Det har varit hjälpsamt att få någon annans perspektiv på sin situation och genom det få klarhet i saker. Föräldrar upplever att de har fått stöd i olika livssituationer som de befunnit sig i och som varit bekymmersamma för dem.

En förälder pratade om när det inte blir som man tänkt sig som nybliven förälder. Att då få känna att man inte är konstig eller avvikande - att man inte nödvändigtvis gör något fel, det kan vara svårt ändå – är betydelsefullt.

F1: "...då var det liksom att det kan vara såhär, det är inte bara vi som är undantag och helt off som gör något fel liksom utan då var det ju att de (andra föräldrar) kan inte heller göra det (amma)...ja, det var ju skönt alltså... jag kanske var jättenaiv och tänkte att små barn sover ju i vagnen och så äter de och så sover de igen och allt är frid och fröjd och alltså så. Men hon sov ingenting, hade jätteont i magen, det gick inte att amma. Alltså det var så mycket som bara... det är ju ingenting som är som det ska! Det stämde liksom inte med min bild av att vara nybliven förälder och det hänger fortfarande med..."

Neander (2011) beskriver i sin studie vad föräldrar uppfattar som viktigt för barnets utveckling. Föräldrar lyfter fram upprepade, vardagliga små händelser och förlopp som beskrivs som "den väsentliga vardagen". Vårt arbete på familjecentralen utgår från ett salutogent perspektiv med fokus på de faktorer som skapar hälsa och det som fungerar. Men när det inte fungerar som det ska är det viktigt att bli mött i den känslan och få veta att man inte är ensam, att bli tagen på allvar och känna sig lyssnad på. Systemteorins huvudprincip är att delarna i ett system hänger ihop och samspelar med varandra (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Det som händer i en del av systemet påverkar de andra dvs, när föräldrar upplever att "ingenting är som det ska" behöver vi möta dem där de är, då hjälper vi även barnet. Att bli

lyssnad på och tagen på allvar när man kommer med sina bekymmer till oss på familjecentralen är en av de vardagliga väsentligheterna.

En annan förälder berättar att det varit hjälpsamt att få bekräftat att hon tänker rätt, att hon är på rätt spår/väg. Hon beskriver känslan av att bli tagen på allvar, att bli lyssnad på. Föräldern berättar även att hon fått stöd i sin situation som ensamstående, att hon fått hjälp att acceptera läget som det är även om hon hade önskat att det såg ut på ett annat sätt. Hon sörjer att barnet inte har den relation till den andra föräldern som hon hade önskat.

F2: "Jag är inte lika stressad utan jag tänker att xx (den andra föräldern) är den han är och jag behöver inte göra så mycket åt det, jag kan inte göra så mycket åt det, det är bara onödigt för mig och... och vi (hon och barnet) är ju lyckliga ändå det är ju det som är grejen, vi är ju kanske ännu mer lyckliga nu än vad vi var innan faktiskt, och så bor vi här nu."

Ytterligare en förälder berättar att hon fått hjälp med att ta itu med sig själv och sin egen uppväxt. Genom samtal har hon kunnat berätta och bearbeta tidigare upplevelser. Hon vill vara en annan förälder än de egna föräldrarna var.

F3: "Men det är ju det som jag tycker är så bra alltså, att vi har kunnat prata. Man har ju sin uppväxt och så att, alltså utifrån vad man har varit med om, att kunna bryta den banan som vi pratade om i det första. Att bete sig så som mina föräldrar, det ser man ju idag inte är ... så vill inte jag vara. Men att kunna få hjälp och stöd i hur man ska kunna hantera situationer, inte deras (egna föräldrarnas) sätt utan utifrån, jamen sundare då förhoppningsvis, och sina egna tankar om hur det ska vara..."

8.3 "Vi fick hjälp av dig att komma in första gången"- upplevelse av hjälpsamma faktorer

Alla tre föräldrar berättar att steget in i familjecentralen och främst öppna förskolan inte varit helt enkelt. En av föräldrarna pratar om den mentala tröskeln.

F3: "Det är ju det sociala, att man ska hitta samtalsämnen som passar alla och alla är olika. Så att det är just att man, även om man har barn gemensamt så är det ändå vad utöver barnen ska man prata om? Så det är den sociala biten... Den mentala tröskeln hit kan vara hög."

Föräldrarna upplever att personalen hjälpte att så att säga "sänka tröskeln" in till framförallt öppna förskolan. De beskriver ett välkomnande bemötande, intresse för dem som kommer och en tydlighet kring sammanhanget som ges till nya besökare. Det hjälper föräldrar över den mentala tröskeln och de känner att de vågar och vill komma igen.

F1: " Vi fick hjälp av dig att komma in första gången... eee, för jag vågade inte gå dit... men sen så... tyckte jag när jag väl hade kommit dit så var jag där nästan varje gång"

Det absolut viktigaste för oss som arbetar med förebyggande socialt arbete på en frivillig verksamhet är ju att föräldrar vill komma dit. Jag minns själv hur jag upplevde mitt enda besök på öppna förskolan som nybliven förälder för 18 år sedan. Jag hade önskat att någon hade välkomnat och tagit hand om mig när vi kom. Vi personal på öppna förskolan vet att det är viktigt att ta emot föräldrar som kommer första gången, ja egentligen varje gång de stiger över tröskeln. Vi behöver befinna oss i den estetiska domänen (Lang, 1990) och se och möta alla som kommer med ett "hej och välkommen" och lotsa in dem in i verksamheten. Det är

respektfullt och värdigt och ger föräldrar och barn känslan av att det betyder något att just de kommer. Vi nekar aldrig någon att komma in oavsett hur många det redan är inne, då vi vet att man kanske har "laddat" för att våga komma. Vi håller ständigt ett öga på dörren för att fånga upp både de som kommer och de som går. Jag tänker att det betyder så mycket att man välkomnas in med ett hej och lämnar med ett hejdå från oss.

Föräldrarna beskriver känslan av en röd tråd genom familjecentralens verksamheter, att allt hänger ihop. De berättar om hur de möter familjecentralens olika professioner i olika verksamheter. Kuratorn finns på "golvet" på öppna förskolan. BVC-sköterskan går förbi på öppna förskolan och frågar om hur det gick med "det där", kommer ihåg namnet på barnet och vad som sades vid senaste besöket. Det finns något tryggt i det för föräldrar och de känner sig sedda. Föräldrarna upplever ett personligt bemötande.

F3: "Det är ju att du (kurator) har varit med där ute (på öppna förskolan) och att man får ett förtroende och även att det blir personligt och det är väl det som på något sätt behövs."

Föräldrarna upplever att det är lättare att ta steget till individuell kontakt med mig som kurator då vi träffats på öppna förskolan och andra verksamheter på familjecentralen. Föräldrarna beskriver att de har kunnat få en bild av vem jag är, det är tryggt. De tycker också att det är bra att jag har kunnat se vilka de är, även i relationen med sitt barn. Jag har kunnat få en bild av dem som människa och förälder. De upplever att det är lättare att prata om saker kring barnet och föräldraskapet när de vet att jag känner barnet. De uttrycker att det är skönt att ha lätt tillgång till individuellt stöd när man behöver det och att det är lätt att få tid. Det känns tryggt att prata med någon man skapat en kontakt med innan. Två av föräldrarna berättade att de hade gått och funderat på att "gå och prata med någon" men det hade inte blivit av. När möjligheten till det fanns på familjecentralen var det lätt att ta den.

F2: "Alltså jag hade gått och tänkt på det länge och prata om, ja, generellt andra saker också men just det (bekymret) var jobbigt just då. Så det uppenbarade sig en möjlighet och det ska man ju inte, alltså låta den passera sådär om man inte, om man inte behöver." ... "Jag tänkte ju på det (att fråga om hjälp) som sagt hela tiden men alltså det är ju sådana grejer, som man tänker på hela tiden, som inte blir riktigt av för att man kommer liksom inte...nao, jag vet inte..."

Jag har genom åren på familjecentralen fått uppleva otaliga gånger vilken möjlighet till relationsskapandet det finns på öppna förskolan. Jag finns mitt i verksamheten med huvudfokus på att finnas synlig och tillgänglig för föräldrar. Att på ett naturligt sätt finnas i det sammanhanget, bland föräldrar och barn på golvet, i tågbanebyggandet eller med förklädet på och händerna i bröddegen och med doften av nybakat bröd som sprider sig från ugnen och försätter hela familjecentralen in i ett gott och harmoniskt sinnelag... Det går inte att låta bli att relations-skapa! Neander (2011) pratar om gapet som alltid finns mellan klient och behandlare. Relationsskapandet är en viktig del i att minska det. Miller och Bertolino (2015) menar att alliansen mellan klient och behandlare är av avgörande betydelse för utfall av terapi/hjälpen/stödet. På familjecentralen har jag som behandlare möjlighet att över tid bygga relation med föräldrar. Det har betydelse att jag som behandlare finns med i ett sammanhang "ovanlig" för professionen men naturlig för föräldrar och barn. Den ger förutsättningar för en god och stark allians i behandlingssammanhanget.

Föräldrarna berättar att de känner sig sedda på familjecentralen. Man upplever att det finns ett personligt bemötande, man är inte bara en i mängden.

F3: "Jag tycker det blir väldigt personligt. Man är inte bara en i mängden känns det som utan och kommer man som ny så då är man alltid välkommen och man blir så bemött att det känns som man har varit här jättelänge."

Man blir bemött som medmänniska. De beskriver en känsla av att vara accepterad som den man är.

F2: "Men samtidigt var du (kurator) ju där som medmänniska kändes det som. Och sen då när man känner att ja, nämen jag behöver nog prata med någon, då väljer man ju att prata med någon som man ändå känner sig trygg med eller vad man ska säga. Det var nog det mest betydelsefulla tror jag som jag skulle säga, det var att vi kom dit som medmänniskor.... Nej man kände att man blev accepterad, eller liksom såhär oavsett vad du kommer och berättar för mig så kommer jag ta emot den informationen."

Neander (2011) menar att för att en terapeutisk process ska framskrida är det viktigt att man i första hand möts som människa-människa och i andra hand som behandlare-klient. Att vara personlig kan öka möjligheterna att skapa en förtroendefull relation. Hon skriver vidare om betydelsen av att framförallt mötas som medmänniskor. Jag tror ingen vill känna att man är speciell på det sättet att man har problem. Att av en hjälpare eller behandlare framförallt mötas som en medmänniska, det finns något värdigt i det.

Jag tänker att vi professionella på familjecentralen har ofta möjlighet att befinna oss i förklarings/reflexionsdomänen (Lang, 1990). Det är fokus på samtalet om det som händer där och då eller det som föräldrar väljer att fråga/prata om. Då jag är förebyggande socialtjänst utan myndighetsutövning har jag möjlighet att även i de individuella kontakterna med föräldrar mestadels finnas i reflexionsdomänen. Jag jobbar på föräldrars uppdrag, de söker stöd utifrån egen vilja och eget behov. Jag har såklart produktionsdomänen med mig också och har liksom alla andra som arbetar nära barn och familjer till exempel anmälningsplikt. Men även i de fallen där jag har behövt göra orosanmälningar upplever jag att det har kunnat ske på ett etiskt sätt. Den relationen som har byggts upp mellan mig, andra professionella på familjecentralen och föräldrarna är till en fördel även då.

8.4 "Jag sitter ju liksom inte och gråter längre..." – skillnad och nytta hjälpen gjort i livet

Föräldrarna berättar att de har fått stöd i situationer och processer de befunnit sig i både egna, inre processer och i familjesituationen. En förälder berättar att hon har kunnat öppna sig och berätta om saker som varit viktiga för henne och om känslan av att det man säger tas emot på ett gott sätt, oavsett vad det är. En annan förälder berättar att hon har kunnat ta itu med sig själv och sin utveckling genom att få stöd i att hantera och bearbeta svårigheter hon upplevt. Det har varit betydelsefullt att ha haft möjlighet att prata om den och det hon varit med om.

F3: "...Nu har jag som sagt börjat med min utveckling, alltså person själv, att ta itu med gamla problem. Och det har man ju bara väntat på, att komma hit som man är idag... så det har blivit en klar förändring. Så hade jag inte kunnat bolla med dig och så, så hade man ju fortfarande vart kvar, jamen i början... Nej så jag tycker att det har blivit en klar förändring utifrån mig själv då... Att man känner sig trygg i sitt liv idag helt enkelt och kan ta itu med gamla saker som ligger och stör".

En förälder berättar att hon fått styrkan att göra förändringar i livet och beskriver vilken inverkan detta haft och vad det inneburit för henne och barnet.

F2: ”Jag visste att jag skulle göra någonting, att jag behövde. Vi behövde ändra vår situation eller vad man ska säga, det visste jag ju men jag visste inte riktigt hur... Jag sitter ju liksom inte och gråter längre - så kan vi säga - när han har lagt sig... Så att man är ju mindre deprimerad skulle jag säga, det är la kort och gott så man kan säga... man har kunnat ha styrkan att ändra sitt liv nästan helt och till det mycket bättre och han (barnet) är harmonisk, jag är harmonisk och ja...”

Föräldrarna berättar att den hjälp och stöd de fått har gjort dem av lugnare. En förälder märker också effekt på barnet; eftersom hon är lugnare är han lugnare. Barnen och familjerna har fått gladare föräldrar med mer tålamod. En av föräldrarna berättar att den andra föräldern hemma upplever en gladare partner de dagar hon och barnet varit på öppna förskolan.

F1: ”Jag vet att han (den andra föräldern) då tyckte att jamen, att jag kändes gladare de dagar jag varit därnere (på öppna förskolan). Men det var väl för att jag fått inte bara sitta här (hemma) och gagg runt utan att man verkligen pratade med andra.”

Inom det systemisk/narrativa är en av grundpelarna att man som behandlare intar en icke-vetande position, man avsäger sig expert-rollen (Johnsen & Torsteinsson, 2015). Man utgår från att människor själva är experter på sina liv och att vi som behandlare är medforskare. Vår expertis ligger i att ställa frågor som hjälper människor att hitta lösningar på sina problem. Man utforskar tillsammans de tidigare berättelserna och samskapar ny mening genom att belysa dem på ett nytt sätt. De dominerande berättelserna (Morgan, 2007) får ge vika för nya, alternativa berättelser. Det ger människor möjlighet att som en av föräldrarna uttrycker det ”ta itu med sitt liv” och göra förändringar som är nödvändiga.

9. Slutdiskussion

Syftet med denna studie var att undersöka på vilket sätt en familjecentral kan vara ett välgörande sammanhang för föräldrar, vilka faktorer i den som upplevs som hjälpsamma av föräldrar samt på vilket sätt familjecentralen kan vara till hjälp och nytta för dem i livet. Jag funderar också kring hur jag i min roll som kurator kan utveckla mitt arbete på familjecentralen för att bidra till detta sammanhang.

Studien visar att familjecentralen är en arena som föräldrar kommer till för att finnas i ett gott, socialt sammanhang tillsammans med sina barn, träffa andra föräldrar och barn. Där finns människor att prata med och få råd, stöd och hjälp av, de trivs där.

Föräldrar upplever att de har fått hjälp på många olika sätt med bekymmer i sitt liv. Det har hjälpt att få någon annans perspektiv på saker, att få klarhet i och hitta lösningar på situationer i livet som förälder och som person. Det som föräldrar uppskattar och upplever hjälpsamt är det välkomnande, personliga bemötandet. Man känner sig sedd och accepterad, föräldrar och professionella möts som medmänniskor.

Föräldrarna beskriver att det finns en mental tröskel in till familjecentralen men man får hjälp att komma över den på ett tryggt sätt där tydliggörandet av sammanhanget är en viktig del. Föräldrarna uppskattar att de olika delarna av familjecentralen finns under samma tak och att de möter personalen på flera ställen. Det upplevs mer personligt och gör det möjligt att skapa djupare relation. De känner att det är tryggt att söka stöd hos någon som man har en relation till. Den skillnad hjälpen på familjecentralen gjort för föräldrarna är att de har fått stöd i situationer och processer de befunnit sig i och det har hjälpt dem att ta itu med svårigheter och förändra sin livssituation. De mår bättre och har större tålamod med sina barn. De känner sig gladare och lugnare.

Studien är en kvalitativ intervjustudie och ger en bild av vad tre föräldrar upplevt i sammanhanget familjecentral. Resultatet är således inte generaliserbart men säger ändå något om vad i sammanhanget familjecentral som är välgörande för föräldrar och barn. Det som framträder i studien är att familjecentralen är en plats där relationsskapandet står i fokus och möjliggör förändring. Det okomplicerade mötet på öppna förskolan ger professionella och föräldrar möjlighet att bygga upp ett förtroende för varandra i en oladdad neutral miljö. Det sker på föräldrarnas villkor, de väljer själv när och hur ofta de kommer till familjecentralen. Det leder till välgörande möten och relationer i ett gott sammanhang.

I min roll som kurator är det bra att jag rör mig i alla de olika sammanhang som finns på familjecentralen och där föräldrar finns. Det möjliggör relationsskapandet med föräldrar som är viktig för att kunna ge en mer omfattande hjälp och stöd till exempel i enskilda samtal. Och även om jag inte uttalat arbetar med terapi på familjecentralen så tänker jag att terapeutiska processer inte kan låta bli att komma till stånd under gynnsamma förutsättningar. Och sådana tror jag uppstår på familjecentralen.

Jag har genom arbetet med uppsatsen fått syn på att många av de systemiska och narrativa principerna inte bara är användbara i enskilda samtal med föräldrar utan även ute på golvet på öppna förskolan. Eller det är nog mer så att jag kunnat sätta ord på saker vi gör och gjort och koppla dem till systemisk narrativa teorier. I kanten av en anteckningsbok som jag haft under utbildningen har jag skrivit "deliberate practice"- medveten praktik. Jag känner att det vill jag utveckla; att ha en större medvetenhet med i det jag gör i de olika delarna på familjecentralen.

Förståelsen av andra ordningens cybernetik har slagit an i mig under utbildningens gång. Jag tänker på vad det betyder för sammanhanget där jag verkar att vi som jobbar där trivs så bra och har det gott med varandra. Mycket, tror jag. Vi är en del av sammanhanget och påverkar lika mycket som vi påverkas. Våra besökare uttrycker att de är trygga och trivs. Tänk så välgörande vi är för varandra, föräldrar, barn och vi professionella!

Jag funderade mycket på vad jag skulle skriva denna uppsats om. Jag fastnade för kontextbegreppet och ville undersöka vad familjecentralen som kontext betyder för föräldrar. Det finns ju ingen evidens på att familjecentral "fungerar". Men vi är många som känner att det gör skillnad i människors liv och de föräldrar som deltog i denna studie upplever det också. Det varit värdefullt att skriva denna uppsats inte minst för att den fördjupade förståelsen för min praktik kopplad till teori. Det blev en fin upplevelse att få ta del av föräldrarnas berättelser vid intervjuerna. Det slår an i mig vilken kraft och styrka det bor i oss människor. Vid rätta omständigheter och i gynnsamma, välgörande sammanhang kan det skapas rörelse som leder till förändring och utveckling. Det kan utgöra skillnaden som gör skillnad i människors liv.

Referenslista

Abrahamsson, A., Malm, I. och Öberg, I. 2018. Reviderad av Vilhelmsson, E. och Mellbourn, M. 2018. *"Oj, så bra att ni finns"*. Föreningen för familjecentralers främjande och Akademikerförbundet SSR.

Akademikerförbundet SSR 2011. *Policy för socialt förebyggande arbete*.

Bing, Vibecke. 2011. *Vem ska annars göra det vi gör? – om socionomernas arbete på Jönköpings familjecentraler*. Jönköping: Regionförbundet Jönköpings län.

Bornemark, J. 2018. Det omätbaras renässans. En uppgörelse med pedanternas världsherravälde. Volante.

Kebbe, Lisen. 2014. Kontexten skapar mening. Writing essays as Dialogical Inquiry. Chard, A. & Simon, G. (red.) *Systemic Inquiry: Innovations in Reflexive Practice Research*. UK: Everything is Connected Press.

Killén, K. och Andersson, S. 2009. *Barndomen varar i generationer: om förebyggande arbete med utsatta familjer*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, S. 1997. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Lang, P., Little, M. & Cronen, V. 1990. The systemic professional: Domains of Action and the Question of Neutrality. *Human Systems*, 1:39-57.

Miller, S. & Bertolino, B. (red.). 2014. *Feedback-informerad terapi FIT*. Lund: Studentlitteratur.

Morgan, Alice. 2007. *Vad är narrativ terapi?*. Falun: Mareld.

Neander, Kerstin. 2011. *Mötets Magi – om samspelsbehandling och vardagens välgörande möten*. Stiftelsen Allmänna Barnhuset.

Richardson, L. och Adams St. Pierre, E. 2005. Writing. A Method of Inquiry. Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (red.) *The sage handbook of qualitative research*. 3.uppl. s. 959-978.

Bilaga

Intervjuguide/samtalsunderlag

Vad tänker du om familjecentraler som mötesplats med tillgång till stöd och hjälp?

- Vad kännetecknar familjecentralen tycker du? Kan du ge exempel?

Hur upplever du att det är att besöka familjecentralen?

- Har det gjort någon skillnad för dig som förälder? Vilken?

Hur har du upplevt dig bemött på familjecentralen?

- Vad gjorde någon? Hur gjorde hen?
- Hur fick det dig att känna dig?

Hur har din kontakt med familjecentralen sett ut?

- Med vilka har du haft kontakt/tagit hjälp av?

Av vilken anledning har du sökt stöd/hjälp på familjecentralen?

- Hur kom kontakten till?
- Vilket stöd/hjälp upplevde du att du var i behov av?
- Fick du det stödet du behövde?
- Saknade du något? Vad?
- Hade du sökt stödet någon annanstans? Var?
- Vad har du upplevt som hjälpsamt?
- Vad har inte varit hjälpsamt?
- Hade något kunnat vara på ett annat sätt? Vad? Hur?
- Har hjälpen/stödet gjort någon skillnad för dig? Vilken?

Vad har familjecentralen betytt för dig/er?

Vad har kontakten med familjecentralen gjort för skillnad för dig som förälder/ för familjen?

- Hur hade det varit tror du om du inte hade haft FC att vända dig till?
- Om du inte hade haft tillgång till familjecentralen, hade det varit någon skillnad i ditt/ert liv nu?