

TRYGG HAVN

for små og store

ARTIKKEL

Av: Trond Ola Tilseth, KoRus - Midt

Når livet er tungt, kan foreldrerollen fremstå som helt umulig. Ved Barnas Stasjon kan mammaer, pappaer og barn få hjelp.

MELLOM STADIGE telefonoppringninger, oppussing av rom og babymassasje, har Bente Amundsen fått klemt inn et møte med journalisten fra Rusfag. Lederen ved Barnas Stasjon i Trondheim er i full gang med forberedelsene til tiårsjubileet for tilbudet i trønderhovedstaden. Selv har hun vært med siden 2010.

– Jeg elsker jobben min. Arbeidet her ved Barnas Stasjon gir meg en opplevelse at det nytter. Her kan vi bruke den tiden vi trenger for å pushe folk sakte, men sikkert videre. Relasjonsbygging og langtidsperspektiv er det som fungerer for mennesker i sårbare situasjoner. Det handler om trygghetsfølelse, sier Amundsen, som er utdannet spesialpedagog og kroppsøvingslærer, med påbygning innen rus- og barnevernsfaglige utdanninger.

Lav terskel, høy kompetanse

Barnas Stasjon er et forebyggende tilbud der målet er å gi barn en så trygg og god oppvekst som mulig. Foreldrene skal øke kompetansen sin så de blir i stand til å ivareta barna sine på en god måte, og leve sammen med dem som en familie.

– Man trenger ikke henvisning for å benytte seg av dette tilbudet. Det er lav terskel for å komme inn, men vi har høy kompetanse innenfor veggene, sier Bente Amundsen, som jobber sammen med seks andre ansatte i Trondheim.

Et av tiltakene er nettverksbyggende middager der flere familier spiser sammen.

– Vi bruker bevisst disse måltidene som treningsarena. Familien får øvd seg på å spise sammen og være sosiale. Dette er en god arena der vi kan gi veiledning, brukerne får øvd seg på å vise overfor andre at de sliter, de får trent på å være gode rollemodeller, og de kan lære fra andre foreldre.

Regulerer følelser

Barnas Stasjon tilbyr to forskjellige foreldreveiledningsprogram. Det ene handler om Trygghetssirkelen, eller COS (Circle of Security) på fagspråket. Programmet går en dag i uka over tolv uker. Grunn tanken i Trygghetssirkelen er at barnet utvikles i samspill med omsorgspersoner. Selve trygghetssirkelen er tegnet som et kart der barna alltid enten er ute og utforsker verden eller søker foreldrenes trygge havn. For foreldrenes del handler det om å lære hvordan de skal respondere på de forskjellige signalene barna sender ut.

Det andre programmet som tilbys, kalles TIK (Tuning in to kids) og går en dag i uka over åtte uker. Dette er et emosjonsregulerende foreldreprogram der deltakerne lærer å regulere egne følelser for så å kunne regulere barnas følelser.

På Barnas Stasjon finnes det også en egen papgruppe, der fedre møtes til et felles måltid før de deltar i en ren samtalegruppe om temaer knyttet til det å være far.

Dessuten organiserer stasjonen en barselgruppe for mødre med barn under ett år. Mange av deltakerne sliter med rus, sosial angst eller andre utfordringer.

- Her kan vi bruke den tiden vi trenger for å pushe folk sakte, men sikkert videre, sier Bente Amundsen, leder ved Barnas Stasjon i Trondheim.
Foto: Trond Ola Tilseth



Gruppen drives av en psykologspesialist og en psykiatrisk sykepleier.

Mens TIK og COS er tidsbegrenset, kan pappa- og barselgruppene være i årevis.

– Den som har vært her lengst, har deltatt i åtte år på pappagruppe. Grappa skal ikke være en hvilepute. Det skal være et mål med det vi gjør her, men for mange er gruppene en trygg base å komme tilbake til. Noen kan for eksempel synes at det er skummelt å spise i kantina med andre studenter eller arbeidskolleger. Da kan det være greit å ta lunsjen her hos oss, forklarer Amundsen.

Avhengig av tillit

Hvordan foreldre kommer i kontakt med Barnas Stasjon kan variere. I en del tilfeller er det familiene selv som tar initiativ. Andre ganger kan barnevernet vedta at foreldrene skal bli brukere av tilbudet.

– Men det har lite for seg å stå på tiltaksplanen til barnevernet om vi ikke får foreldrene til å spille på lag med oss. Det er derfor veldig viktig at vi greier å vinne deres tillit, sier Amundsen.

– *Hva har vært de største utfordringene siden dere startet opp her i Trondheim i 2008?*

– Vi kunne starte opp Barnas Stasjon her i byen takket være midler fra TV-aksjonen i 2008. Så måtte vi få til en samarbeidsavtale med kommunen. Problemet har vært å få dem til å forplikte seg for lang tid. Nå har vi bare en toårsavtale. For en tid siden ville kommunen ta fra oss en million i året, men vi lyktes i kampen for å få beholde den, sier Amundsen.

Foruten midler fra vertskommunene finansieres Barnas Stasjon også over statsbudsjettet.

– *Hvilke tilbakemeldinger får dere fra brukerne?*

– Vi får høre at vi er en unik plass, fordi foreldrene både får et solid teorigrunnlag og et sted der de kan trene på teorien. Vi arrangerer mange aktiviteter der barn og voksne får være sammen. Hver sommer arrangerer vi en ferieuke i Rondane med leirskole, kanopaddling og andre friluftaktiviteter. Før høstsemesteret på skolene starter, tilbyr vi to hele dager i lavvo ved Rypetoppen Klatrepark i Meråker. I høstferien får barn og voksne være med på Leos Lekeland, grilling i Bymarka, tur i byen og andre utflukter.

FAKTA:

Barnas Stasjon: :

- Et tiltak for familier i sårbare livssituasjoner med minst et barn i alderen 0–8 år, samt gravide.
- Et nasjonalt tiltak i regi av Blå Kors Norge.
- Den første Barnas Stasjon så dagens lys i 2006 i Fredrikstad.
- Etter TV-aksjonen Blå Kors i 2008, ble det etablert nye stasjoner i Trondheim, Hamar og Kristiansand.
- I henholdsvis 2011 og 2016 ble Barnas Stasjon etablert i Drammen og Oslo.
- I fjor fikk 1272 barn og voksne fra 465 familier hjelp ved Barnas Stasjon på landsbasis