

Barnkonferensen i Gävleborg 2010

Dokumentation



Länsstyrelsen
Gävleborg

Samverkan för barnens bästa

Barnkonferensen som ägde rum på Bollnäs folkhögskola den 1 december 2010 samlade cirka 150 deltagare från kommuner, myndigheter, skolor, föreningsliv med mera i hela Gävleborgs län. Ett tiotal föreläsare delade med sig av sina erfarenheter och den kunskap de byggt upp i sina respektive verksamheter – och bidrog på det sättet till att arbetssätten kan fortsätta utvecklas.

Gemensamt var framför allt ett stort engagemang i barns livssituation, men också att de verksamheter som redovisades fått statsbidrag för att utveckla stöd till barn i miljöer där det finns missbruk, psykisk ohälsa och/eller våld.

Samarbete var nyckelordet för konferensen och samarbete var också det landshövding **Barbro Holmberg** tryckte på i sitt inledningstal. Hon har själv en bakgrund som socionom, och berättade om en forskningsrapport vars slutsatser kommit att påverka hela hennes yrkesliv:

– De barn som behöver extra stöd från samhället lever nästan alltid i väldigt konfliktfyllda miljöer, präglade av missbruk eller psykisk ohälsa. Om stödinsatserna också är konfliktfyllda – då skapar vi ännu större problem hos de här barnen. Därför är det så oerhört viktigt att ni som ska hjälpa dem kan samarbeta på ett bra sätt.

Barbro Holmberg poängterade också hur arbetet med utsatta barn har betydelse inte bara för barnen och deras familjer, utan för länets och hela samhällets utveckling.

– Att barn som riskerar att hamna snett får hjälp och stöd tidigt, och att vi kan bidra till goda uppväxtvillkor för alla barn – det är en av de mest grundläggande utvecklingspotentialer vi har i vårt län.

– Därför hoppas jag att ni den här dagen fortsätter knyta och fördjupa kontakter mellan kommuner, förvaltningar och organisationer och därigenom tar ytterligare steg för att fördjupa samarbetet kring barnen, sade hon.



Landshövding Barbro Holmberg inledde.

Samtalsgrupper för barn och ungdomar

Barn som bär på hemligheter som att mamma eller pappa dricker, att någon av dem är psykiskt sjuk eller att det förekommer våld i hemmet behöver få veta att de inte är ensamma om den erfarenheten. Men det hjälper inte stort att någon vuxen säger det till dem – de behöver få höra det från ett annat barn som varit med om samma sak.

Det är en av anledningarna till att samtalsgrupper för barn och ungdomar finns – och gör nytta för dem som deltar. Sandvikens familjecenter, Grinden i Gävle och BIG i Bollnäs har arbetat med samtalsgrupper för barn och ungdomar olika länge och på lite olika sätt, men många av erfarenheterna är gemensamma.

Framför allt är målet med verksamheten detsamma överallt: Att stärka barnens självkänsla. Få dem att förstå att det som sker inte är deras fel, och att de själva har rätt att må bra även om inte mamma eller pappa gör det. Försöka bidra till att mönstret bryts, så att inte barnen tar över samma problematik som föräldrarna.

– Vi vill hjälpa dem att förstå sammanhanget, ge dem kunskap om den miljö de lever i, förklarar **Ingrid Nääs**, familjebehandlare och samordnare för samtalsgrupperna inom Sandvikens familjecenter.

I Sandviken finns grupper för

- barn och ungdomar till föräldrar med missbruksproblem
- barn och ungdomar till föräldrar med psykisk ohälsa
- barn och ungdomar som upplevt våld i sina familjer
- barn till separerade föräldrar.

Gruppledarna hämtas ofta från andra verksamheter; det kan vara lärare, forskollärare, socionomer, ibland också personer från frivilligorganisationer.



Ingrid Nääs är familjebehandlare och samordnare för samtalsgrupperna i Sandviken.

Ofta deltar socionompraktikanter i grupperna. Man samarbetar också med landstingets psykiatri, socialtjänsten och familjerätten – beroende på hur problematiken ser ut.

– Just nu har vi 15 utbildade gruppledare som vi kan använda, berättar Ingrid Nääs. Det är en öppen och flexibel lösning som innebär att vi inte bygger upp resurser i onödan. När vi fått ihop en grupp på 6–10 barn eller ungdomar utser vi två gruppledare, och de anlitats sedan fem timmar i veckan en termin i taget.

Barn som bevittnat våld i nära relationer går först i enskilda samtal och sedan i grupp, samtidigt som föräldrarna har samtal med familjebehandlare.

Politikerna har ett stort ansvar

Med från Sandvikens kommun är också **Hans-Olov Frestadius**, ordförande i individ- och familjeomsorgsnämnden. Han betonar politikernas ansvar för att backa upp sina viktiga verksamheter.

– Det räcker inte att vi i ifo-nämnden tycker att samtalsgrupperna är viktiga – det måste finnas en acceptans i hela den politiska organisationen. Vi i vår nämnd måste kunna pedagogiskt förklara för till exempel kommunfullmäktige hur det hänger ihop – att det här är verksamheter där man ska tänka långsiktigt, resultaten kommer inte samma budgetår. Allt hänger ihop – skolan, vuxenverksamheterna, landstinget – det är en helhet, där tidiga insatser lönar sig. Framför allt mänskligt men också ekonomiskt.

– Den insikten har politikerna i Sandviken. Därför fick vi faktiskt ett tillskott så att inte barnverksamheterna skulle behöva drabbas när kostnaderna för försörjningsstöd ökade kraftigt. Det är jag väldigt nöjd med. Så ligg på era politiker! manar Hans-Olov Frestadius.



Lena Malmström och Karin Backman arbetar på Grinden i Gävle.

Grinden gammal i gården

Grinden i Gävle har en liknande verksamhet som i Sandviken, eller snarare tvärtom – för Grinden har funnits ända sedan 1994. Då startade de med två handledare, nu är de fyra. **Karin Backman** och **Lena Malmström** är här för att berätta hur de gör.

– Vi har samma typ av grupper som ni har i Sandviken, men vi delar in dem ännu mer åldersmässigt: låg-, mellan-, högstadiet och gymnasiet, berättar Lena. Det har fungerat bra för oss och vi märker att de har rätt så olika behov. Småbarnen vill leka och fika, mellanstadiebarnen vill ha mycket kunskap, tonåringarna vill prata och prata.

Viktiga studiebesök

De som visar intresse för att vara med i någon grupp bjuds in till studiebesök, där de får veta mer om verksamheten och hur det går till.

– Det är en jätteviktig kontakt, säger Karin. För även om de inte anmäler sig så vet de vart de kan vända sig om de vill vara med senare. Vi brukar prata mycket om vad andra barn har sagt: till exempel att de känner sig ensamma och utanför, att de tror det syns på dem hur de har det hemma. Det känner de nya barnen ofta igen sig i.

Sex, sju grupper med 6–8 deltagare och två

gruppleddare i varje brukar vara i gång samtidigt. De träffas en gång i veckan under en termin, alltid på samma tid. Ramarna är fasta men innehållet öppet.

– Vi fyller tiden med det som barnen är upptagna med just då, förklarar Lena. Vi utgår från det som de har gemensamt. Alla måste säga sitt namn och varför de är med – och när det är sagt: ”Jag heter Kalle och jag är här för att min mamma dricker” – då händer något magiskt i rummet. De slappnar av och kan ta det lite lugnt sedan. Det är som om de inte tror på att det kan finnas andra som har det likadant förrän de verkligen ser det.

Barnen är friska

Karin berättar att de brukar friskförklara barnen, tala om att deras känslor är alldeles normala reaktioner i en osund miljö. Och så visar vi dem att det finns andra som hjälper deras föräldrar – allra bäst är förstås om föräldrarna vill gå i en egen grupp hos oss, säger hon.

– Föräldrarna ska ha gräddtårta! fortsätter hon. Det är jättemodigt av dem att ta telefonen och ringa till oss. Många av dem berättar också att de hade samma bekymmer när de själva växte upp – och säger ”tänk om Grinden funnits då!”



Karin Planeskog, samordnare för stödgrupperna i Bollnäs kommun och Pernilla Larsson, barngruppsledare, berättade att det gått bra att blanda olika åldrar i samtalsgrupperna.

Ta det lugnt och ha kul

Att vara med i en grupp fyller många funktioner utöver vad enskilda samtal kan ge: den ger nya kompisar, ”såna som förstår”. Den gör också att man inte behöver vara aktiv själv hela tiden, man kan låta andra prata och bara lyssna. Sist men inte minst blir den en källa till glädje – en paus från det tunga ansvar som de här barnen ofta bär.

– Vi gör mycket kul också på våra träffar, det är viktigt! Det ska vara roligt i gruppen, annars kommer de inte, säger Lena.

Hopp om framtiden

En viktig – och stor – uppgift för Grindens gruppleddare är att väcka hopp.

– De här barnen har inga drömmar, de vet inte vad de vill bli. Men drömmar är jätteviktiga, det ger kraft att kunna fantisera om framtiden. För att kunna göra det måste de få träna på att känna sig värdefulla, förstå att just jag har något att ge. De är så vana att sätta sig själva på undantag – de vet så väl vad mamma och pappa blir arga och ledsna för, men inte vad de själva blir arga och ledsna för.

När gruppen haft sina möten slängs alla papper – eftersom det är en frivillig verksamhet sparas inga uppgifter – och det är dags för avslutningssamtal.

– Vill de fortsätta får de ställa sig i kö till en ny grupp. Men då blir det ju med nya personer, och många brukar känna sig ganska nöjda efter en termin, säger Lena.

Ingen kö i Bollnäs

I den jämförelsevis lilla kommunen Bollnäs är det ingen kö till grupperna, det är nästan tvärtom – svårt att få ihop tillräckligt många barn med samma problematik. Verksamheten är också relativt nystartad, hösten 2009 satte man i gång och hittills har 19 barn och ungdomar deltagit i grupperna. **Karin Planeskog**, samordnare för stödgrupperna i Bollnäs kommun, och **Pernilla Larsson**, barngruppsledare, berättar att de till en början koncentrerat sig på barn till föräldrar med alkohol- och drogproblematik.

– Eftersom underlaget är så litet har vi inte kunnat dela in barnen efter åldrar, utan det är ganska stor spridning i grupperna. Först tyckte vi det var ett jättestort problem, men nu efter tre terminer ser vi att det fungerar jättebra, säger Karin. De har olika erfarenheter i alla fall, och det är problematiken som skapar gemenskap i gruppen.

Föräldrar i en egen grupp

I höst har de också haft fyra föräldrar i en egen grupp.

– Det betyder mycket för barnen att föräldrarna också går hit och pratar. Det gör att de får bättre kommunikation hemma, så att en förändring kan starta.

I Bollnäs erbjuder de grupperna att ordna återträffar om de vill.

– Ibland kan det kännas jobbigt att skiljas åt när man kommit varandra så nära. Då har det känts



Jan Lahenkorva, ordförande i barn- och utbildningsnämnden i Bollnäs, ledde ett panelsamtal om samtalsgrupper för barn och ungdomar.

viktigt att få träffas igen och tala om vad som hänt sen sist, berättar Pernilla.

Efteråt har de också frågat barnen vad som varit bäst med gruppstalen:

– Att kunna säga vad man tycker och ingen skvallrar, är det vanligaste svaret. Lära känna kompisar som förstår! Våra familjeträffar har också varit uppskattade, då får barnen själva bjuda in dem som de vill ska komma – det kan vara kompisar eller farmor till exempel.

2009–2010 bedrevs gruppverksamheten i projektform, men från och med 2011 blir den permanent. Det ger möjligheter att planera framåt.

– Vi har en ambition att starta en grupp för barn till separerade föräldrar. Kanske också prova en grupp för barn till föräldrar med blandad problematik – psykisk ohälsa/missbruk. Ofta är ju problemen knutna till varandra, säger Karin.

Panelsamtal om stödgrupperna

Som avslutning på blocket om samtalsgrupper för barn ledde **Jan Lahenkorva**, ordförande i barn- och utbildningsnämnden i Bollnäs, ett panelsamtal med representanter för de olika stödverksamheterna. Han blev snabbinkallad för att ersätta Lotta Mollerander, som satt på ett försenat tåg.

Jan inleder med att konstatera att alla kommuner är förpliktigade att följa barnkonventionen, där barnets bästa ska sättas i första rummet. Ändå blir verksamheterna alltid ifrågasatta när det ska sparas, hur rimmar det med barnperspektivet egentligen? undrade han, och svarade själv att det är väl som alltid – att vi vill göra så mycket mer än vi har resurser till.

Hur når vi barnen?

Men hur når vi de barn som bäst behöver det här stödet?

Karin och Lena från Grinden i Gävle berättar först hur de gör:

– Vi är ute i skolorna och pratar, och vi möter föräldrarna på sådana ställen som till exempel Hemsta beroendecentrum. Vi försöker få tidningar, tv och radio att ta upp vår verksamhet, och vi har haft reklampelare på stan. Sedan erbjuder vi stöd till personal som möter de här barnen, så att de ska veta att de kan vända sig hit.

I Bollnäs och Sandviken jobbar man på ungefär samma sätt, har nära kontakt med elevhälsan,



I publiken satt människor som arbetar med barn i hela Gävleborgs län.

specialpedagoger och skolkuratorer liksom med socialtjänsten.

– Vi har också gått ut i tidningarna, berättar **Karin Planeskog** från Bollnäs. Min tanke är att någon anhörig ska läsa om oss, kanske någon mormor eller morfar – och kanske att barnen är små nu men att man längre fram förstår att de behöver hjälp.

Inte alltid så frivilligt

Men om föräldrarna inte vill, då? Om de inte ser eller förstår sina barns behov? Det är ju en frivillig verksamhet, och det krävs att åtminstone en av föräldrarna gett sitt tillstånd – när det gäller grupperna för separerade föräldrar krävs bådas medgivande – för att barnen ska få delta.

– Får vi träffa dem kan vi försöka motivera dem, men oftast är det andra som måste göra det jobbet – de som träffar familjerna före oss, säger **Lena Malmström** från Grinden.

– Sen ska man ju ha klart för sig att den här ”frivilligheten” kanske inte alltid är så frivillig, tillägger hennes kollega **Karin Backman**. Ibland kommer de hit med hjälp av en socialsekreterare som låtit dem förstå att det kan hända saker om de inte deltar i vår verksamhet. Då gäller det att man är ödmjuk och inte kommer med en massa pekpinnar.

Viktigast att SE barnen

Och vad gör vi med dem vi inte når?

Karin Backman berättar om ett radioprogram hon hörde för 15 år sedan, om maskrosbarn. En nu vuxen kvinna fick frågan varför hon trodde att

just hon hade klarat sig så bra, medan båda hennes bröder gått under på olika sätt.

– ”Fröken i skolan”, svarade hon. ”Hon tittade på mig och förstod – hon SÅG mig”. Det är inte så krångligt egentligen, säger Karin. Det handlar just om att SE barnen, att någon gör det. Ser och vågar fråga, kanske flera gånger. För många nekar först, men då kan jag berätta att jag finns här om du vill prata.

Mer resurser överallt!

Jan Lahenkorva avslutar med frågan hur önskescenariot skulle se ut, för att samarbetet kring stödgruppsverksamheterna för barn och ungdomar i kommunerna skulle få maximalt bra förutsättningar.

– Jag tycker att jag lever i drömscenariot, säger **Ingrid Nääs** från Sandvikens familjecenter. Vi har bra politisk uppbackning och lätt att samarbeta med andra verksamheter i kommunen.

– Jag skulle önska att man vågade prata mer om problemen så att barnen fick kännedom om att vi fanns, säger Karin Planeskog från Bollnäs kommun.

– Grinden har haft starkt politiskt stöd hela tiden. Men familjerna behöver ju hjälp på andra sätt också, det borde finnas fler hemmahosare till exempel. Jämfört med tidigare har det gått mycket längre innan en familj får hjälp idag. Det behövs mer resurser över huvud taget, säger Karin Backman – och får dagens första spontana applåd.

Låt inte lagen hindra gott samarbete

Staffan Olsson, författare och f d lärarutbildare, skulle tala om anmälningsplikt, sekretess och samverkan – men knyter genast an till den diskussion som nyss förts på scenen. Önskescenariot, hur skulle det se ut? Staffan vill också ge ett svar på den frågan:

– Jag skulle vilja se mer av fria potter inom kommunerna, som man fick söka pengar från för olika projekt. Då tror jag vi skulle få fram mer av övergripande planer och nya tankar om hur man kan samarbeta kring barn och ungdomar. Som det är nu sitter varje förvaltning och ruvar på sina pengar.

Där kom dagens spontana applåd nummer två.

Staffan Olsson har skrivit böcker om anmälningsplikt och sekretess i förskola, skola och inom socialtjänstens verksamhet, och den 23 februari 2010 kommer han att hålla ett heldagsseminarium i ämnet för länsstyrelsen i Gävleborg. Föredraget han håller i dag ger en mer översiktlig bild av vilka möjligheter lagstiftningen ger att samarbeta kring barn som har problem.

Samarbete är nödvändigt om man ska nå resultat, det vet alla i publiken. Staffan ger själv en tydlig bild:

– Samhällets stöd kan liknas vid ett brandsegel som barnet fångas upp i. Men det kan inte hållas upp av en person, vi måste vara flera om det ska fungera. Det kan vara någon från socialtjänsten, någon från skolan, en farmor kanske och någon från en frivilligorganisation. Ibland vet man inte vilka de viktiga personerna är – det kan vara en skolvaktmästare, eller en tandsköterska. Folkvandvärden är faktiskt en funktion som ofta glöms bort – de möter ALLA barn, och kan ofta se tecken på att något inte står rätt till, men det tänker vi sällan på.

Definiera vad samverkan gäller

Staffan tycker att man tydligare ska definiera vad man ska samverka om, och hur. Ge det positivt värdeladdade ordet en verklig innebörd. Det gäller också att vara klar över varandras roller och förutsättningar.

– Det är så lätt hänt att skolan är irriterad på soc för att man tycker att de inte gör något, och soc försöker – men de har sina lagregler. Till exempel: om föräldrarna inte vill medverka till en utredning krävs det mycket välgrundade misstankar om att det finns ”en påtaglig risk” för barnets hälsa för att man ska få gå vidare, mot deras vilja. Och skolan



Staffan Olsson, författare och utbildare, talade om lagar som kan upplevas som hinder för samarbete mellan exempelvis skola och socialtjänst.

får inte ens veta att socialtjänsten har försökt, eftersom sekretessen sätter stopp.

– Med bättre samarbete och bättre kunskap om vad som gäller kunde man komma mycket längre. Visst, det finns många hinder – men de är inte oöverstigeliga.

Okunskap hinder för hjälpinsats

Okunskap leder också, enligt Staffan Olsson, till att det kommer så få anmälningar från förskolan om att barn misstänks fara illa i sin hemmiljö.

– Det finns en utbredd missuppfattning om att man måste vara helt säker på sin sak för att anmäla. Men så står det inte i bestämmelsen om anmälningsplikt i socialtjänstlagen. Den gäller redan om man har ”grund för misstanke”. Då är man skyldig att anmäla så att misstankarna kan utredas.



Det finns hinder, men de är inte oöverstigeliga. Staffan Olsson gav handfasta tips om hur man kan samarbeta med full respekt för sekretessen.

Rutiner för konsultation

Staffan tipsar om rutiner för konsultation, som betyder att man kan få råd från socialtjänsten – tycker de att man ska anmäla? Det fungerar i de flesta kommuner idag, säger han.

Sekretessen upplevs ofta som ett hinder i samarbetet mellan skola och socialtjänst, men behöver inte vara det – om man utnyttjar lagens möjlighet till samtycke.

– Om man i samtalet med klienten berättar att ”vi brukar återkoppla till skolan så att de också får veta vad som händer – är det OK?” säger klienten oftast ja. Svårare behöver det inte vara, säger Staffan.

Var rädd om sekretessen

Det finns de som förespråkar att sekretessen inte alls borde gälla mellan myndigheter, att det skulle underlätta samverkan för barnets bästa. Det är Staffan Olsson helt emot.

– Sekretessen är en integritetsgräns som vi måste respektera. Om man riskerar att lämnas ut till höger och vänster vill man kanske inte ha något samarbete alls. Men om man är fullt tydlig med vad samverkan gäller och var gränserna går, då är det sällan några problem.



Många frivilligorganisationer hade montrar i foajén.

Barns stress naturlig reaktion

Kerstin Sofia Andersson är ekonom, beteendevetare, föreläsare, mentor, utbildare och handledare. Grunden för mycket av det hon gör är en systemteori som beskriver relationer mellan människor. Den är utvecklad av amerikanen Murray Bowery och finns närmare beskriven på hemsidan www.kerstinsofia.se

Systemteori är precis så teoretiskt och abstrakt som det låter. Men Kerstin Sofia illustrerar det med att rita upp två kohagar, båda inhägnade med elstängsel, på var sin sida om en trafikerad väg. Kor är ju flockdjur, precis som vi, och kärnan i resonemanget är att våra stressreaktioner uppstår i reptilhjärnan – den vi har gemensam med alla levande varelser. Således även med kor – och dagmaskar.

Hela flocken blir stressad

En ko i den ena flocken går emot elstängslet. Det gör ont, och hon sparkar bakut och springer runt. Omedelbart gör resten av hennes flock likadant – fast de inte fått någon stöt och antagligen inte ens fattat vad som hänt. Men hennes stressreaktion överförs till dem som ingår i samma emotionella system, samma familj, de som är beroende av henne.

I den andra flocken händer ingenting, mer än att de ställer sig och tittar förvånat på sina grannar. De berörs inte av stressen eftersom de inte är beroende av djuren i den andra flocken.

– Gränsen för emotionella system går vid om vi är beroende av varandra. Och reaktionen sker oberoende av om vi vet vad som orsakar stressen eller inte, förklarar Kerstin Sofia. Vi påverkas ändå.

Oron värre än verkligheten

Sedan tar hon exemplet med mannen som fått veta att han skulle bli av med sitt jobb, men inte vågade tala om det hemma. Han försökte vara som vanligt, men frun kände att något var fel och funderade på om han var otrogen, barnen kände att mamma inte var som vanligt och efter ett par månader började sonen skolka från skolan.

– Då sätter man igång en massa saker kring grabben, när det egentligen var hos pappan som felet låg. Så gör vi ofta, vi ser inte vad som orsakar problemen om vi inte förstår de här sambanden.

När pappan väl blev uppsagd lättade det för alla i familjen, berättar Kerstin Sofia. Då kunde de ju förstå och förhålla sig till det verkliga problemet.

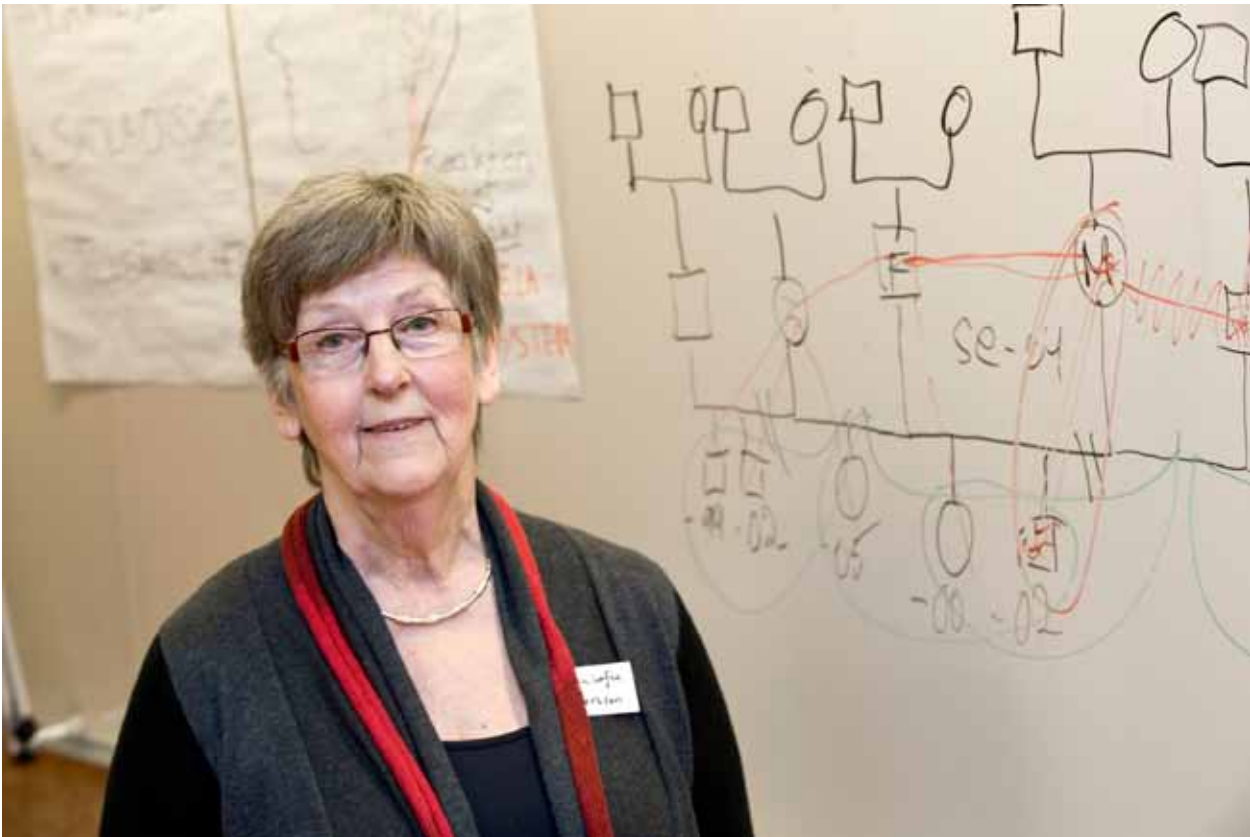


Kerstin Sofia Andersson förklarar mänskliga stressreaktioner med systemteori och evolution.

Intellektet långt från känslorna

Att människor som lever nära varandra påverkar varandras känslor och stressnivå är inte så svårt att förstå. Men för att inse hur försvarslösa vi är mot den typen av känslor måste man veta lite mer om hur hjärnan fungerar. Så Kerstin Sofia ritar upp ett huvud.

– Människan uppfattas ju som den mest komplicerade varelsen av alla, men samtidigt står vi väldigt nära alla lägre former av liv. Den största skillnaden är cortex, det intellektuella systemet, som dessutom är väldigt ungt i ett evolutionsperspektiv.



Om mammas nya sambos pappa blir svårt sjuk påverkar det pappas nya sambos dotter – och tjugo personer till, som våra familjemönster ser ut i dag. Inte konstigt att barn blir stressade, säger Kerstin Sofia Andersson och ritar upp alla relationerna på tavlan.

Det är cortex som gör att människan har förmåga att förstå abstrakta saker, göra värderingar och tänka ut lösningar, sånt vi kallar förnuft. Den delen av hjärnan är inte färdigutvecklad förrän vid 6–8 års ålder – och frontalloben, den som samordnar information så att vi kan dra nytta av erfarenheter, den är inte färdigutvecklad förrän vid 8–9 års ålder.

Överlevnadsdriften är stark

Det emotionella systemet däremot, det är väl utvecklat redan när vi föds. Det ligger i hjärnstammen, vi brukar kalla det reptilhjärnan eftersom vi delar det med alla andra former av liv. Det styr instinkterna, vår förmåga att överleva. Det är också autonomt, vilket betyder att det inte går att styra med viljan, utan det som sker där sker automatiskt. Och det är långt, även fysiskt, mellan cortex och reptilhjärnan.

– Det nyfödda barnet har en mycket god förmåga att läsa av hur stressnivån ökar eller minskar hos närstående, och det påverkar deras egen stressnivå. Allt det här händer i reptilhjärnan, det är en ren överlevnadsdrift. Vissa spädbarn är alltid tysta – därför att det är då de får bästa kontakten

med modern. Det absolut största hotet för en människa är ju att inte få emotionell kontakt, det visar all forskning. Brist på emotionell näring är mer hotfullt än brist på mat.

Reptilhjärnan styr i familjerelationer

Enligt Kerstin Sofia Andersson är det dessa mycket tidiga emotionella mönster – som lärs in när vi är helt beroende av våra närstående – som sedan styr hur vi reagerar under stress. Då träder reptilhjärnan in, den som vi inte kan styra med viljan.

– Det jag en gång har lärt mig ger lugn och ro präglar mina reaktioner resten av livet. När det är något i en familj – då är det alltid reptilhjärnan som styr, det ska vi komma ihåg.

Att förstå kan ge nycklar

Stressnivån avgör i vilken grad det emotionella systemet stör – eller helt dränker – det intellektuella. Men det intellektuella systemet finns kvar där bakom, intakt, säger Kerstin Sofia.

– Det är otroligt hoppfullt! För även om vi sällan kan komma åt reptilhjärnan och förändra det inlärd beteendet där, kan förståelse för de här sammanhangen vara till hjälp. Medvetenheten gör det

möjligt att gå andra vägar, lära oss vad som utlöser stress till exempel. Därför är det gynnsamt att lära sig något om sitt eget stressmönster.

Ett emotionellt system består inte bara av mamma, pappa och barn – utan också av mammas mamma och pappa, och så vidare. Det är ju de som präglat hennes emotionella mönster.

– Ett emotionellt system består alltid av minst tre generationer, säger Kerstin Sofia. Och idag, när 50 procent av barnen lever i splittrade familjer – hur många är inte inblandade då? Om mammas nya sambos pappa blir svårt sjuk kan det påverka pappas nya sambos dotter – och tjugo personer till. Stressen sprider sig genom hela det emotionella systemet, och ingen förstår vad det handlar om!

Stressen stiger även i kärnfamiljer

Till det ska man lägga att stressnivån stiger lika mycket när någon kommer in som när någon lämnar ett emotionellt system, och den påverkan ligger kvar ett till två år.

Inte ens barnen i kärnfamiljer är opåverkade av den nya tidens mer lösliga familjekonstellationer, enligt Kerstin Sofia.

– Det har ju fått en ny norm att förhålla sig till. Även där ökar trycket på barnen, som är rädda att föräldrarna ska skiljas om de bråkar mycket.

Sätt er ner och strejka!

Teorin om emotionella system går även att överföra till skolans värld, där trycket ökar på lärarna när resurserna dras ned.

– Barnen påverkas direkt av det, stressen stiger. Som skolpersonal försöker man ofta lösa situationen genom att jobba mer – och tror att det räcker. Men man kan inte jobba mer, det drabbar bara barnen. Det enda raka är egentligen att sätta sig ner och strejka.

Parallella seminarier

Kerstin Sofia Anderssons föredrag om Barns stress var ett av fem parallella seminarier under Barnkonferensen. De övriga var:

Junis sommarläger

IOGT-NTOs Juniorförbund, Junis, står för en verksamhet med en rad olika aktiviteter. Medlemmarna är mellan 7 och 14 år gamla. Junis värnar om drogfrihet, demokrati, internationell solidaritet och mänsklig miljö. Framför allt vill man skapa en meningsfull fritid för barnen, en plattform där lek, skratt, utmaningar och spänning är självklara ingredienser. I dag finns mer än 16 000 medlemmar i Junis. Medverkande: Ola Söderqvist. Läs mer på www.junis.org

Ovanåkers kommuns barn- och föräldrastöd

Ovanåkers kommun är en av 10 kommuner i landet, och den enda mellan Stockholm och Umeå, som fått pengar från Folkhälsoinstitutet för ett utvecklat förebyggande arbete. Syftet är att via föräldrar främja barns hälsa och utveckling samt att skydda mot ohälsa och sociala problem. Medverkande: Christian Olars och Ulla-Marie Nilsson.

Om Hela länets Barnahus Gävleborg

Sedan den 5 november 2008 finns Barnahus Gävleborg. Barnahuset innebär att ett barn som utsatts för brott inte behöver slussas runt mellan olika myndigheter, i stället kommer de olika myndigheterna till barnet. Medverkande: Carina Söderström.

Kartläggning av barns psykiska hälsa i Gävleborg

Johanna Alfredsson från Samhällsmedicinska enheten inom Landstinget Gävleborg berättade om den nationella kartläggningen av barns psykiska hälsa och hur det ser ut i vårt län.

Läs mer på www.lg.se



*Som avslutning på seminariedagen blev det ungdomsteater. Amanda Jansson och Bill Sundberg spelade en väldigt ung tjej och en något äldre kille i relationsdramat **Och i våras var det en kille i en annan skola som tände eld på sig själv**.*

Pjäsen har spelats 50 gånger i Gävleborgs län, alla kommuner har fått besök.

Den har finansierats av Länsstyrelsen Gävleborg och länsföreningen för kvinno- och tjejjourerna i Gävleborgs län, som också tagit initiativ till projektet.

Regi: Rolf Berlin

Manus: Max Hebert

Producent: Kerstin Mickelsson



Hans Jonsson fick sista ordet.

Allra sist...

... gjorde **Hans Jonsson**, kommunalråd i Ovanåker, några reflektioner över politikens betydelse för barnen.

– Politikens roll är att ordna förutsättningar för de goda livsbetingelserna, sade han. Men det är ju inte alltid så enkelt när pengarna är begränsade och i första hand måste gå till det vi enligt lag är tvingade att göra. Så frågan är snarare hur vi får ut mesta möjliga av de pengar vi har.

– Alla vet ju att det lönar sig att arbeta förebyggande. Se bara på dammen som brast i Ungern, så att den röda sörjan rann ut. Hur mycket billigare hade det inte varit att förstärka dammen? Men problemet är att veta vilken damm det är som håller på att brista.

– Politikens roll är framför allt att ta ansvar för de här besluten, summerade Hans Jonsson. Skapa legitimitet för att satsa på förebyggande arbete genom att förklara för allmänheten hur det hänger ihop: att ju senare vi gör något desto dyrare blir det.

Länsstyrelsens rapporter 2010

- 2010:1 Skogsmiljöer och arter i den utvidgade Hamra nationalpark – inventeringsrapport
- 2010:2 Kvinnors och mäns företagande i Gävleborgs län 2010 – statistisk rapport
- 2010:3 När fisken sina reproduktionsområden i Gävleborgs kustmynnande vattendrag?
- 2010:03 Mer träd på myrarna. Igenväxning de senaste 20 åren
- 2010:4 Framtida Hamra nationalpark – ett sökande efter mänskliga spår i utmarken
- 2010:5 Förebyggande arbete inom området ANDT – Alkohol, Narkotika, Dopning och Tobak i Gävleborgs län 2009
- 2010:6 Inventering av liten aspgelélav i lövrika skogar i norra Hälsingland 2009
- 2010:7 Förorenade områden i Gävleborgs län – Inventering av branschen, tillverkning av trätjära
- 2010:8 Fiskyngel i Långvind och Harkskär sommaren 2009
- 2010:9 Levande fåbodar i Gävleborg - en uppföljning av miljömålet om fåbodbete
- 2010:10 Vad har vi gjort – vad händer sedan? Slutrapport Kvinnors företagande Gävleborg
- 2010:11 Trendövervakning av kvicksilver, kadmium och cesium-137 i abborre i Gosjön, Redsjösjön och Tansen i Gävleborgs län
- 2010:12 Regional analys av bostadsmarknaden i Gävleborgs län 2010 – boendeplanering
- 2010:13 Radon – En sammanställning över radonsituationen i Gävleborg
- 2010:14 Sammanställning av rikkärrsinventering i Gävleborgs län 2007-2009
- 2010:15 Ingen trutdöd i Gävlebukten sommaren 2009
- 2010:16 Minimal trutdöd i Gävlebukten sommaren 2010
- 2010:17 Bristande vattenföring förbi Gävleborgs regleringsdammar
- 2010:18 Övervakning av fiskgjusepopulationen i Färnebofjärdens nationalpark 1998-2009
- 2010:19 Barnkonferensen i Gävleborg – Dokumentation

Länsstyrelsen Gävleborg
Rapportnr: 2010:19
ISSN: 0284-5954



Länsstyrelsen
Gävleborg