



«Pip-klubben» et trygt fellesskap

Målsetting og målgruppe

Hovedmålet med Pip-klubben er å forebygge psykisk uhelse og redusere risikoen for utenforskap blant barn i alderen 4–8 år som lever under langvarige stressbelastninger. Barn som er pårørende, har 3–7 ganger høyere risiko for å utvikle psykiske lidelser enn normalpopulasjonen. Til tross for en lovfestet rett til oppfølging, viser forskning at disse barna ofte ikke får tilstrekkelig hjelp. Pip-klubben søker derfor å fylle dette gapet med et lavterskel og helhetlig tilbud som styrker lokale tilbud for små barn i utsatte livssituasjoner.

Målgruppen er familier med vedvarende stressbelastninger, som skyldes psykisk sykdom, somatisk sykdom, rusproblemer, relasjonelle problemer som høyt konfliktnivå, tapsopplevelser og/eller vedvarende lavinntekt. Fellesnevneren for målgruppen er økt stressnivå som påvirker foreldrefungeringen. Tiltaket søker å styrke barnas mestringsstrategier, selvfølelse og sosiale støtte, samtidig som det bidrar til å bedre familiens fungering og utvide sosiale nettverk. Gjennom lavterskeltilbud tilpasset både barn og foresatte, ønsker Pip-klubben å fylle et gap i det lovpålagte tilbudet og styrke lokale ressurser for familier i utsatte livssituasjoner.

Beskrivelse og bakgrunn

Pip-klubben gjennomføres som manualbaserte gruppesamlinger (8–10 barn) til et fast tidspunkt over 14 uker for barn 4–8 år. Innholdet bygger på teoretisk og empirisk kunnskap om risiko- og beskyttelsesfaktorer for barn som vokser opp med stressbelastninger. Formålet er å styrke barnas mestringsstrategier, øke sosial støtte, styrke selvfølelsen og gi barna en «frisone» og et trygt fellesskap i et meningsfullt fritidstilbud. Klubben har en fast struktur med fastsatte tema og mål. Læringen er lekbasert med kreative øvelser og samtalene med barna gjennomføres med aktiv bruk av en hånddukke, musen «Pip».

Formålet er også å styrke familiene som helhet og styrke foreldrefungeringen og familiens sosiale nettverk. Gjennom fem parallelle samlinger får foresatte veiledning og økt kunnskap om barns utvikling og behov, bevisstgjøring av virkningene stress hos foresatte har på barn, betydningen av sosial støtte og ivaretagelse av egne behov. Modellen inneholder psykoedukasjon, refleksjonsoppgaver og hjemmeoppgaver for å følge opp temaene. Slik styrkes foreldrefungeringen som viktigste beskyttelsesfaktor for barna.

Pip-klubben er utviklet i Nederland (under navnet «Piep zei de muis») i 2003 og har siden vært et tilbud i over 40 nederlandske bydeler. En studie fra Nederland viste en signifikant reduksjon i problematferd og emosjonelle problemer hos barna, mer kontakt med

jevnaaldrende og bedret familiefungering fra før til etter deltakelse. En annen studie fant høy tilfredshet med tiltaket blant både barn og foreldre, og at tjenesteyterne vurderte tiltaket som godt egnet og gjennomførbart. Erfaringene fra Nederland viser også at barn som deltar i gruppetilbudet får flere meningsfulle fritidsaktiviteter og at både foreldre og barn utvider sitt sosiale nettverk.

Pip-klubben i Norge

Seks kommuner har siden 2022 deltatt i Voksne for Barns (VfB) pilotering. VfB har fra 2022 kontinuerlig innhentet evalueringsdata som har gitt viktig informasjon om hva som fremmer/hemmer implementering. VfB har innhentet anonymiserte erfaringer fra familier og fagpersoner. VfB har også arrangert halvårlige erfaringssamlinger for fagpersoner. Erfaringene etter 12 lokale Pip-klubber er svært positive. Tilbudet blir godt mottatt av barn og foresatte, som opplever det som et nyttig og meningsfullt tilbud. Foreldre rapporterer at barna ser frem til hver samling, at de opplever glede og stolthet ved å delta i klubben, at de snakker mer om følelser og blir tryggere på seg selv. Foresatte rapporterer også at de som familie snakker mer sammen om det som er vanskelig. Foresatte rapporterer for sin egen del at de opplever støtte i foreldrerollen, gjenkjennelse hos andre familier som også kan streve, at innholdet i foreldresamlingene er relevant for dem i rollen som forelder, og at de får ny kunnskap og nye verktøy som er nyttige for støtte barnets utvikling. Etter å ha deltatt i Pip-klubben rapporterer også familiene at deres sosiale nettverk har blitt utvidet, og at de opplever økt grad av inkludering og tilhørighet til nærmiljøet. De rapporterer også at de har fått økt tillit til kommunale hjelpetjenester etter å ha deltatt i Pip-klubben.

Jeg har lært om og drøftet hvordan kontrollere, kjenne på og åpne opp om følelser og respektere andres følelser. Sosial læring med å oppleve at ikke alle lever det perfekte familielivet man ser på filmer. Fint for barn og voksne å kjenne på å være litt i samme «båt». Ungen har fått seg ny venn, og jeg blitt venn med foreldrene. Alt har bare vært hyggelig!

Foresatt, 2024

Hvorfor skal kommuner satse på Pip-klubben?

Levekårsutfordringer og/eller langvarige stressbelastninger i familier gir økt risiko for utenforskap og uhelse hos barn. Tidlig innsats er avgjørende for å forebygge dette. For målgruppen (barn 4–8 år) finnes det i dag få tilbud. Ved å satse målrettet og tidlig, i disse barnas liv, på å styrke helsefremmende faktorer, vil det kunne bidra til å bryte generasjonsoverføring av psykososiale problemer. Det er mer kostbart å reparere psykiske vansker som målgruppa står i fare for å utvikle, enn å forebygge dem.

Håper Pip-klubben kan bli et varig tiltak rundt omkring i kommune Norge, og at politikere og adm.ledere ser nytten og verdien av å bruke ressurser på forebygging.

Fagperson, 2024

Gjennomføring i kommuner

VfB inngår avtale med kommuner om å etablere og drifte tiltaket lokalt, og kommuner etablerer tverrfaglige team med ansatte fra ulike tjenester (eksempelvis forebyggende helse barn og unge, NAV, psykisk helsearbeid og rustjeneste, tiltak og familieveiledning, tildelingskontoret eller fysio- og ergoterapitjenesten). Fagpersoner som skal drive tiltaket lokalt skal være ansatte med relevant erfaring og kompetanse (dvs. minimum 3-årig helsefaglig eller barnefaglig utdanning), og må delta på VfBs opplæring. Kommunen må forplikte seg til å bevilge nødvendige personalressurser til gjennomføring.

Gjennomføringen krever involvering og godt samarbeid mellom førstelinjeinstanser. Det tverrfaglige teamet skal ha en koordinator som er VfBs kontaktperson og som har overordnet ansvar for:

- forankring
- informasjon (til relevante tjenester, ansatte og mulige brukere)
- rekruttering og kartlegging av familier
- rapportering (til egen ledelse og VfB)

Voksne for Barn tilbyr:

- kostnadsfri opplæring
- implementeringsstøtte
- veiledning i gjennomføringen

Opplæring av nye fagpersoner går over to dager og inneholder teorigrunnlag, praktiske øvelser og hvordan snakke med små barn om stress og spenninger.

Hvordan rekruttere målgruppen?

Mange barn i Norge vokser opp under omstendigheter som skaper spenning og stress i familien. Tall fra Folkehelseinstituttet (2012) indikerer at 410 000 barn lever i familier der en eller begge foreldre har psykiske lidelser og at om lag 90 000 barn har en forelder med rusproblemer, men her er det antagelig store mørketall. Mellom 6000 og 9000 barn opplever hvert år å ha en forelder i fengsel. Mange barn vokser opp med en forelder med somatiske lidelser eller har et søsken med helseproblemer eller en funksjonsnedsettelse som gir utfordringer for familielivet. Barn i familier som søker asyl eller som har flyktningstatus som følge av krig og flukt, lever også ofte i familiesituasjoner med mye og langvarig spenning. Det har også blitt pekt på at barn som lever i levekårsutsatte familier, som i Norge utgjør rundt 12% av barna (Bufdir, 2021), lever med bekymringer på samme måte som barn av syke foreldre (Østlyng, 2011), men som i mye mindre grad er sikret oppfølging (Egtvedt, 2016). Rundt 20 000 barn opplever hvert år at foreldrene går fra hverandre (separeres, skilles eller bryter samboerskap) og Bufdir (2020) anslår at rundt 40 000 barn i Norge opplever høykonfliktnivå mellom foreldrene etter samlivsbrudd.

For å nå målgruppen for aktiviteten må det satses på en tverrfaglig rekrutteringsstrategi. Det er avgjørende at tjenester som møter familier i målgruppen i sitt daglige virke (eks. barnehage, skole, helsestasjons- og skolehelsetjenesten, NAV, barnevernstjenesten, fastleger, psykisk helsetjeneste for voksne) gjøres godt kjent med tilbudet, og bidrar til å informere aktuelle familier og fremsnakke deltakelse i Pip-klubben. At fagpersonene som er involvert i aktiviteten består av ansatte fra ulike tjenester i kommunen, gjør at det samlede teamet vil ha bred kjennskap til flere familier i målgruppen. Det er fordelaktig at

foresatte blir informert om tiltaket fra fagpersoner de kjenner og har tillit til. For å nå lavinntektsfamilier vil særlig NAV være en viktig samarbeidspartner.

Nå søker vi flere samarbeidskommuner som ønsker å satse på forebyggende psykisk helsearbeid, og rette en særskilt innsats mot små barn som pårørende. Ved å tilby Pip-klubben, som en del av kommunens tiltaksvifte, vil kommunen bidra til å oppfylle ansvaret sitt for selektiv forebygging rettet mot grupper med kjent forhøyet risiko innen psykisk helse.

Ved spørsmål eller interesse, ta kontakt med faglig ansvarlig

Tora Ween, tora@vfb.no, tlf. 91 52 83 83.