



Evaluering udarbejdet af Oxford Research A/S, juni 2011



**BILAG:
EVALUERING AF NETVÆRKSGRUPPER
FOR FORÆLDRE TIL PSYKISK SYGE
BØRN OG UNGE**

Udarbejdet for Servicestyrelsen

Indholdsfortegnelse

1. Landsforeningen Bedre Psykiatri	3
1.1 Beskrivelse af projektet	3
1.1.1 Organisering og rekruttering	3
1.1.2 Projektets metoder	4
1.1.3 Udbytte for forældrene	5
1.1.4 Udbytte for børnene	6
1.2 Særlige læringspunkter fra projektet.....	7
2. Børnecenter Bornholm	9
2.1 Beskrivelse af projektet	9
2.1.1 Organisering og rekruttering	9
2.1.2 Projektets metoder	10
2.1.3 Udbytte for forældrene	11
2.1.4 Udbytte for børnene	11
2.2 Særlige læringspunkter fra projektet.....	12
3. Forældrenetværket i Holstebro	13
3.1 Beskrivelse af projektet	13
3.1.1 Organisering og rekruttering	13
3.1.2 Projektets metoder	14
3.1.3 Udbytte for forældrene	16
3.1.4 Udbytte for børnene	16
3.2 Særlige læringspunkter fra projektet.....	16
4. Foreningen SIND og Bedre Psykiatri	19
4.1 Beskrivelse af projektet	19
4.1.1 Organisering og rekruttering	19
4.1.2 Projektets metode	20
4.1.3 Udbytte for forældrene	21
4.1.4 Udbytte for børnene	22
4.2 Særlige læringspunkter fra projektet.....	22
5. Thorshøjgård	23
5.1 Beskrivelse af projektet	23
5.1.1 Organisering og rekruttering	23
5.1.2 Projektets metoder	24

5.1.3	Udbytte for forældrene	25
5.1.4	Udbytte for børnene	26
5.2	Særlige læringspunkter fra projektet.....	26
6.	Netværksgrupper i Region Midtjylland.....	27
6.1	Beskrivelse af projektet	27
6.1.1	Organisering og rekruttering	27
6.1.2	Projektets metoder	28
6.1.3	Udbytte for forældrene	28
6.1.4	Udbytte for børnene	29
6.2	Særlige læringspunkter fra projektet.....	29
7.	GirlTalk.dk og PS Landsforening.....	31
7.1	Beskrivelse af projektet	31
7.1.1	Projekt justeringer	31
7.1.2	Organisering og rekruttering	32
7.1.3	Projektets metoder	32
7.1.4	Udbytte for forældrene	33
7.1.5	Udbytte for børnene	34
7.2	Særlige læringspunkter fra projektet.....	35
8.	Landsforeningen for Autisme	36
8.1	Beskrivelse af projektet	36
8.1.1	Organisering og rekruttering	36
8.1.2	Projektets metoder	37
8.1.3	Udbytte for forældrene	38
8.1.4	Udbytte for børnene	38
8.2	Særlige læringspunkter fra projektet.....	39
9.	Depressionsforeningen	41
9.1	Beskrivelse af projektet	41
9.1.1	Organisering og rekruttering	41
9.1.2	Projektets metoder	42
9.1.3	Udbytte for forældrene	43
9.1.4	Udbytte for børnene	43
9.2	Særlige læringspunkter fra projektet.....	44

1. Landsforeningen Bedre Psykiatri

Projektets navn er Netværksdannelse for forældre til psykisk syge børn og unge

Projektets budget udgør 2.665.600 kr.

Projektets ejer er Landsforeningen for Bedre Psykiatri

Målgruppen er forældre til hjemmeboende børn med psykiske lidelser

Antallet i hver netværksgruppe er 8-10 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 10 møder a to timer

Antallet af gennemført forløb er 29

Projektteamet udgøres af projektleder Arly Eskildsen samt to netværksledere, som har fordelt netværksgrupperne efter geografi.

1.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At skabe et netværk, støtte, hjælpe og yde akut menneskelig hjælp til familier, som er i en svær livssituation, når deres hjemmeboende børn og unge rammes af en psykisk lidelse.
- At skabe virtuelle netværk, som forældre kan benytte mellem de fysiske netværksmøder.

Forældrenetværkene er målrettet forældre til helt eller delvist hjemmeboende børn med psykiske lidelser. Netværksgruppernes målgrupper er herved ikke målrettet specifikke diagnoser eller aldersgrupper. Netværksforløbene består af netværksmøder hver måned løbende over ét år. Forældrene kan udover deltagelsen i forældrenetværkene vælge at kommunikere med hinanden gennem virtuelle netværk.

Projektet er forholdsvist omfattende og har en målsætning om at starte 20-24 forældre-netværk fordelt over hele landet. Projektet har desuden en målsætning om, at 25-50 % af netværkene bliver selvkørende efter netværksforløbets afslutning.

1.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk placeret hos Foreningen for Bedre Psykiatri. Projektet fungerer som et samarbejdsprojekt mellem landsforeningen og lokalafdelingerne. Lokalafdelingernes lokale kendskab samt erfaring med pårørendegrupper har skabt grundlag for rekruttering i forhold til informationsmødernes lokalitet. Projektet har desuden benyttet lokalafdelingernes ressourcer i forhold til netværksgruppernes forankring, hvor flere selvkørende netværk bruger lokalafdelingernes lokaler. Landsafdelingen har primært haft det overordnede ansvar for projektafviklingen, men projektlederen har desuden udført praktiske opgaver i forhold til rekrutteringen. Projektets organisatoriske placering bliver af alle parter fremhævet som en fordel for projektet.

Projektet har opnået de før beskrevne målsætninger på trods af vanskeligheder i forhold til det planlagte rekrutteringssamarbejde med kommunernes familieafdelinger/PPR samt børne- og ungdomspsykiatriske afdelinger. Projektlederen oplever, at samarbejdet har været trængt grundet modstand hos de relevante instanser:

Vi har oplevet en del modstand, hvor frontpersonalet ikke vil sætte sig ind i projekter, som ikke er kommunale. Men vi har fået lov til at sætte pjecer på hylderne.

Ifølge selvevalueringen bliver det dog understreget, at projektlederen løbende har oplevet en stigende interesse for projektet, og flere steder har de offentlige institutioner aktivt medvirket til formidling af projektets tilbud. Rekrutteringsstrategien er blevet justeret grundet det mindre stabile rekrutteringssamarbejde med de offentlige institutioner. Rekrutteringen er gennemført ved avisannonceringer, gennem Foreningen for Bedre Psykiatri ca. 6000 medlemmer, ved foldere placeret hos relevante organisationer samt gennem 19 informationsmøder. Projektlederen fremhæver informationsmøderne som særdeles vellykkede, og i særdeleshed de møder, hvor repræsentanter fra børne- og ungdomspsykiatrien har deltaget. Netværkslederne peger ligeledes på informationsmøderne som projektets vigtigste rekrutteringsaktivitet, da forældrene kan komme og møde netværkslederne og høre om forældre-netværket uden forpligtelser:

Jeg tror ikke, det er nok med en annonce. Man skal have et møde, så kan forældrene snuse til det, inden de bestemmer sig. Det, at de møder mig, har stor betydning.

Forældrene har ligeledes positive oplevelser af informationsmøderne, hvor de føler, at formålet med forældre-netværket blev afklaret. En forælder fortæller det således:

Det blev klart, at det var erfaringsudveksling. Man kunne godt høre, det var det rigtige sted for os.

Forældrene oplever ikke, at projektets organisatoriske placering har betydning for netværket. Ingen af de interviewede forældre har benyttet andre tilbud hos Foreningen for Bedre Psykiatri.

I forhold til de virtuelle netværk har projektet oplevet barrierer, da der ikke har været den forventede efterspørgsel. Projektlederen fremhæver i denne forbindelse, at målgruppen består af forældre, som ikke har overskud, og at de har erfaret, at forældrene i høj grad søger fysiske netværk og i mindre grad virtuelle.

Evaluator vurderer, at projektet har været særdeles velfungerende i forhold til rekruttering af forældre. Projektet har gennemført 29 netværksgrupper og har hermed opnået dets målsætning. Evaluator vurderer desuden, at målsætningen om, at 25-50 % af netværksgrupperne fortsætter som selvkørende netværk, er opnået. Evaluator finder, at dette i høj grad kan tilskrives projektets strukturerede rekrutteringsstrategi samt den klare arbejdsdeling mellem projektlederen og netværkslederne.

1.1.2 Projektets metoder

Metodisk er forældre-netværkene struktureret om undervisning, videndeling og netværk, hvilket bliver fremhævet af alle parter som positivt. Netværkslederen planlægger forskellige temaer og uddeler undervisningsmateriale til netværksmøderne, som forældrene får med hjem efter netværksmøderne. Netværksmøderne er tematisk struktureret som et erkendelsesforløb, hvor forældrene både får sat fokus på egen situation samt deres relation til deres barn. Netværkslederen sætter desuden fokus på konkrete redskaber til at

håndtere hverdagssituationer. Netværksforløbene slutter med, at netværkslederen sætter fokus på, hvorledes netværkene kan videreføres som selvkvørende netværk. Netværkslederen understreger dog, at mødernes struktur ikke er fasttømret, og hun indretter undervisningen løbende efter netværksdeltagernes ønsker og behov. Netværkslederen eksemplificerer dette:

Jeg kan enten gribe noget af det, som jeg hører i runden, ellers underviser jeg om fx sorg eller krise, hvor jeg kan bruge anerkendende materiale i forhold til sorgforløb.

Forældrene oplever, at undervisningen passer godt ind i netværksforløbet, hvor de påpeger, at netværkslederen er god til at give konkrete råd samt at understøtte en positiv refleksion over forældrenes situation. En forælder beskriver møderne således:

Vi (red. forældre) fokuserer meget på det negative, men hun (red. netværkslederen) er god til at møde op og gøre, at man ikke er så navlebeskuende.

Forældrene oplever at den indledende runde, hvor de fortæller om deres nuværende situation, fylder meget. Forældrene finder dog, at dette er passende, da de har et stort behov for at fortælle og for at få input fra de andre forældres hverdag. I denne forbindelse oplever forældrene, at netværkenes størrelse er passende, da et større netværk ville give dem mindre tid til at dele erfaringer.

I forhold til netværksgruppernes sammensætning har netværkslederne så vidt muligt inddelt netværksgrupperne efter diagnosefællesskaber samt alder. Netværkslederne oplever, at diagnosefællesskab betyder mest for forældre til børn med selvskadende adfærd og depressioner. Forældrene oplever, at netværkets sammensætning af forskellige diagnoser er positivt for erfaringsudvekslingen:

Ja, selv om de har forskellige diagnoser, så er vi igennem det hele alle sammen. Sorgen om at have et sygt barn, og at man gav sig selv lov til at føle sorgerne... Nogen gange kunne man også rumme hinanden på en anden måde.

Forældrene beskriver netværkslederens professionalisme og funktion som styrende i den forstand, at gruppen tilegner sig ny viden og nye redskaber til at håndtere konkrete situationer. Netværkslederens rolle som pårørende bliver i høj grad fremhævet som en fordel for mødernes indhold, da forældrene oplever, at hun trækker på egne erfaringer, og at det skaber en tryghed for forældrene.

1.1.3 Udbytte for forældrene

Forældrene fremhæver først og fremmest, at netværksmøderne har givet dem mulighed for at føle sig forstået og tilegne sig nye konkrete redskaber. Forældrenes udbytte af netværket bliver af en forælder udtrykt således:

Jeg synes, at det der fyldte meget før hen, det fylder ikke så meget mere. I og med det fylder mindre for mig, så fylder det mindre for min mand og mine børn. Det giver mig også redskaber. Jeg har fx kunne bruge, at jeg fast tuder torsdag kl. 16.00.

Redskaberne og erfaringsudvekslingen har ifølge forældrene haft stor betydning for deres opdragelse af børnene.

Jeg har en lille ting... Fx når han ikke gider gå i bad, så er jeg blevet bedre til at sige "pyt". Tidligere var vi meget oppe og slås. Det er blevet meget bedre. Det (red. Den positive indstilling) smitter jo også af.

De konkrete redskaber har ikke kun omhandlet relationen til barnet. Forældrene fortæller, at netværket har diskuteret deres erfaringer med det offentlige system, og flere forældre føler, at deres deltagelse har givet dem en forståelse for, at de ikke er alene om frustrationerne:

...også at få kæmpet (red. i forhold til systemet)... Tidligere tænkte jeg, at det var utroligt, at det kun var mig, men nu er jeg mere udfarende. Det er også i kræft af de andres råd.

Forældrene er desuden alle enige om, at netværkslederens positive tilgang til det at være forælder til et barn med psykiske lidelser har hjulpet dem til at ændre deres tankemønstre:

Jeg sætter pris på de små ting, som kan være positive. Det negative fylder meget, og jeg er blevet bedre til at se på det positive.

Forældrene oplever, at deres deltagelse i netværket desuden påvirker deres relationer til venner, familie og på arbejdspladsen, ved at de får "luft" for deres bekymringer:

Førhen læssede man af på alle, man mødte, som så tænkte "hold da kæft mand sikke en omgang."

Evaluators vurderer, at netværksgrupperne i høj grad har givet forældrene et "frirum" til at tale om deres situation. Netværket har ligeledes givet forældrene en masse konkrete redskaber, som har forbedret deres hverdag som familie med et psykisk sygt barn. Evaluators finder herved, at netværksgruppernes indhold og udbytte lever op til formålet.

1.1.4 Udbytte for børnene

I et interview med en ung med ADHD fortæller han, at hans forhold til hans mor og stedfar er blevet bedre i samme periode, som forældrene har deltaget i netværket.

... hvis jeg er oppe og køre, så forstår han mig bedre. Han skælder mig ikke lige så meget ud... Han tager ikke tingene så tungt. Han har altid været meget konsekvent, men det har han ændret lidt.

Evaluators kan dog tilføje, at interviewpersonen er påbegyndt medicinering i samme periode, og det er herved ikke muligt at vurdere, om dette er årsagen.

Forældrene vurderer, at deres deltagelse i netværket har fjernet mange frustrationer, hvilket påvirker deres relation til barnet. Forældrene vurderer, som beskrevet, at netværksforløbet har givet dem en ny forståelse for opdragelse. En forælder fortæller, hvordan dette påvirker hans relation til hans søn:

I og med det her forløb... det har givet mig ro, at acceptere han er anderledes. Det har fyldt meget. Så er jeg mere rolig over for ham, og det giver mere ro over for ham. Før spidsede det op hele tiden. Nu er han mere rolig, han er et sted, hvor han har det godt.

1.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Projekt "Netværksdannelse for forældre til psykisk syge børn og unge" har det kendetegn, at det er et stort projekt med mange forældre-netværk. Projektlederen vurderer, at 272 forældre har deltaget i netværksgrupperne. Evaluator vurderer, at projektet i denne henseende kan bidrage med læring i forhold til den organisatoriske strukturering samt den vellykkede rekrutteringsstrategi.

Projektet er karakteriseret af en tydelig rollefordeling mellem projektlederen og netværkslederne, og evaluator vurderer, at denne strukturering har påvirket projektet positivt i forhold til rekrutteringen. Projektet har desuden fokuseret på at skabe samarbejde om informationsmøderne, hvor der har været repræsentanter fra psykiatrisk afdeling samt kommunernes familieafdeling, som har fortalt om styrker ved netværksgrupper. Evaluator vurderer i overensstemmelse med netværkslederne, at samarbejdet har styrket projektets rekruttering i forhold til at formidle netværksgruppens effekt. Projektlederen fremhæver desuden, at deres avisannoncering om informationsmøderne har været effektiv. Projektlederen har benyttet lokalafdelingernes viden og erfaring, og de har erfaret, at offentlige rum såsom skoler og biblioteker har været gode til afholdelse af informationsmøderne.

Evaluator oplever, at projektet har en forholdsvis høj andel af netværksgrupper, som fortsætter som selvkørende netværk. Netværkslederne har valgt at bruge de sidste netværksmøder til at informere forældrene om mulighederne for at fortsætte grupperne efter netværksforløbets afslutning. Dette finder evaluator som hensigtsmæssigt. Projektets organisatoriske placering er i denne forbindelse desuden en fordel, da de selvkørende grupper får mulighed for at benytte lokalafdelingernes lokaler.

2. Børnecenter Bornholm

Projektets navn er Forældrenettet Bornholm

Projektets budget udgør 1.011.000 kr.

Projektets ejer er Bornholms Kommune

Målgruppen er forældre til børn i alle aldre med diagnoser inden for sindslidelser

Antallet i hver netværksgruppe er 10-12 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 10 møder a tre timer

Antallet af gennemført forløb er 10

Projektteamet udgøres af projektleder Jakob Holst (siden januar 2011) samt fire netværksledere, som arbejder sammen to og to fordelt på netværksgrupperne

2.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At støtte forældre til børn med psykiatriske diagnoser til at danne selv bærende netværk
- At skabe fællesskaber og brugerstyrede aktiviteter for samme gruppe

Forældrenettet på Bornholm består af netværksgrupper henvendt til forældre, hvis børn har en psykiatrisk diagnose. Målgruppen er således ikke afgrænset til en eller flere specifikke diagnoser.

Forældrene kan vælge at deltage i forløb, hvor møderne foregår i hhv. dag- eller aftentimerne. Muligheden for forløb i dagtimerne er særligt for Bornholm og ikke set i andre af projekterne. Forløbene omfatter 10 mødegange med møder hver 14. dag.

2.1.1 Organisering og rekruttering

Forældrenettet Bornholm er organisatorisk placeret hos Bornholms Kommune. Hos alle parter i projektet fremhæves denne organisering som en klar fordel. Fordelene nævnes særligt af netværkslederne og projektlederen i forhold til rekrutteringen og i forhold til at kunne tilbyde supplerende ydelser såsom hjemmebesøg.

I forhold til rekrutteringen havde tilbuddet i starten lidt vanskeligt ved at rekruttere til de første netværksgrupper. Dette ændrede sig undervejs, således at der efterfølgende kom et jævnt flow i tilgang og uden længere ventetid end maks. seks måneder. Ventetiden skyldes oftest forældrenes forskellige ønsker til, hvorvidt de helst ville mødes om aftenen eller om formiddagen.

Fra netværkslederne og også nogle forældre i fokusgruppen påpeges organiseringen i kommunalt regi at have afgørende betydning for rekruttering. Brugen af det kommunale system til rekruttering sker både ved brug af sagsbehandlere og ved at annoncere netværksgrupperne på folkeskolernes internet. I starten havde projektet informationsmøder,

som en del af deres rekruttering, men for de sidste grupper har dette ikke været nødvendigt, da der var folk nok på ventelisterne.

Projektlederen tilføjer, at Bornholms Kommune via et andet projekt har gjort én sagsbehandler ansvarlig for alle ny-diagnostiserede:

Det har gjort det noget nemmere for os, da vi tidligere skulle reklamere flere steder, men nu med større sikkerhed mener, at tilbuddet gives til alle via denne ene sagsbehandler, pointerer projektlederen.

Den kommunale organisering pointeres af netværksledere og projektleder også at bevirke, at der er mulighed for supplerende ydelser til netværkene. Eksempelvis nævnes hjemmebesøg som en kommunal ydelse, der oplagt kan ses i sammenhæng med netværkene. Dette har været tilbudt, men ikke været anvendt i nævneværdig grad. Muligheden opleves dog af netværkslederne som en fordel, ligesom synergien med andre projekter i kommunen fx KIFA¹ og deres søskendegrupper har bevirket, at nærværende projekt ikke har ændret sin målgruppe til søskende, sådan som overvejelserne var ved midtvejsmålingen.

Evaluators kan tilføje, at netværket på Bornholm adskiller sig ved at have forløb i både dag- og aftentimerne. Dagtimeforløbet afhjælper de familier, som ikke kan afse tid og få pasning på de tidspunkter, hvor børnene er hjemme, men lettere kan få fri fra arbejde – evt. med tabt arbejdsfortjeneste via kommunen. Evaluator vurderer, at muligheden for et dagtimeforløb i nogen grad har sammenhæng med tilkendelse af tabt arbejdsfortjeneste, hvilket kan formodes at være lettere at opnå, i og med at Netværket også er kommunens egen ydelse.

Netværkslederne oplever ydermere, at den kommunale organisering har en positiv sideeffekt i forhold til samarbejdet mellem kommunen og forældrene generelt.

Jeg har en oplevelse af, at de her mennesker har haft mistillid til det kommunale system, men har genvundet tillid ved, at de har siddet her, udtaler en af netværkslederene.

2.1.2 Projektets metoder

Metodisk var Forældrenettet ifølge netværkslederne tænkt mere struktureret og med mere vægt på undervisning, end det i realiteten har haft. Dette forklares dels med en erkendelse af, at netværksgrupperne er forskellige og med forskellige behov. Dels at behovet for erfaringsudveksling for alle grupper har været stort. Netværkslederne anbefaler derfor også at lade indholdet på netværksmøderne være meget fleksibelt og op til deltagerne. Nogle netværksgrupper har fx efterspurgt oplæg, andre ikke.

...tilbuddet er hvad den pågældende gruppe beder om. Det har været meget forskelligt fra gruppe til gruppe, hvad der har fyldt. Det ville være helt forkert, hvis vi havde et fast program, siger en af netværkslederne og bliver bakket op af sine kollegaer.

Konkret er der ved de første par møder lagt op til, at forældrene kan komme med ønsker til temaer, hvilket derefter udgør planen for møderækken. En netværksleder udtrykker de indholdsmæssige justeringer undervejs således:

¹ KIFA er en pulje under Servicestyrelsen rettet mod børn med handicap til at forbedre samarbejdet mellem myndighederne og familierne.

Vi havde troet, vi skulle lave undervisning, men vi har aldrig fået et ben til jorden. De stiller spørgsmålene og vi svarer.

Netværksgrupperne har imidlertid ikke været helt uden struktur eller undervisning. Som eksempel skal nævnes, at i den netværksgruppe, som er blevet interviewet, er der afsat fem ud af de ti mødegange til oplæg udefra. Når der er oplæg, understreges det både af projektlederen og netværkslederne, at oplægget ikke fylder hele aftenen, men derimod danner baggrund for forældrenes samtale. Fordelingen anslås til én times oplæg og to timers fælles refleksion. Til illustration af temaer kan nævnes: teenageproblematikker, søskende, sorg m.v.

Forældrene beskriver netværksledernes professionalisme og funktion som tilbagetrukket, men alligevel perspektiverende og styrende i den forstand, at gruppen ikke får lov til at fortabe sig i ulykke, frustration og vrede. Det påpeges samtidigt af forældrene, at netværkslederne "brænder for det", hvilket opleves som positivt.

2.1.3 Udbytte for forældrene

Forældrene vurderer selv at have fået et stort udbytte af deres deltagelse både i forhold til egentlige redskaber og i forhold til at forstå samt acceptere situationen for såvel deres barn som dem selv. En forælder siger:

... jeg får noget ud af at høre de andres historier. Jeg får måske mere ubevidst værktøjer, som gør, at vores hverdag kan afhjælpes.

En anden beskriver sit udbytte således:

Vi har lært, at vi ikke skal presse hende (barnet). Vi skal acceptere, at vores barn ikke er som de andres, og den forståelse ville jeg ikke have fået, hvis jeg ikke havde været her.

Flere giver eksempler på, hvordan de bedre kan rumme deres barns vanskeligheder på baggrund af en bedre forståelse af adfærden fx i forhold til fravær fra skolen, planlagte aktiviteter som ikke kan gennemføres, konflikter m.v.

Også i forhold til deres egen person og situation tillægges netværket betydning. Særligt stærkt står oplevelsen af at bryde isolationen og møde andre i samme situation. Når der således spørges til udbyttet af Netværket, udbryder en forælder spontant: *Bare det at komme ud blandt andre. Jeg snakker slet ikke med andre end netværket om hans problemer*, mens én anden supplerer: *Det er netop at komme her og finde ud af, at det ikke er en selv, der er noget galt med.*

Det er evaluators vurdering, at netværksgruppernes indhold og udbytte lever op til formålet og dermed har givet forældrene såvel viden og redskaber som forståelse og accept, der gør dem bedre i stand til at håndtere dagligdagen.

2.1.4 Udbytte for børnene

Alle forældre ved fokusgruppeinterviewet er enige om, at deres børn har gavn af deres deltagelse i netværksgruppen. Der er mere ro på hverdagen med færre konflikter og større overskud. En forælder siger:

Jeg tror, det har gavnet Ditte meget. Hun har fået meget mere ro på, hun bliver accepteret, og hun behøver ikke lave det samme som andre børn.

En anden deltager illustrerer udbyttet for barnet således: *Det har givet meget mere ro hos mig, og skolen har også kunne mærke det.* Andre fremhæver også udbyttet for hele familien og særligt søskende, som de mener, kan mærke, at forældrene har fået mere overskud af at deltage i netværksgruppen.

I interviewet med en 11 årig dreng med ADHD pointeres det svære i at isolere netværksgruppernes effekt. Han siger om sin mor, der deltager i netværksgruppen: *Hun er i hvert tilfælde mere glad, men det er også fordi, hun har fået sin medicin. Hun har selv ADHD.*

2.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Forældrenettet Bornholm har to særlige kendetegn i forhold til de øvrige netværk, som begge efter evaluators vurdering kan bidrage med læring til andre.

For det første har Forældrenettet Bornholm det særkende, at forældrene spiser sammen i forbindelse med møderne, henholdsvis frokost eller aftensmad. Dette er i sig selv usædvanligt og har efter evaluators opfattelse både en rent praktisk funktion i forhold til at lette familiernes brug af netværksgrupperne og en indholdsmæssig funktion i forhold til at skabe mulighed for en uformel samtale mellem deltagerne, som samtidig bidrager til at inkludere alle. Måltiderne består af "smør-selv-madder", hvilket i sig selv bidrager yderligere til en uformel stemning, som netop inkluderer alle, da alle skal bede om at få fx rugbrødet eller spegepølsen. Ifølge både netværksledere og forældre er det en god start på netværksmøderne.

Det har en utrolig funktion – der sidder folk og snakker, mens de laver mad. Vi har prøvet at købe færdige sandwicher, men det er ikke det samme. Der er noget afslappende ved at sidde og smøre (netværksleder).

Eller som en forælder udtrykker det:

Vi har været gode til at snakke i det, vi er kommet ind, og så snakker vi videre under maden. Så det, at der er mad, har givet plads til, at vi lige kan komme inden for døren og få læsset lidt af, inden vi går rigtigt i gang.

For det andet vurderer evaluator, at den tidligere beskrevne placering af møderækker i dagtimerne har været en efterspurgt og anvendt mulighed, som øger rekrutteringsgrundlaget. I den afsluttende fase af projektet på Bornholm har man kun et aftenhold, hvorfor evaluator ser dagholdene som et alternativ, der måske særligt efterspørges af de hårdest pressede familier, og derfor ikke nødvendigvis behøves udbudt i samme omfang som aftenholdene. Familiernes situation og udfordring omkring pasning kan naturligvis imødekommes på anden vis, men løsningen på Bornholm er en mulighed, der har fungeret.

3. Forældre-netværket i Holstebro

Projektets budget udgør 314.788 kr.

Projektets ejer er Holstebro Kommune

Målgruppen er forældre til børn i alderen 8-18 år med psykiske lidelser

Antallet i hver netværksgruppe er ca. 180 familier

Omfanget af et forløb udgøres af møder hver måned, hvilket samlet set er omkring 40 mødegange

Antallet af gennemført forløb er 1

Projektteamet udgøres af projektleder og netværksleder Randi Lütkendahl

3.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At skabe et fristed for forældre til børn med psykiske lidelser gennem et forældre-netværk for ligestillede.

Forældre-netværket i Holstebro består af forældre til børn i aldersgruppen 8-18 år med psykiske lidelser. Målgruppen er således ikke afgrænset til en eller flere specifikke diagnoser.

Netværket omfatter åbne netværksmøder med løbende rekruttering. I alt er ca. 180 familier tilknyttet netværket og projekt- og netværkslederen estimerer, at 30-50 forældre i gennemsnit deltager i møderne. Netværksmøderne bliver afholdt i det kommunale Familiecenter "Spiren", hvor projekt- og netværkslederen er ansat.

3.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet var oprindeligt placeret hos Psykiatri- og handicapafdelingen i Holstebro Kommune, men blev halvvejs i projektperioden flyttet til Familiecenteret Spiren grundet kommunal reorganisering. Projektet er tænkt som et samarbejdsprojekt mellem Holstebro Kommune, Foreningen for Bedre Psykiatri samt Kultur- og Frivillighuset. Foreningen for Bedre Psykiatri har i midlertidigt trukket sig ud af projektet, da lokalafdelingen i Holstebro er blevet lukket.

Projektet er organiseret af en styregruppe bestående af repræsentanter fra Familiecenteret Spiren, Holstebro kommunes Familiesektion samt kultur- og Frivillighuset.

I forhold til rekruttering bliver Kultur- og Frivillighuset fremhævet af projekt- og netværkslederen som en vigtig samarbejdspartner grundet deres store netværk af potentielle deltagere. Styregruppen benytter desuden projektets kommunale forankring, hvor både socialrådgivere, sundhedsplejersker på folkeskolerne, Børne- og Ungdomspsykiatrien samt Kultur- og Frivillighuset informerer relevante forældre om Forældre-netværket.

Den kommunale placering styrker ifølge projekt- og netværkslederen projektets synlighed:

... den store erfaring ved, at ligge netværket hos forvaltningen er... at alle hele tiden ved vi eksisterer. Det giver en tæt adgang til de familier, der bliver registreret inde hos socialrådgiverne.

Projektet har haft en betydelig større tilslutning end forventet. Ifølge projektbeskrivelse forventede projekt- og netværkslederen at kunne tiltrække omkring 20 familier, hvilket i realiteten er ca. 180. Hos alle parter i projektet fremhæves projektets åbne og kommunale organisatoriske setup som en fordel for rekrutteringen og en mulig forklaring på den store tilslutning til forældrenetværket. Projekt- og netværkslederen fremhæver den kommunale forankring som en styrke for projektet, da det giver forældrene mulighed for at supplere deres deltagelse i Forældrenetværket med andre relevante arrangementer. Den kommunalt støttede Netværkscafé afholder eksempelvis kurser, hvor 10 familier fra netværksgruppen deltager.

3.1.2 Projektets metoder

Metodisk er forældrenetværket justeret grundet Forældrenetværkets betydelige ekspansion. Det faglige indhold er blevet vægtet højere end forventet og netværksmøderne er struktureret som workshops, hvor forældrene arbejder i grupper om et tema, der er fastlagt af netværkslederen. Netværkslederen starter møderne med at fortælle om aftenens tema og samler op efter gruppearbejdet ved at sætte teori på forældrenes refleksioner. Forældrene fremhæver, at temaerne fylder forholdsvist meget, og at de bruger netværket, når de finder det relevant i forhold til de planlagte temaer samt deres personlige situation. Evaluator kan i denne forbindelse nævne at organiseringen omkring faglige indlæg i særdeleshed blev fremhævet som positivt af de mandlige deltagere, hvor de fortæller, at dette er en forudsætning for deres deltagelse i Forældrenetværket.

I forhold til fastlæggelsen af temaer understreger netværkslederen, at hun er lydhør overfor de deltagende forældres ønsker. Netværkslederen har gennem et spørgeskema i starten af netværksforløbet tilegnet sig viden om forældrenes ønsker, og herigennem har hun udvalgt temaer for netværksmøderne. Indholdet i netværksmøderne har ifølge netværkslederen været fokuseret på forældrenes livssituation og ikke deres børns psykiske lidelser.

Det er oplagt, at det skal starte hos forældrene - det giver et resultat på børnene... et helt centralt fokus på, "hvad vi kan gøre som forældre" samt, "hvordan kan man handle anderledes"... Vi (red. Netværksledere) kan godt tage faglige kasketter på og give råd, når det handler om børnenes sygdom, men det er forældrene som er i centrum.

Forældrene er enige i at netværksmøderne har fokuseret på dem som forældre. Forældrene understreger dog, at netværksmøderne desuden har handlet om forældrenes relation til det offentlige system. Forældrene har gennem netværket organiseret et mindre netværk, som har til formål at stå samlet i forhold til kommunen:

Vi har prøvet at få folk kørt lidt sammen, at finde nogle fælles spilleregler og stå sammen. Det har vi brugt netværket til.

Flere forældre fremhæver, at deres relation til kommunen fylder meget både i deres hverdag og i netværket:

Jeg har været en af dem som har været oppe på barrikaderne (red. I forhold til det offentlige system)... Og det netværk, som blev dannet, og som vi blev en del af, det var en redning for os.

Netværkslederen fortæller, at netværksforløbet ikke fungerer som et terapeutisk forløb, men hun fremhæver, hvorledes hun fungerer som bindeled til andre relevante institutioner, hvis forældrene ønsker behandling eller lignende. Netværkslederen påpeger, at hun udover sin faglige baggrund bruger sine erfaringer som mor til et psykisk sygt barn i netværksmøderne, da hun oplever, at dette skaber en tryghed i netværket

I forhold til netværksgruppens størrelse og uformelle struktur er der dog nogle ulemper i form af et forholdsvist ustabil forældrefremmøde. I selvevalueringen vurderes forældrefremmødet at være ca. 25 % af de tilknyttede familier. Netværkslederen vurderer dog, at netværkets uforpligtende struktur er en styrke for projektet, da de åbne netværksmøder medvirker til, at netværket er tilgængeligt for de forældre, som ønsker det og har behov for det:

Det må være positivt for dem at vide, der er et tilbud, som de kan komme og bruge, når de har brug for det.

Netværkslederen finder således, at det giver forældrene en tryghed at vide, hvor de kan henvende sig, hvis de har behov for det. Forældrene oplever heller ikke netværkets størrelse som negativ i forhold til netværkets funktion. Forældrene oplever en tryghed og åbenhed i netværket grundet fællesskabet om deres psykisk syge børn. Netværkets kultur bliver fortalt således af en forælder:

Og hvis man kommer til at græde, så er det fint. Jeg behøver ikke forklare mig, alle ved, hvorfor jeg er her.

Netværkslederen fremhæver dog, at netværkets størrelse fordrer en stor styring af møderne således, at alle forældre bliver "hørt og set". I forhold til Forældrenetværkets størrelse oplever netværkslederen, at forældrene erfaringsudveksler og knytter relationer til hinanden udover netværkets rammer.

Udover de månedlige netværksmøder har Forældrenetværket desuden afholdt en weekendtur. Weekendturen bliver fremhævet af forældrene som et højdepunkt i netværksforløbet, da det satte rammer for dybere refleksion over egen situation:

Vi har også været på weekend ophold, hvor vi kom igennem en masse. Bagefter satte jeg mig og skrev tanker ned, hvilket gav styr på mine følelser.

Forældrene oplever yderligere, at weekendturen medvirkede til, at der blev opbygget en fortrolighed mellem hinanden og i netværket.

Netværket har som supplement til temaaftenerne en hjemmeside, hvor man både kan søge viden og være i kontakt med netværkets øvrige deltagere via chat – igen på en forpligtende måde.

Evaluator oplever, at forældrene er tilfredse med netværket, men evaluator vurderer, at netværkets størrelse og åbne struktur medvirker en mindre intensitet i relationen mellem deltagerne. Evaluator vurderer desuden, at netværkets åbne og uforpligtende struktur bevirker til et mindre proces- og udviklingsorienteret netværksforløb, hvor netværksmøderne i højere grad fremstår som enkeltstående temaaftener. Evaluator finder ydermere tvivl om, hvorvidt netværket når de svageste forældre, til trods for at netværket ikke har nogen screeningsproces eller forbehold i forhold til forældre med egne diagnoser.

3.1.3 Udbytte for forældrene

Netværkslederen oplever, at forældrene gennem netværksforløbet lærer at reflektere over eget liv og ikke bare over at have et barn med en psykisk sygdom:

Det jeg synes, jeg hører, er man bliver udfordret på at have et liv ved siden af det at være pårørende.

Netværkslederen oplever, at forældrene konkret lærer at håndtere stress i hverdagen. Forældrene bakker netværkslederen op og fremhæver, at de har tilegnet sig konkrete redskaber, som de bruger i pressede situationer med deres barn, hvor redskaberne hjælper dem med at afværge konflikter. En forælder eksemplificerer det således:

Vi havde noget så simpelt, som når man skulle køre på ferie, så har vi fået af vide, at det ene barn skal sættes foran. Det er håndgribelige tip og tricks.

Projektets hjemmeside og online chat funktion bliver betonet af forældrene som en vigtig del af projektet i forhold til tilegnelsen af konkrete redskaber samt ny viden om relevante emner. En forælder fortæller, hvorledes hjemmesiden har hjulpet hende:

På nettet er der også mulig for at lægge indlæg med tips og tricks. Hvis jeg søger noget viden, så kan jeg høre om andre har samme problem... Fx hvis ens barn ikke vil tage sin medicin, så deler man sådan noget. Og det er muligvis årsagen til, at mit barn får rigtig medicin.

Projekt- og netværkslederen fortæller desuden, at kommunens sagsbehandlere oplever en bedre kontakt til de deltagende familier, hvor samarbejdet bliver fremhævet som mere konstruktive.

3.1.4 Udbytte for børnene

Netværkslederen vurderer, at forældrenes deltagelse påvirker hele familien, ved at forældrene har et sted, hvor de kan "læsse af". Forældrene oplever, at de er blevet gladere forældre ved at komme i netværket. Forældrene vurderer desuden, at deres forbedrede samarbejde med den kommunale forvaltning bidrager til, at deres børn kan få den nødvendige hjælp til fx at gennemføre skoleforløb tilfredsstillende og dermed få mulighed for "en fremtid", som en forælder udtaler.

3.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Forældrenetværket i Holstebro er kendetegnet ved gruppens forholdsvis store størrelse samt organisatoriske forankring i kommunen. Netværkets kendetegn kan efter evaluators vurdering bidrage med læring til fremtidige netværksdannelser.

Evaluator finder, at netværkets organisatoriske placering i kommunen har haft en positiv effekt på projektet. Den store tilknytning til netværket vidner om en effektiv rekruttering, og evaluator finder i denne forbindelse projektets kommunale placering som en styrke for netværket. Projektets kommunale setup har blandt andet bidraget til skabelsen af en synergi mellem de forskellige institutioners tilbud. Projektets forankring i kommunen har desuden medvirket til en bedre gensidig forståelse og samarbejde mellem forældrene og den kommunale forvaltning.

Evaluator vurderer, som beskrevet, at størrelsen på forældrenetværket har påvirket netværksmødernes indhold og relationen mellem deltagerne. Evaluator finder, at netværksgruppen størrelse og åbne strukturer påvirker netværksforløbet i forhold til, at gruppen ikke opnår samme fortrolighed og dybde som mindre grupper samt at den uforpligtende form modvirker et egentligt netværksforløb. Det skal dog pointeres, at Forældrenettet i Holstebro på den anden side tilgodeser et praktisk hensyn med omkring rekruttering og imødegåelse af ventelister.

4. Foreningen SIND og Bedre Psykiatri

Projektets navn er Netværk for forældre til psykisk syge børn, unge og yngre voksne

Projektets budget udgør 724.000 kr.

Projektets ejer er Foreningen SIND og Foreningen for Bedre Psykiatri

Målgruppen er forældre til sindslidende børn, unge og yngre voksne

Antallet i hver netværksgruppe er ca. 5 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 20 møder a 2 timer

Antallet af gennemført forløb er 4

Projektteamet udgøres af projektleder Jens Ibsen og projektleder Bergljot Sandoy samt to netværksledere, som arbejder sammen (to og to fordelt på netværksgrupperne)

4.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At give forældre til sindslidende mulighed for at være en del af et netværk med andre i samme situation som dem selv.

Netværksgrupperne under projekt "Netværk for forældre til psykisk syge børn, unge og yngre voksne" består af forældre til børn med psykiske lidelser. Målgruppen er således ikke afgrænset til en eller flere specifikke diagnoser.

Projektet har gennemført tre netværksforløb, som fungerede som lukkede grupper, samt ét netværksforløb i form af en åben netværksgruppe med løbende rekruttering. Med undtagelse af den sidstnævnte gruppe omfatter netværksforløbene 20 mødegange fordelt over halvandet år. Den åbne netværksgruppe har dobbelt mødefrekvens.

Projektet havde udover forældrenetværkene desuden planlagt at afholde netværksgrupper for søskende til sindslidende, men har fravalgt disse grundet manglende tilslutning.

4.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk placeret hos to interesseorganisationer, henholdsvis Foreningen SIND og Foreningen for Bedre Psykiatri. Der er nedsat en styregruppe bestående af én repræsentant fra SIND, én repræsentant fra Bedre Psykiatri samt de to netværksledere. Udover de faste medlemmer har styregruppen endvidere ad hoc gjort brug af relevan-

te personer, hvor bl.a. tovholdere fra lignende projekter har deltaget i styregruppemøder. Styregruppen varetager projektets overordnede planlægning, indhold og proces.

Projektet har generelt haft vanskeligheder ved rekruttering af netværksdeltagere. Projektet har justeret netværksgrupperne grundet en mindre tilslutning til grupperne end forventet. Af særlig betydning er projektet blevet nødsaget til at fravælge de planlagte søskendegrupper og antallet af netværksforløb er herved nedjusteret fra 8 til 4. I forhold til forældre-netværkene har projektet grundet den lille tilslutning desuden slået to netværksgrupper sammen og ændret netværksforløbet til et åbent forløb med løbende rekruttering. Netværksgrupperne har generelt kørt med et færre antal deltagere end planlagt på trods af, at projektet har benyttet informationsmøder, hjemmeside og foldere. Projektlederen peger på, at projektet mangler tætte samarbejdspartnere i forhold til rekruttering. Informationsmaterialet er blevet lagt i venteværelser mv. hos relevante instanser, men projektlederen har erfaret, at målgruppen kræver en mere aktiv rekrutteringsstrategi.

Projektet har afholdt to informationsmøder, hvorigennem der er rekrutteret deltagere til opstart af de tre første grupper. Efter andet informationsmøde besluttede styregruppen at afprøve rekruttering gennem foldere og hjemmesideannoncer. Der er lagt foldere ud på børne- og ungdomspsykiatrisk afdeling i Aalborg, hos praktiserende læger samt på apoteker, men projektlederen og netværkslederne vurderer, at dette ikke har haft den ønskede effekt. Projektlederen oplever, at foldere ikke er hensigtsmæssige i forhold til målgruppen, som kræver en opsøgende rekrutteringsstrategi, hvor fx psykiatriske afdelinger informerer pårørende om tilbuddet. Forældrene udtrykker enighed i, at tilbuddet burde være mere tilgængeligt, og alle forældrene fortæller, at de har haft svært ved at finde informationer om netværksgrupperne.

Evaluatoren vurderer, at projektets organisatoriske placering ikke har styrket rekrutteringen af netværksdeltagere.

4.1.2 Projektets metode

Netværksforløbene er bygget op som en kombination af undervisning, coaching og en netværksdel med fokus på samværet mellem ligesindede. Den tre-benede struktur fremhæves af alle parter som positivt, hvor forældrene peger på erfaringsudvekslingen og tilegnelsen af nye redskaber som netværkenes vigtigste element. Metodisk har netværkslederne valgt at have vægt på deltagernes medbestemmelse, hvilket har ført til, at alle emner er blevet valgt af netværksdeltagerne. I interviewet med netværksdeltagerne oplever de, at medbestemmelsen har medvirket til, at emnerne har været yderst relevante for alle. Forældrene understreger, at netværkslederne har været strukturerede i deres tilgang til undervisningen, og deltagerne fremhæver, at de har modtaget forskellige undervisningsmaterialer, hvilket har medvirket til, at den nye information og viden har bundfældet sig.

I forhold til netværksgruppernes forholdsvise brede målgruppe er forældrene uenige om, hvorvidt dette er hensigtsmæssigt. Et par forældre udtrykker ønske om, at netværket var inddelt efter diagnoser samt grupper for forældre til børn uden diagnose. Én forælder til et barn uden diagnose beskriver, hvorledes den brede målgruppe kan være frustrerende:

Jeg har en aften oplevet, at det var et problem, men det var også fordi, vi (red. netværksdeltagere) var forskellige steder. Jeg har hevet mig selv i håret over, at min søn ikke har diagnose, og det er frustrerende, at de andres børn har det. Jeg fik det skidt den aften og overvejede, om jeg ville komme igen.

Flere forældre oplever dog ikke, at forskelle i diagnoser fylder negativt i netværkene, som én forælder udtrykker det:

Jeg synes ikke, det var et problem. Mange af de ting, du oplever, det er det samme om diagnose eller ej. De følelser er det samme.

Alle forældre var dog enige om, at aldersinddelinger er vigtige. Aldersinddelinger bliver fremhævet som vigtigere end at målrette gruppen efter diagnose.

Som beskrevet har projektet både afholdt åbne og lukkede netværksforløb. De forældre, som tog del i de åbne grupper, udtrykte alle, at de ville foretrække lukkede grupper. En påpeger, at de åbne grupper komplicerer den personlige udvikling gennem netværksforløbet:

Jeg ville have foretrukket en lukket gruppe, for det er lidt træls, at der bliver sagt det samme hver gang

Netværksdeltagerne fortæller desuden, at netværkenes forholdsvis lille størrelse har haft en negativ påvirkning, idet netværkene har været meget sårbare. Dette bliver i særdeleshed fremhævet ved den åbne gruppe.

Evaluators vurderer, at netværksgrupperne har et forholdsvis stort fokus på coaching, og at netværket har en terapeutisk virkning på deltagerne. Netværksdeltagerne fremhæver dog, at det i denne forbindelse er yderst vigtigt, at netværkslederne styrer netværkene, så møderne ikke bliver for personlige. Evaluator vurderer, at netværksforløbenes indhold i høj grad er påvirket af såvel netværksledernes baggrund som netværksgruppernes forholdsvis lille størrelse.

4.1.3 Udbytte for forældrene

Netværkslederne fortæller, at det primære formål er at sætte fokus på deltagernes situation og få deltagerne til at fokusere på egne ressourcer og kompetencer. Netværksgruppens frirum bliver fremhævet af flere forældre, som oplever, at det hjælper dem til at tænke positivt. Det personlige udbytte bliver af en af forældrene udtrykt således:

Det var så godt at komme i den netværksgruppe, jeg var helt høj, da jeg gik fra det. Jeg følte mig tryk lige med det samme. Jamen bare det man kunne sige "jeg er træt af det hele, det hænger mig langt ud af halsen", noget man ikke tør sige til ret mange andre... Det har fået mine tanker vendt rundt. Jeg er blevet bedre til at tackle tingene og er blevet bedre til at sætte grænser.

Erfaringsudvekslingen bliver desuden fremhævet, hvor forældrene beskriver, hvordan de har lært at bruge konkrete redskaber til at håndtere vanskelige situationer:

Da jeg startede her, stod jeg meget med det selv og skulle hele tiden finde løsninger og hele tiden være ti skridt foran min søn. Men det med at du lærer at stå af og føle, at det ikke kun hænger på mig. Når han har det meget dårligt og er meget voldsom, så kan jeg nu finde ud af at trække mig tilbage og sætte mig ned.

Også i forhold til egen person og situation tillægges netværket betydning. Flere forældre føler, at de igennem netværket har fået en større livskvalitet:

Jeg har lært at gå i byen, det skal jeg da have lov til. Det er en af tingene..jeg er også blevet bedre til at bevare roen og lige slå begge ben i jorden.

Evaluators vurderer, at netværksgruppernes indhold og udbytte lever op til formålet. Evaluators vurderer, at netværksforløbet har styrket forældrene til at håndtere hverdagen med et barn med psykiske lidelser.

4.1.4 Udbytte for børnene

I et interview udtrykker en voksen datter til en af netværksdeltagerne, at hun føler, at netværksforløbet har påvirket forholdet mellem hende og hendes moders:

Jeg tænker, at hun nu ser det sunde, og at hun ikke kun ser det syge. At hun tør give lidt slip, så vores forhold er blevet meget, meget bedre. Hun er kommet tilbage som en mor... Da jeg var indlagt, var hun mere bekymret, og det gjorde, at jeg tog afstand, og jeg synes, hun har lært at være mor og ikke bare pårørende.

Interviewpersonen understreger, at hun efter moderens deltagelse i netværket kan høre forskel på, hvordan moderen taler til hende:

... hun ikke er så påduttende på mig. Nogle gange kan jeg høre sætninger, som jeg kan spore tilbage til Bente (red. Netværkslederen). Det er jo kun positivt... det er blevet mere ligeværdigt.

Ved et direkte spørgsmål om, hvordan moderens deltagelse påvirker datteren, svarer hun:

"Se det sunde og rum det syge", det synes jeg, hun gør nu. Jeg ved, at hun altid vil stå der, men hun fokuserer på det positive, og det er rigtig rart... der er så mange, der fokuserer på symptomer. Man tror slet ikke, man er menneske til sidst. Det går udover selvværdet, hvis man så føler sig elsket af sin familie, så er man noget, så er man et familiemedlem.

Der bliver desuden fremhævet, at datteren bliver tryk ved, at moderen får hjælp:

... det er rart at vide, at hun har nogen at læsse af på. Det kan virke så voldsomt at fortælle, og synes det er svært, at fortælle hvor hårdt det faktisk kan være, så ja det er en lettelse at andre kan gøre det.

4.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Et kendetegn ved netværksgrupperne er det strukturerede, trebenede netværksforløb, hvilket af alle parter fremhæves som en styrke. Evaluators oplever, at undervisningen og coachingen har påvirket netværksdeltagerne positivt, og det vurderes, at kombinationen af disse har været hensigtsmæssig.

Projektets vanskeligheder i forhold til rekruttering tydeliggør vigtigheden af at have samarbejdspartnere, som kan dele information ud til relevante personer. Alle netværksdeltagerne ville ønske, at de havde fået lignende tilbud tidligere. De fleste personer er rekrutteret gennem mund-til-mund metoden, og de stiller sig undrende over, at informationsmaterialet ikke var tydeligere. Foreningen SIND har ikke et stort netværk, som de kunne benytte sig af ved rekrutteringen. Et særligt læringspunkt må være, at organisationer skal være opmærksomme på at opbygge kontakt til relevante instanser med henblik på at sikre en aktiv og mere effektiv rekruttering.

5. Thorshøjgård

Projektets navn er Forældrenetværket

Projektets budget udgør 241.276 kr.

Projektets ejer er Thorshøjgård

Målgruppen er forældre til børn i alderen 10–22 år med psykiatriske diagnoser

Antallet i hver netværksgruppe er 12-15 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 10 møder a 2 timer

Antallet af gennemført forløb er 3

Projektteamet udgøres af projektleder Finn Alring samt to netværksledere Gry Aberg og Mie Fohlmann

5.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At støtte forældre til børn med svære psykiske problemer til at mestre samlivet med barnet i dagligdagen og i vanskelige situationer.

Forældrenetværkene under projektet er henvendt til forældre, hvis børn har en psykiatrisk diagnose. Målgruppen er således ikke afgrænset til en eller flere specifikke diagnoser.

Netværksforløbene omfatter ti mødegange fordelt over ti måneder. Særligt for Thorshøjgårds projekt er, at netværkene indholdsmæssigt er bygget op om tre dele: Sociale arrangementer, erfaringsudveksling og undervisning via oplæg, hvoraf undervisning via oplæg er vægtet forholdsvis meget. Otte møder er primært afsat til undervisningen og efterfølgende opfølgning ved netværkslederne.

5.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk placeret hos døgninstitutionen Thorshøjgård. Projektet var tænkt som et samarbejde mellem Thorshøjgård og Ishøj Kommune, hvor Ishøj Kommune skulle hjælpe med rekruttering. Samarbejdet har dog aldrig rigtig fungeret og er med tiden helt udvandet.

I forhold til rekrutteringen har projektet haft vanskeligheder. I selvevalueringen nævnes rekrutteringen som projektets største barriere, og mislykkede samarbejder med relevante instanser identificeres af netværkslederen som primære årsag. På trods af rekrutteringsvanskeligheder har projektet formået at rekruttere nok forældre til de tre planlagte netværksgrupper, hvor projektet hovedsageligt har rekrutteret gennem Thorshøjgård samt i Distriktpsykiatrien. Projektet var som udgangspunkt planlagt med visiteringsamtaler, således at netværkene kunne sammensættes af netværkslederne. Netværkslederne ændrede proceduren efter første år, da de erfarede, at efterspørgslen matchede udbuddet. Netværkslederne valgte i stedet at have indledende telefonisk kontakt med forældrene

inden opstart af netværksforløbet for at sikre en forventningsafstemning. Netværkslederen vurderer, at det er nødvendigt at være opsøgende i forhold til at sikre effektiv rekruttering hos samarbejdspartnere. I selvevalueringen nævnes, at projektledelsen havde undervurderet det fornødne ressourceforbrug for at holde den nødvendige tætte kontakt til samarbejdspartnere.

Evaluator vurderer, at netværksledernes kontakt til Thorshøjgård har haft indholdsmæssig betydning, fx blev netværksledernes fokus på relationen mellem institutioner og forældre fremhævet som positivt af netværksdeltagerne. De forældre, hvis børn er på Thorshøjgård, pointerer, at der er forskel på at møde behandlerne inden for og uden for institutionen. Disse forældre oplever at være mere modtagelige over for rådgivning og vejledning, når de befinder sig uden for institutionens rammer.

Gry og Mie (red. Netværkslederne) har lært mig, at selv om man står hovedrygstende, så skal man lære at give slip og stole på dem (red. behandlerne). Det har jeg lyttet efter. Det har kun været muligt, fordi det her er et andet rum, end det behandlingshjem man er på.

Evaluator kan tilføje, at Thorshøjgård adskiller sig ved, at størstedelen af netværksdeltageres børn er anbragt uden for hjemmet. Evaluator oplever, at organiseringen af netværksgrupperne i nogen grad påvirker deltageres relation til Thorshøjgård i en positiv retning.

5.1.2 Projektets metoder

Netværksforløbene er som beskrevet tidligere bygget op om tre typer af aktiviteter - erfaringsudveksling, undervisning og sociale aktiviteter. De sociale arrangementer er dog blevet nedprioriteret til fordel for mere erfaringsudveksling på baggrund af netværksdeltageres ønsker. Forældre-netværket har fulgt sin ønskede strukturering med brug af foredrag om bl.a. konflikthåndtering, uhæmmede muligheder og samarbejde med kommunen. Foredragene har udfyldt ét netværksmøde og har herefter dannet baggrund for fælles refleksion på det efterfølgende forældre-netværksmøde. Flere af forældrene oplever, at foredragene har fyldt for meget, og at vægtningen i indholdet dermed har været for kognitivt frem for at bygge personlige erfaringer og arbejde med egen virkelighed. Som en forælder udtrykker:

Jeg kunne godt lidt mangle vores eget arbejde i gruppen, vi er forskellige og kan give hinanden noget.

Direkte adspurgt oplever forældrene derfor ikke at have fået egentlige redskaber eller ny viden. Flere nævner dog i anden sammenhæng, at de er blevet bibragt en anden måde at se tingene på. Dog påpeger flere netværksdeltagere, at de ikke ville være foruden oplæg, og det foreslås, at der gives tid efter foredragene til umiddelbar refleksion og erfaringsudveksling på baggrund af budskaberne og den nye viden. Netværkslederen anfører modsat, at tiden imellem møderne giver mulighed for at lade foredragenes budskaber "bundfælde" og blive relateret til eget liv, inden man mødes til fælles refleksion med gruppen.

I forhold til erfaringsudvekslingen bliver det fremhævet af både netværkslederen samt netværksdeltagerne, at det primære har været at skabe et frirum, hvor forældrene kan få sat ord på følelser. Netværkslederen påpeger at:

Det er meget, at man kan sige nogle følelser højt, som man ikke har gjort før. Det er ikke kun terapeutisk, men bestemt heller ikke kun tips-og-tricks.

Forældrene fremhæver, at de gerne så, at problemstillinger relateret til teenager-alderen havde fyldt mere.

Det kunne også have været rart, hvis vi brugte mere tid på teenagers problemer. Der er mange gange, hvor man tænker, det er ikke normalt. Alle nikker genkendende til dette.

Direkte adspurgt oplever forældrene ikke at have fået egentlige redskaber eller ny viden. Flere nævner dog i anden sammenhæng, at de er blevet bibragt en anden måde at se tingene på. Flere giver eksempler, som vidner om netværksgruppens effekt som en erkendelsesproces, der både indeholder erkendelser i forhold til deres børns adfærd og i forhold til at kunne "rumme sig selv", som en mor udtrykker det. Alle oplever ved fokus-gruppeinterviewet, som er gruppens sidste egentlige møde, at have behov for mere, end de har nået.

... forløbet er meget komprimeret. Jeg har følt, at nogen nogle gange er gået herfra uden, at få afsluttet det vi lige har haft gang i.

Forældrene ønsker sig yderligere, at mødefrekvensen var større, så tiden imellem møderne var kortere. At projektet varer et år, vurderes af netværksdeltagerne som en fordel, da det kan virke afskrækkende, hvis det kræves, at man skal deltage over længere tid. Dog påpeges det af alle forældrene i fokusgruppeinterviewet, at der skulle være mulighed for forlængelse.

Evaluators bemærker, at forældrene ikke kan nævne det konkrete indhold af foredragene og finder derfor, at forældrenes pointer og ønsker bør tillægges vægt.

5.1.3 Udbytte for forældrene

Forældrene anser muligheden for at mødes med andre, der har samme oplevelser som dem selv, som den altoverskyggende styrke ved netværket. De fremhæver gruppens sammensætning af forældre til teenagere som væsentlig, idet netop den aldersgruppe generelt oplever store forandringer, og det derfor er svært at afgøre, hvad der er normal adfærd, og hvad som skyldes sygdommen.

Det, der har fyldt meget, vi vidste, at Nanna skulle flytte på institution, og det var en stor hjælp at snakke med andre om det. Alle har prøvet, at deres børn skulle på institution... Det synes jeg ikke, man kan dele med sine venner. Ens venner er berøringsangste. De forstår det ikke. Og man gider ikke tage kampen, men prøver bare at holde facaden. Det var rart at komme her og fortælle, hvordan det virkelig er.

Forældrene fremhæver, at netværksforløbet har hjulpet dem med erkende og acceptere deres situation for såvel deres barn som dem selv. Som en deltager fortæller:

En ting, jeg fandt ud af, var, at jeg inden denne gruppe ikke erkendte, hvor syg Line er, og den erkendelse har jeg fået. Det var super hårdt, men det er vigtigt ... Lige pludselig en dag, så forstod jeg det. Jeg lod være med at måle hende med de andres børn. Det var min proces at acceptere det. Og det er jo en stor gave.

Flere påpeger, at netværket primært fungerer som et frirum, hvor en fælles forståelse giver plads til, at deltagerne kan føle sig som normale forældre. Én forælder beskriver udbyttet således:

Det primære for mig er at se, at alle ligner normale mennesker. At det ikke er sociale tabere. Så føler man sig også mere normal selv.

Evaluators oplever, at forældregruppen hovedsageligt har brugt netværksforløbet til at få et frirum, hvor de kan fortælle deres historier og spejle sig i de andre forældres situationer. Evaluator vurderer, at gruppens sammensætning af forældre til børn med svære psykiske lidelser, hvoraf de fleste er anbragt uden for hjemmet, har medvirket til et stort behov for et terapeutisk islæt i netværksforløbet.

5.1.4 Udbytte for børnene

Forældrene vurderer overordnet, at deres deltagelse i gruppeforløbet har bevirket, at de er bedre til at tackle børnenes psykiske lidelser. Forældrene fremhæver i særdeleshed, at de har lært at lytte til børnenes signaler. En forælder fremlægger udbyttet således:

Hvad man som forældre kunne gøre anderledes og en forståelse for, hvorfor han reagerer som han gør.

Et par forældre oplever, at de er blevet bedre til at adskille det raske fra det syge, og at det har betydning i forhold til børneopdragelsen:

Det med at ændre adfærd over for barnet, der har vi måske lært, hvad det egentligt er, hun vil sige. Og det har ændret noget. Vi (red. forældre) har også prøvet at bytte roller osv. Skiftes til at lege "good cop og bad cop". Man kommer nogle gange ud i fasttømrede mønstre, det er rart at bryde dem. Jeg har måske hele tiden gjort det, jeg vil gerne hjælpe min datter, når hun er syg, men hun skal stå på egne ben, når hun er rask. Og det kræver, at man kan lytte til signaler. Jeg er i hvert tilfælde i gang med en eller anden udvikling, og det ville være endnu bedre, hvis jeg kunne fortsætte og lære mere.

5.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Thorshøjgårds projekt er særligt ved at tillægge uddannelse ved oplæg stor vægt. Forældrene anbefaler som nævnt, at foredrag bruges til umiddelbar refleksion. De mener generelt, at netværksgrupper skal give plads til erfaringsudveksling og være mere hjerte end hjerne. Ligeledes pointerer forældrene vigtigheden af, at gruppen fra start får skabt et fortroligt rum. Dette er bl.a. baggrunden for, at de anbefaler en hyppigere mødefrekvens end én gang om måneden. Netværkslederen anbefaler i tråd med forældrenes ønske om at arbejde mere med sig selv, at der gøres mere brug af workshops.

Netværkslederen finder at hendes psykologbaggrund er vigtig, da forældrene er yderst sårbare. Hun fortæller, at hun har brugt hendes viden og erfaring i netværksforløbet:

Jeg vil ikke kalde det psykologbistand, men min indsigt har gjort, vi kan noget bestemt i grupper. Vi holder et net under netværket. Det med at de deler ens inderste, som man ikke turde før. Det er jo en blanding af grin og gråd. Det er nogle gange en papirtynd adskillelse. Det kan være for grænseoverskridelse. Det kræver indsigt, så der ikke kommer hul igennem papiret.

6. Netværksgrupper i Region Midtjylland

Projektets navn er Netværksgrupper i Region Midtjylland

Projektets budget udgør 636.225 kr.

Projektets ejer er SIND's Pårørenderådgivning

Målgruppen er forældre til psykisk syge børn i alle aldre

Antallet i hver netværksgruppe er 6-8 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 10 møder

Antallet af gennemførte forløb er 10

Projektteamet udgøres af projektleder Anne-Dorthe Petersen samt fem netværksledere, som arbejder én og én med netværksgrupperne.

6.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At rådgive, vejlede og støtte forældrene til at håndtere hverdagssituationer med deres psykisk syge barn.

Netværksgrupperne er målrettet forældre til psykisk syge børn i alle aldersgrupper. Netværksgrupperne er således ikke afgrænset til en eller flere diagnoser, men netværkslederne foretager screening og placerer forældrene i grupper i forhold til diagnose og alder. Netværksgrupperne er lukkede grupper, og der er således ikke løbende optag af nye netværksdeltagere til de opstartede grupper. En del af netværksgrupperne har efter afslutning fortsat som selvkørende netværk.

6.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk placeret hos SIND's Pårørenderådgivning i region Midtjylland. Projektet har til huse på samme matrikel som børnepsykiatrisk hospital i Risskov. Projektet har en klar arbejdsdeling mellem projektlederen og netværkslederen, men projektlederen påpeger, at der ikke har været afholdt egentlige ledelsesmøder, hvilket ifølge projektlederen har medført en manglende videndeling i forhold til blandt andet rekruttering.

Projektet har haft rekrutteringsvanskeligheder til trods for den gode kontakt til børnepsykiatrisk hospital. Projektlederen har annonceret i aviser og har forsøgt at samarbejde med ADHD Foreningen med henblik på, at de henviser relevante forældre til projektlederen. Samarbejdet med ADHD Foreningen har ikke givet det ønskede resultat i forhold til rekruttering, men netværkslederne har brugt samarbejdet til at henvise forældre til ADHD Foreningen efter endt netværksforløb. Projektlederen vurderer, at projektet ikke har været tilstrækkelig synligt hos de institutioner, som har kontakt til forældre med psykisk syge børn, fx kommunernes handicapafdelinger. Projektlederen henviser i øvrigt til, at der er flere lignende tilbud i samme geografiske område, hvilket hun anser som en barriere for rekrutteringen.

Den organisatoriske forankring opleves omvendt som en indholdsmæssig styrke for netværksgrupperne, da netværkslederne har mulighed for at henvise forældre til SIND's individuelle rådgivning. Projektlederen oplever desuden, at projektet har haft gavn af SIND's erfaringer med pårørende rådgivning. Projektet har fx foretaget forsamlinger med forældre for at sikre en forholdsvis homogen netværkssammensætning. Netværkslederne har desuden brugt forsamlingerne til, at vurdere om forældrene er klar til netværkenes "hjælp-til-selvhjælp" metode, hvis de ikke vurderes egnede henviser netværkslederne dem til andre tilbud i SIND.

6.1.2 Projektets metoder

Metodisk er netværksforløbene bygget op om en kombination af erfaringsudveksling, foredrag og en netværksdel med fokus på samværet mellem ligestillede. Netværkslederne fortæller, at de har anskuet netværksforløbet som en terapeutisk proces, hvor de har brugt teori til at sætte fokus på forældrenes livssituation og familiens trivsel generelt. Netværkslederne har ikke en fastlagt dagsorden, men har holdt en ad hoc tilgang til temaer og teori. Netværkslederne har hermed været lydige overfor forældrenes ønsker og behov.

Interview med forældre, som har gennemført et netværksforløb, viser, at forældrene påskønner netværksledernes professionelle tilgang. De tidligere netværksdeltagere har valgt at fortsætte som selvkørende netværk efter netværksgruppens afslutning, og de påpeger, at der er væsentlig forskel på det styrede netværk og det selvkørende netværk. Forældrene fortæller, at de foretrækker en netværksleder, da det skaber en bedre struktur på netværksmøderne med plads til alle deltagerne.

Forældrene oplever endvidere, at netværksmødernes indhold har skiftet fokus efter de gik over til at være selvstyrede. Forældrene finder, at netværksmøderne i det styrede forløb i højere grad havde et terapeutisk islæt, og at fokus var på dem som pårørende, hvorimod de føler, at de selvstyrede møder i højere grad omhandler deres børn. En forælder oplever, at hun har svært ved at holde fokus på hende selv i det selvkørende netværk:

Den gang da netværkslederne var der gik det fint med at tænke på os selv, men efter de er stoppet, har fokus ændret sig og det handler mest om børnene.

De selvkørende netværksmøder handler i højere grad om erfaringsudveksling og muligheden for at komme af med frustrationer. Forældrene finder i denne forbindelse, at netværksledernes faglige baggrund påvirker deres udbytte ved, at de tilegner sig ny brugbar viden, hvilket de ikke får ved det selvkørende netværk.

6.1.3 Udbytte for forældrene

Netværkslederen påpeger, at formålet med netværksgrupperne er, at forældrene lærer at tackle egen situation gennem psykoedukation. Forældrene understøtter dette, og de oplever, at netværkslederen har lært dem at håndtere svære situationer.

En forælder fortæller således om hendes udbytte:

Jeg føler, at jeg har mere overskud som forældre, når jeg har fået læsset af. Det giver noget terapeutisk. Jeg er mere afslappet, når jeg kommer hjem.

Forældrene nævner desuden, at netværksforløbet har givet dem større livskvalitet blandt andet ved, at de har lært at fokusere på dem selv og ikke udelukkende på deres børn. Netværkslederne oplever desuden, at forældrene lærer, at stå imod den stigmatisering de fleste oplever forbundet med deres barns lidelse. I forhold til børneopdragelsen oplever forældrene, at de er blevet bedre udrustet til at håndtere deres børns sygdom. En forælder beskriver det således:

Ja, vi forsøger jo at rydde så mange sten som muligt for dem (red. børnene), men hvornår skal man lade dem klare sig selv? Det har vi kunne bruge hinanden til.

6.1.4 Udbytte for børnene

Forældrene føler alle, at deres relation til deres barn med psykiske lidelser har ændret sig i takt med, at de har fået mere overskud:

Det hjælper mig i min rolle som forældre, når jeg har noget mere overskud. Det betyder utrolig meget i forhold til min søn.

Forældrene oplever endvidere, at deres deltagelse i netværksgruppen påvirker resten af familien, og i særdeleshed deres andre børn. En forælder fortæller, hvordan netværket har været med til at skabe bedre relationer mellem hendes syge søn og hans søster:

Før var han bare en dum unge, men sådan er det ikke længere. Før følte hun der altid skulle tage hensyn til ham og forstod det ikke, men nu har hun lært, at der er noget, hun skal hjælpe ham.

Evaluators vurderer, at ovenstående udtalelse er et udtryk for, hvorledes forældrenes overskud og viden kan smitte af på hele familien, fx ved at forældrene bedre kan forklare situationer og hensyn overfor det syge barns søskende.

6.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Et særligt kendetegn ved netværksgrupperne i region Midtjylland er, at de har formået at blive selvkørende efter netværksforløbets afslutning. Evaluators vurderer, at forældrenes udbytte har ændret sig efter netværksgrupperne er blevet selvkørende. De selvkørende netværk fungerer i højere grad som "kaffeklubber", hvor forældrene har mulighed for uformelle snakke med ligestillede, hvorimod det strukturerede netværksforløb i højere grad er karakteriseret som et egentligt forløb med et terapeutisk islæt.

Et andet kendetegn ved netværksgrupperne er netværksledernes brug af forsamlinger. Forsamlingerne sikrer, at netværksdeltagerne er klar til gruppernes "hjælp-til-selv-hjælp" metode. Evaluators vurderer, at projektets organisatoriske forankring har muliggjort en fordelagtig screeningsproces, da netværkslederne har haft mulighed for at henvise de mere sårbare forældre til individuelle forløb.

7. GirlTalk.dk og PS Landsforening

Projekt navn: Jeg vil altid elske min datter

Projektets budget udgør 1.369.800 kr

Projektets ejere er Girltalk.dk og PS Landsforening

Målgruppen er forældre til børn og unge med spiseforstyrrelse

Antallet i hver netværksgruppe er 8-15

Omfanget af et forløb udgøres af 12 møder

Antallet af gennemførte forløb er 5

Projektteamet udgøres af projektleder Gitte Ejbye Pedersen (Girltalk.dk) og Erna Poulsen (PS Landsforening) samt netværksleder Judy Grejsen (Girltalk.dk) og netværksleder Jette Jeppesen (PS Landsforening)

7.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At etablere online netværksgrupper i regi af Girltalk.dk, hvor forældre til børn og unge med psykiske lidelser kan udveksle erfaringer og få støtte af hinanden på en online chat.
- At etablere fysiske netværksgrupper for forældre til børn med selvskadende adfærd i regi af PS Landsforening.

Projekt "Jeg vil altid elske min datter" består af to samarbejdende projekter hos Girltalk.dk og PS Landsforening. Samarbejdet er bygget op således, at telefonrådgivningen hos Girltalk.dk udgør et rekrutteringsgrundlag for etableringen af flere netværksgrupper i PS Landsforening. Girltalk.dk's netværksportal er målrettet forældre til børn med psykiske lidelser, hvorimod netværksgrupperne under PS Landsforening er målrettet forældre til børn med spiseforstyrrelse.

Målsætningen for projekt "Jeg vil altid elske min datter" er, at der etableres et netværksmodul under Girltalk.dk, samt at der oprettes 22 netværksgrupper i PS Landsforening landet over for forældre til børn og unge med spiseforstyrrelse.

7.1.1 Projekt justeringer

Projekt "Jeg vil altid elske min datter" har foretaget væsentlige justeringer i forhold til projektet under Girltalk.dk. Girltalk.dk har erfaret, at der ikke er den forventede efterspørgsel efter det planlagte netværksmodul, hvor den ansatte netværksleder skulle fungere som online tovholder i de virtuelle netværk. Girltalk.dk har positiv erfaring med chatfunktioner for teenagepiger og oprettede derfor en lignende chatfunktion for forældre. Den ansatte netværksleder har i bestemte tidsrum været med på chatten således, at forældre kunne få faglig rådgivning såvel som erfaringsudveksling med andre forældre gennem de virtuelle netværk. Efter ca. 6 måneder konstaterede Girltalk.dk imidlertid, at

chatten ikke blev efterspurgt og har derfor reorganiseret projektressourcerne, så netværkslederen nu udelukkende kan kontaktes på mail og per telefon, men ikke på chatten. Chatten er ikke målrettet forældre til børn med spiseforstyrrelser, og netværkslederen oplever, at rådgivningen hovedsageligt bliver brugt af forældre, som ikke har børn med psykiske lidelser.

Idet kun en mindre andel af de forældre, som benytter sig af forældrerådgivningen har børn med psykiske lidelser, vurderer evaluatoren, at det kun er en yderst begrænset del af de midler, der er givet til Girltalk.dk, som falder inden for puljens formål. Evaluatoren oplever i denne forbindelse, at samarbejdet mellem Girltalk.dk og PS Landsforening ikke har været så relevant, som beskrevet i projektansøgningen.

Grundet de ovenfor beskrevne projektjusteringer, som betyder at GirlTalk.dk ikke har haft held med at etablere et onlinenetværk til forældre, vil nedenstående analyse fokusere på netværksgrupperne under PS Landsforening.

7.1.2 Organisering og rekruttering

Projektlederen hos PS Landsforening fremhæver netværksgruppernes organisatoriske placering som en styrke for rekrutteringen. PS Landsforening har tilbudt deres medlemmer at benytte netværksgrupperne og netværksdeltagere er herved løbende blevet rekrutteret. Projektet har oplevet en stor efterspørgsel og har i alt startet 19 netværksgrupper. Projektlederen har foretaget indledende samtaler med forældrene for at sikre, at forældrene er klar til netværksgruppernes "hjælp-til-selv-hjælp" metode:

Vi har nogle gange nogen, som er så svækket, at vi må sige til dem, at de har brug for psykologhjælp og så komme tilbage. Vi er hjælp til selv-hjælp, og det kræver jo, at man er i en situation, hvor man kan.

Netværksgruppernes organisatoriske forankring i PS Landsforening bliver ud over i rekrutteringsøjemed fremhævet som en styrke, da netværksdeltagerne kan benytte sig af foreningens andre tilbud såsom foredrag og individuelle samtaler. En forælder fortæller, hvorledes det skaber tryk, at have PS Landsforening i ryggen:

Min trøst er at jeg ved at de (red. Andre forældre) bruger Jette og Erna, så vi skal ikke bruge hinanden på den måde. Det er godt at alle bruger dem, så vi ikke skal bruge netværket. Jeg skal ikke bekymre mig på andres vegne ... Det er foreningens styrke, at Erna altid er der.

PS Landsforening har desuden kontakt til behandlingssystemet, hvor de besøger institutioner og tager del i pårørendeaftener, hvilket påvirker rekrutteringen. Interviewet med forældre viste, at de fleste forældre havde fundet gruppen grundet kontakt til PS Landsforening.

7.1.3 Projektets metoder

I forhold til netværksgrupperne under PS Landsforening er der foretaget mindre justeringer. Netværksgrupperne er justeret, så de fungerer som åbne grupper, der løbende optager nye netværksdeltagere. Ændringen er foretaget, da PS Landsforening ønsker at tilbyde hurtig hjælp til nødlidende forældre. Netværksforløbene omfatter som udgangspunkt 12 mødegange med mødefrekvens ca. én gang om måneden, men gruppernes åbenhed og uforpligtende kultur medvirker til, at mange grupper fortsætter over længere

tid. Evaluator har kendskab til grupper, som har kørt over flere år. Gruppernes åbenhed medvirker til en løbende rotation af netværksdeltagere, hvor deltagerne kan vælge, hvor længe de ønsker at være en del af møderne. De åbne netværk bliver fremhævet som en styrke for grupperne af projektlederen, da dette medvirker til erkendelsesprocessen for netværksdeltagerne:

Erfaringerne med løbende indtag er gode. Det, at nogen er længere i forløbet, er godt for de nye – de "gamle" i gruppen kan lære fra sig, og det viser de nye, at der er håb om bedring.

Interview med forældre viser dog, at flere føler, at gruppernes åbenhed komplicerer netværksforløbet, da der forekommer mange gentagelser. Flere forældrene nikker genkendende, da en forælder beskriver, hvorledes han oplever, at tryghedsfølelsen mistes i de åbne grupper. Er der stor tilslutning til netværksgrupperne, deles de. Denne opdeling muliggør forældre medbestemmelse i forhold til gruppesammensætningen:

Nogle har også haft piger på 15 – 16 år, vi prøvede at dele det efter alder. Vi kender hinandens problematikker godt, fordi de har samme alder.

Netværksgrupperne er udelukkende målrettet forældre til børn med spiseforstyrrelse. Diagnosefællesskabet fremhæves af forældrene som en styrke for netværksgrupperne, da dette giver en fælles forståelse, hvilket muliggør den erfaringsudveksling og det frirum mange forældre søger. En forælder beskriver det således:

Jeg har levet med sygdommen, siden hun gik i 9. klasse. Jeg vil gerne møde mennesker, som ved, hvad man snakker om. Det er grunden til, jeg kommer her.

Forældrene vurderer desuden, at diagnosefællesskabet skaber en tryghed i netværksgruppen, og at trygheden er essentiel for netværksgruppens virkning:

Det er så befriende. Der var hende, hvis datter skær sig selv. Hun ville ikke sige det, men da hun først lukkede op, så lettede det alle.

Netværkslederens baggrund som terapeut og pårørende fremhæves i denne forbindelse som positiv for netværksgruppens virke, da netværksmøderne primært omhandler psykoedukation med et terapeutisk islæt. Netværksgruppen bliver fremstillet som et rum for forståelse fra ligesindede, og det giver på denne måde mening, at det anses som en fordel, at også netværkslederen er en ligesindet.

90 % af tiden er det jo hendes viden (som terapeut), men jeg har lettere ved at vise følelser, når hun ved, hvordan det er (som pårørende).

Netværksgruppen under PS Landsforening skiller sig ud ved, at have en høj andel af mandlige deltagere. Størstedelen af netværket består af par, og forældrene vurderer selv, at sygdommens alvor påvirker andelen af mandlige deltagere.

7.1.4 Udbytte for forældrene

Forældrene vurderer, at de via netværksmøderne har fået viden og redskaber til at klare hverdagen med en datter med spiseforstyrrelse:

Jeg har været inde og kigge på mig selv, og jeg har fundet ud af, hvad man skal gøre som forældre til en med spiseforstyrrelse. Jeg har lært ikke at tage ansvar for min datter. Ikke klare alle hendes problemer.

Forældrenes accept af sygdommen fremhæves desuden som et af de primære udbytter, hvor forældrene oplever, at erkendelsesprocessen har hjulpet dem til også at leve et liv uden for sygdommens rammer:

Det at accepter sygdommen. At finde sig i sygdommen og leve med det... Vi er også blevet bedre til at leve vores liv. Det kunne vi ikke i starten. Nu kan vi godt holde fri.

Forældrene fortæller, at erkendelsesprocessen er svær, da de oplever mange tabuer forbundet med sygdommen. En forælder oplever, at erkendelsesprocessen er forbundet med personlige problemer:

Vi får også en eller anden slags depression, når realiteten går op får os.

En anden forælder fortæller, at netværksforløbet giver dem overskud til at håndtere relationer til andre mennesker, hvilket han havde svært ved inden netværksforløbet. Dette udsagn bliver fulgt op af flere forældre, som påpeger, hvorledes de som følge af netværksforløbet har lært at tackle andre problemer i hverdagen, hvilket påvirker hele familien. Enkelte forældre oplever, at netværksmøderne har en terapeutisk effekt på dem. Især én forælder fremhæver dette under interviewet:

Jeg får meget ud af det personligt. Måske fordi jeg selv er på kanten til at have spiseforstyrrelse. Det er arveligt.

Evaluators vurderer, at netværksgruppens indhold og udbytte har givet forældrene viden og redskaber, der gør dem i stand til at håndtere dagligdagen med en datter med spiseforstyrrelse. Evaluator er desuden blevet opmærksom på det faktum, at flere forældre selv lider af psykiske lidelser, hvilket betyder, at netværksgrupperne kan være med til at bryde nogle sociale mønstre i familierne.

7.1.5 Udbytte for børnene

I interviewet med en af netværksdeltagernes døtre beskrives udbyttet af netværket således:

Jeg kunne mærke, det blev mere konstruktivt, de er bedre til at imødekomme mig og mine behov. Før prøvede de at forhindre mig i at gøre, hvad jeg gjorde. De var nedladende og kunne på ingen måde nå mig. I takt med at de fik råd og vejledning om, hvordan de skulle agere overfor mig, kunne jeg fortælle, om hvordan jeg havde det. Jeg er meget mere åben, og vi snakker meget mere følelse og ikke så meget sygdomssymptomer.

Den unge kvinde fortsætter med at fortælle, hvordan hun kunne mærke, at hendes forældre begyndte at stå sammen i takt med deres deltagelse i netværket. Hun fortæller, at forældrenes accept af sygdommen har medvirket til opbyggelsen af en fortrolighed, som ikke tidligere havde været mulig. Den unge kvinde er på nuværende tidspunkt på vej ud af sygdomsforløbet, og på trods af at hun ikke ser forældrenes netværksdeltagelse, som en direkte indvirkning på hendes bedring, finder hun stadig, at netværket har hjulpet hende på mange måder. Hun beskriver det således.

Jeg tror, at for at man kan komme om på den anden side, så skal man have et godt bagland, og det giver den gruppe. Man får nogle redskaber til at opbygge et godt bagland. På den måde hjælper gruppen rigtig meget.

Følelsen af at forældrene gennem netværksmøderne bedre forstår deres døtre bliver bakket op af forældrene, som fortæller, at undervisningen har givet dem et bedre indblik i døtrenes reaktionsmønstre. Forældrene oplever desuden at de kan overføre det lærte til konkrete situationer, og at det hjælper i opdragelsen af deres børn. En forælder i-talesætter børnenes udbytte således:

Jeg kan dagligt bruge redskaberne... Vi har lært, hvordan vi skal reagere overfor hende. Vi sætter grænser. Det hjælper, at hun ikke lægger det over på os, det gør, at hun lærer selv at tage ansvar.

Forældrene fortæller, at mødet med ligesindede bidrager til at forbedre deres forhold til døtrene, ved at de tør stå fast og kæmpe imod sygdommen.

Evaluators vurderer, at netværksforløbets indhold og redskaber påvirker børnene positivt. Evaluator oplever, at forældrenes opnåede viden påvirker døtrene konkret ved færre konflikter samt ved, at forældrene fokuserer på at arbejde sammen, hvilket skaber stabilitet for datteren såvel som for resten af familien.

7.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Evaluators vurderer, at et særligt læringspunkt fra projekt "Jeg vil altid elske min datter" er, at der kan være barrierer ved oprettelsen af virtuelle netværk. Projektlederen hos Girtalk.dk vurderer, at projektets manglende tiltrækningskraft er et tegn på, at målgruppen foretrækker fysiske netværk. Det er ligeledes evaluators opfattelse, at sårbare familier ikke har overskud til, at prøve nye aktiviteter som et virtuelt netværk ville være for mange.

Et særkende ved netværksgrupperne i PS Landsforening er gruppernes åbenhed samt den uforpligtende kultur. Netværksdeltagerne bestemmer selv, hvor meget samt hvornår de ønsker at gøre brug af netværket. Denne organisering har styrker og svagheder, men evaluators vurderer, at det har en betydelig svaghed i forhold til et udviklingsperspektiv, idet forløbet gentagende gange afbrydes.

I forhold til de diagnosespecifikke netværksgrupper fremhæves det som positivt, men forældrene påpeger dog, at netværksgrupperne kunne bestå af sammenfaldende diagnoser. Forældrene påpeger alle vigtigheden i at opdele grupper efter alder, da alderen i særdeleshed påvirker forældrenes problemstillinger. Evaluator oplever derfor, at ønsket om diagnosespecifikke grupper grundigt opvejes mod andre ønsker, såsom aldersinddelinger, gruppernes åbenhed og geografisk lokalitet.

8. Landsforeningen for Autisme

Projektets navn er "Mød din nabo, lokale netværk for forældre til børn med autisme spektrum forstyrrelser (ASF)"

Projektets budget udgør 900.000 kr.

Projektets ejer er Landsforeningen Autisme, kredsforeningen Østjylland

Målgruppen er forældre til børn i alle aldre med autisme spektrum forstyrrelser (ASF)

Antallet i hver netværksgruppe er 15-20 personer

Omfanget af et forløb udgøres af netværksmøder ca. hver fjerde uge

Antallet af gennemførte forløb er 10

Projektteamet udgøres af projektleder Kirsten Buus. Projektet har siden 2010 været uden netværksleder og har fungeret som et selvkörende netværk.

8.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At give forældre følelsesmæssig støtte, information og praktisk hjælp til at rumme en god hverdag med et barn med ASF.

Forældrenetværket er målrettet forældre til børn med ASF. Projektet har gennemført 10 netværksforløb i henholdsvis Skanderborg, Silkeborg, Syddjurs, Randers, Hedensted og Horsens. Netværksgrupperne har siden 2010 fungeret som selvkörende netværk uden netværksledere. Med undtagelse af én gruppe er netværksgrupperne åbne grupper med uforpligtende mødestruktur, hvor forældre til børn med ASF kan vælge netværket til og fra efter behov.

Projektlederen estimerer, at over 200 forældre har deltaget i netværksgrupperne.

8.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk forankret i Landsforeningen Autisme, kredsforeningen Østjylland. Projektets organisatoriske placering bliver af alle parter fremhævet som en fordel. Projektet har valgt kun at afsætte midler til ansættelse af projektmedarbejdere til og med 2010, hvorefter projektet udelukkende har været drevet af frivillige kræfter. Projektlederen, som er et bestyrelsesmedlem fra Landsforeningen, står for administration samt koordinering, og netværksgrupperne afholder selv netværksmøderne, hvor en af netværksdeltagerne fungerer som tovholder. De selvkörende netværksgrupper har benyttet foreningens faciliteter til netværksmøderne, og netværksgrupperne har en tilknyttet kontaktperson i Kredsforeningen Østjylland. Den organisatoriske forankring bliver fremhævet som en fordel for netværkets virke, da foreningen kan supplere netværkstilbuddet med andre tilbud. Fx tilbød kredsforeningen sommerkursus for hele familien i sommeren 2009

og 2010, hvor flere netværksdeltagere deltog. Disse kurser var ikke en del af netværksprojektet, men blev iværksat efter netværksdeltagernes ønske. Flere netværksdeltagere deltager ligeledes i foredrag afholdt af Landsforeningen Autisme. Projektlederen oplever desuden den organisatoriske placering som en fordel, da Landsforeningen Autisme kan henvise forældre til strukturerede terapeutiske forløb, hvis forældrene ikke er "klar" til netværksgruppernes "hjælp-til-selvhjælp" metode.

Der har været større efterspørgsel efter netværksgrupper end forventet, og Landsforeningen Autisme har derfor udvidet projektet med flere lokale grupper end beskrevet i projektansøgningen. Projektet var oprindeligt målrettet 3 kommuner i Østjylland, men der er startet grupper op i henholdsvis Skanderborg, Silkeborg, Syddjurs, Randers, Hedensted, Silkeborg, Favrskov og Horsens. Projektlederen fremhæver den organisatoriske forankring som en styrke i forhold til rekruttering. Den organisatoriske forankring giver mulighed for at trække på Landsforeningens offentlige samarbejdspartere, hvor relevante offentlige institutioner i lokalområdet henviser forældre til Landsforeningen Autisme. Fx henviser psykiatrisk hospital i Risskov forældre til Landsforeningen når deres børn får en ASF diagnose. Landsforeningen har desuden reklameret for netværksgrupperne på deres hjemmeside og i deres medlemsblad. I selvevalueringen vurderes, at projektet i særdeleshed har rekrutteret netværksdeltagere blandt medlemmer af Landsforeningen for Autisme.

Evaluator kan tilføje, at projektet har formået at rekruttere et højt antal deltagere med en bred sammensætning i forhold til køn, alder på børn samt tidspunkt for deres barn udredelse.

8.1.2 Projektets metoder

De selvkørende netværksgrupper er ikke struktureret som et egentligt netværksforløb. Netværksgrupperne fungerer som en uforpligtende gruppe, hvor ligestillede kan mødes og dele erfaringer. Netværksgrupperne er åbne grupper, hvor der løbende rekrutteres deltagere, og forældre oplever, at der stort set til alle møderne har været nye netværksdeltagere. Netværksgrupperne har grundet det store antal nye deltagere valgt at starte møderne med en præsentationsrunde, hvor deltagerne fortæller om dem selv og deres barn med ASF.

Forældrene fremhæver, at de primært deltager i netværksmøderne for at få et frirum til at snakke om det at have et barn med ASF, og de føler i denne forbindelse ikke at det er nødvendigt med en leder. En forælder fortæller således:

Vi får altid at vide af vores venner som har normale børn, at "I klarer det simpelt hen så godt" og så videre, men her kan vi lufte al det vi tumler med. Vi kender det alle sammen.

Evaluator kan i denne forbindelse tilføje, at de fleste af de interviewede forældre benytter andre tilbud, hvor der er forskellige former for professionel ledelse. Netværksmøderne er karakteriseret ved "løse" samtaler, hvor der er flere samtaler i gang på samme tid. Der er ikke planlagt temaer, men forældrene påpeger, at samtalerne i høj grad omhandler konkrete redskaber til at håndtere pressede situationer samt frustrationer over deres relation til kommunen.

Forældrene fremhæver, at de ikke deltager i netværket for at gennemgå et terapeutisk forløb, men for at erfaringsudveksle med ligestillede. Netværksgruppens størrelse bliver desuden fremhævet som en fordel, da netværket bliver mindre sårbart overfor frafald og

manglende fremmøde. Forældrene oplever dog, at netværkenes størrelse kan være et problem, hvis for mange møder op. Forældrene påpeger ligeledes, at den åbne netværksstruktur kan medvirke til, at netværket går i stå, da de bruger meget tid på præsentationer.

Den uforpligtende netværksstruktur udmønter sig i en lavere fremmødeprocent. Ifølge selvevalueringen er fremmødeprocenten ca 65 %, hvilket er lavt i forhold til andre projekter. Evaluator vurderer, at den manglende netværksledelse og den åbne netværksstruktur medvirker til, at grupperne i højere grad fungerer som "kaffeklubber" end strukturerede netværksforløb. Forældrene er tilfredse med netværksgrupperne, og de bruger netværksmøderne til uformelle snakke. En fare ved selvstyrede netværksgrupper er, at enkelte forældre dominerer samtalerne, og at alle netværksdeltagerne dermed ikke får samme udbytte. Evaluator oplever den åbne netværksstruktur og manglende netværksledelse, som mindre velegnet til at skabe terapeutiske forløb end mindre netværksgrupper med netværksledere.

8.1.3 Udbytte for forældrene

Forældrene oplever, at sygdomsfællesskabet gør det nemmere at få "luft" fra deres tider svære hverdag, og de påpeger alle, at møderne giver dem et større overskud. Forældrene fortæller, at det primære udbytte ved netværksmøderne er, at de kommer af med mange frustrationer. En forælder fortæller således om hans udbytte:

Udvikling er et stort ord at bruge, men jeg kommer af med frustrationer og bliver gladere. Og så kan jeg tænke, det skal nok gå. Jeg ser min hverdag anderledes med mine børn, og så foregår tingene jo i høj grad også anderledes.

Forældrene ligger desuden vægt på erfaringsudvekslingen, som giver dem en større forståelse for deres børns reaktionsmønstre samt konkrete redskaber til at håndtere svære situationer:

Forældre til autister opfinder den dybe tallerken hver dag, og her kan vi bruge hinandens tallerkner.

Det er evaluators vurdering, at netværksgruppernes indhold og udbytte lever op til formålet. Evaluator understreger dog, at netværksgruppernes struktur ikke fordrer et reelt udviklingsforløb hos forældrene, men derimod et frirum til at komme af med frustrationer.

8.1.4 Udbytte for børnene

Forældrene føler alle, at deres deltagelse i netværksgruppen har givet dem kompetencer til at bevare roen, hvilket medvirker til, at der forekommer færre konflikter mellem dem og deres børn. En forælder fortæller det således:

Det giver mig noget. Det giver ro og tro på det er ok, og det smitter af på hvordan jeg tackler ham og hans søskende.

En anden forælder kan mærke, at hun er blevet i bedre humør grundet et større overskud i hverdagen:

Altså gladere mor, gladere børn. Jeg kommer af med noget og får mere overskud og det påvirker med det samme.

Forældrene fortæller desuden, at de har fået konkrete redskaber til at tackle situationer der har været svære samt en større viden om deres børns sygdom, som de bruger i børneopdragelsen:

...ved at jeg bliver mere rolig, han skal jo have forudsigelighed og klar melding osv. Så virker det jo på ham.

8.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Projekt "Mød din nabo, lokale netværk for forældre til børn med autisme spektrum forstyrrelser" er særligt kendetegnet ved, at netværksgrupperne er selvkørende. Evaluator vurderer, at netværkets organisatoriske placering har medvirket til, at grupperne har formået at fortsætte som selvkørende netværksgrupper, da netværksgrupperne har fået tildelt lokaler gennem Landsforeningen Autisme, og forældrene har mulighed for at supplere deres netværksdeltagelse med foredrag mv. Landsforeningen Netværksdeltagerne understreger desuden, at den organisatoriske placering muliggør ansøgning om § 18 midler. Evaluator oplever, at projektets organisatoriske placering og tætte samarbejdspartnere har medvirket til en vellykket rekruttering.

9. Depressionsforeningen

Projektets navn er Psykoedukative Netværksgrupper

Projektets budget udgør 432.000 kr.

Projektets ejer er Depressionsforeningen

Målgruppen er forældre til børn i alle aldre med depression eller bipolar lidelse

Antallet i hver netværksgruppe er 6-8 personer

Omfanget af et forløb udgøres af 10 møder á to timer

Antallet af gennemførte forløb er 4

Projektteamet udgøres af projekt- og netværksleder Krista Straarup samt netværksleder Lisbeht Jørgensen

9.1 Beskrivelse af projektet

Projektets formål er ifølge projektansøgningen:

- At sikre forældre til børn med depression eller bipolarlidelse viden om sygdommene.
- At give forældrene redskaber og støtte til at håndtere de mange svære situationer med deres barn med depression eller bipolar lidelse.

Netværksgrupperne under projekt "Psykoedukative netværksgrupper" består af forældre til børn med depression eller bipolar lidelse. Målgruppen er således afgrænset i forhold til specifikke diagnoser. På trods af, at målgruppen ikke har været afgrænset i forhold til børnenes alder, har grupperne bestået af forældre til børn i alderen 15 – 20 år. Projektlederen har startet netværksgrupper op to gange årligt. Grupperne bliver lukket efter opstart således, at der ikke løbende kommer nye deltagere til.

En af de fire gennemførte netværksgrupper er efter netværksforløbets afslutning fortsat som en selvkørende gruppe.

9.1.1 Organisering og rekruttering

Projektet er organisatorisk placeret hos Depressionsforeningen i Århus. Projektlederen har en central rolle i projektet, da hun både fungerer som projekt- og netværksleder. Projektlederen har haft vanskeligheder ved at finde netværksledere. Det var som udgangspunkt planlagt, at der skulle ansættes flere end to netværksledere, men dette er ikke lykkedes, og der er blandt andet herfor kun blevet gennemført fire ud af de planlagte 15 netværksgrupper. Projektlederen vurderer, at årsagen er et for lille budget til aflønning af professionelle netværksledere. Projektet har endvidere haft rekrutteringsvanskeligheder i forhold til netværksdeltagere, som har medført, at målsætningen om 75 netværksdeltagere ikke er blevet realiseret. Der har i alt været 37 netværksdeltagere fordelt på fire netværksgrupper.

I forhold til rekrutteringen har Depressionsforeningen samarbejdet med Ungdomscentret Århus Kommune. Der har endvidere været annonceret i lokalaviser samt uddelt folde-re til relevante institutioner og fagpersoner, fx på Center for Selvmordsforsøg og hos praktiserende psykiatere. Projektlederen skønner, at det er nødvendigt at skabe en direkte forbindelse til medarbejdere i blandt andet børne- og ungdomspsykiatrien.

Den organisatoriske placering fremhæves omvendt som en indholdsmæssig styrke, da netværksdeltagerne kan supplere netværksforløbet med andre tilbud såsom foredrag og individuelle samtaler med projekt- og netværkslederen. Depressionsforeningen har blandt andet samarbejdet med Psykinfo om tre offentlige foredrag om unge og depression, hvor de to netværksledere, en netværksdeltager samt en af deltagernes børn har holdt foredrag. Den organisatoriske forankring bliver desuden fremhævet i forhold til den netværksgruppe, som har fortsat som en selvkørende gruppe. Den selvkørende gruppe kan trække på den fastansatte projekt- og netværksleder, som følger op på gruppen. Projekt- og netværkslederen påpeger endvidere, at hun gennem Depressionsforeningens erfaringer har hjulpet netværksdeltagere rundt i behandlingssystemet.

På længere sigt vurderer projektlederen, at den organisatoriske forankring kan være en styrke, da Netværkslederne har udarbejdet undervisnings materiale, som de kan uddele til fremtidige selvkørende netværksgrupper.

9.1.2 Projektets metoder

Netværksforløbene er bygget op om psykoedukation, som primært har handlet om børnenes psykiske lidelser. Psykoedukationen har fx omhandlet konkret viden om sygdommen, behandling, sociale støttemuligheder, hvordan man kan reducere den følelsesmæssige byrde samt konkrete redskaber til at håndtere vanskelige situationer. De første seks netværksmøder er struktureret om et fastlagt program, hvor netværkslederne har udvalgt temaer og lavet undervisningsmateriale, som forældrene har fået med hjem. Netværkslederne har endvidere inkluderet eksterne fagpersoner i netværksforløbet, og to af netværksmøderne har været afsat til en socialrådgiver og en psykiater, som har fortalt om mulighederne i det sociale system samt medicineringen af børn med depression og bipolar lidelse. Netværkslederne har på de sidste fire netværksmøder en ad hoc tilgang til temaer og teori, og de ligger ved disse møder større vægt på erfaringsudveksling mellem netværksdeltagerne.

Forældrene udtrykker stor tilfredshed med netværksforløbets strukturering. Forældrene oplever, at netværksforløbet i høj grad har givet dem en bedre forståelse for deres barns sygdom og reaktionsmønstre, men flere nævner, at de gerne ville have haft et større terapeutisk fokus på dem som forældre.

På trods af at netværkslederne har lagt op til, at alle netværksgrupperne skulle fortsætte, som selvkørende grupper efter afsluttet netværksforløb har kun én ud af fire grupper valgt at fortsætte. Netværkslederne vurderer, at årsagen er, at forældrene ikke har overskud til at varetage selvkørende netværksgrupper, samt at forældrene søger viden, som fordrer en professionel netværksleder. Forældrene understøtter dette, men fremhæver endvidere deres sårbarhed som en barriere for selvkørende netværk:

Det her kan ikke køre uden en fagperson, der styrer det. Som forældre har man en tendens til, at når man først kommer til at fortælle, så kan følelserne nemt køre af sporet.

Forældrene fortæller endvidere, at de er blevet opfordret til at mødes udenfor netværkets rammer, men ingen af de interviewede forældre har ønsket dette.

9.1.3 Udbytte for forældrene

Forældrene føler overordnet, at de er blevet klædt bedre på til at håndtere deres forælderrolle. Forældrene fremhæver, at de har fået overskud gennem deres deltagelse i netværksforløbet. En forælder fortæller således om hendes udbytte:

(...) At have et sygt barn i meget lang tid er meget hårdt, og man kører træt. Men den her gruppe gør, at man kan holde fast i nogle ting og tackle hverdagen.

Forældrene tillægger desuden netværket betydning i forhold til deres egen person og situation. Særligt stærkt står oplevelsen af at bryde isolationen og møde andre i samme situation.

9.1.4 Udbytte for børnene

Alle forældrene er ved fokusgruppe interviewet enige om, at deres netværksdeltagelse påvirker deres børn positivt. Forældrene oplever, at relationen til deres børn er blevet mere behagelig og mindre konfliktfyldt efter, at de har fået "luft" fra deres frustrationer og har fået viden om børnenes sygdomme. Forældrene føler, at netværksforløbet har givet dem andre perspektiver på deres børns livssituation, hvilket medfører en større ro, som smitter af på deres relation til det psykisk syge barn. En forælder eksemplificerer, hvordan netværksforløbet har lært ham at give slip og give hans datter plads til at være sig selv:

Jeg har lært at lave aftaler, fx sige "hvornår har du brug for hjælp, er det nu?". Jeg skal ikke gå og banke på døren hele tiden og kvæle hende, så hun føler sig overvåget. Det er at lave overgreb.

I et interview med en 21 årig pige med depression uddybes, hvorledes hendes psykiske sygdom har skabt konflikter i familien. Nanna endte med at flytte hjemmefra på baggrund af hendes dårlige relation til resten af familien. Nanna fortæller, at hun ikke kunne være i samme rum som hendes far, og at hun følte dårlig samvittighed overfor hendes lillebror, som blev fanget i hendes og hendes forældres skænderier. Derfor flyttede hun. Nanna oplever, at hendes forældre er blevet bedre til at forstå hendes sygdom, og at det har påvirket hendes relation til hendes forældre positivt.

Det har været super godt for vores forhold. Jeg tror også, at det har været godt i forhold til min sygdom. Det var også efter, at de startede i den netværksgruppe, at jeg tog mig mod til at fortælle, at jeg var afhængig af hash.

Nanna tillægger endvidere selve handlingen i forældrenes netværksdeltagelse betydning:

Jeg er rigtig glad for, at de har gået derinde. Det viser, at de har interesse for det. Det er rart, at de viser at de gerne vil blive bedre til at forstå mig.

9.2 Særlige læringspunkter fra projektet

Et kendetegn ved "Psykoedukative netværksgrupper" er, at netværkslederne har haft et forholdsvis fast struktureret netværksforløb med et stort fokus på undervisning. Evaluator vurderer, at den fastlagte netværksstruktur med inddragelse af eksterne fagpersoner styrker netværksdeltagernes faglige udbytte...