
RAPPORT

SVENSKA KID'S CLUB

HANDBOK FÖR GRUPPLEDARE

Sandra Graham-Bermann, Åsa Källström, Sabina Gómez Jansson och Sabine Kihlstedt
med översättningshjälp av Ann Margret Forsström och Magnus Nordén



Working Papers and Reports Social work 9 | ÖREBRO 2016



Editors: Anders Bruhn, Åsa Källström

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Förord

Sandra Graham-Bermann, som utvecklat den ursprungliga amerikanska versionen av Kids' Club, vill framföra sitt tack till Department of psychology vid University of Michigan, National injury prevention center, Center for Disease control i Atlanta, Georgia, Office of the vice president for research vid University of Michigan och Junior League i Ann Arbor, Michigan, Susan McGee för att hon skapat en fantastisk och förstklassig resurs som stöder och stärker kvinnor och barn i gruppen och för att hon även gett stöd åt det här projektet, Amy Coha, Liz Cramer, Vicky Fredericks och Dorothy Williams för deras utmärkta arbete med offer för våld i hemmet samt fil dr Vicki Banyard som har fungerat som assisterande ledare i några av Kids' Club-grupperna som beskrivs i handboken.

De svenska författarna vill tacka Länsstyrelsen Värmland som finansierade den första workshopen, och Länsstyrelsen Värmland och Socialstyrelsen som gemensamt finansierade studieresan, Brottsoffermyndigheten och Socialstyrelsen som finansierat utveckling och forskning i Sverige samt de yrkespersoner som ledde Kids' Club-grupper under utvärderingarna 2012–2014 och de barn och mammor som genom sitt deltagande i Kids' Club-grupper och i utvärderingarna gett oss erfarenheter som vi använt i utvecklingen av denna handbok.

Den här handboken beskriver den kulturanpassade versionen som vi kallar Svenska Kids' Club. Kulturanpassningen bygger huvudsakligen på de resultat vi fann i utvärderingarna av metoden i Sverige och som beskrivs i handbokens sista kapitel, men också på erfarenheter från grupper och många samtal med Sandra Graham-Bermann.

Den här handboken är tänkt att tillsammans med utbildningen i metoden utgöra underlag för att leda Svenska Kids' Club-grupper. Vi vill poängtera att för att kunna använda metoden så behöver man även genomgå utbildningen i den. I utbildningen ingår ett tryckt exemplar av denna handbok. Innan man börjar leda grupper baserade på Svenska Kids' Club-metoden för våldsutsatta barn och mammor rekommenderar vi att man dessutom går en utbildning om mäns våld mot kvinnor. Om man som gruppledare har egen erfarenhet av våld i nära relation, så vill vi poängtera att vår erfarenhet visar att det är mycket viktigt att man bearbetat dessa upplevelser i en professionell kontext innan man börjar leda grupper för våldsutsatta barn eller mammor.

Vi rekommenderar också att man innan det första grupptillfället funderar igenom hur man tänker sig utvärdera sitt arbete. Det kan ske i samarbete med universitet eller genom att använda ett formulär för egen utvärdering.

Vi välkomnar nedladdning och läsning av handboken. Inget av innehållet i handledningen får dock kopieras, spridas, bearbetas eller användas utan författarnas skriftliga tillstånd.

//Författarna

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Innehåll

Introduktion	7
Problemets omfattning	7
Hur barn påverkas av våld i hemmet	8
Barns utveckling	9
Hur barn reagerar när de upplever våld i hemmet	11
Våldsutsatta mammors behov	12
– Hur påverkas kvinnor av våld från sin partner?	
Hur påverkas föräldraskapet av våld i nära relationer?	13
Vilka är kvinnorna som beskrivs i handboken?	13
Svenska Kids' Club – grundidéer	14
Kids' Club-metodens syn på våld i nära relationer	14
Att förstå läkningsprocessen efter våld i familjen	17
Betydelsen av socialt stöd för läkning	18
Läkning med hjälp av professionellt stöd	19
Behovet av stöd på gruppnivå	19
Avsikten med och tankarna bakom barngruppernas utformning	20
Särskilt centrala idéer som ligger till grund för Kids' Clubs barngrupper	22
Avsikten med och tankarna bakom mammagruppernas utformning	23
Kulturella övervägningar i stödverksamhet	25
Att leda grupper för våldsutsatta barn och mammor	26
Något att hålla sig i under arbets gång	26
Svenska Kids' Clubs grupper	29
Barngruppen träff 1 – skapa en grupp och ett sammanhang	31
Mammagruppen träff 1 – presentationer, att bli en grupp	34
Barngruppen träff 2 – identifiera känslor	39
Mammagruppen träff 2 – föräldrars rädsla och oro, föräldraskap under stress	41
Barngruppen träff 3 – ansvar för våldet	47
Mammagruppen träff 3 – barns utveckling	49
Barngruppen träff 4 – rädsla och oro, rädsla för våld i familjen	54
Mammagruppen träff 4 – att prata med barn om våld i familjen	56
Barngruppen träff 5 – planera för trygghet och nya sätt att lösa konflikter	60
Mammagruppen träff 5 – uppväxtfamiljen	64
Barngruppen träff 6 – könsroller	66
Mammagruppen träff 6 – aktivt föräldraskap	68

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 7 – vad är bra med familjen	73
Mammagruppen träff 7 – säkerhetsplanering, stöd och resurser i kommunen	74
Barngruppen träff 8 – bra och dåliga sätt att lösa konflikter	79
Mammagruppen träff 8 – stresshantering för mammor och barn.....	81
Barngruppen träff 9 – repetition	89
Mammagruppen träff 9 – mammatid och att ha kul med barnen.....	90
Barngruppen träff 10 – avslutning och att skiljas åt	91
Mammagruppen träff 10 – avslutning och avsked	92
Utvärderingar av Kids' Club	94
Utvärderingar i USA.....	94
Vad barn och mammor varit med om och hur de mådde när de startade Kids' Club	96
Förändring över tid för barn och mammor.....	98
Blir även barnet hjälpt av att mamman får hjälp?	99
Reflektioner från den amerikanska utvärderingen	99
Utvärderingar i Sverige.....	101
Vad barn och mammor varit med om och hur de mådde när de startade Kids' Club	103
Förändringar över tid för barn och mammor	104
Hur Kids' Club-metoden passar olika familjer i Sverige.....	104
Förutsättningarna för att implementera Kids' Club-metoden i Sverige	106
Vad som särskilt uppskattades med metoden: grupper med möjlighet att tala	106
Förutsättningar och utmaningar i implementering av Kids' Club i svenska kommuner	107
Att "få ihop" en grupp.....	108
Reflektioner från de svenska utvärderingarna.....	108
Sandras tankar om rekryteringen av barn och kvinnor till stödprogram efter våld i nära relationer.....	111
Kartläggning av stödresurser	112
Rekryteringsmaterial.....	113
Rekryteringsmetoder	113
Ge något tillbaka till samarbetspartnern.....	114
Säg tack	115
Avslutande tankar.....	115
Åsas, Sabinas och Sabines avslutande tankar om att implementera metoder från USA i Sverige	116
Referenser	119

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Introduktion

Välkommen till handboken för gruppleddare för Svenska Kids' Club. Introduktionen innehåller en kort beskrivning av vad vi lärt oss de senaste decennierna om vad våld mellan föräldrarna innebär för barn och mammor och forskning om och definitioner av våld i nära relationer. Här behandlas också vissa frågor som särskilt gäller hur föräldrar vars barn drabbas av våld i nära relationer bör agera. I introduktionen går vi dessutom igenom de teoretiska fundament som Kids' Club-metoden vilar på. Teorigenomgången behövs för att få perspektiv på Kids' Club-metoden. Läkningssprocessen diskuteras och användningen av en egenmakts- och gruppterapimodell förklaras. Därefter diskuteras vi gruppprocesser och sedan beskrivs de olika gruppträffarna. Handboken innehåller med andra ord anvisningar för hur gruppträffarna genomförs. Därefter presenteras resultat från utvärderingar av metoden. De sista kapitlen innehåller funderingar kring programmet, utvärderingen av det och den process där familjer rekryteras för att starta upp programmet på orten och börja hjälpa våldsutsatta. Handboken avslutas alltså i princip med en diskussion om vad erfarenheten lärt oss. Ytterligare information om utvärderingarna, vad som krävs för att inrätta programmet och ytterligare resurser finns i dvd-kursens sex avsnitt. (Vill du veta mer? Skicka ett mejl på engelska till sandragb@umich.edu eller på svenska till sabina.gomezjansson@kristinehamn.se, sabine.kihlstedt@karlstad.se eller asa.kallstrom@oru.se.)

Sverige antog tidigt en lagstiftning för att skydda barn från våld (Amnesty International 2004) och har uppmärksammat sitt jämställdhetsarbete (FN:s Human Development Reports 2013). Det är dock inte kriminaliserat att utsätta barn för upplevelsen att leva med våld mellan föräldrar, även om barnen är berättigade till brottsskadeersättning och stöd från socialtjänsten (5 kap 11 § SoL Lag 2012:776). Barn som bevittnat fysiskt och/eller känslomässigt våld mot sin mamma betraktas därmed som brottsoffer.

Problemets omfattning

Våld i den nära relationen är en vanlig och potentiellt traumatisk företeelse för kvinnor världen över. Våld i nära relationer kan bestå av fysiskt våld som knuffar, sparkar och slag och/eller olika former av sexuella, psykiska och materiella övergrepp eller hot. De psykiska övergreppen upplevs av många som svårast att hantera känslomässigt. Syftet med våld är att utöva makt och kontroll genom att skada och skrämja. Våld i nära relationer tenderar att utövas under längre perioder (men kan även ske vid ett enskilt våldstillfälle) och att öka i intensitet med tiden (Nationellt Centrum för Kvinnofrid 2014).

I USA uppgår 24 % av kvinnorna att de utsatts för grovt våld av en partner någon gång under livet. En tredjedel av kvinnorna uppgår att de utsatts för mildt våld (amerikanska folkhälsomyndigheten CDC 2010). Grovt våld i familjen kan handla om till exempel slag, brännskador och stryptag. Mildt våld i familjen kan innebära knuffar, puffar och örfilar (CDC 2012).

I Sverige anmäldes år 2004 totalt 23 000 misshandelsbrott mot kvinnor. Av dessa handlade hälften om våld utfört av en man som kvinnan lever eller har levt tillsammans med (Brå 2006). Studien *Våld och hälsa – En befolkningsundersökning om kvinnors och mäns våldsutsatthet samt kopplingen till hälsa* (Nationellt Centrum för Kvinnofrid 2014) visar att 14 % av kvinnorna och 5 % av männen någon gång efter 18 års ålder utsatts för fysiskt våld eller hot om det i en nuvarande eller tidigare parrelation. Av kvinnorna uppgav 20 % och av männen

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

8 % att de utsatts för upprepat och systematiskt psykiskt våld av nuvarande eller en tidigare partner. Studien visar också att cirka 7 % av kvinnorna och 1 % av männen blivit utsatta för sexuellt våld av nuvarande eller en tidigare partner som vuxen. Studier har också funnit att mellan ca 5 och 12 % av barn i Sverige någon gång upplevt fysiskt våld mellan föräldrarna (Annerbäck m.fl. 2012, Cater m.fl. 2015, Janson m.fl. 2011). Våld mellan de vuxna i hemmet är en allvarlig riskfaktor för kroppslig bestraffning av barn (Annerbäck m.fl. 2012, Janson m.fl. 2011).

I USA uppskattas våld i familjen kosta kvinnorna och samhället över 8 miljarder USD i lönebortfall och vård av psykiska och fysiska skador (CDC 2003, Max m.fl. 2004). I Sverige uppskattas mäns våld mot kvinnor i nära relationer kosta samhället runt tre miljarder kronor årligen, varav ca 30 miljoner för sjukvård, över 1 miljard för rättsväsendet, runt 1 miljard för socialtjänsten och ca 700 miljoner kronor för produktionsbortfall. Till detta kommer kostnader för tandvård, läkemedel, barnens skador, smärta och lidande och kostnaderna för psykiatrisk vård, vilka torde vara omfattande med tanke på våldets konsekvenser (Socialstyrelsen 2006).

I denna handbok används begreppet *våld i nära relationer*. Ibland används *våld i familjen* och *våld i hemmet* för att beteckna samma sak. Det vi första hand avser är mammors utsatthet för mäns våld. Skälet är att även om kvinnor också ibland utövar verbalt eller fysiskt våld mot män, så tenderar mäns våld mot kvinnor nämligen att vara grövre och oftare upprepat och pappors våld mot mammor riskerar att påverka barn mest negativt (Brå 2009, Miller m.fl. 2014).

Hur barn påverkas av våld i hemmet

I en svensk studie hade drygt 11 % av alla vuxna deltagare som barn bevittnat fysiskt våld mellan föräldrarna (Cater m.fl. 2015). Drygt 28 % uppgav att de bevittnat andra kränkande handlingar eller konflikter såsom hot eller verbala övergrepp mellan föräldrarna under barndomen. Dessa resultat visar att det är stor skillnad mellan att definiera barndomsupplevelser av föräldrarnas "våld" som endast fysiska handlingar och att även inkludera föräldrars verbala eller psykologiska konflikter. Sverige verkar den största delen av det bevittnade våldet och konflikterna mellan föräldrar var dubbelriktat (71 %) (Miller m.fl. 2014), medan man i exempelvis USA oftare ser enkelriktade mönster där våld utövas av män mot kvinnor (Weston m.fl. 2005).

Forskning har visat att barn reagerar olika på våld, en del uppvisar allvarliga psykologiska störningar och posttraumatiska stressymtom medan andra kan vara motståndskraftiga och inte påverkas av de traumatiska upplevelsorna (t.ex. Jaffe m.fl. 1990). Vi vet också att barn som sett sin mamma bli misshandlad löper större risk att utveckla problem än barn som inte bevittnat det, trots att de flesta barn märker när våld förekommer i familjen. Under den här processen kan barn utveckla en speciell inställning till våld och lära sig hur maktstrukturen fungerar i ett förhållande. Om dessa barn inte får hjälp finns det risk att de för över sina erfarenheter till nästa generation. Barn brukar också lägga skulden på sig själva för våldet inom familjen, vilket givetvis är fullkomligt fel. Men de har ofta små möjligheter att prata om denna missuppfattning, oron och rädslan, eller att skaffa sig mer information.

"Fenomenet barn som bevittnar våld är ett vitt begrepp som omfattar allt från att höra det från sovrummet till att tvingas se på när mamma blir misshandlad av pappa för att de ska lära sig vara rädda och vem som har makten" (Jaffe m.fl. 1990, sid 17). Flera intervjuer med barn

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

som har upplevt våld mot sin mamma visar att mer än hälften av barnen minns i detalj hur det gick till åtminstone en gång när det uppstod våldsamheter mellan föräldrarna. Barn tror ofta att de delvis har skulden till konflikten mellan föräldrarna. Gräl om barnuppföstran slutar ofta med våld, så därför är det inte så underligt att barn tror att om de bara var perfekta, eller om de bara inte hade funnits, så skulle allt vara bra mellan föräldrarna. När barn växer upp har de mycket bättre förmåga att ta till sig alternativa förklaringar till sådant som händer i omgivningen. Men eftersom den våldsutövande pappan oftast under lång tid har kontrollerat och dominerat familjemedlemmarna, har sannolikt tonåringar upplevt våldet under flera år. Följaktligen händer det att även äldre barn i viss utsträckning kan ta på sig skulden för våldet i familjen. Barn med dessa erfarenheter räknar också med att det ska hända igen eftersom de oroar sig mycket mer för sina föräldrars beteende än vad barn gör i familjer där det inte förekommer våld.

En svensk studie har funnit att 63 % av barnen som kommit till olika verksamheter efter att ha upplevt våld mot mamma hade symptom på psykisk ohälsa över det kliniska gränsvärdet, i jämförelse med 'barn i allmänhet' hade barnen betydligt högre nivåer av posttraumatisk stress och högre känslomässig reaktivitet medan deras förmåga att reglera känslor av ilska, rädsla och ledsnad låg lägre (Broberg m.fl. 2011). En annan studie fann att majoriteten (72 %) av de barn som kom till sekundärpreventiva verksamheter hade kliniska symptomnivåer enligt föräldrarnas skattningar och nästan tre fjärdedelar (72 %) av barnen skattade att de hade traumasymtom som låg på eller över det kliniska gränsvärdet.

Barns utveckling

I det här avsnittet beskrivs utmärkande kognitiva och psykologiska drag hos barn i de åldrar som programmet riktar sig till och därefter relateras de till barnens uppfattning om våld i hemmet.¹ Eftersom barn i den här åldersgruppen befinner sig i många skilda utvecklingsstadier och faser, blir åtgärdsstrategierna effektivare om gruppledarna har förståelse för barnens individuella problem och förmåga.

Kognitiv utveckling

De flesta barn mellan sju och elva års ålder klarar av att tänka på en nivå som Jean Piaget (1958) beskrev som *konkret operationell*. Under den perioden utvecklar barn en känsla av *relativism* snarare än egocentrism som kännetecknar det förra stadiet. D v s, de förstår att en och samma person kan reagera med olika känslor på olika situationer eller händelser. Ett annat utmärkande kognitivt drag som utvecklas under den här perioden är förmågan att tänka *reversibelt*, d.v.s. att utföra en tanke i omvänd ordning. När det gäller att förstå våld i hemmet kan barnet under den här perioden föreställa sig olika orsaker till våldet. Barnet kan i synnerhet förstå att orsaken till våldet inte har med henne eller honom att göra. Det kan också gestalta eller föreställa sig andra möjligheter eller resultat av konflikter mellan föräldrarna.

Nästa stadium, det *formellt operationella*, inträffar mellan tolv och fjorton års ålder. Det är det mest avancerade tänkandet och kännetecknas av förmåga att både resonera *kontrafaktiskt* och använda hypotetiska antaganden under problemlösning. En stor skillnad mellan det här stadiet och det förra är att de som tänker konkret operationellt kan hålla fast vid idéer som de

¹ Denna text är från den amerikanska manualen som huvudsakligen skrevs på 1990-talet och kunskapen kan i vissa avseenden ha utvecklats sedan dess. ha utvecklats sedan dess.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

snarare har skapat sig med tiden och av erfarenhet än att skaffa sig ett nytt tankesätt genom att resonera logiskt. Följaktligen bör gruppledarna försöka få barnen att släppa negativa och stereotypa tankesätt och felaktiga förväntningar på familj och könsroller och koncentrera sig på experimentella övningar, som de som beskrivs i handboken för barnen i Kids' Club-grupperna, eftersom de för det mesta fortfarande använder sig av operationellt tänkande. Metoder som rollspel eller spel med figurer anses fungera bättre när det gäller att förändra barns förståelse av våld i hemmet än metoder där man använder sig av lärande, samtal eller bara resonemang.

Psykosocial utveckling

Erik Erikson beskrev (1950) barnets sociala utveckling i termer av hur bra det löser konflikter mellan jaget och samhället. Den centrala konflikten i mitten av barndomen (7 - till puberteten) kallade han *arbetsflit kontra underläghetskänslor*. Under detta stadium jämför barnet sin förmåga med jämnårigas. Om jämförelsen utfaller till belåtenhet utvecklar barnet en känsla av produktivitet, flit och kompetens. Men om barnet upplever att det inte är lika duktigt som andra i samma ålder, kan det känna sig underlägset och få problem med att klara nya situationer, utmaningar och relationer till andra.

Under förpuberteten börjar barnet också jobba med att skaffa sig en *stabil identitet*. Den är avhängig av hur det enskilda barnet reagerar på våld i familjen. Typiska reaktioner är t.ex. att barnet antingen blir passivt eller identifierar sig för mycket med den våldsamma föräldern och själv blir aggressivt. I båda fallen skapar barnet sin identitet som en försvarsreaktion på föräldravåldet och kan följaktligen inte lära sig att förhålla sig till omvärlden på ett flexibelt sätt.

Barn i familjer där det förekommer våld försöker antingen ta avstånd från de vuxnas aggressiva beteende eller lägga sig till med detta beteende. Båda förhållningssätten är problematiska. För de flesta prepubertala barn innebär dessa motstridiga förebilder, som både är älskade och fruktade, beundrade och föraktade, att de får svårt att utveckla sin personlighet på ett tryggt sätt.

I den här åldern får dessutom barn en känsla för vad som är rätt och fel och vad andra förväntar sig av dem. När deras samvete, eller för att använda Freuds term, deras överjag, utvecklas lär de sig principerna för rättvisa. Barn som har upplevt att någon blir utsatt för extrema bestraffningar och våldshandlingar efter att ha begått mindre förseelser eller överträdelser kan bli alltför stränga mot sig själva och känna sig otillräckliga och/eller tycka illa om sig själva. D.v.s. de riskerar att få dålig självkänsla och känna sig underlägsna.

Men det finns även en positiv sida av problemet, många av de här barnen har mammor som går med i stödgrupper eller avlägsnar sig från våldet genom att separera och ta ut skilsmässa. En del pappor deltar framgångsrikt i grupper som arbetar mot våld i familjen, men det är viktigt att komma ihåg att en sådan verksamhet måste pågå i minst ett år för att få önskat resultat men trots det är det tyvärr få som lyckas. En del barn har alltså upplevt en lösning på misshandeln och varit med om att den ena föräldern tar ansvar för barnets väl och ve. Andra barn i våldsdrabbade familjer kan ha omfattande kontakt med positiva manliga förebilder, t.ex. far- eller morfäder eller lärare, som fungerar som alternativ. Barn med större socialt nätverk kan få ett välbehövligt stöd av vänner, eller t.ex. präster eller fritidsledare.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Hur barn reagerar när de upplever våld i hemmet

Förutom fysiska skador och övergrepp löper våldsutsatta barn särskilt stor risk att drabbas av psykiska störningar, till exempel aggressions-, ångest- och depressionssymtom, symtom på PTS, rädsla och oro (t.ex. Graham-Bermann m.fl. 2009, Holt m.fl. 2008). Barn som utsatts för våld i hemmet uppvisar ofta symtom på traumatisk stress (Graham-Bermann m.fl. 2006, Graham-Bermann m.fl. 2008), vilket leder till kognitiva svårigheter och lägre IQ (Graham-Bermann m.fl. 2009). Även i vuxen ålder är sådana problem vanligare bland personer som upplevde föräldrarnas våld som barn än bland andra (Cater m.fl. 2015).

Barn som upplever våld inom familjen kan känna sig hjälplösa eller odugliga medan våldet pågår. De kan antingen tro att de själva är orsak till våldshandlingarna eller få dåligt samvete för att de inte skyddar sin mamma. Många av dessa barn känner sig underlägsna eftersom de bär på en fruktansvärd familjehemlighet – som de inte kan berätta om för sina vänner. En del undviker eller drar sig undan sociala kontakter. Andra barn kan bete sig aggressivt mot jämnåriga och det får till följd att andra avvisar eller drar sig undan dem (Graham-Bermann & Levendosky 1998). Barn får dessutom ofta problem med de motstridiga känslorna inför föräldrarnas roll i det våldsamma beteendet. En del barn känner att de måste skydda sin mamma från våldet trots att de är små, men deras försök misslyckas. Barn som försöker skydda mamman riskerar också att själva bli misshandlade. Andra barn kan identifiera sig med mammans misshandlande partner och tro på mannen när han påstår att kvinnan förtjänar att få stryk. Forskning om män som utövar våld har i själva verket visat att när mannen får barnen med på sin sida är det ytterligare ett sätt för honom att försöka kontrollera och skada kvinnan. Barn som lever i en sådan här situation är ofta mycket arga på sin mamma för att hon inte lyder mannen för att slippa bli misshandlad. Ibland kan inte barn, i synnerhet inte tonåringar, förstå varför mamman stannar kvar i den våldsamma familjesituationen. Dessa barn förstår inte hur makt och kontroll fungerar och kan dessutom ha mycket lite medlidande med mamman.

Även när barnen är arga på pappan för att han betar sig illa, har de flesta en ambivalent inställning till denna person som är så viktig i deras liv. Barn med föräldrar som skiljer sig på grund av misshandelsproblematik kan ändå sakna sin pappa. Förlusten kan bli ännu värre när barnen och mamman tvingas lämna hemmet och flytta in i ett skyddat boende (Graham-Bermann 1998). En annan viktig faktor som försvårar livet för barnen är att en skilsmässa eller separation kan medföra försämrad ekonomi för kvinnor med minderåriga barn medan männen får det bättre ställt.

Svensk forskning visar också att det finns samband mellan barndomsupplevelser av våld och konflikter mellan föräldrar och de svarandes situation i dag som vuxna, inte minst psykisk ohälsa, såsom PTS, ångest och depression (Cater m.fl. 2015). Den psykiska hälsan påverkas mer negativt i takt med att våldsexponeringen blir mer omfattande.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Våldsutsatta mammors behov

– Hur påverkas kvinnor av våld från sin partner?

Kvinnor som utsätts för våld i familjen riskerar att drabbas av kroppsskador, hälsoproblem, depression, ångest och traumatisk stress (Graham-Bermann m.fl. 2011). Beteckningen post-traumatiskt stressyndrom (PTSD) är en psykiatrisk diagnos som omfattar beteenden som är påvisbara minst sex månader efter att den drabbade bevittnat eller upplevt extremt plågsamma händelser. Diagnosen PTSD (ibland försvenskat till PTSS i stället för det internationella PTSD) användes ursprungligen för att beskriva soldaters reaktioner på krigets fasor. Senare användes den för att beskriva vuxnas och barns reaktioner på händelser utanför den normala mänskliga upplevelsesfären. Idag tillämpas PTSD-diagnosen på våldsutsatta kvinnor och barn som ser sina mammor utsättas för övergrepp (Graham-Bermann & Levendosky 1996, Graham-Bermann m.fl. 2011, 2012). Kriterier på PTSD är bl.a. extrem upprördhet över händelsen, invaderande och oönskad återupplevelse av händelsen, undvikande av människor eller platser som förknippas med händelsen, och fysiska reaktioner på minnet av händelsen. Beteendereaktioner måste vara kopplade till den konkreta traumatiserande händelsen och inte uppträda som allmänna symtom. Studier visar att många våldsutsatta kvinnor har symtom på traumatisk stress, i synnerhet om de utsatts för andra traumatiska händelser i sina liv (Graham-Bermann m.fl. 2012).

Bland kvinnor i Sverige utsatta för allvarligt våld visar mer än var fjärde tecken på PTSD-symtom och var femte uppgav symtom som tyder på depression. Detta innebär att PTSD-symtom var tre till fyra gånger vanligare hos den utsatta gruppen jämfört med kvinnor som inte var utsatta och depression dubbelt så vanligt (Nationellt Centrum för Kvinnofrid 2014). Av kvinnor som utsatts för våld upplevdes fysisk ohälsa av en fjärdedel, och betydande psykosomatiska symtom av en femtedel, vilket är ungefär dubbelt respektive tredubbelt så vanligt som hos icke utsatta kvinnor (Nationellt Centrum för Kvinnofrid 2014). I Sverige visade en studie av 559 våldsutsatta kvinnor av Tengström och Scheffer Lindgren (2011) att flertalet av kvinnorna hade varit utsatta för grovt våld. Detta märktes tydligast bland kvinnorna i det skyddade boendet, där även förekomsten av skador till följd av våldet var vanligast förekommande. Kvinnorna hade i genomsnitt sämre psykosocial hälsa än individer i allmänbefolkningen. Närmare tre fjärdedelar av kvinnorna uppvisade betydande svårigheter. Utan psykologisk eller medicinsk behandling kan problemen bestå även efter att kvinnan lämnat våldsrelationen (Zlotnick m.fl. 2006). PTSD och depression kan dessutom få kaskadeffekter, eftersom de ökar risken att den våldsutsatta kvinnan hamnar i en våldsrelation igen och drabbas av allvarliga hälsoproblem (Iverson m.fl. 2011).

Utöver de mentala hälsoriskerna har våldsutsatta kvinnor också många andra problem. De flesta våldsutsatta kvinnor är till exempel mammor som med största sannolikhet har barn som även de påverkas av att bo i ett hem som präglas av våld i familjen (se Graham-Bermann & Levendosky 2011, för ytterligare information). I Sverige är ensamstående småbarnsmammor en särskilt utsatt grupp. År 2003 uppgav ca 15 % av dessa kvinnor i hela landet att de utsatts för någon typ av våld eller hot i bostaden under en ettårsperiod (SCB 2004). Det är dessutom troligt att de inte har tillgång till stöd. Kanske finns ekonomiska och juridiska hinder för att lämna våldsutövaren. Många mammor har heller inte råd att gå i en relativt dyr individualterapi. De måste med andra ord ta sig över en del praktiska hinder som traditionellt gör det svårt för kvinnor att vårda sin psykiska hälsa. Kids' Clubs mammagrupp är skräddarsytt för att ge kvinnor tillgång till ett verktyg de har råd med som hjälper dem att ta itu med effekterna av det våld i familjen de utsatts för och vårda sin mentala hälsa.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Hur påverkas föräldraskapet av våld i nära relationer?

Forskning har visat att våldsutsatta kvinnor upplever mer föräldrastress och att föräldraskapet ibland ifrågasätts i hem med våld i nära relationer (Levendosky & Graham-Bermann 2000).

Kvinnors föräldraskap påverkas också när barnen reagerar på den våldsamma hemmiljön. Barnens fysiska skador, symtom på ångest, depression och PTS, rädsla, oro och kognitiva svårigheter ställer särskilda krav på deras mammors föräldraförmåga. De barn som identifierar sig med mammans våldsutövande partner, tror att mamman förtjänar att utsättas för våld och har utvecklat aggressiva beteenden mot henne och/eller andra eller är arga på sin mamma för att hon inte lyder mannen för att slippa bli misshandlad, kan ställa mycket höga och specifika krav på föräldraskapet. Också att hantera att barnen tror att de måste skydda sin mamma kan vara särskilt svårt för mammor att hantera.

Eftersom föräldrars värme verkar spela en viktig roll för att våldsutsatta barn ska utvecklas väl (Miller m.fl. 2016), är det viktigt att hjälpa dessa kvinnor att återupprätta ett fungerande föräldraskap som motsvarar de behov som deras barn behöver.

Vilka är kvinnorna som beskrivs i handboken?

Till varje träff i handboken finns det en processanteckning som beskriver de upplevelser och problem som diskuterats av en grupp kvinnor som deltagit i Kids' Clubs mammagrupp i USA. Men av hänsyn till sekretessen är de sex kvinnorna i processanteckningarna en blandning av kvinnor som faktiskt deltagit i programmet de senaste 22 åren. Kvinnorna som beskrivs här är alltså representativa för kvinnor som deltagit i Kids' Clubs mammagrupp vad gäller etnicitet, utbildningsnivå, inkomst, våldshistoria och aktuella problem. Men exemplen gäller inte någon särskild eller verklig person. Samtliga kvinnor har gett sitt skriftliga samtycke till att delta i programutvärderingen där det uttryckligen sägs att resultaten kommer att användas i utbildningssyfte och publiceras i textform utan att någon individ utpekats eller kan identifieras. Allt har gjorts för att värna sekretessen för tidigare programdeltagare och skydda deras identitet och rättigheter.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Svenska Kids' Club – grundidéer

Kids' Club-programmet vilar på en filosofi som grundas på att alla barn har rätt till en trygg och stödjande hemmiljö för att kunna växa och utvecklas. Barn behöver stabilitet, föräldrar som uppfostrar dem och förnuftiga regler inom familjen. De behöver också få möjlighet att göra misstag och att lära sig av dem, utan att straffas eller utsättas för orimliga krav. Dessutom ska barn inte bli misshandlade eller vara med om när deras mamma blir det. När en familjemedlem utsätter barn för sådana skadliga handlingar, behöver de stöd och förståelse och möjlighet att få bena ut dessa smärtsamma och svåra upplevelser. Det gäller i synnerhet barn som upplevt våld i hemmet. Dessa barn avskärmar sig ofta från sina jämnåriga eftersom de försöker dölja sina erfarenheter för dem. Följaktligen är dessa barn inte bara mycket oroliga för när nästa våldsamma incident ska inträffa, utan de vågar heller inte låta andra barn få veta för mycket om dem, för att inte den hemska familjehemligheten ska bli avslöjad.

Kids' Club är utformat till att skapa en trygg plats för barnen där de kan identifiera sig och utforska sina reaktioner på våldet i familjen. Barn kan lyckas med det i en miljö där de får stöd och träffar jämnåriga med liknande erfarenheter. När barnen upplever att någon delar och bekräftar deras oro och bekymmer kan de få hjälp på annat sätt än under individuell terapi eller när hela familjen behandlas samtidigt. Följaktligen bygger projektet på att kliniskt utbildade gruppleadare ger barnen stöd och lär dem nya metoder att hantera negativa känslor och sociala konflikter som deras egen familj inte har kunnat lära dem. Alla i gruppen kan hjälpa till att på sitt sätt stödja varandra så att de förstår att det finns fler som har en svår familjesituation.

Kids' Club-metodens syn på våld i nära relationer

Teorierna som utvecklats för att förklara kvinnors beteende i en våldsrelation handlar om attityder, uppfattningar och åsikter som kan få konsekvenser för de kvinnor och barn som de vill hjälpa.

Våld är smärtsamt, destruktivt, oönskat och inget som de utsatta välkomnar (Stark & Flitcraft 1996). Studier där våldsutsatta kvinnor jämförts med icke-våldsutsatta har visat att misshandlade kvinnor inte skiljer sig på något väsentligt sätt från kvinnor som aldrig utsatts för våld i familjen. I stället visar forskningen att våldsutsatta kvinnor mer sannolikt lever enligt traditionella könsroller, har bättre verklighetsuppfattning än sin våldsamma partner och är bra på att hantera motgångar (Finn 1985). Vissa feministiska teoretiker hävdar att våld i nära relationer bara är ett av många sätt som kvinnor kontrolleras av män i vårt samhälle (t.ex. Yllö 2005). Strategin att "skylla allt på kvinnan" bortser från samhällets värderingar, som förstärker mannens privilegier och stödjer kvinnans underordning. Strategin med den dysfunktionella kvinnan tilltalar många läkare och vårdgivare eftersom den passar socialtjänstens och vårdens stöd- och behandlingsmodeller för hjälp till våldsutsatta kvinnor. Faktum är att en del välmenande skyddsboenden, kliniker, vårdinrättningar och sociala myndigheter tenderar att lägga ansvaret för kvinnans problem på henne själv, och de riktar alltså in sig på *hennes* beteende och ställer henne till svars om hon inte lämnar sin våldsamma partner. I Kids' Club vill vi motverka samhällelig orättvisa och stödja och stärka våldsutsatta kvinnor så att de får lättare att orientera sig i systemet. Det handlar bland annat

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

om att få tillgång till den hjälp och de tjänster de behöver och positivt stöd från kvinnor med liknande erfarenheter.

Det är viktigt att skilja mellan mäns våld mot kvinnor å ena sidan och övergrepp som konfliktlösning å den andra. I viss forskning om våldsutsatta kvinnor beskrivs fysiska övergrepp som en av flera konfliktmetoder i det ständiga våld som en partner använder för att lösa menings-skiljaktigheter i relationen (Margolin 1998). Men den sortens resonemang bortser från våldets kontrollerande avsikt och tilltagande styrka. Vad som saknas här är det faktum att övergrepp mot kvinnor av deras partner följer ett mönster med upprepade skador och upptrappning över tid (Stark & Flitcraft 1996). Självmord, depression och substansmissbruk är dessutom vanligare hos våldsutsatta kvinnor än hos kvinnor eller män som angrips av främlingar (t.ex. Stark & Flitcraft 1991). Stark och Flitcraft (1996) har visat att det är mer sannolikt att våldsutsatta kvinnor utvecklar problem – t.ex. alkoholism eller mentala hälsoproblem – efter att de utsatts för våld, och att våldsutsatta kvinnor kommer från den "normala" befolkningen av kvinnor vad gäller förekomsten av substansmissbruk, självmord och psykiatrisk vård. Deras problem är alltså en följd av våldet. Feministiska teoretiker poängterar att de som arbetar professionellt med att behandla enbart kvinnans problem utan att ta itu med våldet som ett övergripande samhällsproblem bidrar till att befästa systemet. Feministerna understryker att våldsutsatta kvinnors problem bäst kan behandlas genom att våldet stoppas på alla samhällsnivåer och genom att våldsutövaren – och inte kvinnan – ställs till svars för våldet och dess följder.

Lenore Walker beskrev den psykologiska teorin om inlärd hjälplöshet redan 1979. Hon ville visa hur våld påverkar kvinnans förmåga att lämna relationen och förklara hennes depressionstillstånd. Walkers teori framhöll att den depression som våldsutsatta drabbas av som en reaktion på ständiga övergrepp och tvång gjorde dem beroende, sårbara för framtida övergrepp och kraftlösa så att de inte orkade göra något åt sin situation. Teorin fokuserar mer på hur många och grova övergreppen är och kvinnans psykiska hälsoproblem, mindre på hennes starka sidor och hennes historik av att söka hjälp. I studier av förövares personligheter fann Gondolph (1990) dessutom att det var förövarna, inte de våldsutsatta kvinnorna, som mest sannolikt var både dåliga på att kommunicera och beroende av andra.

Men teorin om våldscykeln blandar ihop våldshandlingen med kvinnans reaktion på den och bidrar därför till att hålla liv i myten om att utsatta är medskyldiga till situationen. Teorin bortser från den struktur av tvång och kontroll som förövaren använder för att hålla kvar kvinnan, vars handlingsfrihet ofta starkt begränsats. Den ignorerar också den mycket aktiva inställningen hos alla de kvinnor som upprepade gånger försökt lämna sina våldsrelationer och kämpar för att få hjälp från ett inte sällan verkningslöst och ineffektivt system (Okun 1986). Avslutningsvis beskriver den inte den majoritet av utsatta som faktiskt lämnar sin våldsamma partner för alltid. Det kan krävas mer än ett försök för att permanent bryta upp från en förövare. Och utsatta kan löpa större risk att skadas eller mördas när de verkligen försöker bryta upp. Men de flesta kvinnor lyckas faktiskt lämna den person som misshandlat dem (Campbell 1995).

Kids' Club går rakt på makt- och kontrollsidorna hos våld i nära relationer.

Straus och hans kollegor studerade användningen av fysiskt våld och konfliktmetoder i ett representativt urval av 2 143 amerikanska familjer. De tittade på antalet för tillfället våldsamma män och deras historia av våld och våldsutsatthet som barn och drog slutsatsen

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

att "hustrumisshandlande män kommer från våldsamma familjer" (Straus 1983, sid 216). De fann bevis för samband mellan olika former av våld i familjen. Till exempel fann de att våldsutsatta kvinnor oftare misshandlade sina barn än icke våldsutsatta kvinnor (Straus m.fl. 1980). I samma studie skilde de mellan "vanligt" våld (t.ex. bestraffningar) i familjen och våld som var fientligt och aggressivt. Författarna hävdade att barn som utsatts för fientlig aggressivitet med större sannolikhet blev våldsamma som vuxna än barn som upplevt "vanligt" våld. De menar alltså att våldsinläring under barndomen vidarebefordras till nästa generation som socialt nedärvda metoder för konfliktlösning i vuxenrelationer.

Senare forskning har visat att våld mot kvinnor skiljer sig väsentligt från andra former av schismer i äktenskap och relationer, eftersom det alltid sker i samband med att våldsutövaren försöker skrämma och kontrollera kvinnan (Jones & Schechter 1992, Stark 1992). I själva verket är psykiska kränkningar betydligt vanligare än milda och grova våldshändelser av olika slag (Graham-Bermann m.fl. 2007, McDonald m.fl. 2006).

Teorin om våldsmönstrens sociala arv kan också kritiseras genom en omtolkning av Straus' data. Istället för att hävda att barn som utsatts för våld i nära relationer sannolikt utvecklas till våldsamma partners kan man framhålla det faktum att runt 90 % av barn från våldsamma hem inte misshandlar sin partner som vuxna. Att frekvensen av socialt nedärvt våld varierar så mycket i olika studier beror faktiskt bland annat på att man tillämpar olika metoder. I studier där man frågar män som idag är förövare om de upplevt våld i hemmet under uppväxten är frekvensen ca 60 %. Men prospektiva studier som följer en grupp barn som är utsatta för våld i hemmet visar att endast 10–20 % senare blir våldsamma i nära relationer. Avslutningsvis tar teorin ingen hänsyn till samhället i övrigt. Den bortser från kvinnans försök att lämna en våldsrelation och räknar inte heller med de institutionella systemens roll i bevarandet av status quo och därmed också kvinnans problem.

Flera forskare har förklarat det skenbart ologiska beteendet hos våldsutsatta kvinnor – t.ex. att stanna kvar i en osund och livsfarlig relation – som ett uttryck för Stockholmssyndromet (Graham m.fl. 1988, Graham & Rawlings 1991). Teorin har sitt ursprung i iakttagelser som gjordes om en grupp människor som hölls gisslan i samband med det s.k. Norrmalmstorgsdramat efter ett rån försök mot en bank på Norrmalmstorg i Stockholm 1973. I princip är tanken att det märkliga beteendet hos gisslan – både under och efter dramat – visade att de identifierat sig med rånarna och tagit avstånd från den utifrån kommande hjälpinsatsen i ett försök att rädda sina egna liv. Rånarna hotade gisslan till livet upprepade gånger och gisslan inriktade sig på att rädda livet på sina kidnappare. Polisens försök att få gisslan att lämna bankbyggnaden eller handla emot rånarna var helt verkningslösa, eftersom gisslan tyckte sig ha störst chans att överleva om de samarbetade med rånarna, inte polisen. Den kraftiga identifieringen med rånarna fortsatte också efter att polisen räddat gisslan. Flera i gisslan vägrade senare att vittna mot kidnapparna och en av dem inledde ett förhållande med den ena rånaren när han satt i fängelse.

Graham med kollegor (1988) har myntat ordet Stockholmssyndromet för att beteckna denna identifiering med en förövare i samband med livsfara. De hävdar att våldsutsatta kvinnor som är hotade till livet för att maximera sina överlevnadschanser riktar all sin kraft och uppmärksamhet på förövaren. De sätter alltså våldsutövarens behov först, tar hänsyn till våldsutövarens handlingar och reaktioner på samtliga händelser innan de tar hänsyn till sina egna behov, och överdriver små fördelar för att känna att det finns hopp och att faran minskar. Enligt det här resonemanget ökar alltså kvinnans traumatiska tillgivenhet till och identifikation

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

med förövaren eller gisslantagaren ju grövre och mer frekvent våldet är. Hon kan därför inte hantera information eller uppleva händelser självständigt. Öga mot öga med den absoluta skräcken kan hon inte annat än inta förövarens perspektiv och låta sina individuella intressen styras av de handlingar som håller henne vid liv, vilket betyder att hon identifierar sig med våldsmannen och främjar hans vilja.

Den här teorin ger en psykodynamisk förklaring till beteenden som är förbryllande för de flesta som regelbundet arbetar med utsatta, t.ex. varför våldsutsatta kvinnor stannar kvar, varför de verkar försvara och fortsätta identifiera sig med just den person som skadar dem mest, och varför de inte kan sätta sina egna behov före förövarens. Men vi vet inte hur många våldsutsatta kvinnors relationer som uppfyller villkoren för Stockholmssyndromet. Teorin ger ändå vid handen att många utsatta handlar för att rädda sina egna liv när de försvarar och stannar kvar i annars osunda relationer.

Ett annat sätt att förklara våldsutsatta kvinnors ovanliga och ofta motsägelsefulla beteende är att titta på graden av trauma i deras liv. Judith Herman (1992) beskrev reaktionerna hos kvinnor som upplevde återkommande våld som "kroniskt stressyndrom". Här har kvinnan liten chans att återhämta sig från tidigare våldshändelser, eftersom övergreppen upprepas ofta och blir allt grövre under relationens gång. Den här definitionen av kronisk stress inbegriper förövarens psykiska misshandel av kvinnan, där förövaren med sina hot att skada henne eller sina påminnelser om sitt tidigare våld håller henne i ett stresstillstånd. Hon minns trauman i det förflutna och väntar sig nya. Kronisk traumatisk stress är en bättre förklaring till hur kvinnor reagerar på övergrepp än de tidigare försöken att beskriva och förklara kvinnors traumatiska reaktioner på starka händelser.

Sammanfattningsvis räcker de olika teorierna inte till för att fånga in verkligheten, eftersom fenomenet våld i nära relationer omges av ett komplex av stressfaktorer, buffertar och riskfaktorer. Handbokens avsikt är att visa att utsatta för våld i nära relationer verkligen inte njuter av våld, faktiskt är mycket aktiva å sina egna vägnar och är mycket oroliga för sina söner och döttrar. Även om de oftast inte lider av Stockholmssyndromet så är de flesta kroniskt stressade och sitter fast i våldscykeln. Många av kvinnorna är utsatta för flera missförhållanden som ibland orsakats av själva det system som utformats för att hjälpa dem.

Att förstå läkningsprocessen efter våld i familjen

Man kan tänka sig läkning som en minskning av negativa konsekvenser och dessutom som ett främjande av adaptiva responser eller motståndskraft i eller återhämtningsförmåga efter svåra situationer, till exempel våld i familjen. Enligt Rutter (1987) är processer som främjar motståndskraft sådana som minskar riskkonsekvenser och kaskadreaktioner, stärker självkänsla och självförmåga och öppnar framtida möjligheter. Walsh (2003) hävdar att det som bidrar till motståndskraft är gemensamma uppfattningar som främjar problemlösning, läkning och i slutänden tillväxt. Masten (2001) beskriver motståndskraft som ett bra resultat, kompetens under stress och återhämtning från trauma trots hög riskutsatthet. Vissa forskare betonar att läkning för både barn och vuxna beror på deras copingstilar, hur säkra deras relationer med andra är samt deras sociala stödsystem (Campbell-Sills m.fl. 2006, Collinshaw m.fl. 2007).

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Betydelsen av socialt stöd för läkning

Utsatta kvinnor kan ha försvagade sociala stödsystem, i synnerhet kvinnor i skyddat boende. Studier visar att de har färre människor att förlita sig på än icke våldsutsatta kvinnor och att de sällan utnyttjar det sociala stöd som de har tillgång till (Dunham & Senn 2000, El-Bassel m.fl. 2001). När socialt stöd finns och utnyttjas har det visat sig vara ett viktigt inslag i läkningen och återhämtningen för kvinnor som utsatts för traumatiska händelser, till exempel våld i familjen (Carlson m.fl. 2002, Coker m.fl. 2002). Levendosky med flera (2004) studerade både det funktionella stöd och det strukturella stöd (antal stödpersoner) som gravida kvinnor hade tillgång till. Hälften av dem var våldsutsatta. Studien fann att de våldsutsatta kvinnorna hade tillgång till mindre psykiskt och praktiskt stöd, men inte färre stödpersoner. Större sociala stödjande nätverk förknippades med färre depressioner och bättre självkänsla. De som anförtrrodde sig till sina stödpersoner var mindre deprimerade än de som inte berättade om sin situation.

I Sverige visade en studie av Tengström och Scheffer Lindgren (2011) av 353 kvinnor från fyra olika kommunbaserade verksamheter samt tjugo ideella kvinnojourer och 206 våldsutsatta kvinnor som inte erhöll någon intervention att kvinnornas psykosociala hälsa utvecklades positivt trots att många utsattes för fortsatt våld och att det är angeläget att utveckla insatser.

När det gäller barnen sker den vanligaste formen av stödsamtal internationellt sett i grupp. McAlister Groves (1999) poängterar att grupper kan vara en hjälp i att bryta barns (upplevda) isolering och ge dem möjlighet att berätta om sina erfarenheter tillsammans med andra som har liknande. I Sverige har Broberg med flera (2011) visat att barn som hade haft kontakt med verksamheter med insatser direkt riktade till dem själva (verksamheter inriktade på arbete med våld och BUP), fick en minskad problembelastning.

Forskning har visat att tron på en andlig kraft kan ge människor en känsla av kontroll och mening i sina liv efter smärtsamma eller traumatiska händelser (Harris m.fl. 2008). Efter våld eller traumatiska händelser börjar den som utsatts ibland tvivla på att världen är rättvis och trygg (Janoff-Bulman & Frieze 1983). Andlighet anses bidra till att bota eller minska lidande genom att ge en känsla av mening efter till synes obegripliga händelser, till exempel våld i familjen eller övergrepp (Connor m.fl. 2003, Fowler & Hill 2004). Vare sig andlighet används som en copingmekanism eller som en process med vars hjälp utsatta kan börja reda ut och återhämta sig från traumatiska händelser så har forskningen visat att det finns ett samband mellan andlig utveckling och bättre psykisk hälsa och självförmåga och färre symtom på PTSD efter trauma hos vuxna (Connor m.fl. 2003, Newlin m.fl. 2002).

De här studierna är visserligen informativa, men de är endast tvärsnittsstudier med associativa resultat och begränsade definitioner av socialt stöd. Kids' Clubs grupper främjar en diskussion om kvinnors sociala nätverk, socialt stöd och andlighet som kan bidra till läkning efter att ha utsatts för våld i familjen. I USA, där Kids' Club är utvecklat, är andlighet en del av insatsen. Eftersom andlighet inte riktigt har samma betydelse i det svenska samhället, har vi tonat ner denna aspekt något i den svenska varianten.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Läkning med hjälp av professionellt stöd

Alla kvinnor och barn som är utsatta för våld i hemmet anses behöva stöd – vissa behandling – för att förhindra att ytterligare problem utvecklas, och stöd och hjälp med de problem som konstateras i samband med bedömningen. De flesta skyddade boenden erbjuder vissa åtgärder för kvinnorna som vistas där. Men inte alla skyddsboenden, kvinnohus eller kommuner har stödinsatser för barn som upplevt våld i familjen, och många av dem som har det är okunniga om huruvida deras program är skadliga eller användbara. För att verkligen hjälpa kvinnor och barn att återhämta sig efter att de utsatts för våld i familjen eller andra traumatiska händelser är det avgörande att evidensbaserade program används. Evidensbaserade är sådana program som i vetenskaplig forskning visat sig vara effektiva med en konkret population (Weisz m.fl. 2006). Trots det har få program som utformats för att hjälpa våldsutsatta kvinnor utvärderats och konstaterats vara effektiva. I en utvärdering av använda stödinsatser för våldsutsatta barn i Sverige fann Broberg med flera (2011) att befintliga insatser till barn vars mammor utsatts för våld var uppskattade, men inte gav tillräckliga effekter på barnens psykiska hälsa och utveckling. Därför drog forskarna slutsatsen att det finns behov av att utveckla insatser som erbjuds våldsutsatta barn, och att introducera nya metoder. Kids' Clubs mammagrupp har utformats för att främja läkning för våld i familjens utsatta kvinnor och deras barn. Det är ett av de program som utvärderats och befunnits vara effektivt (Graham-Bermann m.fl. 2007).

Behovet av stöd på gruppnivå

Programmet som beskrivs här är i gruppform. Behovet och värdet av stödgrupper är tydligt för kvinnor som utsatts för våld i familjen. Kvinnor i gruppprogram stödjer varandra. Men de måste kunna delta fullt ut utan någon extra ansvarsbörda och utan att nödvändigtvis behöva ta hand om andra. Kvinnor som traumatiserats av sina upplevelser lever under stor stress. De behöver stöd och det är de värda. Tillsammans med de andra kvinnorna i gruppen fungerar grupplederen i Kids' Clubs mammagrupp som en källa till stöd, material, information och kontakter. Det är förstås möjligt att stödja våldsutsatta kvinnor individuellt. Men den kunskap som finns i en grupp jämlikar med liknande upplevelser är ovärderlig och omöjlig att återskapa i individuella samtal.

Kvinnogrupper erbjuder ett särskilt slags stöd på olika sätt. Kvinnor kan påverka varandra mycket genom att fylla *en jämförelsefunktion*. Genom att till exempel berätta sina livshistorier för varandra kan gruppen spegla hur den ena kvinnans erfarenhet skiljer sig ifrån eller liknar de andras. Gruppen har *en reparerande funktion*. Kvinnorna börjar må bättre genom umgänget med andra kvinnor och genom att få positivt gensvar och stöd från sina kamrater. Ny information kan utvinnas ur andras erfarenheter och gruppen fyller därför *en pedagogisk funktion*. I synnerhet är det viktigt för kvinnorna att veta att de inte är ensamma, att andra har upplevt liknande svårigheter, samt att få nya perspektiv på barnen och deras behov. Förväntningen är att kvinnorna med stöd från de andra kvinnorna och grupplederen ska skapa ett klimat där de vågar prata om sin oro för sina barn och sig själva och där de får nya insikter i sin familjebakgrund, en smågruppsmiljö där deras psykiska hälsa förbättras och deras föräldrakompetens stärks. Förhoppningen är att kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp under resans gång ska hitta *nya och bättre strategier för att hantera* svårigheterna i sina liv.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Några av de problem som förknippas med gruppformen är svårigheter att rekrytera tillräckligt många deltagare, frånvaro och avhopp. Självklart är inte alla kvinnor motiverade att delta i program och hur effektiva träffarna är beror inte minst på om gruppledaren kan göra dem intressanta och meningsfulla. Hur framgångsrik en gruppprogram blir beror dessutom på en rad praktiska faktorer. Kvinnorna måste till exempel kunna ta sig till platsen där programmet ges. De måste även ha tid och energi att engagera sig i gruppen efter att kanske ha arbetat hela dagen och sedan gett barnen mat och ägnat sig åt en massa andra föräldraplikter. Slutligen kan det vara svårt för en del kvinnor som levt med mycket stress och negativa erfarenheter att orka ställa upp för andra. De kanske med andra ord först behöver få hjälp med substansmissbruk eller medverka i individuella insatser innan de kan medverka i ett gruppprogram.

Avsikten med och tankarna bakom barngruppernas utformning

Svenska Kids' Club är en tioveckors socialkognitiv insats utformad för att hjälpa barn som har upplevt våld i hemmet att bearbeta händelserna och följderna av dem med inriktning på barnens kunskap om våld i hemmet, deras syn på och tankar kring familj, deras emotionella anpassning och deras sociala beteende i en liten grupp. Under varje träff ska man uppnå några mål som överlappar varandra under de tio gångerna. Programmets övergripande mål är 1) att barnen ska förstå att de inte har skuld till våldet mellan föräldrarna, 2) att barn har rätt att vara arga på den som utsätter andra för våld, och 3) att de kan lära sig mer om konfliktlösning när de förstår att fysisk aggression inte är en acceptabel metod när man tar itu med konflikter.

Metoden är särskilt tänkt att hjälpa barnen att förstå sina känslor inför våldet i familjen och uttrycka dem på ett lämpligt sätt. Vi lär barnen att de inte är ansvariga för våldet mellan föräldrarna och att de har rätt att vara arga på dem på grund av våldet. Vi lär också barnen fler sätt att lösa konflikter och att fysiskt våld inte är en acceptabel metod i sammanhanget.

Kids' Club-grupperna som beskrivs i den här handboken är utformade så att en grupp barn ska kunna dela sina erfarenheter med varandra, förstå att även andra har liknande traumatiska upplevelser och lära sig att känna igen det som utlöser oron och bekymrar dem. Målsättningen är också att gruppen ska kunna diskutera konflikter och hur man löser dem och lära sig nya strategier för problemlösning. Kids' Club-grupperna är utformade så att de utnyttjar de relationer som deltagarna bygger upp under de tio veckorna. Barnen skapar relationer både med gruppledarna och de andra deltagarna, och båda dessa typer av relationer är tänkta att vara en hjälp, särskilt för barn som går igenom den här sortens trauma. Gruppledarnas uppgift är att både informera barnen om hur de ska förhålla sig till våldet i sin familj och ge dem stöd, styrka och självförtroende. Många av mammorna är mitt uppe i separationen från den våldsutövande partnern när de går med i en stödgrupp för kvinnor som drabbats av våld i familjen. Det är en mycket orolig och bekymmersam period för hela familjen. Gruppledarna bedömer varje deltagare och gör klart för dem att barn inte är ansvariga för våld mellan vuxna i deras närhet. Då känner barnen sig säkrare och trygga när det gäller sin reaktion på våldet – de lär sig både att uttrycka sin egen ilska på ett lämpligt sätt och att det är naturligt att vara arg på sina föräldrar i sådana här situationer. Relationen till de andra barnen i gruppen är lika viktig eftersom det innebär en speciell lättnad och tröst att vara tillsammans med andra barn som har samma "hemlighet", d.v.s. att det förekommer våld i familjen. Det får barnen att känna sig mindre brännmärkta och att de inte är ensamma

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

om att ha sådana bekymmer, utan kan prata med varandra om sina upplevelser och analysera ilskan och sorgen. Först när förhållandet mellan gruppledarna och deltagarna känns tryggt kan gruppen mer ingående diskutera våldet i de olika familjerna. De flesta aktiviteterna tar upp våld inom familjen genom bearbetning, d.v.s. med hjälp av berättelser, filmer, teckningar, figurer o.s.v. Den metoden fungerar bra för de flesta barn eftersom de kan reagera spontant på problemen utan att känna sig pressade att tala om sin egen familj.

De flesta rekommenderar att en arbetar med mindre grupper av barn till våldsutsatta mammor (Hughes 1988, Wilson m.fl. 1989). Därför är rekommendationen att grupperna innehåller 4–8 barn. Barn i åldrarna sex till tolv år var välkomna i gruppen som beskrivs i handboken, men i grupper med mindre åldersspann, t.ex. åtta till tolv år, har en lyckats bättre med att upprätthålla deltagarnas intresse och uppmärksamhet. Gruppen är avsedd för barn som har möjlighet att delta tio veckor i rad och inte är utsatta för så allvarliga slitningar inom familjen att de har svårt att tillgodogöra sig grupprocessen. Den viktigaste egenskapen hos en eventuell deltagare är förmågan att kunna interagera i en social situation. Andra faktorer är utvecklingsnivå, intelligens, förmåga att kommunicera och en stark önskan att vara med i gruppen (Paradise & Daniels 1976).

Stödgrupper kan antingen fungera så att samma barn träffas regelbundet under en period, eller enligt drop in-metoden med olika deltagare från vecka till vecka. Svenska Kids' Club är ett program för den förstnämnda varianten.

Gruppträffarna går till så att barnen och föräldrar först får ett mellanmål alternativt lättare kvällsmat beroende på när i tid gruppverksamheten ges. Därefter skiljs föräldrar och barn och deltar i parallella grupper. Gruppledarna talar om för deltagarna att det går lika bra att bara sitta med och lyssna som att komma med idéer, berätta om sina upplevelser eller ställa frågor. Från och med den andra träffen frågar gruppledarna barnen om de minns vad gruppen gjorde gången innan, det blir ett sätt att repetera förra veckans tema. Därefter går gruppledarna igenom vad gruppen ska syssla med på veckans träff. När aktiviteterna är klara avslutas varje träff med ett lugnt kort avslut med avslappningsövning i barngruppen och med användande av affirmationer i föräldragruppen.

Ursprungligen var gruppstillfällena en timme plus fika/mat. Inom denna tidsram borde en hinna det handboken beskriver. Om en tycker att en inte hinner, så kan tiden utökas till absolut max 90 minuter plus fika/kvällsmat.

I USA har grupperna letts av forskarstudenter med examen i klinisk psykologi tillsammans med en klinisk handledare. Studenterna fick först lära sig mer om våld i nära relationer på Domestic Violence Program i Ann Arbor, Michigan. De arbetade två och två med att genomföra de tio veckoträffar som beskrivs i handboken för en grupp på åtta barn. För att kunna ge stöd och fortlöpande undervisning genomgick ledarna också i en grupphandledning en gång i veckan som tog upp deras kliniska arbete och deltog även i seminariet "Barn och våld i hemmet" tillsammans med Sandra Graham-Bermann. Ledarnas gruppstöd och kunskaper i hur en arbetar med traumatiserade barn är oerhört viktiga eftersom det ofta är påfrestande att arbeta med barn som har just dessa problem. Gruppledarna har beskrivit sitt arbete som meningsfullt, viktigt och ansträngande.

Gruppledarna började med att annonsera i lokaltidningen för att hitta barn som upplevt våld i hemmet och som skulle ha nytta av att delta i en sådan grupp. Mammor som var intresserade av gruppen ringde upp och intervjuades per telefon. Detta innebar att barn som

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

vistades med sina mammor på ett skyddat boende inte kunde vara med i programmet eftersom de oftast inte får stanna där så länge som de tio veckor verksamheten pågick. Dessutom ansåg gruppledarna att perioden när barn vistas på ett skyddat boende ofta är mycket turbulent, de har nyss lämnat hemmet efter att mamman blivit misshandlad och att deras behov bättre skulle bli bättre tillgodosedda om de var med i en grupp där en inte behöver anmäla sig i förväg. Men barn som gick i individuell terapi fick vara med i gruppen. Grupparbete anses vara ett bra komplement till sådan terapi eftersom barnen får möjlighet att bearbeta problemen med våld i familjen tillsammans med jämnåriga som har liknande erfarenheter.

Särskilt centrala idéer som ligger till grund för Kids' Clubs barngrupper

I gruppen ska det vara tydligt att alla som deltar i grupperna har upplevt våld, men en måste inte berätta vad en själv varit med om eller hur en känner sig. Barnen informeras att de alltid har möjlighet att säga "pass" och på sätt kunna välja vad de vill berätta om och/eller vilka aktiviteter de vill delta i. Barn kan känna sig hotade och inte vilja svara om frågor ställs direkt till dem och uppfattas som personliga, såsom t.ex. "Vad tycker du?" eller "Vad hände dig?" I stället kan barn ges "en kudde av safety" genom förflyttning/externalisering ("displacement") som ger en möjlighet att mer fritt, utan att känna sig obekväm, uttrycka sig, med frågor som "Vad tror du barn brukar tycka?" eller "Vad skulle du säga att barn brukar vara rädda för?" Sådan förflyttning/externalisering finns också i Kids' Clubs tekniker när en skapar figurer och använder dessa i sketcher. Detta är tänkt att tillåta barnets röst att komma fram genom figurer, som har sin egen identitet. Barn ger ofta sina figurer namn, ålder och kön.

Till svenska Kids' Clubs barngrupper hör parallella grupper för deras mammor. Svenska Kids' Club grupper för barn utsatta för våld i familjen är tänkt att löpa parallellt med en tioveckors stödgrupp för barnens mammor.

Ett kort möte med mammor och barn innan den första träffen ger gruppledarna möjlighet att informera kort om gruppverksamheten och mammorna möjlighet att ställa frågor. Mammorna kan också informeras om att träffarna i Kids' Club kan få som följd att en del barn ställer helt nya frågor. Inför gruppverksamheten rekommenderas att mammorna får ett informationsblad med innehållet i barngruppens träffar. Eftersom gruppledarna har tystnadsplikt får mammorna bara information om barngruppens aktiviteter, men inte om vad enskilda barn har sagt. Det är bra om gruppledare efter varje grupptillfälle finns tillgängliga för att fånga upp eller adressera frågor som uppstått i barngruppen med berörda föräldrar.

I den svenska kontexten vill vi påtala att båda vårdnadshavarnas samtycke inte längre krävs för att barn ska kunna beviljas insatser från socialtjänsten under förutsättning att 1) barnets ena vårdnadshavare samtycker och 2) att det avser behandling i öppna former som ges med stöd av 4 kap. 1 § socialtjänstlagen. Däremot är det ett viktigt etiskt övervägande vilket ansvar en kan och vill lägga på barn när det gäller insatser för våldsutsatta. Barn ska inte behöva hemlighålla att de deltar i en gruppverksamhet, men ibland är behovet av att tala om vad de varit med om väldigt stort. Därför måste en ta ställning i varje enskilt fall. Vi rekommenderar att en inte tar sådana beslut ensam, utan gärna tar hjälp av handledning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Avsikten med och tankarna bakom mammagruppernas utformning

För våldsutsatta mammor är det ofta särskilt värdefullt att få tillfälle att diskutera livshändelser tillsammans med andra mammor i grupp. De hjälper och stärker varandra när de reder ut vad som hänt, hanterar nuet och planerar för framtiden. Det anses mycket viktigt att gruppprogrammet innehåller samtal om föräldrastress och föräldrakompetens för mammor. Mammor går med i stödgrupper som fokuserar på föräldrakompetens eftersom de ser föräldrastödet som en källa till utveckling och läkning (Williams & Vines 1999). Taylor (2000) fann att afroamerikaner som deltog i stödåtgärder själva beskrev det som att de gått med i en grupp för att kunna fortsätta vara starka, inte för att de var svaga.

Det program i tio gruppträffar som beskrivs här är utformat för att hjälpa mammor som har a) utsatts för våld av sin partner, b) försökt hantera våldet, och c) där våldet fått konsekvenser för mammor och barn. Utgångspunkten för Kids' Clubs mammagrupp är "empowerment". Utgångspunkten är att mammor är mest hjälpta av att stärkas positivt och psykologiskt. Rent konkret syftar en sådan "empowermentinriktad" insats till att mammorna ska återfå den självrespekt de kanske förlorat i en nedbrytande våldsrelation (Banyard & Graham-Bermann 1993, 1995, 1998). Målet är att minska känslor av obehag och depression och förbättra självkänslan genom att bygga upp copingförmågan med hjälp av tillgängliga resurser. Att stärka kvinnorna som mammor bidrar dessutom till att deras barn anpassar sig och mår bra, vilket gör föräldraansvaret mindre stressigt för en mamma som utsatts för våld i nära relation. Genom att på detta vis stärka familjen är förhoppningen att mammorna att åter våga tro på ett bra liv för sig själva och sina barn, samtidigt som effekterna av de traumatiska händelserna gradvis minskar.

I första träffen ska mammorna bland annat presentera sig och sina barn för varandra och orientera sig vad de har för mål med programmet. Första träffens huvudsyfte är att skapa en känsla för gruppen som en trygg och säker plats och en källa till ömsesidigt stöd med fokus på att stärka kvinnor som upplevt våld i nära relationer. I träff två fortsätter kvinnorna presentera sig för varandra genom att berätta mer om sig själva. Medan kvinnorna beskriver sina situationer styr grupplederen samtalet så att kvinnorna kan ventilerar den frustration, rädsla och oro de känner för sina barn och sina upplevelser som föräldrar under pressen av våld i nära relationer.

Eftersom många föräldrar underskattar hur deras barn påverkas av att exponeras för våld i nära relationer är träff tre inriktad på frågor kring barns utveckling. Efter en uppdatering – eller koll – av hur det går för respektive mamma presenteras ämnet barns utveckling. En stor andel mödrar som upplevt våld i nära relationer har barn som växer upp med allvarliga beteendeproblem. Att vara mamma är inte enkelt ens om en slipper den extra pressen av att själv uppleva en våldsrelation. Forskning har visat att det finns ett direkt samband mellan föräldrarnas bemötande av barnet efter våldet och barnets hälsa och beteende senare i livet. Ändå har många kvinnor svårt att prata med sina barn om problemet, i synnerhet om de inte vet hur de ska inleda samtalet, undviker ämnet eller tycker att det är onödigt. Träff fyra är därför inriktad på att dels hjälpa mamman hitta olika sätt att kommunicera med sitt barn och förbättra dess coping, dels göra föräldraskapet mindre problematiskt för mamman.

I uppväxtfamiljen förmedlas kunskap om stresshantering och föräldraskap. En del mammor som deltar i Kids' Clubs mammagrupp har haft negativa förebilder och vuxit upp i familjer som präglas av våld, övergrepp eller missbruk. Trots, eller tack vare, detta vill de här

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

kvinnorna göra på ett annat sätt med sina egna barn, även om de ibland inte vet hur. I den femte träffen utforskar mammorna sina uppväxtmiljöer och jämför den behandling de fick av sina föräldrar med den slags förälder de själva vill vara för sina egna barn, idag. Träffen är ofta jobbig för mammorna eftersom de kan berätta för varandra om upplevelser av familjehem, vanvård och/eller övergrepp.

Hur kvinnorna uppfostrar sina barn är ämnet för träff sex. Här jämför mammorna de uppfostringsmetoder som deras egna föräldrar använde med hur de själva vägleder och tillrättavisar sina barn. Uppfostran är ett ämne där många olika åsikter och tillvägagångssätt framkommer i samtalen.

Mammorna kan inte bara ha problem med att vägleda och prata med sina barn. Många av kvinnorna har kontinuerlig kontakt med våldsutövare trots att de tagit sig ur våldsrelationen. En del av dem förföljs av våldsutövaren och andra känner sig inte säkra i sina nya relationer. I programmets sjunde träff behandlas frågor om säkerhetsplanering för kvinnorna själva och deras barn, till exempel hur ansökan om kontaktförbud görs. En stark stressfaktor för våldsutsatta är att hitta och få den hjälp de behöver i sin hemkommun.

I den åttonde träffen utforskar mammorna hur de hanterar stressen i sina liv. Ett samtal följer om olika positiva och negativa sätt att hantera stress och vad som fungerat bra i det förflutna. Andlighet och religion kan komma på tal. Mammorna delar med sig av tips och berättar om frustration över sådant som hindrar dem från att hantera stress bättre. Slutligen gör de en lista över sådant som kvinnor kan göra för att känna sig mindre stressade, i synnerhet vad gäller föräldraskapet.

Något som ofta saknas i stödprogram är bekräftelse av de positiva sidorna av relationer, i synnerhet mammors relationer med sina barn. I nionde träffen ligger fokus på att hitta sätt för mammorna att få tid att göra viktiga och roliga saker tillsammans med sina barn. Det är ingen lätt uppgift med tanke på allt jobbigt i deras liv. Men mammorna berättar ofta för varandra om billiga aktiviteter och resurser som de hittat på orten och om avslappnande och roliga aktiviteter som de kan göra tillsammans med sina barn. Gruppledarna presenterar egna bidrag till resurslistan. Fenomenet positiv förstärkning återkommer från träffen om uppfostran, nu med tonvikt på att uppmuntra och uppmärksamma barnets styrkor vilket i sin tur minskar barnets negativa beteende och underlättar föräldraskapet.

Under sista träffen diskuterar och firar mammorna sina individuella prestationer under de föregående nio träffarna. De berättar vad de upptäckt genom att delta i programmet och vilka problem de fortfarande tycker att de måste ta tag i. Gruppledaren hjälper till genom att bekräfta framstegen som mammorna gjort och tar upp frågan om vad de ska vara vaksamma på i barnens framtida utveckling. För att förbättra programmet och anpassa det till framtida grupper får gruppen ge konkret feedback. Det är ett lämpligt tillfälle att diskutera inte bara vad som åstadkommits utan också för att ta farväl av gruppens deltagare och ledare. Träffen innehåller en avskedsfest. Mammorna träffar sina barn och barngruppens ledare. Barnen får diplom och deras prestationer uppmärksammas i samband med utdelningen av diplomerna.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Kulturella övervägningar i stödverksamhet

Det är inte ovanligt att stöd för våldsutsatta kvinnor riktar sig till kvinnor från olika kulturer och etniska grupper. Kulturella övervägningar görs på varje beslutsnivå i processen. Det kan handla om vem som deltar i programmet, valet av gruppledare, hur de utbildas och vilka ämnen som tas upp och på vilket sätt. I gruppverksamheter är det viktigt att materialet är kulturellt anpassat. För den amerikanska programutvärderingsstudien som beskrivs senare utbildades gruppledarna genom läsning och handledning i kulturellt anpassat stöd. I USA matchas ofta gruppledarnas etnicitet med kvinnornas i gruppen, dock finns det i de flesta grupper kvinnor och barn med olika etnisk bakgrund. De senaste 22 åren har det inte varit ovanligt att Kids' Clubs mammagrupp bestått av deltagare från mer än en eller två etniska grupper och att familjerna haft olika begränsningar och resurser i sina liv.

Information om ytterligare utbildningar för genomförande av Kids' Clubs mammagrupp kan hittas på <http://www.oru.se/Svenska-Kids-Club>. En lista över böcker och artiklar om konsekvenserna av våld i familjen och forskningsstöd för programmet finns i handbokens referenslista. Den svenska varianten av Mom's Empowerment Program har anpassats till den svenska kontexten och kulturen och de behov som forskning visar att våldsutsatta mammor i Sverige har.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Att leda grupper för våldsutsatta barn och mammor

Att skapa trygghet och säkerhet är ett av de viktigaste målen i all stödgruppsverksamhet, kanske speciellt viktigt i grupper för våldsutsatta barn och föräldrar. Familjerelaterat våld präglas av tystnad, att inte berätta för någon om vad som sker inom familjen. För många barn, ungdomar och vuxna kan medföra det en känsla av att känna sig ensam och utanför.

Att få sätta ord på känslor och tankar, att få dela det med någon vuxen som inte varit inblandad är för många barn, ungdomar och vuxna av stor betydelse, d.v.s. jag är inte ensam om att ha varit med om detta.

I gruppverksamheten får barn och vuxna möjlighet att dela sina erfarenheter med andra som varit med om liknande händelser och möjlighet att återupprätta tilliten till andra.

I ett appendix till handboken finns anteckningar som beskriver träffarna i detalj. Anteckningarna är som en berättelse med iakttagelser från verkliga livet – en beskrivning av träffarna ur gruppledarens perspektiv. Observera att träffarna i verkligheten kan avvika från detta mönster, eftersom barn och kvinnor kommer till gruppen med specifika problem eller kriser som kanske måste hanteras först. Anteckningarna är från träffar i Kids' Club USA och de är direktöversatta utan bearbetning utifrån skillnader i kultur och/eller juridik mellan USA och Sverige.

Något att hålla sig i under arbetes gång

Innan gruppstart:

För att kunna bedöma om barnet kan delta i Kids' Club behöver gruppledarna information om hur barnet fungerar i grupp. Detta kan gruppledarna få endera genom att ta del av barnavårdsutredningens konsultationsdokument från förskola eller skola/fritids. Om detta inte är möjligt bör gruppledarna fråga om samtycke att få kontakta förskola eller skola/fritids för att få sådan information. Om bedömningen landar i att barnet inte kan tillgodogöra sig en gruppverksamhet bör barnet erbjudas enskilt stöd.

Om barnet bedöms kunna tillgodogöra sig en gruppverksamhet är nästa steg att ha ett inskrivningssamtal med syfte att både börja bygga en allians men också göra en bedömning av om barnet kan delta i Kids' Club. Detta kan med fördel ske i möteslokalen så att barn och föräldrar får bekanta sig med var de ska vara och med gruppledarna. Beroende på vilka resurser som står till förfogande så kan detta ske genom enskilda inskrivningssamtal med varje familj eller genom en gemensam informationskväll för alla blivande gruppdeltagare där gruppledarna har "stationer" där de kan samtala med varje familj lite mer enskilt.

- Visa möteslokalen och se till att deltagarna känner sig välkomna. Vid val av möteslokal är det viktigt att den inte innehåller för mycket stimuli.
- Förklara vad en stödgrupp är och hur det kommer att gå till.
- Fråga om barnet kan läsa/skriva och om barnet behöver hjälp.
- Fånga upp önskemål om specialkost
- För att börja bygga en allians kan gruppledarna ställa frågor om vilken skola barnen går på, kamrater, fritidsaktiviteter.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Fråga om familjen har kontakt med BUP, skolkurator eller andra stödfunktioner. Om gruppledarna, mot all förmodan önskar ta kontakt med dessa är det viktigt att få samtycke.
- Ställ frågor för att säkerställa att familjen har möjlighet att transportera sig till gruppverksamheten på egen hand och om det inte är möjligt hitta en lösning.

Målsättning med gruppträffarna

Varje gruppträff har specifik målsättning/målsättningar. Målsättningen finns att läsa under varje gruppträff i manualen. Det är viktigt att i samband med den kollegiala handledningen efter varje träff utvärdera om målsättningen med träffarna uppnåddes.

Gruppträffens struktur

Gruppträffarna bygger på att det finns *kontinuitet* och *förutsägbarhet* i form av:

Yttre ram med samma ledare, samma lokal och samma tid och en *inre ram* med rutiner, regler och "rundor" (turordning i pratet). Arbetet sker i ett *växelspel* med "prat", lek och övningar.

För att det ska bli förutsägbart hur många gånger gruppen ska ses eller hur många gånger det är kvar är det viktigt att tydliggöra detta, exempelvis genom att:

- Lägg vita stenar i en skål som representerar antalet träffar. Plocka bort en sten i samband med avslutningen på varje träff. På så sätt ges en överblick över hur många träffar som är kvar och barnen kan förbereda sig för avslut.
- Rita en tårta/pizza med tio bitar som motsvarar antalet träffar. Fyll i en tårtbit med färg i samband med avslutningen på varje träff. Då blir det överskådligt hur många gånger gruppen ska ses och hur långt det är till avslut.
- Rita en "almanacka" med tio rutor som motsvarar antalet träffar. Sedan kryssas varje ruta över i samband med avslutningen på varje träff.

Bestämda platser

Ha bestämda platser vid samlingen i början och i slutet av träffen. Detta underlättar för barnen att hitta sin plats i gruppen.

Rutiner för varje träff

Se till att skapa trygghet genom att ha samma struktur för varje träff även om träffarna har olika teman.

Prat, lek och aktiviteter

Val av lekar och aktiviteter måste anpassas efter gruppen och gruppledarna deltar i både aktiviteter och lekar.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barn som kommer för tidigt

Gör så att de känner sig välkomna. De kanske behöver extra fika, sitta och läsa, koppla av eller vara med någon annan i gruppen.

Barn som behöver mer stöd

Var observant på de barn där gruppverksamheten inte är tillräcklig. Barnet eller hela familjen kan behöva ytterligare stöd och hjälp t.ex. enskilda samtal eller kontakt med BUP eller andra stödinstitutioner.

Om gruppdeltagare inte kommer

Har inte föräldern och barnet kommit 10 min efter gruppstart, kontaktar en av gruppledarna föräldern för att höra var de är och vad det är som gör att de inte kommit. Om det är möjligt kan gruppledarna synliggöra det frånvarande barnet genom att t.ex. lägga fram barnets namnlapp på barnets plats i början och slutet av träffen. Om det finns något material som lämnas ut vid ett missat grupptillfälle så lägg det i deltagarens mapp.

Till gruppledarna

- Se till att ni är två som leder gruppen.
- Som gruppledare är det viktigt att känna till sina begränsningar och att inte blanda ihop egna och andras känslor.
- Var väl förberedd, var i lokalen i god tid innan deltagarna kommer. Det tar tid att "landa".
- Se till att ha åtta timmar per vecka för att kunna förbereda, planera, handla och utvärdera varje gruppträff. Det krävs en hel del praktisk planering för att få det att fungera.
- Ha minst två aktiviteter/lekar i reserv om/när det inte blir som ni tänkt.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Svenska Kids' Clubs grupper

I detta kapitel beskrivs de tio gruppträffarna i Kids' Clubs barn- och mammagrupp. Till varje träff finns en beskrivning av det tema eller problem som behandlas, en lista över det material som behövs för träffen, träffens mål samt en översikt över frågor som kan diskuteras på samt aktiviteter som kan göras under träffen.

När det gäller mammorna så är det också vanligt att de diskuterar delar av ett och samma ämne i olika träffar, återkommer till frågor som tidigare diskuterats eller hoppar framåt till frågor som är relevanta vid olika tidpunkter för olika deltagare. Eftersom våldsutsatta barn och mammor har olika behov, så följer inte alltid gruppträffarna helt innehållet i handboken. Huvudsaken är att gruppleddaren försöker hantera de teman som tas upp i handboken, eftersom många kvinnor i forskningsstudier har sagt att de är av central betydelse för deras liv och deras läkning. Som stöd för gruppleddare vid samtal om vägledning av barn kan böckerna "Fem gånger mer kärlek" av Martin Forster (2009) samt "Vägledande samspel i praktiken – genomförande av ICDP-programmet" av Karsten Hundeide vara.

Varje träff innehåller följande struktur:

- Skriv en dagordning. Detta görs med fördel innan träffen och sedan görs en genomgång i början av varje träff.
- Prata med barnen om att de är med i Kids' Club för att de upplevt någon form av våld i hemmet.
- Gå igenom reglerna som gruppen skapat.
- Återkoppla till föregående träff.
- Jobba med träffens aktuella tema genom olika aktiviteter.
- En del barn kan ha svårt att skriva/formulera sig. Ha detta i åtanke om/när något ska redovisas.
- Avsluta varje tillfälle på samma sätt t.ex. med barn-yoga, avslappningsövning eller att genom att använda affirmationer (i mammagruppen).
- Efter avslutad träff avsätt tid för kollegial handledning

Det finns en arbetsbok för barngruppen (se sist i handboken) och en arbetsgrupp för mammagruppen men dessa är uppbyggda på helt olika sätt. Barngruppens arbetsbok är färdig för utskrift och ska fyllas i av barnen fortlöpande under programmet. Vid träff 2 fyller barnen i det som handlar om träff 1 i arbetsboken och vid träff 3 fyller barnen i det som handlar om träff 2 i arbetsboken och så vidare för att på ett naturligt sätt få en repetition av föregående träffs tema. Vid träff 9 går gruppleddare och barn igenom arbetsboken som en del av att repetera innehållet i Kids' Club. Mammagruppens arbetsbok skapas mellan träff 9 och träff 10 och kräver en del arbete från gruppleddarnas håll, vilket finns närmare beskrivet under mammagruppens träff 10. Det är således viktigt att avsätta tid för detta mellan träff 9 och 10.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.



Stöd inför kollegial handledning

- Uppnådde vi målsättningen med träffen?
- Vad har fungerat mindre bra i gruppen idag?
- Vad har fungerat bra i gruppen idag?
- Är det något särskilt ni lade märke till i gruppen idag?
- Vad har fungerat mindre bra i vårt arbete som gruppledare idag?
- Vad har fungerat bra i vårt arbete som gruppledare idag?
- Hur har vi responderat/reagerat på gruppen idag?
- Vad kunde jag gjort annorlunda?
- Vad är jag särskilt nöjd med?

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 1 – skapa en grupp och ett sammanhang

Målet med den här träffen är att förklara motivet bakom gruppen, tala om "tysthetslöfte" och skapa en trygg miljö där deltagarna känner att de kan tala om sig själva. De får presentera sig själva genom att berätta om vad de gillar och ogillar. Barnen får veta att de antingen med egna teckningar eller bilder de har klippt ut ur tidningar eller kataloger kan visa en del av de saker och aktiviteter de gillar och hur de skulle vilja vara. Gruppledarna berättar också att de kan skapa negativa bilder, t.ex. sådana som inte stämmer med dem eller föreställer sådant de ogillar. Om gruppdeltagarna känner sig trygga kan de berätta historier om bilderna de har ritat eller klippt ut. Ifall ingen tar upp det som de flesta barn tycker illa om, nämligen våld inom familjen, kan gruppledarna ta upp det och illustrera det med en berättelse eller med en bild.

Mål

- Gruppledarna presenterar sig för deltagarna som presenterar sig för varandra.
- Fastställa den gemensamma anledningen (våld i familjen) till att barnen deltar i gruppen.
- Få barnen att börja uttrycka sina känslor i en trygg atmosfär.
- Skapa en trygg miljö.
- Få barnen att känna att det är deras grupp.
- Förklara syftet med gruppen; att barnen är i gruppen p.g.a. att de upplevt våld i familjen.

Material

Tidningar/kataloger

Saxar

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Upplägg

- Hälsa barnen välkomna och förklara anledningen till att de är här: Vi är alla här för att det förekommit våld i familjen. Vi ska ha det bra tillsammans och vi kommer pyssla lite, göra kollage, listor och andra saker som hör ihop med att ni har varit med om våld i familjen. Förklara för barnen vad våld är, använd exempelvis Per Isdals, FN:s eller WHO:s definition som grund.
- Barnen och gruppledarna presenterar sig för varandra genom exempelvis namnlekar eller genom att göra en gemensam affisch.
- Låt alla göra en namnskylt (även gruppledarna).
- Barnen kan rösta om de vill att gruppen ska ha ett särskilt namn och/eller ett lösenord.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Be barnen göra en lista med regler för gruppen. Detta görs för att skapa en trygghet för barnen i rummet. Gruppledarna måste alltid se till att följande två regler kommer med: alla får säga "pass" (stå över en aktivitet eller att prata) samt "tystnadslöftet", att det som sägs i gruppen stannar här (prata med barnen om varför och att de får säga det de själva sagt till någon vuxen de litar på och om de pratar om andra i gruppen får de inte nämna namn). I samband med regeln kring att saker stannar i gruppen så prata om bra och dåliga hemligheter.
- Barnen presenterar sig.
- Gör en tydlig översikt där det framgår att gruppverksamheten pågår 10 gånger och att det går att se hur många träffar som är kvar. Det ger barnen en känsla av att ha kontroll över hur många gånger gruppverksamheten pågår och en möjlighet till förberedelse för när gruppverksamheten slutar.
- Gör en lista på vad barn gillar/ogillar (generellt), se till att punkten "vi gillar inte när det förekommer våld i familjen" läggs till.
- Be barnen rita en teckning/göra collage ur tidningar eller kataloger som föreställer saker som barn gillar och ogillar.

Förslag på aktiviteter

Namnlekar

- Alla i gruppen inklusive ledarna ställer sig i en ring, varje person säger sitt namn först, därefter tar en gruppdeltagare en boll och kastar till en annan gruppdeltagare och säger samtidigt namnet på den de kastar bollen till.
- Alla i gruppen säger sitt namn i kombination med ett djur eller något en tycker om att göra som börjar på samma bokstav som förnamnet (Ester elefant, Melvin mumsar).

Affischer

- Varje barn målar en hand och trycker på ett papper eller ritar sin hand och klipper ut. Händerna sätts sedan på ett stort pappersark och får det att bli som en cirkel med linjer mellan händerna.
- Låt barnen komma med förslag på gruppnamn och rösta därefter fram vad gruppen ska heta och gör en affisch utifrån namnet.

Boktips

Arnesson, Ann (2013), *Yoga för barn*

Seege, Viviann (2015), *Den magiska mattan*

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Definitioner av våld:

Per Isdal: Våld är varje handling riktad mot en annan person, som genom att denna handling skadar, smärtar, skrämmar eller kränker, får denna person att göra något mot sin vilja eller avstå från att göra något som den vill.

WHO: att uppsåtligt bruka eller hota att bruka makt eller fysisk styrka mot sin egen person, mot en annan människa, en grupp människor, en gemenskap eller ett samhälle, med följd eller tämligen sannolik följd att någon dör eller att det uppstår kroppsskada, psykisk skada, skador i den känslomässiga utvecklingen eller funktionshinder.

FN: Varje könsrelaterad våldshandling som resulterar i fysisk, sexuell eller psykisk skada eller lidande för kvinnor, samt hot om sådana handlingar, tvång eller godtyckligt frihetsberövande, vare sig det sker i det offentliga eller privata livet.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 1 – presentationer, att bli en grupp

Det första målet för träffen är att fastställa gruppens syfte som en källa till ömsesidigt stöd med fokus på att stärka våldsutsatta kvinnor som föräldrar och på så vis minska deras stress. Det är viktigt att skapa ett tryggt, säkert och stödjande rum där kvinnorna kan träffas och utveckla den tillit som krävs för att berätta för varandra om sin oro och fira sina framgångar. Det andra målet är att dra igång gruppen genom att be kvinnorna att presentera sig själva och sina barn. Ibland kanske de presenterar sig själva genom att berätta sin livshistoria eller andra historier, men det finns inga förväntningar att alla måste göra det vid första mötet. Ett tredje mål är att få en känsla för de mål som kvinnorna har vad gäller gruppen: vad vill de ha ut av gruppen? Det är ett bra tillfälle att berätta för kvinnorna att gruppen kommer att göra en lista över allt sådant som kvinnorna eventuellt oroar sig för, inklusive föräldrarelaterad stress, och att gruppen kommer att utvidga listan varje vecka. Förhoppningsvis kommer var och en av kvinnorna att identifiera och arbeta med ett orosmoment varje vecka, återkoppla till gruppen om framsteg och motgångar och sedan finslipa sin plan för hur de ska hantera de frågor som rör barnen eller våldet och återhämtningen. Det är viktigt att kort beskriva innehållet i barngruppens träffar så att de vet vad deras barn pratar om och lär sig under veckan.

I första träffen uppmanas kvinnorna att formulera ett antal regler för gruppen och information om anmälningsplikten gällande oro för barn ska också ges. Regler för integritet och rätten att stå över, samt en tydlig rutin för användande av alkohol och/eller droger samt anmälningsplikten gällande oro för barn ska ingå i dessa regler.

Om ingen av kvinnorna i gruppen tar upp "tystnadslöfte" måste gruppledarna själv presentera den. Poängen med regeln är att kvinnorna måste lova att inte berätta för utomstående om frågorna, farhågorna eller personerna i gruppen – det som sägs i föräldragruppen stannar där. Detta är viktigt för att skydda gruppmedlemmarnas integritet och säkerhet. Rätten att stå över och säga "pass" ska finnas på listan med regler så att alla vet att det är okej för vem som helst att sitta tyst och passivt delta i träffen. Ingen ska behöva känna sig tvingad att prata om hon inte är bekväm med det, oavsett vad diskussionen gäller. Vilka rutiner som ska gälla avseende alkohol och/eller droger kan bestämmas utifrån de ramar inom vilka programmet ges. Information om anmälningsplikten ges och gruppdeltagarna får veta att om en anmälan kommer göras så samtalar gruppledaren alltid med gruppdeltagaren kring detta innan anmälan görs såvida det inte misstänks att gruppdeltagaren begått ett brott mot barnet.

Mål

- Presentera gruppens ledare och medlemmar för varandra.
- Gå igenom syftet med gruppen.
- Skapa en trygg gruppmiljö.
- Få föräldrarna att känna att det är deras grupp.
- Formulera mål och regler.
- Låta varje kvinna berätta om sig och sina barn.
- Låta varje kvinna berätta sin historia.
- Gå igenom barngruppens träffar.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Lista över barngruppens träffar

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Upplägg

- Fråga kvinnorna om de vill föreslå några regler för gruppen med syfte att få dem att känna sig trygga – och skriv upp dem på blädderblocket. Regeln om "tystnadslöfte" och att få säga "pass" ska komma med även om ingen av kvinnorna själva tar upp dem.
- Be gruppmedlemmarna berätta om sig själva och/eller sina barn om de vill. Se till att de förstår att det är okej om de hellre bara vill lyssna på de andra. Om kvinnorna tar upp oro för eller problem med sina barn under denna punkt så skriver ledarna ned dessa på ett pappersark och döper listan till "Föräldrars oro och stress".
- Diskutera målen för gruppen. Alla är med i egenskap av att de är föräldrar och att de upplevt våld i nära relation och därför fokuserar träffarna på föräldraskap och på att ta kontroll över sina liv. Vad vill de själva åstadkomma med att komma hit? Gör en lista med deras svar.
- Introducera kort makt- och kontrollhjulet och jämställdhetshjulet samt informera att det kommer användas som en röd tråd genom hela programmet. Ta upp olika definitioner av våld, använd exempelvis Per Isdals, FN:s eller WHO:s definition som grund (se barngruppens träff 1).
- Fråga om de önskar ha tillgång till pärlor, garn och virknålar/stickor, papper och kitor/tuschpennor/vattenfärg med syfte att ha något att sysselsätta sig med under träffarna.
- Informera om anmälningsplikten kring barn samt diskutera riktlinjer kring alkohol och droger.
- Berätta om innehållet i barngruppens olika träffar och något kort om vad deras barn kommer att göra under respektive träff.

Några ord om tystnadsplikt och integritet

Personlig integritet är ett rättsligt begrepp. Den är skyddad genom lag och kränkning av den är ett brott. Det handlar bland annat om vilket slags personlig information som ska skyddas och att individen har rätt att besluta om hur mycket av hens tankar, känslor och personuppgifter som kan spridas till andra. Den personliga integriteten är en viktig garanti för människovärde och självbestämmande.

Tystnadsplikt (eller sekretess) innebär att vissa yrkesverksamma grupper inte får informera om människor de arbetar med mot deras vilja. Tystnadsplikten är en vidareutveckling av den personliga integriteten i yrkesmässiga relationer. Den innebär att yrkesutövaren inte avslöjar något om brukaren annat än under mycket speciella omständigheter, till exempel anmälan gällande oro för barn. När gruppdeltagarna beslutar att det som sägs under träffarna ska

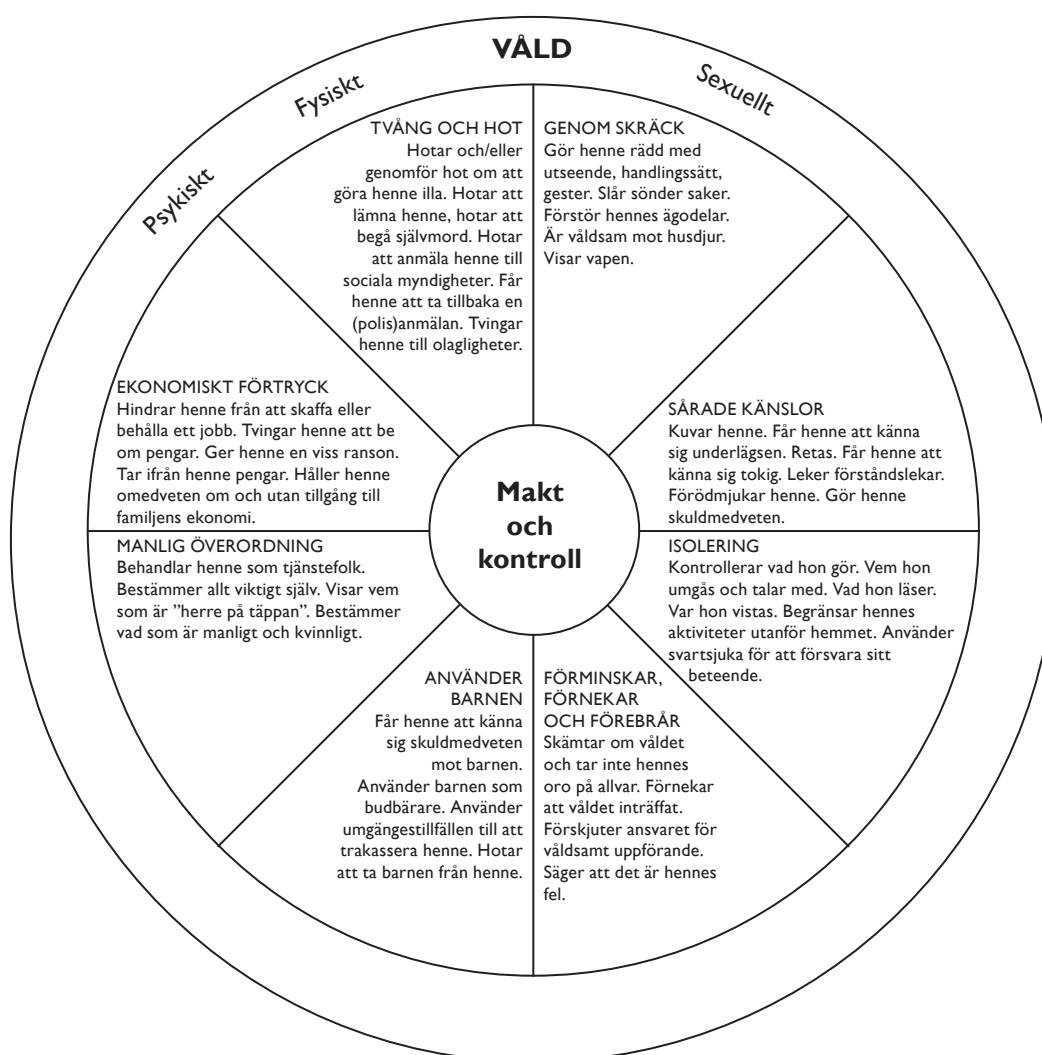
Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

stanna i rummet så utövar kvinnorna sin rätt till personlig integritet och avger ett tystnadslofte, som är moraliskt men inte juridiskt bindande.

Anmälningssplikten beskrivs i 14 kap. 1 § SoL och den gäller för vissa yrkesverksamma grupper. Tjänstepersoner inom socialtjänsten kan i formell mening inte göra en orosanmälan gällande barn då socialtjänsten så att säga inte kan anmäla till sig själv.

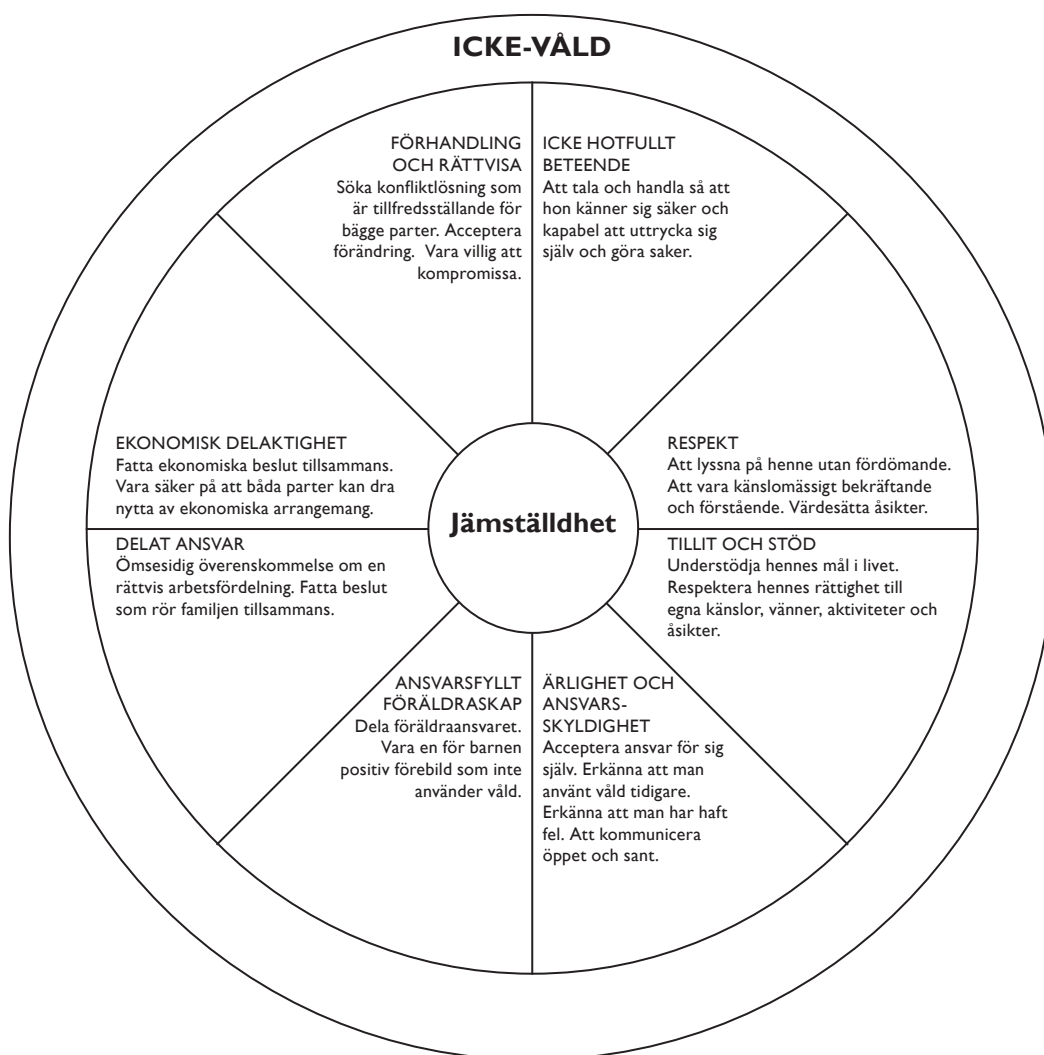
Däremot har socialtjänsten skyldighet att vidarebefordra uppgifter om barn som är i behov av stöd och skydd till den enhet som ansvarar för den sociala barn- och ungdomsvården. Det rör sig således om en intern informationsskyldighet.

Makt- och kontrollhjulet



Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Jämställdshetshjulet



Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Kids' Club – barngruppen

Träff 1 Skapa en grupp och ett sammanhang

- Introducera ledarna för gruppdeltagarna och gruppdeltagarna för varandra.
- Identifiera den gemensamma orsaken (våld i nära relationer) till varför alla barnen är med i gruppen.

Träff 2 Identifiera känslor

- Hjälpa gruppmedlemmarna identifiera, sätta ord på och uttrycka olika känslor.
- Hjälpa barnen att få kunskap om hur andra barn i liknande situationer känner
- Skapa grupp känsla.
- Skapa en atmosfär där barnen känner att det är en trygg plats att visa svåra känslor i.
- Skapa en atmosfär där gruppen är ett ställe där barnen kan få respektfull uppmärksamhet och stöd.

Träff 3 Ansvar för våldet

- Att hjälpa barnen att förstå att våldsutövare själva bär ansvar för sitt våldsamma beteende.
- Att hjälpa barnen förstå att de inte har någon skuld i våldet.

Träff 4 Rädsla och oro, rädsla för våld i familjen

- Att identifiera vanliga rädslor, speciellt rädslor kring våld i nära relationer.
- Att få barnen känna sig stärkta av att de övervunnit tidigare rädslor.

Träff 5 Planera för trygghet och nya sätt att lösa konflikter

- Identifiera situationer där barnen inte känner sig trygga.
- Undersöka sätt att känna sig trygg.
- Undersöka sätt att hantera konflikter som uppstår inom sig själv.

Träff 6 Könroller

- Att skapa och stärka positiva associationer kring varje barns kön.
- Att få barnen föreställa sig hur deras könroller ser ut i framtiden.

Träff 7 Vad är bra med familjen

- Hjälpa barnen föreställa sig framtida, positiva familjer.

Träff 8 Nya sätt att lösa konflikter

- Att undersöka alternativa vägar att lösa konflikter utan att använda våld.

Träff 9 Repetition

- Befästa de kunskaper gruppen fått med hjälp av olika aktiviteter.

Träff 10 Avslutning och att skiljas åt

- Att visa vissa delar av materialet som barnen gjort under de nio gångna veckorna, att använda Kids' Club arbetsboken samt att prata med gruppen om att säga hejdå och avsluta gruppen.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 2 – identifiera känslor

Många barn har problem med känslorna inför det som händer i familjen. Målet med den här träffen är att hjälpa barnen att identifiera en rad olika känslotillstånd, sätta ett namn på dem och öva sig i att uttrycka dem. Det ger barnen möjlighet att identifiera och uttrycka känslor som rädsla, ensamhet, och ilska i en trygg atmosfär där andra har reagerat på liknande sätt vid svåra upplevelser. Aktiviteter som lockar fram känslor är att be gruppdeltagarna räkna upp alla svåra känslor som de kommer på och sedan gestalta dem. Det kan ske genom att barnen ritar, gör masker eller spelar upp en sketch. Dessa övningar gör barnens reaktioner på traumatiska händelser "normala" samtidigt som de får stöd och möjlighet att hitta det rätta sättet att uttrycka känslor som är svåra att förstå.

Mål

- Hjälpa gruppdeltagarna att identifiera, sätta namn på och uttrycka en rad olika känslotillstånd.
- Hjälpa barnen att identifiera och uttrycka ett antal olika känslor kopplade till våld.
- Hjälpa barnen att få reda på hur andra barn känner i liknande situationer (d.v.s de andra barnen i gruppen).
- Bygga upp en gruppgemenskap.
- Bygga upp en atmosfär i gruppen som gör att barnen tryggt kan tala om svåra känslor.
- Bygga upp en atmosfär som får barnen att känna att här får de respektfull uppmärksamhet och stöd.
- Hjälpa barnen skilja på att känna ilska och att vara aggressiv.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Pappersassietter

Klister

Garn

Saxar

Blompinnar

Högtalare (om en ska spela musik)

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Upplägg

- Läs en bok om känslor för barnen.
- Gör en lista på ord som har med känslor att göra, be barnen berättar i vilka situationer barn kan känna dessa känslor.
- Gör en lista på känslor som barn kan ha när det förekommer våld i familjen.
- Barnen gör ansikten av pappersassietter. Barnen kan sedan använda ansiktena i sketcher om olika känslor.
- Låt barnen göra känslor-charader, känslor-lekar eller känslor-övningar.

Förslag på aktiviteter

Boktips

- Hagborg, Elisabeth och Ränge, Ole (2005) *Allvarsamma lekar – en fälthandbok*
- Reftel, Kristina, Reftel, Johan & Brosché, Henrik (2007) *Kullagret*
- Funck, Eva (2015) *Åh! En bok om känslor*
- Janouch, Katerina (2016) *Så känns det*
- Wirsén, Stina (2015) *Liten*
- Källström, Åsa, Eriksson Hagberg, Elisabeth & Svanbäck, Petra (2016) *Råttan kan inte följa med.*

Känslor-charader/känslor-lekar/känslor-övningar

Låt barnen läsa meningen: "Jag ska gå till ICA" med olika känslouttryck. Barnen kan själva få välja en känsla eller så kan känslan väljas genom att dra lappar ur en box där det står en känsla.

Fyra hörsövning: spela upp musik och låt barnen välja vilken känsla musiken låter som, gruppledarna bestämmer vilka känslor barnen kan välja mellan.

Gör collage från tidningar eller kataloger genom att klippa ut ansikten och gruppera dem efter känslouttryck.

Sjung: "Klappa händerna när du är riktigt glad/arg/ledsen" och klappa i händerna på olika sätt utifrån vilken känsla det är.

Staty-leken. gå runt och bli till en staty när musiken slutar/gruppledaren klappar i händerna. För att bli "vanlig" igen måste varje deltagare säga en känsla.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 2 – föräldrars rädsla och oro, föräldraskap under stress

Några ord om varför föräldrabeteendet behöver stödjas

Det finns mycket forskning som visar hur viktigt föräldraskap och föräldrabeteende är för barnets utveckling, från Baumrinds (1967) klassiska verk om föräldrastilar till Bronfenbrenners (2006) och Belskys (1990, 1993) ekologiska modeller. Föräldraskap och föräldrabeteende verkar ha ännu större betydelse i högriskfamiljer och våldsamma familjer (t.ex. Cummings & Davies, 1995. Levendosky & Graham-Bermann 2001, Margolin 1998, Olds m.fl. 1997). I de flesta av dessa studier jämförs grupper med våldsutsatta mammor med grupper av icke våldsutsatta mammor. Resultaten tyder på att våldsutsatta mammor inte skiljer sig nämnvärt från icke våldsutsatta mammor när korrekta jämförelsegrupper används, inte ens vad gäller bruket av smisk eller annan kroppsaga (Holden, 2003). Men ett antal studier har visat att ca 40 % av barn som drabbats av våld i nära relationer även utsatts för fysiskt våld, ofta från den våldsamma partners sida (Edelson, 2001. Graham-Bermann m.fl. 2007, Finkelhor m.fl. 2007). Svensk Forskning visar att våld mellan de vuxna i hemmet är den i särklass största riskfaktorn för kroppslig bestraffning av barn, vid sidan om strukturella bakgrundsfaktorer såsom svag familjeekonomi (Annerbäck m.fl. 2010, Janson m.fl. 2007, Janson m.fl. 2011). Två faktorer har dessutom framkommit beträffande möjligheten att det är mamman som är våldsam mot barnen: med tanke på den högre graden av föräldrastress för de här mammorna tycker de att de är mindre närvarande och mer inkonsekventa i sitt föräldraskap, eftersom det är våldsutövarens närvaro som tvingar dem att ändra sitt sätt att vara med barnen.

Eftersom föräldrelationer verkar ha en skyddande funktion för barnet (t.ex. Masten & Coatsworth, 1998) blir våldsutsatta mammors samspel med och beteende emot sina barn viktiga mål. Våldsutsatta som finslipar föräldrakompetensen och blir mer effektiva med sina barn kommer dessutom sannolikt att tycka bättre om sig själva och sitt föräldraskap. I förlängningen blir de även mindre ängsliga och oroliga för barnen och hur det går för dem. Och det är enorma plus. Ett förändrat föräldrabeteende hos mamman leder till en tidig förbättring av barnets beteende, vilket i sin tur ger hopp om ett mycket bättre anpassningsförlopp för mor och barn. Det är ju nämligen mycket enklare att vara förälder till barn som inte har problem.

Träffen

På den andra träffen får gruppmedlemmarna tillfälle att än en gång presentera sig för varandra och samtidigt berätta mer om sig själva och vad de går igenom. Samtalet kan leda till att mammorna berättar om sin oro och rädsla, vilket i sin tur kan leda till att de upptäcker att de ofta oroar sig för samma saker. I samtliga mammagrunder har medlemmarna faktiskt berättat om sin oro för barnen, vilket gjort det möjligt för gruppledarna att styra in diskussionen på utmaningarna med föräldraskap under stress.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mål

- Fortsätta med presentationerna (av eventuellt nya medlemmar denna vecka).
- Utvidga listan över orosmoment och problem och ta med föräldraskap under stress.
- Fortsätta diskutera Makt- och kontrollhjulet.
- Visa på sambandet mellan våld i nära relationer och stress i föräldraskapet.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Affirmationer

Upplägg

- Börja med presentera eventuella nya gruppmedlemmarna, be medlemmarna som var närvarande förra veckan kort presentera sig och berätta vad vi gjorde förra veckan.
- Kort genomgång av listan med orosmoment och föräldrarelaterad stress som gjordes förra veckan. Se om kvinnorna vill komplettera med något.
- Diskutera Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet. Prata om de påfrestningar och den stress som våldet och kontrollen innebär för kvinnorna, barnen och hur de är som föräldrar. Skriv upp på listan "Föräldrars oro och stress" samt skapa eller lägg till nya listor för "Oro och rädslor för mig själv" och "Oro och rädsla för barnet".
- Om ämnet kommer upp, diskutera riskbruk och beroende av alkohol och droger och hur det kan vara förknippat med våld i nära relation och hur det kan påverka föräldraskapet. Om diskussionen leder dit, skriv ned på ett pappersark på vilka sätt riskbruk och beroende påverkar föräldraskapet.
- Introducera och dela ut affirmationerna.

Vad är affirmationer?

Extramaterialet nedan är så kallade affirmationer, det vill säga uppmuntrande tankar. Affirmationerna kan hämtas från både böcker och internet och kan vara av allmängiltig eller mer andlig karaktär. I slutet av träffarna får kvinnorna ta varsitt citat ur en skål med vikta papperslappar. De gav sedan citaten till en av gruppledarna som läste upp dem för gruppen (detta gjordes för att inte peka ut eller generera kvinnor med eventuella lässvårigheter). På så vis blev affirmationerna ett återkommande inslag i slutet av varje träff. Under sista träffen får alla med sig en sammanställning av alla affirmationen. Dessa finns i ett häfte som innehåller dels affirmationerna men också övrigt innehåll från träffarna samt ett personligt meddelande från var och en av gruppledarna, där mammorna tackas för sin medverkan i gruppen och får några uppmuntrande ord på vägen.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Exempel på allmänna affirmationer

Jag ska ändra mitt sätt att tänka från:

Jag kan inte. Jag vill inte. Jag känner mig stressad.

Till:

Jag kan. Jag vill. Jag känner mig upprymd!

Möjligheten att välja är en gåva alla fått. Det är en kraftfull gåva som kan förändra mitt liv.

Jag har rätt att göra mig av med negativa människor i mitt liv och att omge mig med positiva människor som tror på mig och inspirerar mig.

Jag kommer aldrig, aldrig, aldrig, aldrig ge upp

Oavsett vilka spratt livet spelar mig får jag inte spela mig själv några spratt.

Med tillförsikt, lugn och i tystnad är jag stolt över mig själv och den jag är!

Jag har en sprakande magnetisk personlighet

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Jag är villig att ta en viss risk och kan tänkta mig att prova nya beteendemönster som kanske är mer tillfredsställande.

Självförtroende är den första hemligheten för att nå framgång!

Idag börjar jag mitt liv på nytt. Min ande kommer hålla mig ung. Jag håller mitt sinne, min själ och min kropp i balans. Jag är erfaren nog att glädjas åt och lära av mitt liv.

Om jag tillåter mig själv att lösa svåra problem kommer jag uppnå goda resultat.

Jag ska driva mig mot nya horisonter, till och med till ställen dit dem runtomkring mig inte har modet att gå.

För varje misslyckande finns det ett annat sätt att göra det på. Du måste bara hitta det. När du kommer till ett väghinder, kör runt det.

Om du älskar många saker kommer du hitta sann styrka för den som älskar mycket, presterar mycket och kan uppnå mycket och det som görs av kärlek görs bra.

Det som finns bakom oss och framför oss är små ting i jämförelse med det som finns inom oss

Glöm gamla misstag. Glöm misslyckanden. Glöm allt förutom vad du ska göra nu och gör det.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

*Du kan vänta och hoppas på att saker och ting blir som du vill.
Eller så kan du sätta igång och se till att det blir som du vill.*

*Var du än må vara, vad som än må ha hänt så kan du göra
en positiv skillnad. Lev livet fullt ut, bestäm dig för att röra dig
framåt oavsett vad som än händer – och det kommer bli så.*

*Respektera dig själv tillräckligt mycket för att lämna allt som inte
längre ger dig något, får dig att växa eller gör dig lycklig*

*Om någon är oartig eller respektlös mot dig, ursäkta dig på ett
artigt sätt och gå iväg. Det är ett kraftfullt "statement".
Det sänder ett tydligt budskap till den andra personen; det den
gjort eller sagt är oacceptabelt och du tolererar det inte.*

Det finns inga genvägar till platser värda att vara på.

Förlora inte hoppet. Du vet inte vad som händer i morgon.

*Jag har inte tid att hata dem som hatar mig för jag har
fullt upp med att älska dem som älskar mig.*

*Ett av de svåraste besluten du kommer göra i livet är när du ska
välja mellan att gå din väg eller kämpa ännu mer.*

*Se till att du inte börjar se på dig själv på samma sätt som dem
som inte värdesätter dig. Glöm inte ditt värde även om de gör det.*

*Vi uppmanar våra systrar runt om i världen att vara modiga,
att omfamna den styrka som finns inom dem och att inse deras
fulla potential*

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Exempel på affirmationer med en andlig karaktär

Be, så skall ni få. Sök, så skall ni finna. Bulta, så skall dörren öppnas. Ty den som ber, han får, och den som söker, han finner, och för den som bultar skall dörren öppnas. Matt 7:7-8

Att ramla omkull är inte ett nederlag. Ett verkligt nederlag är att vägra resa sig igen. Från Islamic Motivation: Inspiring Quotes

*Vänliga ord är som honung - smakar sött och gör kroppen frisk.
Ords 16:24*

Vänta aldrig på att saker ska hända. Kämpa för att de ska göra det. Vänta dig aldrig att få något värdefullt, skapa något värdefullt själv. Från Islamic Motivation: Inspiring Quotes

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 3 – ansvar för våldet

Den här gången handlar det om att reda ut problemen med dåligt samvete och skuld känslor för våldet i familjen och att tydligt fastställa vem som har ansvaret. Gruppen går igenom olika sätt att tänka om våld i familjen, så att barnen lär sig att var och en ansvarar för sina handlingar och att våldsutsattas säkerhet är en samhällsfråga och inte något som minderåriga barn ska ta på sig. Gruppen får se en rad korta videoklipp eller höra en saga/berättelse. Efter det ställer ledarna flera frågor om vad det var som hände, varför, vad som ledde fram till det, vem som gjorde vad och varför och vems fel det var. De här övningarna börjar med enkla problemlösande situationer, t.ex. små konflikter mellan vänner, som sedan trappas upp till problemet med våld inom familjen. Avsluta med lättsam situation så att barnen inte avslutar med en övning som handlar om våld i familjen.

Mål

- Få barnen att förstå att våldsamma människor är ansvariga för sina våldshandlingar.
- Hjälpa barnen att förstå att de inte har skulden för våldet mellan föräldrarna.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Saxar

Videoklipp/berättelser/sagor om olika konflikter, från mindre till våld i familjen

Upplägg

- Läs/låt barnen se en bok/bilder/serie med en konflikt eller där någon är arg och fråga vem som är ansvarig. Det viktigaste budskapet är: "Det är aldrig barns fel när vuxna använder våld"! För att budskapet ska bli tydligt kan en göra olika övningar kring det i samband med denna övning.
- Gruppen ser videofilmer som handlar om konflikter och hjälps åt att svara på frågor om situationerna och vem som var orsak till dem, varför och be dem föreslå bättre sätt att lösa situationen på än genom att använda våld.
- Gruppen skapar gemensamt en berättelse, som en av gruppledarna skriver ned (i stora drag). Barn och resterande gruppledare turas om att säga varsin mening som skapar en berättelse. Barnen ombeds att beskriva detaljer, så som ålder, kön och vilka karaktärer som är med. Gruppledaren ska sedan fråga barnen kring det konflikter och/eller det våld som berättelsen innehåller. vad det var som hände, varför, vad som ledde fram till det, vad tror barnen att de olika karaktärerna kände i olika situationer,

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

vem som gjorde vad och varför och vems fel det var samt om det hade funnits andra sätt att agera än att använda våld. Gruppledarna ska förtydliga varför det var våldsutövarens fel och inte barnens/barnets fel.

Förslag på aktiviteter

För äldre barn. skriv meningen "Det är aldrig barns fel när vuxna använder våld"! på ett papper, klipp sedan isär det så att det blir olika pusselbitar. Låt barnen sedan lägga pusslet. Det går även att göra en ord-kejda med ett ord på varje papper som sedan sätts ihop till en mening.

För yngre barn. låt barnen hålla handen och gå i en cirkel och säg "Det är aldrig barns fel när vuxna använder våld"! Gå och säg meningen fortare och fortare tills ni "ramlar ihop".

Alla barn turas om att säga meningen "Det är aldrig barns fel när vuxna använder våld"! Låt barnen säga det högt, tystare, långsamt, fort.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 3 – barns utveckling

Att uppleva våld i nära relationer påverkar barnets optimala utveckling, även om många kanske inte är medvetna om hur det går till. När gruppen går igenom olika områden av barns utveckling – vad som betraktas som normal eller normativ utveckling och vad som kan påverkas av våld – kan kvinnorna diskutera hur våld har påverkat deras barn. Det finns hundratals studier som visar hur våld inverkar på barns psykiska och fysiska hälsa och kognitiva utveckling. Nedan följer en kort sammanfattning av sådana studier.

Fysiska hälsoproblem

Extrem stress – till exempel i samband med våld i nära relationer – har länge förknippats med fysisk ohälsa hos vuxna (Wilson, 2010). Vuxna med en historia av exponering för våld i nära relationer och/eller övergrepp har berättat om gastrointestinala, andningsrelaterade, muskuloskeletala och neurologiska problem samt mer frekventa läkarbesök (Anda m.fl. 2006. Felitti m.fl. 1998. Wilson 2010). Vuxna som blivit utsatta för övergrepp och partnervåld drabbas dessutom oftare av huvudvärk, migrän, muskelvärk, hosta, feber och ont i bihålorna samt problem i mag- och tarmkanalen (Newman m.fl. 2000).

Barn påverkas på ungefär samma sätt (Zolotor, Theodore, Coyne-Beasley, Runyan, 2007). En studie av spädbarn visade att det finns en större risk att utveckla astma i treårsåldern om mamman uppgav att det förekom våld i hemmet. Effekten minskade dock om mamman var extremt omhändertagande (Suglia m.fl. 2009). En stor studie av förskolebarn visade att barn som exponeras för våld i hemmet löper fyra gånger större risk att få astma, allergier och problem i mag- och tarmkanalen (Graham-Bermann & Seng, 2005). En tredje studie fann att exponering för våld och övergrepp i hemmet påverkar viktökningen negativt under barnets första levnadsår (McFarlane and Soeken 1999). Förutom barnets ålder och hur grovt våldet är har några faktorer identifierats som förbättrar barnets chanser, bland annat högre socioekonomisk status, effektivt föräldraskap och mammans psykiska hälsa.

Barns problem

Barn som upplevt våld i när relationer har mer sociala, beteenderelaterade och kognitiva problem än andra barn. De löper också större risk att utveckla externaliserande störningar och internaliserande problem och symtom på traumatisk stress (Fusco & Fantuzzo, 2009. Graham-Bermann, Gruber, Girz, & Howell, 2009). En studie av 221 skolbarn som upplevt våld i nära relationer och som bodde på samma ort visade att 24 % hade svåra problem (ångest eller aggressivitet), 45 % hade svårigheter men endast smärre problem, 11 % var kliniskt deprimerade och endast 20 % verkade klara att uppleva vålden på ett bra sätt. Vad som skilde barnen i de olika grupperna åt var hur mycket våld de sett och om mamman var deprimerad och traumatiserad (barnen mårde sämre ju mer deprimerad eller traumatiserad mamman var). Men det fanns också ett samband med effektivt föräldraskap, familjens styrkor och färre våldsamma partners (faktorer som påverkade barnet positivt).

Alla symtom på traumatisk stress som påträffas hos vuxna finns också hos barn, till exempel inträngande tankar, mardrömmar, hypervigilans (överspändhet), negativ affektivitet och hopplöshetskänslor inför framtiden (Graham-Bermann m.fl., 2008. Scheeringa, 2006). I en metaanalys av sex studier (Evans m.fl., 2008) hade bevitnandet av våld i nära relationer stor inverkan på barnens traumasymtom (effektstorlek $d = 1,54$). Men små barn kan dessutom leka repetitiva lekar, ha sömnstörningar, iscensätta traumat i lek, utveckla nya rädslor, få

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

ökad separationsångest samt drabbas av regressiv utveckling (Graham-Bermann m.fl., 2008. Scheeringa, Zeanah, Myers, & Putnam, 2003). Många barn tar på sig skulden för våldet. Trots det är många föräldrar omedvetna om att deras barn kan ha traumatiserats och de flesta vet inte vad de ska göra åt det.

Kognitiv utveckling och hjärnan

Andra studier pekar på skillnader i kognitiv utveckling. Miljöfaktorer, till exempel exponering för våld, kan leda till betydande förändringar i hjärnans utveckling under hela barndomen. Ett viktigt mål i barnets utveckling är att lära sig kontrollera och styra det egna beteendet. Förmågan att styra och kontrollera beteenden och känslor utvecklas parallellt med neuro-anatomiska förändringar i hjärnan. Störningar i utvecklingen av den kognitiva kontrollen över känslorna uppträder i flera psykiska ohälsotillstånd, inklusive uppförandestörningar och kriminalitet (Marsh, Gerber, & Peterson, 2008). Barnets förmåga att styra och kontrollera sig kan alltså försämrats när det förekommer våld i familjen. Effekterna blir större om våldet äger rum tidigt i barnets liv, när hjärnan utvecklar de viktiga strukturer och förbindelser som utgör grunden till vår förmåga till känsloreglering.

Träffen

Avsikten är att mammorna under träffen ska lära sig mer om hur barn kan påverkas av att uppleva våld i nära relationer, att de ska förstå barnets behov bättre och sedan diskutera hur de ska hantera sina barn nu när de lärt sig mer om detta viktiga ämne. Om en förälder stödjer och hjälper sitt barn och ger exempel på positiv coping ökar chansen att barnet klarar påfrestningar bättre och risken för negativa följder minskar.

Mål

- Diskutera barns utveckling.
- Diskutera kvinnornas förväntningar på sina barn.
- Berätta om och diskutera hur barns utveckling kan påverkas av våld i nära relationer.

Material

Bladderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet

Affirmationer

Tabellen *Barns utveckling och beteende*

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Gå igenom listorna som gjorts vid tidigare träffar. Fråga om de har några frågor eller kommentarer från förra veckan.
- För in samtalet på barns problem och presentera ämnet *barnets utveckling* som en utgångspunkt för ett samtal om barns utveckling i olika åldrar.
- Dela ut tabellen *Barns utveckling och beteende*, som är en schematisk sammanställning av hur barn i olika åldrar påverkas av att uppleva våld i nära relationer. Diskutera hur stress, trauma och våld i nära relationer kan ha påverkat deras barn.
- Dela ut affirmationer.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Tabell över utveckling och beteende
Normal jmf. bevitnat våld i hemmet

Konsekvenserna av våld i hemmet för det ofödda barnet under graviditeten: Konsekvenserna av våld i hemmet under graviditet varierar kraftigt och mer forskning behöver göras innan vi vet den fulla effekten på det ofödda barnet. Det finns forskning som visar att 25 % av premature barn kommer från mammor som upplever högre än normala nivåer av stress. Våld under graviditeten kan vara vanligare än graviditetsdiabetes, neuralrörsdefekter, och havandeskapstörgiftning. Fysiskt våld som drabbar mamman har potential att leda till låg födelsevikt i nyfödda, missfall, och/eller dödfött.

Omständighet	Fas	Självhjälp/Färdigheter	Beteende/Karaktärsdrag	Kognitivt	Språk	Socialt/Känslor
Normal	0-6 månader	Tröstar sig själv med sugande/snuttande. Suger/sväljer väl. Öppnar munnen för sked (6 mån).	Uppmärksam på händer (3 mån). Följer objekt. På magen; lyfter huvudet; ser sig omkring. Rullar över (4 mån). Sitter med huvudstöd stadigt.	Reagerar på ljud, vänder huvudet till röst/följer med ögonen. Tröstas av lugnande röst. Företser utfodringar (3 mån). Tittar på objektet i hand, ser efter en leksak som tappas. Använder två händer att greppa.	Ler och vokaliserar vid tilltal (2 mån). Vänder huvudet efter ljud. Skratrar högt, gråter, rop, jollar, reagerar på sång, babblar (ma, ma, da, da).	Utvecklar tillit. Kommunicerar behov genom gråt, kroppsspråk och läten.
Bevittnat våld i hemmet	0-6 månader	Störningar gällande sömn och ätande.	Lätskrämd till följd av höga ljud i hemmet. Klängig och gnällig.	Reagerar långsammare på stimuli, bristande tillit till omgivningen på grund av ökande inkonsekvenser.	Försenad språkutveckling.	Rädsla att bli övergiven.
Normal	6-18 månader	Använder sked. Dricker från mugg, spiller något, plockar upp plockmat. Tuggar/sväljer fast föda. Tar av skor, handskar, klarar dragkedja.	Sitter utan söd (7 mån). Börjar krypa/krävla. Kryper väl, försöker stå (7-9 mån). Klappar händerna (8-10 mån). Går självständigt (12-18 mån). Böjer sig för att hämta upp leksak.	För över föremål från hand till hand. Sträcker sig efter och plockar upp föremål. Härmar enkla gester (Titt-ut, barnvisor). Klottrar. Avtärker omdöda objekt. Fyller på och stoppar i objekt i behållare. Tittar på bilder i böcker. Följer en eller två anvisningar/direktiv.	Reagerar på sitt eget namn (9 mån). Använder gester för att kommunicera. Använder vokalisering för att söka uppmärksamhet. Efterfrågar objekt (leksak, etc.) Efterfrågar om åtgärder (ber om hjälp). Protesterar "Nej". Hälsar "Hej, Hej då". Säger mama, dada (10 ord).	Reagerar varierande på främlingar och känner igen sig själv i spegeln (6 mån). Visar beroende/bundenhet till mor/primär vårdgivare (8 mån). Utskjer sig själv från andra (12 mån).
Bevittnat våld i hemmet	6-18 månader	Försenad kompetensutveckling.	Försenad med att krypa/gå. Gnällig och klängig.	Reagerar inte på andra, tecken på affektivt beteende.	Försenad språkutveckling	Rädsla för att bli övergiven intensifieras. Olämplig tillgivenhet till främlingar och vårdgivare.
Normal	18-36 månader	Spiller minimalt med sked och kopp. Företser behov av att kissa eller bajsas. Kan gå på toalett självständigt. Härmar enkla sysslor, klär på och klär av sig själv med lite hjälp.	Går upp och ner i trappor med handtag. Går baklänges (18 mån). Hoppar på plats. Sparkar och kastar boll, springer utan ramla. Balanserar på ett ben, några sekunder. Går i trappor utan stöd.	Matchar lika objekt. Pekar på objekten. Namnger objekten. Imiterar handlingar/rörelser. Pekar ut 3-5 kroppsdelar. Bygger torn med klossar. Matchar samma färger.	Säger förnamn. Frågar vad, var, varför, när. Korta samtal. Använder mig, min, du, jag. Kopplar samman ord. (2,3,4 +).	Fordrar närhet av en bekant vuxen (18 mån). Refererar till sig själv med namn (24 mån). Byg för främlingar. Klängig (2-2,5 år). Förstår andras behov (36 mån).
Bevittnat våld i hemmet	18-36 månader	Regression med pottråning. Störningar gällande sömn och ätande.	Ökad aggressivitet och frustration. Bristande kontroll. Irritabilitet.	Problem med koncentration och minne.	Försenad språkutveckling.	Aggressivitet och olämplig tillgivenhet. Oförmågan att individualisera leder till regressivt beteende.

Compiled by Salt Lake Area Safe At Home Coalition Children's Committee
Svensk översättning: Petra Appell, Karlstads universitet 2013

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

**Tabell över utveckling och beteende
Normal jmf. Bevitnat våld i hemmet**

Omständighet	Fas	Självhjälp/Färdigheter	Beteende/Karakärsdrag	Kognitiv	Språk	Socialt/Känslor
Normal	3-5 år	Tvättar händer självständigt. Tvättar ansiktet, bostad ländena självständigt. Klär på och klär av sig självständigt. Klarar enklare sysslor. Badar själv, badkar.	Cykla frehjulning. Gungar och klättrar. Balanserar på ett ben, 10 sekunder. Hoppar på ett ben. Använder sax. Skuttar. Skriver sitt namn (5 år). Kastar bollen över huvudet. Hoppar baklänges. Studsar/fångar bollen.	Ritar människor/figurer med 3-6 kroppsdelar. Kopierar enkla former. Matchar former/färger. Sägar fullständigt namn, adress och telefonnummer. Upprepar 3-siffriga nummer. Förstår stor, liten, varm, kall, lång och kort, etc. Viss medvetenhet om fantasi och verklighet. Gruppering av objekt. Följer enkla anvisningar. Räkna 1-20. Kan vänster, höger, över och under.	Svarar på enklare frågor. Använder under, på, framför, bakom, inuti osv. Ordföråd 200-1500+ ord. Några/få artikulationstfel.	Gillar att spela teater och dramatiska lekar. Kan kön (pojke eller flicka). Skiljs från förälder utan att gråta. Leker med jämnåriga med viss mån av samarbete. Stark känsla och tillhörighet av familjen/hemmet. Utvecklar förmåga till skuldskänslor. Undersöker omgivningen. Leker i grupp, spel med enkla regler.
Bevitnat våld i hemmet	3-5 år	Värning och orenlighet efter pottränning. Dålig personlig hygien. Hindrad utveckling av självständig levnadsförmåga eller ökad utveckling.	Fysiska besvär – magont. Söker överdrivet efter uppmärksamhet.	Mardrömmar. Funktionella problem med minnet och inläring.	Oförmåga att uttrycka tankar och känslor verbalt. Hämmad utveckling av ordföråd.	Oförmåga att relatera till kamrater. Depression. Likgiltighet till kamrater eller mobbing.
Normal	6-12 år	Klarar hushållssysslor i flera steg, matlagning, hobbies (sömnad, träslöjd), enklare reparationer.	Hoppa rep, skuttar, hoppa och travar. God öga-hand koordinat (sömnad, snickeri, etc.). Klumpig och talfatt. Snabb ojämn fysisk tillväxt. Cyklar.	Kan klockan. Grupperar objekt i kategorier och serier. Förstår begreppen rum, tid, siffror. Förverkligad insikt av ordning i världen. Läser, skriver, matematiska färdigheter. Akademiska färdigheter. Kombinerar information för att dra egna slutsatser.	Ordförådet ökar i kapp med förståelse. Korrigerar egna fel genom att uttala nya ord. Läser bra.	Gruppaktiviteter/sport, konkurrens. Klubbbar och gång har blivit viktiga. Intresset för tävling ökar. Tillhörighet och att passa in med kamratgrupper viktigt. Rädsla för att misslyckas. Aggressiv/argumenterande. Självförtröende och tillit ökar. Bildar egna åsikter.
Bevitnat våld i hemmet	6-12 år	Koncentrationssvårigheter i skolan. Omvända roller med föräldrarna. Parentifiering – intar föräldraroll i förhållande till barn och förälder.	Olämpliga uttryck av ilska. Mer aggressivt beteende eller tillbakadragat beteende.	Oförmåga att koncentrera sig. Svag problemlösningsförmåga.	Ej läskunnig på adekvat åldersnivå.	Mindre upptagen av omvärlden. Mindre kontakt med känslor. Oförmåga att kommunicera känslor. Dåligt självförtröende.
Normal	12-18 år	Mekaniska förmågor. Önskan att ha en inkomst, körkort. Önskan om framtida utbildning eller arbetslivserfarenhet.	Lättrörlig men fortfarande klumpig. Snabb fysisk tillväxt och mogen. Risktagande beteende.	Perception av fysisk volym utvecklas. Formulerar idéer, gör antaganden, och drar slutsatser. Resonerar logiskt om påståenden, objekt och händelser. Använder tänkandet mer flexibelt. Klarar hypotetiska frågor. Tendens att intellektualisera.	Införa ett andraspråk.	Snabba harmoniska förändringar. Lyrnig. Frågor: "Vem är jag?" "Var hör jag?" "Vad kan jag göra eller vara?" "Vad tror jag på?" "Kämpar med känsla av identitet. Omarbetar och utvecklar tillit, självkänsla, motivation, identitet och relationer.
Bevitnat våld i hemmet	12-18 år	Försummar skolan. Kan attraheras av och börja med droger. Tonårsgravidieter.	Risktagande – delta i högt riskbeteende som graviditet, kriminalitet, våld och inleda våldsamma relationer.	Pågående akademiska svårigheter. Negativa effekter från droger och alkohol.		Socialt oengagerad, frikopplad. Ohälsosamma relationer.

The Salt Lake Area Safe At Home Coalition is supported by Grant No. 2005-WE-BX0025 awarded by the Office on Violence Against Women, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice. Points of view or opinions in this document are those of the authors and do not necessarily reflect the official position or policies of the U.S. Department of Justice.

Compiled by Salt Lake Area Safe At Home Coalition Children's Committee
Svensk översättning: Petra Appell, Karlstads universitet 2013

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 4 – rädsla och oro, rädsla för våld i familjen

Den här träffen handlar om att ta reda på vad barnen är rädda för och vad de brukade vara rädda för tidigare. Målet är att göra en allmängiltig lista över olika saker som barn ofta är rädda för med särskild inriktning på att ange vad som skrämmer barn i familjer där det förekommer våld. Genom att göra det här i grupp lär sig deltagarna att de är oroliga och bekymrade för samma saker som de flesta andra jämnåriga när föräldrar använder våld.

Mål

- Hjälpa barnen att identifiera allmängiltig rädsla, särskilt rädsla för våld i familjen.
- Identifiera ett antal olika reaktioner kopplade till att uppleva våld.
- Hjälpa barnen att börja lära sig hantera svåra och skrämmande reaktioner kopplade till våld.
- Lära barnen att deras reaktioner på våld är likadana för andra barn.
- Lära barnen att det de kommer ihåg tillhör det förflutna.
- Hjälpa barnen att känna sig stärkta av att de kommit över några gamla rädslor.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Saxar

Tidningar

Upplägg

Låt barnen göra en lista med sådant som barn kan vara rädda för/som skrämmer barn (gruppledarna ser till att punkten "våld i familjen" kommer med på listan).

Låt barnen rita teckningar/göra collage av sådant som barn kan vara rädda för/som skrämmer barn och visa dem för gruppen.

Låt barnen göra en lista med sådant som barn kan vara rädda för när det förekommer våld i familjen.

Låt barnen berätta för varandra om sådant som de var rädda för/som skrämde dem tidigare, men som de har kommit över. Diskutera kring vad det var som gjorde att barnen kommit över sina rädslor.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Förslag på aktiviteter

Rita ett monster/ngt skrämmande i barnens storlek och skriv in listan på monstret.
Detta gör att rädslan externaliseras.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 4 – att prata med barn om våld i familjen

Tidigare trodde en att barn som växte upp med våld i hemmet inte exponerades alls för våldet och oftast inte ens bevittnade det. Studier på senare tid har visat att detta inte är fallet och att barn med egna ögon bevittnar mer än 85 % av det milda eller grova våld som äger rum (Fusco & Fantuzzo, 2009. Graham-Bermann m.fl., 2007). I en studie med 221 barn i familjer där det förekom våld i nära relationer (en fullständig beskrivning finns i utvärderingskapitlet) bad vi mammorna berätta vad som hänt efter det allvarligaste våldstillfället under det senaste året och hur deras barn reagerat på våldet. De berättade att polisen tillkallats i 70 % av fallen (i 56 % av fallen ringde mammorna själva polisen, 13 % uppgav att deras barn ringde polisen och 31 % att det var någon annan som ringt polisen, till exempel en granne). När polis tillkallats anhölls ofta våldsutövaren (61 % svarade ja) och 50 % av gångerna bevittnade barnen gripandet. 25 % av mammorna uppgav att deras barn gjorde något för att försöka skydda mamman under det värsta våldstillfället. En ansevärd del av barnen (12 %) skadades till och med under bråket. De amerikanska forskarnas resultat visar alltså att barn har direkt kunskap om våld i nära relationer när det sker och att många är direkt inblandade i våldet och dess efterverkningar.

Tillfrågade om vad de sa till sitt barn efter de allvarligaste tillfällena för att försöka förklara vad som hänt svarade 71 % av mammorna att de gav något slags förklaring och 29 % svarade att de inte sa något. Mammorna uppgav följande skäl till varför de inte pratat direkt med barnet om det som hänt: de ville inte göra barnet eller våldsutövaren upprörd. mamman "ville bara glömma bort det". och de visste inte vad de skulle säga och/eller hur de skulle börja prata om det. Intressant nog gav 27 % av mammorna sig själva skulden för våldet, 47 % skyllde på våldsutövaren och 5 % skyllde på barnet! 12 % sa att de inte skyllde på någon: "Det bara hände." 1 % av mammorna skyllde på ett husdjur och 8 % uppgav andra orsaker. Alkohol var en utlösande faktor för 22 % av kvinnorna och ekonomiska problem upp.g.a. vs som orsak till våldet av färre än 1 %. När mammor säger att våld har så många olika orsaker kan vara svårt för barn att förstå exakt vem som är ansvarig för våldet. Det är ett problem eftersom barn kan behöva förstå och reda ut sådana här potentiellt traumatiska upplevelser för att lugna sig och låta sig tröstas, men det är få som får den sortens hjälp.

Nyare forskning har visat att det finns ett direkt samband mellan föräldrarnas bemötande av barnet efter våld och konflikter och barnets välfärd och anpassning senare i livet. Föräldrar som är öppna för barnets känslor kan till exempel hjälpa barnet att förstå förvirrande känslor och bättre klara av att hantera sin smärta (Gottman m.fl. 1996, Katz & Gottman, 1997). Om föräldrarna däremot blundar för eller förminskar barnets reaktioner på de negativa händelserna riskerar barnet att senare drabbas av anpassningsproblem (Eisenberg m.fl., 1999). Och om föräldrarna ger barnet skulden för våldet leder detta sannolikt till att barnet drabbas av skuld- och skamkänslor, känslor som är förknippade med depression och dålig självkänsla (Grych m.fl., 2003). Till och med när föräldrarna faktiskt pratar med sitt barn om våldet är det ofta svårt och obehagligt. Men genom att hjälpa sitt barn gör de mycket för att främja barnets återhämtning och minimera de problem som så många av barnen uppvisar – just det slags problem som gör föräldraskapet så svårt och komplicerat för de här kvinnorna.

Det finns helt uppenbart en rad hinder som måste övervinnas om en vill prata med ett barn om våld i nära relationer. Till exempel måste en undersöka och försöka förstå varför mamman undviker sådana samtal, hennes eventuella oförmåga att prata om känslor och hennes

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

rädsla och oro för vad barnet kan säga. Men för att minimera våldets inverkan på barnet måste föräldrarna ändå försäkra barnet att våldet inte är barnets fel. Att prata med barn om svåra saker är dessutom en kommunikativ kompetens som kan läras ut och som är användbar i många situationer när föräldrar behöver prata om andra svåra frågor med sitt barn. Och barn uppskattar och behöver verkligen föräldrar som kan trösta dem när livet är jobbigt!

Träffen

Den här träffen är inriktad på kommunikation mellan föräldrar och barn. Genom att först undersöka hur känslor hanterades i kvinnornas uppväxtfamiljer kan mammorna och gruppledarna få en bild av den kommunikativa kompetensen hos kvinnorna i gruppen. Genom att diskutera kvinnornas rädsla och oro för att prata med sina barn om våld får vi en bild av hur svårt de upplever att det är och kan hjälpa till att slå hål på myter om hur sådana samtal påverkar barn. Vi fokuserar konkret på hur en pratar med och lyssnar på barn när de behöver uttrycka sina känslor och när de pratar om våld i nära relationer. Gruppen kan dessutom ge stöd åt mammor som planerar att prata med sina barn om sådana här saker eller andra svåra frågor. Diskussioner om aktivt föräldraskap tar vi upp i träff sex.

Mål

- Diskutera problem med kommunikation i familjen.
- Stödja kvinnorna att hjälpa dem hitta sätt att kommunicera med sina barn.
- Diskutera idéer om hur en kan prata om våld i nära relationer.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Utgå från listorna "Föräldrars oro och stress" samt "Oro och rädsla för barnet" och välj ut punkter som handlar om kommunikation. Börja diskutera dessa generella frågor. Uppmuntra först kvinnorna att komma med egna tips på hur föräldrar kan prata med sina barn om känslor innan gruppledarna kommer med sina förslag.
- Diskutera de konkreta problem som gruppdeltagarna säger sig ha i kommunikationen med sina barn. Visa på eventuella samband mellan detta och kommunikationsstilarna i deras uppväxtfamiljer.
- Ta reda på om gruppdeltagarna pratar med barnen om våldet och i så fall hur. Prata om hur viktigt det är att barnen får veta att det inte är deras fel och att du som förälder säger att du är ledsen för att varnet fick se och/eller höra våldet. Diskutera också vikten av att det finns någon som barnen kan prata med om hur skrämmande våldet är.
- Gör en lista med sådant som hindrar en från att prata med barnen om våldet. Kom med förslag på hur en kan komma förbi dessa hinder.
- Använd gärna avsnittet om "Vägleda barn i att hantera känslor" som resurs.
- Dela ut Affirmationer.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Vägleda barn i att hantera känslor

(inspirerat av <http://www.peterlance.com.au>)

Varför är det bra för mitt barn att få vägledning i att hantera känslor.

Det är viktigt att barn lär sig förstå och hantera sina känslor. Det hjälper dem att styra sitt beteende och gör det lättare för dem att umgås med andra. Forskning visar att barn som känslotränats av sina föräldrar är mindre utsatta för ungdomsvåld och drogberoende och har färre beteendeproblem och psykiska problem.

Vad innebär det att vägleda barn i att hantera känslor?

Det hjälper barn att förstå olika känslor de har, var känslorna kommer ifrån, och hur de kan hanteras. Enkelt uttryckt kan föräldrar vägleda sina barn i att hantera känslor genom att trösta, lyssna och förstå deras tankar och känslor och hjälpa dem att förstå sig själva. Om föräldrar gör detta känner sig barnen älskade, uppbackade och respekterade. Föräldrar som vägleder sina barn i att hantera känslor får därmed troligen också lättare att sätta gränser och lösa problem.

Att lära sig vägleda sina barn i att hantera känslor

Det kan verka svårt till att börja med. Men efterhand känns det helt naturligt.

Steg 1: Förstå hur *du* hanterar känslor. För att vägleda dina barn i att hantera känslor måste du först förstå hur du själv förhåller dig till känslor. En del föräldrar har till exempel svårt att hantera sina barns negativa känslor. Om barnet är ledsen kanske föräldrar tror att barnet slutar vara ledsen om problemet blir löst. Kanske har en svårt att hantera sin egen ilska eftersom en tycker att en tappat kontrollen. Det i sin tur kan leda till att en som förälder hindrar sina barn från att uttrycka ilska.

Ett par saker att tänka på:

- Har ilska alltid betraktats som farligt? Gjordes det någon skillnad mellan känslor av ilska och ilskna handlingar?
- Betraktades rädsla som fegt? Hur lärde du dig i så fall att hantera rädsla?
- Fick en vara ledsen i din familj eller betraktades det som självömkan? Hur lärde du dig att hantera känslan av att vara ledsen?

Steg 2: Se på barnets negativa känslor som en möjlighet till närhet och träning. Att logiskt resonera bort barnens känslor funkar sällan och leder ofta till konflikt. Om föräldrarna istället hjälper barnen att sätta ord på och prata om känslor känner sig barnen förstådda och upplever en större närhet till föräldrarna.

Steg 3: Lyssna med medkänsla och förståelse. Bekräfta sedan barnets känslor. För att förstå sitt barn måste en sätta sig in i barnets situation. Empatiskt lyssnande kan vara ett sätt att göra detta. Det hjälper dessutom barnet att förstå att hens känslor och önskningar är okej, även om hens handlingar inte är det. Här är några tips på hur en som förälder lyssnar empatiskt och medkännande och bekräftar barnets känslor:

- Säg vad du ser och hör. Säg vad du ser och hör istället för att ställa utforskande frågor. Barn vet ofta inte vad de känner eller varför de har en känsla. Elisabeth sex år är till exempel tystare än vanligt. Hon äter sitt mellanmål utan glädje och traskar sedan iväg till sitt rum. Hennes mamma ser det här och säger: "Vad du är tyst idag, Elisabeth." Eftersom Elisabeth knappt svarar på detta säger mamman en sak till: "Ofta när jag är så där tyst så är jag orolig för något." Då öppnar sig Elisabeth och berättar att hon oroar sig för kompisarna i skolan.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Fråga inte om du redan svaret. Om du till exempel frågar vem som smutsat ner mattan trots att du redan vet vem som gjort det skapar du en atmosfär av misstro. Var rak istället: "Du smutsade ner mattan. Jag är besviken på dig."
- Kom med exempel från ditt eget liv. Det hjälper barnen att känna att det de upplever är normalt.

Steg 4: Sätt ord på barnets känslor. Barn vet ofta inte vad de känner. Om du sätter ord på en handling – säger klart och tydligt att de verkar arga eller ledsna eller besvikna – hjälper du barnet att förvandla en skrämmande, obehaglig känsla till något som kan identifieras och är normalt. Forskning visar att nervsystemet påverkas positivt av att sätta ord på sina känslor, och det är något som hjälper barn att återhämta sig snabbare från förvirrande upplevelser.

Ett exempel: Ibrahim fyra år säger att han hatar kompisen Billy för att Billy tog hans leksak och sedan slog Ibrahim när han försökte ta tillbaka den. Istället för att säga åt Ibrahim att han inte avskyr Billy utan faktiskt tycker om honom eftersom de är kompisar säger Ibrahims mamma: "Det låter som om du är ganska arg på Billy för att han tog din leksak och slog dig."

Steg 5: Sätt gränser när du utforskar tänkbara lösningar på problemet som är orsak till den negativa känslan.

- Sätt gränser. Även om det är viktigt att bekräfta barnets känslor behöver föräldrar inte godta barnets handlingar. Har man en gång satt gränser – förklarat vad som är oacceptabelt beteende och vad det har för konsekvenser – ska en följa upp och vara konsekvent. Det perfekta tillfället för känsloträning är precis efter att barnet uppfört sig illa och innan det får ta konsekvensen av sina handlingar. En förälder kan till exempel säga: "Du är arg för att Daniel tog spelet ifrån dig. Det skulle jag vara också. Men det är inte okej att du slår honom. Vad kan du göra istället?"
- Identifiera mål. När en följt upp och låtit barnet ta konsekvensen av det oacceptabla beteendet identifierar en det mål barnet försökte nå med sitt beteende. Fråga helt enkelt ditt barn vad hen försökte göra eller ville skulle ske.
- Tänk på möjliga lösningar. Låt barnet föreslå lösningar på en problemsituation innan du kommer med egna förslag. Det hjälper barnet att bli bättre på problemlösning. Avfärda inte barnets lösningar om de är orealistiska. Ställ istället frågor som hjälper barnet att förstå vad hans förslag får för resultat.
- Bedöm lösningsförslagen utifrån värderingarna i din familj. När barnet föreslår lösningar kan du fråga till exempel:
 - "Är det en rättvis lösning?"
 - "Kommer lösningen att funka?"
 - "Är den säker?"
 - "Hur kommer du att känna dig? Hur kommer andra att känna sig?"
- Hjälp ditt barn att välja en lösning. Om barnet föreslår en realistisk lösning är det okej att gå vidare förutsatt att det är ofarligt. Låt barnet lära sig genom att se konsekvenserna av sitt val. Men bränn inga broar, utan var öppen för att modifiera lösningen om det inte verkar fungera. Hjälp dessutom barnet att hitta en handlingsplan för att nå sitt mål.

Läs mer om känsloträning i John Gottmans bok *Raising an Emotionally Intelligent Child: The Heart of Parenting*. Läs mer om hur en förälder lyssnar empatiskt och bekräftar sitt barn i Haim Ginotts bok *Between Parent and Child*.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 5 – planera för trygghet och nya sätt att lösa konflikter

Målet med den här träffen är att tala om realistiska möjligheter för barn att handla i olika hotfulla och eventuellt hotfulla situationer. Barn till våldsutsatta oroar sig ofta för att deras förälder ska bli utsatta för våld igen. Syftet med träffen är att stärka gruppdeltagarna men också att lära dem att vara realistiska när de bedömer olika handlingsmöjligheter, särskilt när det gäller våld i familjen. Gruppen börjar med att spåna fram en lista över farliga situationer som barn kan hamna i. Förhoppningsvis ska barnen få möjlighet att ställa frågor som de kanske inte vill eller vågar ställa till andra i familjen, de ska lära sig hur en söker hjälp i nödsituationer och/eller tala om oron för den egna säkerheten i en grupp där de har stöd av andra.

Träffen har även ett annat tema, nämligen att upptäcka alternativa sätt att lösa konflikter. Men den här gången handlar det i synnerhet om hur barnen kan planera sin egen säkerhet i skrämmande situationer. Ett annat mål var att få gruppen att skjuta över problemen på något mer neutralt än den egna situationen. Särskilt intressant är presentationen av olika möjligheter att lösa konflikter.

Mål

Identifiera situationer där barn känner sig otrygga.

Utforska sätt att känna sig trygg – vad kan en göra när en inte känner sig trygg/säker.

Komma på olika sätt att hantera konflikter.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Saxar

Tidningar

Upplägg

- Definiera vad en säkerhetsplan är – gör en poster med de olika handlingsalternativen för olika situationer. brand (rädda, varna, larma, släck), olycka (andning, blödning, chock).
- Identifiera när en ska ringa 112 – vad är en nödsituation.
- Gör olika övningar kopplade till vårt larmnummer 112.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Be barnen göra en lista för vad barn kan göra när det pågår våld mellan vuxna: ring 112 om det inte innebär en säkerhetsrisk, berätta för någon du litar på, göm dig på eller gå till trygga och säkra ställen, ta dig bort från våldet.
- Gruppledarna ska spela upp en teater med figurer där temat är konflikter. När ledarna har spelat upp en scen med figurer (t.ex. legofigurer, gosedjur, plastdjur) om en påhittad familjekonflikt med våldsinslag, kan gruppdeltagarna föreslå alternativa sätt att uttrycka negativa känslor inför andra, t.ex. tala med vännerna om hur det känns eller visa ilska på olika icke destruktiva sätt. Med hjälp av figurer kan gruppen identifiera och visa felaktiga sätt att lösa konflikter. Till slut kan de tillsammans med ledarna arbeta fram alternativ till våld och utforma dem med hjälp av figurerna.

Förslag på aktiviteter

112 sagobok (2009) finns på SOSAlarm.se välj "för dig som är barn och ungdom" välj sedan "vadå 112 för de lite yngre".

Visa videoklipp från SOS Alarm kring vad som är en nödsituation och inte.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

När ska du ringa 112?

Nödnumret 112 ska bara användas vid akuta nödsituationer där det föreligger fara för liv, egendom och miljö. Är det inte en akut fara ska man inte ringa 112.

Vad är en akut nödsituation?

Med sunt förnuft kan du ofta avgöra om du ska ringa 112 eller inte. Men för att reda ut begreppet akut nödsituation så kännetecknas den av att fara föreligger för liv, egendom eller miljö och där man behöver omedelbar hjälp från ambulans, räddningstjänst, polis, flyg-, sjö-, fjällräddning, jourhavande präst eller giftinformation.

Här är några exempel på situationer när du ska ringa 112:

Du ser bilar krocka.

Du ser en båt med människor sjunka.

Du ser rök och/eller lågor slå ut genom ett fönster på en byggnad.

Du påträffar en medvetslös person.

Du ser en bil köra genom ett broräcke och hamna i vattnet.

Du ser människor som slåss vilt.

Du påträffar en person som blöder kraftigt från huvudet och verkar vara mycket förvirrad.

Lättläst

112 är det telefonnummer du ska ringa när du behöver akut hjälp.

Du ska bara ringa 112 när det är en nödsituation. En nödsituation är när du snabbt behöver hjälp.

Det är en nödsituation när en persons liv är i fara. Det är också en nödsituation när egendom är i fara.

Egendom är saker som någon äger.

Du ska också ringa 112 när miljön är i fara. Det kanske till exempel rinner ut olja.

I Sverige är det samma nummer för ambulans, brandkår, polis, fjällräddning och sjöräddning. Nödnumret 112 fungerar i alla länder inom EU.

Övning larmsamtal

När du ringer 112 får du många frågor från den som svarar på numret 112.

Du får till exempel svara på:

Vad har hänt?

Var behövs hjälp?

Vilket telefonnummer ringer du från?

Om du ringer om någon som är sjuk eller skadad får du svara på:

Hur mår personen?

Sitter någon fast?

Är den skadade inne eller ute?

Vem är skadad?

Namn, kön och ålder?

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

När det brinner:
Vad är det som brinner?
Är någon människa i fara?
Brinner det mycket eller lite?

När det har hänt en trafikolycka:
Hur många är skadade?
Sitter någon fast?
Rinner det någon vätska, till exempel olja eller bensin?

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 5 – uppväxtfamiljen

Uppväxtfamiljen är de människor du levde och växte upp med som barn. Den omfattar föräldrar, styvföräldrar, adoptivföräldrar, syskon, styvsyskon och till och med mor- och farföräldrar och andra släktingar, till exempel kusiner, som bodde i hemmet. Det är de människorna som haft störst inflytande på våra nuvarande relationer och som fungerar som våra förebilder – positiva eller negativa – för hur vi beter oss som föräldrar, makar, sambor eller i parförhållanden. Om en har haft negativa upplevelser av förebilder i det förflutna kan en behöva återhämta sig från de upplevelserna innan en går vidare till nuet. Ett sätt att gå vidare och bortom de upplevelserna är att prata om sin uppväxtfamilj, fundera på vad som var bra i det förflutna och vad i uppväxtfamiljens historia som gör livet svårt i nuet (Bowen, 1978). Det kan vara bra att undersöka hur sådana problem i uppväxtfamiljen påverkar en i vuxenlivet om en till exempel har haft traumatiska upplevelser och upplevt våld i nära relationer, övergrepp mot barn, psykiskt våld eller har föräldrar som var missbrukare eller psykiskt sjuka.

Genom att prata om uppväxtfamiljens problem och förstå de känslor som hänger ihop med problemen kan kvinnorna i gruppen känna gemenskap och stödja varandra, eftersom de ofta visar sig ha liknande erfarenheter. Kvinnornas självbild, självkänsla och tankar om vad som är möjligt i livet kan hämmas av vad de har för uppfattning om sig själva, vilket grundläggs i barndomen i kontakten med familjemedlemmar. Forskning visar att det finns ett samband mellan sådana skadliga föreställningar och depression, ångest och obehagskänslor (Garber & Hilsman, 1992. Kendall & Chansky, 1991. Rosen, Milich & Harris, 2007. Segal, 1988). Genom att ändra sin självbild och ta vara på de positiva sidorna hos uppväxtfamiljen kan kvinnorna börja läka gamla sår och utveckla nya möjligheter. Kvinnorna skiljer ut sig själva från uppväxtfamiljen och ser att de kan forma sin framtid.

Uppväxtfamiljen har stor betydelse för hur en själv är som förälder. Många gånger är kvinnorna omedvetna om hur de kan ha skadats av sin uppväxt. De säger ofta att "mina föräldrar gjorde så gott de kunde" – men utan att reflektera över vad som skulle ha varit bättre och vad de INTE fick från dem. Våldsamma och alkoholiserade föräldrar kan beskrivas som själviska och elaka missbrukare. Det är visserligen sant att missbrukare ofta använder droger för att orka med en besvärlig situation, och dessutom är missbruk tre gånger vanligare hos dem som har psykiska hälsoproblem – men faktum kvarstår att för missbrukare kommer barnet aldrig i första hand (Friedman, 2011). Det är helt uppenbart att kvinnor som utsatts för våld i nära relationer ofta oroar sig för sina barn och är rädda för att de ska begå samma misstag som sina egna föräldrar och/eller anser sig illa rustade att göra ett bättre jobb än de egna föräldrarna gjorde med dem. Genom att uppmuntra kvinnorna att titta närmare på föräldraskapet i sina uppväxtfamiljer hjälper vi dem att gå vidare och planera för att bli bättre som föräldrar.

Träffen

I den här träffen uppmuntras gruppmedlemmarna att diskutera sina uppväxtfamiljer och hur de behandlades av sina föräldrar. De undersöker både positiva och negativa sidor av barndomen: våld, övergrepp, missbruk, men också styrkor, det som var bra i familjen under uppväxten. Den risk- och resiliensmodell som ingår i det utvecklingspsykopatologiska perspektivet är ett sätt att gestalta våldet och traumana i uppväxtfamiljen och beskriva hur buffertar och påfrestningar kan skydda eller äventyra individens sociala utveckling (Ehren-

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

saft, Cohen, Brown, Smailes, Chen & Johnson, 2003. Graham-Bermann & Levendosky, 2011. Lieberman, Padron, Van Horn & Harris, 2005). Gruppledarna kan visa på sambandet mellan hur kvinnorna behandlades av sina föräldrar och hur de själva är som mammor idag. Fokus ska ligga på att lyfta fram viktiga skillnader och de positiva sidorna i deras nuvarande föräldraskap.

Mål

- Diskutera hur kvinnorna behandlades av sina föräldrar som barn – både de negativa och positiva sidorna i deras barndom – och koppla ihop detta med deras föräldraskap.
- Diskutera aspekten av makt- och kontroll när det förekommer våld i nära relationer, i synnerhet vad gäller stressfaktorer i föräldraskapet.
- Om detta behövs eller utgör en fråga i gruppen. diskutera kopplingen mellan droger/alkohol och våld i nära relation och hur det kan skapa en stress i föräldraskapet.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Presentera dagens ämne, uppväxtfamiljen, som ett sätt att tänka på hur de är som föräldrar idag – i både positiv och negativ bemärkelse.
- Låta kvinnorna berätta om sina uppväxtfamiljer, med särskild inriktning på hur deras föräldrar behandlade dem som barn.
- Låt deltagarna komma med förslag på hur detta påverkar dem själva som föräldrar idag och skriv ner detta på blädderblocket.
- Dela ut affirmationer.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 6 – könsroller

Målet är att identifiera stereotypa uppfattningar om könsroller och hjälpa barnen att förstå och utveckla sina förväntningar på manligt och kvinnligt beteende. Gruppen diskuterar hur män är, hur pappor är, vad män gör på arbetet och på fritiden och i sina sociala roller. På samma sätt diskuterar vi kvinnliga könsroller, kvinnors roller på arbetet och i familjen, på fritiden och deras sociala roller. Barnen får hjälp att skapa en stor gruppbild som föreställer män och kvinnor i olika roller och aktiviteter. Sedan hittar gruppen på en historia om det som händer på bilden. Gruppen pratar gemensamt om könsrollerna i den egna familjen och om vad det finns för andra alternativ.

Mål

- Bygga upp och förstärka positiva associationer om det egna könet hos barnen.
- Låt barnen föreställa sig och prova, positiva könsroller för dem själva i framtiden.
- Låta barnen föreställa sig att de kommer att få positiva könsroller när de blir vuxna.
- Motverka traditionella könsroller.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Saxar

Tidningar/kataloger

Upplägg

- Låt barnen rita en teckning/gör ett collage av det de vill bli när de blir vuxna.
- Gruppledarna ber barnen fundera på hur de skulle vilja bli som mamma/pappa om de blir det. Det är viktigt att gruppledarna understryker att pojkar kan växa upp och bli pappor som inte använder våld och att flickor kan växa upp och bli mammor i en relation utan våld (viktigt att fundera kring hur en pratar gällande detta om det är en kvinna som utövat våldet i barnets familj). Denna övning görs under tiden som barnen ritar och/eller gör collage där gruppledarna kan gå runt och prata enskilt eller med bara några av barnen.
- Gör en lista med vad flickor respektive pojkar kan bli när de blir vuxna.
- Gör ett collage/väggmålning med yrken som vuxna kan ha – poängtera att vuxna kan ha vilket arbete de vill, oavsett kön.
- Låt barnen berätta vad de gillar med att vara pojke eller flicka och gör en lista utifrån deras åsikter.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Förslag på aktiviteter

Använd olika huvudbonader och/eller kläder som representerar olika yrken.

Läs sagor om barn som funderar kring att välja, enligt traditionella könsroller, annorlunda yrken när de blir vuxna.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 6 – aktivt föräldraskap

Att vara förälder kan vara något av det allra svåraste och mest givande en gör i sitt liv. Men föräldrar upplever ofta att de är dåliga på att hantera sina barns beteende till exempel om de har ont om ekonomiska eller emotionella resurser eller om barnen reagerar på att uppleva våld eller om en i den egna uppväxtfamiljen använt våld som uppfostringsstrategi. Effektivt föräldraskap har nyligen kunnat visas vara en faktor som skyddar mot problem hos barn som upplevt för våld i nära relationer. Bristande föräldraskap och dålig hantering av föräldrastress har i allmänhet förknippats med internaliseringsproblem och depression hos barn. Katz & Low (2004) fann till exempel att positivt föräldraskap visserligen inte skyddar barn mot konsekvenserna av våld, men att ett fientligt och/eller aggressivt föräldraskap ökar risken för depression hos våldsexponerade barn. Och Morrel, Dubowitz, Kerr och Black (2003) fann att verbalt aggressivt föräldraskap förvärrade tillståndet för barn som upplevt våld i nära relationer, som då blev mer ängsliga, tillbakadragna och deprimerade.

Å andra sidan har förmågan att vara en bra förälder trots en stressig familjesituation konstaterats vara en faktor som skyddar mot problem hos barn som upplevt våld i nära relationer. Levendosky och Graham-Bermann (2001) fann att mer effektiva mammor även minskade våldets negativa effekter på barns aggressiva beteende. Boney-McCoy och Finkelhor (1995) visade att starka föräldra-barnrelationer mildrade effekterna av viktigmisering hos barn men utan att helt eliminera dem. Samtidigt som studierna alltså pekar på att ett föräldraskap som är effektivt – trots en besvärlig familjesituation – kan leda till att minimera de negativa effekterna av att uppleva våld vad beträffar anpassningsproblem och depression hos barn, visar de att en aggressiv och fientlig föräldrastil kan öka den (allostatiska) belastningen för barn på ett sätt som är skadligt för dem.

Det finns flera olika metoder när det gäller att vägleda sina barn och att hantera barns problematiska beteende. Fokus för träffen är positivt föräldraskap. Målet är att ge mammorna flera alternativ för hur de kan vägleda sina barn och hantera sina barns problematiska beteende. De flesta föräldrar är emot barnaga men andra ger till exempel sina barn smisk trots att det är förbjudet i Sverige enligt lag sedan 1979. Amerikanska studier visar att föräldrar som agar sina barn förväntar sig att barnen ska bli lydigare, mindre aggressiva och mindre asociala. Men forskningen visar med stor tydlighet att aga visserligen kan leda till att barnet för stunden fogar sig i förälderns vilja, men i det längre perspektivet finns ett samband mellan barnaga och ökad aggressivitet, kriminalitet och asocialt beteende (Gershoff 2002, Kerr m.fl. 2004, Lopez m.fl. 2001).

Småbarn – och i synnerhet förskolebarn (2-5 år) – utsätts oftare för aga än äldre barn i USA (Day m.fl. 1998, Dietz 2000, Grogan-Kaylor & Otis 2007, Holden m.fl. 1999, Loeber m.fl. 2000, Straus & Stewart 1999, Wissow 2001). Men kroppsaga är inte något som enbart drabbar småbarn. 85 % av vuxna uppger att de utsatts för kroppsaga av sina föräldrar någon gång i livet. Och 51 % uppger att de har blivit slagna med ett bälte eller annat föremål av föräldrarna (Bender m.fl. 2007). Studier visar dessutom att risken är större att man agar sina egna barn om man själv utsatts för aga som barn (Barkin m.fl. 2007, Graziano m.fl. 1996, Rodriguez & Sutherland 1999).

En annan sak som kan komma upp i diskussioner om barnaga och strategier för beteendeförändring är kultur. Om föräldrarna anser att deras kulturella bakgrund (till exempel religion, etnicitet eller ursprungsland) tillåter barnaga är det mer sannolikt att de agar sina barn

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

(Barkin m.fl. 2007, Grogan-Kaylor & Otis 2007, Lansford m.fl. 2004, Xu m.fl. 2000). Det finns också ett påvisat samband mellan stress kopplad till låg inkomst och barnaga (Eamon 2002, Molnar m.fl. 2003, Regalado m.fl. 2004, Straus & Stewart 1999). Det är viktigt att notera att den negativa effekten av barnaga har påvisats oberoende av kultur och etnicitet. Studier utförda i USA visar att afroamerikanska barn och latinoamerikanska barn drabbas lika ofta av förhöjda aggressionsnivåer efter aga som euroamerikanska barn (Mulvaney & Mebert 2007, McLoyd & Smith 2002).

Träffen

I den här träffen låter vi listan över ämnen från föregående träffar styra vårt samtal om föräldraskap och vägledning av barn. Olika föräldrastrategier presenteras och diskuteras med särskild tonvikt på sådana metoder som kvinnorna tycker har gett bra resultat. Målet är att gruppen ska diskutera och fundera på vad som har fungerat bra i det förflutna, vad som inte fungerat bra, och vilka utmaningar de för närvarande står inför i sitt föräldraskap. Mammorna kan berätta om eventuella framsteg och motgångar på de följande träffarna.

Mål

- Förmedla tanken att föräldraskap handlar om att vägleda, skydda och uppmuntra sina barn.
- Identifiera strategier som föräldrarna använder för att vägleda sina barn. Vad fungerar, vad fungerar inte.
- Diskutera strategier för att förändra föräldrarnas förhållningssätt och därigenom ändra barnens negativa beteende.

Material:

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet

Arbetsblad med tips på "Aktivt föräldraskap"

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Gå igenom och komplettera listorna "Oro och rädsla för barnet" samt "Föräldrars oro och stress".
- Diskutera de strategier mammorna redan provat och ta reda på vilka som fungerat bra för dem i det förflutna.
- Gör en lista på positiva strategier för att vägleda och skydda dina barn.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Diskutera strategier som mammorna provat men som inte fungerat och undersök varför de tror att strategierna inte fungerat.
- Gå igenom vilka hinder som uppstod och gör en lista över hinder för framgång.
- Dela ut arbetsblad med beskrivningar av positiva föräldraskapsstrategier till mammorna som de får ta med sig hem.
- Dela ut affirmationer.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Aktivt föräldraskap

- Var medveten om barnets förmåga och begränsningar. Barn utvecklas i olika takt och har olika styrkor och svagheter. Om barnet tappar kontrollen kan det bero på att hen helt enkelt inte kan göra det du vill eller inte förstår vad det är du vill hen ska göra.
- Tänk innan du talar. När du väl satt upp en regel eller gett ett löfte måste du hålla dig till det. Se till att vara realistisk. Tänk efter om det verkligen är nödvändigt innan du säger nej.
- Kom ihåg att barn gör det som "fungerar". Om barnet får ett raseriutbrott i mataffären och du mutar hen med godis för att hen ska sluta så kommer hen troligen att få ett raseriutbrott också nästa gång. Ansträng dig att undvika att förstärka fel sorts beteenden, om så bara med din uppmärksamhet.
- Sträva efter att vara konsekvent. Ingen är konsekvent hela tiden. Men försök se till att dina mål, regler och vägledningsmetoder är samma från dag till dag. Barn blir förvirrade av ständig förändring och testar gärna gränser för att ta reda på var gränsen går.
- Var uppmärksam på barnets känslor. Om du kan förstå varför ditt barn tappar kontrollen så är du ett steg närmare problemets lösning. Det är snällt mot barnet och underlättar samarbetet om du låter hen veta att du förstår. Ett exempel: "Jag vet att du är ledsen för att din kompis ska gå men du måste ändå plocka upp dina leksaker." Håll utkik efter mönster som tyder på att beteendet har en särskild innebörd, till exempel att barnet är avundsjukt. Prata med barnet om det istället för att bara dela ut konsekvenser.
- Försök att lära dig av misstagen, inte minst dina egna. Tappa inte modet om du hanterar en situation dåligt första gången. Fundera över vad du kunde ha gjort annorlunda och försök göra så nästa gång. Om du tycker att du gjort ett verkligt misstag i stundens hetta väntar du tills du lugnat ner dig. Sedan ber du barnet om förlåtelse och förklarar hur du kommer att hantera situationen i framtiden. Se till att göra som du sagt. Det ger barnet en bra förebild för hur en kommer tillbaka efter att ha hanterat en situation mindre bra.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Medvetet föräldraskap

En medveten förälder ger trygghet:

- Med fysisk, emotionell och själslig tröst
- Genom att erbjuda villkorslös kärlek och stöd
- Genom att undvika få barnet att känna skam eller vara nedsättande mot barnet, vilket hjälper barnet att bevara sin känsla av värdefullhet
- Genom att undvika negativ kritik

En medveten förälder ger stöd:

- Genom att använda "jag" istället för "du" för att förklara sin synpunkt
- Genom att tillåta sitt barn att uttrycka sig
- Genom att lära sig observera och ifrågasätta sig själv
- Genom att utforma passande handlingssätt
- Genom att använda barnets beteende som en möjlighet att få nya kunskaper, snarare än som en möjlighet att utdela bestraffningar
- Genom att ge tydliga instruktioner när barnet ska lära sig ett nytt handlingssätt
- Genom att fokusera på barnets handlingssätt och inte deras personlighet eller motiv
- Genom att lyfta barnets samarbetsvillighet i större omfattning än du lyfter "problem"
- Genom att hjälpa sitt barn förstå att val får konsekvenser
- Genom att inte dra sig undan när saker blir svåra
- Genom att bidra till att barnet upprätthåller en god självkänsla
- Genom att hjälpa barnet uppleva lycka, skratt och skoj
- Genom att skapa möjligheter för barnet att uttrycka sig på kreativa sätt
- Genom att säga "ja" så mycket som möjligt
- Genom att ge tydliga gränser och begränsa barnet för att på så vis förstärka barnets känsla av trygghet och stöd
- Genom att utforma passande gränser kring sin personlighet
- Genom att lära sig om de olika tillväxt- och utvecklingsstadier som barnet går igenom

Adapted from: Hendrix and Hunt (1997: 141-155) 'Giving the Love that Heals'

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 7 – vad är bra med familjen

Barns upplevelser och observationer av relationerna i den egna familjen lär dem att interagera med andra människor. Det finns fördelar och nackdelar med att vara familjemedlem, men de flesta barn har små möjligheter att fundera på eller prata med andra om relationerna i familjen. Det finns flera övningar som hjälper barn att ta reda på vad det innebär att tillhöra en familj.

Mål

- Hjälpa barnen att föreställa sig en positiv bild av sin framtida familj.
- Hjälpa barnen att identifiera positiva saker med att vara en familj.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Upplägg

- Be barnen rita en teckning som föreställer familjemedlemmarna när de gör något tillsammans och sedan berätta om det. Ge barnen möjlighet att tala om hur de uppfattar fördelarna och nackdelarna med den nuvarande familjen.
- Be barnen att föreställa sig vad de skulle önska sig för familjens räkning ifall de kunde få tre önskningar uppfyllda. De som känner sig trygga kan berätta om sina tankar.
- Be barnen rita en teckning som föreställer hur deras EGEN familj kommer att se ut när de är vuxna och berätta för gruppen om vad som händer på bilden. Vem kommer finnas i familjen? Kommer de bli föräldrar? Gruppledarna ska poängtera att i framtiden kan barnen leva i en familj utan våld.
- Diskutera teckningarna med varje barn.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 7 – säkerhetsplanering, stöd och resurser i kommunen

Den här träffen ägnar vi åt att förbättra mammornas förmåga att agera självständigt och tillvarata sina rättigheter. Det finns mycket som kvinnor som utsatts för våld i nära relationer kan behöva få information om. Det kan till exempel handla om att veta hur en ser till att barnen och en själv får tillgång till olika tjänster, hur en skapar en säker och trygg livsmiljö, skaffar ett jobb och får en egen inkomst eller ansöker om ett lån, eller hur en gör om en själv eller barnen behöver rättshjälp eller annat socialt stöd. Men kvinnor hindras ofta av personliga skäl och/eller av just de system som utformats för att hjälpa dem. När Song (2012) undersökte hur det gick för kvinnor som utsatts för våld i nära relationer att hitta och få tillgång till de resurser de behövde och hur dessa tjänster påverkade deras livskvalitet visade det sig att de som fått socialt stöd lyckats bättre med att skaffa sig den hjälp de behövde och hade bättre självkänsla och var mer nöjda med sina liv som helhet än våldsutsatta kvinnor som inte använt sig av stödresurser och samhällstjänster. Kids' Clubs mammagrupp är en sådan stödresurs för kvinnor som utsatts för våld i nära relationer.

Studier har visat att barn är en vanlig och stark motivationsfaktor för mammor som söker hjälp och/eller lämnar en våldsutövande partner (Randell, Bledsoe, Shroff & Pierce, 2012). Ändå är risken störst att kvinnan skadas eller dödas när hon först försöker lämna våldsutövaren (Campbell, 1992). Det är därför viktigt att kvinnan gör en säkerhetsplanering för eventuella nödsituationer. Även om kvinnan inte längre lever med våldsutövaren är det sannolikt att hon har kontakt med honom i samband med barnens umgänge med pappan och alltså kan vara utsatt för fortsatt psykiskt våld i form av ständiga hot eller försök att kontrollera henne. Andra riskmoment när hon lämnar en våldsutövare kan handla om förändringar och försämringar som hon förknippar med förlusten av en uppskattad position, känslor av skuld och avvisande, gemenskapsförlust, förlorad kontakt eller mindre tid med barnen, problem med uppehållstillstånd, isolering och ekonomiska svårigheter (Lindhorst, Nurius & Pacy, 2005).

En eventuell säkerhetsplanering måste därför innehålla konkreta åtgärder för att minimera sådana faktorer om kvinnan ska känna sig trygg. Fyra viktiga inslag i en strategisk säkerhetsplanering har beskrivits av Lindhorst, Nurius och Pacy (2005). De är 1) bedömning av olika hotbilder, 2) kartläggning av stödresurser och hinder i omgivningen, 3) utvecklingspsykologisk kartläggning av coping, samt 4) utveckling av sociala stödresurser.

Träffen

Säkerhetsplanering är en viktig fråga som handlar om mer än planering för att skydda mot fysiska övergrepp. I den här träffen får kvinnorna berätta på vilka områden de upplever den största faran eller förlusten i samband med att de lämnar våldsutövaren och vad de försökt göra för att övervinna sin rädsla och hindren i deras väg. Förhoppningen är att kvinnorna efter träffen ska ha mer kunskap och stöd och därför bättre kan föra sin egen talan och ordna den trygghet och säkerhet och de tjänster de behöver för sin egen och barnens skull.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mål

- Hjälpa kvinnorna identifiera de områden där de känner sig hotade och riskerar att utsättas för våld.
- Identifiera eventuella hotsituationer.
- Utforma en säkerhetsplan.
- Identifiera vilka hinder som finns för att ta del av stöd och resurser i lokalsamhället.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Aktuell samhällsinformation

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Kvinnorna uppmanas att fundera över vilka hot eller förluster de upplevt efter att ha lämnat våldsutövaren. Om kvinnan fortfarande bor ihop eller har kontakt med våldsutövaren ska hon identifiera var eller när hon känner sig hotad eller riskerar att utsättas för våld.
- Diskutera vad de gjort för att få tillgång till stöd och resurser.
- Identifiera vilka hinder som de har stött på för att få ta del av resurser som finns i lokalsamhället.
- Informera om stöd och resurser på orten. Det kan handla om aktiviteter för barn, stödverksamheter, kontaktuppgifter till lokala, regionala och nationella stödverksamheter.
- Utforma en säkerhetsplan som innehåller strategier för att hantera hotfulla situationer. Denna övning kan göras både i grupp och/eller individuellt. Om tillfälle ges, informera om hur temat säkerhetsplanering tagits upp i barngruppen.
- Affirmationer

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Exempel på säkerhetsplanering*

Säkerhetsplanering för gräl och bråk:

1. Fokusera på din egen säkerhet när ett gräl eller bråk börjar. Börja med att ställa dig nära en dörr eller utgång. Undvik platser där det finns vapen eller andra tillhyggen som uppenbart kan ge allvarliga fysiska skador.
2. Ha en plan för hur du tryggt och säkert tar dig ut ur bostaden. Ta reda på vilken dörr eller vilket fönster som är säkraste vägen ut.
3. Prata med barnen om hur de tryggt och säkert tar sig ut ur bostaden. Låt dem öva på det.
4. Undvika att lämna barnen ensamma med våldsutövaren.
5. Bestäm på förhand vart du ska ta vägen om du måste gå därifrån. Ha en genomtänkt planering.
6. Förbered en granne ringa polisen om de hör att ni bråkar i ditt hem.

Säkerhetsplanering om din partner inte bor i ditt hem:

1. Byt lås i dörren så snart som möjligt och sätt lås på fönstren.
2. Ansök om kontaktförbud om din partner har hotat eller skadat dig.
3. Ta reda på vad du har för juridiska rättigheter och möjligheter. Kontakta socialtjänsten, en kvinnojour eller en brottsofferjour för information eller tips om advokat.
4. Berätta för en granne att du inte längre bor ihop med din partner. Om du känner dig hotad ska du också förbereda grannen på att hen ringer polisen om din partner dyker upp.

Säkerhetsplanering om du tänker lämna din sambo:

Det här är en farlig situation så var extra noggrann och försiktig!

1. Öppna ett bankkonto i ditt eget namn som ett första steg till att bli mer självständig. Kom ihåg att bankkort och pinkod skickas till din folkbokföringsadress om du inte gör upp något annat med banken.
2. Det är bra om du tar med dig åklagarens beslut om kontaktförbud.
3. Ha alltid en väska packad och klar. Förvara den på ett säkert och hemligt men lättåtkomligt ställe, det behöver inte vara i ditt hem. Väskan kan förvaras hos en vän eller på din arbetsplats.
4. Förvara pengar, extranycklar, kopior av viktiga handlingar och extrakläder hos någon du litar på.
5. Ta reda på vem du kan bo hos och vem du kan låna pengar av.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

6. Ha alltid med dig telefonnummer till närmaste skyddade boende. Lägg in det i din mobil, men tänk på att om din partner går igenom din mobil behöver du skriva in numret under ett annat namn.

7. Ta med dig det här när du lämnar din sambo: Id-kort, körkort, pengar, hyreskontrakt eller lagfart på huset, bankböcker, bankkort, försäkringsbevis, nycklar till hemmet, bilen, båten, fritidshuset etc, recept och läkemedel, adressbok, foton, pass, arbetstillstånd, tillfälligt uppehållstillstånd, permanent uppehållstillstånd, barnens betyg, skilsmässohandlingar, beslut om kontaktförbud, leksaker som inte är för stora, smycken.

* Anpassat från Domestic Violence Safety Plans, Domestic Violence Project SafeHouse, Inc. Ann Arbor, MI, USA.

Här finns mer information om våld i nära relationer och stödresurser på webben för våldsutsatta:

- <http://kvinnofridslinjen.se/> – Kvinnofridslinjen (020-50 50 50) är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för hot och våld.
- <http://www.roks.se/> – Roks, Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige, är den enda riksorganisationen i Sverige som jobbar bara för och med kvinno- och tjejjourer. Organisationen är partipolitiskt och religiöst obunden med omkring 120 medlemsjourer som ger stöd och skydd åt kvinnor, tjejer och barn som utsatts för mäns våld, samt åt kvinnor i lesbiska relationer.
- <http://www.nck.uu.se/Kunskapscentrum/Kunskapsbanken/> – Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) är Sveriges nationella kunskaps- och resurscentrum för frågor om mäns våld mot kvinnor, våld i samkönade relationer och hedersrelaterat våld och förtryck. På NCK:s kunskapsbank hittar du forskare och aktuella forskningsprojekt, ämnesguider, litteraturtips samt en mängd publikationer från NCK och andra myndigheter.
- <http://unizon.se/> – Unizon samlar över 120 kvinnojourer, tjejjourer och andra stödverksamheter som arbetar för ett jämställt samhälle fritt från våld. Unizon hjälper dig att komma i kontakt med en jour.
- <http://www.terrafem.org/> – Nätverk för kvinnors rätt mot mäns våld. Ger stöd och hjälp på många språk. Telefon: 020- 52 10 10.
- <http://www.somaya.se/> – Kvinnojour med bred språkkompetens och särskild kompetens för att möta kvinnor med muslimsk bakgrund.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Handlingsplan

I hemmet:

Utanför hemmet:

Viktigt att komma ihåg (ex. viktiga telefonnummer, viktiga koder, viktiga lösenord, viktiga adresser):

Annat:

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 8 – bra och dåliga sätt att lösa konflikter

Temat den här gången är att undersöka alternativa konfliktlösningar. Det handlar i synnerhet om att reda ut hur en uttrycker och kontrollerar ilska och hur vi lär barnen olika metoder att lösa konflikter mellan personer. Två metoder användes. Den första går ut på att avsluta en berättelse och den andra är en sketch där två figurer spelar upp en påhittad familjekonflikt. Gruppdeltagarna kan lära sig att identifiera figurernas känslor. De kan föreslå alternativ till att uttrycka negativa känslor mot andra, som att tala med sina vänner om hur en känner det eller visa sin ilska på icke destruktiva sätt. Barnen i gruppen kan med hjälp av figurerna identifiera och demonstrera felaktiga sätt att lösa konflikter. Till slut kan de tillsammans med gruppledarna komma på alternativ till våld och öva sig på att utforma dem med figurerna. Ledaren skriver upp alternativen på svarta tavlan.

Mål

- Identifiera olika situationer som kan leda till konflikter.
- Identifiera bra och dåliga sätt att lösa konflikter.
- Undersöka alternativa sätt att lösa konflikter än att ta till våld.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Ev. ansiktsfigurer från träff 2

Upplägg

- Barnen får höra en berättelse om en konflikt och sedan ska barnen föreslå ett slut med bra lösningar på konflikten. Men i stället för att jag berättar slutet för er, kan NI berätta för OSS vad som hände sedan. Hur slutade berättelsen? Hur hjälptes de åt att lösa problemet? Hur kan en vara oense på ett bra sätt? Är det okej att bli arg? Därefter bad en gruppledare alla att skriva ett slut på berättelsen.
- Barnen ser på när ledarna spelar upp en sketch med figurer som handlar om två vuxna som grälar. Barnen blir ombedda att komma med förslag på hur konflikten ska lösas och berätta vad figurerna kände.
- Låt barnen skriva brev/mail till BRIS med en kort fråga kring konflikter. De barn som vill kan läsa upp fråga och så kan alla diskutera lösningar på problemet och skriv sedan ned en lösning på ett svarsbrev/mail. Passa på att informera om BRIS.
- Förbered barnen på att Kids' Club börjar lida mot sitt slut.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Förslag på aktiviteter

Förslag på mall för brev/mail till BRIS: Hej BRIS! Det här är problemet: _____
Vad ska jag göra?

Skrivet av:

Berättelse

"Det var en gång två barn som bodde i samma familj. De hade en mamma som hette Fru Ägg och en pappa som hette Herr Ägg. Det ena barnet, Susie Ägg, var 10 år och gillade att träna dans i vardagsrummet. Det andra barnet, Roger Ägg, var 8 och gillade att sprida ut sitt Lego i hela vardagsrummet. En dag när mr och mrs Ägg gick ut och handlade mat tänkte Roger leka med sitt Lego därinne. Men Susie hade satt på musik på stereon och dansade i vardagsrummet. Roger sa att han ville leka på golvet och att hon skulle gå därifrån. Susie sa, "Aldrig i livet, jag var här först." Sedan började de bråka och snart knuffade de varandra runt rummet. Då avbröts bråket av att telefonen ringde. Det var en god vän till familjen som undrade vad de bråkade om. Hon ville också veta hur det skulle sluta.

Sketch med figurer

Två vuxna figurer hade en konflikt om vem som skulle diska efter middagen. Kontentan var att mamman tyckte att det var pappans tur och att pappan tyckte att det var mammans uppgift att diska. De blev osams och började skrika på varandra. Gruppen fick följande frågor:

Hur ska de kunna lösa det här problemet? Vad kan pappan göra? Vad kan mamman göra?
Hur känner mamman sig? Hur känner pappan sig?

Barnen blev på nytt ombudade att berätta hur historien slutade.

Låt barnen rollspela med sig själva eller de ansikten som gjordes träff nummer 2 på temat konfliktlösning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 8 – stresshantering för mammor och barn

Det råder ingen tvekan om att kvinnor som lämnat en våldsutövare ofta måste hantera stora utmaningar i vardagslivet, bland annat låg inkomst, brist på stödresurser, oro för sin egen och barnens säkerhet och för hur barnen påverkats av våldet. Även om kvinnan inte traumatiserats av våldet hon utsatts för måste hon sannolikt ändå kämpa med en extremt stressig livssituation (Graham-Bermann m.fl., 2011). Det kan handla om både fysisk och psykisk stress.

De flesta människor använder flera olika copingstrategier och fortsätter hantera och kontrollera sin stress tills situationen förbättrats och stressfaktorerna minskar (Lynch & Graham-Bermann, Sularz & Howell, 2011. Lilly, Howell & Graham-Bermann, 2011). Det finns många sätt att hantera stress som är effektiva. Men alla stresshanteringsmetoder är inte användbara för alla kvinnor. Ett naturligt sätt att minska sin stress är att byta miljö och lämna den omgivning som skapar stressen (Heckhausen & Schulz, 1995). Här handlar det om så kallade copingbeteenden, det vill säga att en gör något. När det gäller våldsutsatta kvinnor så lämnar de flesta våldsutövaren och hittar stödresurser som hjälper dem att minska stressfaktorerna. Kvinnor som lämnat en våldsutövare tar till exempel ofta hjälp av socialtjänsten eller rättshjälpen. Men som vi såg i förra träffen varierar stödresurserna mellan olika kommuner.

En annan stresshanteringsmetod kallas för känslufokuserad coping. Här handlar det om att göra sådant som minskar obehagskänslan och den negativa affekten (Heckhausen & Schulz, 1995. Lilly & Graham-Bermann, 2010). Exempel på känslufokuserad coping är bland annat positiv omvärdering, bön eller förnekelse som hjälper kvinnan att sänka sin obehagsnivå. Naturligtvis finns det nackdelar med vissa känslufokuserade copingstrategier, som när förnekelse hindrar en från att göra förändringar eller ta till sig ny information som skulle kunna bidra till att läka smärtan från tidigare trauman (Smith Landsman, 2002). Studier av terapier som syftar till att minska obehagskänslor visar att känslufokuserad coping i form av mindfulness eller självtröst kan vara effektiv i läkningen av spåren från tidigare trauman (Aideuis, 2007. Follette, Palm, & Pearson, 2006). Ett stort antal studier visar att det finns ett samband mellan stressreducering och väsentliga förbättringar av den fysiska hälsan och välbefinnandet.

Bidrar andlighet till läkning?

Forskning har visat att tron på en andlig kraft kan ge människor en känsla av kontroll och mening i sina liv efter smärtsamma eller traumatiska händelser (Harris m.fl., 2008). Efter våld eller traumatiska händelser börjar våldsutsatta ibland tvivla på att världen är rättvis och trygg (Janoff-Bulman & Frieze, 1983). För afroamerikaner har andlighet beskrivits inom ramarna för diskriminering och förtryck (Wheeler, Ampadu & Wangari, 2002). Historiskt sett har andlighet och religion varit en källa till tröst, hopp och frihet för människor som drabbats av slaveri (Taylor, Chatters & Levin, 2004). Flertalet vuxna afroamerikaner förlitar sig fortfarande på andlighet som ett sätt att hantera negativa händelser och den diskriminering och rasism som finns än idag.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Andlighet anses bidra till att bota eller minska stress genom att erbjuda mening efter till synes obegripliga händelser, till exempel partnervåld (Fowler & Hill, 2004). Vare sig andlighet används som en copingmekanism eller som en process med vars hjälp kvinnor som utsatts för våld i nära relationer kan börja reda ut och återhämta sig från traumatiska händelser så har forskningen visat att det finns ett samband mellan andligt växande och bättre psykiska hälsoreultat och självförmåga och färre symtom på PTSD efter trauma hos vuxna (Newlin, Knafl & Melkus, 2002).

Träffen

I den här träffen fortsätter kvinnorna i gruppen att kartlägga stressfaktorerna i sina liv och hur de försökt hantera dem. De får göra en lista över situationer när de känner sig stressade, antingen i relation till våld i nära relationer eller som föräldrar. Kvinnorna kan sedan diskutera olika stresshanteringsmetoder och berätta hur effektiva de tycker att olika strategier har varit. Gruppledarna kan dessutom uppmana mammorna att "brainstorma" om hur de kan hjälpa sina barn att hantera stress och uttrycka jobbiga känslor.

Mål

- Uppmuntra kvinnorna i gruppen att berätta för varandra om vilka inslag i deras liv som ger upphov till stress.
- Identifiera stressmoment i barnens liv.
- Kartlägga de olika strategier som kvinnorna utformat för att hantera stressfaktorer i sin vardag.
- Bidra med nya tips på hur stress kan minskas.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Arbetsblad "Stresshantering", "Att hantera stress och ångest" och "Muskelavslappning för mammor och deras barn"

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Fråga deltagarna om de använt sig av arbetsbladen kring positiva föräldraskapsstrategier som delades ut träff 6. Ta reda på vad som fungerat eller inte fungerat och hitta alternativ som kan testas under veckan som kommer.
- Gör en lista över stressiga händelser och situationer för kvinnorna i gruppen.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Gör på liknande vis en lista över det som är stressigt i barnens liv, inklusive att uppleva våld i familjen.
- Identifiera strategier som minskar stress och som fungerar för alla (till exempel promenader, träning, meditation, ett varmt bad, umgänge med vänner) och skriv upp dessa.
- Låt varje deltagare därefter göra en individuell plan för att hantera för mammorna och deras barn. Det kan till exempel handla om att skaffa en advokat, hitta ett jobb eller byta jobb, börja plugga igen, etc. Dela ut arbetsbladet "Stresshantering" med tips från andra.
- Avsluta med en avslappningsövning. Tips på färdiga övningar finns på Folkhälsans hemsida. <http://www.folkhalsan.fi/avslappningsovningar>
- Dela ut affirmationer och resterande arbetsblad.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Stresshantering

Gör en stresshanteringsplan för dig och ditt barn. Här är några tips från kvinnor i andra grupper som kanske passar dig:

1. Ta ett djupt andetag. Räkna till tio. Tillåt dig att känna dig lugn och avslappnad. Upprepa.
2. Föreställ dig något – vad som helst – som gör dig lugn...
(Till exempel en soldränkta sandstrand, en blomma.) Håll kvar den bilden och koncentrera dig på den. Försök tömma huvudet på andra tankar. Koncentrera dig på den lugnande bilden. Känn hur du slappnar av.
3. Lyssna på lugn musik. Det kan vara jazz eller klassiskt eller vad som helst, det beror på vad du gillar. Lyssna på något som du mår bra av!
4. Skriv! För dagbok. Ibland kan du skriva sådant som du inte vill berätta för andra människor. Använd den form som passar dig bäst (t.ex. dikt, fristil, brev). Forskning visar att detta gör oss mindre deprimerade och oroliga.
5. Ta ett varmt skumbad. Tänd några doftljus.
6. Försök med lite systematisk avslappning:
Spänn varenda muskel i kroppen. Sedan börjar du med huvudet. Slappna av del för del i hela kroppen. Ögonlocken. Kinderna. Munnen. Nacken. Axlarna. Armarna. Brösten. Höfterna. Låren. Knäna. Vaderna. Fötterna. Tårna. Tillåt dig att slappna av helt och hållet. Om du vill kan du till och med sjunka ihop i stolen eller soffan eller var du nu befinner dig när du gör övningen. Känn hur hela kroppen slappnar av. Upprepa vid behov.
7. Träna! Du kan promenera, springa, jogga, simma, gå på gym. Bestäm själv! Allt funkar.
8. Om du är troende kan du återuppta kontakten med din kyrka, moské eller synagoga.
9. Gå ur rummet om det behövs, så att du inte tappar kontrollen. Sedan återvänder du och tar itu med situationen när du lugnat ner dig.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Att hantera ångest och stress

1. Fånga upp tidiga tecken på ångest och använd copingstrategier för att se till att ångesten inte stegrar.

- a. Hur känns det i kroppen när du har ångest eller är stressad?
- b. Vad får du för tankar när du har ångest eller är stressad?

2. Copingstrategier. Skraddarsy dem så att de funkar för just dig!

- a. "Jag klarar det" eller "Jag blir starkare av det här".
- b. Använd OCH-satser, till exempel: "Det är jobbigt just nu OCH jag klarar av det." Eller: "Jag har kraftig ångest nu OCH jag har strategier som hjälper mig att lugna ner mig."
- c. Påminn dig själv om alla bra saker du gjort – även om du tycker att de inte är så märkliga.

3. Avslappningsstrategier

- a. Djupandning. Räkna till tre vid inandning och räkna till tre vid utandning.
- b. Kroppsscanning.
 - Gå igenom kroppen för att känna var i kroppen spänningen sitter. Andas in i den delen av kroppen och försök bli av med lite av spänningen när du andas ut. Antagligen behöver du upprepa det här några gånger.
- c. Muskelavslappning
 - Knyt handen hårt och räkna till fem. Sedan slappnar du sakta av i handen. Därefter trycker du armarna hårt mot kroppen och håller kvar dem medan du räknar till fem. Sedan slappnar du av. Nu tar du magen. Spänn den och räkna till fem. Och slappna av. Gör likadant med benen och fötterna.
- d. Uppsök din "lugna plats" (föreställ dig till exempel att du sitter på en sandstrand och hör vågskvalp).

4. Distrahera dig och tänk på något annat tills det gått över.

- a. 54321-metoden
 - Lägg märke till fem saker som du ser, fyra saker som du känner i kroppen, tre saker som du hör, två lukter som du känner, och en smak som du känner.
- b. Lyssna på musik, läs en bok, titta på teve, träna etc.

5. Gör saker för att ta hand om dig själv.

- a. Ät nyttigt.
- b. Få tillräckligt med sömn.
- c. Träna (till exempel promenera, gör yoga, stretcha).
- d. Gör något som du gillar varje dag (duscha varmt, ta ett bad, lyssna på musik, läs – och ett gott skratförlänger livet!).

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Muskelavslappning för mammor och deras barn

Ur Helping Schoolchildren with Chronic Health Conditions: A Practical Guide, av Daniel Clay
Presentera övningen så här för barnen:

Idag ska vi göra ett slags speciella övningar. Det kallas avslappning. Övningarna lär dig hur du slappnar av när du känner sig spänd och hjälper dig att bli av med fjärilar i magen. De är också fiffiga för du får lära dig att göra några av dem utan att någon annan märker det. För att övningarna ska kännas så bra som möjligt måste du följa några regler. För det första ska du göra exakt som jag säger även om det känns lite fånigt. För det andra ska du verkligen försöka att göra det jag säger. För det tredje måste du lyssna på din kropp. När du gör övningarna ska du lägga märke till hur musklerna känns när de är spända och när de är avslappnade. För det fjärde måste du öva. Ju mer du övar, desto mer avslappnad kan du bli. Vill du fråga om något? Är du beredd? Fint. Först sätter du dig så bekvämt som möjligt i stolen. Luta dig tillbaka, vila båda fötterna mot golvet och låt armarna hänga ner. Det är bra. Nu blundar du och öppnar inte ögonen igen förrän jag säger till. Kom ihåg att göra precis som jag säger. Du måste verkligen försöka. Och lyssna på din kropp. Då börjar vi.

Händer och armar

Tänk dig att du har en citron i vänster hand. Krama den hårt. Försök krama all saft ur den. Känn spänningen i din hand och arm när du kramar citronen. Nu släpper du citronen. Lagg märke till hur musklerna känns när de är avslappnade. Ta en ny citron och krama den. Försök krama ännu hårdare än du gjorde med den första. Precis så där. Jättehårt. Nu släpper du citronen och slappnar av. Lagg märke till hur mycket bättre handen och armen känns när de är avslappnade. Ta en ny citron i vänster hand och krama ur all saft. Det ska inte vara en enda droppe kvar. Krama hårt. Bra. Nu slappnar du av och låter citronen falla ur handen.

(Upprepa processen med höger hand och arm.)

Armar och axlar

Tänk dig att du är en lat katt med fluffig päls. Du vill sträcka på dig. Sträck ut armarna framför dig. Lyft dem högt över huvudet. Och långt bakåt. Känn hur det drar i axlarna. Lyft dem högre. Nu låter du bara armarna falla ner efter sidan. Okej, kissekatten, nu gör vi om det. Sträck ut armarna framför dig. Lyft dem över huvudet. Tänk dem bakåt, långt bakåt. Ta i. Och så låter du dem bara falla. Bra. Lagg märke till att axlarna känns mer avslappnade. Nu ska vi sträcka på oss ännu mer. Försök nå ända upp till taket. Sträck ut armarna jättelångt framför dig. Lyft dem jättehögt över huvudet. Tänk dem jätte-jättelångt bakåt. Lagg märke till spänningen och dra upp axlarna och krama hårt med armarna. Sitt kvar så där. Bra. Låt armarna falla snabbt och känn hur skönt det är att vara avslappnad. Det känns skönt och varmt och avspänt.

Käken

Du har ett jättestort bauta-tuggummi i munnen. Det är jättesvårt att tugga på det. Ta i ordentligt. Bit ihop hårt! Ta hjälp av musklerna i nacken. Och slappna av. Låt hakan hänga.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Lägg märke till hur skönt det känns att bara låta hakan hänga. Okej, nu tar vi itu med bauta-tuggummit igen. Bit ihop. Hårt! Försök pressa ut det mellan tänderna. Det är bra. Det där tuggummit får vad det tål. Och slappna av igen. Låt bara hakan falla ner mot bröstet. Det är skönt att bara ge upp och inte behöva kämpa med det där tuggummit. Och så en gång till. Nu ska vi verkligen se vad det klarar av. Bit ihop. Det hårdaste du kan. Hårdare. Oj, vad du jobbar. Bra. Och slappna av. Försök slappna av i hela kroppen. Tuggummit var ingen match för dig. Låt kroppen bli så avspänd som det går.

Ansikte och näsa

Här kommer en otäck gammal fluga. Den landar på din näsa. Försök jaga bort den utan att använda händerna. Precis så där, rynka ihop näsan. Gör så många rynkor på näsan som du bara kan. Rynka ihop näsan jättehårt. Bra. Du jagade bort flugan. Nu kan du slappna av näsan. Men oj, nu kommer flugan tillbaka. Och landar mitt på näsan. Rynka ihop näsan igen. Jaga bort flugan. Rynka ihop den hårt. Rynka näsan så hårt du kan. Jaha, nu flög den iväg. Du kan slappna av i ansiktet. Lägg märke till att kinderna, munnen, pannan och ögonen hjälpte till när du rynkade näsan. De blev också spända. Så när du slappnar av i näsan slappnar också hela kroppen av och det är skönt. Å nej! Nu är flugan tillbaka igen, fast nu har den landat i din panna. Rynka pannan ordentligt. Försök fånga flugan mellan rynkorna. Håll kvar rynkorna, hårt. Så där, nu kan du slappna av. Nu är den faktiskt borta. Nu kan du bara slappna av. Bli alldeles slät i ansiktet, inga rynkor alls. Ansiktet känns skönt och jämnt och avslappnat.

Magen

Men hallå! Här kommer en söt elefantunge. Men den ser inte var den sätter fötterna. Den ser inte att du ligger där i gräset och den är på väg att trampa dig på magen. Rör dig inte. Du hinner inte rulla undan. Gör dig beredd på elefantfoten. Gör magen jättehård. Spänn magmusklerna allt vad du kan. Håll kvar. Det verkar som om elefantungen vänder om. Nu kan du slappna av. Bli alldeles mjuk i magen. Slappna av i magen så mycket som du kan. Det känns verkligen mycket bättre. Men oj, nu kommer den tillbaka. Gör dig redo. Spänn magen. Jättehårt. Om elefantungen trampar på dig när magen är hård så gör det inte ont. Gör magen hård som sten. Och nu går den åt andra hållet igen. Nu kan du slappna av. Vila bekvämt och slappna av. Lägg märke till skillnaden mellan en spänd mage och en avslappnad. Det är så vi vill att det ska kännas: skönt och mjukt och avslappnat. Men nu kommer den faktiskt emot dig igen i full fart! Den är på väg rakt mot dig. Spänn magen. Jättehårt. Här kommer den. Och den vänder inte om. Du måste spänna magen jättehårt. Den trampar på dig. Den har klivit över dig. Nu är den faktiskt helt försvunnen. Du kan slappna av helt och hållet. Faran är över. Allt är bra och du mår bra och känner dig avspänd.

Nu ska du tänka dig att du vill klämma dig igenom ett staket och det är fullt med flisor i spjälorna. Det är tätt mellan spjälorna i staketet och du måste göra dig jättesmal för att klämma dig igenom utan att få en massa stickor i magen. Dra in magen. Dra in den mot ryggraden så hårt du kan. Gör dig så smal som möjligt. Du måste bli jättesmal nu. Och sedan bara slappna av och känn hur magen blir varm och rund igen. Okej, då försöker vi ta oss

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

igenom det där staketet nu. Dra in magen. Dra in den mot ryggraden. Gör den jätteplatt och jättehård. Bli så smal som du bara kan. Håll in den nu. Du måste klämma dig igenom. Du tog dig igenom staketet utan att få några stickor i magen! Nu kan du slappna av. Luta dig tillbaka och släpp ut magen igen. Det där gjorde du jättebra. Du har varit jätteduktig.

Ben och fötter

Nu ska du tänka dig att du står barfota i en stor, geggig lerpöl. Kör ner tårna djupt i leran. Försök köra ner fötterna ända till botten av lerpölen. Du får nog ta hjälp av benen och pressa på med dem också. Pressa ner med fötter och ben, spreta med tårna och känn hur leran kläms upp mellan tårarna. Nu kliver du upp ur lerpölen. Slappna av i fötterna. Låt tårna bli slappa och känn vad skönt det är att vara avslappnad. Ner i lerpölen igen. Kör ner tårna. Använd benmuskeln för att pressa ner fötterna. Kör ner fötterna. Hårt. Försök pressa bort all lera ur pölen. Sådärja. Nu kan du kliva upp ur lerpölen igen. Slappna av i fötterna, slappna av i benen, slappna av i tårna. Det är jätteskönt att vara avslappnad. Inga spänningar någonstans. Du känner dig varm och skön.

Avrundning

Slappna av så mycket som du kan. Låt hela kroppen bli avspänd och känn alla muskler slappna av. Om några minuter kommer jag att be dig att öppna ögonen och då är övningen slut. Resten av dagen kommer du att minnas hur skönt det känns att vara avslappnad. Ibland måste du spänna sig lite grann innan du kan slappna av, som du gjorde nu i övningarna. Gör övningarna varje dag och lär dig slappna av mer och mer. Ett bra tillfälle att öva avslappning är när du gått och lagt dig och lampan är släckt och ingen kan störa dig. Om du gör övningarna då blir det lättare för dig att somna. När du efter ett tag blivit jättebra på att slappna av kan du använda övningarna för att slappna av också i skolan. Du behöver bara påminna dig elefanten, bauta-tuggummit eller lerpölen och göra övningarna och ingen kommer att märka det. Idag är en bra dag och när du strax öppnar ögonen igen kommer du att känna dig väldigt avslappnad. Du har jobbat hårt och det känns bra att jobba hårt. Nu kan du öppna ögonen jättelångsamt och röra lite på kroppen. Jättebra. Du har varit väldigt duktig. Du kommer att bli grym på att slappna av.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 9 – repetition

Under de åtta träffarna har det kommit upp en del idéer, vi har diskuterat problem och barnen har lärt sig olika saker. Under den nionde träffen ska vi befästa och repetera en del av detta. Deltagarna får påminna sig om vad gruppen sysslat med och det är ett sätt att integrera de många aktiviteterna, ämnena och informationen med varandra.

Mål

- Befästa det gruppen lärt sig under de olika träffarna i Kids' Club.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Material från alla tidigare träffar

Upplägg

- Ta fram det material som använts vid tidigare träffar (på bordet, golvet, häng på väggarna). Sortera i kronologisk ordning.
- Gör "Kids' Club-tidningen" och/eller gå igenom arbetsboken för att repetera de olika teman som vi gått igenom på träffarna.
- Tidning: Några barn kan skriva historier, andra kan illustrera, några kan göra intervjuer, en kan ha en rådfrågningsspalt, några kan göra listor på olika säkerhetsprocedurer barnen har lärt sig, etc. (artiklarna undertecknas bara med förnamn eller med pseudonym). Sedan kan ledarna kopiera det färdiga resultatet, en tidning som består av flera sidor, och dela ut den på den sista träffen (om det är säkert för barnen).
- Arbetsboken: Gå igenom arbetsboken tillsammans och koppla den till det material som gruppen gjort. Barn kan komplettera den med bilder eller annat som de tycker ska vara med. Tänk på att barnens teckningar/listor/collage ska vara avidentifierade. Arbetsboken får barnen med sig på den sista träffen (om det är säkert för barnen).
- Planera sista träffens fest och bestäm vad barnen vill dela med sig av till föräldrarna. Detta kan göras på olika sätt. Genom att föräldrarna får ta del av arbetsboken/tidningen eller gå på vernissage och få se olika teckningar, collage och/eller listor som barnen gjort.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 9 – mammatid och att ha kul med barnen

I den här träffen får kvinnorna göra dels en lista över de positiva förstärkningar som de ger sina barn, dels en lista över roliga saker som de kan göra tillsammans med dem. Mammorna i gruppen delar med sig till varandra av sina idéer och tips. Vikten av att ha roligt med barnen och ge positiv förstärkning lyfts fram och poängteras. Föräldraplaner där tid avsätts för att ha kul med barnen presenteras och diskuteras.

Mål

Identifiera de positiva förstärkningar som mammor kan ge sina barn.

Poängtera vikten av roliga familjeupplevelser.

Identifiera billiga eller prisvärda aktiviteter för mammorna och deras barn.

Material

Blädderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Arbetsblad med lista över gemensamma aktiviteter för barn och föräldrar

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Fråga deltagarna om de använt sig av arbetsbladen kring positiva föräldraskapsstrategier som delades ut träff 6. Ta reda på vad som fungerat eller inte fungerat och hitta alternativ som kan testas under veckan som kommer.
- Starta ett samtal om de positiva förstärkningar som mammor kan ge sina barn. Det kan handla om kramar, pussar, godnattsagor, att spela spel med barnen eller gå till lekplatsen. Prata gärna om positiv samvaro som en grund för en god relation med barnen.
- Fråga vad de brukar göra för roliga saker tillsammans med sina barn. Kartlägg gemensamt i gruppen vilka billiga eller prisvärda resurser som finns för mammor och barn, till exempel var det finns lekplatser, parker, billiga eller kostnadsfria barnaktiviteter, evenemang eller platser där mammor och barn kan ha roligt tillsammans.
- Gruppledaren ska i förväg göra en lista över sådana resurser och dela ut den till mammorna i gruppen innan de går hem.
- Dela ut Affirmationer.
- OBS! Till träff 10 ska gruppledarna göra en arbetsbok (se innehållet under träff 10) och det är viktigt att avsätta tid för detta mellan träff 9 och träff 10.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Barngruppen träff 10 – avslutning och att skiljas åt

Den tionde gången är det avslutning. Barnen måste få skiljas på ett sätt som ger dem möjlighet att uttrycka alla känslor kring att ingå i en grupp som sedan upphör. Det är en fördel om de kan ha kontroll över en del av separationsprocessen, eftersom de helt saknar kontroll över vissa andra händelser i sitt liv. Till sist går gruppen igenom tidningen som dokumenterar det gruppen har arbetat med under träffarna.

Mål

- Gå igenom en del av materialet från de nio veckorna genom att läsa tidning/arbetsbok/gå på vernissage.
- Prata med gruppen om att skiljas.
- Fira barnens deltagande när föräldrarna är med.

Material

Namnskyltar

Regler

A4-ark och stora papper

Kritor/vattenfärg/tuschpennor

Arbetsbok/tidning/material från alla tidigare träffar

Upplägg

- Låt barnen utvärdera gruppverksamheten: Vad tyckte du inte om med Kids' Club? Vad tyckte du bäst om med Kids' Club? Vad kommer du sakna? Vad har du lärt dig nu när du varit med i Kids' Club?
- Prata om eller gör teckningar eller sketcher som uttrycker känslorna kring att gruppen inte ska träffas mer.
- Läsa tidning/arbetsbok/gå på vernissage med barnen.
- Examination tillsammans med föräldrarna. dela ut diplom till och säg något positivt om varje barn, läsa tidning/arbetsbok/gå på vernissage med föräldrarna enligt det som bestämdes under träff 9 samt åt något lite festligare.

Förslag på aktiviteter

Utvärderingen kan göras på olika sätt. barnen intervjuar varandra, barnen skriver på papper, gruppledarna håller i utvärderingen och går laget runt.

Sketch. Alla gör en figur (av pappersassietter, strumpor eller vad gruppledaren bestämmer). Därefter låter gruppledarna sina figurer spela upp en rad olika känslor, både positiva och negativa, som de kan förvänta sig nu när gruppen träffas sista gången. Barnen kan göra likadant, antingen improvisera eller spela upp utarbetade sketcher, det får de bestämma själva.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Mammagruppen träff 10 – avslutning och avsked

På den avslutande träffen går vi igenom det som vi pratat om under programmets nio veckor och följer upp hur det gått med de olika arbetsbladen. Vi diskuterar vad vi lärt oss och vad som ännu återstår. Och vi pratar om vad en ska hålla koll på i framtiden som förälder till barn som upplevt våld i nära relationer. Kvinnorna får ge feedback om programmet. Det är ett lämpligt tillfälle att diskutera inte bara vad som uppnåtts utan också för att ta farväl av gruppens medlemmar och ledare. Träffen innehåller en avskedsfest. Mammorna träffar sina barn och barngruppens ledare. Barnen får diplom och deras prestationer uppmärksammas i samband med utdelningen av diplomerna.

Mål

- Gå igenom och repetera programmets samtliga träffar.
- Identifiera de framtida behoven för barnen och mammorna i gruppen.
- Diskutera vad mammorna uppskattat minst respektive mest med programmet.
- Ta farväl och avsluta programmet.

Material

Bladderblock

Svart tuschpenna

Makt- och kontrollhjulet/Jämställdhetshjulet

Arbetsbok

Affirmationer

Upplägg

- Börja träffen med att fråga om någon vill ta upp vad som hänt sedan sist.
- Fråga deltagarna om de använt sig av arbetsbladen kring positiva föräldraskapsstrategier som delades ut träff 6.
- Gruppledarna kan använda den arbetsbok som gjorts till denna gång för att påminna mammorna om ämnet för respektive träff, så att de kan gå igenom och diskutera sina upplevelser i gruppen. Arbetsboken innehåller de viktigaste målen för de olika träffarna, alla listor som gjorts i gruppen, alla arbetsblad samt en sammanfattning av stöd och resurser. Arbetsbokens sista sida är ett diplom till var och en av dem, för allt de åstadkommit tillsammans och för att de fullföljt hela programmet.
- Diskutera eventuella framtida behov som mammorna och barnen kan ha, exempelvis gällande barnet/barnens utveckling, behov av och remisser till individuellt stöd, utredningar eller terapi.
- Diskutera att programmet nu är slut och låt mammorna berätta vad de tyckte bäst respektive sämst om och vad de kommer att sakna mest och minst.
- Tacka deltagarna för att de varit så öppna och delat med sig av sig själva under programmet och stärk dem gärna genom att påtala att de är starka, var och en på sitt sätt.
- Det är möjligt att några av mammorna vill komma överens om att träffas igen.
- I slutet av träffen är mammorna med på barnens "examination".

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

GRATTIS

Du har fullföljt programmet
Kids' Club!

Vi tackar dig och önskar
att utmaningarna ska bli lättare
dag för dag!



Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Utvärderingar av Kids' Club

Den ursprungliga Kids' Club-metoden har utvärderats i flera omgångar i USA och i Sverige. Den svenska version som denna handbok beskriver är alltså en ny (2016 ännu oprövad) version som utvecklats mot bakgrund av resultaten från de svenska utvärderingar som presenteras nedan. Kapitlet beskriver de frågor som utvärderingarna var designade att besvara, vilka övergripande resultat utvärderingarna visat och vilka slutsatser forskarna dragit av dem. Information om urval och deltagarrekrutering, metoder för datainsamling och analyser och forskningsetiska frågor finns i de originalpublikationer vi hänvisar till i kapitlet.

Utvärderingar i USA

Den amerikanska utvärderingen (Graham-Bermann m.fl. 2007) var utformad på så sätt att deltagarna slumpvis delades in i tre grupper. De tre grupperna jämfördes sedan med avseende på skillnader i mental hälsa och föräldraskap från den första intervjun till den andra efter att programmet avslutats samt beträffande förändringar åtta månader senare. Förändringar över både kort och lång tid bedömdes alltså.²

Utvärderingsstudien hade två övergripande mål. Det ena var att undersöka om programmet var effektivt. Det andra var att ta reda på vilka mammor som har störst nytta av programmet. Tre forskningsfrågor ställdes:

- 1) Bidrog programmet till att ändra mammornas grad av coping, föräldrakompetens och emotionella anpassning?
- 2) Försvann eventuella positiva förändringar med tiden? Inträffade förändringar vid ett senare tillfälle i de fall när inga förändringar ägde rum omedelbart?
- 3) Förändrades barnens anpassning när deras mödrar genomgick Kids' Club?

Den longitudinella studien utvärderade Kids' Clubs effekt på ett urval riskutsatta våldsutsatta kvinnor (åldern varierade från 21 till 55 år, medelålder = 33,72, standardavvikelse, $s = 5,88$) med barn i åldern 6 till 12 år (medelålder = 8,49 år, $s = 2,16$). Alla kvinnorna hade utsatts för grovt fysiskt våld av en partner under året som föregick deras medverkan i studien. Deras månadsinkomsten varierade stort. Flera av mammorna var ensamstående och separerade. Cirka 20 % var gifta och de flesta hade varit gifta någon gång i livet. Drygt hälften av mammorna arbetade åtminstone deltid utanför hemmet (52 %). I genomsnitt arbetade de 16,89 timmar i veckan ($s=18,76$). Mammorna i studien försörjde sig på olika sätt, den vanligaste sysselsättningen var hemmafru. Övriga jobb klassificerades i studien bland annat som industriarbetare, akademiker, student, tjänsteman och konstnär.

Familjer rekryterades från fem innerstads- och förortsmiljöer i delstaten Michigan. De rekryterades via socialtjänst och myndigheter, till exempel skyddade boenden och kvinnohus. Efter godkännande från University of Michigans forskningsetiska råd rekryterades mammorna till utvärderingsstudien av programmet med affischer som sattes upp lokalt på olika ställen (t.ex. i allmännyttiga bostadsområden, mataffärer, tvättomater, hårfrisörer, läkarmottagningar, kliniker) och hos socialtjänst, skyddade boenden och kvinnohus. Det fanns ett gratisnummer som kvinnorna kunde ringa. I en telefonscreening frågades kvinnorna om de

² Utvärderingen finansierades med ett bidrag (#R409-#510499) från amerikanska folkhälsomyndigheten CDC:s avdelning för skadeförebyggande, NCIPC.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

upplevt fysiskt våld i sin partnerrelation under det senaste året och om de hade barn i åldern 6–12 år. Om de svarade ja på detta bads de komma till en intervju och delta i stödgrupper för dem själva och/eller deras barn. Alla kvinnor frågades om de ville ha kontakt med socialtjänsten och gav dem telefonnumret till lokala kvinnohus och kvinnojourer.

Kvinnorna som gick med på att delta i studien fördelades slumpvis i tre grupper. Barngruppen bestod endast av barn som deltog i Kids' Clubs program (n=62), medan kvinno- och barngruppen bestod av både mammor och deras barn som deltog i Kids' Clubs program (n=61), och en jämförelsegrupp bestod av kvinnor och barn som fanns på en väntelista (n=58). Kvinnorna i den andra gruppen deltog i Kids' Clubs mammagrupp som syftade till att stödja kvinnornas föräldrakompetens samt förbättra deras sociala och emotionella anpassning samtidigt som deras barn deltog i Kids' Clubs program. Den tredje gruppen – kvinnorna och barnen i jämförelsegruppen på väntelistan – erbjöds att delta i stödprogrammen efter sin medverkan i studien. Det fanns inga signifikanta skillnader i urvalets sammansättning mellan de olika grupperna. Inte heller skiljde de sig märkbart åt genom etnicitet, inkomst, mammornas ålder eller utbildning, barnens ålder eller kön, eller genom mängden av våld i hemmet.

Av de 221 som ursprungligen intervjuades för studien infann sig 18,1 % inte till den andra intervjun. Det här är en högriskgrupp. Flertalet av dem tillhörde jämförelsegruppen. Flera av dessa familjer flyttade från delstaten (3), förlorade sin bostad och kunde därför inte återfinnas (12) eller förlorade vårdnaden om barnet (3). Andra familjer avböjde en andra intervju när kontaktade de kontaktades (14). Flera av dessa mammor hade ordnat alternativa stöd eller behandlingar för sig själva eller sina barn. Det fanns även de som inte deltog i studien av fysiska hälsoskäl. I andra fall (4) hade barn flyttat till fosterhem och fosterföräldrarna tillät inte att de fortsatte delta i studien. Två familjer började i programmet men valde att inte fortsätta i studien. De amerikanska forskarna rekommenderar att framtida studier inte använder jämförelsegrupper där gruppmedlemmarna väntar på att behandlas längre fram, eftersom alltför många av de familjerna tappade intresset för programmet medan de väntade.

För de 123 som deltog i programmet var bortfallsfrekvensen från tidpunkten för den andra intervjun till uppföljningsintervjun (den tredje intervjun) efter åtta månader mycket lägre. Här var det bara 5,7 % av dem som började tioveckorsprogrammet som inte intervjuades en tredje gång. Av de 116 familjer som fullföljde programmet tillhörde 56 barngruppen (där endast barnen deltog) och 60 kvinno- och barngruppen (där både kvinnor och barn deltog). Fyra familjer hoppade alltså av från barngruppen och en familj från kvinno- och barnsgruppen. Det finns med andra ord en signifikant skillnad i bortfallet mellan dem som fick stöd enligt programmet och dem som ingick i jämförelsegruppen och stod på väntelista, trots att de båda grupperna inte uppvisar några skillnader vad gäller centrala undersökta variabler i studiens början.

Data samlades in vid tre tillfällen. Alla barn, mammor och deras gruppleddare intervjuades innan programmet började (första intervjun) och vid programmets slut (ca tio veckor senare, den andra intervjun). En tredje intervju gjordes ungefär åtta månader efter programmet med deltagarna i de båda grupperna. För de 123 som deltog i programmet var bortfallsfrekvensen från tidpunkten för den andra intervjun till uppföljningsintervjun (den tredje intervjun) efter åtta månader låg: 5,7 % av dem som började tioveckorsprogrammet intervjuades inte en tredje gång. Insamlingen av data skedde alltså i utgångsläget, vid programmets slut och i samband med uppföljningen. Det handlar alltså om en studie som sträcker sig över ca ett år.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Stor vikt lades vid att säkerställa rättigheterna och sekretessen för alla som deltog i studien, till exempel genom att erhålla informerat samtycke, respektera kvinnornas rättigheter och tillämpa fasta rutiner för när och om det var säkert ringa kvinnorna i hemmet. Om en kvinna fortfarande bodde ihop med våldsutövaren gjordes intervjuerna utanför hemmet, antingen på universitetet eller på någon annan plats som kvinnan föredrog (t.ex. på en skola eller ett bibliotek). Barnpassning ordnades för barnen medan mamman intervjuades. Intervjuerna var studenter på forskarnivå inom socialt arbete och klinisk psykologi och utbildade i forskningsetik rörande högriskgrupper och i att intervjua kvinnor och barn.

I genomsnitt deltog kvinnorna i 7 sessioner inom ett spann på 5 till 10 (s=1,50). Antalet sessioner skilde sig inte signifikant beroende på moderns eller barnets ålder, utbildning eller inkomst i utgångsläget. Ju mer våld kvinnan upplevt, desto färre sessioner deltog hon i ($r = -0,27$, $p = 0,003$). Det blev också tydligt att hindren för deltagande var större för kvinnor med en mer omfattande våldshistoria.

Vad barn och mammor varit med om och hur de mårde när de startade Kids' Club

Bedömningen av våldet mot kvinnorna gjordes enligt Conflict Tactics Scale (CTS, Straus 1979) och Severity of Violence Against Women Scales (SVAWS, Marshall 1992). Kvinnorna fick uppge det genomsnittliga antalet våldshändelser i den nära relationen under året som föregick programmets början. Det gav följande resultat: Kontrollstrategier förekom ca 96 gånger under de senaste tolv månaderna (t.ex. försök att begränsa kvinnans frihet vad gäller arbete, pengar, sociala relationer, $M=95,5$, $s=79,01$). Fysiska hot förekom i genomsnitt 46 gånger under det senaste året ($M=45,72$, $s=48,13$). Sexuella våldshändelser inträffade i genomsnitt 38 gånger (inklusive oönskad sexuell beröring och våldtäkt, $M=37,88$, $s=59,72$). Incidenter med mildt fysiskt våld inträffade ca 19 gånger (t.ex. knuffar, stötar, $M=18,89$, $s=30,86$) och incidenter med grovt fysiskt våld inträffade 11 gånger under året (t.ex. misshandel, användning av eller hot om användning av skjutvapen eller kniv, $M=11,13$, $s=19,08$). Det var tydligt att psykiskt våld mot kvinnan genomsyrade hemmiljön för de här familjerna. Även om fysiskt våld förekom mindre ofta än psykiska övergrepp drabbades kvinnorna i studien av grova våldshändelser i genomsnitt nästan en gång i månaden. Men spridningen var stor vilket tyder på att det är stora skillnader mellan kvinnornas erfarenheter. De flesta barnen bevitnade dessutom de våldsstrategier och våldshändelser som inträffade i deras hem. Mammorna uppgav att deras barn bevitnat 89 % av de psykiska övergreppen och 82 % av fallen med fysiskt våld.

Majoriteten av kvinnorna fick fysiska skador till följd av våldet (70 %). 12 % av barnen skadades fysiskt i samband med våld i hemmet och 0,05 % av kvinnornas våldsamma partners ådrog sig något slags skada enligt kvinnorna. Frågor om skadornas art visade att 31 % av kvinnorna fått lättare skador (t.ex. rivsår eller viss lättare smärta), 33 % måttliga skador (t.ex. blåmärken, skärsår som inte krävde sjukvård, bulor, huvudvärk eller måttlig smärta) och 20 % allvarliga skador som krävde sjukvård och akutbehandling, till exempel sår som måste sys, benbrott som måste fixeras och gipsas, eller rentav inläggning på sjukhus. 3 % av kvinnorna hade fått permanenta fysiska skador till följd av våld i nära relationer, till exempel synförlust, kroniska fingerskador, bruten handled, missfall eller ärr. Två kvinnor tvingades till abort mot sin vilja.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Skador på barnet bedömdes med tre frågor för att utröna om barnet skadats avsiktligt av den våldsamma partnern. Kvinnorna fick uppge hur många gånger barnet skadats fysiskt det senaste året och beskriva den mest våldsamma händelsen det senaste året samt ange om den våldsamma partnern avsiktligt skadat barnet i samband med händelsen. Om skadan ansågs vara ett övergrepp enligt amerikansk lag anmäldes fallet till den amerikanska barnavårdsmyndigheten CPS. Det bör påpekas att även om några av kvinnorna tyckte att aga var skadligt för deras barn så uppgav 30 % att deras barn skadats fysiskt det senaste året och ca en tredjedel av dessa barn hade skadats vid ett enda tillfälle. 6 % av barnen uppgavs ha skadats två gånger i veckan och 9 % varje dag. Efter ytterligare klagoranden anmäldes tre fall av misstänkt barnmisshandel till CPS. Ett av fallen ledde till polisutredning och den familjen hoppade av från studien.

I medeltal var kvinnans våldsrelation ca 10 år lång (125 månader). Eftersom barnens genomsnittliga ålder var ungefär 8,5 år bör det påpekas att våldet sannolikt funnits med i bilden under barnets hela liv. Även om de flesta av kvinnorna (82 %) vid tidpunkten för den första intervjun inte var sambo med en våldsam partner så uppgav de flesta (69 %) att de fortfarande hade regelbunden kontakt med den våldsamma partnern. Kontakten skedde ungefär varannan dag. Många av kvinnorna (42 %) uppgav dessutom att de haft en våldsrelation med en tidigare partner, före våldsrelationen som gjorde studien aktuell.

Kvinnornas symtom på depression bedömdes med hjälp av Becks depressionsinventorium (BDI, Beck m.fl. 1961). En tredjedel av kvinnorna bedömdes ligga inom det kliniskt signifikanta intervallet för depression enligt detta mätinstrument. Rent konkret var 19 % måttligt deprimerade, 10 % djupt deprimerade och 4 % extremt deprimerade. Medelvärdet för kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp var 16,74 ($s=11,58$) på BDI-skalan. För jämförelsegruppen var medelvärdet 18,04 ($s=10,19$). BDI-medelvärdet för de båda grupperna skiljde sig inte signifikant vid studiens början.

Vid bedömningen av kvinnornas föräldraskap under stress användes APCSS-skalan (Anxiety and Parental Childrearing Styles Scale, Sameroff m.fl. 1990). Med hjälp av effektivitets-subskalan mäts i vilken grad föräldern tycker att det är viktigt att kontrollera sitt barn, se till att barnet inte får problem, motivera barnet till studier och att få barnets respekt. Kvinnorna fick svara på frågor där de kunde välja mellan två motsatta svarsalternativ. De fick uppge om de stämde delvis eller helt och hållet, vilket gav en fyrapoängsskala för varje fråga. Medelvärdet på effektivitetsskalan i studien var 2,86 ($s=0,78$). Det fanns inga signifikanta skillnader mellan grupperna för detta mått.

PTSD-skalan för våld i hemmet skapades av Saunders (1994) för att bedöma den aktuella nivån av symtom på traumatisk stress hos kvinnor som utsatts för våld i familjen. Medelvärdet på PTSD-skalan var 67,18 ($s=33,22$). För kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp var medelvärdet för traumatisk stress 66,10 ($s=33,86$). För kvinnorna i jämförelsegruppen var medelvärdet för traumatisk stress 71,45 ($s=32,59$). De båda grupperna skiljde sig inte signifikant vid studiens början beträffande posttraumatisk stress.

Många av barnen till kvinnorna i studien uppvisade kliniska värden på skalor för mätning av barns beteendemässiga anpassning. Barnens poäng på CBCL-checklistan för barns beteende – föräldraformuläret (Achenbach & Edelbrock 1991) visade att flera barn hade kliniska värden vad gäller både internaliserande problem (t.ex. ångest, depression och av-

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

skärmning) och externaliserande problem (t.ex. aggressivitet och kriminalitet). Av det totala urvalet hade 39 % av pojkarna kliniska värden för internaliserande problem och 26 % för externaliserande problem. Av flickorna hade 36 % kliniska värden för internaliserande problem och 21 % för externaliserande problem. Dessa resultat tyder på att en del barn till misshandlade kvinnor har diagnostiserbara anpassningsproblem och behöver behandling.

Förändring över tid för barn och mammor

Den första forskningsfrågan gällde om programmet bidrog till att ändra kvinnornas grad av coping, föräldrakompetens och emotionella anpassning. För att utvärdera förändringen som ett resultat av programmet jämfördes kvinnorna som genomgick programmet med de kvinnor som inte gjorde det. Med hjälp av oberoende t-test bedömdes förändringen från tidpunkt ett (första intervjun) till tidpunkt två (efter stödgrupperna för dem som deltog och tio veckor efter första intervjun för kvinnorna i jämförelsegruppen). Resultaten visar att Kids' Clubs mamma-grupp framgångsrikt minskade ineffektivt föräldraskap samt mildrade depression och posttraumatisk stress.

Kvinnorna som deltog i Kids' Clubs mammagrupp påvisade en signifikant minskning i ineffektivt föräldraskap efter programmet (effektstorlek $d=0,38$). Men föräldraskapet för den obehandlade gruppens kvinnor blev ännu mer ineffektivt under samma tidsperiod (effektstorlek $d=-0,50$). För kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp sjönk tecknen på depression signifikant (effektstorlek $d=0,26$). Kvinnorna i jämförelsegruppen visade visserligen också en signifikant förändring, men den var mindre (effektstorlek $d=0,17$). Den kanske största förändringen för kvinnorna gällde posttraumatiska stressymtom. Än en gång uppvisade kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp en större minskning av symtomen (effektstorlek $d=0,46$ mot $d=0,32$ i jämförelsegruppen). Det betyder alltså att vissa kvinnor spontant återhämtar sig från depression och traumatisk stress även utan stöd eller hjälp – men när de deltar i programmet är återhämtningen större.

Den andra forskningsfrågan ställdes för att utröna hur effektiva förändringarna var över tid efter den andra intervjun och fastställa om förändringarna kvarstod efter programmets slut. Med hjälp av kovariansanalys bedömdes förändringen från tidpunkt två till tidpunkt tre (ungefär åtta månader senare) där värdena för tidpunkt ett hölls konstanta. Resultaten redovisas bara för dem som deltog i Kids' Clubs mammagrupp. Ingen långsiktig uppföljning gjordes nämligen för jämförelsegruppen som ju erbjöds att delta i programmet efter den andra intervjun. Förändringarna kvarstod och ökade till och med för kvinnorna i Kids' Clubs mammagrupp vad gäller fortsatt minskning av depression och traumatiska stressymtom. Effektstorlekarna var starka (effektstorlek BDI, $d=0,39$. effektstorlek PTS, $d=0,56$). En smärre förändring i ineffektivt föräldraskap kunde påvisas efter de åtta månaderna, vilket tyder på att inte alla framsteg som kvinnorna gjort kvarstod efter programmets slut. Kids' Clubs mamma-grupp bidrog alltså framgångsrikt till att minska de mentala hälsoproblemen och förbättrade föräldrakompetensen, åtminstone på kort sikt.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Blir även barnet hjälpt av att mamman får hjälp?

Den tredje forskningsfrågan gällde huruvida också barnet var hjälpt av att mamman fick hjälp. När mammorna deltog i Kids' Clubs mammagrupp minskade barnens anpassningsproblem signifikant. Hos barnen som deltog i programmet kunde signifikanta förändringar påvisas från studiens start till den andra intervjun rörande den procentuella andelen med kliniska värden för externaliserande problem ($t(1, 60) = 4,03, p = 0,05$). och för dem vars mammor dessutom deltog i Kids' Clubs mammagrupp ($t(1, 59) = 22,28, p < 0,001$). Resultatet blev bättre när både mamman och barnet genomgick programmet än när endast barnet gjorde det. Antalet barn med kliniska värden för externaliserande problem minskade med 28 % om endast barnet deltog. När både mamman och barnet deltog i programmen, var minskningen 48 %. Vad gäller den långsiktiga förändringen vid uppföljningen var det 50 % färre barn med kliniska externaliseringsvärden när endast barnen behandlats. I gruppen där även mammorna behandlats var motsvarande förändring 79%. Samtliga dessa resultat är bättre än jämförelsegruppen med kvinnor och barn som inte behandlades.

Även de internaliserande problemen minskade signifikant för barnen med kliniska värden. Efter den andra intervjun uppvisade 35 % färre barn kliniska värden för internaliserande problem när endast barnet deltagit i programmet. Om både mamman och barnet gått programmet var minskningen 65 %. Ingen signifikant spontanremission kunde påvisas för barn som inte gått programmet med kliniska värden för internaliserande problem. Återigen kvarstod förändringarna och ytterligare 28 % av de återstående diagnostiserade barnen uppvisade inte längre några kliniska värden om endast barnet deltagit i programmet. Om både mamman och barnet behandlats var minskningen 48 %. Om mamman deltog i Kids' Clubs mammagrupp var förändringen alltså större än när endast barnet deltog eller varken mamman eller barnet deltog (för mer information, se Graham-Bermann m.fl. 2007).

Reflektioner från den amerikanska utvärderingen

Kids' Clubs mammagrupp är inriktad på att stärka mammornas skyddsnät vad gäller till exempel socialt stöd, samhällsresurser och föräldraskap, med särskild tyngdpunkt på att sätta gränser för deras barn och tillämpa utvecklingspsykologiskt effektiva uppfostringsmetoder. I gruppen diskuterar mammorna hur våldet i hemmet har påverkat deras barns utveckling och anpassning. Kvinnornas posttraumatiska stressyndrom (PTSD) bemöts även, liksom deras personliga säkerhet. Säkerheten ges hög prioritet eftersom fortsatt våld innebär fortsatta trauman för mamman och barnet. Personlig säkerhet är en förutsättning för att effektiva copingstrategier ska kunna tillämpas och traumasymtomen minska. Det psykologisk-pedagogiska inslaget i programmet är därför utformat för att reducera kvinnornas upplevelse av obehag, sänka deras stressnivå samt stödja dem i och lösa problem kring deras föräldraskap (Graham-Bermann m.fl. 2007).

Resultaten från den randomiserade kliniska prövningen av Kids' Clubs mammagrupp visar att programmet är effektivt för att minska kvinnornas depressioner och traumatiska stress åtminstone på kort sikt och göra dem mer effektiva som föräldrar. Sådana förändringar hos mamman bidrar dessutom till förbättringar i barnets beteendemässiga anpassning. Med tanke på den dåliga prognosen för många barn som upplevt våld i familjen är detta ett mycket viktigt bidrag, eftersom exponering för våld i familjen helt klart har ett mycket högt pris både för samhället och för den enskilda kvinnan och hennes barn. Det är uppmuntrande att

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

veta att Kids' Clubs mammagrupp som utvärderats i denna studie bidragit till positiva förändringar inte bara för de behandlade kvinnorna, utan också för deras barn.

Resultatet av projektet har teoretiska och praktiska konsekvenser för kartläggningen, bedömningen och stödet till kvinnor som upplevt våld i nära relationer – oavsett om de har psykiska problem eller inte. Det program och den utvärdering som beskrivs här har börjat ge användbar information om programmets betydelse för att minska de många effekterna på kvinnor av våld i nära relationer. Teoretiskt sett är program ofta inriktade på en enskild beståndsdel i problematiken för kvinnor efter våld i nära relationer, till exempel på att förbättra föräldrakompetensen eller minska symtomen på posttraumatisk stress. Men kvinnorna och deras barn står inför en lång rad olika och överlappande problem som kan hindra deras återhämtning. Det saknas teorier som förklarar på vilka sätt våld i nära relationer har negativa psykiska effekter på kvinnor och vad som bidrar till att minska dessa psykiska störningar. De forskningsresultat som här presenteras förväntas fylla i några av luckorna.

Informationen som dessa analyser ger kan användas direkt av yrkesutövare på flera områden, för att utbilda specialister och fackfolk, och av forskare och politiker. Socialpolitisk lagstiftning med inriktning på kvinnor i våldsrelationer införs idag på alla nivåer i hela USA. Delstaten Michigan beslutade till exempel nyligen att våld i nära relationer nu ska väga in i bedömningen av vårdnadsbeslut. Men det finns en klyfta mellan forskning och verklighet – och mellan forskning och politik. Förhoppningsvis kan resultaten från denna utvärdering bidra med ytterligare bevis för kvinnors konkreta behov, för en mer nyanserad syn på deras beteende, för vem som riskerar att utveckla anpassningsproblem, och för hur de kan hjälpas. På liknande vis kan en genom att mäta kvinnors reaktioner på våld i termer av tillgängliga stödresurser identifiera de faktorer som hindrar kvinnor att ta kommandot över sina liv och kartlägga de olika beståndsdelarna hos framgångsrik förändring.

Informationen som samlats in i denna studie är direkt relevant för det pedagogiska innehållet i program som utformas för att förebygga eller motverka den ödesdigra effekt våld i nära relationer har på de misshandlade kvinnorna och barnen som bevittnar det. Bevis för programmets effektivitet är av uppenbart värde för alla som jobbar med dessa offer, till exempel socialarbetare, vårdpersonal och anställda på kvinnohus och kvinnojourer. De resultat som här presenteras är framför allt användbara för dem som planerar för eller hjälper våldsutsatta kvinnor och deras barn. Utifrån resultaten kan de börja anpassa eller skraddarsy stödet så att det uppfyller de kvinnors behov som de riktas till, till exempel genom att lägga till kulturellt specifika inslag i programsessionerna. Det yttersta målet är att hjälpa kvinnorna att återhämta sig från våldet och bättre hantera stressen i sin vardag. Information från utvärderingen kan användas för att förbättra de program som idag erbjuds och anpassa dem till andra grupper eller platser. Befintliga insatser kan till exempel fintrimmas och kompletteras med sådant som saknas eller behövs genom att man kartlägger uppenbara riskfaktorer (t.ex. mammans ålder, våldsexponeringens omfattning och karaktär, fattigdom samt områdes- och familjerelaterade påfrestningar) och skyddsfaktorer (t.ex. socialt stöd, tillräckliga stödresurser och positivt kamratstöd kring föräldraskap). Slutligen kan resultaten från denna studie användas för att utforma och implementera längre och mer djupgående behandlings-, egenmakts-, utbildnings- och stödprogram, där större hänsyn tas till dessa kvinnors behov och till att bryta våldsmönstrens sociala arv.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Utvärderingar i Sverige

Kids' Club har testats och utvärderats i Sverige inom ramen för två studier som länkades samman med varandra och därför är delvis överlappande.³

Förstudien av Kids' Club-metoden i Sverige (Cater & Grip 2014) bestod av två delar. Den första delstudien var en kvalitativ processinriktad utvärdering som syftade till att identifiera inom vilka områden modellen kan behövas utvecklas inför eventuell spridning i landet och de förutsättningar som berör implementering och spridning av metoden i Sverige. Den innehöll följande frågeställningar:

- 1) Hur passar Kids' Club-metoden den variation av familjer som barn som upplever våld kan leva i?
- 2) a) Hur passar Kids' Club-metoden svensk lagstiftning, svensk familjekultur och socialtjänstens organisation?
- 2) b) Vilka svårigheter och problem i implementeringen och tillämpningen av Kids' Club-metoden kan identifieras?

Den andra delstudien var en kvantitativ effektinriktad utvärdering som syftade till att ge indikationer om Kids' Club-metodens möjligheter att bidra till positiv förändring av barns och mammors mående. Den specificerades i följande frågeställning:

- 3) Vilka förändringar från före till efter insatsen kan identifieras i måendet bland de barn och mammor som går i Kids' Club-grupper?

Inom ramen för denna delstudie avsåg forskarna dels tillhandahålla indikationer på om Kids' Club-metoden ger tillräckligt lovande resultat för att spridas i Sverige och dels testa vilka utvärderingsinstrument som skulle kunna användas i kommande utvärderingar av metoden.

I det projekt som förstudien kom att inkluderas i (Broberg m.fl. 2015) var det övergripande syftet att utveckla och pröva genomförbarhet i Sverige av fyra olika insatser för barn vars förälder utsatts för våld i sin nära relation, och där barnet har utvecklat symtom som föranleder insats. Två av metoderna bedömdes vara lämpliga att använda i socialtjänstens individ- och familjeomsorg (Kids' Club och Project Support). Gemensamt syfte för samtliga delar av projektet var att förbättra det stöd som ges av hälso- och sjukvården, socialtjänsten och socialtjänstanknutna verksamheter till barn och föräldrar som utsatts för våld i nära relationer. I uppdraget ingick att informera om de metoder som utvecklats och att stödja implementeringen av dem.

Frågeställningarna gällande Kids' Club var:

- Uppfattar behandlare som prövat metoden att den är lämplig för målgruppen, välfungerande och "realistisk"?
- Uppfattar föräldrar som prövat metoden att den motsvarar deras behov?
- Är metoden genomförbar med merparten av de föräldrar och barn som kan vara aktuella för insatsen?
- Är det möjligt att intressera verksamheter som arbetar med insatser till våldsutsatta föräldrar och barn för att arbeta med metoden?

³ Förstudien finansierades med medel från Brottsoffermyndigheten och implementeringsstudien av Socialstyrelsen.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Klarar gruppledarna att arbeta enligt metoden inom ramen för sin ordinarie verksamhet?
- Behöver metoden anpassas för att kunna användas i svensk kontext, och i så fall hur?
- Är anpassningen i så fall inom ramen för vad metodens upphovspersoner accepterar som förenligt med metoden?
- Visade studien på effekter som motsvarade dem som tidigare redovisats i studier av Kids' Club-metoden, avseende barnens psykiska hälsa, sociala kompetens och attityder till våld samt föräldrarnas föräldraförmåga och psykiska hälsa?

I förstudien ingick de Kids' Club-grupper som startade under hösten 2012 och våren 2013, totalt fyra grupper. Kriteriet för att inkluderas i förstudien var för gruppledarnas del att de ledde antingen en Kids' Club-mammagrupp eller en Kids' Club-barngrupp under projektets gång och för mammornas och barnens del erbjudande om eller deltagande i Kids' Club-grupp i Kristinehamn eller Karlstad. Inklusionskriterierna för deltagande i dessa grupper var att en förälder enligt egen uppgift skulle ha utsatts för fysiskt, sexuellt eller psykiskt våld från sin partner och ha barn i åldern 6 till 12 år. Således fanns möjlighet för våldsutsatta pappor och föräldrar i samkönade relationer att delta. Men alla föräldrar som erbjöds deltagande i Kids' Club under studieperioden var mammor som utsatts för våld från en manlig partner. Forskarna hade en kontinuerlig dialog med gruppledarna ifall det skulle finnas särskilda skäl till att exkludera någon deltagare från förstudien, men någon sådan situation uppstod inte. Inga förbestämda exklusionskriterier tillämpades av kommunerna själva gällande vilka barn och föräldrar som skulle erbjudas Kids' Club-insatsen.

Datainsamlingsunderlagen bestod av flera delar: en intervjuguide för fokusgruppintervjuer med gruppledarna, guider för korta intervjuer med mammor och barn efter deltagande i Kids' Club, en guide för korta telefonintervjuer med mammor som tackat nej till erbjudande om att få delta i Kids' Club samt utvärderingsinstrument för före- och eftermätning med frågor till mammor respektive barn.

De nio gruppledarna intervjuades i grupper varje termin efter andra eller tredje gruppträffen samt efter den sista gruppträffen för terminen med hjälp av en egenutvecklad intervjuguide.

Vid förmätningen genomfördes en semistrukturerad intervju med mammor. Intervjuerna rörde demografisk information om sysselsättning, civilstånd, utbildning, etnicitet, boende, vårdnad och barnets kontakt med våldsutövaren. Vidare fanns frågor om våldsutsatthet och nuvarande och eventuellt tidigare erhållna stödinsatser för egen del och för sitt barns del.

Eftermätningintervjuerna med mammorna fokuserade på hur de uppfattat insatsen och vilka förbättringsförslag de hade efter att gruppen avslutats. Intervjun inkluderade även frågor om mammornas erfarenheter av att delta i mammagruppen, om det fanns inslag eller teman som de saknade samt om de hade märkt av några förändringar i sitt eget eller sitt barns fungerande/beteende eller mående. Vidare tillfrågades de om hur de upplevt att ha sitt barn i barngrupp, hur de uppfattade barngruppens verksamhet samt om det fanns teman eller inslag som de saknade i barngruppen.

Barn som deltog i självskattning erbjöds att delta i en intervju om hur de uppfattat att delta i Kids' Club efter avslutad intervention.

För implementeringsstudien inkluderades ytterligare två kommuner och datainsamlingsperioden förlängdes. I de totalt fyra kommuner som erbjöds Kids' Club-grupper under

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

studiens inklusionsperiod var totalt 17 gruppleddare verksamma. Alla dessa intervjuades individuellt om insatsen. De flesta av dessa var utbildade och yrkesverksamma socionomer.

De före- och eftermätningar som gjordes inom förstudien inkluderades i implementeringsstudien. Totalt inkluderades 29 barn och deras 24 mammor. Barnen, 12 flickor och 17 pojkar, var mellan sex och tolv år gamla, med en medelålder på ca åtta år ($SD = 1.60$). Mammorna var i genomsnitt ca 37 år, med en variation från 31 år till 50 år ($SD = 5.67$). Mammorna hade i genomsnitt två barn. En majoritet av mammorna arbetade (67 %), medan 17 % var arbetsökande och resterande var sjukskrivna, föräldralediga eller studerade. Det var över hälften av mammorna (61 %) som tidigare hade varit på Kvinnojour och knappt en tredjedel av mammorna hade erfarenheter av våld från flera utövare i vuxen ålder. Närmare tre fjärdedelar av mammorna hade under de senaste två åren fått stöd eller behandling av något slag. I tre fjärdedelar av fallen var det barnets biologiska pappa som utövat våldet mot mamman. Cirka en tredjedel av barnen bodde regelbundet hos honom, medan en femtedel inte hade någon kontakt alls och övriga träffade pappan regelbundet under dagtid. Drygt en tredjedel (36 %) av barnen hade fått stöd eller behandling tidigare.

Vad barn och mammor varit med om och hur de mårde när de startade Kids' Club

Utvärderingen av Broberg med flera (2015) visade att av de 24 mammorna hade 92 % ($n = 22$) varit utsatta för fysiska attacker under det senaste året, 83 % ($n = 20$) för psykiska angrepp och 33 % ($n = 8$) för sexuellt tvång enligt Conflict Tactics Scale (CTS2, Strauss m.fl. 1996). Variationen var dock stor. En del hade varit utsatta för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld en enstaka gång, andra över 20 gånger det senaste året. Två av mammorna levde fortfarande med den man som utövat våld, tre uppgav att relationen var oklar, medan resterande mammor uppgav att relationen var avslutad.

Enligt mammorna hade 95 % av barnen vid något tillfälle bevittnat psykiska angrepp mot mamman och cirka fyra femtedelar (81 %) hade bevittnat fysiska attacker. Drygt hälften (52 %) hade sett skador som våldet orsakat och närmare en tredjedel (29 %) av barnen hade bevittnat sexuellt våld mot mamman.

Enligt mammornas skattningar av barnens psykiska ohälsa låg barnens medelvärde på totalproblemskalan i Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ-P, Goodman 1997, Smedje m.fl. 1999) över det svenska föreslagna gränsvärdet på 14 poäng för symtom på klinisk nivå ($M = 15.39$). Nästan hälften av barnen (48 %) hade kliniska symtomnivåer. Barnen hade enligt mammorna goda sociala färdigheter, mätt med den prosociala delskalan i SDQ-P ($M = 8.18$). Barnens sociala förmåga mätt med The Social Competence Scale (SCS, Gesten 1976, Kendall & Wilcox 1979, $M = 2.1$) skilde sig i jämförelse med en amerikansk normgrupp ($t(413) = 378, p = > 0.05$).

Tio barn mellan åtta och tolv år genomförde självskattning. Som grupp sett skattade barnen att de hade förhållandevis höga symtom på psykisk ohälsa. Samtliga delskalor på Trauma Symptom Checklist for Young Children (TSCYC, Briere m.fl. 2001, Nilsson m.fl. 2012), som mäter symtom på ångest, depression, ilska, posttraumatisk stress och dissociation, låg klart högre än för en svensk normgrupp. Nivåerna i barnens självskattningar påminde om barn inom barn- och ungdomspsykiatri. Barnens attityder till användning av våld varierade. De flesta höll inte alls med om påståenden om att man förtjänar att bli slagen, att det alltid är

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

barnens fel när föräldrar eller vuxna slåss och bråkar eller att slåss är det enda sättet att lösa problem på, men några få uppfattade att påståendena stämde fullt ut.

The Hospital Anxiety and Depression Scale (HAD, Lisspers m.fl. 1997, Zigmond & Snaith 1983) användes för att skatta grad av ångest och depressivitet. Mammorna rapporterade betydligt mer ångest ($M = 11.21$, $SD = 4.55$) än vad som är vanligt i en svensk population ($t(379) = -9.17$, $p < 0.05$). Över hälften av mammorna (54 %) hade ångestsymtom på klinisk nivå. Även graden av självskattade depressiva symtom var högre ($M = 8.67$, $SD = 4.43$) än vad som är vanligt i en svensk population ($t(379) = -9.96$, $p < 0.05$). Dock hade endast en tredjedel av mammorna (33 %) kliniska symtomnivåer. Mammornas rapporterade traumasymtom och dessas allvarlighetsgrad enligt *Modified PTSD Symptom Scale* (MPSS-SR, Falsetti m.fl. 1993) var relativt hög, men varierade stort ($M = 28.29$, $SD = 15.15$). För mammorna som grupp låg inte skattningarna över det amerikanska föreslagna kliniska gränsvärdet 32 poäng. Av mammorna skattade dock 42 % att de hade traumasymtom som överskred det kliniska gränsvärdet.

Mammorna skattade också sin föräldraförmåga och användning av disciplinstrategier med Alabama Parenting Questionnaire (APQ, Frick m.fl. 1999). Fem av mammorna (19.5 %) uppgav att det hände att de slog sitt barn med handen och två (7 %) uppgav att de smällde till barnet när det gjort något fel. Ingen uppgav att de slog till barnet med bälte eller något annat tillhygge. Hälften av mammorna sa att de ibland eller ofta skrek och skällde på sitt barn ($n = 13$) eller ibland eller ofta skickade in barnet på sitt rum. Närmare hälften svarade att de ibland till alltid drog in privilegier eller pengar, medan den andra hälften att de nästan aldrig eller aldrig gjorde det.

Förändringar över tid för barn och mammor

Enligt mammornas skattningar i Broberg med fleras (2015) utvärdering förbättrades barnens psykiska hälsa betydligt mätt med totalproblemskalan SDQ-P ($t(20) = 2.72$, $p < .05$). Även barnens traumasymtom mätt med TSCYC minskade tydligt ($t(20) = 2.32$, $p < .05$).

Enligt mammornas skattningar hade nästan hälften av barnen en hög grad av psykisk ohälsa mätt med totalproblemskalan SDQ-P och låg över det kliniska gränsvärdet vid start av Kids' Club. Vid en jämförelse med Reliabelt förändringsindex (RCI) fann forskarna att av de som deltog i både för- och eftermätning och hade kliniska symtomnivåer innan start av Kids' Club hade fem förbättrats och hade icke-kliniska symtomnivåer efter Kids' Club, medan fem uppvisade oförändrat höga kliniska symtomnivåer. För de barn som innan Kids' Club hade icke-kliniska symtomnivåer och deltog i för- och eftermätning var alla oförändrade och låg fortfarande på icke-kliniska symtomnivåer. Inga av barnen hade försämrats.

Forskarna fann ingen påvisbar förändring i mammornas självrapporterade föräldrastrategier mätt med delskalorna i APQ, nivåer av ångest respektive depression mätt med HAD eller frekvens av traumasymtom mätt med MPSS-SR.

Hur Kids' Club-metoden passar olika familjer i Sverige

Cater och Grips förstudie (2014) visar att det varken i intervjuerna med de deltagande mammorna efter insatsen, mammorna som tackat "nej" till den eller gruppleddarintervjuerna kunde identifieras några reflektioner över särskilda grupper för vilka insatsen kan passa

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

sämre. Det var snarare andra aspekter som lyftes fram som begränsande eller gjorde att vissa mammor valde att inte själva eller ha sina barn delta i Kids' Club.

Mammorna som intervjuades efter insatsen var överlag positiva till både barn- och mamma-gruppen. Detta trots att flera poängterade att barnet kanske varit tveksamt eller till och med inte ville gå dit den första gången. Alla mammorna som erbjudits Kids' Club-insats för sitt barn och sig själv men tackat nej uttryckte att Kids' Club generellt verkade som en insats som skulle kunna hjälpa barn som upplevt våld i familjen. Det fanns med andra ord inget i intervjuerna med mammorna som indikerade att Kids' Club-metoden skulle passa sämre för några särskilda typer av familjer.

Anledningarna till att mammor som fått erbjudande om att delta i Kids' Club-grupp men tackat nej var i stället andra aspekter av metoden. Anledningarna till att tacka nej till erbjudande om Kids' Club var av tämligen olika slag, men visar samtidigt vissa mönster. Två av skälen är direkt kopplade till barnet, antingen att mamman bedömde att barnet när erbjudandet kom inte hade tillräckligt stort behov av insatsen/gruppen eller att barnet inte gick med på skilda grupper för barn och mammor. Ett annat skäl var att grupptiderna krockade med mammans egen arbetstid. Att mammorna går i en egen grupp och barnen i en annan, samt att grupp-formatet omöjliggör flexibilitet vad gäller träffarnas dag och tid, var med andra ord de hinder för deltagande som framkom i intervjuerna med mammor som tackat nej. För mammorna som tackade nej till Kids' Club verkade beslutet delvis också relaterat till att de hade tillgång till annat stöd som de bedömde som tillräckliga i förhållande till barnens och sina egna problem. Att Kids' Club av mammor bedöms vara en relevant insats är med andra ord inte alltid den enda eller avgörande faktorn för huruvida de väljer att acceptera erbjudandet.

Även om mammorna med andra ord var positiva till Kids' Club och intervjuerna inte gav några indikationer om att någon kände att metoden inte skulle passa deras typ av familj, så innehöll både intervjuerna med mammorna efter insatsen och mammorna som tackat nej en del specifika önskemål för både barn- och mammagrupperna och deras genomförande. Flera uttryckte att de inte fått tillräckligt med information om vad de gjorde i barngruppen. Detta kan vara något för framtida gruppleddare att diskutera hur man ska handskas med. Å ena sidan nämner Kids' Club-handboken endast ett kortfattat informationsblad till föräldrarna och att gruppleddarna av tystnadsplikt endast får informera föräldrar om barngruppens aktiviteter och inte vad olika deltagare sagt. Detta kan tolkas som att metoden ger barnen rätt till sitt eget rum, inom vilket det de säger och gör stannar, om de inte själva berättar det. Å andra sidan finns kanske sätt att förbereda mammorna bättre på att de inte kommer att få reda på allt som försiggår i barngruppen och tydligare motivera för dem varför det är så.

Även när det gäller mammagruppen så lyfte några mammor fram att det bästa varit att barnen fått stöd. Flera av mammorna som deltagit i grupp uttryckte att de inte kunde komma på något alls som de hade önskat skulle tas upp eller som de saknade i mammagruppen. Det som flest mammor lyfte fram som det allra mest värdefulla för egen del var att få träffa andra mammor med liknande erfarenheter. Det vanligaste förekommande önskemålet om förändring var mer tid för mammagruppen, antingen i form av längre grupptillfällen eller fler. Sådana önskemål reser dock frågor om vad som är barnens behov och vad som är mammornas behov kopplade till föräldraskapet respektive deras eget behov av att bearbeta sina upplevelser mer generellt och vad som ska rymmas inom en gruppmetod som ursprungligen bestod av barngrupper och som sedan kompletterats med grupper för att stödja mammorna i sitt föräldraskap.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Gruppledarna lyfter i intervjuerna i Broberg med flera (2015) fram att de tror och har upplevt att metoden varit bra för de flesta mammor och barn som deltagit. Många upplevde också att mammor och barn uttryckt sig positivt om Kids' Club-grupperna. Alla behandlare uttryckte att de tror att Kids' Club är en lämplig metod för de flesta barn som upplevt våld. Flera lyfte vidare fram att barnets livssituation, inklusive hur långt tillbaka i tiden våldet ligger, relationen och umgänget med utövaren av våldet och barnets behov av skydd, kan kräva noggrann avvägning om det är lämpligt med sådan typ av insats som Kids' Club.

Förutsättningarna för att implementera Kids' Club-metoden i Sverige

I utvärderingarna (Cater & Grip 2014, Broberg m.fl. 2015) framkommer inte någon aspekt av Kids' Club som oförenlig med svensk lag. Däremot finns några aspekter av metoden som reser frågor om hur man i USA respektive Sverige ser på familjerelationer och hur barn bör behandlas. Ett exempel rör kroppslig bestraffning av barn. Sedan 1960-talet har Sverige i internationell jämförelse en mycket negativ inställning till barnaga. Utvärderingarna indikerar att även om det finns kulturella skillnader på nationell nivå, så råder konsensus både gruppleddare emellan och mellan gruppleddare och föräldrar i Sverige.

Att Kids' Club kräver att man anpassar sig till att arbeta i enlighet med en handbok var enligt utvärderingarna inte i sig ett problem för gruppleddarna. Att arbeta gruppbaserat innebär dock en avvägning mellan att hålla tiden och anpassning till gruppen. Kanske kan detta förstås delvis utifrån den flexibilitet Kids' Club-metoden anses tillåta, åtminstone på detaljnivå. Men denna flexibilitet reser frågor om hur stora förändringar man kan göra i förhållande till manualen och det fortfarande "är Kids' Club" man ger som insats.

Vad som särskilt uppskattades med metoden: grupper med möjlighet att tala

Bland de intervjuade Kids' Club-behandlarna är omdömena och erfarenheterna av att ha arbetat med metoden från överväldigande positiva till positiva (Broberg m.fl. 2015). En viktig aspekt av Kids' Club är att insatsen är gruppbaserad och att barngruppen och mamma-gruppen går samma dagar och tider, med gemensam start men huvudsakligen i olika rum. Gruppleddarna i Cater och Grips utvärdering (2014) uttrycker på flera sätt att de tror det är bra att barn och mammor får träffas i grupp för att bearbeta sina våldserfarenheter. Det verkar vara lättare att få mammorna att tillgodogöra sig varandras erfarenheter genom igenkänning i samtal än att hantera variation inom barngrupperna. Men gruppleddarna lyfter också fram att olikheter barnen emellan är just det som kan utgöra en fördel i en grupp. Just att barn och mammor går i grupp parallellt lyfter gruppleddarna fram som särskilt bra. Mammornas deltagande i en annan grupp kan på ett påtagligt sätt visa för barnen att deras mamma samtycker till att de deltar och berättar om vad som hänt i barngruppen. Gruppleddarna uttryckte att de själva får en bättre förståelse för barnet när de också träffar mamman. Att grupperna är samma tid innebär också att man kan äta gemensamt innan, vilket ingår i metoden och som gruppleddarna tror kan gynna återhämtningsprocesserna för både barn och mammor. Att grupperna är på samma tider innebär också att barnen får en stund tillsammans med mamma på vägen till och hem ifrån gruppen, under vilken man kan tala om det man talat om under grupptillfället eller något annat. Även om de talar om helt andra saker, så tänkte sig gruppleddarna enligt intervjuerna att också denna stund kan vara gynnsam för barnen.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

En annan viktig aspekt av Kids' Club-metoden som gruppledarna i utvärderingen av Cater och Grip (201) uttryckte att de särskilt uppskattade och trodde på var att metoden inte förutsätter att barn och mammor uttryckligen ska prata om de egna våldserfarenheterna och de egna känslorna. Metoden ger i stället genom olika tekniker barnen möjlighet att berätta om sina upplevelser och känslor i den utsträckning och på det sätt de själva vill. En annan del av förhållningssättet gentemot barnen och mammorna och stödet för att hjälpa dem kunna tala om sina erfarenheter utgörs av att de ges ett i förväg accepterat sätt att visa när de inte vill tala om något. Det handlar alltså om flera aspekter: både att de tillåts fokusera på "pysslet" medan de talar om de svåra erfarenheterna och att resultatet av pysslet, exempelvis en pappersfigur eller liknande, kan tillåtas utgöra en ställföreträdare för olika upplevelser och känslor, men också att barn och mammor helt enkelt tillåts välja bort att besvara vissa frågor till exempel med hjälp av ordet "pass", vars användning gruppledarna legitimerar genom att själva använda det ibland.

Liknande resultat framkommer i Broberg med fleras (2015) intervjuer. I dem framgår att det i Kids' Club-metoden som flest gruppledare uttryckte att de särskilt uppskattade var att en gemensam måltid följs av parallella grupper för mammor och barn. Andra drag som behandlarna uppskattade särskilt mycket var dels att det ska vara tydligt att anledningen till samtalen är våld och att våldet inte är barnets fel. Flera lyfte också fram att de såg det som positivt att metoden ger mammor och barn möjlighet att berätta om sina upplevelser om de vill och att uttrycka sina erfarenheter och känslor på flera sätt, antingen verbalt eller genom att exempelvis rita. Många av behandlarna hade tilltro till att Kids' Clubs gruppformat kan medvetandegöra barn och mammor om att de inte är ensamma om sina upplevelser och känslor.

Mammorna som haft sina barn i Kids' Clubs barngrupp och själva gått i den parallella mammagruppen tyckte dels att det gruppstöd deras barn deltagit i verkat som en bra insats och att de uppfattat att deras barn haft roligt och uppskattat grupptillfällena (Broberg m.fl. 2015). Det de uppfattat som särskilt värdefullt var att gruppen inneburit en möjlighet för barnen att på ett konkret sätt förstå att de inte är ensamma om sina erfarenheter och kunnat känna en samhörighet i att andra haft liknande eller värre problem. Fyra mammor trodde att det varit värdefullt för barnen att få möjlighet att bearbeta de händelser som tyngt dem genom att tala om dem. Fem av mammorna berättar att deras barn tidigare fått annan insats i form av gruppstöd eller individuellt stöd. De uttrycker att i jämförelse uppfattar de att Kids' Club är mer lättsamt, då metoden inte endast innebär att sitta och prata samt att de uppskattar att Kids' Club inkluderar stöd till mamman själv och att mamma och barn gör det tillsammans. Den stora majoriteten av mammor uppger också att de märkt någon slags positiv förändring för sitt barn.

Förutsättningar och utmaningar i implementering av Kids' Club i svenska kommuner

Trots att gruppledarna var positiva till Kids' Club, var det tydligt i intervjuerna att den här typen av insatser kräver resurser (Cater & Grip 2014). Att lyfta fram kostnader kan vara ett skäl att välja andra metoder för att stödja barn som upplevt våld och deras mammor. Men det kan också vara ett uttryck för att metoden uppfattas som seriös och användas för att bjuda in till diskussioner om vad som krävs för att organisera insatsen. Hur kostnader fördelas och resurser ställs till förfogande när insatsen ges i samverkan mellan olika organisationer och

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

vilka implikationer olika typer av huvudmän har för det praktiska genomförandet måste noggrant diskuteras och lösas när insatsen möjliggörs genom sådana former.

Den mest uppenbara utmaningen i implementeringen och tillämpningen av metoden verkar vara gruppformatet, då erfarenheterna från utvärderingarna i Sverige är att det i längden är svårt att få ihop tillräckligt många barn – i synnerhet med en gynnsam grupp sammansättning – i mindre kommuner. Samtidigt uppfattas, som sagt, gruppformatet som en av de största styrkorna.

Att "få ihop" en grupp

Samtidigt som gruppformatet med andra ord utgör en viktig anledning både till uppskattning av mammor och till att gruppledarna uppfattar metoden som verkningsfull, så utgör det en utmaning i den praktiska tillämpningen av metoden. Cater och Grip (2014) konstaterar att allteftersom terminerna gick verkade det bli svårare att få ihop grupper och den tredje terminen blev det ingen insats i någon av kommunerna i förstudien. Broberg med flera (2015) konstaterar att en av de utbildade kommunerna aldrig kom igång med att erbjuda Kids' Club-grupper och de aktiva kommunerna fick inte ihop tillräckligt många barn för att kunna organisera en grupp varje termin. Detta delvis för att de ofta var beroende av att kontakter förmedlas av andra verksamheter inom kommunens socialtjänst. Mot denna bakgrund kan gruppledarnas diskussioner om hur grupp sammansättningen går till i praktiken förstås. Cater och Grip (2014) konstaterar nämligen att det verkar som om *att få ihop en grupp* alls ibland måste prioriteras över *hur* gruppen sätts samman, d.v.s. prioriteringar baserade på bedömningar av vad som kan vara en gynnsam grupp sammansättning i förhållande till barnens behov och problematik.

Den aspekt som tydligast framträder i intervjuerna som ett kriterium för att inte erbjuda barnet (och mamman) Kids' Club är att mammans relation med våldsutövaren inte avslutats. Detta är med andra ord ett kriterium baserat på föräldrarelationen och mammans bedömning av våldsutövaren och hans beteende. När det gäller barnen själva, så indikerar inget i intervjuerna med gruppledarna att till exempel barnets mående skulle vara en central faktor i bedömningen om barnet ska gå Kids' Club. Detta trots att gruppledarna tar upp att vissa typer av problematik skulle kunna utgöra svårigheter inom ramen för gruppformatet. Att vissa typer av utåtagerande problem kan komma till uttryck som starkt påminner om posttraumatisk stress utgör därmed ett dilemma när det gäller att i praktiken förhålla sig till å ena sidan vad man tror kan vara en gynnsam grupp sammansättning och å den andra de typer av problem som den specifika målgruppen brottas med. I intervjuerna framkommer också att det egentligen inte är gruppledarna som avgränsar målgruppen utifrån hur de bedömer barnens behov, utan att i praktiken erbjuds Kids' Club till barn till mammor som utsatts för våld av sin partner och sedan blir det mamman som avgör om barnet ska få tillgång till insatsen eller inte.

Reflektioner från de svenska utvärderingarna

Broberg med flera (2015) konstaterar att det finns flera aspekter som gruppledarna lyfter fram att de gärna skulle ändra på och/eller redan har ändrat på. En sådan är tiden för grupp-tillfällen. I flera av intervjuerna finns dock signaler om att mer vana gruppledare verkar uppleva mindre sådan tidspress och att tidspressen är mer uppenbar i mammagrupperna än

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

i barngrupperna. Ett annat tema som många av gruppledarna i intervjuerna tar upp som otillfredsställande med metoden är synen på barnuppföstran.

Men Broberg med flera (2015) poängterar att de svårigheter man mött kanske handlar mindre om införandet än om det praktiska genomförandet, då gruppledarna tar upp aspekter såsom att grupptiderna krockar med barnets aktiviteter eller att föräldrarna inte tycker att barnet behöver insatsen för att de själva är alltför traumatiserade eller utmattade för att orka ta tag i barnets behov eller för att de tycker att de skyddat barnet från våldet. Några tar också upp problemet med att båda föräldrarna behöver samtycka för att barnet ska kunna få hjälp och att barn inte fått hjälp därför att mamman inte förmått ta upp frågan med pappan. Av de svårigheter som kom upp var de flesta generella och torde påverka alla typer av stödjande insatser för barn som upplevt våld, andra var kopplade till gruppformatet med samma tid varje vecka. En farhåga som har att göra med Kids' Clubs upplägg med parallella grupper för mammor och barn är att mammor som själva inte orkar eller vill tala om sina erfarenheter omöjliggör att barnet får gruppstödet.

Cater och Grips (2014) resultat från den kvalitativa delstudien indikerade att alla mammor huvudsakligen var positiva till Kids' Club och bland skälen att tacka nej till insatsen var det dels att tiderna för gruppträffarna krockade med mammans arbetstider och dels att metoden kräver att mamma och barn går i olika grupper som har att göra med metoden i sig. Men det var också att träffa andra mammor med liknande erfarenheter som uppskattades mest bland mammorna som deltagit i Kids' Club-grupp. Detta innebär att gruppformatet var både det mest uppskattade av mammorna och en anledning till att vissa inte kan ta emot stödet.

När Cater och Grip (2014) ställer intervjuerna med mammorna emot intervjuerna med gruppledarna avseende mammornas makt att besluta om barnet ska få Kids' Club-insats eller inte, så belyses frågor som: Hos vem är det rimligt att den avgörande rösten om huruvida ett barn ska få stöd för sina våldsupplevelser ska ligga: hos de mammor som sannolikt har spenderat mest tid med barnet, men troligen har mycket begränsad insikt i hur våld mot mamma kan påverka barn och som också har andra åtaganden, såsom sitt arbete och kanske fler barn, eller hos en socialarbetare, som kanske endast träffat barnet under enstaka timmar och inte gjort en ordentlig utredning varken av vad barnet bevitnat eller hur det mår, men å andra sidan har kännedom om möjliga konsekvenser av att uppleva våld mot en omsorgsperson som kanske kan vara dolda, men samtidigt kan uppleva viss lojalitet mot de andra barn som kan behöva insatsen och därmed att tillräckligt många barn kan inkluderas för att motivera en grupp? Men framför allt belyser intervjuerna med gruppledarna att man i praktiken tvingas till – och också är beredd att göra – ganska stora avsteg från idéer om optimal gruppssammansättning för att alls få till stånd en grupp.

I den första terminens grupp hade exempelvis en kommun haft ett syskonpar, vilket illustrerar erfarenheterna av svårigheterna att få ihop en grupp. Att man inte egentligen tillämpar några exklusionskriterier eller kan utforma gruppen på sätt som gynnar gruppprocesser syns också i studien. Trots att gruppledarna uppgav i intervjun att de känt stöd i sin kommun för att ge Kids' Club, så blev det ingen grupp i någon av kommunerna förstadiens tredje termin. Att man i praktiken knappast tillämpar några exklusionskriterier kan å ena sidan förstås mot bakgrund att insatsen är sekundärpreventiv och riktas mot en viss riskgrupp (i det här fallet barn vars mammor utsatts för våld av sin partner) i syfte att *reducera eller förhindra att symptom och problem utvecklas* (se Weisz m.fl. 2006). Å den andra kan inklusionen av ett barn som var yngre än insatsen är utvecklad för och ett barn som enligt mamman inte var

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

medvetet om våldet mot mamman förstås mot bakgrund av svårigheterna att få ihop en grupp i en mindre kommun. I den ursprungliga amerikanska handboken står att "Gruppen måste innehålla lika många pojkar som flickor och deltagarna måste vara relativt jämnåriga" samt att "den viktigaste egenskapen hos en eventuell deltagare är förmågan att kunna interagera i en social situation" (Graham-Bermann inget årtal, sid 8). Dessa erfarenheter av att få ihop Kids' Club-grupper har med andra ord betydelse för metodens möjliga spridning i Sverige, åtminstone om man har för avsikt att hålla sig till manualen i sin nuvarande form.

Bland de förslag och önskemål som mammorna själva lyfte fram i intervjuerna (Cater & Grip 2014), så är det en större tydlighet om att våldsutövaren kan vara barnets styvpappa eller mammans nye sambo eller pojkvän och inte alltid en person som barnet ser som sin pappa som bedöms som mest görligt i förhållande till metodens ursprungliga tanke. Att informera mammorna mer om vad som försgick i barngruppen och att förlänga tiden är mer problematiska i förhållande till Kids' Clubs manual, som forskarna ser det. När det gäller dessa senare förslag och önskemål är det också viktigt att diskutera huruvida de skulle vara en förbättring för barnen direkt, för barnen via mammornas förbättrade förutsättningar för föräldraskap eller mest för mammorna i egenskap av kvinnor och deras erfarenheter och behov som våldsutsatta kvinnor.

Att arbeta manualbaserat i sig verkade inte vara ett problem enligt gruppledarna, men detta måste förstås i relation till den flexibilitet de uppfattade att metoden har. Ett viktigt resultat avseende eventuella nödvändiga förändringar i metoden är besluten att ersätta inslagen om timeout och fysisk bestraffning i mamma-programmet med "Fem gånger mer kärlek" (Forster 2009), diskussionen om att ersätta exemplen om tornado och skolskjutningar med brand eller åska i säkerhetsplaneringsinslaget i barnprogrammet samt den förlängning av gruppträfftiden som den ena kommunen införde. I vilken utsträckning metoden kan sägas rymma förlängningar av grupptillfällena är mer oklart, i synnerhet om valet står mellan att "dra över" den tid man avsatt för barn- eller mammagrupp eller att fatta beslut om att förlänga tiden i förhållande till vad metoden syftar till (t.ex. inte egentligen terapeutisk). Ett annat viktigt resultat är också svårigheterna att få ihop grupper med tillräckligt många barn i kommunerna under förstudiens gång och att kommunerna trots vissa anpassningar av metoden, nämligen att inkludera dels barn yngre än metoden är riktad till och dels barn som inte bevittnat våldet mot mamman, inte lyckades åstadkomma grupper den tredje terminen.

Det handlar med andra ord inte enligt gruppledarna att utifrån en idé om vilken som skulle vara den bästa sammansättningen skapa en grupp av barn vars styrkor och behov kan komplettera varandra för bästa möjliga grupprocesser, utan mer om att utifrån en idé om att alla barn vars mammor utsatts för våld av partnern kan gynnas av att delta i Kids' Club hoppas på att få tillräckligt många barn för att kunna bilda en grupp alls. Och det lyckades man inte med i någon av kommunerna den tredje och sista terminen som studien pågick. Detta kan utgöra en generell svårighet när det gäller sekundärpreventiva insatser för barn som upplevt våld mellan föräldrarna och reser frågor om huruvida just gruppinsatser är ett realistiskt mål i kommuner med få invånare. Kristinehamn har uppemot 25 000 invånare och Karlstad närmare 90 000. Man hade kunnat tro att en ort i åtminstone Karlstads storlek (och, för den delen, Kristinehamn genom Brottsofferjourens samarbete med Filipstad och Storfors kommuner) skulle ha tillräckligt många barn som upplevt våld mellan föräldrarna för att möjliggöra grupper av den storlek som Kids' Club kräver, d.v.s. ett ganska litet antal barn,

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

men man lyckades alltså inte heller där den tredje och sista terminen med att få tillräckligt många barn för att kunna starta en grupp.

När det gäller de identifierade förändringarna hos mammorna så skulle man kunna säga att de på ett sätt motsvarar Kids' Clubs specifika mål med mammagruppen: att stödja mammorna i föräldraskapet mer än att erbjuda en möjlighet för mammorna att bearbeta sina egna trauman och sina känslomässiga reaktioner på våldet de utsatts för. Att de identifierade förändringarna hos barnen var av mer "allmänpsykosocial" karaktär än exempelvis trauma skulle på liknande sätt kunna sägas motsvara programmets sekundärpreventiva ambitionsnivå. Man skulle med andra ord kunna tänka sig att traumasymtom snarare skulle behandlas inom ramen för behandlande interventioner som är utformade för en viss riskgrupp som utvecklat en viss typ och grad av symtom- och problemnivå eller har en viss diagnos. När det gäller barnens sociala kompetens, så är dock ett av Kids' Clubs uttalade mål att barnen ska lära sig mer om konfliktlösning. Därmed torde detta resultat, som inte visade en förändring i denna aspekt, vara särskilt viktigt att följa upp, både i kommande diskussioner gruppledare emellan och i framtida utvärderingar.

Det är detta som kanske Kids' Club-metoden poängterar tydligare än andra metoder för att stödja barn som upplevt våld mellan föräldrarna och som gruppledarna efter lite reflektion kommit till: att låta det individuella barnet – och mamman – tala om sina erfarenheter och sina känslor *när de* är redo, *på det sätt* (direkt eller indirekt) som de vill och förmår och endast *om* de vill, vilket kanske är särskilt relevant just för barn som upplevt våld i familjen (jfr också Cater 2015).

Sandras tankar om rekryteringen av barn och kvinnor till stödprogram efter våld i nära relationer

Den allra svåraste biten i samband med Kids' Clubs mammagrupp och utvärderingen var rekryteringen av de familjer som skulle delta i studien. De senaste 22 åren har flera olika strategier provats för att rekrytera våldsutsatta kvinnor och deras barn till stödprogram. Vissa strategier har antagits och andra har förkastats. För vissa programarrangörer är detta inget problem, eftersom gruppdeltagarna finns inom ramarna för deras program eller arbetsuppgifter. Det kan till exempel handla om större kvinnojourer och kvinnohus eller psykiatriska mottagningar. Men på många platser finns kanske inte tillräckligt många mammor eller mammor med barn i specifika åldersgrupper som kan delta i programmet. Eller så kanske det finns många kvinnor i området men det är omöjligt att veta vilka de är och var de finns.

När man gör en utvärdering, till exempel en modellutvärdering av ett program – som här, av Kids' Clubs mammagrupp – måste man hitta, intervjua och behandla ett angivet antal människor på ofta relativt kort tid. Den första utvärderingen jag gjorde tog fyra år att slutföra och den andra utvärderingen tog fem år, vilket inkluderade rekrytering, intervjuer (vid tre olika tidpunkter) och insats för 180 familjer samt 120 jämförelsefamiljer, där de flesta fick insats senare. Den största svårigheten var tiden det tog att rekrytera tillräckligt många familjer till programmen och att rekrytera tillräckligt med familjer som ville delta i utvärderingen. Men tid är inte det enda problemet.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

För att locka tillräckligt många kvinnor och barn i rätt åldersgrupper till Kids' Club och Kids' Clubs mammagrupp när utvärderingsstudien gjordes behövdes ett antal personer för rekrytering. De som jobbade med rekryteringen till programmen i samband med de två studierna var högskolestuderande på forskarnivå, forskarassistenter, högskolestudenter, socialarbetare och samarbetspartners. Genom att göra och pröva utkristalliserade sig några framgångsrika strategier. Nedan följer en kort beskrivning av de åtgärder som vidtogs och verktyg som användes när jag rekryterade familjerna samt av arbetet med att hitta och därefter kontakta tänkbara institutioner för genomförandet av programmen. Detta är alltså vad jag kom fram till och det som fungerade för mig. I rekommendationerna för bästa praxis nedan ingår även de synpunkter som framfördes av dem som jobbade med rekryteringen av familjer för insatsen när vi frågade dem vad de tyckte hade fungerat bäst.

Kartläggning av stödresurser

Det första vi gjorde var att låta en grupp forskarstuderande kartlägga alla kvinnohus, kvinnojourer och psykiatriska mottagningar inom rimligt avstånd som vi sedan kontaktade med ett brev till verksamhetssamordnaren där vi beskrev insatsen och frågade om de var intresserade av att träffas och diskutera programmet eller ville ha en broschyr eller sätta upp en affisch. Istället för att bara vänta på svar kom vi fram till att det var bra att följa upp efter ett par veckor och kontakta dem som inte svarat. Med tiden har vi kommit fram till att ställen som inte svarar inom en månad troligen inte är intressanta för oss på längre sikt. Helt klart är det bra att kartlägga vilka som inte är intresserade av våra affischer eller broschyrer eftersom tid är en bristvara. Att skicka ett brev i förväg var alltså ett bra sätt att undvika onödigt arbete. Vi gjorde också mejllistor för kontaktpersonerna.

Sedan började vi jakten. Vi använde telefonkatalogen för att hitta organisationer, myndigheter och psykiatriska mottagningar inom de tilltänkta verksamheternas upptagningsområde. Vi letade efter myndigheter, program och skolor som riktade sig till kvinnor och barn med rätt demografi och ålder. När vi till exempel studerade effekterna av program för förskolebarn och deras mammor var vi alltså intresserade av förskolemiljöer. Vi kontaktade även myndigheter och program med inriktning på akutinsatser (till exempel skyddade boenden, kvinnohus och kvinnojourer, socialtjänst och socialnämnd, sjukhus). Med tanke på rekryteringen kontaktades till exempel följande organisationer med en förfrågan om att sätta upp affischer för Kids' Club och Kids' Clubs mammagrupp:

- Företag. Butiker i gallerior, hårfriseringar, mataffärer, gym, presentbutiker, kaféer, tvättstugor i större bostadsområden, restauranger, secondhandaffärer, Myrorna, kemptvättar, djuraffärer, lekinrättningar för barn och KFUK-KFUM.
- Offentliga inrättningar. Stadshus, bibliotek, socialtjänst, parker, offentliga byggnader.
- Hälso- och vårdinrättningar. Mödravård och gynekologiska mottagningar, BVC, barnläkarmottagningar, akutmottagningar och preventivmedelsmottagningar.
- Terapeuter. Psykiatriska mottagningar och psykoterapimottagningar på universitet och högskolor, psykiatriska öppenvårdsmottagningar, psykiatriska vårdenheter, privata terapimottagningar, kriscenter.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Skolor. Förskolor (privata och offentliga), förskoleprogram, kuratorer på kommunala skolor, högskolor och universitet, arbets träningsplatser, barnomsorgsgivare.
- Myndigheter. Socialtjänsten, tingsrätter, polis och åklagare.
- Boende. Socialtjänsten, kommunala bostadsbolag, medborgarhus,
- Kyrkor.
- Press och media. Till exempel nyhetsbrev relaterade till psykisk hälsa, annonser i dagstidningar.

Rekryteringsmaterial

Rekryteringsmaterialet bestod bland annat av telefonsamtal, e-brev, broschyrer, affischer och flygblad som det som användes för rekryteringen av familjer till programmet och återfinns i slutet av kapitlet, nedan. Hemgjorda A4-affischer med avrivbara telefonnummer har också visat sig effektiva. Jag var särskilt intresserad av gratisreklam, till exempel affischering på kliniker och mottagningar, nyhetsartiklar, annan gratispublicitet och presentationer på konferenser och lokala inrättningar.

Rekryteringsmetoder

När vi kartlagt vilka organisationer som ställde upp på att exponera våra broschyrer eller tillät vår affischering för programmen delade vi ut materialet. Om möjligt träffade någon ur forskningsteamet personerna som vi överlämnade materialet till. Personliga möten av det slaget visade sig mest produktiva och effektiva. Genom att göra en lista över vilka platser som mest sannolikt kunde rekommendera kvinnor till vårt program visste vi vart vi skulle vända oss först. Under åren har vi hittat flera rekryteringsmetoder som fungerar bra och en del som inte gör det. När vi kontaktat myndigheter och kvinnojourer som sagt sig vilja veta mer om programmen har det visat sig viktigt att bestämma tid och datum utifrån deras behov. Det kanske låter självklart men det hjälper faktiskt att vara flexibel och tillmötesgående i kontakten med rekryteringskällorna. Ofta bemannas kvinnojourer och andra frivilligorganisationer av volontärer eller personal som har ont om tid. Om den första kontakten går bra kan de alltså bli mer motiverade att hjälpa till med rekryteringen av familjer. Det går alltid bättre om man är lyhörd och visar sin tacksamhet.

Avsätt den tid som behövs för rekryteringen. Det kan ta tid att bygga upp tilliten hos en ny samarbetspartner. Men att odla kontakter med lokala rekryterare är a och o för framgång. Om programmet är bidragsfinansierat är det troligen tidsbegränsat. Det kan göra det lite stressigt att hitta ett fastställt antal lämpliga familjer att arbeta med. Ju mer utredningsarbete som kan göras i förväg i sådana fall desto bättre är det. Tyvärr är det inte ovanligt att myndigheter uttalar stort intresse för ett program men sedan upptäcker att de faktiskt inte har så många rekryterbara personer som de ursprungligen trodde.

Det är också viktigt att träffa rätt människor. Om man till exempel först träffar den lokala socialchefen kan man kanske få kontaktuppgifterna till de olika socialarbetarna – alltså precis de personer som i praktiken kan rekommendera rekryterbara familjer till programmen. På liknande sätt kan lämpliga chefspersoner på till exempel Socialstyrelsen vara en bra källa till kontakter inom organisationer med statlig finansiering. När man presenterar programmet per-

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

sonligen för personal är det dessutom bra om den personal som arbetar direkt med familjerna (och som alltså kan rekommendera eventuella familjer) är med i rummet så att de förstår programmet och kan ställa frågor som är viktiga för deras klienter. Det är väldigt bra om kvinnorna kan informeras om programmet av någon som de känner och litar på, till exempel sin vårdgivare, terapeut, kurator eller det egna sociala nätverket. Om man ger en presentation för flera olika grupper samtidigt ska det följas upp med enskilda besök hos de olika deltagarna.

Kom ihåg att de kanske inte har några rekryterbara familjer att rekommendera när de får höra talas om insatsen, men att de kanske får det längre fram. Månadsvisa påminnelser via e-brev är ett bra sätt att påminna myndigheter och organisationer om programmet. Inkludera gärna startdatum i informationsmaterialet så att rekryteringen snabbt kommer igång. Se alltid till att myndigheter och organisationer har rekryteringsmaterial efter en presentation och kontrollera med jämna mellanrum om deras förråd behöver fyllas på.

En annan metod är att försöka hitta relevanta lokala organisationer (t.ex. förskolor) som gör massutskick via e-brev och be dem bifoga broschyrer med sina utskick. Massutskick är ofta inte gratis. Ibland kan skolor eller kyrkor tillåta att en broschyr får följa med gratis med deras ordinarie infomaterial. Det har varit det näst bästa sättet för oss att rekrytera deltagare till våra program och särskilt värdefullt när vi letat efter familjer med barn i en speciell åldersgrupp. Den bästa leverantören av deltagare har varit kvinnojourer och kvinnohus och myndigheter som arbetar med våld i nära relationer. Å andra sidan finns det kvinnohus som har sina egna föräldrainriktade stödprogram och inte vill ha ytterligare hjälp.

Ge något tillbaka till samarbetspartnern

När man driver ett lokalt baserat program är det viktigt att informera så många människor som möjligt om tjänsten. Vi har alltid tackat ja till att berätta om Kids' Clubs mammagrupp och Kids' Club och behovet av att stödja kvinnor och behandla deras barn inför de mest skilda lokala målgrupper, till exempel domare, åklagare, skolor, sjukvård och psykiatrisk vård och andra större eller mindre grupperingar. Det har varit ett bra sätt att informera lokalsamhället om behoven hos kvinnor och barn som drabbats av våld i nära relationer. Rekryteringen sker automatiskt längs resans väg.

En presentation kan vara mycket enkel och bara bestå av att man pratar på ett möte och berättar något. Men det kan också handla om mer formella Power Point-presentationer för en internationell publik, med fakta och statistik och forskningsresultat. Presentationerna av vårt program har sett ut på alla möjliga sätt. Detta har lett till att programmen har anpassats till omständigheterna i flera kommuner och delstater i hela USA och dessutom till utländska förhållanden. Att lägga tyngdpunkten på programmens förmåga att stödja kvinnorna som föräldrar och hjälpa barnen växa och återhämta sig har visat sig vara mycket övertygande.

Det är alltid viktigt att ha tålamod. Även om lämpliga familjer rekommenderas och rekryteras kommer kvinnorna bara till programmet om de är redo. Det är också klart att vissa inte är beredda att engagera sig även om man själv vet att det skulle vara bra för dem. Under åren har vi märkt att det finns naturliga upp- och nedgångar i rekryteringen. Vid vissa tillfällen blir vi uppringda av massor med människor, andra gånger händer ingenting. Det kan bero på vädret, skolåret, den lokala ekonomin – eller okända faktorer. Det finns med andra ord många orsaker till att det kan gå trögt med rekryteringen. Men för att alla dessa an-

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

strängningar ska bli framgångsrika måste man erbjuda ett program som är logistiskt bekvämt, sker på en plats som är lättillgänglig och känns trygg och på tider som fungerar för familjer.

Säg tack

Under åren har jag kommit fram till att det är viktigt att tacka de myndigheter, organisationer och individer som gett oss sitt stöd på de olika platser där Kids' Club och Kids' Clubs mammagrupp genomförts. Det har till exempel handlat om att tillhandahålla lokaler för programmet på lokala högskolor, kvinnohus, kyrkor och skolor. Men man har också stöttat oss ekonomiskt, med donationer av mat och material eller nationellt i formen av bidrag för programutvärderingen eller som betalning för utformning och distribution av utbildningsmaterial. Myndigheter, rekryterare, terapeuter och forskare har generöst gett av sin tid och energi. De kommer väl aldrig att få veta exakt hur viktiga deras bidrag och hjälp varit och vad de betytt för de kvinnor och barn som drabbats av våld i nära relationer. Men jag försöker ändå få dem att förstå det och tackar dem i brev och e-brev eller visar min tacksamhet och uppskattning på andra sätt.

Avslutande tankar

Jag är väl medveten om att tio sessioner inte räcker för att ställa till rätta alla de övergrepp som de här kvinnorna har genomlidit – eller för att avhjälpa alla deras problem med att hitta stödresurser, med föräldraskapet och med att anpassa sig och klara av sin situation. Men det är en början. Och en synnerligen god början för just de kvinnor som kanske drar sig för att gå i mer traditionell individualterapi, kvinnor som är arbetslösa eller har dåliga skyddsnät eller inte kan hitta eller inte har råd med dyrare individuell vård. Det är en början och ett första positivt steg på vägen mot läkning och att sätta ner foten inför – eller efter – våld i nära relationer. Ett av de sista målen för gruppledare och andra som jobbar med våldsutsatta kvinnor är att efter gruppterapins slut klarlägga vilka av dem som behöver ytterligare åtgärder och av vilket slag, samt hjälpa dem att hitta stöd på orten som motsvarar deras behov. Det är ingen småsak, eftersom det ofta kan vara långa väntelistor för den sortens tjänster. Kvinnohus, kvinnojourer och liknande organisationer är ofta beroende av frivilliga som i bästa fall har den kompetens och erfarenhet som krävs för att hantera komplicerade fall eller klienter i akuta livskriser. Men genom att använda ett evidensbaserat program som Kids' Clubs mammagrupp kan den som leder gruppen få den träning och handledning som behövs för att genomföra programmet. Förhoppningsvis kan många fler kvinnor därigenom få den högkvalitativa vård och uppbackning som de behöver.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Åsas, Sabinas och Sabines tankar om att implementera en metod från USA i Sverige

Resultaten i de svenska utvärderingarna tyder på att de svenska socialarbetarna verkar acceptera metoden, men också att den kunde behöva viss kulturell anpassning för att bättre passa svenska inställningen sociala tjänster och bli helt accepterad. De indikerar dessutom att genomförandet beror på en organisationsstruktur som gör det möjligt att tillräckligt många barn erbjuds insatsen. På en generell nivå är våra resultat i linje med annan forskning som tyder på att överföring av arbetssätt över kulturella sammanhang är ofta hänger samman med utmaningar och kan kräva kulturell anpassning innan de är till fullo accepterade (jfr Ferrer-Wreder m.fl. 2012).

Våra resultat om att socialarbetarna accepterade metoden eftersom de uppfattade den som något flexibel är viktigt och väcker frågor om hur strukturerade handböcker för interventionsprogram som syftar till att hjälpa offer för våld är respektive borde vara, och om vem som ska bedöma vad som är en rimlig nivå av anpassning. Ferrer-Wreder med kollegor (2012) påpekar att medan vissa modeller uttryckligen förespråkar att anpassning per definition innebär ändringar av ytstrukturen av ett arbetssätt och inte dess djupstruktur, så verkar andra modeller mer öppna för att förändra även djupstrukturen, om empiriska bevis tyder på ett sådant behov. Således kan framtida studier av Kids' Club i Sverige gynnas av att kombinera utforskning av olika nivåer av anpassning med metodens resultat. Metoder och tekniker inte hjälper människor, utan det är människor som hjälper människor. Därför torde framtida studier av Kids' Club-metoden gynnas av att också värdet av den specifika metodens egenskaper i förhållande till gruppledarnas värme, empati och bedömning av specifika situationer där metoden föreslagna innehåll och process kan behöva ändras till förmån för det enskilda barnet eller mamman utforskas.

Baserat på de utvärderingsresultat som presenterats tidigare, har denna handbok förtydligats för att underlätta fortsatt användning i Sverige. För det första har vi försökt förtydliga när man bör överväga huruvida metoden är lämplig, metodens "behandlingsnivå", och vad som är nödvändigt (t.ex. övergripande mål) och vad som är "valbart" (t.ex. olika tekniker och pyssel). Vi har också sökt förtydliga hur vissa delar av programmet är tänkt att hjälpa barnen mot ett visst mål. Med tanke på de svårigheter att få ihop grupper vi erfor i våra forskningsprojekt, så har vi också sökt komplettera handboken med några råd om hur man sätter ihop grupper som gynnar gruppprocesser, med särskilt fokus på att samla en grupp av barn som upplevt våld. Det finns förstås mer att göra. Exempelvis skulle klargöranden av vilka övningar som kan vara lämpliga i grupparbete med barn i olika åldrar. Manualen skulle också kunna precisera bättre i vilken utsträckning man kan lägga till övningar, i vilken utsträckning sessioner kan förlängas och föreslå alternativa uppföljningssessioner om det finns behov av att fortsätta grupperna i någon form efter Kids' Club. Men allt ska inte heller standardiseras. Fastän många gruppledare i utvärderingarna upplevde det svårt att hålla jämna steg med vad handboken föreskriver, så poängterade flera att det blir lättare att prioritera allteftersom en blir mer erfaren med material, teman och metod.

När det gäller säkerhetsplanering, kan utvecklarna av programmet och erfarna gruppledare i Sverige behöva diskutera hur man kan genomföra en sådan planering i enlighet med gällande svenska rutiner och rekommendationer. Diskussion kan också behövas om de teman som

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

beteendeproblem, timeout och barns utveckling och lämpliga andra exempel på farliga situationer, snacks och avslappningsövningar som utvärderingarna tar upp.

Vi menar att amerikanska program inte lättvindigt kan importeras till Sverige, utan det kräver att hänsyn tas till behovet av kulturell anpassning. Vi tror att socialarbetare och forskare i gemensam dialog behöver hitta former för att analysera vilka ändringar som kan göras i metoden och hur omfattande de kan vara, och att hitta en lämplig balans mellan metodtrohet och anpassning. Detta beror på att när man testar en metod som utvecklats på annat håll kan det vara oklart vilka aspekter av den som avser yt- respektive djupstruktur, även om denna metod testades inom kommunal socialtjänst med välutbildad personal. Det är därför nödvändigt att både forskare och praktiker inser fördelarna med samarbete och hittar fungerande former för att få det att äga rum.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Referenser

- Alessi, J. & Hearn, K. (1984) Group treatment of children in shelters for battered women. I: Roberts, A.R. (red) *Battered women and their families: invention strategies and treatment programs* New York: Springer Publishing Company.
- American Psychiatric Association (1973) The principles of medical ethics: With annotations especially applicable to psychiatry. *American Journal of Psychiatry*, 130, sid 1058-1064.
- Annerbäck, A. M., Sahlqvist, L., Svedin, C. G., Wingren, G., & Gustafsson, P. (2012). Childphysical abuseandconcurrence ofother types of child abuse: associations with health and risk behaviors. *International Journal of Child Abuse & Neglect*, 36(7–8), sid 585–595.
- Arias, I., Prince, J.E. & Pape, K.D. (1990) *The effects of empathy on the intergenerational transmission of relationship violence*. Uppsats framlagd vid Southeastern psychological associations konferens i Atlanta, Georgia.
- Astin, M.C., Ogland-Hand, S.M., Coleman, E.M. & Foy, D.W. (1995) Posttraumatic stress disorder and childhood abuse in battered women: Comparisons with maritally distressed women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(2), sid 308-312.
- Banyard, V. L. & Graham-Bermann, S. A. (1998) Surviving poverty: Stress and coping in the lives of homeless women. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68, sid 479-489.
- Banyard, V. L. & Graham-Bermann, S. A. (1995) Building an empowerment policy paradigm: Self-reported strengths of homeless mothers. *American Journal of Orthopsychiatry*, 65(4), sid 479-491.
- Banyard, V.L. & Graham-Bermann, S. A. (1993) Can women cope? A gender analysis of coping with stress. *Psychology of Women Quarterly*, sid 303-318.
- Baker-Miller, J. (1976) *Toward a New Psychology of Women*. Beacon Press, Boston, MA.
- Becker, K.D., Stuewig, J., Herrera, V.M. & McCloskey, L.A. (2004) A study of firesetting and animal cruelty in children: Family influence and adolescent outcomes. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43, sid 905-912.
- Briere, J. (2012) *TSCYC Trauma symptom checklist for young children Manual Svensk version*. Stockholm: Hogrefe Psykologiförlaget.
- Briere, J., Johnson, K., Bissada, A., Damon, L., Crouch, J., Gil, E., Hanson, R. & Ernst, V. (2001) The Trauma Symptom Checklist for Young Children (TSCYC): reliability and association with abuse exposure in a multi-site study. *Child Abuse & Neglect*, 25(8), sid 1001-1014.
- Broberg, A., Almqvist, K., Apell, P., Axberg, U., Cater, Å.K., Draxler, H., Eriksson, M., Grip, K., Hjärthag, F., Hultman, O., Iversen, C. & Röbäck de Souza, K. (2015) *Utveckling av bedömningsinstrument och stödinsatser för våldsutsatta barn*. Göteborg: Göteborgs Universitet.
- Broberg, A., Almqvist, L., Axberg, U., Grip, K., Almqvist, K., Sharifi, U., Cater, Å. K., Forssell, A., Eriksson, M. & Iversen, C. (2011) *Stöd till barn som upplevt våld mot mamma - Resultat från en nationell utvärdering*, Göteborg: Göteborgs Universitet.
- Brå (2006) *Tema: Våld mot kvinnor*. Stockholm: Brottsförebyggande rådet,
- Brå (2009) *Våld mot kvinnor och män i nära relationer – våldets karaktär och offrens erfarenheter av kontakter med rättsväsendet*. Stockholm: Brottsförebyggande rådet rapport 2009:12.
- Campbell, J.C. (1995) *Assessing Dangerousness*. Newbury Park, CA: Sage.
- Campbell, J.C. & Soeken, K.L. (1999) Forced sex and intimate partner violence: Effects on women's risk and women's health. *Violence Against Women*, 5(9), sid 1017-1035.
- Caplan, P.J. (1993, 2005) *The Myth of Women's Masochism*. University of Toronto Press.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Cascardi, M. & O'Leary, K. (1992) Depressive symptomatology, self-esteem, and self blame in battered women. *Journal of Family Violence*, 7, sid 249-259.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S.L., & Stein, M.B. (2006) Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44, sid 585-599.
- Carlson, B. (1984) Children's observations of interparental violence. I: Roberts, A.R. (red) *Battered women and their families: invention strategies and treatment programs* New York: Springer Publishing Company.
- Carlson, B.E., McNutt, L.A., Choi, D.Y. & Rose, I.M. (2002) Intimate partner abuse and mental health: The role of social support and other protective factors. *Violence Against Women*, 8, sid 720-745.
- Cater, Å.K. (2015) Vad barn säger om delaktighet. I: Eriksson, M., Cater, Å.K. & Näsman, E. (red) *Barns röster om våld – att lyssna, tolka och förstå*, Malmö: Gleerups förlag.
- Cater, Å.K. & Grip, K (2014) *Kids' Club i Sverige – resultat från en förstudie av en metod för att stödja barn som upplevt våld mot mamma*, Working papers and reports in social work 2014:4, Örebro Universitet.
- Cater, Å.K., Miller-Graff, L.E., Howell, K.H. & Graham-Bermann, S.A. (2015). Childhood Exposure to Intimate Partner Violence and Adult Mental Health Problems: Relationships with Gender and Age of Exposure, *Journal of Family Violence*, 30 (7), sid 875-886.
- Center for Disease Control and Prevention (2002) *Preventing intimate partner violence, sexual violence, and child maltreatment*. National Center for Injury Prevention and Control, CDC Injury Research Agenda.
- Center for Disease Control and Prevention (2006) *Preventing intimate partner violence, sexual violence, and child maltreatment*. National Center for Injury Prevention and Control, CDC Injury Research Agenda.
- Cliff, M. A. (1986) Writing about psychiatric patients: Guidelines for disguising case material. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 50 (6), sid 511-524.
- Coker, A.L., Smith, P.H. & Thompson, M.P. (2002) Social support protects against the negative effects of partner violence on mental health. *Journal of Women's Health & Gender-Based Medicine*, 11(5), sid 465-476.
- Collinsshaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C. & Maughan, B. (2007) Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse & Neglect*, 31, sid 211-229.
- Connor, K.M., Davison, J.R. & Le, L. (2003) Spirituality, resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey. *Journal of Traumatic Stress*, 16(5).
- Cummings, M., Ianotti, R. & Zahn-Waxler, C. (1985) Influence of conflict between adults on the emotions and aggression of young children. *Developmental psychology*. 21(3), 495-507.
- Davis, L. & Carlson, B. (1987) Observation of spouse abuse: What happens to the children? *Journal of interpersonal violence*. 2(3), sid 278-291.
- Dunham, K. & Senn, C.Y. (2000) Minimizing negative experiences: Women's disclosure of partner abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 15, sid 251-261.
- El-Bessel, N., Gilbert, L., Rajah, V., Folleno, A. & Frye, V. (2001) Social support among women in methadone treatment who experience partner violence: Isolation and male controlling behavior. *Violence Against Women*, 7, sid 246-24.
- Ellsberg, M., Jansen, H.A.F.M., Heise, L., Watts, C.H., Garcia-Moreno, C. & Health, W.M.S.W. (2008) Intimate partner violence and women's physical and mental health in the WHO multi-country study on women's health and domestic violence: an observational study. *Lancet*, 371(9619), sid 1165-1172.
- Falsetti, S.A., Resnick, H.S., Resick, P.A. & Kilpatrick, D. G. (1993) The modified PTSD symptom scale: A brief self-report measure of posttraumatic stress disorder. *The Behavior Therapist*, 16, sid 161-162.
- Family violence bulletin. Family research and treatment program. The University of Texas at Tyler.
- Fantuzzo, J. & Lindqvist, C. (1989) The effect of witnessing conjugal violence on children: A review and analysis of reserach methodology. *Journal of family violence* 4(1), sid 77-94.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Ferrer-Wreder, L., Sundell, K., & Mansoor, S. (2012). Tinkering with Perfection: Theory Development in the Intervention Cultural Adaptation Field. *Child Youth Care Forum* 41, 149–171.
- Finn, J. (1985) The stressors and coping behavior of battered women. *Social Casework*, 66(6), sid 341-349.
- Forster, M. (2009) *Fem gånger mer kärlek: forskning och praktiska råd för ett fungerande familjeliv: en bok till föräldrar med barn mellan 2 och 12 år*. Stockholm: Natur & Kultur Akademisk.
- Fowler, D.N., & Hill, H.M. (2004) Social support and spirituality as culturally relevant factors in coping among African American women survivors of partner abuse. *Violence Against Women*, 10(11), sid 1267-1282.
- Freud, S. (1996) *Three Essays on the Theory of Sexuality*. Fischer: Frankfurt am Main. Reprint of the 1905 edition.
- Frick, P.J. (1991) *The Alabama Parenting Questionnaire*. University of Alabama.
- Gayford, J.J. (1975) Wife battering: A preliminary survey of 100 cases. *British Medical Journal*, 1, sid 194.
- Gentry, C. & Eaddy, V. (1980) Treatment of children in spouse abusive families. *Victimology: An international journal*. 5(2-4), sid 240-250.
- Gerber, G L. (1991) Gender stereotypes and power: Perceptions of the roles in violent marriages. *Sex roles* 24(7/8), sid 439-458.
- Gesten, E.L. (1976) A health resources inventory: The development of a measure of the personal and social competence of primary-grade children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, sid 775-786.
- Goldner, V., Penn, P., Sheinberg, M. & Walker, G. (1990) Love and violence: Gender paradoxes in volatile attachments. *Journal of family process*. 29(4), sid 343.
- Golding, J.M. (1999) Intimate partner violence as a risk factor for mental disorders: A meta-analysis. *Journal of Family Violence*, 14(2), sid 99-132.
- Goodman, R. (1997) The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38.
- Graham, D. & Rawlings, E. (1991) Bonding with abusive dating partners: Dynamics of the Stockholm Syndrome. I: Levy, B. (red) *Dating Violence, Young Women in Danger* (sid 119-135). Seattle, WA: Seal Press.
- Graham, D. L., Rawlings, E. & Rimini, N. (1988) Survivors of terror: Battered women, hostages, and the Stockholm Syndrome. I: Yllö, K. & Bograd, M. (red) *Feminist perspectives on wife abuse*, (sid 217-233). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Graham-Bermann, S.A. & Edleson, J.L. (red) (2001) *Domestic violence in the lives of children: The future of research, intervention, and social policy*. Washington, DC: American Psychological Association Books.
- Graham-Bermann, S.A. & Levendosky, A.A. (red) (2011) *How Intimate Partner Violence Affects Children: Developmental Research, Case Studies, and Evidence-Based Treatment*. Washington, DC: American Psychological Association Books.
- Graham-Bermann, S.A. & Howell, K.H. (2008) Resiliency, risk and protective factors. I: Edleson, J. & Renzetti, C. (red). *Encyclopedia of Interpersonal Violence*, Sage, Inc.
- Graham-Bermann, S.A., Sularz, A.R. & Howell, K.H. (2011) Additional adverse events among women exposed to intimate partner violence: Frequency and impact. *Psychology of Violence*. 1(2), sid 136-149.
- Graham-Bermann, S.A., Lynch, S., Banyard, V., Devoe, E. & Halabu, H. (2007) Community based intervention for children exposed to intimate partner violence: An efficacy trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(2), sid 199-209.
- Grych, J.H., Jouriles, E.N., Swank, P.R., McDonald, R. & Norwood, W.D. (2000) Patterns of adjustment among children of battered women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(1), sid 84-94.
- Greene, E., Raitz, A. & Lindblad, H. (1989) Jurors' knowledge of battered women. *Journal of family violence*. 4(2), 105.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Gruszinski, R., Brink, J. & Edleson, J. (1988) Support and education groups for children of battered women. *Child welfare*. 67(5), sid 431- 444.
- Harris, J.I., Erbes, C.R., Engdahl, B.E., Olson, R.H.A., Winkowski, A. M., & McMahon, J. (2008) Christian religious functioning and trauma outcomes. *Journal of Clinical Psychology*, 64, sid 17-29.
- Herman, J. (1992) *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books.
- Hermansson, K., Scheffer Lindgren, M. & Tengström, A (2011) *Beskrivning och utvärdering av ideella kvinnojourer*. Karolinska Institutet och FORUM.
- Hilton, N. (1989) When is an assault not an assault? The canadian public's attitudes toward wife and stranger assault. *Journal of family violence*. 4(4), 323.
- Howell, K.H., Miller, L.E., & Graham-Bermann, S.A. (2012). Evaluating preschool children's attitudes and beliefs about intimate partner violence. *Violence and Victims*. 27(6), sid 941-956.
- Hughes, H. (1982) Brief interventions with children in a battered women's shelter: A model preventive program. *Family relations*. 32, sid 495-502.
- Hughes, H. & Barad, S. (1981) Psychological functioning of children in a battered women's shelter: A preliminary investigation. *American journal of orthopsychiatry*. 53(3), sid 525-531.
- Hughes, H., Parkinson, D. & Vargo, M. (1989) Witnessing spouse abuse and experience physical abuse: A "double whammy"? *Journal of family violence*. 4(2), sid 197-209.
- Hughes, H., Vargo, M., Ito, E.S. & Skinner, S.K. (1991) Psychological adjustment of children of battered women: Influences of gender. *Family violence bulletin*. 7(1), sid 15-17.
- Iverson, K. M., Gradus, J. L., Resick, P. A., Suvak, M. K., Smith, K. F. & Monson, C. M. (2011) Cognitive Behavioral Therapy for PTSD and Depression Symptoms Reduces Risk for Future Intimate Partner Violence Among Interpersonal Trauma Survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(2), sid 193-202.
- Jaffe, P., Hurley, D. & Wolfe, D. (1990) Children's observations of violence: I. Critical issues in child development and intervention planning. *Canadian journal of psychiatry*, 35(6), sid 466-470.
- Jaffe, P., Wilson, S. & Wolfe, D. (1986) Promoting changes in attitudes and understanding of conflict resolution among child witnesses of family violence. *Canadian journal of behavioral science*. 18(4), sid 356-366.
- Jaffe, P., Wilson, S. & Wolfe, D. (1988) Specific assessment and intervention strategies for children exposed to wife battering: Preliminary empirical investigations. *Canadian Journal of community mental health*. (7)2, sid 157-163.
- Jaffe, P., Wolfe, D. & Wilson, S. (1990) *Children of battered women*. Newbury Park, California, Sage Publications Inc.
- Janoff-Bulman, R. & Frieze, I.H. (1983) A theoretical perspective for understanding reactions to victimization. *Journal of Social Issues*, 39, sid 1-17.
- Janson, S., Jernbro, C., & Långberg, B. (2011). *Kroppslig bestraffning och annan kränkning av barn i Sverige – en nationell kartläggning 2011*. Stiftelsen Allmänna Barnhuset.
- Johnson, K. (1989) *Trauma in lives of children*. Claremont, California: Hunter House.
- Jones, A. & Schechter, S. (1992) *When Love Goes Wrong: What to do When you Can't Do Anything Right*. NY: Harper Collins.
- Jouriles, E.N. & Lecompte, S.H. (1991) Husbands aggressions towards wives and mothers' and fathers' aggression toward children: Moderating effects of child gender. *Journal of consulting and clinical psychology*. 59(1), sid 190-192.
- Kaufman, J. & Zigler, E. (1987) Do abused children become abusive parents? *American orthopsychiatric association*. (57)2, sid 186-192.
- Kempton, T., Thomas, A. & Forehand, R. (1989) Dimensions of interparental conflict and adolescent functioning. *Journal of family violence*. 4(4), sid 297.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Kendall, P.C. & Wilcox, L.E. (1979) Self-control in children: Development of a rating scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, sid 1020-1029.
- Kilpatrick, D.G., Ruggiero, K.J., Acierno, R. & Saunders, D.G. (2003) Violence and PTSD, major depression, substance abuse/dependence, and co-morbidity: Results from the national survey of adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71, sid 692-700.
- Klaus, P.A. & Rand, M.R. (1984). *Family Violence, Special Report*. Bureau of Justice Statistics. U.S. Department of justice.
- Koenen, K.C., Moffitt, T.E., Caspi, A., Taylor, A. & Purcell, S. (2003) Domestic violence is associated with environmental suppression of IQ in young children. *Development and Psychopathology*, 15, sid 297-311.
- Kubany, E.S., Leisen, M.D., Kaplan, A.S., Watson, S.B., Haynes, S.N., Owens, J.A. & Burns, K. (2002) Development and preliminary validation of a brief broad-spectrum measure of trauma exposure: the Traumatic Life Events Questionnaire. *Psychological Assessment*, 12(2), sid 210-224
- Kubany, E.S. & Watson, S.B. (2002) Cognitive trauma therapy for formerly battered women with PTSD: Conceptual bases and treatment outlines. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9(2), sid 111-127.
- Lavoie, F., Jacob, M., Hardy, J. & Martin, G. (1989) Police attitudes in assigning responsibility for wife abuse. *Journal of family violence*. 4(4), sid 369.
- Levendosky, A.A., Bogat, G.A., Theran, S.A., Trotter, J.S., von Eye, A. & Davidson, W.S. (2004) The social networks of women experiencing domestic violence. *American Journal of Community Psychology*, 34(1/2), sid 95-109.
- Levendosky, A.A., Huth-Bocks, A.C., Semel, M.A. & Shapiro, D.L. (2002) Trauma symptoms in preschool-age children exposed to domestic violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(2), sid 150-164.
- Levendosky, A.A. & Graham-Bermann, S.A. (2001) Parenting in battered women: The effects of domestic violence on women and children. *Journal of Family Violence*, 16(2), sid 171-192.
- Levendosky, A.A. & Graham-Bermann, S.A. (2000) Parenting in battered women: A trauma theory approach. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma*, 3(1), sid 25-36.
- Levendosky, A.A. & Graham-Bermann, S.A. (2000) Behavioral observations of parenting in battered women. *Journal of Family Psychology*, 14 (1), sid 80-94.
- Levendosky, A.A., Lynch, S. & Graham-Bermann, S.A. (2000) Maternal perceptions of the impact of violence on their parenting strategies. *Violence Against Women*, 6, sid 247-271.
- Levendosky, A.A., & Graham-Bermann, S.A. (1998) The moderating effects of parenting stress on children's adjustment in woman-abusing families. *Journal of Interpersonal Violence*, 13(3), sid 383-397.
- Levine, M. (1975) Interparental violence and its effect on children: A study of 50 families in general practice. *Medicine, science and law*. 15(3), sid 172-176.
- Lilly, M.M., Howell, K.H., & Graham-Bermann, S.A. (2011) World assumptions, religiosity and PTSD in survivors of intimate partner violence. *Violence Against Women*.
- Lilly, M.M., Valdez, C.E., & Graham-Bermann, S.A. (2011) The mediating effect of world assumptions on the relationship between trauma exposure and depression. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(12), sid 2499-2516.
- Lilly, M.M. & Graham-Bermann, S.A. (2010). Intimate partner violence and PTSD: The moderating role of emotion-focused coping style. *Violence and Victims*, 25, sid 604-616.
- Lisspers, J., Nygren, A. & Söderman, E. (1997) Hospital anxiety and depression scale (HAD): some psychometric data for a Swedish sample. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 96(4), sid 281-286.
- Litrownik, A.J., Newton, R., Hunter, W.M., English, D. & Everson, M.D. (2003) Exposure to family violence in young children: A longitudinal look at the effects of victimization and witnessed physical and psychological aggression. *Journal of Family Violence*, 18, sid 59-73.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Lynch, S.M. & Graham-Bermann, S.A. (2004) Exploring the relationship between positive work experiences and women's sense of self in the context of partner violence. *Psychology of Women Quarterly*, 28(2), sid 159-167.
- Lynch, S. & Graham-Bermann, S.A. (2000) Woman abuse and self affirmation: Influences on women's self esteem. *Violence Against Women*, 6, sid 178-197.
- Margolin, G. (1998) Effects of domestic violence on children, i: P.K. Trickett, & C. J. Schellenbach (red) *Violence against children in the family and in the community* (sid 57-102). Washington, DC: APA Books.
- Masten, A.S. (2001) Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, sid 227-238.
- Max, W., Rice, D.P., Finkelstein, E., Bardwell, R.A. & Leadbetter, S. (2004) The economic toll of intimate partner violence against women in the United States. *Violence and Victims*, 19(3), sid 259-272.
- McDonald, R., Jouriles, E.N., Ramisetty-Mikler, S., Caetano, R. & Green, C.E. (2006) Estimating the number of American children living in partner-violent families. *Journal of Family Psychology*, 20(1), sid 137-142.
- Meyers, S.A. & Battistoni, J. (2003) Proximal and distal correlations of adolescent mothers' parenting attitudes. *Applied Developmental Psychology*, 24, sid 33-49.
- Miller-Graff, L.E., Cater, Å.K., Howell, K.H. & Graham-Bermann, S.A. (2016). Parent-Child Warmth as a Potential Mediator of Childhood Exposure to Intimate Partner Violence and Positive Adulthood Functioning, *Anxiety, Stress & Coping* 29 (3), 259-273.
- Miller, L.E., Cater, Å.K., Howell, K.H. & Graham-Bermann, S.A. (2014). Perpetration patterns and environmental contexts of IPV in Sweden: Relationships with adult mental health. *Child Abuse & Neglect*, 38(1), sid 147-158.
- Nationellt centrum för kvinnofrid (2014) *VÅLD OCH HÄLSA - En befolkningsundersökning om kvinnors och mäns våldsutsatthet samt kopplingen till hälsa*. NCK-rapport 2014:1.
- Newlin, K., Knafl, K. & Melkus, G.D. (2002) African American spirituality: A concept analysis. *Advances in Nursing Science*, 25, sid 57-70.
- Nilsson, D., Gustafsson, P.E. & Svedin, C.-G. (2012) The psychometric properties of the trauma symptom checklist for young children in a sample of Swedish children. *European Journal of Psychotraumatology*, 3, sid 1-12.
- Okun, L. (1986) *Woman Abuse: Facts Replacing Myths*. State University of New York Press, Albany, NY.
- Perry, N.W. & Wrightsman, L.S. (1991) *The child witness: legal issues and dilemmas*. Newbury Park, Kalifornien, Sage Publications Inc.
- Pfouts, J., Schopler, J. & Henley, H. (1982) Forgotten victims of family violence. *Social work*. Sid 367-368.
- Porter, B. & O'Leary, D. (1985) Children traumatized by witnessing acts of personal violence: Homicide, rape or suicide behavior. Eth, S. & Robert Pynoos, R. (red) *Post traumatic stress disorder in children*. Washington D.C., American Psychiatric Press.
- Rhodes, R. & Zelman, A. (1986) An ongoing multifamily group in a women's shelter. *American journal of orthopsychiatry*. 56(1), sid 120-130.
- Rosenbaum, A. & O'Leary, K. (1981) Children: The unintended victims of marital violence. *American journal of orthopsychiatry*. 56(4), sid 692-699.
- Rutter, M. (1987) Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, sid 316-331.
- Saunders, D.G. (1994) Posttraumatic stress symptom profiles of battered women: A comparison of survivors in two settings. *Violence and Victims*, 9(1), sid 31-44.
- SCB (2004) Offer för våld och hotelser bland kvinnor och män 1980-2003. Seminarierapport Almedalen (Visby)

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Schechter, S. (1982) *Women and Male Violence: The Visions and Struggles of the Battered Women's Movement*. Cambridge, MA: Southend Press.
- Smedje, H., Broman, J. E., Hetta, J. & von Knorring, A. L. (1999) Psychometric properties of a Swedish version of the "Strengths and Difficulties Questionnaire". *European Child & Adolescent Psychiatry*, 8(2), sid 63-70.
- Snell, J.E. & Rosenwald, A.R. (1964) The wifebeater's wife: A study of family interaction. *Archives of General Psychiatry*, 11(2), sid 107-112.
- Snodgrass, S.E. (1990) *Sex role stereotypes are alive and well*. Uppsats framlagd vid American psychological associations konferens. Boston, Massachusetts.
- Socialstyrelsen (2006) *Kostnader för våld mot kvinnor – En samhällsekonomisk analys*
- Stets, J. & Strauss, M. (1989) The marriage license as a hitting license: A comparison of assaults in dating, cohabiting and married couples. *Journal of family violence*. 4(2), sid 161.
- Stark, E. (1994-1995) Re-presenting woman battering: From battered woman syndrome to coercive control. *Albany Law Review*, sid 973.
- Stark, E. & Flitcraft, A. (1996) *Women At Risk: Domestic Violence and Women's Health*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Straus, M.A. (1983) *The Dark Side of Families*. Sage, Beverly Hills, CA.
- Straus, M. (1980) Victims and aggressors in marital violence. *American Behavioral Scientist*, 23(5), sid 681-704.
- Straus, M.A., Hamby, S.L., BoneyMcCoy, S. & Sugarman, D.B. (1996) The revised Conflict Tactics Scales (CTS2) - Development and preliminary psychometric data. *Journal of Family Issues*, 17(3), 283-316.
- Taylor, J. Y. (2000) Sisters of the yam: African-American women's healing and self-recovery from intimate partner violence. *Issues of Mental Health Nursing*, 21, sid 515-531.
- Taylor, R.J., Chatters, L.M. & Levin, J. (2004) *Religion in the lives of African Americans: Social, psychological, and health perspectives*. Thousand Oaks, CA: Sage
- Teichman, M. & Teichman, Y. (1989) Violence in the family: An analysis in terms of interpersonal resource-exchange. 4(2), sid 127.
- Tolman, R. (1989) The development of a measure of psychological maltreatment of women by their male partners. *Violence and Victims*, 4, sid 159-177.
- Walker, L. (1984) *The Battered Woman Syndrome*. New York: Springer.
- Walsh, F. (2003) (red) *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*. New York: Guilford Press.
- Weisz, J.R., Jensen-Doss, A., & Hawley, K.M. (2006) Evidence based youth psychotherapies versus usual clinical care: A meta-analysis of direct comparisons. *American Psychologist*, 61(7), sid 671-689.
- Wheeler, E.A., Ampadu, L.M. & Wangari, E. (2002) Lifespan development revisited: African-centered spirituality throughout the life cycle. *Journal of Adult Development*, 9, sid 71-78.
- Widom, C.S. (1990) *The international transmission of violence*. Uppsats framlagd vid konferensen Violence and aggressions. Saskatoon, Saskatchewan, Kanada.
- Williams, C. & Vines, S.W. (1999) Broken past, fragile future: Personal stories of high-risk adolescent mothers. *Journal of the Society for Pediatric Nurses*, 4, sid 15-23.
- Wilson, S., Cameron, S., Jaffe, P. & Wolfe, D. (1989) Children exposed to wife abuse: An intervention model. *Social casework. The journal of contemporary social work*, sid 180-184.
- Wolfe, D., Jaffe, P., Wilson, S. & Zak, L. (1985) Children of battered women: The relation of child behavior to family violence and maternal stress. *Journal of consulting and clinical psychology*. 53(5), sid 657-665.
- Wolfe, D. & Mosk, D. (1983) Behavioral comparisons of children from abusive and distressed families. *Journal of consulting and clinical psychology*. 51(5), sid 702-708.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

- Wolfe, D., Zak, L., Wilson, S. & Jaffe, P. (1986) Child witnesses to violence between parents: Critical issues in behavioral and social adjustment. *Journal of abnormal child psychology*. 14(1), sid 95-104.
- Yllö, K. (2005) Gender, diversity and violence: Extending the feminist framework. I: D. R. Loseke, R. J. Gelles & M. M. Cavanaugh, *Current Controversies on Family Violence, Second Edition*. Sage: Thousand Oaks, CA.
- Zlotnick, C., Johnson, D.M. & Kohn, R. (2006) Intimate partner violence and long-term psychosocial functioning in a national sample of American women. *Journal of Interpersonal Violence*, 21, sid 262–275.
- Zigmond, A.S. & Snaith, R.P. (1983) The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiatrica Scandinavia*, 67(6), sid 361-370.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Kids' Club Arbetsbok



© Sandra Graham-Bermann, Ph.D.
Översättning Sabina Gómez Jansson

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Regler för vår grupp:

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓ Tystnadsregeln (det andra berättar och delar med sig av stannar i rummet)
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Saker vi gillar:

Saker vi INTE gillar:

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Känslor barn kan ha:

(rita ansikten)

Glad

Ledsen

Uttråkad

Arg

Frustrerad

Ambivalent

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Så här tycker vi:

Barn känner sig glada när

Barn känner sig ledsna när

Barn känner sig dumma när

Barn känner sig arga när

Barn känner sig älskade när

Barn känner sig trötta när

Barn känner sig frustrerade när

Barn känner sig överraskade när

Barn känner sig ensamma när

Barn känner sig rädda när

Barn känner sig superbra när

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

När det förekommer våld i familjen...

Vi tror att barn kan känna sig:

✓

✓

✓

✓

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Vem bär ansvaret? Här är vår gruppberättelse:

(vilka finns i familjen, ålder, förnamn, vad hände, vad hände sedan,
hur slutade det, hur kände sig personerna, vem bar ansvaret?)

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Vi lärde oss att...

Det är **ALDRIG**
barnens fel när

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

**Några saker som vi tror
barn är rädda för** (rita eller
gör en lista):

**Barn är också rädda när det
förekommer våld i familjen!**

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Säkerhetsplaner:

Vi tror att barn kan känna sig otrygga
när:

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Det här ska barn göra i en nödsituation.

Eld: Rädda
Varna
Larma
Släck



Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Hur kan barn känna sig trygga när det förekommer våld i familjen???

Vår säkerhetsplan omfattar:

*

*

*

* Gå iväg från bråket

* Ring 112 om någon skadas och om det är säkert att ringa

När ska du ringa 112?

Ring bara 112 för riktiga nödsituationer!

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Flickor och pojkar kan bli vad de vill när de blir stora!

Det här vill VI bli (rita eller gör en lista):

**Det här tycker vi mycket
om med våra familjer:**

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Tre önskningar

jag har för min familj när jag växer upp...

1.

2.

3.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Vad har du för problem?

Hej BRIS:

Det här är problemet:

Vad ska jag göra?

Skrivet av _____

Hej _____

**Vad barn kan göra
istället för att använda
våld:**

Grattis och hurra!!!

Du gjorde det!!

har deltagit i Kids' Club!



Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.

Denna metod får endast användas efter genomgången utbildning.