

# FÆDRE PÅ FORKANT

Erfaringsopsamling fra  
fædregrupper i tre kommuner



Fædre på Forkant – erfaringsopsamling fra  
fædregrupper i tre kommuner

© 2019 Socialt Udviklingscenter SUS

Tekst:

Chefkonsulent Anna Mollerup

Juniorkonsulent Ursula Hofeldt

Foto: Büro Jantzen

Layout: Anne Degn Christensen

Tryk: Vester Kopi

ISBN: 978-87-92182-33-3

Socialt Udviklingscenter SUS

Nørre Farimagsgade 13

1364 København K

[www.sus.dk](http://www.sus.dk)

Publikationen er udgivet med støtte fra Det  
Obelske Familiefond.



THISTED KOMMUNE



Ringsted  
Kommune

FREDERIKSBERG  
KOMMUNE



## **5 INTRODUKTION**

5 Hvorfor fædregrupper?

6 Fædregrupper som social innovation

---

## **9 HVAD FÅR FÆDRENE UD AF TILBUDET?**

9 Større selvtilid i rollen som far

10 Bedre kommunikation mellem forældre

11 Et mere ligestillet forældreskab

---

## **12 DET SAMLEDE KONCEPT**

---

### **13 TRE VERSIONER**

13 Thisted

14 Frederiksberg

15 Ringsted

---

## **17 DE ENKELTE ELEMENTER**

17 Erfaringsdeling

17 Gode råd og anbefalinger - erfaringsdeling

## **20 Vidensoverførsel**

21 Gode råd og anbefalinger - vidensoverførsel

## **22 Aktiviteter**

23 Gode råd og anbefalinger – aktiviteter

## **27 Organisering og tværfagligt samarbejde**

27 Gode råd og anbefalinger – organisering og tværfagligt samarbejde

## **28 De praktiske rammer**

29 Gode råd og anbefalinger – de praktiske rammer

---

## **30 PÅ VEJ MOD EFFEKT**



## INTRODUKTION

Denne publikation er Socialt Udviklingscenter SUS' opsamling på erfaringerne fra projektet Fædre på Forkant. Projektet har udviklet og afprøvet et koncept for et kommunalt gruppetilbud målrettet småbørnsfædre i sårbare livssituationer. Det er sket i samarbejde mellem Socialt Udviklingscenter SUS som projekt- og procesleder, Center for Børneliv som videns- og formidlingspartner og sundhedstjenesten i hhv. Thisted Kommune, Ringsted Kommune og Frederiksberg Kommune. Formålet med publikationen er at dele erfaringer og gode råd og stille det fædregruppe-koncept, vi har arbejdet med, til rådighed for interesserede aktører. Vi håber på den måde at kunne inspirere andre kommuner, regioner, civilsamfundsaktører, vidensinstitutioner m.fl., der ønsker at oprette fædregrupper og/eller arbejde med et større fokus på far i den tidlige indsats og det tidlige omsorgs- og relationsarbejde.

Stor tak til Det Obelske Familiefond, som har gjort projektet muligt, til vores samarbejdspartnere hos Center for Børneliv, for et værdifuldt vidensindspark, til de involverede medarbejdere i de tre kommuner, der har lagt deres energi og entusiasme i arbejdet, til vores vidende og inspirerende advisory board og ikke mindst til alle de fædre og deres børn, der har deltaget i grupperne

### Hvorfor fædregrupper?

Fædre på Forkant er udviklet på baggrund af viden fra praksis, småbørnsfædre og forskning.

Forskningsmæssigt er der belæg for, at en styrket far-barn-relation gavner barnets trivsel og livsmuligheder på både kort og lang sigt. Center for Børneliv har i to rapporter samlet og belyst den stigende mængde af tilgængelig forskningsmæssig viden, der dokumenterer fars betydning og vigtigheden af fars tilstedeværelse for børns trivsel og udviklingsmuligheder helt fra den spæde start<sup>1</sup>.

Tilbage i 2014 viste en afdækning fra Socialt Udviklingscenter SUS mangel på kommunale tilbud til småbørnsfædre<sup>2</sup>. Det billede er langsomt på vej til at ændre sig<sup>3</sup>. Og videns- og fagpersoner har i stigende grad erkendt og peget på, at både kommuner og civilsamfundsorganisationer kan blive bedre til at ramme og inkludere far som ressource i det forebyggende og tidlige omsorgsarbejde med gravide og småbørnsfamilier. Det var fokus for det tidligere SUS-projekt Til Gavn for Barnet (2016-2017). Her arbejdede Thisted, Ringsted og Frederiksberg Kommuner sammen med også Lyngby-Taarbæk Kommune og den frivillig-baserede organisation Home-Start med, hvordan praksis, indsatser og

1) [www.centerforboerneliv.dk/udgivelser/egne-rapporter](http://www.centerforboerneliv.dk/udgivelser/egne-rapporter)

2) [www.sus.dk/produkt/udgivelse/udvidede-tilbud-til-saarbare-gravide-og-smaa-boermsfamilier-i-danmark/](http://www.sus.dk/produkt/udgivelse/udvidede-tilbud-til-saarbare-gravide-og-smaa-boermsfamilier-i-danmark/)

3) Forum for Mænds Sundhed har under projektet "Far for Livet" undersøgt udbredelsen af fædreindsatser i kommunerne, hvoraf det bl.a. fremgår at 26 kommuner i 2018 havde permanente sundhedsindsatser målrettet fædre. Se mere på [www.sundmandkommuner.dk/hvor-er-der-faedre-indsatser/](http://www.sundmandkommuner.dk/hvor-er-der-faedre-indsatser/)

tilbud til sårbare småbørnsfamilier kan udvikles til i højere grad at involvere og engagere fædre<sup>4</sup>.

En af erfaringerne fra Til Gavn for Barnet var, at nogle fædre trives godt med at tjekke ind og ud af uforpligtende tilbud såsom Fars Legestue, mens andre efterlyser mere forpligtende tilbud og har større behov for netværk og støtte i det tidlige faderskab. Det gælder særligt fædre, der oplever faderskabet mere udfordrende end forventet, ofte pga. en større eller mindre grad af sårbarhed omkring livssituationen. Det førte til ideen om at udvikle og afprøve et koncept for fædregrupper.

Det overordnede fokus for udviklingen og afprøvningen af fædregruppekonceptet har således været, hvordan et gruppetilbud for fædre kan bidrage til at styrke den tidlige relationsdannelse mellem far og barn i situationer, hvor relationen er i risiko for at blive udfordret. Der kan være mange forskellige årsager til, at den tidlige relationsdannelse udfordres. Det afhænger af både indre og ydre tilstande, og det kan vise sig på mange forskellige måder. Det kan fx handle om efterfødselsreaktioner hos enten far eller mor, ydre omstændigheder omkring job eller uddannelse eller om komplicerede familieforhold, egne svære betingelser i opvæksten og/eller manglende positive netværk og rollemodeller. Det kan være kortvarige forbigående tilstande eller længerevarende mere grundlæggende udfordringer<sup>5</sup>. Det centrale er at tilbyde en støtte og et rum, som giver fædre

mulighed for at dele både udfordringer og glæder ved faderskabet med ligesindede og tidligt i deres barns liv at gøre sig selvstændige omsorgserfaringer.

### **Fædregrupper som social innovation**

Undervejs gennem Til Gavn for Barnet og Fædre på Forkant har vi hele tiden søgt at holde et socialt innovationsfokus. Vi har været nysgerrige og udforskende på fædres situationer og levede liv, og har bl.a. interviewet godt 30 småbørnsfædre. Interviewene viste, at behovet for erfaringsudveksling og støtte til fædre, der på forskellig vis står i eller er berørt af sårbarhed, er udtalt. Fagpersoner rundt om fædrene og deres familier har ideudviklet og tegnet de første spæde skitser til et tilbud om en fædregruppe og senere mere konkrete forslag, som blev præsenteret for udvalgte fædre for at få deres input. En af kommunerne inviterede fx tre fædre på weekend for at drøfte og færdiggøre den allerførste prototype af tilbuddet.

Det færdigudviklede koncept er afprøvet i Thisted, Ringsted og Frederiksberg Kommuner fra sommeren 2018 til sommeren 2019 i to runder med mulighed for at tilpasse og justere formatet undervejs og imellem runderne.

Arrangørerne har løbende samlet op på de enkelte gruppesessioner med fædrene med refleksioner, observationer og billeder i et

4) Læs mere om Til Gavn for Barnet og erfaringerne fra projektet her: [www.sus.dk/produkt/udgivelse/bedre-inddragelse-af-faedre-i-saarbare-smaabarnsfamilier/](http://www.sus.dk/produkt/udgivelse/bedre-inddragelse-af-faedre-i-saarbare-smaabarnsfamilier/)

5) For yderligere om forståelsen og anvendelsen af terminologien om udfordringer i relationen se Center for Børnelivs vidensnotat 'Far og Barn', 2019 s. 9. med henvisning til lektor i sygepleje Mette Strømfeldt Linds arbejde med sårbarhedsbegrebet: [www.centerforboerliv.dk/images/Dokumenter/Vidensnotat.pdf](http://www.centerforboerliv.dk/images/Dokumenter/Vidensnotat.pdf)



elektronisk dagbogssystem, som alle tre kommuner og SUS har kunnet følge med i. SUS har efter hver af de to afprøvningsrunder interviewet både arrangører og en række fædre fra de tre kommuner, og der har været fælles workshops med erfaringsudveksling, opsamling og læring på tværs af kommuner. Endelig har fædre udfyldt et før- og et efter-spørgeskema. Alt dette udgør tilsammen erfaringsopsamlingens datagrundlag.

At det kan være virksomt at samle en gruppe mennesker med givne udfordringer til fælles erfaringsudveksling, støtte og netværk er som sådan ikke nyt. Men social innovation er ikke altid kun radikale nye ideer. Det handler også om at låne og tilpasse koncepter, som har vist sig virksomme i en anden kontekst. Og om at rydde vejen for udfordringer, der måtte vise sig, for at få ideen til at virke i en anden sammenhæng end den oprindelige.

Parterne bag Fædre på Forkant er heller ikke de eneste, der arbejder eller har arbejdet med fædregrupper. Fokus på far i den tidlige og forebyggende indsats er som nævnt stigende, og flere gør sig lignende erfaringer, som dem vi præsenterer på de følgende sider. Bagerst i denne publikation har vi til inspiration samlet en liste over andre forskellige aktører og tilbud med specifikt fokus på far som tidlig omsorgsperson.



## Kort om Fædre på Forkant

Frederiksberg, Ringsted og Thisted Kommuner har sammen med Socialt Udviklingscenter SUS og Center for Børneliv i 2018-2019 udviklet og afprøvet et nyt koncept for fædregrupper. Konceptet er målrettet småbørnsfædre, hvor far-barn-relationen kan være sårbar.

Fædre på Forkant har haft et advisory board tilknyttet bestående af:

- Annette Poulsen, sundhedsplejerske, master i sundhedspædagogik, Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen
- Allan Westerling, lektor, Roskilde Universitet
- Hanne Duer, sundhedsplejerske, Københavns Kommune (Nørrebro/ Bispebjerg)
- Klaus Wilmann, bestyrelsesformand, Center for Børneliv
- Leif Christiansen, chefkonsulent, Familieiværksætterne, Fonden for Socialt Ansvar
- Susanne Friis Gerholt, uddannelseskonsulent, Københavns Professionshøjskole
- Tobias Siiger Prentow, projektmedarbejder, Forum for Mænds Sundhed
- Torben Pedersen Skovby, selvstændig konsulent og familierapeut, medlem af tænketanken VM (Viden om Mænd)

Fædre på Forkant har været støttet af Det Obelske Familiefond.



## HVAD FÅR FÆDRENE UD AF TILBUDET?

De samlede erfaringer fra projekt Fædre på Forkant er ikke i en form, hvor vi med sikkerhed kan dokumentere, at tilbuddet har en positiv effekt på far-barn-relationen og barnets trivsel. Det vil kræve, at fædre og tilbuddet i sin implementerede udgave følges systematisk over længere tid. Det, vi kan konstatere efter afprøvningsfasen, er, at fædre selv og arrangørerne, dvs. de ansvarlige fagpersoner rundt om fædre, i interviews og fælles refleksioner beskriver og italesætter, at tilbuddet har den tilsigtede virkning.

### Større selvtillid i rollen som far

De direkte tilbagemeldinger fra de deltagende fædre har været yderst positiv. Samtlige interviewede fædre har givet udtryk for, at de har savnet et tilbud rettet mod dem.

*Da jeg hørte om det, tænkte jeg bare, "Yes, endelig er vi med i det og bliver anerkendt for at vi har brug for noget til at styrke os i forhold til vores relation til vores børn". - Far, Ringsted*

*Det er et koncept, der har manglet! Det giver én et helt andet billede af, hvad det vil sige at være far, og man lærer sig selv bedre at kende – jeg synes ikke, at nogen skal være det foruden. - Far, Frederiksberg*

Et gennemgående tema i interviewene med fædre på tværs af de tre kommuner er, at deltagelsen i tilbuddet har givet dem større selvtillid og selvsikkerhed i far-rollen, og at de føler sig som mere ligeværdige forældre. Det drejer sig fx om, at de ved at være med i fædregruppen får ny viden om deres barn, som de kan videregive til deres partner – og dermed også får oplevelsen af at være ekspert i forhold til barnet.

*Det har givet en bekræftelse i, at man gør det fint som far. Jeg synes især, at det har været ret sjovt, at det er gået fra, at det altid var min kone, der var ekspert i alt omkring vores søn, til at jeg lige pludselig også var ekspert nogle gange. - Far, Frederiksberg*

Konkrete oplevelser sammen med barnet i fædregruppen har også givet inspiration til aktiviteter og lege, fædre kan tage med hjem. En far beskriver fx, hvordan han er blevet mere tryk ved at lege vildt og være fysisk aktiv med sit lille barn efter at have arbejdet med motorik i gruppen. En anden fortæller, at han med stor succes legede med sin lille søn i en swimmingpool på en ferie, fordi babysvømningen med fædregruppen havde gjort ham tryk ved at have barnet i vandet.

Den større selvtillid og trygheden ved at være alene med barnet resulterer også i, at fædrene i højere grad tager mere over med børnene i hjemmet – med mere overskud til hele familien som følge.

*Det er nemmere at sige til konen, at jeg godt kan passe den lille, end det var før (...) nu synes jeg, at jeg er blevet mere selvstændig i at sige, om det er en tør ble, noget mad eller trøst, han vil have. - Far, Thisted*

*At komme ud og mødes med andre fædre på den her måde har været rigtig godt. Og jeg synes også, at jeg kan mærke det derhjemme, at jeg tager mere over, og så er der mere overskud for de andre. - Far, Thisted*

For nogen fædre har det handlet om at få støtte til ro i samværet med det lille barn og lære at være tålmodige, fx når barnet er ked af det. Fagpersonerne fortæller, hvordan de generelt ofte ser, at fædre i udsatte livssituationer kan have svært ved at hvile i samværet med deres barn og tilbyde ro og trøst. Her har fædregruppen gjort en konkret forskel.

*Vi så en stor udvikling hos fædrene. En far havde fx i starten problemer med at få sit barn til at falde til ro og prøvede hele tiden at distrahere barnet og ryste det – men efter nogle gange kunne han formå at trække sig, afskærme barnet og lige give det et par minutter til at falde til ro, inden han kom tilbage til gruppen. - Gruppeleder, Thisted*

For andre igen handler det om, at få støtte til generel refleksion over deres livssituation også hjælper dem som fædre.

*Erfaringen er måske, at når det er en målgruppe, som har så komplekse ting, de selv arbejder med (...), så giver det rigtig meget mening, at de for at kunne nå hen til det med at blive fædre – for det er derfor, de siger ja til at være med – har rigtig meget brug for et sted, hvor de kan få tænkt over deres situation og få hjælp til bare at være sig. Så i og med, de bliver mere klar over egne styrker og udfordringer, så kan de også blive bedre til at reflektere som fædre. - Koordinator, Ringsted*

*Det bedste er, at man kan sidde her og være åben om, at det kan være skide svært – der er sgu ikke andre steder at gå hen. - Far, Ringsted*

## **Bedre kommunikation mellem forældre**

Både fædre og arrangører oplever, at når fædrene får et fortroligt rum til at dele erfaringer – både gode og dårlige – gavner det også kommunikationen med barnets mor, hvad enten forældrene er sammen som par eller bor hver for sig.

*Fædrene sagde selv, at det kunne være interessant at se, hvor mange skilsmisser, der kunne blive forebygget, hvis man lavede de her grupper. For jeg tror, det virker*

*mere på den måde, end at det virker som om, det skiller parrene ad. - Gruppeleder, Frederiksberg*

Det at dele sine frustrationer, og få både professionel vejledning og støtte og gode råd fra andre fædre, giver input til at håndtere situationer anderledes på hjemmefronten. For nogle af fædrene er det ikke naturligt at kommunikere, når de har det svært, og her bliver fædregruppen et godt sted at starte med at skabe mere bevidsthed og åbenhed.

*Det, jeg har taget med hjem, har givet mig lyst til at arbejde med det og kunne fortælle, hvordan jeg har det til min kæreste – det har jeg aldrig sagt før. Før tænkte jeg aldrig over, hvordan jeg selv havde det, kun på hvordan de (kæresten og børnene) havde det. Nu arbejder jeg på, at det også er vigtigt, at jeg har det godt for at kunne give det videre. - Far, Ringsted*

*Kommunikationen med mødre ændrer sig, fordi de (fædrene) får nogle input. Det er der flere af dem, som har meldt tilbage. Og det er alt lige fra én, der siger, 'jeg har fundet ud af, hvad der får det til at virke, en gang imellem skal jeg sluge nogle kameler' – til en anden, der siger, 'jeg ved godt, at jeg bliver hidsig, og derfor sker de her ting'. Så jeg tror, at kommunikationen med mødre er en af de største effekter, vi i virkeligheden kan se, fordi de (fædrene) bliver klar over, at der faktisk er en anden mulighed. - Gruppeleder, Ringsted*

## Et mere ligestillet forældreskab

I alle tre kommuner har man i et stykke tid arbejdet med generelt at styrke fædreinddragelsen i det tidlige omsorgsarbejde. Og oplevelsen er, at både fagprofessionelle, fædre og mødre nu i højere grad anerkender, at far spiller en vigtig rolle – også tidligt i barnets liv.

*Vi havde en ung far, som var gået fra sin kæreste, hvor vi kan se nu, at han stadig går ind og gør krav på, at han vil se sin søn – og moren stiller ikke spørgsmål ved det. På den måde, så har hele projektet været det værd, for der er i hvert fald en far, der bliver i sit barns liv, fordi vi har arbejdet med ham som far og italesat hans vigtighed over for moren. - Sundhedsplejerske, Thisted*

Tilbuddet har også været med til at ændre ved nogle af fædrenes prioriteter.

*Jeg kræver min plads som far derhjemme efter det her. - Far, Frederiksberg*

Og fagpersonerne oplever, at italesættelsen og forståelsen af fars rolle giver noget hjemme i familierne, ofte allerede efter enkelte mødegange i fædregruppen.

*Jeg har fået den udvikling som far, at jeg bedre kan klare de ting, der kommer. At jeg ikke nødvendigvis har svaret på dem, men at jeg stoler*

*mere på mig selv som far, og for den sags skyld også stoler mere på min hustru som mor. - Far, Frederiksberg*

*En af mødrene fortalte efter babysvømning, hvordan faren slet ikke endnu tør bade baby derhjemme, men at han efter fædregruppen er kommet langt mere på banen som far, end i starten af barnets liv. - Sundhedsplejerske, Thisted*

## DET SAMLEDE KONCEPT

Fædregrupperne havde som udgangspunkt en række fælles elementer og guidende principper. De er løbende blevet revideret i projektperioden. Kernen i konceptet består i sin endelige udgave af:

- 1 Erfaringsdeling blandt en mindre gruppe fædre faciliteret af en mandlig gruppeleder
- 2 Vidensoverførsel til fædre om spæd- og småbørnsomsorg
- 3 Aktiviteter for fædre, gerne sammen med deres børn

Derudover tilgodeses fem principper:

- ▶ Giv fædre mulighed for at deltage uden mødre
- ▶ Placer møder og aktiviteter uden for normal arbejdstid
- ▶ Tilbyd både aktiviteter og faciliterede gruppesamtaler
- ▶ Giv fædre mulighed for at deltage i aktiviteter alene med deres børn
- ▶ Tilrettelæg tilbuddet som et fastlagt, længerevarende og forpligtende forløb

## TRE VERSIONER

De tre projektkommuner er forskellige i størrelse, geografi og befolkningssammensætning og dermed også i karakteren af udfordringer i småbørnsfamilierne. I projektet har det været vigtigt, at kommunerne udover at følge de overordnede elementer og principper har haft stor frihed til at tilpasse tilbuddet til den kommunale kontekst og de øvrige eksisterende tilbud for at sikre opbakning og give de bedste muligheder for forankring. Forskelligheden i afprøvningsfasen har desuden gjort, at der er blevet afprøvet flere forskellige versioner af den første prototype på fædregruppen, og det har givet et bredere erfaringsgrundlag at vurdere værdien af tilbuddet på.

### Thisted

Thisted Kommune i Nordjylland har ca. 43.000 indbyggere, og antallet af fødsler er omkring 450 om året. Thisted breder sig over et geografisk stort område, hvilket giver nogle særlige vilkår i forhold til transporttid for deltagerne i kommunale tilbud.

Fokus for Thisted's afprøvning af fædregruppen har været at arbejde med far-barn-relationen i praksis gennem konkrete aktiviteter. For at give fædre mere selvtilid i farrollen og understrege vigtigheden af, at far er på fra starten – både for fædre og mødre.



Deltagerne i Thisted har været rekrutteret gennem det eksisterende tilbud Familien i Vækst (FIV). FIV er et tværfagligt tilbud med formål at mindske social arv i sårbare familier med helt små børn, hvor forældreomsorgen er udfordret pga. tidligere misbrug, psykisk sygdom og livskriser som akut sygdom, dødsfald, arbejdsløshed mv. FIV tilbyder bl.a. dagsaktiviteter som babysvømning og rytmik for forældre og børn.

Afprøvningen i Thisted var tilrettelagt som et særligt forløb for fædre i FIV, der blev gennemført ad to omgange. I alt deltog 16 fædre i forløbet. Forløbet har bestået af ni mødegange, afholdt med ca. to

ugers mellemrum: tre gange med babysvømning for far og barn, tre gange med rytmik for far og barn og tre gange med aktiviteter for fædre alene. De tre forskellige aktiviteter blev afholdt på skift på en lokalitet, der passede til aktiviteten. Alle aktiviteter lå i tidsrummet 17-19 for at give fædre mulighed for at deltage efter arbejde. Gruppen blev faciliteret af en mandlig sundhedskonsulent som gruppeleder, en sundhedsplejerske og en pædagog samt en pensioneret sundhedsplejerske, som hjalp med det praktiske.

De relativt store geografiske afstande i kommunen gør, at transport og logistik i forhold til at deltage i tilbuddet har fyldt meget for forældrene. FIV er målrettet familier med børn under et år, og der er derfor også hensyn til amning at tage. Det blev på den baggrund arrangeret således, at familien ankom sammen, hvorefter fædre gik for sig selv med børnene til enten svømning eller rytmik, mens mødre havde mulighed for at snakke og drikke en kop kaffe (Café Bagkant). Efter far-barn-aktiviteten spiste familierne sammen, og fædre blev opfordret til at dele deres oplevelser fra aktiviteten. Hver tredje gang var aktiviteten kun for far. Det var ud-af-huset-aktiviteter som mountain biking, bowling og skydning. Ved disse aktiviteter faciliterede den mandlige gruppeleder pauser med samtaler mellem fædre om egne omsorgserfaringer, familiens netværk, parforhold og ønsker til forældreskabet.

## Frederiksberg

Frederiksberg er en stor sjællandsk kommune med ca. 104.000 indbyggere og omkring 1.500 fødsler om året. Til gengæld dækker kommunen over et lille geografisk areal, hvilket gør, at transporttiden til og fra et kommunalt tilbud er overskuelig.

Fokus for Frederiksbergs tilbud har været at skabe et fortroligt rum for erfaringsdeling med en mandlig gruppeleder og en gruppefølelse blandt fædre. Sideløbende har der været fokus på at overføre sundhedsplejefaglig viden og give fædre praktiske erfaringer med deres børn alene og mulighed for at stille spørgsmål til sundhedsplejerskerne, som de måske ikke får stillet ved hjemmebesøg.

Deltagerne i Frederiksbergs tilbud er rekrutteret gennem sundhedsplejen, og målgruppen er spæd- og småbørnsfædre, der oplever, at det at blive far er mere udfordrende end forventet. Det kan handle om psykisk sårbarhed eller efterfødselsreaktioner hos dem selv eller deres partner, manglende netværk mv.

I Frederiksberg har tilbuddet haft fire sundhedsplejersker tilknyttet samt en mandlig psykolog, der fungerede som gruppeleder. Tilbuddet kørte af to runder med plads til ti fædre i hver runde. Pladserne blev hurtigt fyldt gennem rekruttering via sundhedsplejen, og der måtte oprettes venteliste til gruppen. Den første runde førte nogle justeringer med sig, og i

sidste ende blev tilbuddet organiseret om 11 uger med møde hver torsdag i tidsrummet 16-18.

Hver anden uge stod den mandlige gruppeleder for sessionen. Fædrene kom alene og havde tid til at snakke om forskellige emner, bl.a. om sviger- og bedsteforældre, parforholdet efter barn, erfaringer fra egen opvækst m.m. De øvrige mødegange blev faciliteret af to sundhedsplejersker. Fædrene kom med deres børn til aktiviteter som musik- og sanglege, og mødet sluttede med fællesspisning. På disse mødegange tog sundhedsplejerskerne også fat i det emne, som fædrene havde snakket med gruppelederen om ugen før, for at kunne svare på sundhedsplejefaglige spørgsmål i relation til emnet. Alle møder blev holdt samme sted i sundhedsplejen, der ligger centralt på Frederiksberg med puslefaciliteter, høje stole og legetøj til børnene.

### Ringsted

Ringsted er en mindre landkommune på Sjælland med ca. 34.000 indbyggere og omkring 300 fødsler årligt.

Afprøvningen af fædregruppen i Ringsted har haft mere karakter af en mandegruppe, hvor aktiviteter med børnene ikke har haft så stort et fokus. Fokus har været at skabe et trygt og fortroligt rum, hvor fædrene kunne arbejde med at få sat ord

på udfordringer og glæder ved faderskabet og reflektere over eget liv, familiesituation og handlemuligheder.

Målgruppen er fædre, hvor relationen til barnet er skrøbelig, fx ved samlivsbrud, men gruppen er karakteriseret ved at have mange forskelligartede udfordringer. Fædrene er blevet rekrutteret gennem sundhedsplejen, og selvom fædrene har haft børn fra nyfødt til 13 år, har arbejdet i praksis hovedsageligt haft fokus på spæd- og småbørnsfædre.

Ringsted kørte et lidt længere gruppeforløb i afprøvningen, et forløb fra august 2018 til februar 2019, og et andet fra marts 2019 til september 2019 – i alt har 16 fædre deltaget i tilbuddet. Grupperne har haft løbende optag. En mandlig gruppeleder med terapeutisk baggrund og en kvindelig koordinator med pædagogisk baggrund, der også er koordinator for et netværk for sårbare unge mødre i kommunen, har stået for gruppen.

Fædrene mødtes hver anden-tredje uge i tidsrummet 17-20. Forløbet har primært bestået af faciliteret erfaringsdeling blandt fædrene efterfulgt af fælles madlavning og spising. Enkelte gange har fædrene haft deres børn med, og der er blevet arrangeret aktiviteter for hele familien, bl.a. en grillaften og en tur til Zoologisk Have. Kommunale sundhedsplejersker har været på besøg i gruppen til spørgerunder med mulighed for at stille spørgsmål om børns udvikling mv.





## DE ENKELTE ELEMENTER

På baggrund af afprøvningen i de tre kommuner følger her en række erfaringer, overvejelser og gode råd til de enkelte elementer, som vi anbefaler at tænke ind i et fædregruppe-tilbud. Et tilbud behøver ikke nødvendigvis at give alle elementer lige stor plads for at skabe værdi. Der er ikke en one size fits all-løsning. Ligesom de tre projektkommuner har gjort, kan elementerne sammensættes og prioriteres forskelligt afhængigt af rammer, ressourcer, befolkningssammensætning mv.

1

### Erfaringsdeling

Erfaringen er, at det er afgørende, at et tilbud til fædre i sårbare familiesituationer indebærer et fortroligt rum, hvor fædrene kan være åbne med hinanden og med facilitator. Det er den del af tilbuddet, som fædrene har været mest begejstrede for og generelt har efterspurgt mere af. Fædrene på tværs af de tre kommuner udtrykker en usikkerhed i forhold til den 'jungle', det kan være at blive far, og en frygt for at fremstå 'svag' – særligt hvis deres partner også har udfordringer. Derfor kan deres egne behov blive negligeret, og de oplever sjældent, at fagprofessionelle spørger ind til, hvordan de har det. Fædrene har været meget taknemmelige for at kunne få lov til at mødes i en gruppe med andre mænd og fædre og få talt om forskellige emner.

*Det, jeg synes er rigtig godt, er, at man bare sidder fædre til fædre og snakker om nogle emner, som vi alle sammen kan relatere til. Om det så er parforhold, eller om det er, at vi hver især havde nogle meget forskellige udfordringer og forskellige årsager til at være der. Bare det at sidde og høre, hvad andres refleksioner er omkring tingene, hvad andre går med af tanker.*  
- Far, Frederiksberg

*Man tænker nogle gange 'hold kæft mand, det der har jeg også tænkt på, jeg troede, at jeg var den eneste, der havde tænkt det', men der sidder fem andre, som har tænkt præcis det samme. Det gav bare en eller anden ro i forhold til at være forældre. Derfor synes jeg, at fædregrupperne er sindssygt vigtige.* - Far, Frederiksberg

Som nævnt ser det også ud til, at samtalerne i gruppen kan være med til at løse nogle potentielle konflikter hjemme i familien og forbedre kommunikationen mellem forældrene. Samtidig kan fædrene have oplevelser med i bagagen, som de har behov for at få talt om og bearbejdet, før de kan arbejde mere direkte med relationen til deres børn. Selvom fædrene kan have fordomme om at sidde og 'snakke i rundkreds', så har det været slående, at de interviewede fædre har peget på

gruppesamtalerne som den vigtigste del af tilbuddet, og den del, de ikke ville have været foruden.

*Det har været imponerende, hvor åbne de er om deres egen hårde opvækst. De vil alle sammen gerne gøre det anderledes end deres egne forældre, og der er ingen, der føler sig udenfor, for de har alle sammen været udsat for de samme ting.*  
- Sundhedsplejerske, Thisted

*Det er syret, at de alle sammen vil have det her rum til at tale i, for det var det første, vi fik at vide, da vi spurgte dem, mens vi udviklede forløbet, at det skulle vi ikke gøre (...): "vi skal ikke sidde og snakke hver gang!" Men så har de ikke bestilt andet. Det er tankevækkende, for det siger både noget om vores opfattelse og noget om deres egen selvopfattelse.*  
- Koordinator, Ringsted

## Gode råd og anbefalinger - erfaringsdeling

### ► Mandlig gruppeleder

Det har været et krav i alle tre kommuner, at der skulle tilknyttes en mandlig gruppeleder og facilitator til projektet, og det har vist sig at være værdifuldt. Alene-tid med gruppelederen har været værdsat, og flere af de interviewede har formuleret, at det var rart, når de andre fagpersoner ikke var der hele tiden. En kvindelig gruppeleder kunne formentlig opnå samme fortrolighed med fædre, men de interviewede fædre udtrykker, at de har været glade for at kunne spejle sig i gruppelederne – som omvendt ofte har kunnet trække på egne erfaringer som mand og far.

### ► Inviter ind – og luk ned igen

Fra arrangørernes side er det vigtigt, at der bliver taget hånd om fædre, når de kommer – både i den enkelte session og i tilbuddet som helhed. Det kan derfor være en god ide at have en snak om fortroligheden i gruppen den første dag og få en forventningsafstemning blandt facilitator og fædre, inden forløbet starter. Den sidste session bør også samle op på, hvad der er blevet behandlet undervejs, og hvordan fædre kan bruge det, de har fået ud af gruppen i fremtiden.

For den enkelte session er det også vigtigt, at fædre føler sig velkomne og trygge. Her kan genkendelighed som fx altid at indlede med en runde på, hvordan det er gået siden sidst, hvor fædre har været udfordrede eller har haft succeser, de gerne vil

dele, være ideelt. Det er også en fordel at slutte sessionen af med mere eller mindre struktureret feedback, så gruppelederen hele tiden har en føling med, hvad gruppen har behov for.

*Det er vores opgave at 'åbne ballet'. Vi giver altid hånd, når folk kommer, 'jeg har set dig, du er her, det er dejligt', og vi er også bevidste om, at vi skal lukke godt ned, inden vi slutter."*

*- Gruppeleder, Ringsted"*

### ► Hold en balance mellem styring og mere 'fri' snak

Fædre er forskellige, og dynamikken i gruppen vil være forskellig fra gruppe til gruppe. Nogle ønsker stram styring og planlagte emner på forhånd, og her kan man fx bruge videoklip og brainstorming til at starte snakken. Andre foretrækker mere fri snak, og at facilitatoren træder mere i baggrunden. Det er derfor vigtigt at lytte til gruppen undervejs og tage imod den feedback, de kommer med. Samtidig kan det være hensigtsmæssigt at skifte mellem de tungere emner og mere afslappet hverdagssnak.

### ► Forslag til program og mulige emner

Jævnfør ovenstående kan det være en hæmsko at have et for fastlagt program for indholdet klar, inden man møder gruppen og mærker deres behov. Der skal være plads til en balance mellem det planlagte og det spontane, som dukker op i fædrenes fortællinger. Det er dog stadig en god ide at have en række emner klar, som



man vil igennem. Som inspiration har vi samlet nogle af de emner, der er blevet behandlet i grupperne:

- Hvordan er jeg far?
- Hvilken far vil jeg gerne være?
- Parforholdet efter barnet
- Når barnet er krævende
- Vrede
- Bedsteforældre
- Egne omsorgserfaringer og opvækst

#### ► **Forskellighed i gruppen er ok**

Erfaringerne fra grupperne har været, at fædrene er gode til at rumme hinanden – og at de sætter pris på at mødes med fædre, der er anderledes end dem selv, og mærke, at man alligevel kan spejle sig i hinanden. En fædregruppe kan derfor godt tilbydes til fædre med forskellige udfordringer, hvis der bliver skabt en

god og respektfuld stemning. Det er dog en udfordring for fortroligheden i gruppen, hvis der er meget frafald og deltagere, der kommer og går fra gang til gang. Gruppen skal heller ikke være for stor, hvis alle skal have taletid. En gruppestørrelse på omkring otte har virket ideel. Det gør, at der er plads til frafald på enkelte møder, uden at der kun sidder et par enkelte fædre tilbage.

*Jeg tænker, at når vi ser på alle de gutter vi har samlet, så gør det ikke noget, at vi er en lille smule blandet og lidt forskellige. Det handler om, at vi faktisk er mennesker alle sammen. Fint nok, nogen har det svært, nogen har det lettere, men det giver noget, og vi løfter os alle sammen i det. - Gruppeleder, Ringsted*



## 2 Vidensoverførelse

I forarbejdet med tilbuddet efterspurgte mange fædre mere viden fra fagpersoner om småbørns udvikling. De italesatte, hvordan de ikke fik stillet spørgsmål, når sundhedsplejersken var på hjemmebesøg, enten fordi de ikke var til stede, eller fordi de tøvede og var bange for at fremstå uvidende, særligt overfor deres partner. Den oprindelige tanke var, at sundhedsplejerskerne skulle byde ind med oplæg i fædregruppen om konkrete emner, som fædre efterspurgte viden om. Erfaringen blev, at det fungerer bedst at flette viden ind løbende fremfor at have reel undervisning.

*Han (mandlig gruppeleder) havde nogle plancher med og talte om hjemmens udvikling. Der fasede vi sgu lidt ud alle sammen. - Far, Ringsted*

Det virksomme greb blev, at den faglige viden, som man ønskede at give fædre bedre adgang til, i stedet blev introduceret løbende, både i samtalerne ved erfaringsdelingen og igennem aktiviteterne.

## Gode råd og anbefalinger - vidensoverførelse

### ► Giv hands-on-viden i situationen fremfor klassisk undervisning

Det skabte grundlag for hurtige forandringer i fædrenes adfærd med børnene at introducere viden konkret i situationen med børnene. Det gav mulighed for læring i praksis, og for at fædre kunne stille spørgsmål direkte til situationen. En sundhedsplejerske fra Frederiksberg oplevede fx, hvordan en far havde meget svært ved at slappe af under et måltid med sin søn og ikke lod barnet undersøge maden, fordi han ikke ville have det grisede. Hun talte lidt med faren om, at det er vigtigt for børnenes udvikling og deres sansning at få lov til at mærke maden:

*Næste gang var han helt afslappet, og barnet fik lov til at sidde med hænderne nede i maden og krumme over det hele. Jeg kender familien, og moren har meget behov for kontrol, men jeg tror faktisk, at faren har kunnet smitte af på hende med det her.*  
- Sundhedsplejerske, Frederiksberg

Også i Thisted oplevede arrangørerne det virksomt, når fædre blev mødt med viden i den konkrete situation. Far-barn-aktiviteterne blev et oplagt forum for at introducere viden i praksis med gode råd og støtte i øjeblikket, fx guidning i krops- og øjenkontakt og regulering i forhold til barnet fremfor aktiviteten.

*Vi kan se, det hurtigt gør en forskel, når vi tager fat i den enkelte situation. De har virkelig rykket. De har fået en helt anden naturlig tilgang til forælder-rollen og nyder nu den alene-tid med deres børn, som de får her. - Gruppeleder, Thisted*

### ► Italesæt den viden, der findes, kort og ofte

Det kan også være virksomt at fortælle om den viden, der findes, uden at det bliver egentlig gennemgang eller undervisning. Oversæt det til en kort essens, som gentages flere gange. Det er også en observation fra forskningen: Når far får "dokumentation" for, at hans involvering har en positiv betydning for barnet, så gør det en forskel<sup>6</sup>.

I Thisted har arrangørerne haft succes med at henvise til den viden, der er samlet i Center for Børnelivs rapporter.

*Jeg har mange gange, når vi har siddet der rundt om bordet, haft fat i vidensnotatet og fortalt dem, hvor sindssygt vigtige de er for deres børn. (...) når jeg fortæller dem, at hey, det står altså lige der, hvor meget I betyder, så tager de det ind. Erfaringsdeling og vidensoverførelse smelter på den måde sammen, og det er den bedste måde at nå de fædre, som vi arbejder med, som måske har dårlige erfaringer med undervisningssituationer.*  
- Gruppeleder, Thisted

<sup>6</sup>) Center for Børneliv, 'Far og Barn' 2019: [www.centerforboerneliv.dk/images/Dokumenter/Vidensnotat.pdf](http://www.centerforboerneliv.dk/images/Dokumenter/Vidensnotat.pdf)

### 3 Aktiviteter

Det har vist sig, at aktiviteter i fædregrupperne er positivt af flere grunde. For det første har det i rekrutterings-sammenhænge været attraktivt for nogle fædre, at de er blevet inviteret til sjove aktiviteter sammen med andre fædre. At fædrene så efterfølgende italesætter, at de har haft mest ud af samtale-sessionerne er underordnet. Samtidig giver fælles oplevelser, uanset om det er med børn og/eller partnere, også en referenceramme, som kan åbne for mere uformelle samtaler og netværk udenfor gruppen. Det kan ikke påtvinges, at der skabes relationer, som fortsætter udenfor gruppen, men aktiviteter kan bidrage til det. Endelig har aktiviteter med børnene givet fædrene selvstændige omsorgserfaringer med deres børn, uden mødrene.

Projektkommunerne har grebet det lidt forskelligt an mht. aktiviteter for fædrene. I Thisted har far-barn-aktiviteter været et centralt omdrejningspunkt, på Frederiksberg har det været halvdelen af gangene, i Ringsted en lidt mindre del. Alle tre steder har fælles spisning dog været en aktivitet hver gang.

Fædrene har generelt værdsat de fælles aktiviteter og oplevelser, og hvordan det løsner stemningen op.

*Det med at vi går ud og laver mad sammen giver en anden pingpong, hvor vi får snakket om nogle andre ting. Det fungerer rigtig godt. Så er der den seriøse del, og så*

*bagefter er der et frirum, hvor man ligesom kan møde hinanden, der hvor man er. - Far, Ringsted*

Far-barn-aktiviteter har inspireret til anderledes leg og samvær uden for gruppetilbuddet – også selvom der kan være forbehold i begyndelsen.

*Da jeg fik at vide, at jeg skulle til musik med min søn, så tænkte jeg "prøv at hør, jeg kan sætte noget musik på herhjemme. Jeg kan finde mange sange på YouTube og så sidde og lave en masse med ham." Men det giver bare noget andet at komme herind, når der også er andre, fordi han får en hel masse andre indtryk. - Far, Thisted*





## Gode råd og anbefalinger – aktiviteter

### ► Enkle aktiviteter fungerer godt

En væsentlig erfaring med grupperne har været, at fædrene ikke behøver at lave 'vilde' aktiviteter med gruppen hver gang. Aktiviteter som bowling eller en tur på skydebanen kan være gode til at skabe interesse, når fædrene skal rekrutteres, men erfaringen er, at det mere simple som en gåtur eller et bål i skoven fungerer mindst lige så godt. Det handler om med aktiviteten at skabe en ramme for, at fædrene kan løse lidt op og bare være sammen.

*Vi behøver ikke at lave noget, det kan bare være at gå en tur. Det skal ikke være mere fancy end det (...) Jeg tror ikke, at der behøver at være de der arrangementer hver gang. Hver anden gang eller tredje gang maks., hvis der skulle være et arrangement. - Far, Thisted*

### ► Brug måltider aktivt

På tværs af de tre kommuner har der været stor succes med måltider som social begivenhed. Det gælder både med og uden børn og/eller partnere. Måltidet ses også som en nødvendighed for at få familierne til at deltage, når der er tale om at nå småbørnsfamilier en hverdag efter arbejdstid.

I Ringsted lavede fædrene mad sammen efter hver gang. I Thisted blev der bestilt mad til både mødre og fædre efter alle aktiviteter, og på Frederiksberg var der altid købt

ind til sandwich til fædrene og rugbrødsmadder til børnene på de dage, hvor de var med.

*Vi ser ikke hinanden så ofte, så der sker meget med børnene fra gang til gang. Derfor er det hyggeligt at mødes og spise, og snakke om, hvad der er sket siden sidst. - Far, Thisted*

*Jeg synes, at spisesituationerne med børnene er ret fede at se, for hold da op, hvor det bare fortæller rigtigt meget. Hvordan ser man et barns behov, hvordan sidder man med det, hvordan tager man om det, hvornår er barnet mæt, eller er det stadig sulten? Hvor styrende eller hvor lidt styrende er man over for dem? - Sundhedsplejerske, Frederiksberg*

*Lige nu har vi svært ved at se det fungere uden mad, fordi de kommer så langt væk fra. Hvis man skal være et sted fra 17-19 som børnefamilie, så er der nødt til at være mad – de kan ikke nå hjem og lave aftensmad. - Sundhedsplejerske, Thisted*

### ► Vær opmærksomme på børnenes alder

Et gennemgående opmærksomhedspunkt i kommunerne har været, hvordan man kan tilpasse aktiviteterne til børnenes alder. Selvom de fleste fædre har små børn, er der stadig forskel på, hvad der egner sig for børnene. Selv når alle børn er under 1 år, kan det være en udfordring at finde noget, hvor alle børn og fædre er tilpasse i situationen. Hvis børnene ammes, kan det også give udfordringer i forhold til, hvor længe fædrene kan

være alene med børnene. Det gælder særligt, hvor geografiske afstande er store. Børnenes alder kan derfor også betyde noget for, om man kan mødes med fædrene alene – med eller uden børn – eller om hele familien skal tænkes ind.

*Vi skal passe på med spænd i alderen på børnene – man kan ikke sidde med en helt nyfødt og så en på halvandet år, der render rundt. Det er en udfordring både til svømning og musik, hvis man skal lave noget, der rammer dem alle sammen. - Gruppeleder, Thisted*

Børnenes alder har også betydning for den type viden, fædrene efterspørger fra fagpersoner, og om fædre får noget ud af hinandens spørgsmål. Fædre med yngre børn kan godt få noget ud af at høre erfaringer fra dem med lidt ældre børn, som på deres side får lov til at føle sig som eksperter og rollemodeller. Men det er en balance, hvor det kan risikere at tippe og opleves irrelevant for nogen.

*En far kom ind og følte slet ikke, at tingene lykkedes for ham, og at han ikke kunne trøste sit barn. Men han fik vendt sin følelse til at kunne tilbyde barnet noget og være mere tålmodig. Det tror jeg handlede meget om, at han kunne spejle sig i de andre, for hans barn var en del yngre. Så det at kunne høre om andre, der havde stået i noget tilsvarende, var meget hjælpsomt. - Gruppeleder, Frederiksberg*





### ► Mulige aktiviteter

Der har været gode erfaringer med far-barn aktiviteter som rytmik, musik og motorik i flere af kommunerne. Både på Frederiksberg og i Thisted har man haft en professionel musikpædagog og en motorikvejleder indover, men Frederiksberg har også haft succes med, at sundhedsplejerskerne selv styrer legene på gulvet. Fædrene tager alligevel noget med hjem og bliver inspireret.

*Det har fungeret godt at vælge at blive i huset og have fokus på samspil og far-barn-relationen. I bund og grund er det bare at være og se – og også se de fædre, der har svært ved at være. Dem, der får så meget uro i kroppen, at de næsten ikke kan være i det med deres børn.*  
- Sundhedsplejerske i Frederiksberg

I Thisted har svømning og musik været med til at give fædrene mod på også at være mere aktive med deres små

børn uden for tilbuddet – men det vigtigste er altid relationen og ikke aktiviteten i sig selv.

*De er ikke til musik, fordi de skal hamre på en tromme eller lære at synge. Det er far-barn-relationen, der er i fokus. Aktiviteten kan på den måde være hvad som helst, den danner bare en ramme for at arbejde med relationen.*  
- Sundhedsplejerske, Thisted



### Organisering og tværfagligt samarbejde

Selvom alle tre tilbud har været forankret i sundhedstjenesten, er involveringen af flere forskellige faggrupper central. Erfaringen er, at det giver værdi for fædre, børn og familier. Forskellige fagligheder giver forskellige blikke på behovene og den udvikling, fædrene går igennem.

*Min værdi er, at jeg kender fædrenes historie allerede. Jeg kunne lukke samtalen op, og så tog (den mandlige gruppeleder) over. Vores samarbejde er afhængigt af, at vi kan finde ud af det. Det er godt, at vi fik lov til det her, for vi kommer fra forskellige afdelinger og har forskellige chefer. Hele forudsætningen er, at vi er et makkerpar, og at ledelsen har haft forståelse for det. Vi har fået stor værdi af det tværfaglige samarbejde.*  
- Sundhedsplejerske, Thisted

*Vi er forskellige, og det er godt – vi lægger mærke til forskellige ting hos fædrene.* - Gruppeleder, Thisted

Faglighederne har ikke været ens i alle tre kommuner, men alle steder har de formået at supplere hinanden.

*Jeg har en hypotese om, at det er rigtig godt at forankre sådan et tilbud her et eller andet sted i organisationen, hvor man er vant til at kigge på det hele menneske. Nu ligger det under netværket i sundhedstjenesten, men fx kunne det også fint ligge i Familiehuset, hvor der er socialrådgivere og familierapeuter og pædagoger, for der er man også vant til at arbejde med den tænkning.*  
- Koordinator, Ringsted

Gode råd og anbefalinger – organisering og tværfagligt samarbejde

► **Sæt tid af til at opbygge og udvikle det tværfaglig samarbejde**

For at det tværfaglige samarbejde fungerer optimalt, er det vigtigt, at der prioriteres tid til refleksion og planlægning både før og efter mødegangene med fædrene – særligt i opstartsfasen. Det kan dreje sig om lige at vende, hvilke fædre der kommer i dag, og om der har været nogen afbud, så man som arrangør er klædt på. Men det handler også om at kunne evaluere med hinanden efter de forskellige sessioner og sørge for at få talt om de ting, der har fungeret godt, og hvad der har fungeret mindre godt.

► **Vær opmærksom på brobygning til andre tilbud**

I nogle tilfælde kan der være behov for, at arrangørerne fungerer som brobyggere til andre tilbud og aktører. Der er eksempler fra kommunerne, hvor fædre og fagpersoner undervejs i forløbet har fået øjnene op for alvorlige fysiske skavanker, der kræver behandling, og hvor fædrene er blevet hjulpet videre til den nødvendige hjælp med bl.a. tandlæge og operation. Det samme gælder behov for fx psykologhjælp.

*Vores forpligtelse er at være professionelt klar over, hvad det er for en linje, vi balancerer på. Og være klar over, at vi kan være brobyggere, hvis det fx er terapi, der er brug for. Vi kan ikke udføre det, men vi kan være brobyggere til det. Vi kan også være brobyggere til en*

*mentor, eller vi kan være brobyggere til måske en praktiserende læge. - Koordinator, Ringsted*

► **Rekrutter via relevante kanaler**

Rekrutteringen er foregået både ved sundhedsplejens hjemmebesøgene og gennem andre eksisterende tilbud, fx til mødre i sårbare situationer, familietilbud mv. Alt efter kommunens opbygning kan tilbud i familiehuse fx også være en relevant rekrutteringskanal. Tidligere og bredere rekruttering via fx fødesteder og praktiserende læger er også en mulighed. Det er vigtigt at dem, der rekrutterer, er velinformerede om tilbuddet.

► **Lad gruppelederen tage kontakt inden det første møde**

Det har været virksomt, at den mandlige gruppeleder tager kontakt til fædrene, når de har sagt ja, og får afklaret, om tilbuddet er noget for dem. Typisk telefonisk. De interviewede fædre har lagt vægt på, at det var vigtigt for dem, at de havde en fornemmelse af den mandlige gruppeleder, inden de mødte op første gang. Og at det var med til, at de følte sig trygge og velkomne.

► **Hold fokus på far i bred forstand – kommuniker udad og opad**

Projektkommunerne havde inden projekt Fædre på Forkant arbejdet i længere tid med bedre fædreinddragelse i bred forstand. Fx måden man registrerer forældre og børn på, hvem der bliver kontaktet om børnene, tilrettelæggelse af sundhedsplejebesøg mv. Det har

været med til at synliggøre, at indsatsen overfor småbørnsfædre kan forbedres, og banet vejen for opbakning til fædregruppen. Løbende kommunikation udad og opad er vigtigt. Både i forhold til viden om vigtigheden af at få far mere på banen og af de resultater, der opnås.

### De praktiske rammer

Selvom forskellige forhold og kontekster i kommunerne har haft en indflydelse på organiseringen af fædregruppen, er der flere fællestræk, det er hensigtsmæssige at tage hensyn til i forhold til det praktiske i forbindelse med mødegangene.





Gode råd og anbefalinger – de praktiske rammer

► **Inden opstart**

De faste rammer er vigtige at have på plads inden starten, både for fædrenes skyld og for arrangørerne selv. Det vil sige, at frekvens, tidspunkt, lokaler, fagpersoner/facilitatorer og overordnet program skal være fastlagt.

► **Mødetidspunkt**

Mødegangene skal ligge uden for arbejdstid i hverdage og gerne i tidsrummet 16-20 – tidspunktet skal tage hensyn til fædrenes transporttid. Mødegangene kan vare mellem 2-3 timer, og det er vigtigt, at tiden altid overholdes.

► **Frekvens**

Det virker optimalt at mødes med fædrene minimum hver anden uge, for at relationen bliver holdt ved lige, og at det samtidig passer ind i fædrenes hverdag.

► **Gennemgående fagpersoner/facilitatorer**

Uanset faglighed er det vigtigt for relationen og fortroligheden til fædrene, at det er de samme personer, der går igen, og at der ikke er tilknyttet for mange forskellige medarbejdere til tilbuddet. Dette giver også de fagprofessionelle en bedre mulighed for at følge fædrene, børnene og deres udvikling fra gang til gang.

*En af fædrene fortalte, mens vi spiste, at de her snakke og samtaler har stillet ham nogle spørgsmål, som har gjort, at han tænker mere*

*over sin rolle som far. Jeg spurgte, om han kunne have fået det et andet sted, eller hvis der nu ikke var en facilitator i gruppen, men så sagde han "Jamen, hvem skulle så stille mig de spørgsmål?"*  
- Sundhedsplejerske, Frederiksberg

► **Praktik og logistik**

Opgaven kan være mere omfattende end antaget. Det er en fordel at være flere om det indholdsmæssige, praktiske og logistiske.

► **Sted**

Det er nemmest, hvis gruppen kan mødes det samme sted hver gang – undtagen når der er aktiviteter ud af huset, fx i svømmehallen. Hyggelige rammer og faciliteter, der egner sig til småbørn, er en fordel.

► **Løbende remindere**

Det er ikke nok at give fædrene datoerne fra starten og så regne med, at alle dukker op hver gang. Det er nødvendigt at følge op igennem forløbet og løbende sende sms'er ud, der minder om, hvor og hvornår de skal mødes næste gang – samt opfordre dem til at give besked, hvis de ikke kan komme.

*Han (mandlig gruppeleder) spiller en stor rolle. Han hjælper mig med at møde op, det er vigtigt, at der er én, der er roden i det, sender sms'en, holder fast i os og tager hånd om os. Det skal man ikke bruge energi og fokus på, for der er en ramme. - Far, Ringsted*

## PÅ VEJ MOD EFFEKT

Fædregrupperne er nu på vej mod at blive implementeret i de tre kommuner.

I Thisted Kommune er det besluttet at fortsætte med fædregruppen som en integreret del af familiegrupeforløbet Familien i Vækst (FIV) med en gruppe pr. halvår med plads til 10-12 fædre. Sundhedsplejen omlægger et antal dagtimer til aftentimer, og den mandlige gruppeleder får 40 timer integreret i sin årsnorm. Desuden tilknyttes en frivillig pensioneret sundhedsplejerske ad hoc.

I Ringsted Kommune forankres fædregruppen som et frivilligt tilbud i Sundhedstjenesten i Ringsted Kommune. Tilbuddet vil bestå af en gruppe pr. halvår med deltagelse af op til 10 fædre. Ressourcer omlægges fra et netværkstilbud til unge mødre under 29 år i sårbare livssituationer, som fremadrettet kan rumme 30 mødre mod tidligere 40. Der er fortsat tilknyttet to tovholdere, hvoraf den ene er koordinator for unge mødre netværket også.

I Frederiksberg Kommune er det endnu ikke fastlagt, hvordan forankringen gennemføres.

Erfaringerne fra de tre kommuner peger overordnet på, at et gruppetilbud til fædre i sårbare livssituationer falder på et sted med høj efterspørgsel. Det

giver værdi for fædrene at få lov til at mødes med ligesindede, drøfte og få støtte til de udfordringer, de møder i og omkring faderskabet. Samtalerne i gruppen har styrket kommunikationen med partneren, mens de konkrete omsorgserfaringer opnået gennem aktiviteter med børnene har styrket far-barn-relationen og givet ny selvtillid hos fædrene. De ansvarlige i kommunerne observerer, at det på bare få mødegange er muligt at se positive ændringer i fædrenes adfærd og indstilling over for deres børn og til deres rolle som far.

På det specialiserede socialområde arbejdes med begrebet 'lovene praksis' om indsatser, der med stor sandsynlighed har god virkning, men hvor viden ikke kan betegnes som sikker. Mange af de elementer og kendetegn, som understøtter en lovende praksis, er til stede omkring fædregruppe-tilbuddene præsenteret her. På bagkant af den mere risikovillige fondsfinansiering til udvikling er man nu på vej mod drift i alle tre kommuner, og som nævnt arbejdes der flere andre steder både kommunalt og civilsamfundsåret med fædregrupper. Vi håber, at tendensen fortsætter og flere endnu vil etablere fædregruppe-tilbud. Først og fremmest fordi det er vores overbevisning, at det vil være til gavn for børn, fædre og familier. Men også fordi det vil muliggøre større og systematiske

studier af effekten og skabe grundlag for klar evidens for, at fædregrupper styrker den vigtige tidlige far-barn-relation.

## Civilsamfund, frivillighed og fædregrupper

*Erfaringerne fra fædregrupperne, som er præsenteret i publikation her, er blevet til i en kommunal sammenhæng. Det er vores overbevisning, at konceptet for fædregrupper kan opnå mindst lige så stor succes forankret i andre sammenhænge, fx i en socialhumanitær civilsamlingsorganisation eller organiseret i et partnerskab eller tværsektorielt samarbejde. Det har både Familieiværksætterne og Mødrehjælpen fx gjort sig erfaringer med. Det centrale er at finde optimale rekrutteringsveje, og have et kvalificeret koncept, der skaber tillid, positive relationer og værdi. Thisted har som den eneste kommune i Far på Forkant haft en frivillig tilknyttet. Også det at trække på mere individuelt tilknyttede frivillige rummer i vores optik potentiale.*



### Andre kommuner og aktører med aktiviteter og tilbud for fædre

Til inspiration er her en oversigt over andre med tilbud og aktiviteter for småbørnsfædre og hvor de findes. Oversigten er ikke fuldstændig.

### Grupper for nybagte fædre med en fødselsreaktion.

*Kommunalt tilbud i Gladsaxe, Lyngby-Taarbæk, Kolding, Aalborg og Favrskov.* Flere af landets kommuner screener i dag både mor og far for en fødselsreaktion og kan fx tilbyde psykologhjælp. En afdækning fra Forum for Mænds Sundhed viser, at fem kommuner har et specifikt gruppetilbud til disse fædre<sup>7</sup>.

### Fædregrupper for fædre på barsel.

*Kommunalt tilbud i bl.a. Roskilde, Gribskov og Allerød Kommune.* Flere af landets kommuner etablerer kommunale og faciliterede tilbud om fædre/barsels grupper for kommende og nybagte fædre, nogen med løbende optag, nogen som afgrænsede forløb. Se mere i afdækningen fra Forum for Mænds Sundhed<sup>8</sup>.

### Forskellige aktivitetstilbud for fædre og børn (Fars Legestue, babyrytmik, babymassage, Fædre tumlen, Fars Klub, Fars Køkkenskole mv.)

*Private og kommunale tilbud i bl.a. København, Frederiksberg, Gribskov, Gladsaxe, Ordrup, Høje-Taastrup, Aarhus, Lyngby-Taarbæk, Albertslund m.fl.* Over hele landet er der opstået forskellige initiativer for fædre og børn i forskellige aldersgrupper. Forum For Mænds Sundhed har i forbindelse med projekt Far For Livet lavet en oversigt

over aktiviteter for fædre og børn: **farforlivet.dk**. Listen bliver løbende opdateret med nye aktiviteter. **Fars Legestue** og **Fars Klub** er eksempler på kommunale tilbud, hvor fædre har mulighed for at deltage hhv. ugentligt og månedligt i et uforpligtende samvær med leg og hygge sammen med andre fædre og deres småbørn. **Fars Køkkenskole** udbydes af en privat forening i en række af landets kommuner. Her kan fædre til børn i alderen 6-8 år lære at lave lækker og sund mad sammen med deres børn.

### Mødrehjælpen

*Socialhumanitær organisation med tilbud for fædre i Århus.*

Mødrehjælpens lokalafdeling i Århus kører **Far på vej** – et hold for kommende og nybagte førstegangsfædre. Holdet hører til i Mødrehjælpens tilbud "Unge familier på vej" i Aarhus. Tilbuddet er til fædre der er under 30 år, venter barn eller har et barn fra 0 – 6 mdr. og har lyst til at møde andre fædre i samme situation og få relevant viden om økonomi, fødsel mv.

### Familieiværksætterne

*Koncept etableret under den almennyttige nonprofitorganisation Fonden for Socialt Ansvar. Foreløbig indsætter i samarbejde med seks kommuner og tilknyttede fædresteder.*

Familieiværksætterne er et tilbud til nye forældre, hvor fokus også er på far. Formålet er at give information, råd og inspiration til en god start på livet som familie. Familieiværksætterne er et koncept udviklet af Fonden

7) Læs mere om lovende praksis her [www.socialstyrelsen.dk/nyheder/2016/lovende-praksis](http://www.socialstyrelsen.dk/nyheder/2016/lovende-praksis)

8) [www.sundmandkommuner.dk/faedre-gradueringsoversigt/](http://www.sundmandkommuner.dk/faedre-gradueringsoversigt/)



for Socialt Ansvar, som alle landets kommuner kan benytte. Tilbuddet består af tre dele: forældreforløb og kompetenceudvikling til nye forældre, netværksopbygning indenfor samme gruppe, samt koordineret information om kommunens øvrige tilbud til nye forældre.

**Baba** *Koncept etableret under den almennyttige nonprofitororganisation Fonden for Socialt Ansvar. Indsætter i København, Høje Taastrup, Viborg og Frederiksberg.* Baba er en indsats særlig målrettet etniske minoritetsfædre. Organisationen tilbyder frivillige fædre et læringsforløb, hvor de bliver uddannet til at skabe forandring hos dem selv og fungere som forandringsagenter i deres lokalområde. Indsatsen består også af opkvalificering af kommunalt ansatte.

**Apa: Fædrerummet.** *Nonprofit organisation med tilbud i København Ø.* Apa tilbyder fædre, som oplever det vanskeligt at være blevet far, at deltage på et hold hver anden uge. Holdet ledes af en familierapeut, som hjælper fædre med at vende de svære ting. Fædre får herigennem værktøjer til, hvordan de kan være en mere engageret far, og hvordan de eksempelvis undgår at trække sig fra familien i svære perioder. Tilbuddet er for fædre med børn i alderen 0-1 år.

**Far er også den bedste i verdenen.** *SaralystFonden i Århus C.* Tilbud for enlige fædre med børn i alderen 0-8 år. Her har fædre mulighed for at møde op om lørdagen sammen med deres

børn og opleve et legefællesskab og samvær med andre fædre og børn i samme situation. Dagen bliver faciliteret af en projektleder og frivillige, som tilrettelægger aktiviteter efter fædre og børns interesser. Efter frokost sørger frivillige for fri leg for børnene, og fædre har mulighed for at dele udfordringer og blive henvist til relevant rådgivning.

### **Om SUS:**

Socialt udviklingscenter SUS er en idé- og metodeudviklingsorganisation. Vores mål er at styrke livskvaliteten, deltagelsesmulighederne og handlekraften for mennesker, i en udsat livssituation. Vi involvere borgere og professionelle i engagerende og udviklende samarbejder og skaber resultater ved at kombinere viden om, hvad der virker, med nysgerrighed og mod til at eksperimentere og gå nye veje. SUS er organiseret som en almennyttig forening. Vi samarbejder med og løser opgaver på nonprofit basis for et stort netværk af organisationer, kommuner, ministerier og fonde.



