

Þróunarsjóður innflytjendamála
Development Fund for Immigration Issues

Heiti verkefnis: Strengthening Parenting Among Refugees In Europe (SPARE).

Nafn styrkþega: Skrifstofa ráðgjafabjónustu velferðarsviðs Reykjavíkurborgar.

Útdráttur: Að verða flóttamaður er erfið og streituvaldandi lífsreynsla sem oft dregur úr foreldrafærni og veldur aðlögunarvanda hjá börnum. SPARE er aðferð til að styrkja foreldrafærni foreldra með flóttamannabakgrunn. Markmiðið er að þróa áhrifaríkt úrræði til hjálpar foreldrum og auka seiglu í fjölskyldum sem leiðir til bættrar aðlögunar og aukinnar vellíðunar. Haldin voru þrjú námskeið í samvinnu HÍ og Reykjavíkurborgar á tímabilinu maí 2020 – febrúar 2021 fyrir rúmlega 40 foreldra. Fagfólk velferðarsviðs setti saman foreldrahópa, fékk foreldra til að fylla út matslista, réði millimeningarmiðlara og hafði umsjón með ýmsum hagnýtum atriðum. Hlutverk HÍ var að þjálfa millimeningarmiðlarana, tryggja að PMTO meðferðaraðilar veittu þjónustuna með viðeigandi hætti, útvega gögn fyrir foreldra og kennara og sjá um rannsókn á fýsileika úrræðisins. Foreldrar fengu þjálfun í styðjandi uppeldisleiðum út frá verkfærum PMTO (Parent Management Training Oregon), sem er sannreynt meðferðarúrræði. Megin verkfæri aðferðarinnar eru hvatning, mörk, eftirlit, lausnaleit og jákvæð samvera og afskipti. Önnur verkfæri, sem styðja við uppeldið, eru skýr fyrirmæli, virk samskipti, tilfinningastjórn og tengsl heimilis og skóla. Einnig fengu foreldrar þjálfun, handleiðslu og æfingu í leiðum til að vinna með erfiðar tilfinningar til að takast á við áfallastreituvíðbrögð. Með þessu var verið að draga úr líkum þess að erfið lífsreynsla hafi áhrif á foreldrafærni, sem aftur getur bætt líðan og aðlögun barnanna. Foreldrar voru styrktir í að geta talað um erfiða lífsreynslu við börnin með styðjandi hætti. Foreldrar mættu vel, sinntu heimavinnunni og voru áhugasamir. Margrét Sigmarsdóttir dósent við HÍ er ábyrgðamaður rannsóknarinnar héraendis og liggja fyrstu niðurstöður fyrir. Þær sýna að heildarforeldrafærni jókst marktækt og áhrifsstærðin var stór ($d=0.93$). Einnig jókst styðjandi/jákvæð foreldrafærni marktækt ($d=0.93$). Það dró úr vanda barnanna með marktækum hætti (105/77) og áhrifin voru mikil. Líðan foreldra varð betri, þó ekki með marktækum hætti en meðalmikið ($d=-0.50$) (Jakobsdóttir, Sigmarsdóttir & Njarðvík, in press).

Name of the project: Strengthening Parenting Among Refugees In Europe (SPARE).

Name of grantee: Welfare Department of the Reykjavik City

Project description: Becoming a refugee is a difficult and stressful experience that often reduces parenting skills and causes adjustment problems in children. SPARE is a method for strengthening the parenting skills of parents with a refugee background. The goal is to develop effective

program to help parents and increase resilience in families, leading to improved adjustment and well-being. Three courses were held in collaboration between the University of Iceland and the City of Reykjavík in the period May 2020 - February 2021 for about 40 parents. Professionals from welfare department put together parent groups, got parents to fill out checklists, hired link-workers, and oversaw a variety of practical issues. UI's role was to train the link-workers, ensure that PMTO therapists provided the service in an appropriate way, provide material for the parents and teachers and carry out feasibility study. Parents received supportive parenting training based on the PMTO (Parent Management Training Oregon) tool, which is an evidence based program. The main tools of the method are encouragement, limit setting, monitoring, problemsolving and positive involvement. Other tools that support parenting are clear instructions, active communication, emotional control, and the cooperation between home and school. Parents also received intensive care training as well as guidance and training in dealing with difficult emotions to deal with traumatic stress reactions and reduce the likelihood that difficult life experiences will affect parenting skills, which in turn can improve the children's well-being and adjustment. Parents were encouraged to be able to talk about difficult life experiences with their children in a supportive way. Parents attended well, did their homework and were enthusiastic. Dr. Margrét Sigmarsdóttir, at the University of Iceland, is responsible for the research in Iceland and the first results are available. They show that overall parenting skills increased significantly and the effect size was large ($d = 0.93$). Supportive / positive parenting skills also increased significantly ($d = 0.93$). This significantly reduced the children's problems (105/77) and the impact was great. Parents' well-being increased, although not significantly but moderately ($d = -0.50$) (Jakobsdóttir, Sigmarsdóttir & Njarðvík, in press).