**Ny digital forældreforberedelse skal give en tryg start på familielivet**

*Kommende forældre får i fremtiden et helt nyt tilbud om fødsels- og forældreforberedelse. Center for Forældreskab udvikler det næste 1½ år et program i samarbejde med Region Nordjylland, Jammerbugt Kommune og Morsø Kommune. Forældreforberedelsen ’Fødsel og forældreskab’ skal nå cirka 800 forældre og 400 nyfødte børn og give dem en tryg start på familielivet. Projektet er støttet af Nordea-fonden, Ole Kirk’s Fond og Helsefonden.*

**Trygge forældre giver børn bedre trivsel**Det kan være afgørende for både mor og far at være godt forberedt på en så stor omvæltning, som en fødsel og livet med en lille ny kan være. Derfor skal nybagte forældre i fremtiden tilbydes et forberedelsesforløb, der styrker dem i forældreskabet. Det skaber trygge familier.

Forældres tilfredshed med fødsel- og forældreforberedelsen har i en årrække været dalende. Det viser de årlige brugerundersøgelser fra Regionerne.[[1]](#endnote-1)

Den nye forældreforberedelse, der primært vil bestå af digitale tilbud, skal derfor give området et tiltrængt kvalitetsløft. Christine Paludan-Müller, uddelingschef i Nordea-fonden, siger om fondens visioner:

*”I de første leveår lægges fundamentet for gode liv. Vi håber, at denne indsats bidrager til, at flere forældre kan føle sig trygge i forældrerollen og dermed styrke familiens trivsel”.*

I Ole Kirk’s Fond, der er en almennyttig fond stiftet til minde om LEGO® virksomhedens grundlægger, fortæller direktør Karin Skjødt Hindkjær:

*”De første år af et barns liv er særligt vigtige for barnets forudsætninger for en positiv udvikling i livet. ’Fødsel og forældreskab’ er en vigtig håndsrækning og livline til nybagte forældre. Forældrene får viden, træning og redskaber, der styrker dem i forældrerollen og deres mulighed for at støtte barnets udvikling, tilknytning og trivsel."*

**’Fødsel og forældreskab’** udvikles til nutidens familieliv. Det bliver:

* et digitalt forløb, som kommende og nye forældre kan bruge præcis, når det passer for dem. Forløbet vil dog ikke udelukkende være digitalt, da nybagte forældre også vil blive tilbudt samvær i grupper, så forældrene kan udveksle erfaringer med andre forældre.
* ikke en opskrift på en bestemt måde, man skal være forælder på. Der er mange gode måder at være forælder på.
* et fleksibelt forløb med forskellige læringsformer. Det giver forældrene mulighed for at vælge det, der passer til dem. Det kan fx være podcasts, animationsfilm og historier fra det virkelige liv, eller spil der giver nye perspektiver på de valg, der skal træffes.
* målrettet forældre med forskellige behov og sårbare forældre, der har brug for en livline til en fagperson, som de allerede kender og er trygge ved.

**Opmærksomhed på sårbarhed**For 10-15 % af alle forældre med spædbørn er der perioder, som er præget af sårbarhed. Det kan fx være i form af depression eller tidligere kriser, der med det nye familieliv bliver aktuelle igen. Programmet ’Fødsel og forældreskab’ vil derfor også indeholde særlige redskaber målrettet nybagte familier i en sårbar situation.

**Baseret på forældres og fagfolks erfaringer**Nye forældre spiller en afgørende rolle i udviklingen af ’Fødsel og forældreskab’. Nogle bliver interviewet, andre vil deltage i en følgegruppe. Alt afprøves af både forældre og fagpersoner. Region Nordjylland, Jammerbugt Kommune og Morsø Kommune er partnere i projektet og er med i udviklingen, så tilbuddene kommer til at passe til de lokale forhold. I styre- og følgegrupperne er også Danske Regioner, KL, Sundhedsstyrelsen, Forum for Mænds Sundhed, FALS, Fagligt Selskab for Sundhedsplejersker (FS10), Mødrehjælpen, Dansk Røde Kors og Forældre og Fødsel. Forløbet følges og evalueres af Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

**Tilbud til kommuner og regioner**Center for Forældreskab vil udvikle ’Fødsel og forældreskab’ i løbet af 1½ år. Derefter tilbydes det færdige program til regioner, kommuner og interesserede organisationer.

**Yderligere oplysninger:**
Projektleder, cand.psych. John Andersen, Center for Forældreskab – Telefon: 29245679
Sundhedsfaglig leder, sundhedsplejerske ph.d. Else Guldager, Center for Forældreskab – Telefon: 27289201

*Center for Forældreskab er en selvejende nonprofitinstitution, der har eksisteret siden 2016.* [*www.cefo.dk*](http://www.cefo.dk)

|  |
| --- |
| **Kort og godt:**’Fødsel og forældreskab’ udvikles i perioden august 2021 – februar 2023. Fra 2023 tilbydes programmet til interesserede regioner og kommuner.’Fødsel og forældreskab’ er støttet af Nordea-fonden, Ole Kirk’s Fond og Helsefonden og har et samlet budget på 7,8 mio. kr. Nordea-fonden og Ole Kirk’s fond støtter hver især projektet med 3,38 mio. kr. Helsefonden støtter projektet med 500.000 kr.Region Nordjylland og Morsø og Jammerbugt Kommuner er samarbejdspartnere i projektet og bidrager desuden med medfinansiering.Forløbet følges og evalueres af Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. |

1. I den seneste måling (LUP 2020) mener 16% af forældrene, at det offentlige tilbud slet ikke eller i ringe grad er brugbart, mens 40% mener, at det kun i nogen grad er brugbart. [↑](#endnote-ref-1)