

FOSTRAN



FOSTRAN

FOSTRAN

Vägledning

Avsnittets delar:

Del 1

Social kompetens

*Hur påverkas våra barn av omgivningen?
Hur kan man lära barnen social kompetens?*

Del 2

Språkutveckling och språkstimulans

*Vikten av språket.
Hur kan föräldrarna hjälpa till för att barnen skall lära sig svenska?*

Del 3

Olika sätt att fostra

*Olika inriktningar inom fostran av barn
Vuxenstyrd–medstyrd–självstyrd fostran
Centrala värderingar och egenskaper
Vem fostrar och har ansvaret för barnens utveckling på Åland?
Vilken är er roll som föräldrar?
Barnens uppväxtmiljö
Det kulturella lapptäcket*

Den röda tråden är, att det är viktigt att prata med barnen, det vill säga berätta och förklara saker för dem samt att inkludera dem i familjen.

I avsnittet finns information om Ålands Hälso- och sjukvårds mödra- och barnrådgivning samt hälso-centraler. Du kan med fördel på förhand ta fram aktuella kontaktuppgifter och telefonstider, att ge till föräldrarna vid behov. Uppgifterna är för omfattande och varierande, för att rymmas i textmaterialet.

Avsnittet består av manus och PowerPoints.

För den som informerar föräldrarna, finns vägledning som är skriven med kursiv stil.

Det finns även frågor för diskussion.

INLEDNING

Vår kärlek till våra barn och vår önskan om att det skall gå bra för dem, är den starkaste gemensamma nämnaren för föräldrar världen över.

Det som ofta skiljer sig mellan och också inom olika kulturer är hur man samtalar med barn och hur man ger dem information till exempel om vad som kommer att ske i framtiden. En annan olikhet kan vara hur vi tacklar barnens frågor, som ofta kan vara direkta och ibland till och med provocerande och om vi kan acceptera att barnen får ställa sådana frågor.

På Åland försöker man i regel vara öppen och direkt i kommunikationen med sina barn och man anser att det man säger, skall vara sant.

Det finns dock saker, som bara vi vuxna pratar om. Vi tänker oss noga för, innan vi till exempel berättar för barnen om en sjukdom i familjen. Vi väntar dock inte tills någon dör, utan vi försöker i förväg förbereda barnen på det.

Att öppet prata med barnen och förklara för dem, betyder alltså inte att man anser att barnen är en del av vuxenvärlden. Det kan till exempel handla om hur barn blir till eller dramatiska händelser, såsom självmord inom familjen.

Barnens rätt till information som gäller dem är lagstadgad i Finland. Ett exempel är att barn från 12 års ålder har laglig rätt att framföra sin åsikt om var han/hon önskar bo, om föräldrarna skiljer sig. Det betyder inte att barnen skall bestämma, men deras önskemål beaktas i den totala utvärdering gällande vad som är bäst för dem.

Barn på Åland är i dag ganska självständiga. Tidigare ansåg man att det absolut viktigaste var att barnen var lydiga. Idag betonas respekt, ansvarstagande och självständighet.

Synen på fostran här på Åland är varken unik eller perfekt. Det pågår ständigt diskussioner i samhället om vilken väg, som är den rätta. Det finns många olika åsikter och sätt att fostra.

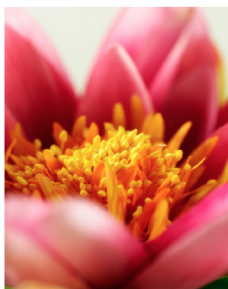
Oavsett vilken fostran föräldrarna väljer, har de alla samma mål; man önskar att barnen skall vara glada, lyckliga och att de skall få en trygg och bra framtid.

Det här avsnittet ger information om olika sätt att fostra samt om vad som förväntas av föräldrar på Åland.

Diskussion



Vad tänker ni på, när ni hör ordet fostran?



3:2

Vägledning

Be föräldrarna att diskutera i ca 5 minuter. När de presenterar sina resultat kan du skriva ner dem på ett blädderblock. Man kan eventuellt, mot slutet av timmen, blicka tillbaka på dessa ord för att visa, att mycket är olika, men att det viktigaste är lika.

DEL 1: SOCIAL KOMPETENS

Del 1: Social kompetens



3:3

Vi ska nu prata om vad som påverkar våra barn och vad som gör dem till de personer de är. Vi skall också diskutera hur vi som vuxna kan bidra till att barnen lär sig social kompetens d.v.s. att uppföra sig och vara tillsammans med andra.

Daghem och skola har en viktig roll när det gäller att utveckla barnens sociala kompetens. I åländska daghem och skolor bryr man sig om "hela barnet". Man vill att barnen skall få goda ämneskunskaper, men också må bra och bli sociala individer.

I dagens samhälle och i arbetslivet ställs det höga krav på de anställda. Man måste kunna prestera, men även samarbeta och uppföra sig. I vissa yrken är det också viktigt att ha förmåga att visa omsorg och ta ansvar.

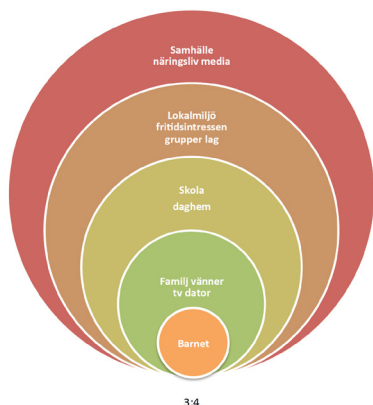
SOCIALA ARENOR

Jag skall nu visa er en modell, som förklarar vilka miljöer, som påverkar våra barns sociala utveckling.

Omgivningen formar barnets personlighet. Alla upplevelser och intryck påverkar.

Det jag nu säger är kanske självklart, men jag tror att det är viktigt att vi är medvetna om vilken betydelse olika miljöer har för barnets utveckling.

Sociala arenor



Vägledning

Nedan följer mer ingående förklaringar till modellen på Power Point.

Familj, vänner, tv och dator

När barnet är litet, är det den innersta kretsen dvs. familjen, som har den största påverkan. De viktigaste personerna i barnens liv är mamma och pappa/vårdnadshavare, samt syskon. Andra familjemedlemmar såsom mor- och farföräldrar kan också vara mycket viktiga. Efter hand spelar även vänner en viktig roll.

De senaste åren har sociala medier, dator och tv fått en allt större plats i den innersta kretsen. Barnen kan lära sig mycket som är nyttigt från internet, spel och filmer, men det har blivit ett problem, att många barn sitter för länge framför skärmen.

Det är inte bra om barnen ser på våldsfilmer eller spelar spel med inslag av våld. Det är viktigt att föräldrarna tar kontroll och bestämmer vad barnen får se på och hur länge de får sitta framför skärmen.

Skola, daghem samt fritid

Barnen tillbringar mycket av sin tid på daghemmet, i skolan och på fritidshemmet. Dessa platser blir därför viktiga arenor för påverkan.

Senare tillkommer fritidsaktiviteter såsom olika idrotter, scouterna, körverksamhet mm. Här får barnen vänner och här lär de sig också många av samhällets spelregler.

Det är viktigt att föräldrarna känner till och är uppmärksamma på vem barnen är tillsammans med och vad de gör och upplever på dessa arenor.

Samhälle, näringsliv och media

Slutligen, i den yttersta kretsen, har vi det som sker i resten av samhället. Även det påverkar barnet.

Barnens Internet



Stöder barn och vuxna i att möta de utmaningar som medier och digitala mötesplatser medför.

Kontakt

Webb: www.raddabarnen.ax/barnensinternet

E-post: barnensinternet@raddabarnen.ax

Mobil + 358 (0)44 906 6800

Besöksadress: Norragatan 13

3:5

Sociala medier tar som sagt en allt större plats i vår vardag, även i barnens. Det är inte alltid problemfritt. Ett råd till er som föräldrar är att ha koll på era barns datoranvändande. Ha om möjligt datorn placerad på ett synligt ställe i hemmet. Prata med era barn om vett och etikett på nätet och om vikten av att inte lämna ut för mycket information om sig själva.

Rädda Barnen på Åland driver Barnens Internet. Dit kan man vända sig för stöd.

De informerar och diskuterar med föräldrar och barn samt håller föreläsningar för föräldrar och i skolor. De erbjuder även enskilt stöd till barn (upp till 18 år) och dess anhöriga vid exempelvis problematik kopplat till skärmtid, dataspel och utsatthet på nätet (som kränkningar, hot, trakasserier och sexuell utsatthet).

Rädda Barnen är en världsledande barnrättsorganisation, politiskt och religiöst obunden.

SOCIAL KOMPETENS

Social kompetens



- Att fungera bra tillsammans med andra människor
- Att skapa en positiv länk/relation till andra.
- Att förstå andra.
- Att bry sig om andra.
- Att veta hur man betar sig.
- Att kunna agera i den situation man befinner sig i.



3:6

Social kompetens kan förenklat kallas att "trösta, hjälpa och acceptera". Man visar omsorg, hjälper till när någon behöver hjälp och accepterar att man inte alltid kan få det man vill.

Barn med social kompetens lyckas bättre i skolan.

För att ta reda på hur man som förälder bäst kan bidra till barnets utveckling av social kompetens är det viktigt att man först definierar vad social kompetens är.

Social kompetens kan delas in i följande huvudkategorier, som alla kan utvecklas hos barn. Att som förälder föregå med gott exempel är viktigt inom samtliga kategorier.

Social kompetens forts.



Huvudkategorier:

- Empati (inlevelseförmåga)
- Självkontroll
- Självförtroende
- Samarbete och ansvar
- Glädje och humor



3:7

Empati



- Förmåga att leva sig in i andras situation.
- Att uppfatta och förstå en annan människas känslor och kunna ge det hon/han behöver i en viss situation.



3:8

Empatiska handlingar

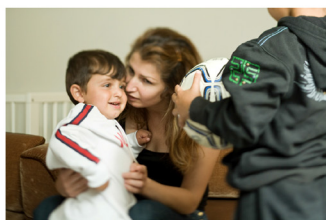
- Trösta vid sorg.
- Lyssna, när någon behöver få prata.
- Ställa upp för eller besöka någon, som känner sig ensam.



3:9

Hur utveckla empati?

- Låt barnen uppleva en familj, där man bryr sig om varandra.
- Låt barnen ta del av familjens glädjeämnen och sorger.
- Prata med barnen om känslor.
- Beröm barnen när de gör något som är bra för andra.



3:10

Att utveckla empati är en medfödd förmåga. Barnens upplevelser bidrar dock till att antingen utveckla eller förhindra förmågan att visa medkänsla för andra.

Den mest avancerade empatin har de, som inte bara ser att någon mår dåligt eller behöver hjälp, utan också gör något för att hjälpa.

Självkontroll

Att kunna bemästra sin ilska och lösa problem på ett bra sätt.



3:11

Vissa behöver hjälp för att lugna ner sig, då de blir arga. Att lära sig räkna till tio eller att gå bort från situationen, då det "hettar till", kan hjälpa.

Hur utveckla självkontroll?

- Skapa goda relationer med barnen i "fredstid".
- Tala tydligt om hur du som förälder vill ha det.
- Låt inte ett negativt beteende leda till belöning.
- Våga ta strid för de viktigaste sakerna.
- Tydliggör konsekvenserna och gör gärna upp avtal med barnen.



3:12

Självförtroende

- Tro på sig själv.
- Våga be om hjälp och information.
- Våga lita på sig själv och agera utifrån det.
- Våga vara kritisk till andras handlingar.
- Våga säga nej.



3:13

Hur utveckla självförtroende?



- Uppmuntra och träna barnet att tro på sig själv och våga fatta egna beslut.
- Berömma ett gott resultat/en god handling och sedan glädjas över det tillsammans med barnet.
- Skapa en trygg miljö med fasta rutiner.



3:14

Samarbete och ansvarstagande



Samarbete:

Dela med sig åt andra, hjälpa andra människor, följa regler och förordningar.

Ansvarstagande:

Visa respekt för eget och andras arbete och ägodelar och utföra sina uppgifter självständigt, då man kan.



3:15

Hur utveckla samarbetsförmåga och ansvarstagande?



- Låt barnen få någon uppgift att ta ansvar för i hemmet.
- Beröm barnen, då de är hjälpsamma.



3:16

Humor och glädje



Humor och glädje är en viktig social förmåga och en källa till energi.



3:17

Hur utveckla humor och glädje?



- Gör roliga saker tillsammans.
- Finn glädje i vardagen.
- Lek är en viktig källa för tillväxt och utveckling.



3:18

Diskussion



Ge praktiska exempel på hur ni som föräldrar kan bidra till att era barn utvecklar social kompetens?



3:19

Vägledning

Diskutera i grupper – gör en gemensam sammanfattning av vad man som förälder kan göra för att hjälpa sina barn utveckla social kompetens, utifrån ovanstående.

» Exempel, som hjälp i diskussionen om föräldrarna har svårt att komma fram till något:

- Vara en bra förebild, visa hur man förhåller sig i olika situationer.
- Lära barnet att kommunicera; lyssna, tala och skriva.
- Lära barnet visa respekt, kompromissa och att skapa relationer.
- Lära barnet att vänta på sin tur, till exempel genom att förklara hur det skulle kännas om någon annan gick före dem i kön.
- Hjälpa barnet att reda ut konflikter och missförstånd.
- Leka och spela rollspel tillsammans med barnen = de får uppleva känslor och konsekvenser av olika beteenden och handlingar.

DEL 2: SPRÅKUTVECKLING OCH SPRÅKSTIMULANS

Vi skall nu prata om hur ni som föräldrar kan hjälpa till i era barns språkutveckling. Ämnet är lika aktuellt oberoende av barnens ålder.

I skolan kan de som behöver det, få extra undervisning i svenska utöver den schemalagda undervisningen.

Prata också med barnets lärare, om det finns möjlighet för barnet att få undervisning i sitt modersmål.

Del 2: Språkutveckling och språkstimulans

Du som förälder

- är den viktigaste läraren för ditt barn, därför bör du lära dig svenska.

- behöver kunskaper i svenska för att kunna hjälpa ditt barn i skolan och fungera i det åländska samhället.



FÖRÄLDRAR
På Åland

3:20

Del 2: Språkutveckling och språkstimulans forts.



Barnet behöver

- kunna familjens modersmål för att lättare lära sig svenska.

- kunna svenska för att lära sig andra språk och ämnen i skolan.

Skolan erbjuder ofta extra stödundervisning.



3:21

Språk



Vad är ett språk och vad används det till?

- A. Kommunikationsmedel
- B. Verktyg för tankarna
- C. Grund för identitet och grupptillhörighet



3:22

A. Kommunikationsmedel



- Behovet av att prata är den bästa motivationen för att lära sig ett språk.
- Barn lär sig språk genom att kommunicera.
- Använd hela meningar när du kommunicerar med barn.
- Lek ger språkträning.



3:23

B. Verktyg för tankarna



Språket hjälper oss att:

- Tänka mera avancerat.
- Se, känna igen och komma ihåg det vi sett.
- Läsa, lösa problem och förstå.

När man ser något och tänker, använder man ord.

Den som inte kan läsa och skriva har svårt att klara sig i vårt samhälle.



3:24

C. Grund för identitet



- Språket förenar oss.
- För ungdomar kan språket spela en viktig roll i förhållande till vilken grupp de identifierar sig med.
- Ju snabbare och ju bättre de lär sig svenska, desto lättare blir det för dem att umgås med andra åländska ungdomar.
- Kamraterna är viktiga för ungdomarnas identitetsutveckling.



3:26

FÖRÄLDRAROLLEN

Föräldrarnas roll



Hur kan föräldrarna hjälpa barnen att utveckla ett bra språk?

- Använda modersmålet hemma!
- Prata med barnen om daghemmet, skolan, leken osv.
- Prata inte barnspråk.
- Ta hjälp av rim, regler och barnvisor.
- Ta vara på berättartraditionen.



3:27

Föräldrarnas roll forts.



- Spela lotto och memory (språkspel).
- Läsa och samtala om böcker.
- Se filmer och diskutera innehållet.
- Uppleva saker tillsammans med barnen och prata om upplevelserna.
- Vara uppmärksamma på att barnen skall lära sig nya ord och begrepp.



3:28

Föräldrarnas roll forts.



- Låta barnen teckna och skriva om sina upplevelser.
- Besöka biblioteket och låna böcker tillsammans.
- Lära barnen att sätta ord på tankar, känslor och konkreta händelser.
- Använda internet tillsammans med barnen för att utforska modersmålet.



3:29

Att lära sig svenska

Hur kan ni som föräldrar hjälpa barnen att lära sig svenska?

- Hjälpa barnen med att lära sig modersmålet hemma.
- Låta barnen vara mycket tillsammans med äländska barn
 - på daghemmet
 - på fritiden
 - på fritidshemmet.
- Lära dig själv svenska.
- Låta barnen berätta vad de sysslar med på daghemmet och i skolan.
- Se till att barnen har fasta rutiner för läsläsningen.



3:30

DEL 3: OLIKA SÄTT ATT FOSTRA

Del 3: Olika sätt att fostra

Fostran innebär att man lär barnet samhällets regler och normer samt ett gott uppförande.

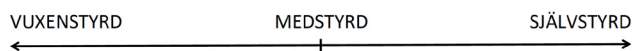


3:31

Det finns två ytterligheter inom fostran av barn: vuxenstyrd och självstyrd. Däremellan ligger medstyrd fostran. Barnets ålder påverkar vilken form av fostran som fungerar bäst.

Det är viktigt att komma ihåg, att ingenting är svart eller vitt, när det gäller självstyrd och vuxenstyrd fostran. Det finns många olika blandningar och variationer.

Olika sätt att fostra

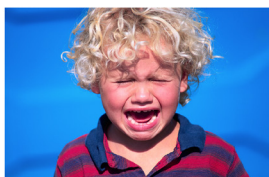


3:32

VUXENSTYRD

Vuxenstyrd

- Passar för små barn.
- Föräldrarna är auktoritära.
- Tydliga gränser för vad som är tillåtet och otillåtet.
- Regler.
- Alltid samma konsekvenser.
- Inga alternativ.



3:33

Ett barn i trotsåldern kräver t.ex. ett konsekvent bemötande av de vuxna i hemmet och på daghemmet. Då kan en vuxenstyrd form av fostran fungera.

Vuxna hjälper barnet genom att inte ge alternativ i frågor de ställer, eftersom barnet har svårt att välja och oftast vill välja båda om det finns två. Ger man inget alternativ kan man undvika ett vredesutbrott hos barnet, när det inser att det inte går att göra båda sakerna på samma gång (t.ex. både följa med mamma till butiken och stanna hemma och baka med pappa).

Vuxenstyrd forts.

- Väldigt små möjligheter till förhandlingar mellan vuxna och barn.
- Man eftersträvar att barnen lyder, är väluppfostrade och ansvarsfulla.
- Disciplin betonas.
- Hög grad av kontroll.
- Risk för att barnen inte vet hur föräldrarna tänker och därför har svårt att veta vad som förväntas av dem .



3:34

MEDSTYRD

Medstyrd

- Passar lite äldre barn.
- Barnet får vara med och bestämma tillsammans med föräldrarna.
- Gränser är viktiga.
- Frihet under ansvar.



3:35

Föräldrarna vill se på sina barn som förnuftiga personer och anser att barnen lär sig bäst genom att de får ta ett eget ansvar och konsekvenser av sitt handlande. Självklart i nära samarbete med föräldrarna, som även har rätt att ställa krav.

Föräldrarna visar sin auktoritet som vuxna och ansvariga, utan att för den skull vara auktoritära, diktatoriska eller enväldiga.

Familjelivet är format efter barnets behov.

Barn får vara med och bestämma i mindre viktiga frågor.

Medstyrd forts.

- Man eftersträvar att barnen utvecklar egenskaper som självständighet, beslutsamhet och fantasi.
- En dialog stärker sammanhållningen inom familjen och ökar respekten för varandra.
- Barnet får ge sin åsikt och bli hört.



3:36

Medstyrd forts.

- Tack vare öppenhet och närhet till föräldrarna lär sig barnen, vad som förväntas av dem.
- Föräldrarna får kontroll genom förväntningar och förtroende.



3:37

Föräldrarna är intresserade av att utveckla barnens personlighet och talanger.

Närheten mellan föräldrar och barn prioriteras. Det är viktigt att tala med barnen. Genom närheten får både barn och föräldrar tillgång till varandras tankar och känslor.

På det sättet ges barnen utrymme och får friheten att välja.

Föräldrarna har en indirekt kontrollstrategi, som bygger på att föräldrarna och barnen litar på varandra.

» Exempel: Man får inte spotta

Din son är ute och leker med några kompisar – kamraterna börjar spotta på en främmande pojke. Ni har tidigare haft en diskussion om att det är fel att spotta och att vara dum mot andra barn. Ni har diskuterat vad han skall göra, om hans kamrater gör något, som ni anser vara fel, till exempel kan han säga ifrån, dra sig undan eller hämta en vuxen. I den här situationen kommer din son att minnas vad ni har diskuterat. Han vet vad som förväntas av honom i en sådan situation och agerar förhoppningsvis därefter.

SJÄLVSTYRD

Självstyrd



- När det gäller mindre barn är detta varken bra för barnet eller föräldrarna.
- Självstyrd fostran betyder att barnen bestämmer.
- Ju äldre barnet bli desto mer kan formen av fostran gå mot självstyrd.
- Barnet närmar sig vuxenvärlden.



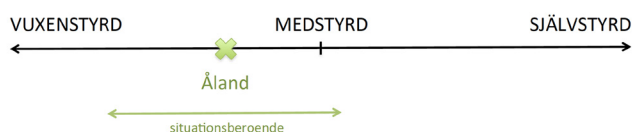
3:38

Självstyrd fostran förekommer i vissa familjer, men det är ingenting att sträva efter, speciellt inte när det gäller mindre barn.

Barn behöver gränser. De mår bra av att veta vad som gäller. Det är ett för stort ansvar och en börda för ett barn, att själv ansvara för alla beslut i livet.

I norden ökar den självstyrda typen av fostran vanligen, i takt med att barnet blir äldre.

Synen på fostran på Åland



3:39

Åland befinner sig generellt ungefär här (se markering på axeln). Det är förstås inte fastslaget, ibland får barnen mera utrymme att bestämma själva och ibland bestämmer föräldrarna allting. Det varierar mellan familjer och mellan olika situationer.

Det är upp till var och en förälder att bestämma hur man vill fostra sina barn. Troligen är det den gyllene medelvägen, d.v.s. medstyrd fostran, som passar bäst för de flesta.

Vägledning: Diskussion

Fråga föräldrarna nedanstående, med hänvisning till axeln på PowerPointen:

Var på axeln befinner ni er, när det gäller fostran av era barn?
Diskutera i fem minuter i mindre grupper. Vi går igenom svaren tillsammans.

CENTRALA VÄRDERINGAR OCH EGENSKAPER

Viktiga värderingar och egenskaper

- Jämställdhet
- Respekt
- Själständighet
- Empati
- Kontroll – sätta gränser
- Förbudet att slå

FÖRALDRAR
På Åland



3:40

Vägledning

Nedan följer mer ingående beskrivningar till punkterna på PowerPointen.

Det här är några punkter som värdesätts i vårt samhälle och förväntas av barn och vuxna:

Jämställdhet

Man skall behandla flickor och pojkar lika. Alla är lika mycket värda och alla har samma rättigheter och skyldigheter.

Barn är inte jämställda med vuxna men barnen har samma rättigheter (i relation till föräldrarna).

Respekt

Man skall respektera andra människor oberoende av deras kön, ålder och bakgrund (kulturell, religiös mm).

Det är viktigt att respektera vuxna människor vare sig det är föräldrar, mor- och farföräldrar, lärare eller andra vuxna. Det är lika viktigt att respektera barn.

Själständighet

På Åland vill vi att barnen skall lära sig att stå på egna ben och att fatta egna beslut. Det är viktigt med en dialog mellan vuxna och barn, för att kunna hjälpa barnen in på rätt väg.

Empati

Empati är förmågan att leva sig in i och förstå en annan persons känslor och att visa medmänsklighet. (Det skall inte förväxlas med sympati, som är förmågan att dela en känsla med en annan person, dvs. att uppleva samma känslor som den andra.)

Kontroll – sätta gränser

Det är viktigt att man har gränser och regler. Förutsägbarhet är ett nyckelord.

Om barnen gör något fel och föräldrarna reagerar på olika sätt från gång till gång eller sinsemellan, blir barnen osäkra.

Mamma och pappa bör vara eniga om vad som är tillåtet och inte, samt vara konsekventa.

När det gäller vad som är rätt eller fel är det viktigt att prata om det med barnen, så att de vet vad som gäller och vad de kan förvänta sig, om de gör något fel.

Det är samtidigt viktigt att barnen är tillräckligt gamla, så att de förstår vad som förväntas av dem.

Kom ihåg att berömma barnen när de gör något rätt. Barnen bör få mer uppmärksamhet, då de gjort något bra, än då de gjort något tokigt! Då lönar det sig att uppföra sig väl.

Föräldrarna måste vara tydliga, konsekventa och visa auktoritet, utan att vara auktoritära. Experter avråder föräldrar från att vara auktoritära, istället bör man på ett demokratiskt vis sätta gränser och ta kontrollen.

Förbjudet att slå

På Åland är det inte tillåtet att slå sina barn. Vi återkommer till det senare (se: avsnitten *Våld mot barn och Partnervåld*). Om barnet gör något opassande, måste man säga till på skarpa, men man får aldrig slå.

VEM HAR ANSVAR FÖR BARNETS UTVECKLING OCH FOSTRAN?

Ansvar



Vem har ansvar för barnets utveckling och fostran?

1. Föräldrarna
2. Daghem, skola och fritidshem
3. Organisationer och fritidsaktiviteter



3:41

1. Föräldrarna

Huvudansvariga för att barnet skall må bra fysiskt, psykiskt och socialt, utvecklas intellektuellt samt fungera i offentliga sammanhang.



- Strukturera vardagen så att barnet får tid för läsläsning, sömn, kamrater och meningsfull fritid.
- Vara involverade och engagerade.
- Uppsöka sjukvård för barnet vid behov, mm.

3:42

För att på olika sätt få stöd och hjälp som förälder, kan man vända sig till bland annat hälsocentralen, mödra- och barnrådgivningen och/eller Folkhälsans familjerådgivning. Här följer information om dem:

Ålands Hälso- och Sjukvård

För att få hälso- och sjukvård för sitt barn, kan man vända sig till Ålands hälso- och sjukvård (ÅHS).

ÅHS ger vård till den åländska befolkningen i livets olika skeden - allt från förebyggande vård till specialiserad sjukvård. Vården på ÅHS kostar mindre för patienten, än de privata vårdalternativen som finns.

EU-medborgare som är bosatta på Åland kan få viss vård om man har ett EU-sjukförsäkringskort. Man betalar då samma avgifter som de på Åland skrivna. Räkningen på resterande kostnader går sedan till vars och ens hemort, så förutom att visa EU-sjukförsäkringskortet måste adress på den ort man är skriven på kunna ges.

Akut, nödvändig vård får alla som är i behov av det oberoende av var man bor och är skriven.

Hälsocentraler

Hälsocentraler med läkar- och sköterskemottagningar finns i Mariehamn (Ålands Centralsjukhus) och i Godby (Godby Center). Det är hälsocentralerna som sköter primärvården för invånarna på Åland. På hälsocentralerna ges vård på allmän läkarnivå. Är du i behov av specialsjukvård remitteras du till sådan.

Kontakt

Mariehamn telefon: 018-538 500

Godby telefon: 018-535 819

Sjukvårdsupplysning, telefon: 018-538 500

Växel: 018-5355

Mödrarådgivningen

- Ger **information** som är viktigt för föräldrarna och barnet.
- Föräldrarna **förbereds** inför det kommande föräldraskapet, förlossningen och tiden efter.
- Vid besöken **kontrolleras att allt är som det ska**, t.ex. lyssnar man på barnets hjärtljud. Målet är att upptäcka ev. komplikationer i god tid.
- En **kurs i förlossningsförberedelse** samt träffar för omfödreskor arrangeras av barnmorskorna på BB.
- **Efterundersökning** för modern ett antal veckor efter förlossningen, för att säkerställa att mamman mår bra.



3:43

För att få stöd i föräldrarollen, kan föräldrar på Åland vända sig till mödra- och/eller barnrådgivningen. De tillhör Ålands hälso- och sjukvård (ÅHS).

På mödrarådgivningen arbetar barnmorskor, hälsovårdare och läkare. De stöder gravida kvinnor och deras partners till en så frisk och trygg graviditet och förlossning som möjligt.

Ring mödrarådgivningen då du fått veta att du är gravid, gärna så tidigt som möjligt.

Under graviditeten får man träffa mödrarådgivningen regelbundet. I början av graviditeten får man även träffa en läkare för gynekologisk undersökning och tidigt ultraljud.

Verksamheten på mödrarådgivningen är avgiftsfri. Men om du inte kan komma på inbokat besök, måste du avboka, annars debiteras du för det uteblivna besöket.

Om du känner dig orolig, har frågor eller behöver boka om en tid - ring!

Kontakt

Mödrarådgivning ges vid hälso- och sjukvårdsmottagningar runtom på Åland, beroende på vilken kommun du bor i. Kontakta sjukhusets växel för information om vilken mottagning du kan vända dig till, tel. 018-5355.

Barnrådgivningen

- Uppföljning och bedömning av barnens **tillväxt och utveckling**.
- I samarbete med BB-avdelningen erbjuds **amningsrådgivning**.
- **Syn- och hörselkontroll**.
- Bedömning av barnets **språkliga utveckling**.
- Möjlighet att träffa barn-psykolog finns vid behov.
- Förebyggande och behandlande **tandvård** i samarbete med ÅHS tandvårdsenhet.
- **Vaccinering**.
- **Rådgivning**.
- **Screening**.



3:44

På barnrådgivningarna jobbar hälsovårdare och läkare.

Alla barn, från nyfödda upp till skolåldern har möjlighet och rätt att komma på avgiftsfria besök till barnrådgivningen.

Vaccinering: utgör en viktig del av det förebyggande arbetet mot smittosamma sjukdomar. Vaccinationerna som ingår i det nationella vaccinationsprogrammet är avgiftsfria.

Rådgivning: vid barns sjukdom samt vid olika problem och svårigheter som kan höra ihop med barn och barnuppfostran. Även kring kost och matvanor. Rådgivning kan man få både per telefon och i samband med besöken på barnrådgivningen.

Screening: görs för nedstämdhet hos nyblivna mammor, vid behov kan man erbjudas extra stödsamtal samt få remiss till psykolog för vidare samtal.

Bra att veta

- Med hänsyn till de andra barnen: kom inte till barnrådgivningen om barnet eller du själv har en smittsam sjukdom som till exempel vattkoppor.
- Ta med barnrådgivningskortet vid varje besök.
- En viss möjlighet till telefontolk finns.
- När ni är nyinflyttade är det bra om ni lämnar in barnets papper på förhand, innan det bokade besöket. Barnrådgivningen gör då en ny journal och ser vad som är aktuellt för just ert barn. De kan beställa kompletterande uppgifter från den barnvårdscentral som ni tidigare gått till, vilket kräver skriftligt godkännande från minst en förälder.

Kontakt

Barnrådgivning ges vid hälso- och sjukvårdsmottagningar runtom på Åland, beroende på vilken kommun du bor i. Kontakta sjukhusets växel för information om vilken mottagning du kan vända dig till, tel. 018-5355.

Familjerådgivningen



- Stöd i föräldraskapet, parrelationen eller relationen barn - vuxna.
- Om du är bekymrad för barnets beteende, utveckling eller välmående.
- Om du som nybliven förälder behöver stöd.
- Vid svårigheter i kommunikationen familjemedlemmar emellan.
- Vid konflikter och/eller kriser i familjen.
- Om ni överväger separation eller har separerat. För att minska de negativa följderna för barnen samt få stöd för det gemensamma föräldraskapet.
- För stöd i relationerna i nyfamiljen med "mina barn, dina barn och våra barn".

Telefon Folkhälsans familjerådgivning: 018 5270 48

3:45

Folkhälsans familjerådgivning erbjuder sakkunnig hjälp i svårigheter som hör till familjelivet. Rådgivning i uppfostrings- och familjefrågor samt medling i familjefrågor är en lagstadgad verksamhet för kommunen (socialvårdslagen och äktenskapslagen).

Familjerådgivningen finns till för dig och din familj i olika problemsituationer eller när du upplever att vardagen inte fungerar. Deras uppgift är att stödja en positiv utveckling hos barn/unga, stödja föräldrarna i föräldraskapet samt parrelationen.

Till familjerådgivningen kan du komma individuellt, som par, familj eller tillsammans med familjens barn/ungdom. Enligt behov träffar de också barn/unga individuellt.

Tillsammans kommer man överens om målsättning utgående från familjens behov. Besökstiden är 60 eller 90 minuter (individuellt-, par- eller familjebesök).

Deras arbete bygger på förtroende och frivillighet. De har tystnadsplikt.

Vid behov erbjuder de samtal också på andra språk samt har möjlighet till tolktjänst via telefon.

Besöken är avgiftsfria för dig och bekostas av din hemkommun.

Huvudansvaret för barns utveckling och fostran har alltså föräldrarna. Men även daghem, skola och andra verksamheter har en viktig roll.

2. Daghem, skola, fritidshem



Hjälper barnet att lära sig:

- Samhällets koder
- Samarbete
- Gott uppförande
- Empati, medmänsklighet
- Språket
- Social kompetens



3:46

3. Organisationer och fritidsaktiviteter



Hjälper barnet att lära sig:

- Samarbeta
- Anpassa sig till andra
- Språket
- Empati
- Social kompetens
- Samhällets koder



3:47

Fritiden är viktig för barn och den skall kännas meningsfull.

De flesta åländska barn är medlemmar i någon förening på fritiden. Med föreningar menas idrottsklubbar (t.ex. handboll, fotboll, basket, volleyboll, gymnastik, karate, skidåkning osv.) eller andra aktiviteter (t.ex. scouterna, körer, dansskolor och naturföreningar).

Det finns en mängd olika fritidsaktiviteter som erbjuder en positiv miljö med vuxna på plats.

Vägledning

Visa nedanstående bildspel med fritidsaktiviteter.

Fritidsaktiviteter



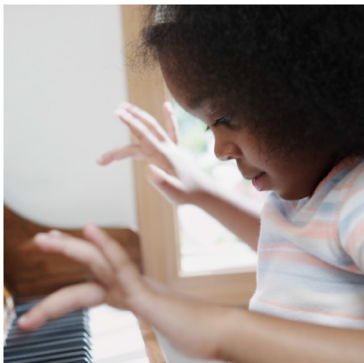
3:48

Fritidsaktiviteter forts.



3:49

Fritidsaktiviteter forts.



3:50

Fritidsaktiviteter forts.



3:51

Det är viktigt att ni engagerar er i vad barnen gör på fritiden. Det betyder mycket för barnen att föräldrarna visar engagemang och intresse för deras fritidssysselsättning.

Det kan innebära allt från att skjutsa till fotbollsmatchen, stå och sälja varm korv, saft och kaffe till att arrangera sociala aktiviteter. På det sättet kommer ni även i kontakt med andra föräldrar.

Diskussion

Skiljer sig synsättet på fostran här på Åland från det i ditt forna hemland?



3:52

DET KULTURELLA LAPPTÄCKET

Kulturellt lapptäcke



3:53

Som inflyttade har ni med er kulturella traditioner, värderingar och normer från ert hemland, som är värdefulla och som ni skall värna om. Samtidigt blir ni en del av det åländska samhället. Ni representerar därmed två olika kulturer.

Det är viktigt att ni bekantar er med det åländska samhället, både när det gäller hur samhället fungerar, vilka värderingar och normer som gäller och inte minst de åländska traditionerna, som ligger till grund för ålänningars beteende.

Ni skall inte glömma ert förflutna, men ni bör känna till Åland och ålänningar för att kunna förbereda er på vad som väntar er som invånare här.

Ni måste även kunna hjälpa och stöda era barn i den åländska vardagen. En stor del av barnens liv sker i det åländska samhället utanför hemmet.

Barnen kan uppleva en identitetsförvirring, när deras liv har två verkligheter: en hemma, som kan vara rätt så annorlunda, jämfört med den som råder i det åländska samhället.

Efter hand märker många barn och unga, att de kan blanda det bästa från två kulturer, vilket är värdefullt.

Man kan kalla det ett "kulturellt lapptäcke".