

Blues Mothers i nord

Hva kaller man et tilbud for nybakte mødre som sliter litt? Selvsagt «Blues Mothers».

Av Gunder Christophersen



Koordinator Line Moldestad (t.v.) og førskolelærer Solveig Wallann ved Familiens Hus i Tromsø driver tilbudet Blues Mothers.

I Tromsø kan mødre som opplever fødselsdepresjon eller sliter mye etter fødselen få et tilbud gjennom gruppetilbudet Blues Mothers. En gang i uka i 10 uker samles 6-10 mødre til ulike aktiviteter og samtaler knyttet til utfordringene rundt morsrollen.

To timer hver uke. - Vi samles hver uke til et to-timers treff og nå er vi i gang med vår tredje runde, sier koordinator Line Moldestad og førskolelærer Solveig Wallann ved Familiens Hus i Tromsø.

Prosjektet kom i gang som et ledd i modellkommunesatsingen innen Barne-, Ungdoms- og Familiedirektoratet hvor Tromsø er en av 26 kommuner. Nå blir «Blues Mothers evaluert og Moldestad og Wallann håper at tilbudet videreføres som et fast tilbud i Familiens Hus når kalenderen viser 2014.

Via helsesøster. - De mødrene som kommer til oss er gjerne sendt videre fra helsesøster. De har tatt det såkalte EPDS-skjemaet (Edinburgh-skjemaet) og en ettersamtale hvor man har registrert at de sliter med tilværelsen som nybakt mor. Hos Blues Mothers har vi samarbeid med en psykolog og vi jobber aktivt med mestringsstrategier, forteller de.

I så måte er det sentralt at man har ulike aktiviteter. Derfor tilbys mødrene blant annet babysvømming, babysang, babymassasje, samtalegrupper og liknende.

Variert gruppe. - Vi ser en stor variasjon av mødre som kommer til oss. Det er førstegangsfødende, fleregangsfødende, enslige mødre, unge og litt mer modne mødre, forteller de.

Blues Mothers har et nært samarbeid med RKBU Nord (Regionalt kunnskapssenter for barn og unge - nord). RKBU har gitt økonomisk støtte til prosjektet og nå har også hovedfagsstudenter i psykologi ved Universitetet evaluert prosjektet.

- Vi håper at kommunen finner penger til å videreføre dette. Det er ikke nødvendigvis et kostbart opplegg, og det er viktig for de mødrene dette gjelder, mener Wallann og Moldestad.

Her finner du mer info om [Blues Mothers](#).

23.08.13