ÁRSFRÁGREIÐING 2022/2023

TÍTT RÚM

INNIHALD

Vælkomin í Títt Rúm 3

Hvat er Títt Rúm? 4

Hvussu arbeiðir Títt Rúm? 5

Starvsfólk 8

Samstarv 9

Árið í tølum 10

Fígging 14

Tiltøk og hendingar hjá Títt Rúm í 2022/23 16

Kathrine Quorning 19

Landsinnsavnan 2022 20

COSP 21

Føðingardagur Títt Rúm 10 ár 22

Søgan hjá Títt Rúm 24

Bólkatilboðið økt 26

Sjálvhjálparbólkar 27

Frameftir 29

Heilsan frá aðalskrivara hjá Bláa Krossi Føroya 30

VÆLKOMIN Í TÍTT RÚM

Alisa Hammer,
leiðari

Árið 2022 var heilt serligt fyri Títt Rúm, tí tilboðið gjørdist 10 ár. Um heystið 2012 fór verkætlanin „Øll hava rætt til góð barnaár" í gongd, og bjóðaði bólkar til børn í skúlaaldri, sum høvdu foreldur við rústrupulleikum. Tilboðið er støðugt vaksið síðani tá. Í dag eitur tilboðið Títt Rúm, og er til øll í aldrinum 0-35 ár, sum hava ella hava havt rúsbundin foreldur, og familjur teirra. Meira kann lesast um søguna hjá Títt Rúm á síðu 24. Ætlanin var at hátíðarhalda 10-ára føðingardagin um heystið 2022, men hetta varð útsett orsakað av, at løgtingsvalg varð útskrivað. Føðingardagurin varð tí hildin 20. januar 2023. Lesast kann meira um føðingardagin á síðu 22.

Endamálið við Títt Rúm hevur altíð verið fyribyrging og at geva rúm til tey, sum hava rúsbundin foreldur og familjur teirra. Ein rústrupulleiki í einari familju ávirkar og strongir allar limirnar í familjuni: bæði, tann, sum rúsar seg, makan og børnini. At talan er um eitt fyribyrgjandi tilboð er tí, at tað er greitt sambært umfatandi gransking innan økið, at tað kann hava ávís sálarlig og sosial mein fyri børn at veksa upp í heimi, har foreldur stríðast við rústrupulleikar. Hesin málbólkur er í størri vanda fyri sjálvi at menna m.a. rústrupulleikar, strongd, tunglyndi, angist o.a. í mun til onnur. Tí er neyðugt at arbeiða fyribyrgjandi við hesum málbólki, tvs. veita teimum sálarfrøðilig tilboð um viðgerð, soleiðis at tey fáa hjálp til at handfara avbjóðingar, sum kunnu standast av at hava havt slíkar uppvakstrar- og lívstreytir.

Umframt hendan høvuðsmálbólkin, hevur Títt Rúm seinasta árið eisini flutt seg til at leggja meira dent á 3. ættarliðið. Ung og vaksin, sum eru uppvaksin við rúsbundum foreldrum, kunnu hava avbjóðingar ella ósikkurheitir, tá tey sjálvi gerast foreldur. Um várið 2022 hevði Títt Rúm tann fyrsta barsilsbólkin, har foreldur kundu hava síni pinkubørn við í bólk, at viðgera egnan uppvøkstur við rúsbundnum foreldrum (hetta varð lýst í ársfrágreiðingini 2021-2022). Um várið 2023 byrjaði fyrsti bólkurin í Circle of Security Parenting (COSP) hjá Títt Rúm. COSP er eitt foreldraprogram, sum hevur støði í tilknýtisástøði. Til ber at lesa meira um COSP á síðu 21. Endamálið við hesum tilboðum er at styrkja foreldur, sum sjálvi merkja, at teirra uppvøkstur ávirkar teirra tankar og kenslur um at vera foreldur.

Títt Rúm hevur í ár havt fleiri bólkar og luttakarar enn nakrantíð fyrr, og tilboðið heldur áfram at vaksa. Hetta verður lýst nærri á síðu 27. Við nærlagni veita starvsfólkini hjálp til familjur og einstaklingar, sum venda sær til Títt Rúm. Títt Rúm ynskir framhaldandi at menna tilboðið og menna førleikarnar hjá starvsfólkunum, soleiðis at til ber at veita tað besta tilboðið til øll tey, sum hava tørv á hjálp til at viðgera ein uppvøkstur við rúsbundnum foreldrum.

Vinarliga
Alisa Hammer

HVAT ER TÍTT RÚM?

Kongagøta 8,
Tórshavn

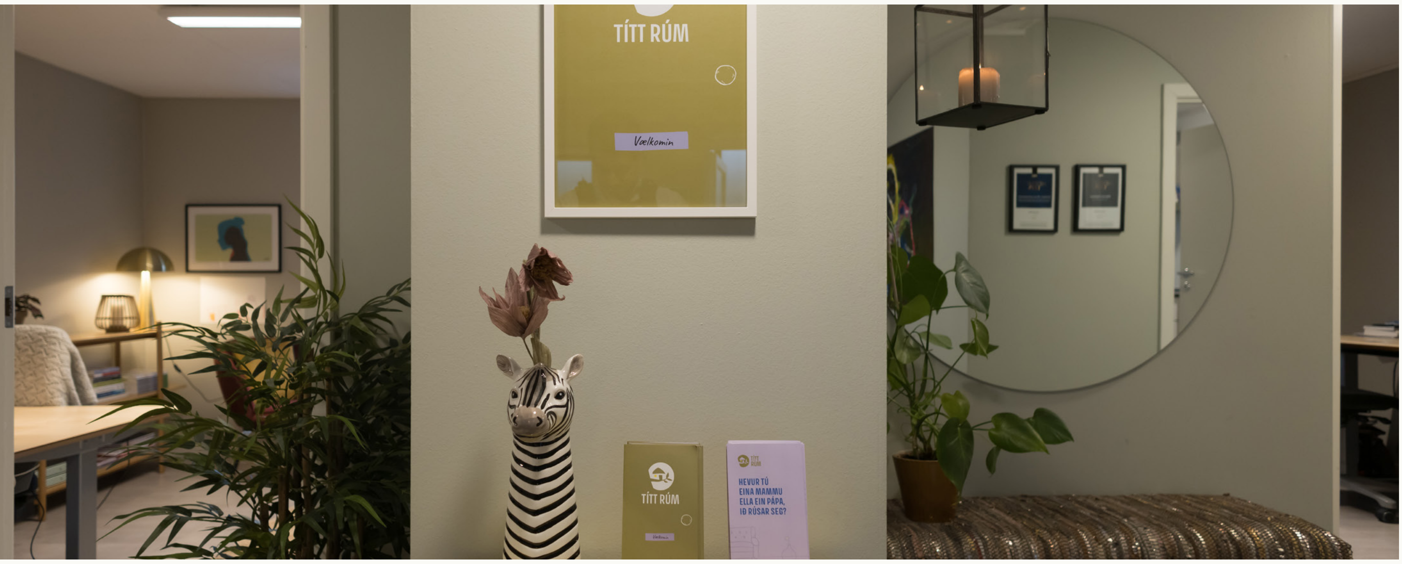
Títt Rúm er eitt fyribyrgjandi viðgerðartilboð til øll í aldrinum 0-35 ár, sum hava foreldur, sum hava ella hava havt rústrupulleikar, og familjur teirra. Talan er um eitt ókeypis lágáttartilboð. Tað krevst ongin ávísing (t.d. frá lækna), fyri at luttaka í tilboðnum. Títt Rúm er partur av fyribyrgingardeildini hjá Bláa Krossi Føroya, og byrjaði í 2012 undir heitinum „Øll hava rætt til góð barnaár". Á sumri 2021 varð navnið broytt til Títt Rúm.

Í familjum, har eitt foreldur er rúsbundið, er tað ofta rúsurin, sum setir dagsskránna, og tað er rúsurin, sum tekur uppmerksemið og orkuna í familjuni. Av tí sama kann ein barndómur við foreldrum, sum rúsa seg ov nógv, fyri mong hava avleiðingar – eisini langt inn í vaksna lívið. Tí kann tað hjálpa at hava eitt stað at viðgera, hvussu rúsurin ávirkar ella hevur ávirkað. Eitt stað, har tey avvarðandi fáa pláss og rúm til at greiða frá og viðgera sínar upplivingar. Títt Rúm er staðið til júst hetta, og tað er orsøkin til, at hetta fyribyrgingartilboð fekk heitið Títt Rúm. Mett varð, at hetta heitið lýsir meira nágreiniliga júst hvørjar avbjóðingarnar og sálarligi tørvurin kann vera hjá teimum, ið hetta tilboð er ætlað til.

Títt Rúm arbeiðir eisini miðvíst fyri at varpa ljós á, at nógv børn og ung, vaksa upp í heimum, har rúsur er ein trupulleiki, og at fyri tey allarflestu er hetta eitt evni merkt av skomm, tøgn og tabu. Títt Rúm veitir eisini ráðgeving til onnur avvarðandi og fakfólk, undirvísir kring landið og er virkið á sosialu miðlunum við fakligari vitan um hetta økið.

HVUSSU ARBEIÐIR TÍTT RÚM?

Títt Rúm bjóðar bólka- og einstaklingasamrøður, umframt foreldra- og familjusamrøður. Tað, sum eyðkennir felags terapeutiska arbeiðið í Títt Rúm er, at útgangsstøði verður tikið í støðuni og tørvinum hjá teimum, sum byrja í tilboðnum. Út frá hesum verður ein meting gjørd av, hvørjar terapeutiskar interventiónir verða bjóðaðar, og hvørji tilboð tann einstaki kann luttaka í. Arbeitt verður eklektiskt, t.v.s. samansett av ymiskum ástøðiligum hugrákum og við útgangsstøði í tørvinum hjá tí einstaka.



HVAT ER EIN RÚSTRUPULLEIKI?

Norski sálarfrøðingurin og serfrøðingurin innan viðgerð av familjum raktar av rústrupulleikum, Frid A. Hansen, skilmarkar ein rústrupulleika hjá einum foreldri sum ein trupulleika fyri familjuna á hendan hátt:

„Talan er um ein rústrupulleika, tá rúsurin órógvar uppgávur og funktiónir, sum familjan hevur, og tá kensluligu bondini í familjuni verða tyngd og órógvað av rúsinum“.

Í Títt Rúm verður arbeitt út frá hesi allýsing av nær ein rústrupulleiki hjá einum foreldri er ein trupulleiki fyri familjuna – tvs. børnini og makan hjá tí við rústrupulleikanum.

BÓLKATILBOÐIÐ

Títt Rúm bjóðar bólkar til børn, ung og vaksin í aldrinum 9-35 ár, sum hava tað trupult orsakað av rúsbundnum foreldrum.

Síðani heystið 2012 hevur bólkatilboðið hjá Títt Rúm verið í støðugari menning. Í dag eru tilsamans 14 bólkar við 68 bólkaluttakarum í aldrinum 9-35 ár. Partur av støðugu menningini snýr seg um, at tilboðini í Títt Rúm tillaga seg til tørvin hjá teimum, sum venda sær til tilboðið. Hetta bólkaárið hava tað tískil verið tvey nýggj bólkatilboð. Talan er um ein sjálvhjálparbólk fyri ung, sum hava verið í viðgerð í Títt Rúm og ein „Circle of Security Parenting“ (COSP) bólk fyri foreldur. Í sjálvhjálparbólkinum fáa tey ungu møguleika fyri at møtast í hølum hjá Bláa Krossi, men skipa seg annars meira sjálvstøðugt enn aðrir bólkar. COSP er hinvegin eitt meira skipað bólkatilboð har foreldur fáa møguleika at hugleiða um, hvussu tey ynskja at vera foreldur, samstundis sum rúm er fyri at práta um egnan uppvøkstur við rúsbundnum foreldrum og ta ávirkan, hesin kann hava á egnan foreldraleiklut. Nýggju bólkarnir verða lýstir nærri á síðu 26 og 27. Afturat nýggju bólkatilboðunum hava tað verið tveir barnabólkar, ein tannáringabólkur, tríggir ungdómsbólkar, tríggir vaksinbólkar og tríggir barsilsbólkar.

Bólkarnir eru soleiðis skipaðir, at á leið seks luttakarar og tveir bólkaleiðarar hittast aðru hvørja viku frá oktober til síðst í mai árið eftir. Ein bólkaviðgerð er tveir tímar long, og er í høvuðsheitum býtt í tveir partar: Fyrsti parturin er ein "runda", har bólkaluttakararnir fáa høvi at tosa um tað, tey ynskja. Ofta verður útgangsstøðið tikið í, hvat

er hent síðani seinast, tá tey hittust í bólki. Seinni parturin snýr seg um, at bólkurin í felag viðger eitt sálarfrøðiligt evni, ið júst hesin málbólkurin sambært gransking kann fáa gagn av.

Áðrenn ein luttakari byrjar í bólki, verður viðkomandi fyrst boðin til eina ella fleiri samrøður við eitt starvsfólk í Títt Rúm. Til hesa samrøðu fær bólkaluttakarin kunning um, hvussu arbeitt verður í bólkinum; hvat bólkaluttakarar plaga at siga, at tey fáa burturúr, umframt at kunnað verður um tagnarskyldu og onnur meira praktisk viðurskifti. Fyri at verja um anonymitetin, fáa bólkaluttakararnir ikki at vita, hvør annar er í bólkinum, fyrr enn fyrstu ferð bólkurin hittist.

EINSTAKLINGASAMRØÐUR

Títt Rúm bjóðar einstaklingasamrøður eftir tørvi. Her hava royndir okkara víst, at summi hava tørv á einstaklingasamrøðum afturat bólkatilboðnum, meðan onnur velja einstaklingasamrøður í staðin fyri bólkatilboðið, tí tey halda at tað at fara í bólk kennist ov kravmikið fyri tey. Summi nýta eisini einstaklingasamrøðurnar sum eina lopfjøl til tað at byrja í bólki seinni. Hetta er upp til tann einstaka at avgera saman við einum av starvsfólkunum í Títt Rúm.

Í arbeiðinum hjá Títt Rúm verður dentur lagdur á at arbeiða við allari familjuni. Er luttakarin yvir 18 ár, avger viðkomandi tó sjálv/ur, um foreldur og eitt nú systkin skulu gerast partur av teirra viðgerð.

FORELDRASAMRØÐUR

Títt Rúm bjóðar barnafokuseraðar samrøður til foreldur/umsorganarpersónar, sum eiga børn undir 18 ár. Foreldrasamrøður eru eisini partur av bólkatilboðnum hjá børnum og tannáringum. Foreldrini verða boðin til samrøðu áðrenn bólkarnir byrja, tá bólkaárið er komið í helvt og tá bólkaárið endar. Hetta er týdningarmikið, soleiðis at foreldrini gerast ein partur av viðgerðini. Dentur verður lagdur á, hvussu tey vaksnu rundan um barnið best fáa hjálpt og stuðlað barninum ella tí unga í at handfara støðuna við einum rúsbundnum foreldri. Sostatt er endamálið at styrkja um gerandisumhvørvið í familjuni.

Foreldrasamrøður verða eisini hildnar, um foreldur ynskja ráðgeving í mun til rústrupulleikan í familjuni, ella um har er eitthvørt serstakt, sum bólkaleiðarin má tosa við foreldrini um. Foreldur, hvørs børn ikki ynskja at vera partur av tilboðnum, kunnu eisini fáa samrøður og ráðgeving í Títt Rúm.

Foreldur, sum stríðast við rústrupulleikar fáa møguleika til at vera partur av tilboðnum, um tey viðurkenna rúsin sum eina avbjóðing. Hjá Títt Rúm er tó einki krav um, at tann við rústrupulleikanum skal hava verið í viðgerð. Um viðkomandi hevur verið í viðgerð, er heldur einki krav um, hvar viðgerðin skal vera farin fram.

FAMILJUSAMRØÐUR

Títt Rúm bjóðar familjusamrøður eftir tørvi. Familjusamrøður eru samrøður har øll familjan situr saman og tosar um eitt ávíst evni, sum teimum tørvar hjálp til at tosa um. Allir familjulimir verða fyrireikaðir hvør sær, áðrenn samrøðan fer fram. Hetta er týdningarmikið, soleiðis at allir partar vita, hvat skal tosast um, og eisini hvat ikki skal tosast um júst tá. Familjusamrøðurnar eru barnafokuseraðar á tann hátt, at endamálið eisini her er at styrkja gerandisumhvørvið hjá barninum. Tað er barnið, sum er í miðdeplinum og tekur samrøðan tískil støðið í, hvussu barnið hevur upplivað ella enn upplivir rústrupulleikan.

Starvsfólk í føstum starvi

STARVSFÓLK

Hjá Títt Rúm starvast í alt 8 starvsfólk. Hetta árið hava leiðari og tríggir sálarfrøðingar arbeitt í Kongagøtu í Tórshavn, meðan ein sálarfrøðingur hevur verið í barnsburðarfarloyvi. Ein sálarfrøðingur, sum byrjaði í farloyvisstarvi, varð 1. mai 2023 settur í fast starv. Í heyst 2023 verða soleiðis leiðari og fýra sálarfrøðingar í føstum starvi. Harafturat er ein familjuterapeutur í starvi í Suðuroy, meðan ein heilsufrøðingur og ein sálarfrøðingur hava verið inni sum bólkaleiðarar í tilboðnum í Tórshavn. Tilsamans eru hetta á leið 5,2 ársverk.

Starvsfólkini hava ymiskar fakligar bakgrundir; í námsfrøði, familjuterapi, sálarfrøði og heilsufrøði. Eisini hava tey ymiskar eftirútbúgvingar og skeið afturat grundútbúgvingum, m.a. innan systemiskt-narrativa terapi, Circle of Security Parenting, Theraplay, Mindfulness, Compassion Focused Therapy, kognitiva terapi og nýggjari kognitiv rák sum dialektisk atferðarterapi og Acceptance and Commitment Therapy.

SAMSTARV

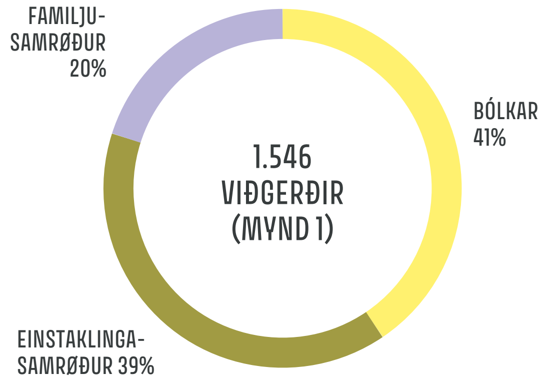
Títt Rúm samstarvar breitt við fleiri stovnar, ið á ymiskan hátt hava við tey, ið koma í Títt Rúm, at gera, og arbeiðir leypandi við at uppbyggja samstarv við viðkomandi stovnar. Seinasta árið hevur Títt Rúm lagt dent á at uppbyggja tættari samstarv við barnaverndartænasturnar kring landið, Gigni, økispsykiatriina og fosturforeldraskipanina.

Samstarv við norðurlendsk fakfólk, ið granska ella arbeiða við sama málbólki sum Títt Rúm, hevur stóran týdning. Starvsfólk hjá Títt Rúm fáa supervisión, undirvísing og sparring frá m.a. sálarfrøðingi og granskara, Helle Lindgaard (DK), umframt sálarfrøðingunum Frid A. Hansen (NO) og Marie Brixtofte (DK), sum hava skrivað um økið og arbeitt á økinum í nógv ár. Títt Rúm samstarvar eisini við Kathrine Quorning (DK), sum hevur framløgur og framleiðir visuelt tilfar um, hvussu tað er at vera barn hjá einum rúsbundnum foreldri. Tilfarið hjá Kathrine verður m.a. brúkt í bólkunum og á sosialu miðlunum hjá Títt Rúm.

Blái Krossur í norðanlondum og í Sveis (Nordic Blue Cross) møtast árliga til sparring og vitanardeiling. Hesaferð vóru fundir hildnir í Finnlandi. Her fingu starvsfólk hjá Bláa Krossi Føroya møguleika fyri at siga frá arbeiðinum hjá m.a. Títt Rúm, og at hoyra um, hvat felagsskapurin ger í øðrum londum.

ÁRIÐ Í TØLUM

Nógvir einstaklingar og familjur hava vent sær ella eru ávíst til Títt Rúm í 2022-2023. 196 fólk hava luttikið og verið til minst eina samrøðu hetta seinasta árið. Tey hava luttikið í bólka-, einstaklinga-, og/ella familjusamrøðum. Familju-samrøður eru í hesum sambandi allar samrøður, har minst 2 luttakarar frá einari familju eru við. Hetta fevnir tí eisini um samrøður, har foreldur ella pør hava luttikið uttan teirra børn. Tað er vanligt, at luttakarar eru partur av meira enn einum tilboði. T.d. eru ofta ung, sum hava tørv á einstaklinga-samrøðum afturat bólkinum. Eisini eru nógv, sum eru til einstaklingaviðgerð, men til tíðir ynskja at taka onkran í familjuni inn. Tá eru tey bæði partur av einstaklinga- og familjutilboðnum. Niðanfyri verður víst á, hvussu uppdeilingin hevur verið, tá ið hugsað verður um tey ymisku tilboðini.

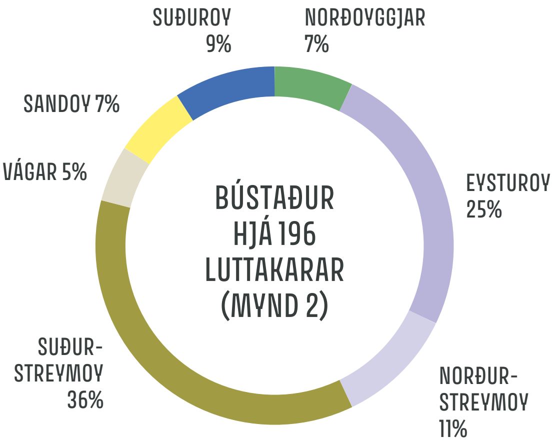


83 luttakarar hava verið í bólki tilsamans 630 ferð. T.e. á leið 7,6 ferð í part í miðal. Talið 83 er við teimum 15 pinkubørnunum, sum vóru við foreldrum sínum í barsilsbólki.

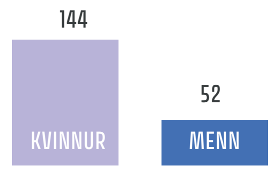
127 luttakarar hava fingið einstaklingasamrøður tilsamans 607 ferðir. T.e. í miðal á leið 4,8 ferðir í part. Summi hava verið oftari, meðan onnur bert hava verið til eina einstaklingasamrøðu í samband við bólkabyrjan.

96 klientar hava fingið tilsamans 309 foreldra- og familjusamrøður. Hetta eru allar samrøður, har 2 ella fleiri eru til eina samrøðu saman, sum ikki er bólkur. T.e. i miðal á leið 3,2 ferðir í part. Familju-samrøður verða veittar eftir tørvi, og eru sjáldan eitt tilboð, ið ein er partur av leingi. Foreldra-samrøður kunnu hinvegin vera oftari.

Tey 196 fólkini, sum hava fingið hjálp hjá Títt Rúm seinasta árið, eru úr øllum landinum. Býtið er soleiðis:



Sum hini árini síggja vit ein meirluta av kvinnum og gentum, sum venda sær ella verða víst til Títt Rúm. Hetta seinasta árið hevur lutfallið verið 26,5% kallkyn og 73,5% kvennkyn:



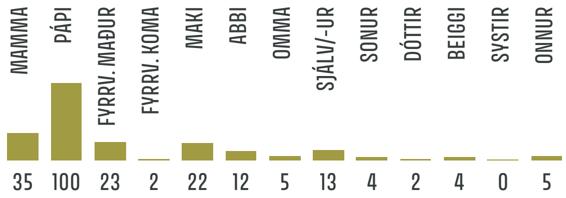
KYNSBÝTIÐ HJÁ LUTTAKARUM (MYND 3)

Tað er trupult at siga, júst hví tað eru fleiri kvinnur enn menn í tilboðnum, men tað, sum vit síggja, er, at har eru á leið líka nógvir dreingir og gentur í barnabólkunum. Í tannáringa- og ungdómsbólkunum er størsti meirlutin gentur og kvinnur, og í vaksinbólkunum síggja vit aftur fleiri menn, hóast teir ikki eru helmingurin. Tað, at dreingir í tannárunum og ungir menn, ikki leita sær hjálp hjá Títt Rúm í líka stóran mun sum teirra kvinnuliga javnaldrar, kann vera orsaka av, at dreingir ofta ikki hava so lætt við at seta orð á sínar kenslur og vera sárbarir sum heild, og kanska uppaftur minni í føroyska samfelagnum. Hinvegin síggja vit fleiri menn í tilboðnum, síðan aldursmarkið hækkaði til 35 ár.

Bólkatilboðið er tó bara eitt av tilboðunum. Til einstaklingasamrøður (mynd 7) síggja vit eisini ein mun á kynunum. Tað er eitt vanligt fyribrigdi, at fleiri kvinnur enn menn sum heild søkja sær hjálp fyri bæði kroppsligar og sálarligar avbjóðingar. Her kann ein frágreiðing tó eisini vera, at av teimum, sum venda sær til Títt Rúm, er tað oftast pápin/maðurin, sum er rúsbundin (mynd 4). Hetta merkir, at ofta er mamman/konan tann, sum fær flest samrøður hjá Títt Rúm. Tað rúsbundna foreldrið ynskir ikki altíð at vera partur av tilboðnum. Hetta kann eisini forklára munin á kynunum til familjusamrøður (mynd 9). Onkuntíð eru tað pør sum koma til slíka viðgerð, men ofta er tað mamman og eitt ella fleiri av børnunum, sum koma inn saman.

HVØR ER RÚSBUNDIN?

Tað er ymiskt hvør í familjuni hevur rústrupulleikan, tá ið fólk venda sær til Títt Rúm. Sum áður nevnt er hetta tilboðið til tey, sum hava rúsbundin foreldur, men eisini til familjur teirra. Hetta merkir, at fyri summi, sum fáa samrøður hjá Títt Rúm, so er tað maki ella fyrrverandi maki, sum er rúsbundin. Fyri onnur er tað sonur ella dóttir teirra, og fyri pinkubørnini eru tað omman ella abbin. Eisini hava vit samrøður við tey, sum sjálvi eru rúsbundin. Býtið sæst niðanfyri.

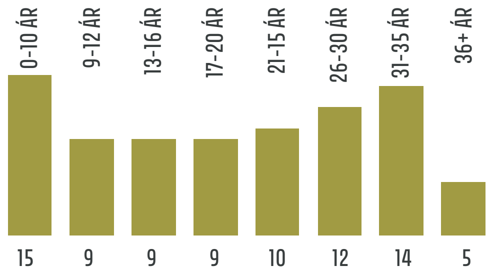


AVVARÐANDI VIÐ RÚSTRUPULLEIKUM (MYND 4)

Leggur mann hesi tøl saman, kemur mann fram til 227 rúsbundin avvarðandi. Hetta er tó ikki eftirfarandi, tí eru tað 5 í einari familju, har mamman er rúsbundin, so verða tey øll skrásett, sum havandi eina mammu, sum er rúsbundin, og soleiðis telur hetta sum 5 mammur í skrásetingini. Summir luttkarar hava eisini meira enn ein avvarðandi, sum er rúsbundin. Hetta kann t.d. vera pápin og/ella mamman, umframt makin og/ella fyrrv. makin.

BÓLKAR

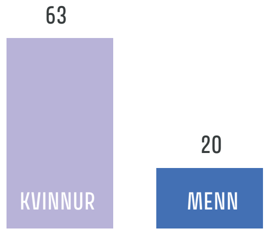
83 luttakarar hava verið í bólkatilboðnum hetta bólkaárið. Hetta eru 68 í aldrinum 9-35 ár, og so 15 pinkubørn, sum hava verið við mammum sínum í bólki. Tey eru øll 0-1 ár. Harumframt eru 5, sum eru yvir 35 ár. Hetta kunnu m.a. vera vaksin, sum byrjaðu í tilboðnum, áðrenn tey gjørdust 36 ár, og hava valt at forseta. Hetta kunnu eisini vera vaksin, sum hava fingið pláss í tilboðnum, hóast tey hava verið eitt sindur yvir 35 ár. Aldursbýtið sæst niðanfyri.



ALDURSBÝTIÐ HJÁ BÓLKALUTTAKARUM (MYND 5)

Eisini í bólkunum síggja vit, at teir flestu luttakararnir eru gentur og kvinnur. Tó vóru næstan líka nógvir dreingir sum gentur í barnabólkunum í ár, og fleiri av bólkunum til ung og vaksin høvdu minst ein mannligan bólkaluttakara.

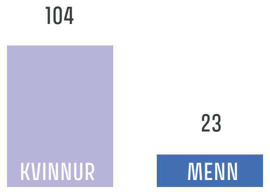
Niðanfyri sæst kynsbýtið í bólkunum.



KYNSBÝTIÐ Í BÓLKUNUM (MYND 6)

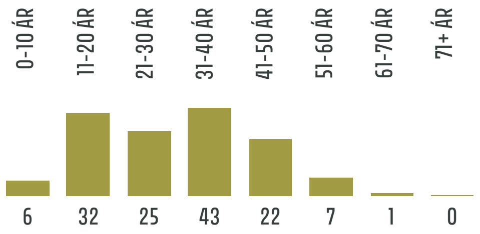
EINSTAKLINGASAMRØÐUR

127 luttakarar hava fingið einstaklingasamrøður hjá Títt Rúm í 2022-2023. Av hesum eru 23 menn og 104 kvinnur.



KYNSBÝTIÐ Í EINSTAKLINGASAMRØÐUM (MYND 7)

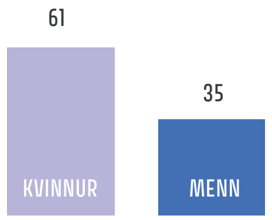
Aldursbýtið er breitt, og tað kemur møguliga av, at summi børn fáa einstaklingasamrøður, áðrenn tey eru klár at fara í bólk, ímeðan nógv børn, ung og vaksin fáa eina ella fleiri samrøður í staðin fyri, ella afturat bólki. Harumframt eru nógv foreldur, sum fáa einstaklingasamrøður, um makin ella fyrrverandi makin, sum er rúsbundin, ikki ynskir at luttaka.



ALDURSBÝTIÐ Í EINSTAKLINGASAMRØÐUM (MYND 8)

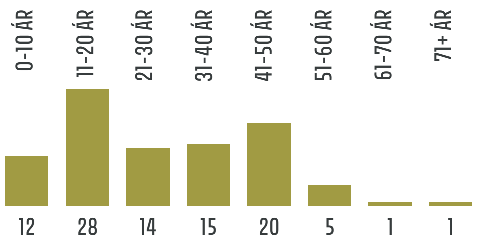
FAMILJUSAMRØÐUR

96 luttakarar hava verið við til familjusamrøður í 2022-2023. Í hesum sambandi eru familjusamrøður allar samrøður, har tvey ella fleiri luttaka. Av hesum eru 35 menn og 61 kvinnur. Her er munurin millum kynini minni. Hetta kann vera orsakað av, at fólk ofta luttaka í familjusamrøðum sum pør.



KYNSBÝTIÐ Í FAMILJUSAMRØÐUM (MYND 9)

Aldursbýtið er breitt og vísir á, at børn eisini eru við til summar familjusamrøður.



ALDURSBÝTIÐ Í FAMILJUSAMRØÐUM (MYND 10)

FÍGGING

Blái Krossur Føroya er ein felagsskapur, sum verður fíggjaður av privatum stuðlum (persónum og fyritøkum), og tí inntøku, sum kemur frá Blákrossbúðunum og endurnýtslunum kring landið. Títt Rúm er eitt tilboð undir Bláa Krossi Føroya, og verður tí eisini partvís fíggjað á hendan hátt. Hin parturin verður fíggjaður av eini stuðulsjáttan á fíggjarlógini. Stuðulsjáttanin er økt munandi seinastu árini, og hetta gleðast vit um. Hendan økingin hevur gjørt tað gjørligt at víðka tilboðið og seta nýggj starvsfólk, og soleiðis økist eisini talið á einstaklingum og familjum, sum kunnu leita sær hjálp hjá Títt Rúm – bæði á meginøkinum og í Suðuroy.

Ársfrágreiðingin er, sum áður nevnt frá august 2022 til juli 2023. Hóast fíggjarárið vanliga er januar-desember, so fylgja vit ársfrágreiðingini í hesum føri. Stuðulsjáttanin frá HMR í 2022 var kr. 1.6 mió, og hon hækkaði til kr. 2.1 mió í 2023. Útreiðslurnar hjá Títt Rúm eru eisini hægri í 2023, enn tær vóru í 2022. Hetta er m.a. orsaka av, at tilboðið varð víðkað við einum COSP-bólki (s. 21), at Títt Rúm hevði partvís útreiðslur av, at neyðugar ábøtur vórðu gjørdar á niðastu hædd í Kongagøtu 8, og at eitt nýtt starvsfólk varð sett í starv um várið 2023.

2022

Útreiðslur aug.–dec. 2022	kr. 1.275.125,00
Stuðulsjáttan HMR aug.–dec. 2022	kr. 666.666,67
Eginfígging* aug.–dec. 2022	kr. 608.458,33

2023

Útreiðslur jan.–juli 2023	kr. 2.078.416,67
Stuðulsjáttan HMR jan.–juli 2023	kr. 1.225.000,00
Eginfígging* jan.–juli 2023	kr. 853.416,67

SAMLAÐ (AUG. 2022–JUL. 2023)

Útreiðslur	kr. 3.353.541,67
Stuðul frá HMR	kr. 1.891.666,67
Eginfígging*	kr. 1.461.875,00

* Eginfígging er: Privatir stuðlar, landsinnsavnan, fyritøkur, grunnar og endurnýtslubúðirnar.

Sum sæst omanfyri, so er á leið helmingurin av kostnaðinum hjá Títt Rúm í aug.-des. 2022, og meira enn helmingurin av útreiðslunum í jan.-jul. 2023 fíggjaðar av HMR. Tað, sum restar í, verður fíggjað av stuðlum, grunnum og endurnýtslubúðunum.

TILTØK OG HENDINGAR

Ársfrágreiðingin snýr seg um tíðarskeiðið frá august 2022 til juli 2023. Her sæst eitt yvirlit yvir árið, og hvat er farið fram hesa tíðina. Umframt hesi tiltøk og hendingar hava starvsfólk hjá Títt Rúm leypandi verið virkin á sosialu miðlunum, luttikið í ymiskum sendingum hjá Kringvarpinum og øðrum útvarpsrásum, og verið sjónlig á ymisku portalunum við tíðindaskrivum.

SUMMAR 2022

→ Helena Bjellvåg, sálarfrøðingur, byrjaði í farloyvisstarvi hjá Títt Rúm, eftir at Paulina við Skipá, sálarfrøðingur, fór í barnsburðarfarloyvi.

→ „Fløskubarn“ – minnir frá einum reyðvínsblettaðum uppvøkstri. Títt Rúm bjóðaði rithøvundanum Katrine Quorning (DK) til Føroya, at hava almennan fyrilestur í Smæruni, sí síðu 19.

→ Barsilsbólkur frá várinum 2022 byrjaði aftur.

HEYST 2022

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm høvdu upplegg fyri starvsfólkunum á Blákrossheiminum um arbeiðið hjá Títt Rúm. Mannagongdir, manualir og ástøði vóru gjøgnumgingin.

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm høvdu framløgu á arbeiðsfundi hjá Gigni, har allir heilsufrøðingarnir luttóku.

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm luttók á skeiði í Compassion Focused Therapy, har Michelle Cree, kliniskur sálarfrøðingur, undirvísti um, hvussu viðgerðarhátturin kann nýtast bæði til einstaklingar og bólkar av foreldrum við barnsburðartunglyndi. Í tilgongdini verður m.a. arbeitt við grundleggjandi problematikkum sum sjálvskritikki og kensluni av ikki at røkka til.

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm høvdu framløgu fyri starvsfólki í økispsykiatriini.

→ Tvey starvsfólk hjá Títt Rúm tóku útbúgving í THERAPLAY. Finska Saara Salo, PhD, góðkendur kliniskur psykologur o.a., undirvísti starvsfólki, sum arbeiða við familjum í viðgerðarháttinum,

Theraplay. Í Theraplay-viðgerð leiðbeinir terapeuturin foreldrum og barni gjøgnum stuttlig spøl, avbjóðandi og mennandi virksemi umframt stuðlandi og eggjandi samveru. Hetta hjálpir barninum at kenna seg trygt, merkisvert, ansað og at vera tætt bundið at foreldrunum.

- Landsinnsavnan hjá Bláa Krossi Føroya var í Kringvarpinum 1. oktober 2022. Innsavnanin var til frama fyri fyribyrgjandi arbeiðið millum børn, ung og familjur, og í stuðulssendingini vóru fleiri innsløg frá Títt Rúm. Eftir sendingina vórðu heili 5,2 milliónir krónur innsavnaðar.

- Nýtt bólkaár byrjaði við 10 nýggjum bólkum: Tveir barnabólkar, ein tannáringabólkur, tveir ungdómsbólkar, tríggir vaksinbólkar, ein barsilsbólkur og ein sjálvhjálparbólkur.

- Paulina við Skipá, sálarfrøðingur hjá Títt Rúm, fekk løggilding. Løggilding er ein góðkenning av arbeiðstíð, arbeiðsroyndum og supervisión hjá sálarfrøðingum eftir loknan lestur. Løggilding er ein máti at góðskutryggja arbeiðið hjá sálarfrøðingum, og hana fáa sálarfrøðingar frá Psykolognævnet í Danmark.

- Trý starvsfólk hjá Títt Rúm luttóku á sertifiseringsskeiði í Circle of Security Parenting (COSP). Norsku sálarfrøðingarnir og psykologspecialistarnir Ida Brandtzæg og Stig Torsteinson skipaðu fyri online undirvísing í COSP, sum er eitt manualiserað og brúkaravinarligt program til foreldur og aðrar umsorganarpersónar. Programmið kann brúkast bæði til einstaklingar, foreldrapør og bólkar. Endamálið við COSP er at stuðla foreldrum í at síggja og skilja kenslur og atferð hjá børnum við at brúka „tryggleikarundingin“. COSP hevur støði í tilknýtissálarfrøði og mentalisering.

VETUR 2022-2023

- Leiðarar á Barnaverndartænastunum kring landið vóru á vitjan í hølunum hjá Títt Rúm. Títt Rúm hevði eina framløgu, og síðan var høvi at sparra og spyrja spurningar.

- Tveir ungdómsbólkar vórðu lagdir saman í ein.

- Títt Rúm gjørdist 10 ár um heystið 2022. Dagurin varð hátíðarhildin 20. januar 2023 í Hollywood, sum eru nýggju ungdómshølini hjá Liv Lívið. Títt Rúm bjóðaði okkurt lætt til matna, og annars vóru heilsanir og tónleikainnsløg á skránni. Opið hús var í Kongagøtu, har fólk kundu fara framvið at síggja hølini hjá Títt Rúm.

- Tvey starvsfólk hjá Títt Rúm høvdu framløgu á Barnarættindadøgum í Norðurlandahúsinum, har 7. flokkar kring landið luttaka. Barnabati, ADHD-felagið og Barnanna Umboðsmaður vóru eisini millum teirra, sum luttóku við framløgu.

- Leiðarin á fyrbyrgingardeildini, Alisa Hammer, luttók á National Alkoholkonference í Danmark, sum Alkohol og Samfund skipaði fyri.

VÁRIÐ 2023

- 1. mars fór Dakko Petersen, aðalskrivari, frá vegna aldur, og Edva Jacobsen tók við sum aðalskrivari hjá Bláa Krossi Føroya.

- Títt Rúm fekk stuðul frá Betri til eina skriviverkætlan, sum væntandi verður liðug í heyst 2023. Títt Rúm takkar hjartaliga fyri stuðulin!

- Enn ein barsilsbólkur byrjaði.

- Fyrsti COSP-bólkurin hjá Títt Rúm byrjaði.

→ Tvey starvsfólk hjá Títt Rúm tóku eftirútbúgving í Dialektiskari Atferðarterapi.

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm luttóku við framløgu á SSP-degnum í Klaksvík við heitinum Ung og lívið.

→ Helena Bjellvåg, sálarfrøðingur, varð sett í fast starv hjá Títt Rúm. Hetta varð gjørligt, eftir at fíggjarnevndin økti stuðulin til Títt Rúm á fíggjarlógini við 500.000 krónum. Títt Rúm takkar hjartaliga fyri økta stuðulin!

→ Tvey starvsfólk hjá Títt Rúm luttóku á ráðstevnu, sum MEA – Húsið fyri familjumenning skipaði fyri. Heitið á ráðstevnuni var „Hvussu styrkja vit trivnaðin hjá børnunum í familjuni?"

→ Starvsfólk hjá Títt Rúm hevði framløgu á Barnaverndarstovuni fyri fosturforeldrum. Heitið á framløguni var „Hvussu ávirkar rúsur børn, ung og familjur?". Eftir framløguna fingu fosturforeldur høvið at spyrja spurningar.

→ Títt Rúm fekk 100.000 krónur í stuðli frá Lions Club Tórshavn. Alisa Hammer, leiðari tók ímóti, og hevði eitt upplegg fyri limunum. Títt Rúm takkar hjartaliga fyri stuðulin!

→ B36 valdi at seta Títt Rúm-búmerkið á árligu limablusuna. Títt Rúm takkar hjartaliga fyri stuðulin!

→ Eitt starvsfólk hjá Títt Rúm luttók á skeiði í kognitivar atferðarterapi, sum Blákrossheimið skipaði fyri. Undirvísari var Casper Aaen, sálarfrøðingur.

→ Alisa Hammer, leiðari á fyribyrgingardeildini, luttók á Nordic Blue Cross fundi í Finnlandi.

KATRINE QUORNING

Í august 2022 bjóðaði Títt Rúm rithøvundanum Katrine Quorning (DK) til Føroya at hava almennan fyrilestur í Smæruni við heitinum „Fløskubarn – minnir frá einum reyðvínsblettaðum uppvøkstri“.

Fyrilesturin snúði seg um avleiðingar, ið kunnu vera fyri børn, sum vaksa upp við einum rúsbundnum foreldri. Við útgangstøði í hennara egna uppvøkstri við eini rúsbundnari mammu, fortaldi Katrine um t.d. tað at goyma og skamma seg, um at telja fløskur í kjallaranum og at taka sær av systkjunum hjá sær, men eisini um tað, at fáa hjálp og at bróta tabu. Fyrilesturin var ikki bert ein munnlig fram-løga, men eisini ein visuel uppliving, har tekningar hjá Katrine lýstu tvístøður, tankar og kenslur, sum børn hjá rúsbundnum foreldrum stundum kunnu uppliva.

Áleið 250 fólk komu til fyrilesturin og harvið vóru tvey full høli av áhoyrarum. Tað var gleðiligt at uppliva stóra áhugan fyri hesum evni, ið Katrine megnaði sera væl at lýsa við einari erligari og rør-andi forteljing um sítt egna lív.

Eftir loknan fyrilestur fingu áhoyrarnir høvi at seta Katrine spurningar, og spurningarnir vóru nógvir. Kanska er hetta ein lítil ábending um, at tað við tíðini spakuliga ber til at fáa størri opinleika í okk-ara samfelag um tað at hava rúsbundin foreldur.

LANDSINNSAVNAN 2022

Á heystið 2022 skipaði Blái Krossur Føroya fyri eini beinleiðis stuðulssending í Kringvarpi Føroya. Endamálið var at savna pening inn til fyribyrgjandi arbeiðið millum børn, ung og familjur í Føroyum, sum Liv Lívið og Títt Rúm standa fyri.

Sendingin lýsti væl fjølbroytta arbeiðið sum Blái Krossur Føroya ger í føroyska samfelagnum við innsløgum og samrøðum frá øllum teim ymisku tilboðunum, ið eru kring landið. M.a. luttóku nøkur ung fólk, ið høvdu gingið í bólki í Títt Rúm, í sendingini og fortaldu um, hvussu tað hevði hjálpt teimum at ganga í bólkaviðgerð.

Til samans komu 5,2 milliónir inn frá hesi innsavnan. Blái Krossur Føroya takkar hjartaliga teimum áleið 250 fyritøkum, feløgum, kommunum og stovnum, ið stuðlaðu. Umframt einstaklingum og skúlaflokkum sum eisini stuðlaðu.

CIRCLE OF SECURITY PARENTING

Seinastu tíðina hevur Títt Rúm lagt størri dent á at arbeiða við týdninginum, sum ein uppvøkstur við rúsbundnum foreldrum kann hava, tá mann sjálvur gerst foreldur. Við nýggju barsilsbólkunum, sum byrjaðu fyrst í 2022, og foreldraarbeiðinum sum heild, sást ein tørvur á og eitt ynski um, serliga frá komandi og nýggjum foreldrum, tilvitað at arbeiða við egnum foreldraskapi. Hetta fyri at fyribyrgja, at tær avbjóðingar, sum tey upplivdu í egnum uppvøkstri, ikki fylgdu við til næsta ættarliðið.

Skiftið inn í tilveruna sum foreldur setir fyri tey flestu náttúrliga gongd í hugleiðingar um egnan uppvøkstur, hvat mann ynskir at geva víðari til egin børn og hvat mann ynskir at gera øðrvísi. Fleiri foreldur í tilboðnum seta orð á, at tey gerast meira tilvitaði um avbjóðingar í egnum uppvøkstri og at nýggjar og avbjóðandi kenslur koma fram, sum tey ikki hava verið varug við, áðrenn tey gjørdust foreldur. Eisini greiða fleiri frá eini greiðari fatan av, hvussu tey ikki ynskja at vera foreldur og at ein ivi um, hvussu tey best eru foreldur fyllir nógv. Fleiri seta orð á eina sterka kenslu av ikki at røkka til, øktan sjálvskritikk og eina stremban eftir at vera „perfekt" í foreldraleiklutinum. Hetta kann gera fyrstu og sera týdningarmiklu tíðina hjá nýggju familjuni avbjóðandi.

Um heystið 2022 fór Títt Rúm í holt við at útbúgva fleiri starvsfólk í Circle of Security Parenting (COSP). Fyrst í 2023 byrjaðu tey fyrstu í nýggja tilboðnum, sum bæði kann tillagast til einstaklingar, pør og bólkar av umsorganarpersónum. COSP er eitt manualbaserað program, har foreldur og aðrir umsorganarpersónar saman við útbúnum COSP viðgerum gjøgnum átta viðtalur arbeiða við ymiskum filmsbrotum, tilfari og samrøðum og gjøgnum hesi fáa rúm til at hugleiða um egnan foreldraskap og ávirkanina, sum egin uppvøkstur kann hava havt fyri tann mátan, tey í dag eru foreldur uppá. Endamálið við programminum er at økja um tryggleikan og tilknýtið í sambandinum millum barn og umsorganarpersón, við at umsorganarpersónarnir m.a. fáa eitt „vegakort" sum kann hjálpa teimum at fáa eyga á tørvin hjá barninum og egnar førleikar at møta hesum.

COSP er ætlað umsorganarpersónum við børnum sum eru millum fýra mánaðar og seks ára gomul, men kann eisini tillagast til aðrar aldursbólkar. Fyrsta hálvár av 2023 hava vit roynt COSP við umsorganarpersónum, sum hava børn í tilætlaða aldursbólkinum. Umsorganarpersónarnir hava allir tað til felags, at tey eru uppvaksin í einum heimi, har rúsur var ein avbjóðing, men programmið kann nýtast til ein breiðan skara av umsorganarpersónum og er aðrastaðni m.a. eisini nýtt til ávísar bólkar av foreldrum har eitt nú burðartunglyndi og/ella rúsur eru ein avbjóðing. Ætlanin er, at COSP eisini skal verða nýtt meira breitt til umsorganarpersónar, sum eru partur av tilboðnum, soleiðis at fleiri kunnu fáa gagn av programminum.

FØÐINGARDAGUR – TÍTT RÚM 10 ÁR

Fríggjadagin 20. januar 2023 hátíðarhelt Títt Rúm, at tilboðið um heystið 2022 gjørdist 10 ár. Hátíðarhaldið varð útsett frá desember til januar, tí at løgtingsval varð útskrivað. Dagurin varð hildin í „Hollywood“, nýggju ungdómshølunum hjá Bláa Krossi Føroya. Á skránni vóru m.a. Margit Stórá, heilsumálaráðharri, sum bar fram eina heilsan, SWAY, sum á sín serliga hátt framførdi nøkur løg, og Súsanna Gunna Thomsen, sum greiddi frá sínum royndum og upplivingum sum bólkaluttakari hjá Títt Rúm.

Títt Rúm fegnast um, at so nógv møttu at hátíðarhalda dagin, bæði til opið hús í Kongagøtu 8, har Títt Rúm heldur til, og í Hollywood til sjálvt tiltakið. Nógv av teimum, sum Títt Rúm samstarvar við til dagligt, vóru umboðaði, umframt politikarar og onnur, sum vilja Títt Rúm væl. Títt Rúm takkar fyri allar gávur og heilsanir, sum Títt Rúm fekk á degnum.

10 ÁR
TÍTT RÚM

SØGAN HJÁ TÍTT RÚM

Hesi 10 árini hevur tilboðið flutt og ment seg nógv. Tað byrjaði um heystið 2012 sum ein verkætlan undir heitinum „Øll hava rætt til góð barnaár“. Verkætlanin varð skipað sum eitt bólkatilboð til børn í fólkaskúlaaldri. Tilboðið hevði ikki egin hølir, men brúkti Skjólið (eisini kallað Blákrosskaféin), sum helt til í kjallaranum í Kongagøtu 8, og hevði samstarv við Gigni um hølir kring landið. Við tíðini flutti aldursmarkið seg til at fevna um børn og ung upp til miðnámsskúlaaldur, síðan upp til 25 ár. Í 2021 varð aldursmarkið hækkað til 35 ár.

Í 2018 flutti fyribyrgingardeildin hjá Bláa Krossi Føroya inn á loftið í Kongagøtu 8. DAT-ung, sum er ungdómsviðgerin hjá Blákrossheiminum var á miðhæddini, og Skjólið var framvegis virkið í kjallaranum. Hetta var ein stór betring í mun til umstøðurnar áðrenn, tí tilboðið hevði nú atgongd til hóskandi bólkahølir og samrøðurúm. Men tilboðið vaks skjótt og vegna økt virksemi hjá Títt Rúm hevði tilboðið tørv á meira plássi. Í 2020 varð avgerð tikin um, at Títt Rúm skuldi yvirtaka allar tríggjar hæddirnar í Kongagøtu 8. Virksemið hjá Skjólinum var tá steðgað, og annað tilboð var í kjallaranum. Hetta hevur gjørt stóran mun fyri virksemið hjá Títt Rúm, og hevur m.a. gjørt tað gjørligt at seta fleiri starvsfólk. Starvsfólkahópurin er farin frá at vera ein fyribyrgingarráðgevi í 2012 til at vera samanlagt 8 starvsfólk í 2023 (les meira á s. 8).

Umframt aldursmark, hølir og starvsfólk, hevur tilboðið eisini ment seg í mun til tær tænastur, sum verða veittar. Bólkar eru framvegis ein stórur partur av virkseminum, men harumframt eru einstaklingasamrøður, barnafokuseraðar foreldrasamrøður og familjusamrøður blivnar ein fastur partur av tilboðnum. Við hesum broytingum er meira fokus lagt á, at arbeiða við foreldrum og øðrum umsorganarpersónum rundan um børn og tannáringar. Børnini kunnu sleppa í bólk fyri at møta øðrum, sum hava rúsbundin foreldur, men tað týdningarmesta arbeiðið er ráðgeving og vegleiðing til tey, sum eru rundanum, og sum hava ávirkan á umstøðurnar hjá barninum. Hetta merkir eisini, at møguleiki er fyri at snikka saman júst tað rætta tilboðið til tann einstaka, út frá tørvi, møguleikum og fakligum metingum.

Bólkatilboðið hevur eisini ment seg frá „bert“ at hava fokus á tann einstaka bólkaluttakaran, og hvussu ein uppvøkstur við rúsbundnum foreldrum hevur ávirkað hann/hana, til eisini at arbeiða fyribyrgjandi í mun til næsta ættarliðið við barsilbólki og COSP-bólki. Í hesum bólkum møtast ung og vaksin í málbólkinum hjá Títt Rúm sum sjálvi eru blivin foreldur, og sum hava tørv á at viðgera alt tað, sum kann fylgja við foreldraleiklutinum, tá egin uppvøkstur hevur verið merktur av rúsi (les meira á s. 21)

Títt Rúm ynskir at takka øllum tykkum, sum hava víst vælvild, og sum heild hava stuðlað arbeiðinum hesi 10 árini. Eisini ein tøkk til øll tykkum, sum hava leitað sær hjálp hjá Títt Rúm hesi árini. Tit eru djørv og praktfull, øll somul!

BÓLKATILBOÐIÐ ØKT

Hetta árið hava fleiri fólk luttikið í bólkatilboðnum hjá Títt Rúm enn nakrantíð áður. Bólkaárið 2021-2022 vóru sjey bólkar við 45 luttakarum tilsamans, og hetta árið eru tølini vaksin til 14 bólkar við 83 luttakarum tilsamans. Hesi tølini telja eisini pinkubørnini, sum vóru við foreldrum sínum í barsilsbólki.

Har, sum vøksturin serliga sæst, er í bólkunum til tey í aldrinum 26-35 ár. Í fjørð var ein bólkur við fimm luttakarum í hesum aldursbólkinum, men í ár vóru tríggir bólkar við tilsamans 18 luttakarum í hesum aldursbólkinum. Hetta kann vera av tí at tilboðið er nýtt, og at fleiri í hesum aldrinum tí av álvara byrja at leita sær hjálp hjá Títt Rúm.

Barsilstilboðið kann eisini hava havt ávirkan. Hetta bólkaárið hava verið tríggir ymiskir barsilsbólkar við 15 luttakarum tilsamans, umframt pinkubørn teirra. Hetta tilboðið byrjaði tá seinasta bólkaár varð komið í helvt, so tí vóru bert fimm luttakarar tað árið. Foreldur við pinkubørnum kunnu hava trupult við at koma til bólkarnar, sum eru um kvøldið. Hetta eru tí møguliga luttakarar, sum annars ikki høvdu komið í bólk júst nú.

COSP-bólkur var eisini eitt nýtt tilboð hetta árið. COSP-bólkar eru heilt øðrvísi enn teir bólkar, sum Títt Rúm annars bjóðar. Hetta letur upp fyri, at fólk, sum annars ikki høvdu farið í bólk hjá Títt Rúm, kunnu luttaka í einum bólkatilboði, sum hóast alt er viðkomandi fyri tey. Les meira um COSP-bólkar á síðu 21.

Hetta bólkaárið skipaði Títt Rúm eisini ein sjálvhjálparbólk fyri fyrstu ferð. Luttakarar í sjálvhjálparbólki eru ung og vaksin, sum hava gingið í bólki hjá Títt Rúm, og ikki hava tørv á meira viðgerð, men framhaldandi ynskja at møtast og tosa við onnur, sum eru í somu støðu sum tey. Hetta eru ung, sum ikki høvdu hildið fram í bólki, um ongin sjálvhjálparbólkur var, og hetta kann soleiðis eisini hava ávirkað stóra vøksturin. Meira kann lesast um sjálvhjálparbólkin á síðu 27.

SJÁLVHJÁLPAR-BÓLKAR

Í januar 2023 byrjaði ein sjálvhjálparbólkur í Títt Rúm. Tað vóru tilsamans 5 einstaklingar (ung millum 20 og 26 ár), ið vóru liðug við at ganga í bólkatilboðnum í Títt Rúm, sum byrjaðu í hesum sjálvhjálparbólki.

Endamálið við hesum sjálvhjálparbólki er at møta øðrum í somu støðu sum ein sjálvur og at kunna hjálpa, stuðla og deila tankar um, hvussu ber til at handfara støður í sambandi við at hava eitt rúsbundið foreldur. Harvið hjálpir tann einstaki hinum, samstundis sum hann fær hjálp og stuðul sjálvur.

Munurin millum sjálvhjálparbólkin og hini bólkatilboðini í Títt Rúm er, at hann í stóran mun er leiddur av bólkaluttakarunum heldur enn einum bólkaleiðara. Tá bólkurin møttist fyrstu ferð í januar 2023 var ein bólkaleiðari til staðar og greiddi frá, hvussu tey skipaðu bólkin v.v. formi, strukturi og innihaldi. Eisini var bólkurin kunnaður um, at tey vóru vælkomin til at venda sær til starvsfólkið í Títt Rúm, um tey høvdu spurningar ella ivamál viðvíkjandi bólkagongdini. Bólkurin møttist 14. hvønn dag frá januar til síðst í juni og sum heild vóru tey væl nøgd við bólkagongdina.

TÍTT RÚM

FRAMEFTIR

Komandi árið ynskja vit at menna tey tilboðini, sum eru hjá Títt Rúm. Tilboðið flutti seg nógv seinasta árið, har barsilsbólkatilboðið vaks, Circle of Security Parenting byrjaði sum eitt nýtt tilboð, og sjálvhjálparbólkur var á fyrsta sinni. Harumframt var enn eitt nýtt starvsfólk sett. Málið komandi árið er leypandi at menna hesi tilboð – bæði í Tórshavn og í Suðuroy.

Ynskiligt er, at fólk kenna tilboðið, soleiðis at tey, sum hava tørv á tí, kunnu koma í samband við Títt Rúm. Hetta merkir, at tilboðið má vera sjónligt bæði á sosialum miðlum, og við at starvsfólk fara til tey tiltøk og tær ráðstevnur, sum eru viðkomandi fyri arbeiðið. Vit í Títt Rúm hava miðað ímóti at samstarva breitt, men við tíðini eru vit eisini farin at samstarva tættari við tey, sum eru serliga viðkomandi fyri arbeiðið hjá Títt Rúm. Hetta vilja vit halda áfram at menna.

Ein máti at upplýsa og samstarva er eisini at undirvísa fakfólki, sum arbeiða við børnum. Hetta eru vit byrjað uppá, og vit ynskja at gera meira av tí.

Nógv fakfólk, sum arbeiða við børnum, kenna tað trupult og avbjóðandi at tosa um rús og fyrihalda seg til tann veruleikan, sum nógv børn liva í. Vit kenna tað øll. Við at tosa um tað og hugleiða um egnar forðingar, kann tað gerast lættari.

Fíggjarliga málið er, at tilboðið skal koma í eina trygga legu. Politiska skipanin hevur víst tilboðnum vælvild seinastu árini, og hetta fegnast vit um. Tó er framvegis stórur munur á upphæddunum, sum verða settar av til rúsviðgerð, og so ta upphædd, sum Títt Rúm fær at virka fyri. So leingi eitt tilboð sum Títt Rúm hevur tørv á privatum stuðli fyri at megna raksturin, er vandi fyri, at tað kann detta niðurfyri.

Vit vilja framhaldandi arbeiða fyri at menna tænasturnar, sum Títt Rúm bjóðar. Virksemið verður alla tíðina ment, og starvsfólkini brúka orku uppá at nema sær nýggja vitan innan økið, soleiðis at viðgerðin altíð verður hildin á einum fakliga høgum støði.

Edva Jacobsen,
aðalskrivari

ALTAVGERANDI AT FYRIBYRGJA TÍÐLIGA

HEILSAN FRÁ AÐALSKRIVARA HJÁ BLÁA KROSSI FØROYA

Familjan er grundarlagið undir einum samfelag. Tað er tí av alstórum týdningi, at vit sum samfelag taka hond um tær familiur sum stríðast. Eitt stórt hjartamál hjá mær sum aðalskrivara og hjá Bláa Krossi Føroya sum felagsskapi, er at hjálpa familjum, sum hava tað tungt og eru neiliga ávirkaðar av rúsi.

Ofta er tøgnin sterk í familjum, har foreldur eru bundin av rúsi. Rústrupulleikin sjálvur, og ávirkanin hann hevur á tann rúsbundnað, eru ofta sjónligari enn ávirkanin rústrupulleikin hevur á tey avvarðandi. Tað sum ikki sæst, er ofta truplari at fyrihalda seg til. Men trupulleikin er har – sjálvt um hann ofta er meira ósjónligur. Tí gleðist eg almikið um, at Títt Rúm veitir eitt tilboð og er við til at hjálpa teimum, sum vaksa upp við rúsbundnum foreldrum.

Tá vit geva børnum, ungum og vaksnum rúm til at viðgera teirra kenslur og upplivingar, kunnu vit fyribyrgja at hesi sjálvi blíva bundin at rúsi, tá lívið gerst trupult. At fyribyrgja tíðliga er altavgerðandi og kann gera allan munin fyri tann einstaka. Vit mugu gera alt vit kunnu fyri at fyribyrgja, at ein uppvøkstur við rúsbundum foreldrum fær ov stóra ávirkan á teirra vaksna lív.

Eg vil at enda takka øllum stuðlum fyri sýndan stuðul og vælvild – bæði privatum og almennum.

Eg vóni og vænti at føroyska samfelagið og politiska skipanin framhaldandi kemur at síggja virðið í einum tilboði sum Títt Rúm, og í framtíðini vil veita øktan stuðul, soleiðis at vit kunnu røkka enn longur út um landið, og at tilboðið kemur í eina trygga fíggjarliga legu.

Vinarliga,
Edva Jacobsen

Modellmynd

TÍTT RÚM

Bláí Krossur