

Prata om föräldraskap!

Materialet har utvecklats inom projektet Helhetslyftet som drivs av Folkhögskoleförvaltningen i VGR och finansierats av EU:s Asyl-, migrations- och integrationsfond (AMIF). Det är fritt att använda och sprida i undervisningssammanhang utifrån angivna riktlinjer i slutet av materialet.

Publicerat: 13 juni 2025

Materialet kommer inte uppdateras kontinuerligt.

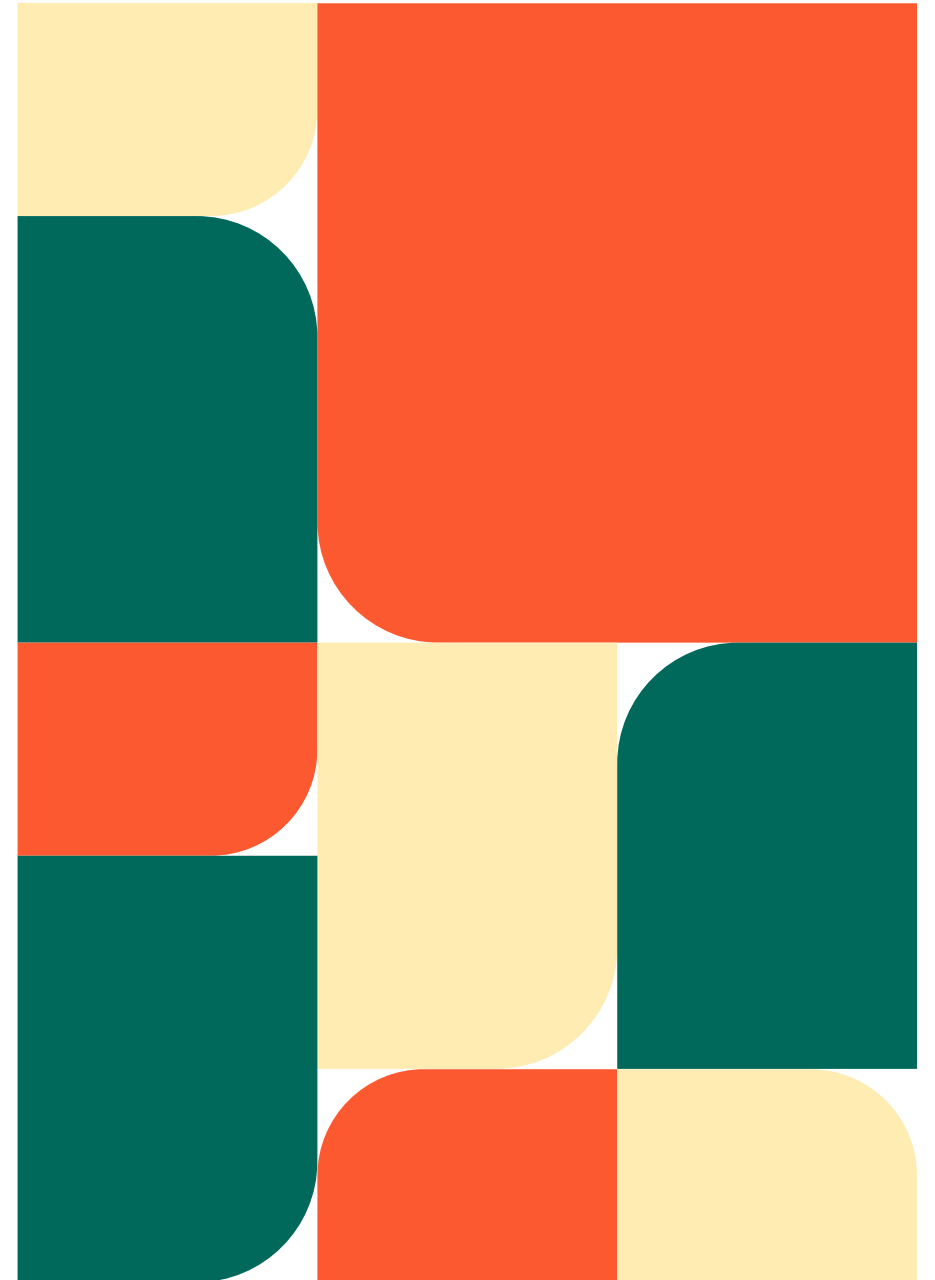
Pedagogiskt material är framtagit av:

Hanna Damber och Martin Palmstedt

Illustrationerna är gjorda av:

Mattias Kvick

Till materialet finns en handledning som finns att hämta på <https://www.vgrfolkhogskolor.se/helhetslyftet>



Familjen

Vi ska:

- Prata
- Diskutera
- Lyssna
- Lära av varandra.

Du får:

- Ändra dig, om du vill.

Det finns inga rätta svar!



Pappa
Majd

Mamma
Sara

Rayan

Sofia

Mona

Sidnavigering

Introduktion- identitet och kultur	Uppfostran Vad betyder uppfostran? Lära barn hur de ska vara och göra	12
Skola och förskola i Sverige	Hjälp i skolan Hur kan skolan hjälpa barnen?	30
Gränssättning Att bestämma över barnen	Fostra och uppfostra Vad är fosterfamilj? Fosterfamiljens roll Fosterfamiljens utmaningar	37
Stöd och hjälp till familjen	En person – flera kulturer Att hjälpa ett barn i en ny kultur	49
	Vem bestämmer?	54
	BVC Barnhälsovårdens roll	68
	Socialtjänsten Vad kan du som socialtjänstens i Sverige?	74
	Risiker i närområdet Hur kan du skydda ditt barn i närområdet?	83

Introduktion- identitet och kultur

Invandring i Sverige

- Cirka 10,5 miljoner invånare i Sverige.
- Cirka 2 miljoner är inte födda i Sverige (= 20%).

Stora invandrargrupper i Sverige:

- Syrien
- Irak
- Finland
- Polen
- Somalia
- Afghanistan
- Jugoslavien
- Bosnien och Hercegovina
- Turkiet
- Tyskland
- Indien
- Eritrea
- Thailand



Det är svårt!

- Det är svårt att vara förälder!
- Det **kan** vara ännu svårare att vara förälder i ett annat land!
- Det finns många likheter, men också många skillnader.

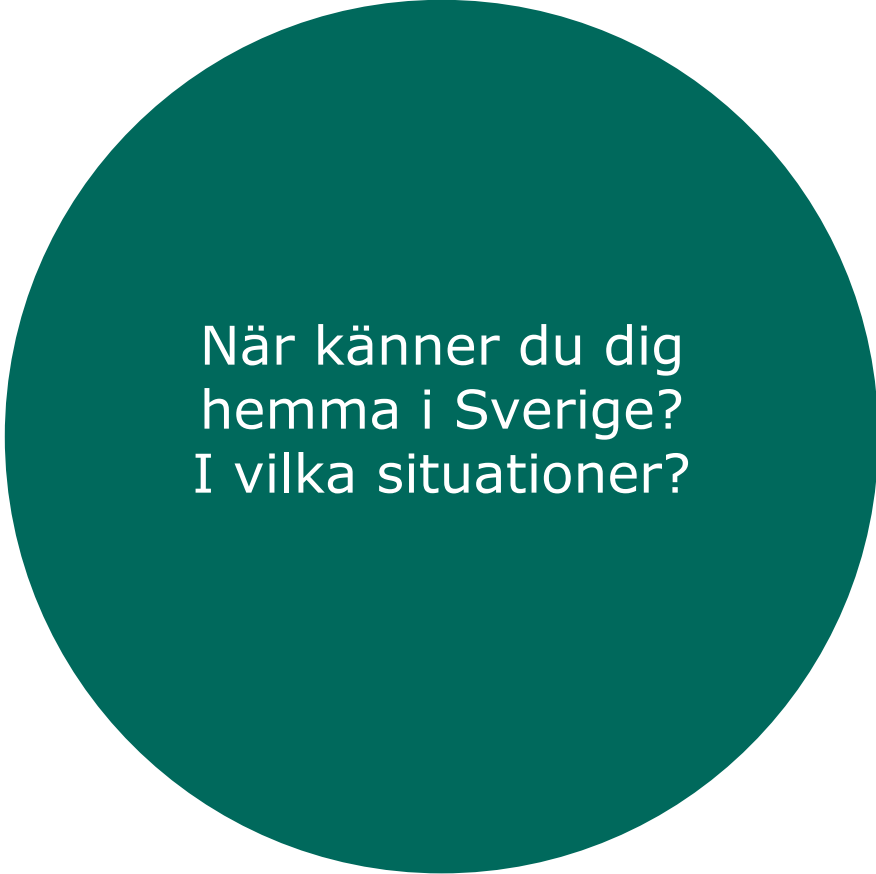


Viktigt!

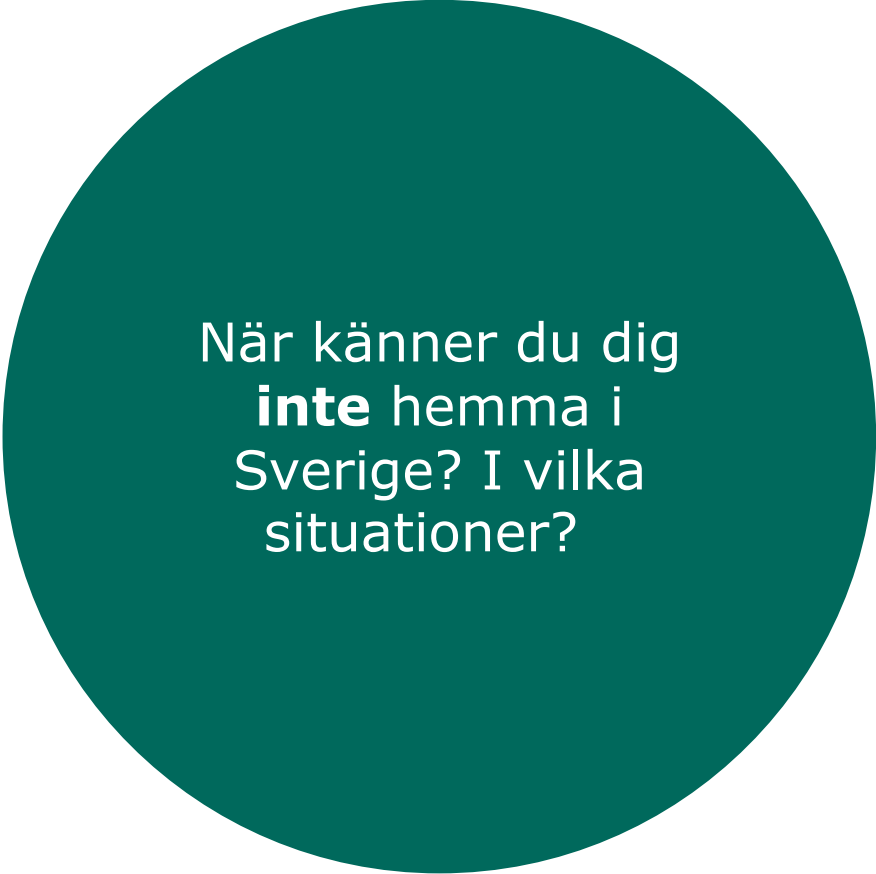
- Alla föräldrar vill göra bra för sina barn.
- Alla föräldrar tycker olika.
- Du är en bra förälder.
- Du har rättigheter som förälder.
- Du ska bestämma över dina barn.
- Din historia/kultur/språk/religion är viktig för dina barn.
- Det finns många olika sätt att lösa ett problem.



Att känna sig hemma



När känner du dig
hemma i Sverige?
I vilka situationer?



När känner du dig
inte hemma i
Sverige? I vilka
situationer?

Kulturell ryggsäck= din identitet

Om din identitet är en "ryggsäck" som du bär genom livet:

- Vilka saker från ditt hemlands kultur vill du **ha kvar** i väskan?
- Vilka vill du **ta bort**?
- Vilka saker vill du **lägga till**, i din väska, från Sverige?



Ta ställning! - Uppvärmning

- Jag gillar hösten i Sverige.
- Fotboll är en rolig sport.

Ta ställning!

- Det är viktigt att göra sina föräldrar stolta.
- Det är viktigt att köpa det som barnen vill ha.
- Gamla människor ska ha mer respekt än yngre.
- Det är viktigt för kvinnor att ha ett jobb.
- Kvinnor och män ska ha lika lön.
- Flickor och pojkar ska behandlas lika/samma.
- Kvinnor är bättre på att ta hand om barn.

Uppfostran





Vad betyder uppfostran?

Lära barn hur de ska vara och göra!

Vem gör vad?

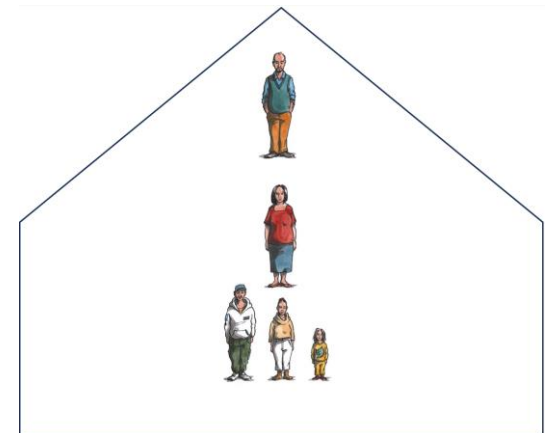
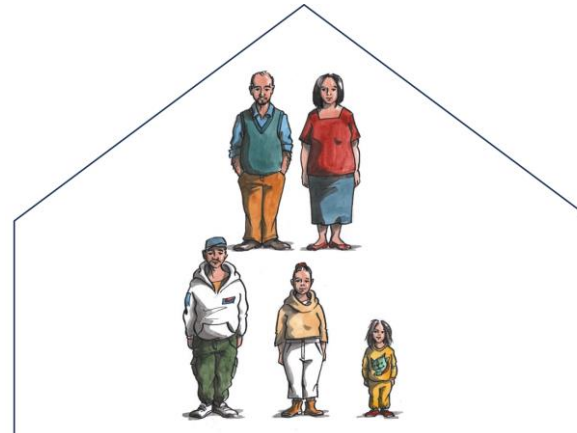
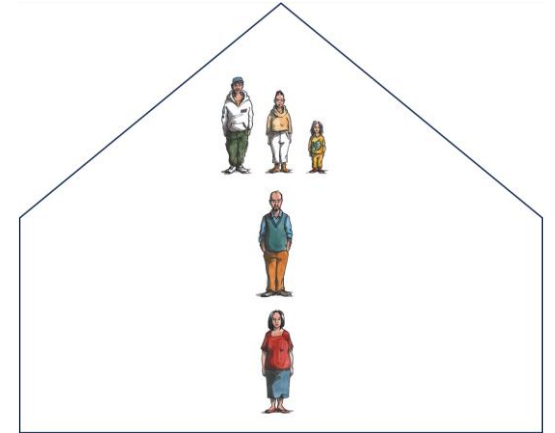
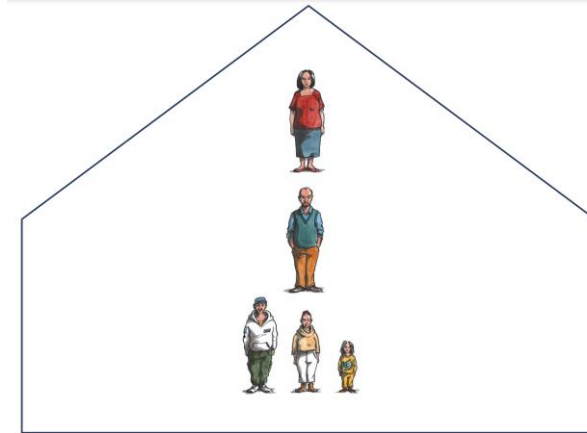
- Titta på era papper!
- Dra streck!
- Vem gjorde saker **när du var barn**?
- Vem gör saker **nu**?

Vem gör saker hemma - Nu

Leka med barnen	
Tvätta	
Städa	
Uppfostra barnen	
Handla mat	
Ansvar för ekonomi	
Handla saker till barnen	
Hjälpa med skolarbete	
Arbeta utanför hemmet	
Laga mat	
Diska	

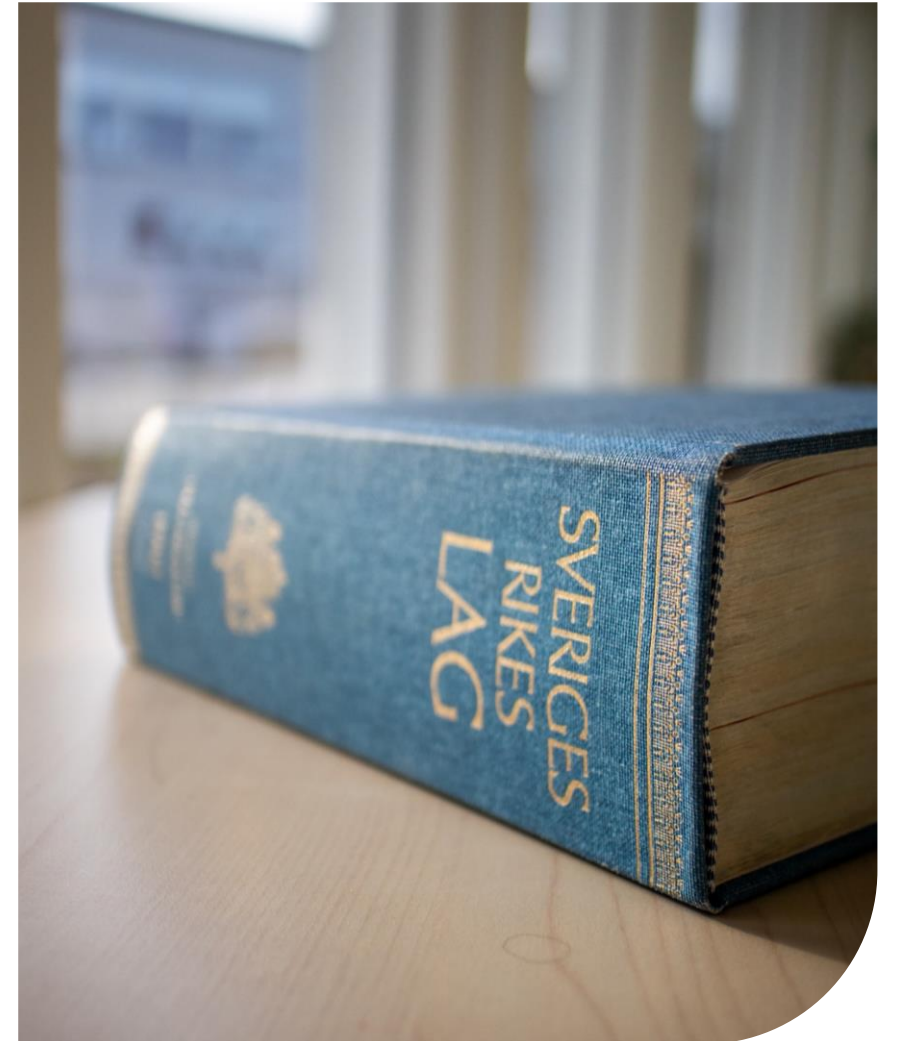
Vem ska bestämma i en familj?

1. Vilken bild tycker du känns mest rätt, varför?
2. Hur var det när du var litet barn, vem bestämde?
3. Hur kan det bli i en familj om barnen bestämmer?



Barnkonventionen

- 54 regler.
- Juridiskt dokument (=lag).
- **Samhället** måste hjälpa barn.
- Barn: från 0 till 18 år.
- 4 regler är extra viktiga:
 - 2) Alla barn har **samma rättigheter** och **lika värde**.
 - 3) Vuxna ska **lyssna och respektera** barn när man **bestämmer** över barn, till exempel politiker och domstolar.
 - 6) Alla barn har rätt till **liv** och **utveckling**.
 - 12) Alla barn har rätt att **säga vad de tycker och tänker**.
- 2020 lag i Sverige.



Skola och förskola i Sverige

Ämnen i svenska grundskolan

Vilka ämnen fanns, i skolan i ditt hemland?

- ENGELSKA
- MATEMATIK
- MUSIK
- HISTORIA
- RELIGION
- BILD
- SPRÅK
- SAMHÄLLSKUNSKAP
- IDROTT
- TRÄSLÖJD
- TEXTILSLÖJD
- SEX OCH SAMLEVNAD
- HEMKUNSKAP
- BIOLOGI
- FYSIK
- KEMI

Olika skolämnen – viktiga eller inte?

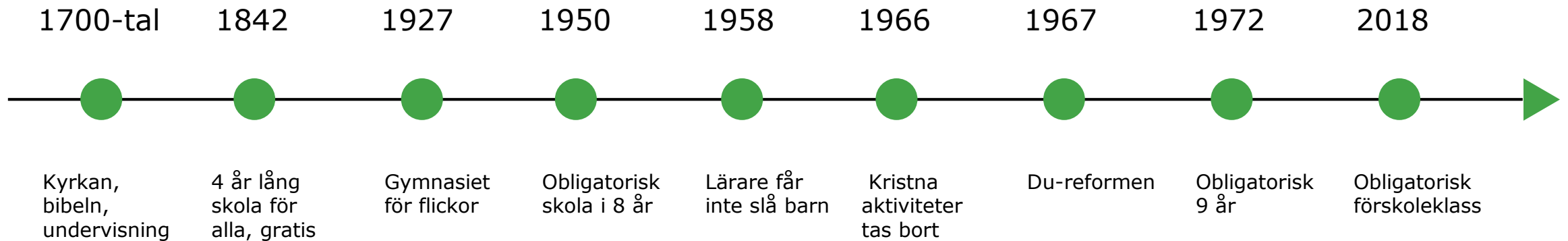
Du får lappar med olika skolämnen i den svenska skolan:

- Titta på lapparna med skolämnen.
- Organisera alla ämnen från **viktigt** till **mindre viktigt**.

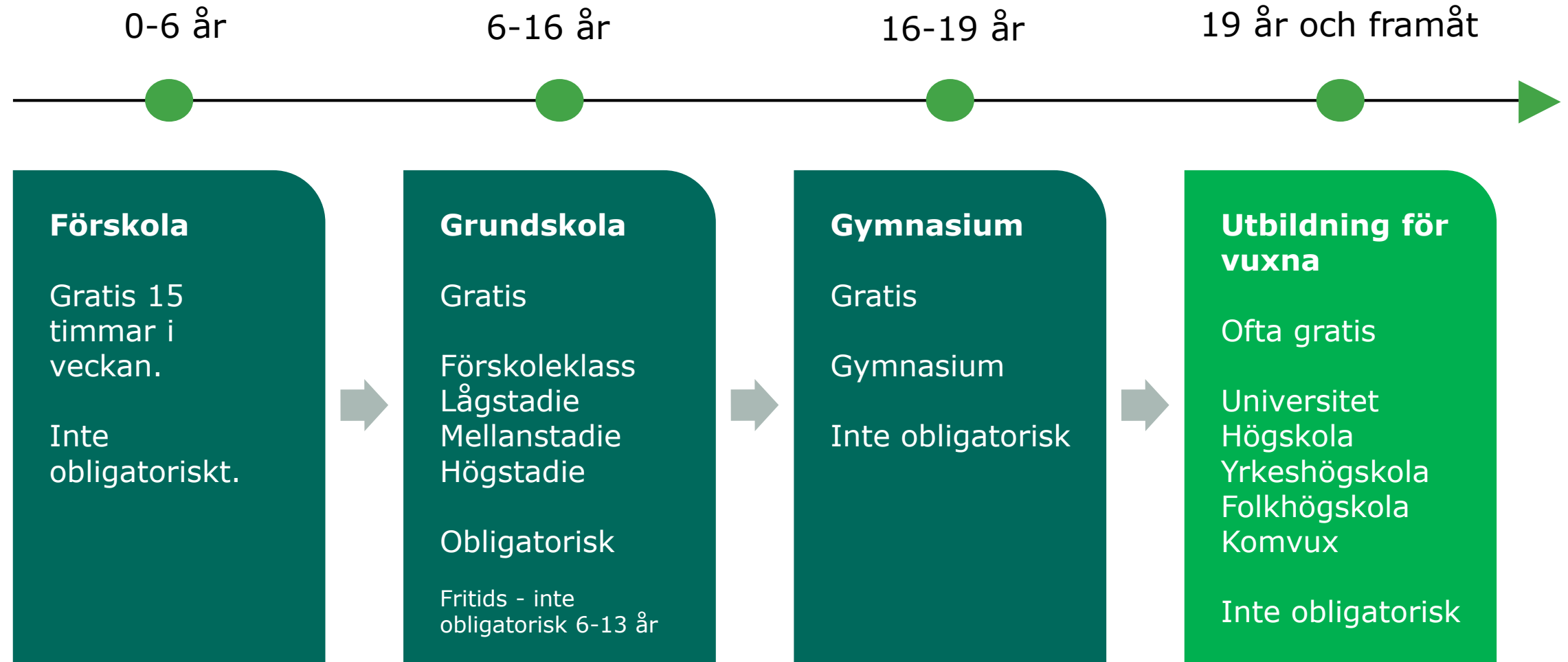
Hur har svenska skolan ändrats?

Auktoritär

Demokratisk



Svensk skola



Svensk skola

Läroplan - förskola, grundskola fritids och gymnasieskola

Läroplan: Viktiga saker som ALLA ska lära sig. Samma i (nästan) alla skolor i Sverige.

Skolplikt: Betyder att alla barn 6-16 år **SKA** gå i skolan.

- Ansvar föräldrarna- få ditt barn till skolan.
- Ansvar skolan- hjälpa barnet att komma till skolan.

Betyg: A, B, C, D, E, (F) från årkurs 6 till åk 9 (slutbetyg)

----> Slutbetyg för att börja gymnasiet

----> Slutbetyg för att börja högskola/universitet

Situation - Är förskolan viktig?

Majd och Saras yngsta barn, Mona, går på förskolan. Men hon är liten!

Är förskolan bra för små barn? Hemma är bättre, tänker Majd och Sara ibland.

Barnen är viktigast i Majds och Saras liv.

1. Varför finns förskola, tror du?
2. Vad händer i familjen om Mona **inte** går på förskolan?
3. Vad är bra med förskolan, tror du?



Är förskolan viktig?

- Att leka med andra barn - viktigt.
- Att läsa böcker och prata om böcker - viktigt.
- Att lära sig om matematik och siffror - viktigt.
- Att lära sig lösa problem och prata om hur du känner - viktigt.
- Att prata om demokrati - viktigt.
- Att lyssna och läsa på svenska - viktigt.
- Forskning: Svårare i skolan med svenska om barnet INTE pratat svenska på förskolan.
- **Alla förskolor har en läroplan.**
- **Utvecklingssamtal - viktigt.**



Situation- Skola och pengar

Det är morgon. Sofia ska gå till skolan. Sofia frågar sin pappa om hon kan få pengar.

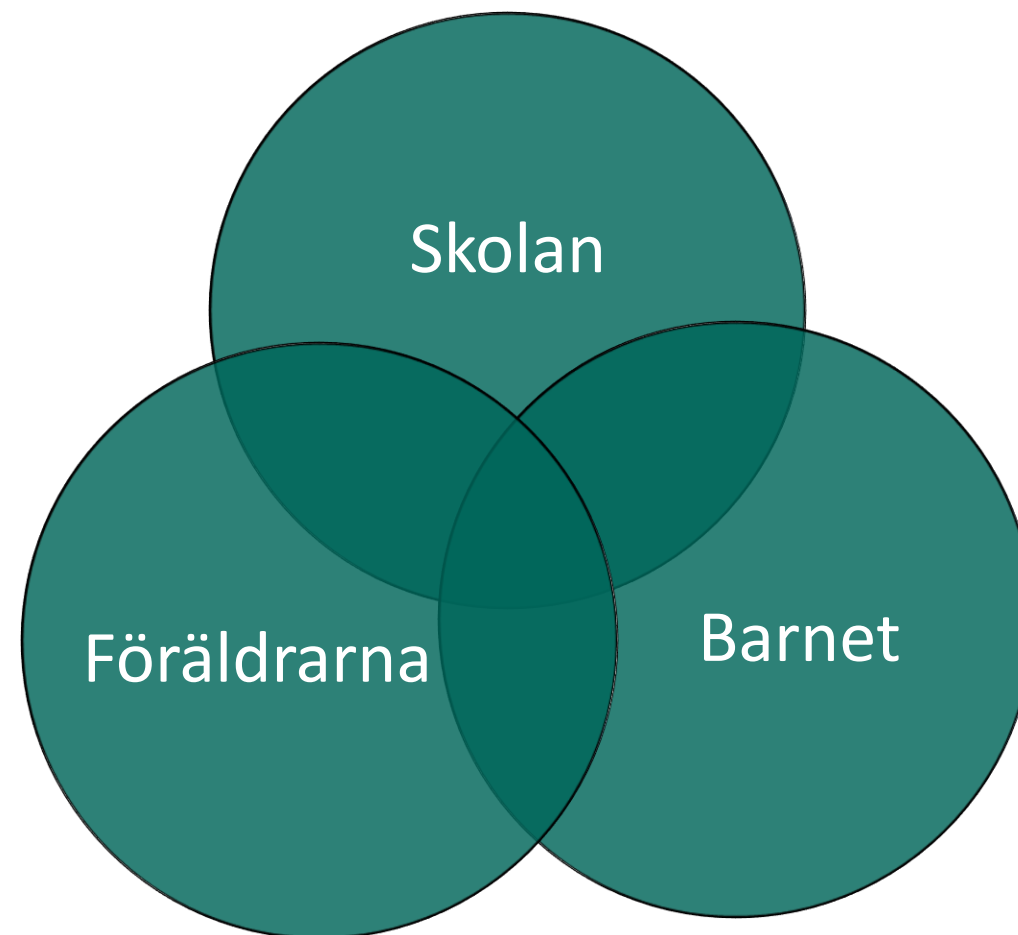
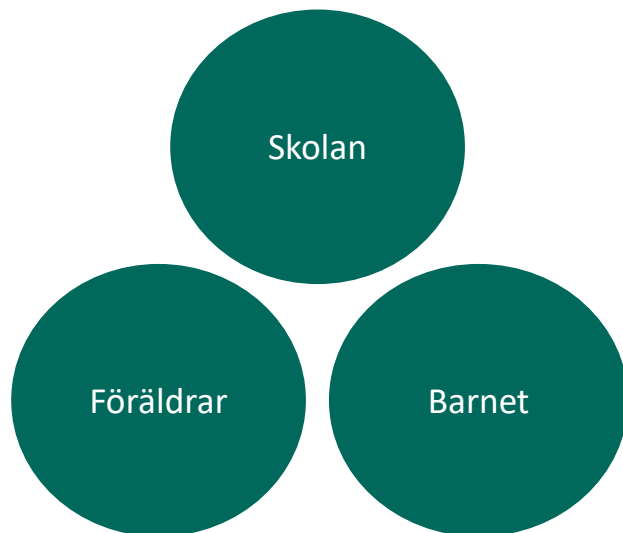
– Alla mina kompisar får pengar för att köpa saker när de går till skolan. Alla mina kompisar köper saker. Jag vill också köpa saker. Jag vill ha 50 kronor.

Majd ger Sofia 50 kronor. Nästa dag vill Sofia ha 50 kronor igen. Nu vill inte Majd ge mer pengar.

1. Vad kostar i skolan?
2. Ska Majd ge pengar till sitt barn?
3. Vad kan Majd göra i den här situationen?



Skolan är viktig – för alla!



Situation- Ett möte

Sara får ett brev från skolan.

Kom till skolan med ditt barn Sofia, skolan vill ha ett möte, stod det i brevet.

Brevet är på svenska. Sara förstår INTE brevet. Sara och Sofia går till mötet. Läraren pratar fort på svenska. Svår svenska. Läraren är stressad. Sara förstår inte mycket. Sofia är arg och ledsen. Mötet tar slut och Sara och Sofia går hem. Sofia vill inte prata om mötet.

1. Hur känner sig mamma, tror du?
2. Hur känner sig Sofia, tror du?
3. Vad kunde läraren gjort annorlunda **innan** mötet?
4. Vad kan mamma göra **nästa gång** det är ett möte?



Olika typer av möten i skolan

Utvecklingssamtal

2 gånger varje år. Barnet, förälder och lärare pratar tillsammans.

- Hur går det i skolan?
- Vad fungerar bra?
- Vad fungerar inte bra?
- Hur kan föräldrar och skola hjälpa barnet?

Föräldramöte

Alla föräldrar i en klass träffar varandra. Läraren ger mycket information om klassen, skolan, regler. Föräldrarna frågar frågor till läraren.

Läraren kontaktar föräldern

på mail, brev, sms eller ringer. Läraren vill prata med föräldern om barnet.

Dagordning föräldramöte

Plats: Slättegrensskolan

Datum: 25 oktober 2023

Tid: 17:00 – 18:30

Punkter på dagordningen:

1. Information om schema
 2. Information om läxor
 3. Information om skolans digitala plattform
 4. Skolsköterskan informerar om hälsokontroll
 5. Val av klassföräldrar
 6. Diskussion om klassresa
 7. Övriga frågor
-

Situation - Läraren

Sara vill prata med Sofias lärare. Det är viktigt tycker Sara.

Varför är Sofias betyg i engelska så dåliga? tänker Sara. Sara går till skolan och väntar på läraren.

Där kommer läraren!

Men läraren tittar på Sara och säger:

– Jag har inte tid just nu.

Sen går läraren.

1. Hur känner sig Sara när läraren går, tror du?
2. Varför stannar inte läraren och pratar med Sara, tror du?
3. Vad kunde Sara ha gjort annorlunda?



Kontakt med skolan

- *"Prata med skolan", "Prata med läraren!", "Prata med handläggaren!"*
- Ja! **Men boka tid.** Många är upptagna och jobbar mycket och det är viktigt att boka en tid.
- Du har rätt att få en tid!
- *"Jag kan inte".* Avboka tid! Byt tid!
- Boka och avboka tid - mail, sms eller ring.
- **Passa tiden.** Kom i tid. Du visar respekt när du är i tid.



Hjälp i skolan

Hur kan skolan hjälpa familjer

Situation- Hon vill inte gå i skolan.

Familjen har en granne. Grannens barn är 13 år. Hon går på högstadiet. Hon vill inte gå till skolan. Hon är ledsen varje dag. Hon gråter. Varje dag bråkar grannen med sin dotter:

- Jag vill inte gå till skolan, jag hatar skolan, jag mår dåligt! Jag har ont i magen i skolan, skriker flickan.
- Du måste gå till skolan! Det är skolplikt i Sverige! Kanske kommer socialtjänsten och tar dig. Du måste gå till skolan varje dag!, säger grannen.

1. Hur mår grannen i den här situationen?
2. Hur mår barnet i den här situationen?
3. Det är viktigt att grannen pratar med skolan, varför?



Borta från skolan?

Skolplikt: skyldighet att komma till skolan (måste).

Skolplikt: rättighet att komma till skolan (får).

"Giltigt skäl" = bra anledning att vara borta.

- sjukdom
- läkarbesök
- ledighet när rektorn sagt **JA** ("ansökan om ledighet").

Varför? - Barnet kanske inte klarar skolan lika bra som andra barn.

Situation- Samtal från läraren.

Läraren ringer till Majd.

– Sofia jobbar inte i skolan, Sofia kommer sent till lektionerna. Sofia glömmer böcker och dator. Sofia säger att hon har kaos i huvudet. Jag är orolig, säger läraren.

Majd känner sig orolig över sin dotter. Hur kan han hjälpa sin dotter?

1. Vad känner Sofia, tror du?
2. Är Sofia sjuk? Finns det medicin, tror du?
3. Vem ska hjälpa Sofia, skolan eller föräldrarna?
4. Hur kan föräldrarna hjälpa Sofia?



Hur kan skolan hjälpa ett barn?

- Många barn mår dåligt - det finns hjälp.
- Föräldrarna är viktiga – arbeta tillsammans med skolan.
- Alla skolor har EHT = ElevHälsoTeam
- EHT = skolkurator, skolsköterska, specialpedagog, skolpsykolog, rektor.
- EHT träffar varandra och pratar om barnen på skolan - "Hur mår barnen?" "Vem behöver hjälp?" "Vad kan skolan göra?"
- Orolig? Prata med en lärare eller personal! Viktigt att du tar kontakt!
- Skolan och föräldrar gör en plan tillsammans.



Vad gör skolan?

- Skolan MÅSTE hjälpa familjen.
- EHT utreder (= frågar/pratar med familjen/pratar med barnet)
- Finns hjälp! Exempel: bättre schema, extra mycket tid, extra personal, andra böcker/material = extra stöd/anpassningar (= ändra i skolan).
- EHT kan rekommendera familjen till BUP (barn och ungdomspsykiatri).
- BUP gör utredning om NPF
- NPF betyder neuro -psykiatriska -funktionsnedsättningar
- T.ex. ADHD, Autism, ADD, Tourettes syndrom
- Inte en sjukdom – ingen "medicin", hjärnan fungerar annorlunda, i vissa situationer.



Barnkonventionen

- Barn har rätt till utbildning (att gå i skolan).
- Barn ska inte diskrimineras (alla ska behandlas lika).
- Barn har rätt att få hjälp om de har svårt i skolan.
- Föräldrar (och skolan) ska hjälpa barn att komma till skolan och att få utbilda sig.
- Barn ska få lära sig om barnkonventionen i skolan.

Barnkonventionen

13

- 54 regler.
- Juridiskt dokument (= lag).
- **Samhället** måste hjälpa barn.
- Barn: från 0 till 18 år.
- 4 regler är extra viktiga:
 - 2) Alla barn har **samma rättigheter** och **lika värde**.
 - 3) Vuxna ska **lyssna och respektera** barn när man **bestämmer** över barn, till exempel politiker och domstolar.
 - 6) Alla barn har rätt till **liv** och **utveckling**.
 - 12) Alla barn har rätt att **säga vad de tycker och tänker**.
- 2020 lag i Sverige.



Fostrar och uppfostror

Vad är skillnaden?

- Familjen uppfostrar.
- Skolan fostrar.

Situation- Hota med socialtjänsten.

En familj får ett brev från skolan. Specialpedagogen vill ha ett möte.

Specialpedagogen? Inte bra. De kanske kontaktar Socialtjänsten, tänker familjen.

– Du får inte bråka i skolan! säger mamma och pappa. Bråkar du i skolan kommer Socialtjänsten.

– Jag ska vara lugn och snäll, perfekt, säger barnet.

Nästa vecka gråter barnet mycket.

– Förlåt mig, förlåt mig. Jag bråkade idag, nu kommer Socialtjänsten, säger barnet.

Mamma och pappa förstår inte.



1. Varför blir barnet rädd och gråter?
2. Vad händer om man hotar barn med Socialtjänsten?

Skolan är viktig- för alla!

Viktigt att prata bra om skolan till ditt barn.

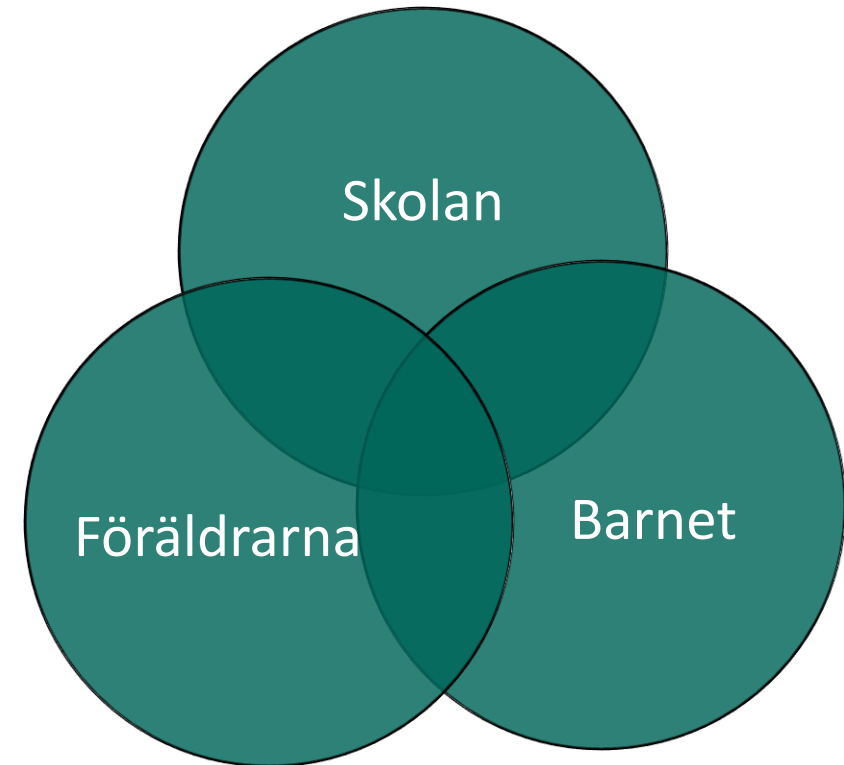
Fråga frågor:

- Vad hände i skolan idag?
- Vilka kompisar lekte du med?

Förstå skolan/läraren:

- Varför tror du läraren säger så?

Kom ihåg! Skolan/läraren vill bra saker för ditt barn!



Gränssättning
Att bestämma över barnen

Vad tycker vi om?

Vad tycker **du** om att göra med ditt barn?

Vad tycker **ditt barn** om att göra tillsammans med dig?



Hur länge är man ett barn?

Du är ett barn från 0 till 18 år.

Barn och ungdomar behöver sina föräldrar, men på olika sätt.

1. Hur behöver yngre barn sina föräldrar?
2. Hur behöver ungdomar sina föräldrar?
3. Vad kan vara samma för alla barn 0-18 år?



Situation – Skrik i mataffären

Det är tisdag och kväll. Majd är i mataffären med Mona. De ska köpa mat till middag. Mona vill ha godis.

- Jag är hungrig! Jag vill ha godis, skriker Mona
- Nej, vi ska äta middag hemma. Inget godis, säger Majd.

Mona skriker högt. Hon lägger sig på golvet och skriker- jättehögt! Andra personer i affären tittar på Majd. Majd känner sig trött och ledsen. Mona vill aldrig lyssna på honom.

1. Varför blir Mona arg och skriker?
2. Vad känner Majd när personer i affären tittar på honom, tror du?
3. Vad kan Majd göra i den här situationen?
4. Vad kunde Majd göra INNAN de gick till mataffären?



Situation – Skärmar

Familjen äter middag! Äntligen hela familjen hemma, tänker föräldrarna. Sofias mobil låter hela tiden. Hon tittar på mobilen och tar bilder när hon äter.

- Ta bort mobilen, säger pappa.
- Snart, svarar Sofia.

1. Är situationen ett problem, tycker du?
2. Hur kan familjen lösa problemet till nästa middag?
3. Hur mycket tid får en 12-åring titta på skärm varje dag, tycker du?



Skärmtid

- Hur länge är okej att använda skärmar? 1 timme? 5 timmar? Familjen bestämmer tillsammans.
- Det är inte samma för yngre barn som för äldre barn. Yngre barn behöver leka.
- Äldre barn träffar kompisar i spel och sociala medier, vilar och lära sig saker.
- Det är viktigt med balans! Fysisk aktivitet, skolarbete och kompisar.
- Prata med barnen. Var intresserad. Försök förstå.
- "Kan du visa?", "Vilka appar är roligast?", "Visa en rolig video", "Hur funkar spelet?".
- Hur mycket använder jag min mobil? (Du är vuxen - förebild - barn gör som vuxna gör).
- Finns det problem? Ja! Barnet slutar vilja göra saker! Ändrar beteende? Tänker bara på spel, eller mobilen? Sök hjälp på vårdcentral.



Situation – Stress på morgonen

Klockan är nästan 08:00 och Majd och Sara måste gå till sina jobb. Mona ska till förskolan och har fortfarande pyjamas. Hon vill inte. Hon vill leka!

– Jag leker, mamma! Jag vill leka mer! Kom, pappa! Lek med mina dockor, säger Mona.

Mamma och pappa är stressade.

1. Vad säger de till Mona?
2. Vad gör du när du känner dig stressad?



Situation – Min dotter är ingen tjuv

Majd städar i lägenheten. I Sofias byrå hittar han smink och nagellack. Han frågar Sofia var hon köpt sakerna. Sofia har inga pengar! Hon kan inte köpa dyra saker! Sofia gråter.

Sofia har stulit sakerna med sin kompis. Majd tror inte på Sofia. Sofia är ingen tjuv. Majd har ingen tjuv i sin familj. Majd ringer kompisens förälder och är arg. Deras dotter är en tjuv, inte hans dotter!

1. Hur känner sig Majd?
2. Hur känner sig Sofia, tror du?
3. Vad kan Majd göra i den här situationen?
4. Vad tror ni att kompisens pappa säger eller tycker?



Barn är barn

- Barn gör fel, ibland.
- Barn förstår inte, ibland.
- Barn tänker inte på konsekvenserna, ibland.

Det är normalt för barn.

Hur gör vi när barnen gör fel?



En person – flera kulturer

Att hjälpa sitt barn i ett nytt land.

Förväntningar



1. Har du förväntningar på ditt barn i Sverige?
2. Hade dina föräldrar förväntningar på dig?
3. Är det samma förväntningar?



En person – flera kulturer

1. Kan man vara både svensk och något annat?
2. Vad är bra med flera kulturer?
3. Vad är svårt med flera kulturer?
4. Hur kan föräldrar hjälpa sina barn i denna situation?



Situation– Efter skolan

Sara hämtar Sofia efter skolan. Sofia är arg.

– Varför kommer du till min skola, skriker Sofia.

– Ingen annan mamma kommer till skolan. Du jobbar inte. Du kan inte prata svenska. Varför kan du inte lära dig svenska och få ett riktigt jobb. Mina kompisar tycker att du är konstig, skriker Sofia.

Sara vet inte vad hon ska svara.

1. Hur känner Sofia, tror du?
2. Hur känner Sara, tror du?
3. Rollspel: Du är Saras kompis. Vad säger du till Sara för att hjälpa henne?



Vem bestämmer?

Hur sätter jag gränser för mina barn?

Föräldrar behöver **bestämma** över sina barn!

Bestämma = konflikter/bråk ibland.

Vi måste hitta olika sätt att lösa konflikter utan våld.

1. När får föräldrar bestämma?
2. När får barn bestämma?
3. När kan föräldrar och barn bestämma tillsammans?

Studier _____
Vänner _____
Alkohol _____
Tobak _____
Kärlek _____
Gå ut på kvällen _____
Jobb _____
Köpa saker/pengar _____
Kläder _____



Situation – Sent på kvällen

Klockan är 22:30 en torsdag.

Rayans kompis ringer:

– Rayan, kom ut!

Rayan säger:

– Jag går ut pappa.

Majd känner inte kompisen. Vem är kompisen? Är det en bra kompis? Majd vet inte. Majd tycker det är sent att gå ut och säger:

– Nej.

Rayan lyssnar inte på Majd. Rayan går till kompisen.

1. Varför säger Majd "Nej"?
2. Hur känner sig Majd när Rayan inte lyssnar?
3. Vad ska Majd göra i denna situation, tycker du?



Vad kan föräldrar göra?

- Prata med barnet (kommunikation är viktigt) Prata innan du blir arg/upprörd/ledsen.
- Bestäm tider, platser **TILLSAMMANS** med barnet. När måste barnet komma hem? Var får barnet vara? Var får barnet inte vara?
- "Kommer du sent får du inte gå ut till helgen" (konsekvenser viktigt).
- Kontakta kompisars föräldrar (få ett telefonnummer). Kontakta om du är orolig.
- Kontakta skolan (säg att du är orolig, berätta varför).
- Ge barnet förslag på aktiviteter på fritiden. = aktiviteter efter skolan är viktigt för hälsan.
- 10 bra minuter!
- Prata hemma om skolan, livet och vänner = visa att du är intresserad, **fråga mycket, lyssna mycket.**



Barnkonventionen

Barnkonventionen artikel 16:
Alla barn har rätt till sitt **privat-** och familjeliv.

1. Vad är privat för ett barn? Ge exempel.
2. Får jag titta i mitt barns telefon? Mitt barns rum? Mitt barns väska?
3. Får jag förbjuda mitt barn att gå ut på kvällen?



Situation – Hota med Socialtjänsten

- Jag vill ha en ny jacka, pappa! Alla andra har nya och dyra jackor! Min jacka är gammal och ful, säger Rayan
- Nej! Vi har inte pengar nu! Tyvärr, säger Majd.
- Då ringer jag till Socialtjänsten! Jag säger att du är en dålig pappa! Du tar inte hand om mig, skriker Rayan.

1. Gör Majd rätt?
2. Hur känner sig Majd?
3. Hur känner sig Rayan?
4. Vad kan Majd göra i situationen?




Barnkonventionen och att sätta gränser.

- Barn har rätt att få veta vad som händer i Sverige och i världen (rätt till information).
- Barn har rätt att skyddas från filmer och texter som skadar barnet (föräldrar får säga nej till digitalt innehåll om man upplever att det skadar barnet.).
- Föräldrar ska hjälpa barn att få sina rättigheter från samhället.
- Föräldrar ska ta hand om barn tillsammans.

Barnkonventionen 13

- 54 regler.
- Juridiskt dokument (= lag).
- **Samhället** måste hjälpa barn.
- Barn: från 0 till 18 år.
- 4 regler är extra viktiga:
 - 2) Alla barn har **samma rättigheter** och **lika värde**.
 - 3) Vuxna ska **lyssna och respektera** barn när man **bestämmer** över barn, till exempel politiker och domstolar.
 - 6) Alla barn har rätt till **liv** och **utveckling**.
 - 12) Alla barn har rätt att **säga vad de tycker och tänker**.
- 2020 lag i Sverige.



Vem bestämmer?

Det gör jag visst!
Jag har ansvar.

Att du är säker, att du får bra
mat, kläder, hem, kärlek,
trygghet, mår bra, går i skolan.

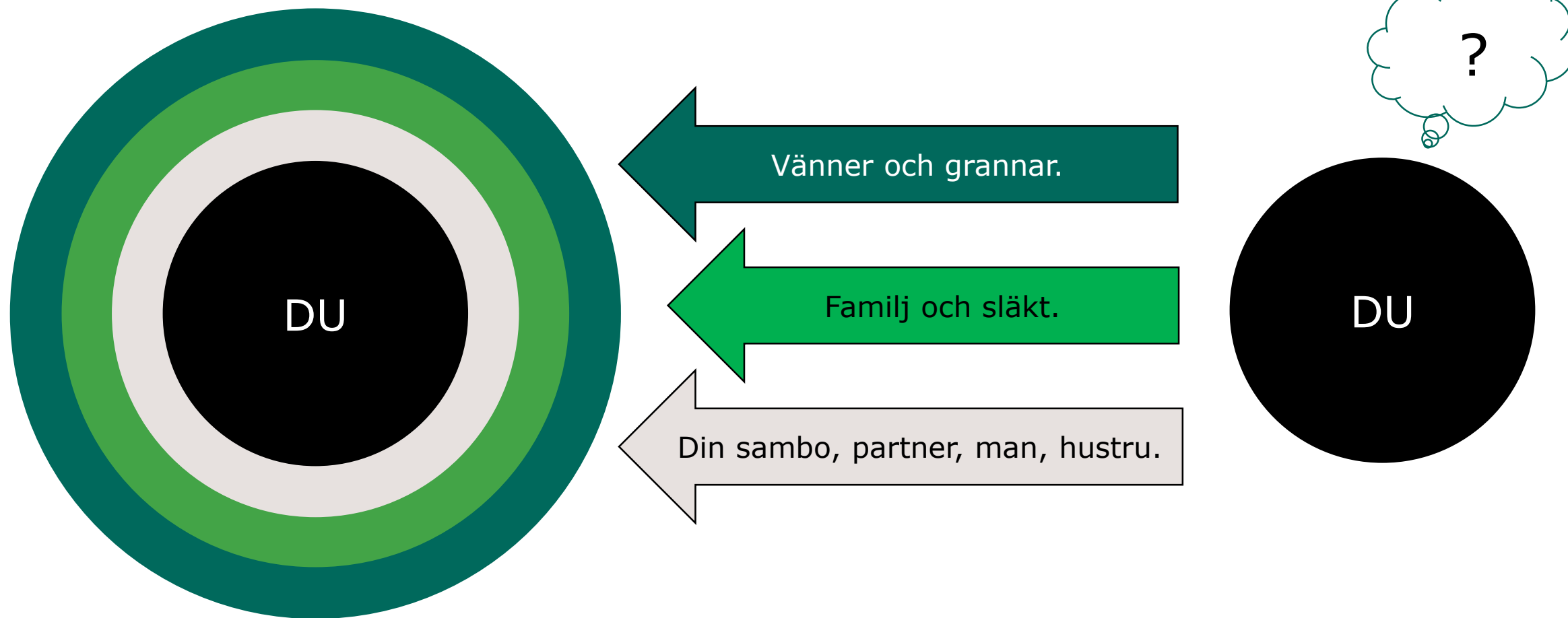
= Jag bestämmer

Du bestämmer
inte över mig!



Stöd och hjälp till familjen

Vem hjälper dig?

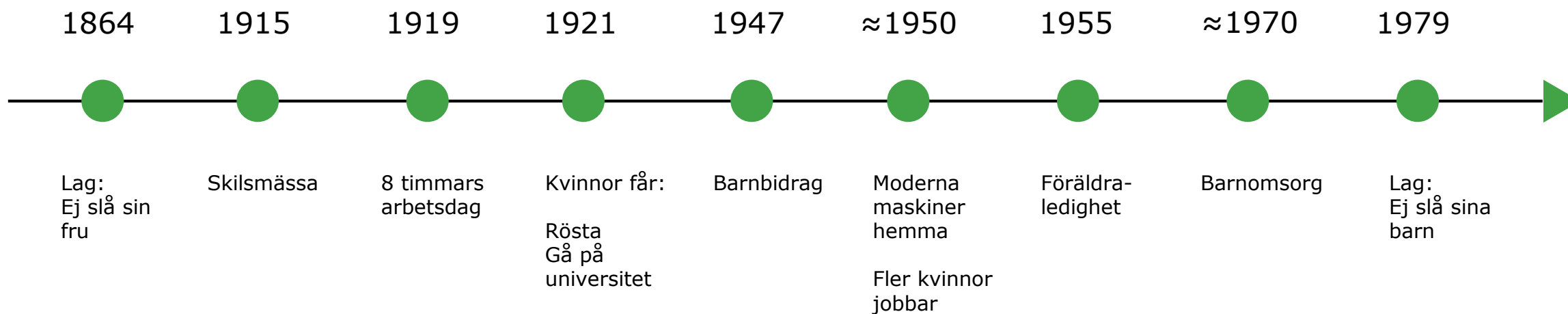


Sverige är ett speciellt land

- Sverige är ett speciellt land – extremt ibland (konstigt!).
- Individualistiskt = du måste göra många saker ENSAM/ SJÄLV.
- Individen (DU) har mycket eget ansvar.
- Ensam förälder - kan vara svårt = måste göra mycket själv.
- Kan vara en stor skillnad från andra länder.

**Behöver jag hjälp? Kan jag få hjälp?
Var finns hjälp? Vem hjälper mig?**

Familjen förändras i Sverige



Situation – Tolk hos myndighet

Majd ska på möte hos Arbetsförmedlingen. Majd förstår inte handläggaren.

Handläggaren pratar bara svenska. Majd frågar sin son Rayan om han kan följa med och tolka åt honom.

1. Hur känner Rayan när han får tolka åt sin pappa?
2. Barn ska inte tolka åt sina föräldrar. Varför?
3. Vad kan Majd göra i stället?



Rätt till tolk

- Du har rätt till tolk i kontakt med myndigheter och vård.
- Barn kan *hjälpa* sin föräldrar (till exempel översätta brev hemma).
- **Barn ska INTE tolka- för stort ansvar, svåra ord (till exempel i sjukvården) för mycket privat information (till exempel sjuk mamma eller familjens ekonomi).**
- Kontakta- säg: "Jag behöver tolk".
- Tolk har utbildning.
- Fungerar det inte bra? Byt till annan tolk!
- Tolk har tystnadsplikt= Får inte prata om vad ni pratat om.
- Kompis/släkting har inte tystnadsplikt.



BVC

BarnaVårds**Centralen**

Situation – BVC

Sara jobbar på förskola. En mamma har ett papper och visar Sara.

– Jag förstår inte, säger mamman. Vad står det?

Sara ser att pappret är från BVC.

– Det är från BVC, du har ett möte, säger Sara.

– Hmmm, jag vill inte gå dit igen. Mitt barn är 2 år, jag vet att jag är en bra mamma, svarar mamman.

1. Vad säger Sara till mamman, tror du?
2. Varför ska mamman gå till BVC, tror du?
3. Vad händer om man inte går till BVC?



Vad är BVC?

- **BarnaVårdsCentral** = Vårdcentral bara för små barn och föräldrarna.
- Nyfödd - 6 år (börjar skolan).
- Cirka 13 besök första året (först en gång i veckan, sedan inte lika ofta).
- Hembesök också! (BVC kommer hem till dig och pratar).
- Kallelse: brev hem eller telefon (boka ALLTID tid – avboka ALLTID tid).
- Dålig tid – Boka om tiden.
- Du får information innan vad som händer på besöket ("Vi ska undersöka...").
- Gratis = kostar inget.
- Alla vårdnadshavare är välkomna, till exempel pappa och mamma.
- Familjecentral = BVC, MVC, Öppen förskola, Socialtjänst tillsammans.
- MVC = Mödravårdscentral



Vad gör du på BVC?

- Mäta och väga (hur många kilo, hur många cm).
- Rutiner = hur sover barnet? Hur äter barnet? Hur kommunicerar barnet?
- Vad gör du när barnet skriker?
- Kontrollerar hörsel (öron) och syn (ögon).
- Vaccinationer (12 olika sjukdomar. T.ex. hepatit B, mässling, polio).
- Råd och stöd = prata.
- Föräldragrupp = prata med andra föräldrar med små barn.
- Du träffar barnmorska och läkare.
- Du får ha tolk.
- Samma i hela Sverige.



Sjuk?

- Är barnet sjukt? (feber, hosta, slagit huvudet).
- **Ring 1177 eller gå till vårdcentralen.**
- BVC är **inte** för sjukdom.

Öppna förskolan

- Du och ditt barn **tillsammans**.
- 0 – 6 år (ibland äldre syskon).
- Gratis och frivilligt (= om du vill).
- Träffa andra föräldrar.
- Personal – pedagoger.
- Leka, sjunga, prata, måla, läsa böcker, babymassage.
- Prata med personal och prata med andra föräldrar.
- Träna på svenska.



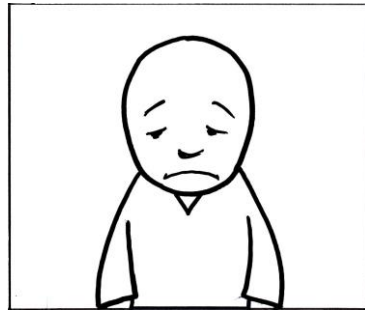
Socialtjänsten

Vad vet du om socialtjänsten i Sverige?

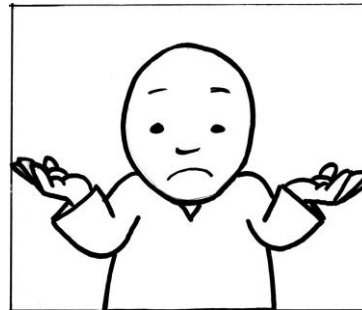
Socialtjänsten



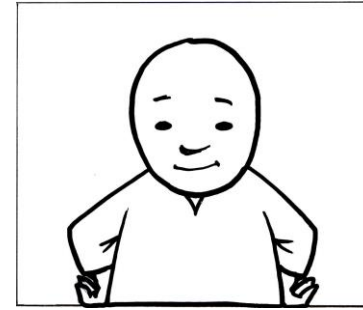
Nej,
absolut inte



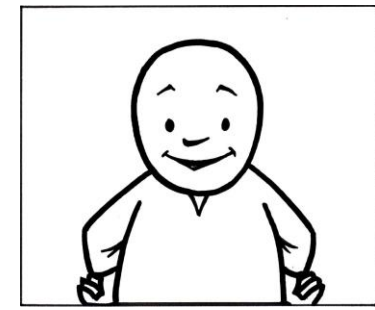
Tveksamt



Kanske



Ja, det tror
jag nog



Ja, absolut

1. Jag tar gärna kontakt med Socialtjänsten.
2. Jag känner mig trygg med Socialtjänsten.
3. Jag vet hur jag kontaktar Socialtjänsten.

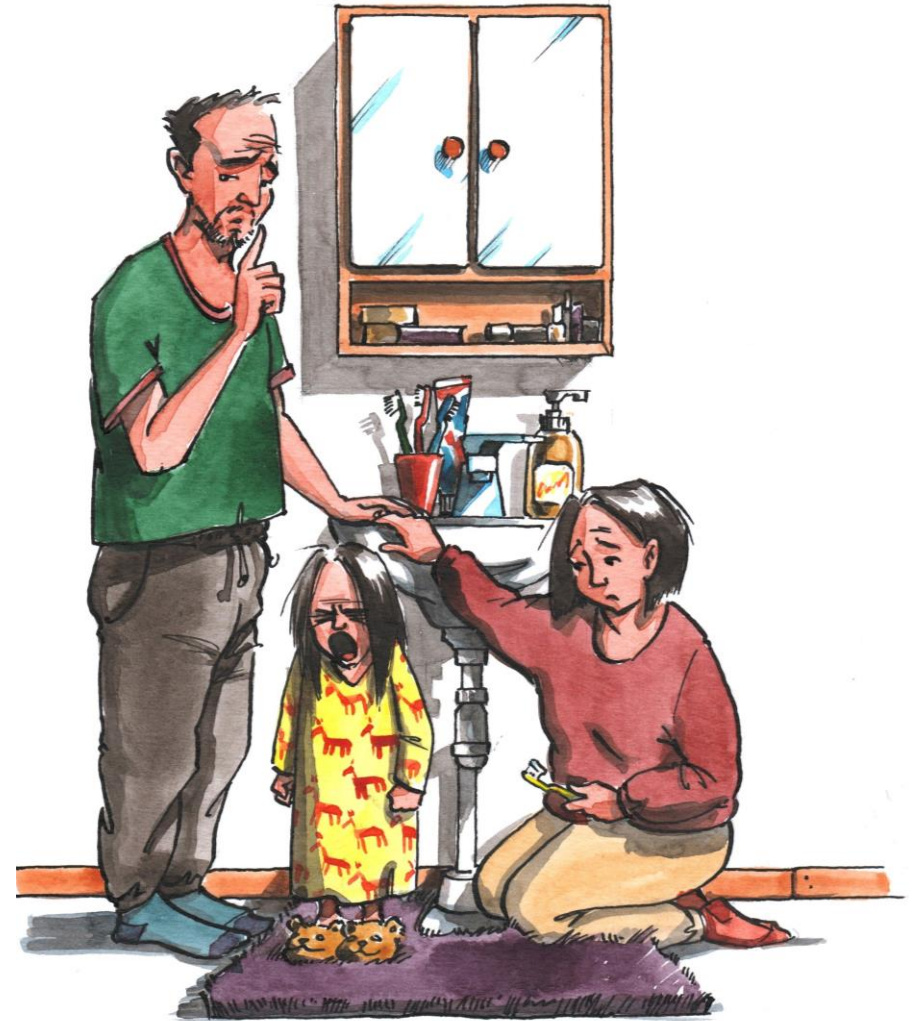
Situation – Borsta tänderna

Mona vill inte borsta tänderna. Varje kväll försöker Majd och Sara borsta Monas tänder. Hon bara skriker och skriker och stänger munnen hårt.

Majd och Sara tycker att det är svårt. De vill inte att grannarna ska höra Monas skrik. De är rädda att grannarna ska tro att de slår Mona.

De är rädda att Socialtjänsten ska ta Mona.

1. Vad kan Majd och Sara göra?
2. Varför är det viktigt att de borstar tänderna på Mona?
3. Vad händer om grannarna ringer Socialtjänsten?



Situation – Ett litet barn

Sara arbetar på förskola. En mamma är ofta sen. Mamman är alltid stressad. Mamman är ledsen och trött.

Den här veckan har barnet haft en blöja med mycket bajs varje morgon. Barnet är mycket hungrigt. Barnet luktar inte gott och har mycket smutsiga kläder.

Sara vill prata med mamman. Mamman vill **inte** stanna kvar på förskolan. Sara känner sig orolig för mamman och för barnet.

1. Varför är Sara orolig för barnet?
2. Vad kan Sara göra?
3. Rollspel – En person är Sara – En person är mamman. Prata med varandra om situationen!



Anmälningsplikt

- Mår ett barn dåligt i sin familj?
- Vi kan kontakta Socialtjänsten: kontakt = anmälan.
- Vi anmäler **INTE** föräldern eller familjen.
- Vi vet inte något om föräldern.
- Vi anmäler att vi är **OROLIGA** för barnet. = **OROSanmälan**.
- Förskola, skola, vården (t.ex. vårdcentralen, tandläkare, BVC, sjukhus) **MÅSTE** anmäla när de är oroliga. De har anmälningsplikt.
- Anmälningsplikt = en lag.
- Du kan kontakta Socialtjänsten (utanför jobbet – privat).
- Du får vara anonym = måste inte säga ditt namn.



Situation – Grannflickan

En kväll knackar det på dörren. Det är grannens dotter. Hon vill komma in och vänta. Hennes pappa öppnar inte dörren.

– Han har druckit alkohol igen. Han sover. Får jag vänta här, frågar flickan.

Flickan ser ledsen ut.

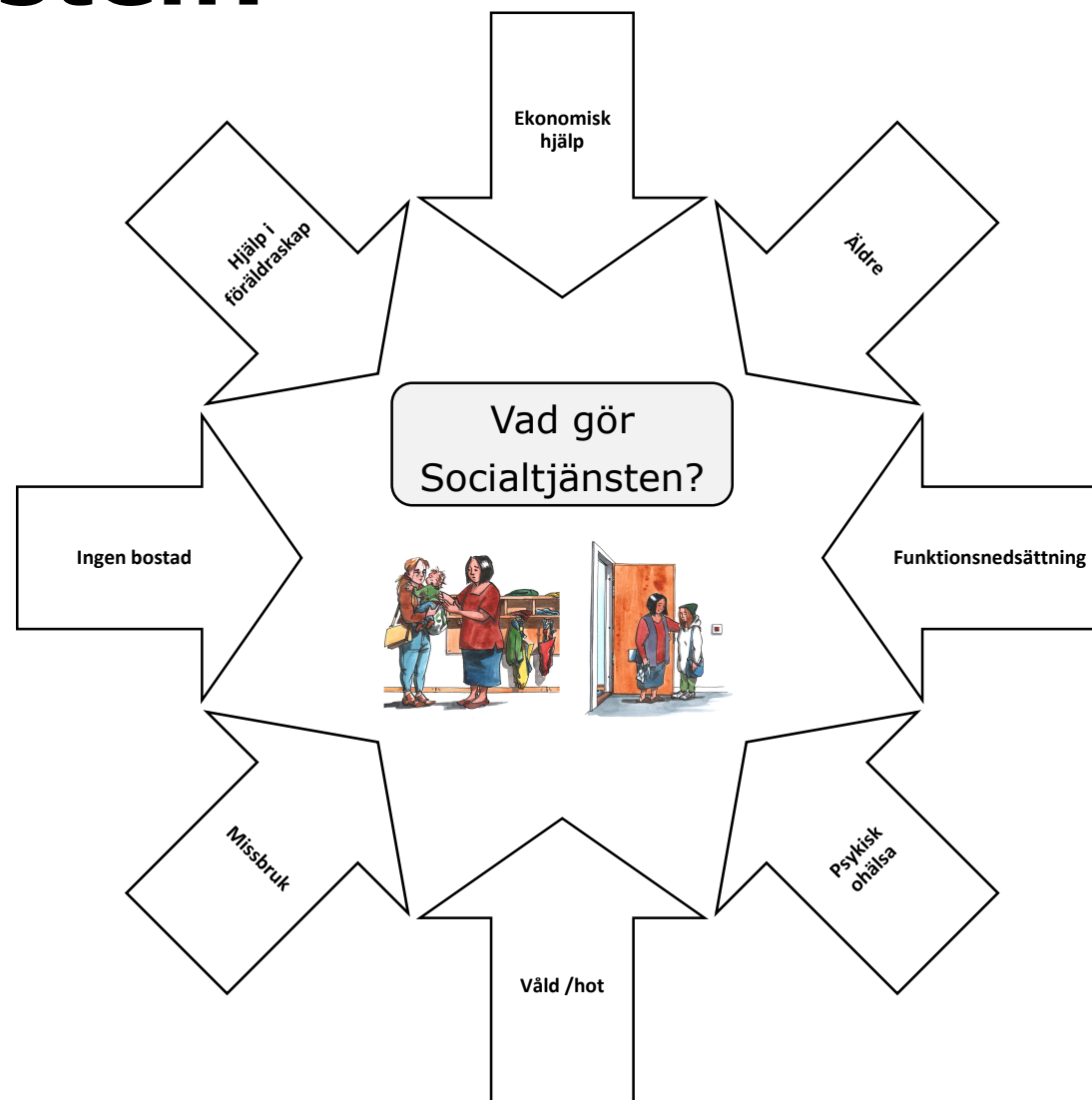
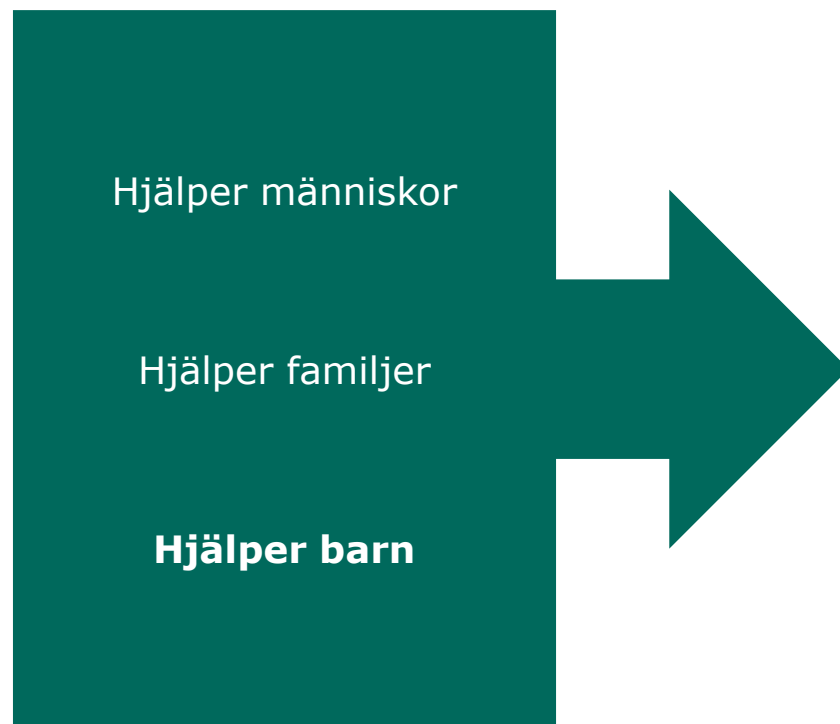
1. Hur känner sig flickan, tror du?
2. Hur kan familjen hjälpa flickan?
3. Finns det socialtjänst i ditt hemland?
4. Vad gör man när barn mår dåligt i sin familj i ditt hemland?



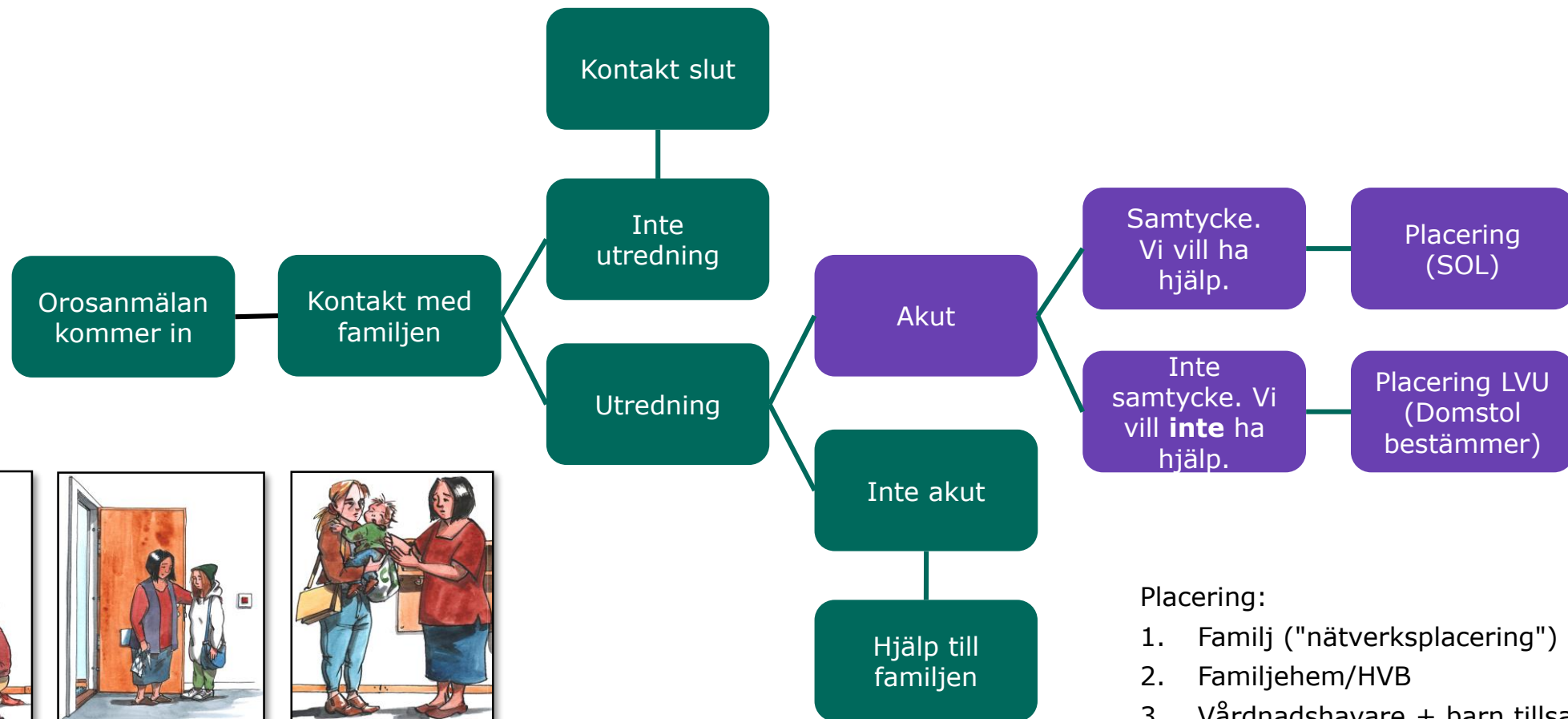
Ringa 112 eller 114 14?

- **Akut?** - ring 112 (t.ex polis, ambulans)
- **Information/tips/hjälp?** - 114 14 (polis)

Vad gör socialtjänsten?



Vad gör socialtjänsten med en orosanmälan?



Risker i närområdet

När kompisar är viktigare än familjen.

Situation – Mamma orolig

Sara hittar 2000 kronor i Rayans väska. Rayan har inget jobb. Var kommer pengarna ifrån? Sara frågar Rayan om pengarna.

– Det är inte mina pengar, det är min kompis pengar, säger Rayan.

2000 kronor är mycket pengar, tänker Sara.

1. Sara känner sig orolig för Rayan, varför, tror du?
2. Säger Rayan sanning eller ljuger han, tror du?
3. Vad kan föräldrarna göra i den här situationen?



Orolig?

Barn som är ute sent på kvällen/natten.

Barn som använder alkohol/droger.

Barn som inte kommer till skolan.

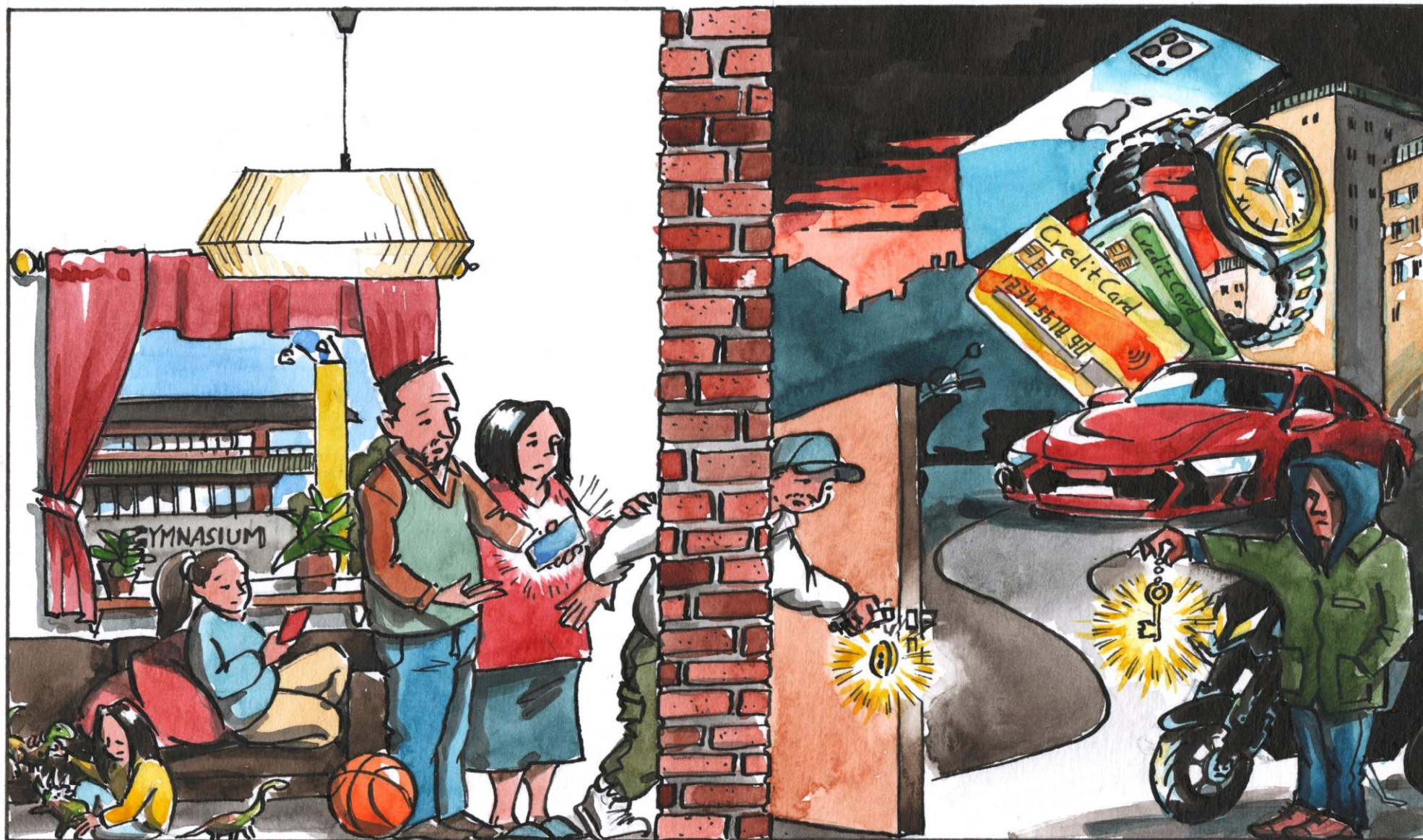
= orolig (skolan orolig, polisen orolig, fältare oroliga).

Barn som träffar **kriminella personer** eller som är **ute mycket** i områden som har **mycket kriminalitet** = orolig.

Kontakta Socialtjänsten!

Bättre att du kontaktar först, innan de kontaktar dig.





Ingenting fungerar

Socialtjänsten finns för att hjälpa barn i sin familj.

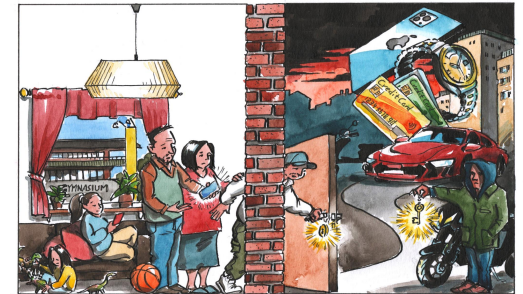
Socialtjänsten **VET** att barn mår bäst i sin familj.

Socialtjänsten **VILL** hjälpa barnet i sin familj.

Ibland mår barn dåligt i sin miljö (sin plats/där den bor).

Kanske kan Socialtjänsten hjälpa barnet i sin familj.

Kanske måste barnet byta miljö (plats).



Rädd för Socialtjänsten?

Ibland hotar barn med att ringa Socialtjänsten!

Föräldrarna har sett på sociala medier eller hört från en kompis att Socialtjänsten är dålig.

Barnen vet att föräldrarna är rädda och oroliga för Socialtjänsten!

Det blir svårt för föräldrarna att bestämma över sina barn. Barnen har makt! Barnen bestämmer i familjen!

Föräldrarna gör som barnen vill! Då tror föräldrarna att de inte får problem med Socialtjänsten!



Situation – Öppnar inte dörren

En mamma har fått många brev från Socialtjänsten. De vill ha ett möte. Mamman vill **inte** ha möte med Socialtjänsten. Mamman är rädd för Socialtjänsten.

Telefonen ringer. Telefonen ringer många dagar. "Socialtjänsten", ser mamman. "Jag svarar inte! Socialtjänsten är inte bra i Sverige".

Några dagar senare ringer det på dörren. Socialtjänsten står utanför. Mamman öppnar inte dörren. Mamman är rädd.



1. Varför är mamman rädd?
2. Vad händer när mamman inte öppnar dörren, tror du?
3. Vad kan du göra om du är rädd?

Vad kan jag göra?

- Du har ansvar att hitta information själv.
- Du behöver vara aktiv: fråga, prata, be om hjälp.
- Du är själv men inte ensam!

Om Socialtjänsten på internet:

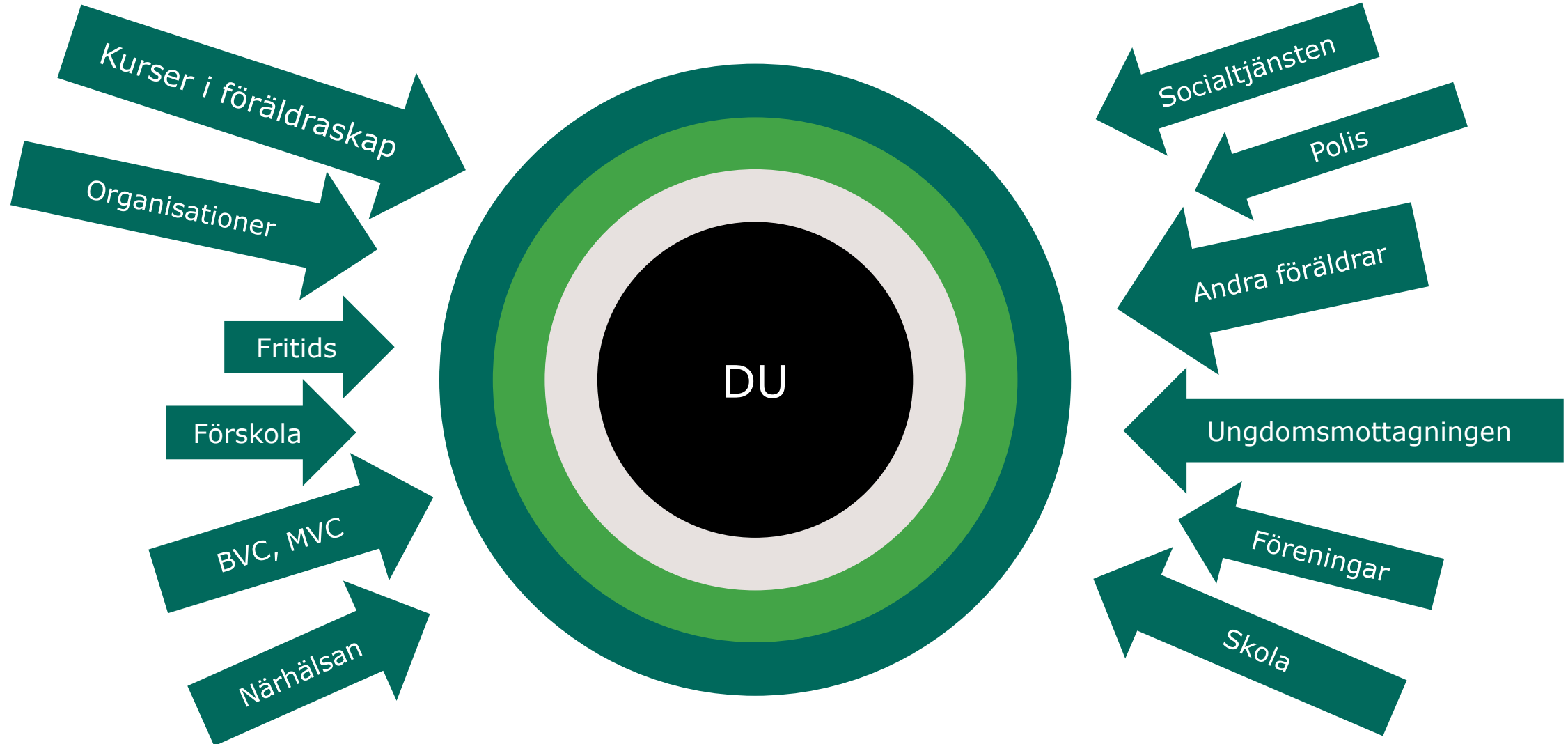
informationsverige.se

kollpasoc.se

socialstyrelsen.se/om-socialtjansten/

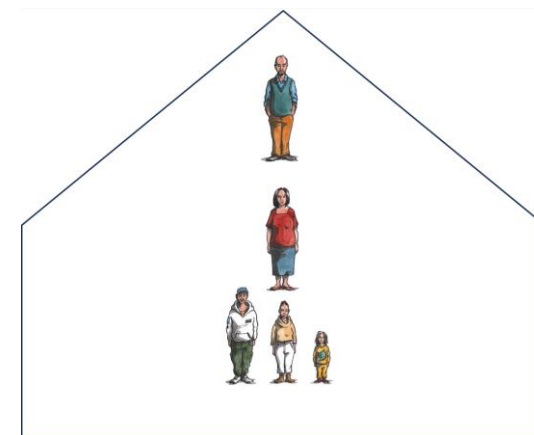
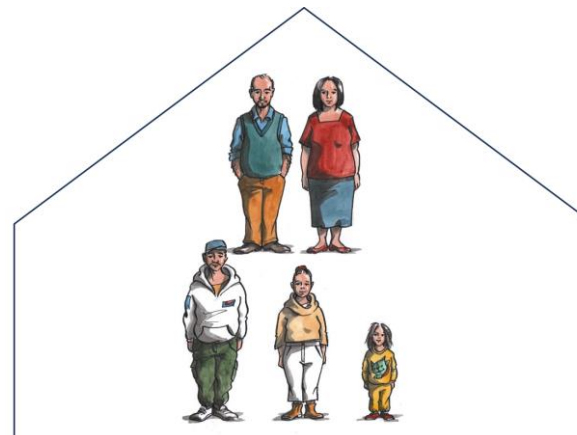
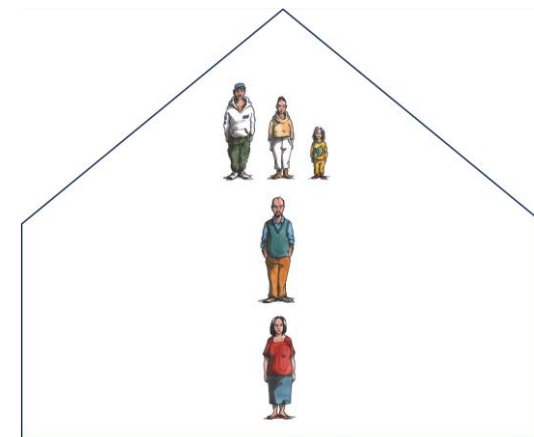
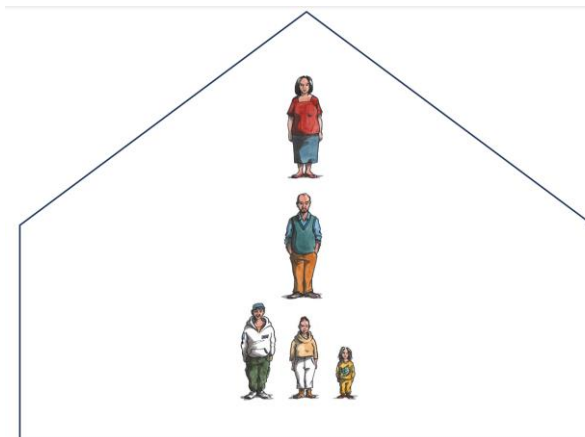


Många vill hjälpa!



Vem ska bestämma i en familj?

1. Vilken bild tycker du känns mest rätt, varför?
2. Hur var det när du var litet barn, vem bestämde?
3. Hur kan det bli i en familj om barnen bestämmer?




Barnkonventionen och hjälp till familjen.

1. Föräldrar ska få lära sig hur de ska ta hand om sina barn. T.ex. kurser i föräldrastöd.
2. Barn har rätt till trygghet. Om föräldrar har det svårt ekonomiskt, är sjuka eller arbetslösa ska familjen få hjälp så att barnet får det bra.
3. Barn som är flyktingar ska få skydd och hjälp.
4. Barn ska få hjälp av samhället om föräldrarna inte kan hjälpa sina barn.
5. Barn med funktionsnedsättning har rätt till ett bra liv. Familjen ska få hjälp, stöd och avlastning. Hjälpen ska vara gratis eller billig.

13

Barnkonventionen

- 54 regler.
- Juridiskt dokument (= lag).
- **Samhället** måste hjälpa barn.
- Barn: från 0 till 18 år.
- 4 regler är extra viktiga:
 - 2) Alla barn har **samma rättigheter** och **lika värde**.
 - 3) Vuxna ska **lyssna och respektera** barn när man **bestämmer** över barn, till exempel politiker och domstolar.
 - 6) Alla barn har rätt till **liv** och **utveckling**.
 - 12) Alla barn har rätt att **säga vad de tycker och tänker**.
- 2020 lag i Sverige.



Prata om föräldraskap!

Materialet har utvecklats inom projektet Helhetslyftet som drivs av Folkhögskoleförvaltningen i VGR och finansierats av EU:s Asyl-, migrations- och integrationsfond (AMIF). Det är fritt att använda och sprida i undervisningssammanhang utifrån angivna riktlinjer i slutet av materialet.

Publicerat: 13 juni 2025

Materialet kommer inte uppdateras kontinuerligt.

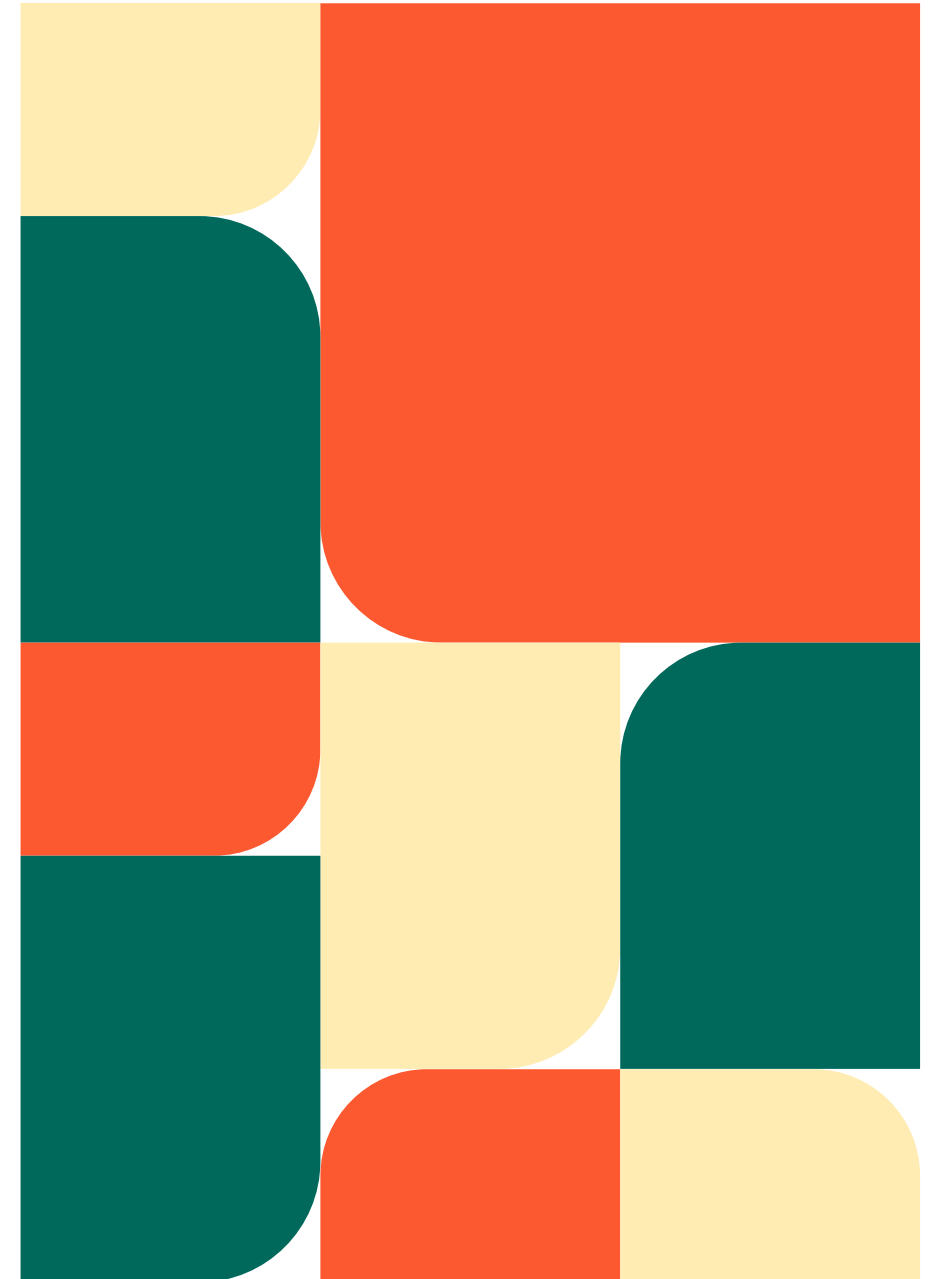
Pedagogiskt material är framtagit av:

Hanna Damber och Martin Palmstedt

Illustrationerna är gjorda av:

Mattias Kvick

Till materialet finns en handledning som finns att hämta på <https://www.vgrfolkhogskolor.se/helhetslyftet>



Ansvarsfriskrivning, krav och upphovsrätt.

OBS!

Denna sida får inte tas bort vid redigering av materialet.

Denna föräldraskapsutbildning är framtagen för att fungera som ett stödmaterial för lärare och utbildare som undervisar inom föräldraskap. Materialet baseras på forskning, beprövade metoder och erfarenheter inom området, men ska inte betraktas som en ersättning för professionell rådgivning inom medicin, psykologi eller juridik.

Det är lärarens ansvar att anpassa innehållet utifrån deltagarnas behov och att klargöra att utbildningen är en vägledning snarare än en absolut metod. Vid specifika frågor eller individuella behov bör deltagarna hänvisas till relevant expertis, såsom läkare, psykolog eller socialtjänst.

Upphovsrätt

Folkhögskoleförvaltningen i Västra Götalandsregionen innehar upphovsrätten till materialet och kommer inte att uppdatera dess innehåll. Du som vill använda materialet är fri att göra det utifrån gällande riktlinjer.

Illustrationerna får inte ändras eller användas i något annat sammanhang.

Obligatorisk märkning

Vid användning av detta utbildningsmaterial i undervisningen ska det tydligt framgå att materialet har tagits fram med stöd av EU. Detta innebär att EU-logotypen måste finnas med på ett synligt och tydligt sätt i allt användande av undervisningsmaterialet.

Friskrivning

Folkhögskoleförvaltningen i Västra Götalandsregionen tar inget ansvar för eventuella konsekvenser som kan uppstå vid tillämpning av innehållet i undervisningssammanhang.

Genom att använda detta material bekräftar du att du har tagit del av och accepterar denna ansvarsfriskrivning.



Medfinansieras av
Europeiska unionen



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN



Medfinansieras av
Europeiska unionen