

När något allvarligt händer i ett barns närhet,

vad kan du göra för att trygga och förebygga?

Råd till förskola, skola och fritidshem

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Du kan göra skillnad

Ibland händer det något som ruskar om vardagen och livet för ett barn i förskolegruppen, på fritids eller en elev i klassen. Någon som barnet känner drabbas av, eller lever med, en allvarlig sjukdom, funktionsnedsättning, skadligt bruk/beroende, våldsutsatthet eller plötslig död.

Då vet du som pedagog att det kan vända upp och ner på livet för många och att behovet av uppmärksamhet, information och stöd kan bli extra stort för berörda barn.

Här har du som jobbar i förskola, skola, fritidshem en viktig roll i att uppmärksamma och stödja barnet och dess familj. Er omsorg och er kunskap om barns behov och rättigheter behövs extra i stunder som dessa.

Barn och unga reagerar olika i situationer som utmanar och det finns inga enkla lösningar för hur vi hjälper och stöttar. Här är ändå några råd på vägen:

Prata med barnet om det som händer

Ibland tror vi vuxna att vi skyddar barn och unga genom att inte göra dem delaktiga. Men då kan barnet skapa egna inre bilder som många gånger är mer skrämmande än verkligheten. Genom att prata med barnet minskar du rädsla, oro och ensamhetskänslor. Då kan du också prata med barnet om strategier för hur de kan ta hand om sin oro när de är hos er.

Det är bra om vuxna inte bara gissar vad jag vill och behöver – utan faktiskt frågar. Jag vet ju faktiskt mest om mig och mitt liv...

För en del barn kan samtal kännas svårt, eller försvåras av språkliga hinder. Då kan det vara hjälpsamt att få uttrycka sig med annat än ord. Tex rita, via bildstöd, sjunga, dansa, skriva mm.

Barn har också själva uttryckt att det kan underlätta att prata om det svåra om de får göra något annat samtidigt. T.ex att ni fikar tillsammans, går en promenad eller spelar ett spel.

Det finns inget skydd i tystnaden!

”Alla såg men ingen sa nått...”

Fråga hur barnet tänker och känner

Våga fråga även om barnet själv inte pratar om det som händer. En inledande fras kan vara: *”Jag vet inte hur det är för dig, men jag undrar…”*.

Genom att vara närvarande, lyssna in barnets frågor och bekräfta att deras känslor är okej, hjälper du barnet att hantera sin situation. Det minskar risken för psykisk och fysisk ohälsa både nu och längre fram i livet.

Berätta och visa för barnet att du finns där, även om de inte vill prata just nu. Berätta också att det finns andra i förskolan och skolan som kan ge stöd och att du gärna hjälper dem att få en sån kontakt.

Ta hänsyn till barnets svåra situation – underlätta för att vara kvar i förskola/skola.

Att vissa saker fortsätter att vara som vanligt är bra för barnet. Att hon eller han kan ”vara en” i kamratgruppen, och att gruppklimatet är tillåtande och öppet, skapar trygghet. Här har du som pedagog en viktig uppgift.

Hos en del barn märks ingenting, trots att de befinner sig i en svår situation. De kallas ibland för ”de osynliga barnen”. Andra får svårt att koncentrera sig, blir lättirriterade och arga. Det är heller inte ovanligt med trötthet, huvudvärk och ont i magen.

Många barn berättar också att de tar på sig skuld och känner skam. Frågor som *”..är det mitt fel…”* eller *”..kunde jag gjort eller låtit bli att göra något…”* är vanliga hos barnet som anhörig.

Du som personal har stora möjligheter att upptäcka vilka strategier barnet använder för att hantera situationen. Och när ni ser något som utmanar barnets hälsa, tveka inte att erbjuda barn och föräldrar stöd i att hjälpa barnet att uttrycka sina behov och känslor på ett mer hälsosamt och bearbetande sätt.

En del barn är också borta från förskolan eller skolan för att de vill vara hemma och nära familjen. Eller att de vill besöka den som får vård. Uppmuntra och gör det möjligt för barnet att delta i förskola, skola och fritidsverksamhet utifrån de förutsättningar som situationen tillåter. Den sociala kontakten med kamrater och lärare kan hjälpa och stötta.

Kom ihåg!

Barn och unga har ofta egna kloka förslag på vilket stöd och vilken hjälp de behöver för att må bra och klara sin vardag!



Fråga gärna barnet själv om de vet vad som skulle vara hjälpsamt för att kunna närvara, behålla kamratkontakter och klara skolarbetet, samtidigt som de hanterar det svåra som familjen lever i.

Men visa också förståelse för, och gör det möjligt för barnet, att kunna vara med den som är sjuk, eller med sin familj, om det behövs.

Ta reda på hur mycket barnet vet

Vårdpersonalen ger information till den som är sjuk. Barnets föräldrar eller annan vårdnadshavare bestämmer sedan vilken information barnet ska få. Här är det viktigt med öppenhet, eftersom barn och unga som lämnas åt sina fantasier ofta kan bli oroliga. Fråga föräldrarna eller vårdnadshavarna hur mycket barnet vet om det som händer eller har hänt, så kan du prata om det på samma sätt.

Ge rätt information till kamraterna

Det är föräldrarna och barnet som bestämmer vilken information som barngruppen, klassen eller andra vuxna på skolan ska få. Ge familjen möjlighet att välja om de ska informera själva eller med stöd av dig eller annan personal. Se gärna till att det finns en skriftlig överenskommelse om vilken information som är aktuell och vilka som har rätt att få ta del av den.

Ta kontakt och erbjud hjälp

Ibland kan det vara svårt för föräldrar att ta initiativ och be om hjälp i en svår situation. Samtidigt behöver barn som är anhöriga stöd och hjälp i sin vardag. För att underlätta kan ni ta initiativ till samtal. Fråga föräldrarna, vårdnadshavarna, om hur situationen ser ut. Hur ser de att barnet reagerar och vilket stöd vill familjen ha från er?

Se till att de vuxna som är nära barnet i förskola, skola, fritidshem har vetskap om den speciella situationen. Ett sätt kan vara att arrangera ett möte mellan föräldrar, pedagoger, elevhälsa och andra personer som berörs eller har något att tillföra. Träffen är ett bra tillfälle att klargöra vad som ska sägas och till vem eller vilka.

Något som brukar underlätta för föräldrarna är om de kan ha en, eller max två, personer från er verksamhet som håller kontakt med familjen. Ibland kan det även vara hjälpsamt att fråga om föräldrarna vill att någon annan anhörig från familjen ska vara er kontaktperson.

Mer kunskap och stöd

Engagemang och öppenhet hjälper långt när barn och unga befinner sig i svåra situationer.

Men kanske vill du lära mer om barn som anhöriga?

Ta del av filmer, forskning och föreläsningar på **Nationellt kompetenscentrum anhörigas** webbsida.

Även **Skolverket** har material om barn som anhöriga.



- **Barn har rätt till information, råd och stöd när de är anhöriga.**
- **Barn har rätt till delaktighet i alla aspekter av sitt liv.**
- **Barn har rätt att må bra, gå i skolan och rätt till lek och vila.**
- **Barn har rätt till skydd och rehabilitering när tillvaron utmanar.**

Ibland händer något som ruskar om vardagen och livet för ett barn i förskolegruppen, på fritids eller i klassen.

Någon som barnet känner drabbas av, eller lever med, allvarlig sjukdom, funktionsnedsättning, skadligt bruk/beroende, våldsutsatthet eller plötslig död. Då har du som jobbar i förskola, skola, fritidshem en viktig roll i att uppmärksamma och stödja barnet.

Den här foldern är tänkt som ett stöd för att möta det barnet och dess behov av omsorg.

”Jag kommer kanske inte minnas vad du sa, jag kommer kanske inte minnas vad du gjorde, men jag glömmer aldrig hur du fick mig att känna.”

Maya Angelou, poet

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN