



LEKTIONSMATERIAL

INNEHÅLL:

- LÄRARHANDLEDNING det här dokumentet
- POWERPOINT med förslag på hur man förklarar vad det innebär att vara anhörig
- BILDER att använda som diskussionsunderlag
- BOKTIPS
- FILMTIPS
- TIPS på organisationer och föreningar

LÄRARHANDLEDNING

Skolan

Det här materialet handlar om att upptäcka och identifiera barn som är *anhöriga*. Alla, både barn och vuxna, har anhöriga och är anhöriga. Men det är när man är anhörig till en närstående, som har ett extra behov som anhörigskapet går över i någonting mer. Det är då som man pratar om att vara anhörig. När man behöver stötta sin närstående lite (eller mycket) extra.

Det kan handla om en make som behöver lägga extra omsorg på sin demenssjuka maka. Men det kan även handla om barn som har en nära anhörig, syskon, förälder, vårdnadshavare, omsorgsperson eller andra personer som de bor tillsammans med, som lider av psykisk ohälsa, allvarlig fysisk sjukdom, funktionsnedsättning, ett missbruk eller något liknade.

Dessa barn får många gånger ta ett mycket stort ansvar, både för sig själva och för sin anhörige. Ett ansvar som inget barn ska behöva ta. Många gånger missar man de här barnen. De kan känna skam över sin hemsituation. Vill inte prata om det, slätar över och skyddar. De överkompenserar genom att vara extra duktiga i skolan men kan även vara utåtagerande och bråkiga utan att man förstår den egentliga orsaken.

För att dessa barn ska få rätt hjälp och stöd är det viktigt att man hittar dem i tid. Vi på Anhörigas Riksförbund har sett att dessa barn ofta går under radarn. *Nära 8% av barnen i Sverige har en förälder med *allvarligt missbruk eller lider av psykisk ohälsa*. Närmare 6% har under



uppväxten en förälder som *drabbas av cancer* och 3% har en *förälder som dör* under barnets uppväxt. I en undersökning bland femtonåringar kunde man se att 7% utförde omfattande omsorgsarbete för någon närstående och 3% stannade hemma minst en dag per vecka p.g.a. detta. Ytterligare 5% stannade hemma en dag per månad.

* Socialstyrelsen och Nka;
Nationellt kompetenscentrum Anhöriga

Detta påverkar naturligtvis barnets mående och inte minst dess skolresultat. Vår förhoppning är att detta material ska hjälpa er att känna igen dessa barn och fånga upp dem så tidigt som möjligt så att de kan få rätt hjälp och stöd.



Tecken att vara uppmärksam på

Håglöshet, ängslan, oro, nedstämdhet eller aggression. Plötsligt ändrat beteende eller känslomässig instabilitet. Plötsligt försämrade skolresultat, bristande koncentration och uppmärksamhet.

Snabbt ökande eller minskande i vikt, huvudvärk eller ont i magen. Återkommande besök hos skolsköterska/kurator. De fysiska åkommorna kan vara psykosomatiska.

Blåmärken, ytliga hudskador som inte stämmer med normal aktivitet hos barn i aktuell ålder. Sårskador, brännskador, skador på läppar och tänder. Ovilja eller oförmåga att använda en kroppsdel (arm, finger, ben, fot).

Hög frånvaro för eleven. Föräldrar som uteblir från möten och träffar.

Sexuellt beteende, som inte stämmer med aktuell ålder, våld eller övergrepp mot andra barn, självskadebeteende, missbruk av alkohol eller droger.

Bristande hygien, opassande klädsel för väder och årstid, kommer hungrig till skolan. Dålig tandstatus. Medicinska behov som inte blivit tillgodosedda.

Åtgärder

Personer som idag är vuxna, men som barn levde i någon av ovanstående problematik, berättar om hur viktigt det är att det finns andra vuxna som ser dem. Många gånger kan det vara helt livsavgörande att någon frågar en hur man mår. Kärnan ligger i att våga fråga om och om igen. Barnen förnekar ofta och tränger undan att det skulle vara något problem. Därför svarar de ofta att allt är ok.

Berätta att du tänker fråga igen och igen. Berätta att du finns där och att det finns hjälp att få om man har det jobbigt. Lyssna på barnet, särskilt om det kommer självmant och berättar. Ta det på allvar, visa att du bryr dig. Släta inte över. Be inte barnen berätta öppet i klassen. Skapa en situation där du kan vara ensam med barnet. Säg att ni ska prata om en skoluppgift eller liknade. Allmänt hållen information om var man kan få hjälp o.s.v. lämnas med fördel i helklass.

Ibland kanske man behöver frångå vissa principer och jobba lite utanför ramarna. Det kanske är okej med en extra bit frukt till ett visst barn. Kanske kan man låna ut rena kläder / gympakläder eller själv, som personal, packa ett barns matsäck till utflykten.

Att sitta och pyssla med något samtidigt som man pratar gör att många öppnar sig lättare. Pärla pärlplattor, sy eller sitt ute och tälj på en pinne. Ofta känns det lättare att prata om man sitter sida vid sida, inte mitt emot varandra.

Skapa ett förtroende och var ärlig. Berätta att det kanske kommer att bli en process, hur det kommer att gå till, vad som kommer att hända. Förklara att man gör det man måste för att hjälpa till. Att man inte är ute efter att "sätta dit" någon. Försök få med föräldrarna i samtalet, då blir det lättare att ha en öppen dialog med alla inblandade, skolsköterska, kurator med flera. Ett viktigt undantag från den här principen är då man misstänker att barnet utsätts för konkret våld eller övergrepp. Då ska man inte kontakta föräldrarna. Det finns överhängande risk att de då blir "varnade" och kan undanröja bevis och manipulera barnet.

Tala om att hemligheter som känns bra i magen ska man hålla för sig själv, men hemligheter som känns jobbiga i magen får man berätta om, oavsett vad någon annan har sagt. Inge hopp och positivitet men kom även ihåg att ta hand om dig själv.

Utforma elevhälsoenkäten så att den även omfattar situationen hemma, inte bara i skolan. Lämna ut enkät flera gånger under terminen. Boka in samtal med skolsköterska, kurator och eller mentor. Ju oftare man scannar av klassen desto lättare är det att se signaler på dåligt mående.

Personal i förskola och skola har anmälningsplikt. Känner man oro för ett barn ska man i första hand prata med familjen. Om man fortfarande känner oro ska man anmäla till socialtjänsten. Det är viktigt att klargöra att det är oron man anmäler, inte en person. Man agerar för att man är orolig, inte för att "sätta dit någon".

Sedan juni 2021 är det även olagligt att utöva våld inför ett barn. Så även om barnet "bara" bevittnat våld och inte blivit slaget självt, så är det olagligt och ska anmälas.

Ett barn som ser en anhörig bli misshandlad är således inte bara ett vittne utan även själv ett brottsoffer.

Nedan följer instruktioner på hur ni kan använda detta material. Det är bra om både lärare, kurator och skolsköterska finns med under lektionen. Iaktta, observera och för anteckningar under lektionens gång.

Förklara vad "anhörig" innebär

Använd den medföljande PowerPointen för att förklara vad det innebär att vara anhörig. Berätta att om någon man bor ihop med mår dåligt av någon anledning, då är man anhörig. Man hjälper till lite extra, eller ibland, mycket extra. Förklara att barn som är anhöriga kan få hjälp av andra vuxna. Till varje bild i PowerPointen finns en bildtext att läsa när bilderna visas. Titta på bildspelet själv först, kanske behöver det anpassas för just er grupp.

Det kan vara helt livsavgörande att någon frågar en hur man mår.



Bilder att diskutera kring

Till det här materialet hör tio bilder. De går att visa på skärm och man kan skriva ut dem som kort. Titta först själv igenom bilderna. Visa dem på storbild eller skriv ut dem och dela ut i gruppen. Man kan arbeta i helklass eller mindre grupper beroende på hur klassen ser ut.

Ta en bild i taget, låt barnen titta på den och fundera över vad som händer/har hänt i bilden.

Diskutera genom att ställa frågor som till exempel:

- Vad tror du/ni har hänt här?
- Skulle något annat kunna ha hänt?
- Varför gör de/hen så här tror du/ni?
- Vad ska barnet/barnen på bilden göra tycker du/ni?
- Vad skulle du/ni ha gjort?
- Skulle man kunna göra på något annat sätt?
- Hur mår barnen/barnet på bilden tror du/ni?
- Vems är flaskorna/burkarna, tror du/ni?
- Vad tror du/ni det har varit/är det i dem?
- Är det bra eller dåligt att dricka/äta det?
- När äter/dricker man det?
- Varför äter/dricker man det?

Spinn vidare på vad barnen säger/berättar. Ställ följdfrågor, moralisera inte, låt barnen tänka själva. Bilderna föreställer följande scenarion:

1. En vuxen ligger på golvet, två barn i soffan
2. En vuxen som ligger i soffan och sover mitt på dagen, barn bredvid
3. Ett barn som hämtar ett yngre barn på förskolan
4. Tomma flaskor på ett bord
5. Många medicinburkar på köksbänken
6. Ett barn som sitter utanför låst ytterdörr
7. Ett barn med en telefon sent på natten
8. Ett barn bredvid en sjukhussäng
9. Två barn som packar en väska
10. Barn som lagar mat utan hjälp av vuxen

TIPS

Boktips

Som en pdf finns en boklista med tips på bra böcker att läsa högt i klassen tillsammans eller enskilt av eleverna själva. Man kan med fördel diskutera bokens innehåll tillsammans efteråt.

Filmtips

På samma sätt följer en lista med tips på filmer med materialet. Filmerna kan man se tillsammans i klassen eller tipsa eleverna om att se själva.

Organisationer, förbund och föreningar

Materialet innehåller ytterligare en pdf, med tips på olika organisationer och föreningar man kan kontakta för mer djupgående information.

**LYCKA TILL
MED ARBETET!**

info@anhorigasriksforbund.se
www.anhorigasriksforbund.se/barnsomanhoriga/

ISBN 978-91-985970-5-9

2021 Anhörigas Riksförbund med medel från Socialstyrelsen

Text & projektledning: Marie Rydell
Illustration & form: Eva-Marie Wadman