

## Lærerveileder ved bekymring for et barn

Bekymret for et barn? Hva kan du gjøre hvis du er bekymret for et barn? Vi har laget en veileder med noen gode råd til deg! Veilederen er en del av **JEG SER** prosjektet.



### 1. Ta magesfølelsen din på alvor



**Hvis du er bekymret for et barn, er det viktig at du gjør noe.**

Det er lett å tenke at barnet ville vært fanget opp av andre dersom det var grunn til bekymring. Det er ofte ikke tilfelle. Det er bedre at flere gjør noe for et barn, enn at ingen gjør noe.

#### Tenk deg et trafikkllys

På rødt lys finner du de barna som du vet blir fulgt opp av barnevern/andre hjelpeinstanser, og som du vet får hjelp. Om du blir urolig for situasjonen rundt barnet er det imidlertid viktig at du varsler barnevernet om du ser eller hører at barnet ikke har det bra. Situasjonen kan endre seg rundt et barn og tiltak/vedtak må tilpasses situasjonen.

På gult lys finner du barna du er usikker på hvordan har det, og som du er bekymret for. Havner et barn i denne kategorien, må du ta magesfølelsen på alvor og gjøre noe i forhold til barnet. På grønt lys finner du de barna som du vet har det bra.



### 2. Vis at du ser barnet – gjennom ord og nærvær



**Å bli sett og anerkjent av voksne, betyr mye for alle barn – og spesielt for barn som får lite oppmerksomhet hjemme.**

*“Jeg hadde personer rundt meg, som tok meg med på mye, jeg var mye hjemme hos dem, ingen spurte meg direkte, men jeg opplevde å få være i en vanlig familie og bli ivaretatt. Det bidro til at jeg følte meg sett.” Monica*

Enten du kjenner barnet eller ikke, så er det noen varme blikk og hyggelige ord fra deg som vil oppleves godt for et barn som trenger det.

#### **Eksempler på hvordan du kan møte barnet:**

- Si hei, spør hva barnet heter og still åpne og interesserte spørsmål om hverdagslige ting.
- Si noe hyggelig om oppførsel, hårsveisen eller noe annet – hvis det føles naturlig.
- Bruk navnet til barnet.
- Vær interessert i det barnet forteller om og still spørsmål.
- Vis at du er glad for å se barnet neste gang dere sees.
- Følg opp det dere snakket om sist for å vise at du bryr deg og at samtalen har gjort inntrykk.
- Fortell noe om deg selv som gjør at barnet blir kjent med deg.

### **3. Vis at du ser barnet – gjennom handling**



#### **Å få være med på noe hyggelig, kan bety mye for barn som har det vanskelig hjemme. Ofte skal det ikke så mye til.**

Bestem deg for hva du kan invitere barnet med på. Velg anledninger som kjennes naturlige for deg og eventuelt din familie, og ikke overdriv. Vennskap utvikler seg over tid. Kanskje er disse pusterommene i en annen sammenheng, med en trygg voksenperson, akkurat det barnet trenger.

Hvis du har egne barn som kjenner barnet du er bekymret for, bør du være ekstra oppmerksom på hvordan du kan inkludere barnet på en så naturlig måte som mulig. Legg merke til hvordan barna dine reagerer og ta eventuelle innspill på alvor. Fortell dem gjerne at du synes det er hyggelig å inkludere dette barnet, dersom de lurer på hvorfor du gjør det.

Vær oppmerksom på hvordan barnet ser ut til å ha det når dere er sammen. Gi tydelig uttrykk for at du synes det er hyggelig å tilbringe tid med barnet. Vær interessert, men ikke for pågående. La tiden sammen ha verdi i seg selv. Hvis barnet har noe å fortelle, vil barnet åpne seg når han/hun er blitt trygg på deg.

#### **Tips til konkrete ting du kan gjøre for barnet:**

- Tilby barnet å sitte på hjem fra skolen, til treninger el.
- Inviter barnet med på aktiviteter som kino, teater eller søndagstur.
- Spør om barnet skal på arrangementer i nærmiljøet, inviter dem med hvis de nøler.

- Tilby leksehjelp, middag eller boller etter skolen.
- Finn en aktivitet som du liker og inviter flere barn til å være med: Tegning, skriving, maling, bandy, fotball på løkka, orientering el.
- Lag et prosjekt i nærmiljøet som du inviterer til: Gartnerhjelpen, kakelotteri til inntekt for nytt lekestativ eller hundelufting for eldre, bygge hytte.

#### 4. Hvis magefølelsen din forsterkes – søk hjelp



##### **Vær en god lytter. Vis at du tåler å høre det barnet forteller.**

Hvis magefølelsen din forsterkes når du blir bedre kjent med barnet, bør du formidle til barnet at det er trygt å fortelle deg hvordan han/hun har det.

##### **Ting du kan si for å åpne for fortrolighet:**

- Du ser ikke så glad ut i dag, er det noe som gjør deg trist?
- Er alt greit hjemme hos deg? Du har ikke fortalt meg så mye om foreldrene dine.
- Du ser litt sliten ut for tiden, er det noe som plager deg?
- Jeg vil du skal vite at du kan fortelle meg hva som helst. Jeg tåler å høre det, hvis det er noe som er vanskelig.
- Jeg vil du skal vite at jeg bryr meg om deg. Jeg håper du vet at jeg er her hvis du trenger en å snakke med.

Hvis det skulle vise seg at barnet har det vanskelig hjemme, og velger å fortelle om det, er det viktig at du lytter uten å dømme. Barna føler ofte skam over situasjonen. De kan være redde for at foreldrene skal havne i trøbbel, eller at de skal bli tatt fra foreldrene. Ikke si noe stygt om foreldrene, uansett hva barnet forteller. Vis respekt. Lytt med medfølelse.

##### **Ting du kan si til barnet som betror deg at ikke alt er greit hjemme:**

- Jeg forstår at dette er vanskelig for deg.
- Jeg er glad for at du forteller meg dette, du skal ikke trenge å bære på dette alene.
- Du er ei fin jente/en fin gutt og ikke noe av dette er din feil.
- Foreldrene dine skulle nok ønske at det kunne være annerledes, men noen ganger er det vanskelig å være voksen.
- Ønsker du at moren/faren din skal få hjelp?
- Hva kunne du ønske deg å få hjelp med?
- Er det greit for deg at jeg snakker med noen om dette?

### **Hvis du trenger hjelp**

Hvis du er usikker på hva som er riktig å gjøre, og trenger hjelp til å vurdere situasjonen, kan det være lurt å:

- Snakke med noen du stoler på, en nabo eller andre foreldre i klassen. Husk at barnet har vist deg tillit ved å betro seg. Det er svært viktig at du velger støttespillere som du vet vil opptre diskret og med respekt for det du forteller.
- Rådføre deg med skole, barnevern, helsesøster eller andre som kjenner barnet godt.

**Ved akutt behov for råd og bistand, ring alarmtelefonen for barn og unge: 116 111 – der sitter det fagfolk med kompetanse og erfaring.**

**Meld fra til barnevernet dersom du har mistanke om følgende:**

- Du tror at barnet blir mishandlet i hjemmet
- Det er tegn på alvorlig omsorgssvikt ved barnet
- Du har observert alvorlige atferdsvansker ved barnet

**[LAST NED BEKYMRINGSMELDING SKJEMA TIL BARNEVERNTJENESTEN HER >](#)**

### **5. Vit at du gjør en forskjell. vit det, husk det, gjør det!**



De fleste barn i Norge har det heldigvis «godt nok» hjemme, og kanskje gjelder det også barnet du var bekymret for? Det er en god oppdagelse! At bekymringen ikke stemte, er gledelig – og din viktigste oppgave som voksen er ikke å ha rett, men å undersøke nærmere når du føler bekymring! Du er dessuten blitt en erfaring rikere på hvordan du går frem for å bli bedre kjent med et barn – noe som kan komme godt med hvis du opplever bekymring igjen.

Kanskje vil du aldri få bekreftet eller avkreftet din bekymring for barnet. Det kan bety at barnet har det «godt nok», eller at din tid og oppmerksomhet gjør det mulig for barnet å leve med eventuelle vanskeligheter hjemme.

Uansett om barnet blir stående på «gult lys» eller du får plassert det på «grønt lys», er det flott om du fortsetter å inkludere barnet i livet ditt. Alle barn trenger gode relasjoner med voksne, og kanskje betyr du mer enn du forstår.

**KLIKK HER FOR Å GÅ TIL LÆRERVEILEDER ONLINE**



Les mer om prosjektet  
JEG SER

JEG SER

Ulike ressurser for deg  
som jobber med barn

BESTILL MATERIELL

Gratis!



**Svetlana Dudaitiene**

Rådgiver Forebygging - Blå Kors Hovedkontor  
+47 967 09 405  
svetlana.dudaitiene@blakors.no

Takk for at du er en som bryr deg. Takk for at du ser!