

Hvad børn ikke ved... har de ondt af



SNAK OM DET...!

Når børn er pårørende!

Paradoks:

Trods HØJ politisk prioritering
gennem 20 år



Der er fortsat ALT for mange
oversete børn:

”Der var ingen, der så mig...!”



Mange af disse børn er usynlige!

MEN vi kan identificere dem gennem deres syge forældre:

Den, som kender den syge forælder, kan sætte sig i barnets sted

Dér, hvor den syge forælder modtager hjælp, skal barnet mødes som en pårørende, der har brug for at blive set:

Hos lægen, i psykiatrien, på hospitalet, ved psykologen, socialrådgiveren og terapeuten

- "Børn involveres kun i det, vi fortæller dem om"
- "Børn skal have en vis alder, før man kan snakke med dem om svære ting"
- "Børn, der mistrives, kan kendes på deres signaler ... og de vil fortælle det til os, hvis de bekymrer sig"
- "Hvis vi lærer at stille de rigtige spørgsmål, kan vi få børn til at lukke sig op!"

Sandheden er:

Både små og store børn
sanser alt!

De forsøger at skabe
mening mellem det,
som de sanser og det,
de forstår



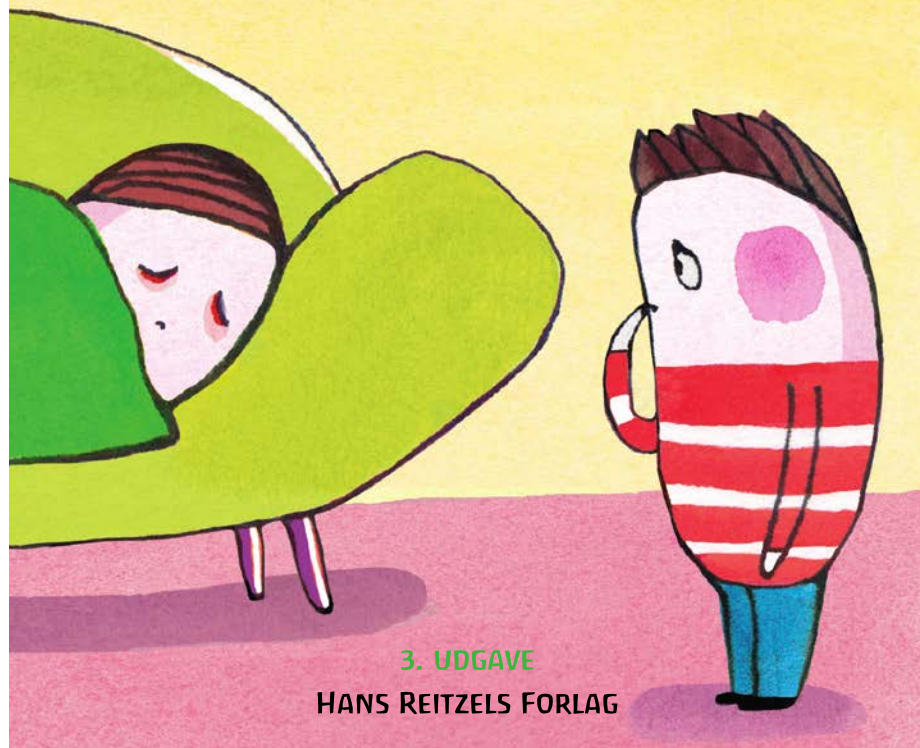
Børn samarbejder med de
voksnes tavshed

De har brug for, at vi er ærlige og
fortæller dem hvad der er galt,
når nogen i familien har det skidt

KAREN GLISTRUP

HVAD BØRN IKKE VED ... HAR DE ONDT AF

BRYD TAVSHEDEN



3. UDGAVE

HANS REITZELS FORLAG

Karen Glistrup

SAG MIR DIE WAHRHEIT

Vorwort
von Jesper Juul



Helfende Gespräche
mit Kindern bei Krankheit oder
Krise der Eltern

BELTZ

Om familiesamtalen:

Det er hverken familieterapi eller familiebehandling
Men en hjælp til at få brudt fortællinger overfor børnene

1: En grundig samtale med forældrene

2: Forældrene får hjælp til at få taget hul på en snak
med børnene om den virkelighed, de er sammen om

Børnene bliver lettede, hele familien får bedre kontakt
med hinanden

... de voksne får det også bedre!

Fortielser skaber skyld og skam, og udfordrer børnenes mentale sundhed

**Det er ikke 'blot' meget synd for børnene.
Det handler i høj grad om forebyggelse!**



Vidensråd for Forebyggelse:

En af de væsentlige risikofaktorer for børns mentale sundhed knytter sig til det at mangle fortrolig kontakt med sine forældre.

Fortrolighed handler bl.a. om, at vi skal være ærlige og snakke med vores børn om den virkelighed, de er en del af.

... også når virkeligheden handler om, at vi selv er ramte.

Fortielsernes konsekvenser:

Kernen i mange menneskers eksistentielle kriser, psykiske smerte og lidelse består af længsler og savn

... længsler efter at nogen eller et bestemt menneske skulle have sagt noget, som ikke blev sagt

Fortielser skaber dybe følelser af forkerthed og skam. Disse følelser svækker et menneskes mentale sundhed

Hjernen søger oplevelse af sammenhæng

- Tavshed overlader barnet til sin egen forståelse
- Italesættelse integrerer og styrker hjernens sunde udvikling



Bryd tabuerne i
børnehøjde!

www.snak-om-det.dk

BT

FREDAG 8. APRIL 2016

**PÅRØRENDE
SAVNER HJÆLP**

**Ekstra
Bladet**

**PSYKISK
SYGE
GÅR
AMOK**

TRE
PÅ ET
DOGN

TOGKAPREREN

SEXTALKEREN

VANVIDS-SKYTTEN

HUSK! TIPSBLADET MED AVISEN I DAG

snak om det ... med alle børn



Bogen er på én gang skrevet til små børn, større børn, unge og voksne

Den hjælper de voksne omkring børnene til at få taget hul på snakken med børnene

Den tilbyder et sprog om sindets sårbarhed, der almengør og mindsker skammen



Landsforeningen "Snak om det..."

- er en apolitisk forening, som har til formål at inspirere voksne mennesker til mere åbenhed og god snak med børn om sindet og psykiske lidelser
 - hensigten er at bryde fordomme og tabuer så tidligt som muligt og fremme trivsel, forståelse, respekt og medmenneskelighed mellem børn såvel som voksne
 - vi vil arbejde for at øge både forældres og professionelles forståelse for, *hvordan* børn har behov for at blive mødt og forstået i deres liv med forældre eller søskende, som er ramt af psykiske lidelser og andre livsomstændigheder, der belaster samspillet i familien
-

Vores vision:

**Færre børn skal opleve en smertefuld barndom
i ensomhed, usynlighed og skam**

Vi vil bryde tabuer i børnehøjde

Og vi vil støtte sindslidende
forældre i at få snakket med
deres børn om den virkelighed,
de er sammen om



Færre børn skal opleve en smertefuld barndom i ensomhed og usynlighed

KOMMUNALT PROJEKT

“Snak om det... i familien”

- en enkel tilgang til et vanskeligt emne



“Snak om det... i familien” skal sikre tidlig opsporing og styrke børns trivsel og mentale sundhed ved at støtte sindslidende forældre i at få snakket med deres børn om den virkelighed, de er sammen om.

I **Horsens** uddeler **sundhedsplejerskerne** med støtte fra en Engell Friis Fonden bogen “Snak om det... med alle børn” til de ramte børnefamilier.

Bogen hjælper forældrene til selv at få taget hul på den vigtige snak med børnene.

Jesper Juul er protektor for Landsforeningen ”Snak om det...”



”... Enhver dialog af den art, som Karen Glistrup beskriver i sine bøger, bryder nyt land i en kultur, som for ikke så længe siden anså det for umuligt at have meningsfulde og gensidigt inspirerende samtaler med børn.

Jeg ser ”Snak om det...” som et vigtigt fyrtårn i det nye paradigme”

Facebook: SNAKOMDET

ugentlige opslag og > 5600 følgere



OBS!

Facebook: SAG MIR DIE WAHRHEIT

Facebook: Talk about it – with every child