

4. Samtaleguide - Samtale med barn og unge

Er du bekymret for et barn eller en ungdom? Snakk med dem!

Barn og ungdom trenger å bli sett, de trenger at noen bryr seg og vil snakke med dem også om vanskelige ting. Samtaler med barn og ungdom i vanskelige livssituasjoner krever stor grad av ydmykhet og empati fra den voksne. Hold deg til åpne spørsmål, være lyttende og støttende. Her er noen tips til hvordan du kan gjennomføre en samtale:

1. Planlegg samtalen;

Velg tid og sted. Når passer det best?

Sett av nok tid! Skru av mobilen, vær tilstede, LYTT!

NB: Noen ganger kan barnet eller ungdommen åpne for samtale før du får forberedt deg, ta imot muligheten om du kan. Dersom det er umulig, avtal konkret tidspunkt for når dere kan snakke sammen. Hold avtalen! Du kan aldri love et barn at du ikke skal fortelle dette videre til noen!

2. Gjennomfør samtalen;

Dersom du har en bekymring vær tydelig. Si at du er bekymret. Si hva du er bekymret for og hvorfor. Si at du kan ta feil.

Bruk et språk barnet forstår, tilpass alder.

Vær åpen og lyttende etter barnets frie fortelling.

Bruk åpne oppfølgingsspørsmål som:

- “Hva tenker du om det”
- “Fortell..”
- “Hvordan har du det da?”
- “Hvordan er det for deg?”

Vis oppriktig interesse og omsorg. Etterspør og anerkjenn barnas tanker, følelser og ressurser. Lytt og vær aktivt tilstede.

3. Planlegg avslutningen;

Oppsummer det dere har snakket om. Fortell konkret hva som vil skje den nærmeste tiden. Gi informasjon om hvem barnet eller ungdommen kan snakke med. Lag avtale for oppfølgingssamtale.

4. Dokumenter samtalen

Logg, journalnotat el annet.