

Syskonkärlek eller i skuggan av ett syskon

ett metodhäfte om läservistelser för skolbarn, ungdomar och unga vuxna som har en syster eller bror med funktionsnedsättning



ÅGRENSKA

Text: Regine Lundholm, Gunilla Jaeger, Ågrenskas barnteam,
Christina Renlund, Karin Wallgren
Projektgrupp: Barnteamet Ågrenska
Omslagsbild: Syskonkompetens
Övriga foton och bilder: Marcus Berntsson

Innehållet får mångfaldigas med referens till källan
"Syskonkärlek eller i skuggan av ett syskon"
www.agrenska.se
www.syskonkompetens.se

Innehåll

Del 1

Bakgrund	4
Inledning	4
Barnkonventionen	5
Att vara syskon	5
Syskons behov av samtal och kunskap	6
Olika åldrar, olika behov	7

Del 2

Lägervistelse som modell för syskonverksamhet	10
<i>Före vistelsen</i>	10
Inbjudan	10
Lämpliga Kontakter	10
Introduktionsmöte	10
<i>Generella förutsättningar</i>	10
Åldersgrupper	10
Gruppstorlek	11
Miljö	11
<i>Krav och förväntningar</i>	11
Ungdomar	11
Föräldrar	11
Personal	11
<i>Programpunkter</i>	11
Skolarbete	11
Samtal	12
Kunskap om funktionsnedsättning	12
Ett vuxet syskon berättar	12
Aktiviteter och egen tid	12
Utvärdering/uppföljning	12
<i>Verktyg</i>	13
Aktiviteter	13
Material för samtalsstöd	17
Berättelsebok	22

Del 3

Bilagor	24
Inbjudan	25
Samtalsguide	26
Ramprogram för en fyradagarsvistelse	27

Del 4

Materiallista	28
Filmer att samtala kring	29
Böcker för tonåringar och vuxna	31
Referenslitteratur	32

Del 1

Bakgrund

Inledning

Ågrenska har över 20 års erfarenhet av att möta syskon till barn med funktionsnedsättningar i familje- och korttidsverksamheten (www.agrenska.se).

I familjevistelserna ingår sedan många år ett eget program för syskonen, med information om diagnosen och samtal om syskonroll, behov, känslor och upplevelser. Behovet är stort och syskonfrågor behöver uppmärksammas på olika sätt.

Detta metodhäfte har tagits fram inom Arvsfondsprojektet *Syskonkärlek eller i skuggan av ett syskon*. Syftet med häftet är att ge inspiration och information till andra, som vill starta syskonverksamhet.

Inom projektet har Ågrenskas uppgift bland annat varit att anordna syskonvistelser för skolbarn 12–16 år, ungdomar 14–19 år och unga vuxna 19–33 år. Vistelserna har genomförts i lägerform om fyra dygn. För åldersgruppen 12–16 år ingick även en uppföljningshelg och två uppföljningsdagar. För de unga vuxna genomfördes vistelsen under en helg. Program och innehåll för vistelserna har utarbetats av Ågrenskas barnteam.

Arbetsmetoder och upplägg är en kombination av metoder för Ågrenskas tidigare arbete med syskon, av de metoder som finns beskrivna i Christina Renlunds bok *Litet syskon* samt av den övriga kunskap som tillförts tack vare projektet.

Gunilla Jaeger
Ågrenska

Barnkonventionen

Syskonprojektets övergripande mål är att på olika sätt stärka och stödja syskon till barn med funktionsnedsättning och deras familjer. Det handlar om att lyfta fram syskons situation och att skapa verktyg för att syskonet både i sin familj och i syskonsamtal med professionella ska kunna prata om sina tankar, känslor och frågor. Det handlar om att ge syskon ökade möjlighet till kunskap. Projektet har även som mål att öka föräldrars kompetens att prata med sitt barn när barnet är i förskole- och skolålder.

Barnkonventionen och barns rättigheter – en vägvisare i det dagliga livet med barn

Barnkonventionens artiklar om barns rätt att göra sin röst hörd är vägledande i mötet med barnen. Barnkonventionen, konventionen om barnets rättigheter, antogs av FN:s generalförsamling den 20 november 1989. Barnkonventionen uttrycker ett sätt att se på barn och förhålla sig till barn som bygger på respekt och omtanke. Barn är fullvärdiga medborgare med egen vilja och egen förmåga, men de behöver vuxnas omsorg och skydd. Barnkonventionen ger därför barn särskilda rättigheter. Artikel 12, som utgör en av barnkonventionens grundprinciper, slår fast att varje barn har rätt att komma till tals och bli lyssnad på. Syskonprojektet har en av sina grundläggande utgångspunkter i den principen.

Barnkonventionen är också tydlig med föräldrars rätt till stöd. Den svenska regeringen har formulerat en strategi för att stärka barnets rättigheter som godkändes av riksdagen i december 2010. I den står bland annat klart uttalat att föräldrar med barn upp till 18 år ska erbjudas stöd i sitt föräldraskap. Det kan handla om att delta i föräldragrupper, men också om enskilt stöd när det behövs. Ingen ska behöva kämpa i ensamhet. Stödet är till för barnets bästa. Beslutsfattare och professionella som möter barn ska kunna omsätta kunskaper om barns rättigheter i praktisk handling (www.barnombudsmannen.se).

Vad vet vi idag?

En överblick, dokumenterad av Christina Renlund, psykolog och psykoterapeut. Medlem i projektet och författare till boken *Litet syskon* som är ett kunskapsunderlag och skriven inom ramen för projektet.

Att vara syskon

Det finns idag inga säkra uppgifter på hur många barn i Sverige som har en syster eller bror med funktionsnedsättning. Men vi vet att det är många barn. Många syskon har också bristfällig kunskap om sin systers eller brors funktionsnedsättning och vad den innebär.

Vi kan bli bättre på att stärka syskon och när det gäller yngre barn är det nödvändigt att det sker i ett familjeperspektiv och med föräldrar som bas. För de professionella innebär det att utveckla sätt att arbeta med familjen som helhet och att samtidigt kunna rikta särskilda insatser till syskon.

Det finns självklart inte något entydigt svar på hur mycket man ska eller kan säga till barn om svåra frågor eller i särskilda situationer, men vad vi däremot vet är att det är viktigt att vi pratar med barn för att hjälpa dem att göra verkligheten mer begriplig.

Den israeliske professorn Aron Antonovsky som skrivit boken Hälsans mysterium (Natur och Kultur 1991) har med sitt begrepp KASAM, känsla av sammanhang – visat hur viktigt det är för vår hälsa att vi upplever tillvaron som begriplig, hanterbar och meningsfull. Genom att prata med barn om stora frågor och berätta för barn kan vi hjälpa dem att bättre förstå och handskas med sin värld. Att kunna prata om stora frågor i familjen har visat sig vara en stark skyddsfaktor för barnet.

Projektet vill förmedla ett aktivt och förebyggande synsätt som syftar till att skapa många möjligheter till samtal och dialog. Att "vänta och se tiden an" när det gäller samtal med barn om svåra frågor, är en inställning som kan medföra risker. Den kan innebära att det aldrig blir några samtal eller att barnet får information från andra istället för från närstående eller professionella med särskild kunskap.

Det är vuxnas ansvar att hjälpa barn till ökad förståelse. Magne Raundalen, barnpsykolog och Jon-Håkon Schultz, lärare i specialpedagogik, båda verksamma i Norge, använder i sin bok *Kan vi prata med barn om allt: de svåra samtalen* (Studentlitteratur 2010) begreppet generationsplikt. Det är ett uttryck för vuxnas ansvar att hjälpa barn att göra det som är svårt att förstå mer begripligt och hanterbart.

Syskons behov av samtal och kunskap

Barn behöver kunskap om sig själva och sin syskonsituation

Barn med en syster eller bror med funktionsnedsättning behöver en sammanhängande berättelse om sig själva och sin syskonsituation. De behöver ord och ett namn på syskonets funktionsnedsättning och de behöver prata om varför det är som det är och om sina tankar på framtiden. De behöver ha ord och förståelse för att kunna svara på kompisars frågor och rustas med kunskap och svar.

Barn som har kunskap blir tryggare och får en bättre syskonsituation

Barn ska inte behöva vara rädda, bära skuld eller vara ensamma med sina tankar och frågor därför att vuxna inget har sagt eller inte har pratat med dem. Därför är det viktigt att tidigt prata med barn och vi pratar med barn för att göra dem tryggare.

Barn vill vara delaktiga och vi vet att delaktighet är viktig för självkänsla och psykisk hälsa. Att ha kunskap och få möjlighet att uttrycka både sina positiva och negativa tankar och känslor kring syskonet och sin egen syskonsituation är ett starkt skydd.

Barn uppfattar mer och ibland också annorlunda än vad vuxna tror

All nuvarande kunskap och erfarenhet visar att barn tidigt skapar sig egna förklaringar och föreställningar kring sin egen och sin familjs situation. Ibland vet barn saker som föräldrar och andra vuxna inte tror att de vet, och ibland har barn inte kunskap om det som vuxna tror att de känner till.

För att som vuxen få veta mer och bättre kunna förstå hur barnet upplever sin situation är det därför viktigt att ge barn möjligheter att prata, berätta och reflektera. Om vi får veta mer om barnets tankar och frågor har vi också möjlighet att hjälpa barnet bättre, till exempel om barnet har felaktiga förklaringar.

Barn behöver hjälp att prata om det som är svårt

Barn behöver hjälp att uttrycka sina tankar och känslor och behöver också känna att det är tillåtet att prata och ges möjligheter till det. Samtal och kunskap rustar barnet och gör verkligheten mer begriplig.

Det kan också vara så att barnet har en uppfattning om att samtal om funktionsnedsättningen och alla tankar, känslor och funderingar runt den är något man inte kan prata om i familjen, att det är för svårt. Och precis som föräldrar vill skydda sina barn så skyddar barn sina föräldrar från känslor och tankar som man tror är för svåra. Det kan leda till att barnet inget säger men i hemlighet skapar en egen berättelse om sitt syskons funktionsnedsättning, om varför det blev så här och hur det kommer att gå. Ibland är den berättelsen värre än verkligheten.

Att prata om funktionsnedsättningen och syskonsituationen är något man behöver återkomma till vid flera tillfällen under barnets uppväxt. Barnet har i olika åldrar och på olika sätt behov av att förstå sin syskonsituation utifrån just de livsfrågor som den utvecklingsfasen väcker. De särskilda livsfrågorna om syskonsituationen finns med hela livet.

Barn behöver samtala med förberedda vuxna

Barn behöver i första hand prata i sin familj. Samtidigt behöver det också finnas ökad kunskap och konkreta arbetssätt för hur man pratar med barn om syskonsituationen inom förskola, skola och vård. Förberedda vuxna som har kunskap blir bättre på att fånga upp och verkligen lyssna till barns berättelser och frågor. Förberedda vuxna ger också bättre och mer genomtänkta svar. Och barn som blir lyssnade på känner sig sedda och respekterade, och lär sig att prata om sina tankar, känslor och svåra frågor. Deltagande i syskongrupper kan bli en start för samtal inom familjen om hur det är att växa upp med en syster eller bror som har en funktionsnedsättning.

Olika åldrar, olika behov

Syskon 3-6 år

Barn vet saker som vuxna inte vet. Vi vet inte hur det är att vara 6 år och ha en lillebror med allvarligt hjärtfel. Vi vet inte hur det är att vara 4 år och ha en syster med autism eller hur det är att vara 4 år och ha en storebror med cp-skada. Vi vet väldigt lite om de små barnens egna upplevelser och inifrånberättelser. Bara barnet själv vet hur det är att vara just jag i just den här situationen.

Men vi vet att barnen liksom de flesta andra små barn gärna berättar för oss om vi bara ger dem möjligheter. Vi vet att barn behöver dela sin verklighet och få sin situation bekräftad. Vi vet att de behöver ett namn på sin systers eller brors sjukdom/funktionsnedsättning, att de behöver hjälp att berätta och att de behöver få svar på sina frågor. Vi vet också att barn vill vara delaktiga och att delaktighet är viktig för självkänsla och psykisk hälsa. Barn behöver kunskap, de behöver delaktighet och vi behöver deras delaktighet.

Syskon 7-12 år

Detta är en ålder när barnet alltmer börjar rikta sina intressen och aktiviteter utåt, utanför familjen. Det är en på många sätt sårbar ålder när kontakter växer och barnet ser och jämför sig med andra familjer. Det är också en ålder när barnet får en ökad insikt både om sig själv, om sitt syskon och om sin familjesituation. För barnet blir det tydligt att jag är syskon i en annorlunda syskonrelation. Frågorna om varför kommer på nytt och syskon vill på en

djupare nivå veta varför deras syster eller bror fått sin sjukdom/funktionsnedsättning och vad den innebär både nu och i framtiden. De får frågor från kamrater och behöver kunna svara på kamraters frågor. Många syskon uttrycker nu också själva att de vill träffa andra i samma situation.

Från arbete med barn i den här åldern och också från forskningen vet vi att samtal i familjen och att kunna prata öppet om sjukdomen eller funktionsnedsättningen är ett starkt skydd. Vi vet också att ju mer kunskap syskonet har desto bättre syskonrelation. Barn som är i åldern 7–12 år är periodvis inåtvända och grubblande och många barn försöker på olika sätt, utan att berätta, ta hand om sig själva och bemästra sin situation. Det är därför viktigt att insatser till de yngre skolbarnen, precis som för förskolebarnen, formas i ett familjeperspektiv och med föräldrar som bas.

Texter: Christina Renlund

Syskon i tonåren

I tonåren är man mån om att passa in i kamratgruppen. Ofta drar sig tonåringen ifrån familjen och orienterar sig mot kompisarna. Man formar sin identitet, prövar *vem är jag?*

Tonåringen pendlar mellan frigörelse och större självständighet och behovet av familjen som den trygga basen. Föräldrar kan känna frustration över att tonåringen drar sig undan och inte verkar vilja prata om de känslor och tankar som väcks av syskonet. Det är svårt för tonåringen själv att starta ett samtal kring sin upplevelse, man vill inte ge föräldrarna ytterligare bekymmer.

Många tonåringar vet inte så mycket om syskonets funktionsnedsättning, de känner många gånger inte till vilken diagnos syskonet har. Föräldrarna har säkert berättat, men man behöver ta upp frågan med jämna mellanrum, eftersom en del information faller i glömska och förmågan att förstå blir större ju äldre man blir och nya frågor väcks. Vi vet att det är viktigt med kunskap och vana vid att använda orden så att man på ett avspänt sätt kan förklara för kompisar och andra som frågar – eller ser ut att vilja fråga – varför syskonet t.ex. gör som det gör. Ju mer man vet om syskonets svårigheter desto tryggare kan man vara när andra undrar.

Tonårssyskon behöver uppmärksamhet och bekräftelse även om de inte så tydligt signalerar det. De kan ofta känna outtalade krav på att vara duktiga.

Vill föräldrarna att hela familjen ska göra saker tillsammans, kan det bli en jobbig situation för syskonet. Som tonåring vill man minst av allt väcka negativ uppmärksamhet. Att skämmas för sitt syskon ger skuld-känslor och man behöver bli respekterad för att man inte vill utsätta sig för det.

Många tonårssyskon har aldrig träffat andra syskon med samma upplevelser. Det är då lätt att tro att de egna upplevelserna är unika och lättnaden är stor när man upptäcker att andra kan ha samma erfarenheter. Att möta andra och få möjlighet att samtala öppnar upp för tankar kring känslor och upplevelser som hänger ihop med situationen i familjen.

Unga vuxna syskon

Det unga vuxna syskonet kan också precis som under tonårstiden gripas av sorg över att syskonet inte är som "ett vanligt" syskon som man kan ha en nära kontakt med, ha kul med och göra mycket tillsammans med. Man har förmåga att både ha visst perspektiv på uppväxtåren och är också i en fas när man funderar över hur den egna framtiden ska bli. Det går att se likheter med andra personers upplevelser, men också skilja ut vad som är unikt för den egna familjen.

Tankar om framtiden blir påtagliga. Hur blir det när inte föräldrarna orkar längre? Är det jag som ska ta över ansvaret? Man kan känna sorg över det som blir så uppenbart att syskonet kan gå miste om, men också stor glädje och samhörighet över det som präglar den egna familjens unika situation. Tankarna om att bilda egen familj och få egna barn börjar bli aktuella. Frågan kring eventuell ärftlighet blir viktig. Existentiella frågor dyker upp: *Varför blir människors villkor så olika? Vad är ett gott liv? Varför mitt syskon och inte jag?*

Mognad och insikter

Ofta känner sig syskon som har en syster eller bror med funktionsnedsättning mer mogna än sina jämnåriga. De har erfarenheter och kunskaper som inte deras kamrater har. De har fått förståelse för personer som är lite "annorlunda" och tar inte heller allt för givet utan har en förståelse och en beredskap för livets nyckfullhet. Många har fått en förmåga till inlevelse i livsvillkoren för dem som inte har det så lätt i livet. Det är insikter och erfarenheter som sätter spår i deras personligheter och som kan berika dem som människor.

Texter: Karin Wallgren

Del 2

Lägervistelse som modell för syskonverksamhet

Bakgrund

Ågrenska har sedan många år erfarenhet av att arbeta med syskon inom ramen för familjevistelser för sällsynta diagnoser. Då kommer hela familjen till Ågrenska under en vecka och får ta del av ett skraddarsytt program. Projektets vistelser för enbart syskon har fokuserat helt på syskonen och deras situation. Lägervistelserna innehöll samtal om syskonrollen, frågor och diskussion med läkare om diagnoserna och medicinska frågor, fritidsaktiviteter med fokus på syskonrollen, utflykter och även skolarbete, eftersom vistelserna genomfördes under terminstid.

Före vistelsen

Inbjudan – hur når man ungdomar?

Inbjudan bör gå ut ca två månader i förväg. Den skickas till föreningar och föräldraorganisationer samt till olika professionella, som kan förmedla en inbjudan till familjer. Exempel är habiliteringar, kommunens handläggare, särskolor, korttidshem. Inbjudan och anmälan kan med fördel ske via hemsidan.

I inbjudan bör syftet med vistelsen presenteras, liksom det övergripande programmet och att samtal är en viktig del. Ungdomarna kan också uppmanas komma med egna förslag och önskemål när det gäller aktiviteter. Kontaktuppgifter och gärna även foto på några av den ansvariga personalen under vistelsen bör finnas med.

Kontakter före vistelsen

Personal bör ta kontakt med ungdomen och familjen så fort någon anmält sig. De presenterar syfte och innehåll för vistelsen och kan svara på frågor, liksom tala med ungdomarna om deras egna önskemål och förväntningar. När första kontakten väl är tagen, kan ungdomarna återkomma själva om de har ytterligare frågor och funderingar.

Introduktionsmöte

Man bör försöka arrangera ett möte med deltagarna ungefär en vecka före själva vistelsen. Ungdomarna tillsammans med sina föräldrar bjuds in en vardagskväll till det ställe där lägret ska äga rum. Kvällen inleds med gemensam måltid och övergripande information. Därefter får föräldragruppen en föreläsning och diskussion med aktuella kunskaper om syskon och deras situation, samtidigt som ungdomarna och personalen gör någon aktivitet för att börja bekanta sig med varandra.

Generella förutsättningar

Lämpliga åldersgrupper

Ungdomarna måste vara tillräckligt gamla för att vilja och våga åka iväg på läger utan föräldrar. De ska också ha förutsättningar att klara av det känslolasterande innehållet i vistelsen. Enligt Ågrenskas erfarenheter är tänkbara åldersspann till exempel grupper för 12–16 år och för 14–19 år. För den lägre ålderskategorin är det angeläget med introduktion och avslutning tillsammans med föräldrar och även föräldrakontakt efter vistelsen. Även för den äldre ålderskategorin är det viktigt att tänka på att kontakt med föräldrarna behövs både före och efter vistelsen. Att delta på ett syskonläger ger många nya intryck, väcker

känslor och funderingar, som kan behöva samtalas vidare om på hemmaplan. Föräldrarna bör få en generell information om hur lägret avlöpt och uppmanas att vara observanta på eventuella reaktioner.

Gruppstorlek

Gruppstorleken kan variera, enligt vår erfarenhet är mellan tio och 20 deltagare lämpligt. Om man har ett så stort åldersspann som fyra–fem år ska gruppen kunna delas i två mindre grupper, utifrån ålder, vid samtalen. Vi tror att cirka 20 deltagare är en övre gräns, om man vill få ihop en grupp på så kort tid som fyra–fem dygn och alla ska hinna lära känna varandra. Vid samtalen har vi arbetat med fem–sju deltagare i varje grupp.

Miljö

En inbjudande och ändamålsenlig miljö är en viktig ram för vistelsen. Det ska finnas utrymmen och utrustning för aktiviteter. Det behövs ostörda grupprum för samtal och skolarbete, liksom naturligtvis sovrum och matsal. Miljön ska också inspirera till och ge förutsättningar för spontana möten och samtal.

Krav och förväntningar

Ungdomar

Ungdomarna måste själva vilja delta av eget intresse. De behöver klara av att vistas i en ny och okänd miljö. Det är angeläget att samtliga kan delta i hela vistelsen, både för sin egen och för gruppens skull.

Föräldrar

Föräldrarna behöver engagera sig i syskonfrågor och vara positiva till kontakt före och efter vistelsen. De måste också vara öppna för dialog med sina ungdomar hemma efter vistelsen.

Personal

För att kunna leda samtalsgrupper krävs kunskaper om barns och ungdomars utvecklingsfaser, gruppprocesser, krisreaktioner och samtalsmetodik samt erfarenhet av att tala med barn och ungdomar om svåra frågor. Ågrenskas samtalsledare är pedagoger och sjuksköterskor med ovanstående kompetens.

Personal som möter ungdomarna ska kunna förmedla en känsla av välkomnande och trygghet.

Det är angeläget att samma ledare kan hålla i samtliga organiserade samtal, dels för att kunna följa processen i gruppen och dels för att ge enskilda deltagare trygghet.

Programpunkter

Skolarbete

Eftersom vistelsen ligger under ordinarie skoltid brukar ungdomarna ha med sig skoluppgifter att utföra under vistelsen. Vår erfarenhet är att några timmars schemalagd skoltid per dag brukar räcka. Det är viktigt att ha en dialog med ungdomarna om detta, så att alla känner att de hinner med det arbete som deras lärare i hemmaskolan förväntar sig.

Samtal

Samtal och skolarbete kan med fördel förläggas till förmiddagarna. Hälften av deltagarna har samtal, medan andra hälften gör skolarbete.

De strukturerade samtalen är en betydelsefull del i vistelsen. Gruppsamtalen ska genomföras i en ostörd miljö och atmosfären präglas av förståelse och tillit. Det är viktigt att förmedla att det som sägs inte förs vidare till någon utomstående och att allt som dokumenteras är avidentifierat. Det är också angeläget att klargöra att inga tankar, känslor och frågor är "fel" eller förbjudna, liksom att man inte heller behöver svara på eller kommentera alla frågor, utan i stället kan säga "pass". Det är angeläget att personalen hela tiden styr samtalen på en lagom nivå.

Kunskap om funktionsnedsättning

I programmet bör också information och samtal med läkare eller sjuksköterska om syskonens diagnoser och funktionsnedsättningar ingå. Före samtalet ska syskonen tillsammans med varandra och Ågrenskas samtalsledare fundera över frågor, som de skriver ner och utgår från i samtalet med läkaren eller sjuksköterskan. Beroende på vilka och hur många diagnoser, som är representerade i syskongruppen, avgörs från fall till fall hur den medicinska informationen ska organiseras. Det är också viktigt med tillfälle till uppföljning av diagnosinformationen, så ingen lämnas ensam med kvarstående frågetecken. På Ågrenska har uppföljningen skett med våra egna sjuksköterskor.

Ett vuxet syskon berättar

Vi rekommenderar också att programmet innehåller ett inslag med ett vuxet syskon, som bjuds in för att föreläsa och diskutera med deltagarna. Även inför det inslaget kan det vara bra att deltagarna i förväg funderat över frågeställningar.

Aktiviteter och egen tid

Lika viktigt som samtal och skolarbete är det att lägga in aktiviteter – både för att stärka grupp känslan och för att ha roligt ihop. Det är också viktigt att ungdomarna får egen fri tid och möjlighet till spontana samtal sinsemellan.

Utvärdering och uppföljning

Sista dagen gör ungdomarna en skriftlig utvärdering av de olika programpunkterna och samtalspunkterna. De tillfrågas om de har några "guldkorn" som de vill nämna från lägret.

Det är viktigt att även personalen gör en skriftlig utvärdering och en sammanställning från vistelsen för att tillvarata erfarenheter inför kommande läger, t.ex. vilka aktiviteter, som fungerat bra, om det var lagom tid avsatt, vad behöver utvecklas osv. Personalen bör också, gärna i punktform, skriva ner avidentifierade sammanfattningar v samtalen.

Kontakt efter vistelsen

Ca en vecka efter vistelsens slut bör man ta kontakt med ungdomarna och deras föräldrar för att höra hur det varit efter hemkomsten.

Guldkorn från vistelsen

- Att få höra andras berättelser
- Att känna igen sig i andras berättelser, att inte känna sig så ensam längre
- Att syskon kan prata med varandra om sina upplevelser
- Att få vara medlem i en grupp där man får möjlighet att tillsammans dela tunga och roliga upplevelser
- Inspirerande att höra hur andra bemästrar sin situation
- Att börja tänka tankar för sin egen framtid

Aktiviteter med olika syften

Presentera sig för varandra

Kom-ihåg-leken

Ungdomarna och ledarna sitter i ring så att alla kan se varandra. I tur och ordning får var och en prata om sin älsklingsrätt, drömsemester, hobby, favoritfärg mm. Man tar ett ämne i taget och när det är ens egen tur, upprepar man först vad de andra har sagt och så säger man sitt eget. På detta sätt får man berätta om sig själv på ett roligt sätt. Ju mer man lär känna varandra, desto personligare kan ämnena bli, så som: vad gör mig glad, ledsen, rädd osv.

Att lära känna varandra

Blundtåget

Ungdomarna står i ett led och håller varandra på axlarna. Ett mål i form av en kon eller liknande är placerat i rummet. Endast den som står sist får titta och med hjälp av handtryckningar styra tåget mot målet. Här behöver alla lyssna in varandra, känna tillit och samarbeta för att tillsammans komma fram till målet.

Namn på ryggen

Ledaren skriver en av deltagarnas namn på en lapp och sätter lappen på ryggen på en annan deltagare. Alla står i en ring. Den som har lappen på ryggen ska genom ja- och nejfrågor till alla i ringen lista ut vems namn det är som står på ryggen. Syftet är att se och uppmärksamma varandra.

Stärka gruppkänslan

Kamratbanan

Man bygger en äventyrsbana utomhus, man delas in i mindre grupper och tillsammans ska gruppen klara de olika uppgifterna vid varje station. Uppgiften är inte löst förrän alla i gruppen deltagit, varit aktiva och tillsammans hittat de bästa lösningarna på de olika problemen. Syftet med kamratbanan är att ha roligt, samarbeta och skapa en positiv laganda i gruppen.



Bygga luftfarkost

Deltagarna bildar lag, varje lag får material bestående av ett A4 papper, tre ballonger, en meter snöre, tejp och ett rått ägg. På 20 minuter ska man bygga en farkost som ägget ska ligga i. Alla samlas på en balkong och varje lag ska släppa sin farkost ner mot marken. Det lag som lyckas med att ägget är helt när farkosten landar på marken, har klarat sin uppgift. Syftet med aktiviteten är att ha roligt, samarbeta och skapa en positiv laganda i gruppen.

24-karat

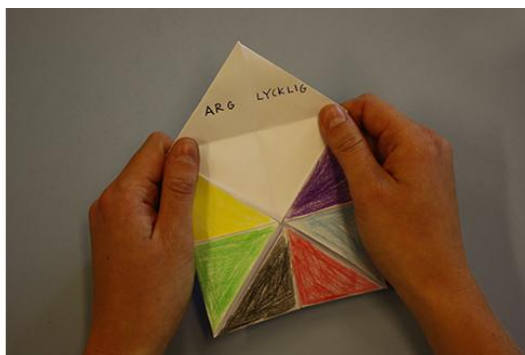
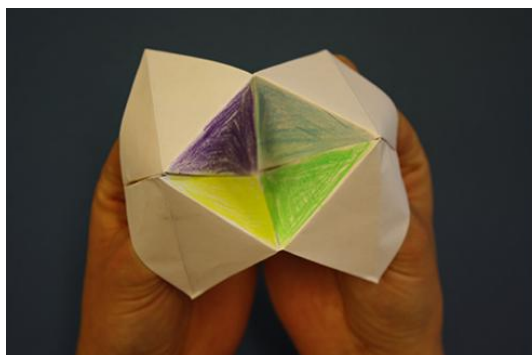
Ungdomar bildar grupper om sex deltagare, varje grupp får 20 tändstickor. Gruppen som i slutet av tävlingen har flest tändstickor vinner. Tävligen leds av två ledare. Halva gruppen ska utföra en uppgift, övriga i gruppen satsar tändstickor om de tror att uppgiften löses eller ej och hur många tändstickor man är beredd att satsa. Tävligen avslutas med att varje grupp satsar på den av grupperna som man tror har fått ihop flest tändstickor, vilket gör att även om man har lite tändstickor kvar så kan man vinna hela leken. Exempel på grenar:
Minuten – sätta sig ner när man tror det gått en minut
Vattenglas – sätta ett glas vatten på pannan och lägga sig ner på golvet utan att spilla
Bygga torn – med kaplastavar bygga ett så högt torn som möjligt på en minut



Prata om känslor

Loppa

Gruppen samtalar om olika känslor och skriver upp alla känslor på tavlan. Alla deltagare viker ett papper och gör sig en egen loppa. Man färglägger flikarna, viker upp flikarna, skriver ett känslord under varje flik och viker tillbaka fliken. Man håller pappersloppan i sin hand med färgerna synliga och ber en av deltagarna välja en färg. Färgfliken öppnas och man pratar om känslordet som skrivits under fliken.



Kroppen

Lusenspelet

Lusen spelas av två till fem deltagare och är ett tärningsspel. Varje spelare ska bygga sin egen Lus och den som först lyckas vinner spelet. Med hjälp av spelet kan man prata om olika kroppsdelar. Spelet erbjuder många möjligheter att prata om olika funktionsnedsättningar.



Självförtroende och självkänsla

Samspelet

Ett tärningsspel som används som grund för samtal. Man får dra kort där man tar ställning i olika situationer hur man tycker och vill handla. De andra i gruppen funderar hur de tror den som drog kortet har valt. Så samtalar gruppen om hur man tänker och agerar i olika situationer.



Material för samtal

Samtalsstöd syskon 5–9 år

Djur

Kalle Kanin

På ett lekfullt och spännande sätt fångas barnens uppmärksamhet. Här använder man sig av t.ex. en gammal resväska där Kalle kanin bor. Han pratar med och bekräftar varje barn, berättar och frågar om aktuella händelser. Var och en får vara i centrum och berätta om sig själv. Kalle har med sig olika material som dockor, sagor och samtalskort som blir grunden till samtal.



Dockor

Harry och Ida

Två dockor som har ståskal, ortoser och glasögon. Dockorna berättar för barnen om sig själva, sina kompisar i förskolan och skolan. De berättar om saker de har lätt för och saker de har svårt för att göra. Ibland ställer de frågor till gruppen hur de hanterar olika problem som frågor och när folk tittar. Ett bra hjälpmedel för samtal om funktionsnedsättningen, för både barn med diagnos och deras syskon.



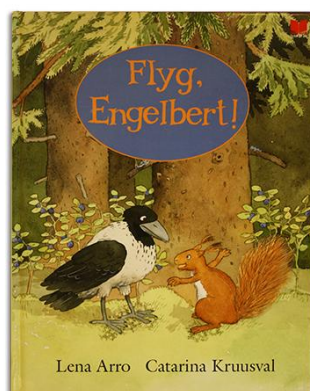
Rut

Den här dockan har rullstol och rollator som hjälpmedel och kan användas på samma sätt som Harry och Ida.



Sagor och sagopåsar

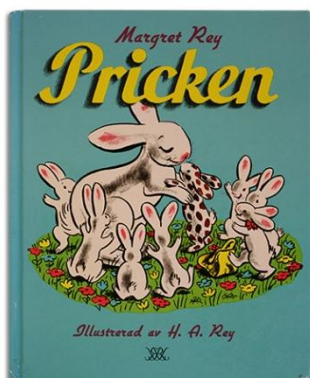
Utifrån utvalda sagor som handlar om olikhet, utanförskap, rädsla mm får barnen hjälp att identifiera sig, sitt syskon och sin familj i olika situationer och känslor. Personalen lyssnar och stödjer barnet i samtal med varandra om hur olika situationer kan kännas och upplevas. Genom att ta del av varandras erfarenheter kan deltagarna få idéer hur man kan svara på kompisarnas frågor och hantera sina egna känslor.



Sagopåse med **Kråkan Engelbert**

L. Arro & Kruusval

En saga som är uppdelad i olika påsar där Kråkan Engelbert ligger i första påsen. Han vågar inte flyga. Sen träffar han på olika djur som vill att han ska ta sig fram på deras sätt. Barnen får leta efter nästa påse där ett djur ligger och ledaren berättar vidare på sagan. I sista påsen ligger Skatan "Sanna mina ord" som berättar att han duger som han är och att han är en kråka som kan flyga. Tanken är att man får vara sig själv och det blir det bästa.



Sagopåse med **Pricken**

M. Rey

Här använder vi konkret material, som gör det lättare för barnen att fantisera och förstå sagorna efter deras förmåga. Pricken handlar om en kanin som är prickig och alla andra är vita i hans familj. Han känner sig utanför och orättvist behandlad så han beger sig hemifrån. Han kommer till en annan familj där alla är prickiga utan en som är vit. Tanken med sagan är att det inte spelar någon roll hur man ser ut, det viktigaste är att vara nöjd med sig själv.

Fler sagor



Adams: **Bli en bra kompis**
Ahlbom: **Jonathan på Måsberget**
Fioretos: **Vem är annorlunda**
Frisén & P. Ekholm: **Jag är så arg**
Heyboer O'Keefe: **Du är en stjärna**

Klinting: **Örjan - den höjdrädda örnen**
Källner & A-K Svensson: **Nalle Röd**
Mundy: **Visst får du vara arg**
Nilsson & A-C Tidholm: **Adjö Herr Muffins**
Wänblad & P.Gustavsson: **Lilleving**



Samtalskort

Nallekort

Nallarna uttrycker olika känslor som glad, ledsen, rädd, arg. Nallekort kan användas på olika sätt. Barnen drar ett kort och berättar vad de tänker på när de ser kortet eller barnen får ta det kort som stämmer överens med den känsla de har, när de tänker på sitt syskon i olika situationer. Tillsammans pratar man om känslan.

Samtalsbilder

Musfamilj

Merete Holmsen har i sin bok *Samtalsbilder och teckningar* gjort illustrationer om en musfamilj. Illustrationerna handlar om vardagssituationer för den lilla musen som att äta, sova, gå till förskolan mm. Den vuxne ställer öppna frågor, som gör det möjligt för barnet att utifrån sig själv berätta om bilden. Bilderna i boken är löstagbara och kan användas i olika sammanhang.



Samtalsstöd syskon 10–17 år

Information och kunskap om diagnosen

En sjuksköterska eller läkare informerar om den specifika funktionsnedsättningen. Samtalet bygger på frågor som ungdomarna funderat kring och skrivit ner. Olika material visas för att underlätta att förstå hur kroppen fungerar utifrån den specifika diagnosen. Diagnossamtalet följs upp under de kommande dagarna då eventuella frågetecken rätas ut och ungdomarna får ta del av varandras tankar och erfarenheter.

Torso, anatomisk modell

Ungdomarna ser kroppen i genomskärning och kan se var de olika organen sitter och hur de fungerar.



Att prata om känslor med hjälp av frågekort

Exempel:

- Frågor om olika situationer som uppstår i vardagen
- Frågor om olika känslor och tankar
- Bilder om olika ansiktsuttryck som beskriver syskonets situation

Samtalsledaren väljer ett av ämnesområdena, placerar ut ett antal frågekort upp- och nedvända på bordet. Deltagarna sitter runt bordet, man går laget runt, man vänder ett av korten, läser upp frågan och svarar. Man kan få "passa" om frågan känns obehaglig eller om man inte kan svara.



Exempel:

Situationer i vardagen

*Har du varit med på sjukhuset, hur kändes det?
Om kamrater frågar om ditt syskon, hur känns det för dig?*

Känslor och tankar

På korten står ett påbörjat påstående som ungdomarna får avsluta:

*Jag längtar efter...
Jag blir glad när...
Jag blir ledsen när...*



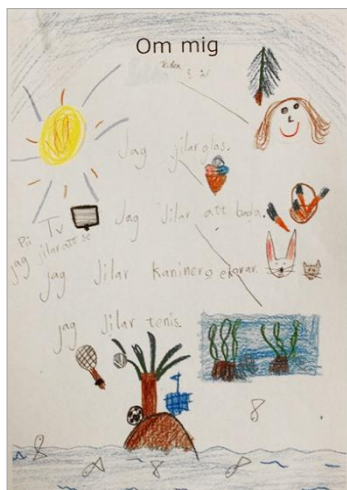
Ansikten, känslor och händelser

Kan användas som stöd för samtal.

Berättelsebok om egna känslor och upplevelser

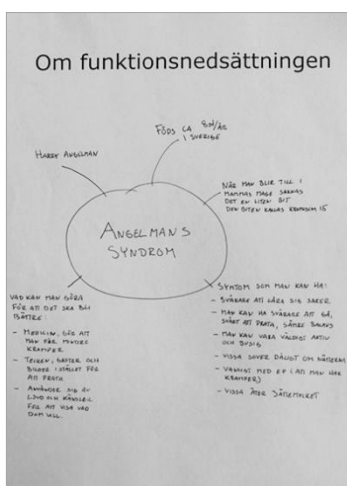
Barn/ungdomar i alla åldrar kan göra sina egna personliga berättelser, som sammanställs till en bok och tas med hem till familjen.

Exempel på övningar/uppgifter



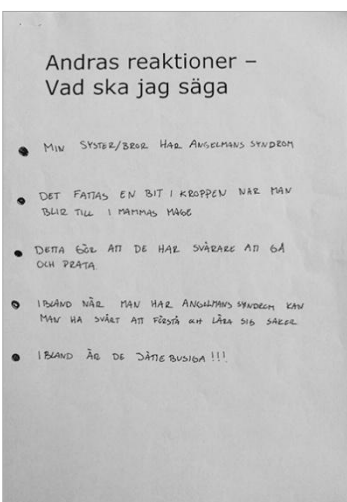
Om mig

En presentation om sig själv. Man berättar om sig själv med hjälp av en teckning, bilder och/eller ord. Här bestämmer man själv vad och hur mycket man vill berätta. Man håller upp teckningen så alla kan se och pratar sedan om det man ritat eller berättar om det man skrivit.



Om funktionsnedsättningen

Med utgångspunkt från sin egen kunskap om syskonens diagnos och den kunskap man får från sjuksköterska/läkare/filmer gör man en "mindmap" om diagnosen.



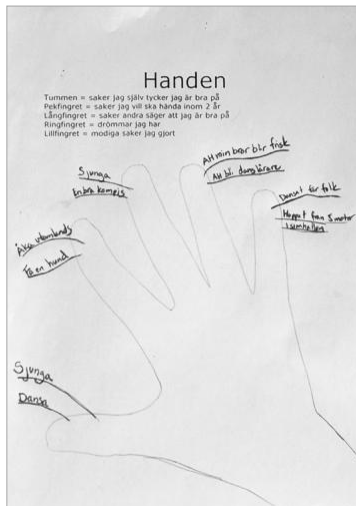
Andras reaktioner - vad ska jag säga

Man samtalar om hur och vad man kan svara när andra frågar om syskonens diagnos. Alla får del av varandras erfarenheter och kan ge, få och anteckna tips och råd.



Fyrfältsbild - nu och framtiden

Man ritat sig själv och sitt syskon nu och hur man tänker att framtiden ser ut.



Handen

Man ritat av sin egen hand. Varje finger står för olika egenskaper och känslor.

Exempel:

Tummen – tre saker om mig själv som jag tycker jag är bra på

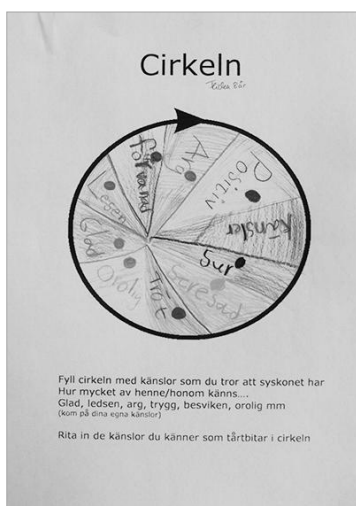
Pekfinger – tre drömmar jag har

Långfinger – tre händelser där jag var modig

Ringfinger – tre saker om mig som andra tycker jag är bra på

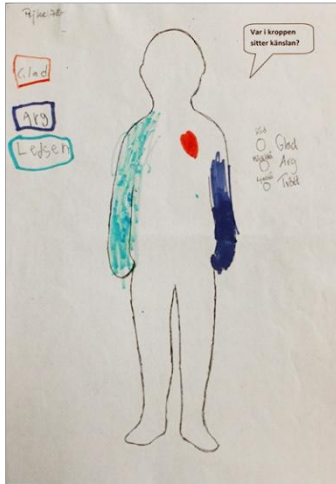
Lillfinger – tre saker som jag vill ska inträffa inom två år

Metoden beskrivs bland annat i Mia Börjessons bok *Motivation och Medkänsla – om att samtala med tonåringar*, Argument Förlag AB



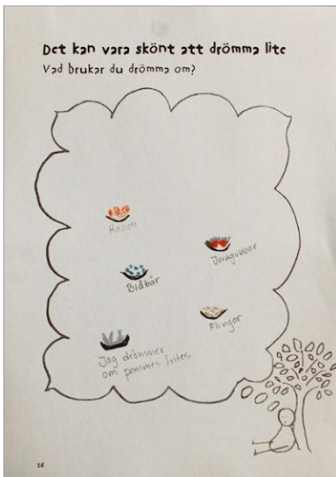
Cirkeln

Cirkeln illustrerar känslor som ungdomar bär på när de tänker på sitt syskon. De väljer ut de känslor de har, sedan ritat de tårtbitar som blir så stora som varje känsla upplevs. Tanken är att våga känna efter och samtala om vad känslorna står för. När man samtalar om jobbiga känslor så mister de lite av sin farlighet.



Kroppen

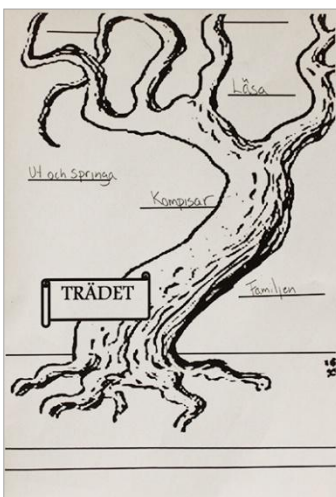
Här placerar man in de känslor som man ritat i cirkeln i en ritad kropp. Man samtalar om var i kroppen känslan finns, hur man upplever den och hur man hanterar den.



Drömmar

Syskonen pratar om önskningar och drömmar som de kan ha. Här är det till exempel familjer som har barn med Prader Willis syndrom som är på familjevistelsen. Barnen går på en sträng diet pga att man inte har någon mättnadskänsla utan vill äta hela tiden.

Vad drömmer då syskonen om? Mallen finns i boken: *Det här är boken som handlar om dig.* Idé, manus och illustrationer av Eva Cim von Greyertz, Nypon Förlag



Trädet

Trädet som symbol för växtkraft, utveckling, framtid. Man ritar in viktiga händelser, uppgifter, planer, känslor, allt som man kan uppfatta som positiva framtidstankar. Övningen är en bra avslutning för samtalen om syskonskapet.

Del 3

Bilagor

- Inbjudan till en syskonvistelse på Ågrenska
- Samtalsguide
- Ramprogram för en fyradagarsvistelse

Välkommen till en spännande och innehållsrik vecka

**Inbjudan till dig 14 - 19 år som har ett
syskon med funktionsnedsättning
10 - 13 september 2012**

Syskonkärlek eller i skuggan av ett syskon

På Ågrenska har vi under många år intresserat oss för syskonens situation och syskonrollen i familjen. Nu genomför vi ett treårigt syskonprojekt med medel från Arvsfonden.

Vad händer under veckan

- Vi pratar om hur det är att ha ett syskon med funktionsnedsättning.
- Du får möjlighet att ställa frågor och diskutera med kunnig personal om syskonets diagnos.
- Varje dag har vi fritidsaktiviteter som vi planerar tillsammans, t. ex. utflykter, musik, film, teater. Kom gärna med egna förslag!
- Det blir också tid till skolarbete.

Du är välkommen till Ågrenska måndag den 10 september kl 11.00. Hemresa torsdag den 13 september ca kl 15.00. Det är viktigt att kunna vara med hela vistelsens alla dagar. Arvsfonden bekostar vistelsen för deltagarna, däremot får man stå för resekostnaderna till och från Ågrenska själv. Har du frågor eller speciella önskemål beträffande vistelsen ta kontakt med Marcus Bertsson marcus.bertsson@agrenska.se eller Samuel Holgersson samuel.holgersson@agrenska.se

Anmälan till syskonvistelse på Ågrenska 10-13 september 2012

<http://www.agrenska.se/Syskonvistelser/> senast 1 augusti.



Bilaga 2

Samtalsguide

En av samtalsledarna håller i samtalet och den andre antecknar deltagarnas tankar på ett blädderblock, väl synligt för alla i gruppen. Fyra gruppsamtal genomförs under vistelsen. Första samtalstillfället ägnas åt syskonets funktionsnedsättning och dess konsekvenser för familjen. Övriga samtal fokuserar sedan på det friska syskonet och hans/hennes situation, behov och önskemål.

Materialet sammanställs och alla får med sig dokumentationen hem.

Rubriker:

Funktionsnedsättningen och konsekvenser i vardagen

Svårigheter i dagens situation
Möjligheter i dagens situation

Fokus på syskonet utan funktionsnedsättning

Svårigheter i dagens situation
Positiva upplevelser med syskonskapet

Vad är viktigt för syskonet just nu, frågor och råd till viktiga personer?

Frågor om funktionsnedsättning till läkare/sjuksköterska
Frågor till föräldrarna
Råd från syskonet till föräldrarna
Råd från syskonet till skolpersonal
Råd från syskonet till sjukvårdspersonal

Vad tror syskonet händer i framtiden?

Med tanke på hela familjen
Med tanke på syskonet med funktionsnedsättning
Med tanke på den egna framtiden

Bilaga3

Ramprogram för en fyradagarsvistelse, ungdomar 12–16 år

Måndag

11.00	Ankomst
12.20	Kort presentation av personal och samtalsledare
12.30	Lunch
14.00	Presentation av veckan och deltagarna
15.30	Fika
16.00	Gemensam aktivitet i syfte att bekanta sig med varandra
17.00	Middag
18.30	Gemensam kvällsaktivitet i syfte att lära känna varandra
20.00	Bastu/film
21.00	Nattmacka

Tisdag

08.30	Frukost
09.00	Genomgång av dagens program
09.30	Skola/samtal om funktionsnedsättning och konsekvenser i vardagen
10.15	Fika
10.30	Skola/samtal om positiva upplevelser i dagens situation
11.30	Gemensam aktivitet
12.30	Lunch
13.30	Föreläsning och diskussion med en ung vuxen med egna syskonerfarenheter
14.30	Gemensam aktivitet
15.30	Fika
16.00	Valfri aktivitet/fri tid
17.00	Middag
18.30	Gemensam aktivitet
20.30	Nattmacka/film/bastu

Onsdag

08.30	Frukost
09.00	Genomgång av dagens program
09.30	Skola/samtal om svårigheter i dagens situation
10.30	Fika
11.00	Skola/samtal om vad som är viktigast för mig just nu
12.30	Lunch
13.30	Valfri aktivitet
15.30	Medicinsk information av läkare eller sjuksköterska
17.00	Middag
18.00	Aktivitet endast för killar och endast för tjejer
21.00	Nattmacka/film

Torsdag

08.00	Gemensam aktivitet
11.00	Skola/samtal om tankar och funderingar om framtiden
13.00	Lunch
14.00	Se en spelfilm tillsammans, reflektioner
16.30	Muntlig och skriftlig utvärdering
18.00	Middag med föräldrarna
19.00.	Hemresa

Del 4

Materiallista

- Filmer
- Böcker
- Referenslitteratur

Filmer

Ungdomarna får i uppgift att efter de har sett en film reflektera och ha synpunkter om en karaktär som de fastnade för, att berätta om en scen som gjort ett speciellt intryck och berätta om egna känslor som filmen gav.

Filmer om funktionsnedsättning

Med hjälp av film samtalar man utifrån aktuell diagnos om kroppens funktioner. Frågor som kan uppkomma är t.ex. hur funktionsnedsättningen kan påverka vardagen och hur man få en så bra livssituation som möjligt.

Exempel på filmer:

Filmer om kroppen – Barn på sjukhus, SVT Barnkanalen.

Filmer om olika diagnoser – Ehlers-Danlos syndrom, Ågrenska.

Barntillåtna familjefilmer

Bäst i Sverige!

Svensk film från 2002. Filmen handlar om Marcello, en ung pojke som desperat försöker hitta ett sätt att inte längre vara den absolut sämsta killen i världen.

Speltid: 88minuter

Regissör: Ulf Malmros

I taket lyser stjärnorna

Svensk film från 2009. Filmen handlar om något av det svåraste som finns, att förlora någon som man älskar till döden men är också en film om vänskap, identitet och överlevnad.

Speltid: 89 minuter

Regissör: Lisa Siwe

Kött på benen

Svenskt tal, producerad 2005. Filmen är uppdelad i åtta avsnitt med kul och bra faktaförklaringar för barn. En serie om kroppen för barn, rejält kryddat med humor, energi och värme.

Speltid: 4 timmar

Rosa: The Movie

Svensk film som bygger på TV-serien Livet enligt Rosa, som i sin tur är baserad på en serie i kamratposten med samma namn. Filmen är inspelad bland annat i Kustateljén på Fårösund.

Speltid: 83 minuter

Prinsessa

Svensk film från 2008. Film med tragiska inslag om fördomar som man möts av när man har "fel" utseende, om att hitta den styrka och självkänsla som behövs för att verkligen stå i centrum – men då på sina egna villkor.

Regissör: Teresa Fabik

Tusen gånger starkare

Svensk film från 2006. Filmen bygger på en bok av Christina Herrström. Handlingen kretsar kring ett gäng tonåringar i niondeklass, det handlar om gruppsyck, kamratskap, utanförskap, förebilder och identitet.

Regissör: Peter Schild

Från 7 år

Draktränaren

Animerad amerikansk film från 2010. Handlingen utspelar sig på Vikingatiden i en vikingaby som ligger på en stor ö i havet. Bybornas livsstil är att slåss mot drakar.

Svenska röster, speltid: 98 minuter
Regissör: Chris Sanders, Dean DeBlois

Forrest Gump

Amerikansk film från 1994, baserad på en roman skriven av Winston Groom. Forrest Gump lyckas trots sin begränsade intelligens att bli elitidrottsman, krigshjälte i Vietnamkriget och framgångsrik affärsman.

Speltid: 142 minuter
Regissör: Robert Zemeckis

I rymden finns inga känslor

Svensk långfilm från 2010. Filmen kretsar kring 18-åriga Simon som lever med sin bror och dennes flickvän. Simon har Aspergers syndrom och beslutar sig för att hitta en ny flickvän till sin bror.

Speltid: 85 minuter
Regissör: Andreas Öhman

Agnes Cecilia – en sällsam historia

Svensk film från 1991. Filmen handlar om 5 åriga Nora som förlorar sina föräldrar i en bilolycka

Från 11 år

Ciao Bella

Svensk ungdomsfilm från 2007. Filmen utspelar sig i Göteborg under Gothia Cup och handlar om två sextonåringars längtan efter den stora kärleken.

Speltid: 91 minuter
Regissör: Mani Masserat Agah

Döda poeters sällskap

Amerikansk film från 1989. Filmen utspelar sig i en privatskola, som får en ny lärare med en annorlunda filosofi. Han litar på sina elever och inspirerar dem att fånga dagen.

Speltid: 128 minuter
Regissör: Peter Weir

Fucking Åmål

Svenskt drama från 1998. Filmen handlar om sextonåriga Agnes som tycker själv att hon är ensamast i hela världen. Hon är djupt förälskad i Elin.

Speltid: 89 minuter

Regissör: Lukas Moodysson

Skicka vidare

Amerikansk film från 2000. Tolvårige Trevor bor med sin mamma Arlene i Las Vegas lite fattigare kvarter. Arlene försöker vara en bra mamma, hon har två jobb och sliter för att ge sin son ett bättre liv.

Speltid: 123 minuter

Regissör: Mimi Leder

Från 15 år

Will Hunting

Amerikansk Oskarsbelönad film från 1997. Filmen handlar om Will Hunting, 20 år, som jobbar som vaktmästare. Hans höga intelligens för matematik upptäcks av en professor som utlyst en tävling. Wills vardag består i övrigt av slagsmål och pubrundor med polarna.

Speltid: 126 minuter

Regissör: Gus Van Sant

Böcker för ungdomar/unga vuxna

Alwin, Ann-Marie: *Ensam på insidan – syskon berättar* (studentlitteratur)

Blomgren, Frida: *Syster sällsynt och jag och livet* – Dikter och texter om livet med två syskon med funktionshinder, nyutgåva (Atremi 2007)

Blomgren, Frida: *Annorlunda syskon – syskon med funktionshinder*, boken bygger på intervjuer med åtta vuxna syskon (Icabokförlag 2010)

Jejlid, Jenny: *En sked för morbror Fred* – En historia om hur det är att växa upp som lillasyster till en bror med autism och utvecklingsstörning. (Ord och tanke AB 2007)

Sundström, Elina: *Jag är också viktig* – att vara ung anhörig till en familjemedlem som är sjuk eller har ett funktionshinder (MBM Förlag 2012)

Stiftelsen Allmänna Barnhuset: *Jag finns också!* Om att vara syskon till en bror eller syster med svår sjukdom eller funktionsnedsättning (Tredje upplaga 2009:2)

Referenslitteratur

Börjesson, Mia: *Motivation och medkänsla*, om att samtala med ungdomar (Argument Förlag 2010)

Gillispie, Grönkvist, Hedrenius, Polfeldt: *Stödja familjer i kris*, att arbeta med parallella stödgrupper för barn och föräldrar, (Gothia 2012)

Holmsen, Merete: *Samtalsbilder – en väg till kommunikation med barn*. Till boken finns en mapp innehållande overheadblad med femton samtalsbilder som förekommer i boken samt handledning. (studentlitteratur, 2005)

Holmsen, Merete: *Samtalsbilder och teckningar – samtal med barn i svåra situationer*, (studentlitteratur 2007)

Nordgren, Granat, Andersson, Persson, Persson: *Att ge syskon utrymme*, manual för syskonprogrammet. Habilitering för barn och vuxna, Landstinget i Uppsala län

Nordgren, Granat, Cleve, Rein: *Ökad kunskap och förändrade relationer, utbildning för syskon till barn med olika funktionshinder*, slutrapport från projektet "Att ge syskon utrymme" Habilitering för barn och vuxna, Landstinget i Uppsala län (november 2008)

Raundalen, Magne; Schultz, Jon-Håkon: *Kan vi prata med barn om allt – de svåra samtalen* (studentlitteratur 2010)

Renlund, Christina: *Litet syskon* (Gothia 2009)

Renlund, Christina: *Doktorn kunde inte riktigt laga mig* (Gothia 2007)

Syskonprojektet är ett samarbete mellan Ågrenska Stiftelsen i Göteborg, Habilitering & Hälsa i Stockholms läns landsting, AMC-föreningen i Sverige samt leg. psykolog och psykoterapeut Christina Renlund. Projektet har pågått mellan 2009 och 2012 och är finansierat av Arvsfonden.

Kunskap och erfarenheter från projektet ska spridas bland annat i skriftlig form som detta metodhäfte och finns också på syskonprojektets webbplats www.syskonkompetens.se

WWW. **SYSKONKOMPETENS** .SE

