# **Kartlegging av barnets reaksjoner**

## Bruk av skjemaet

Her finner du en oversikt over typiske reaksjoner for mennesker som har levd med stressende og dramatiske opplevelser. Hvis du tror barnet kan ha nytte av informasjon om vanlige reaksjoner, kan dere i fellesskap gå gjennom temaene nedenfor. Å få kunnskap om at det dreier seg om typiske reaksjoner for barn i samme situasjon, kan bidra til å normalisere situasjonen og dempe frykten hos barnet.

Spørsmålene nedenfor er ikke tenkt brukt som en manual for en kartleggingssamtalesamtale, men mer som temaer du kan bruke over tid for å få oversikt over barnets reaksjoner.

**Les mer om samtaler med barn og systematisk kartlegging av barn i veilederen.**

## Bedringer over tid – eller ikke?

Ved å ta opp temaet i samtaler flere ganger over tid, og se på eventuelle positive endringer, kan du vise barnet at det går bedre. Hvis barnet har sterke reaksjoner, og som vedvarer over tid, bør du oppmuntre og evt. bistå forelder i å ta kontakt med fastlege, som kan vurdere om barnet skal henvises til BUP.

## Spørsmål

* Hvordan er det med deg nå?
	+ Hvordan sover du?
	+ Hvordan spiser du? (mindre/større appetitt?)
* Hva er du spesielt redd for nå?
* Hvordan går det på skolen?
	+ vanskelig å konsentrere deg?
	+ venner?
	+ lekser?
	+ hva trenger du fra skolen for at det skal være bra?
* Hva savner du spesielt, mens du er her på krisesenter?
	+ Venner
	+ Rommet hjemme/huset
	+ Leker
	+ Lek/aktiviteter
	+ Kjæledyr
	+ Familie/slekt
* Hvordan opplevde du volden hjemme? Barn kan for eksempel oppleve:
	+ Jeg kjente meg ikke trygg hjemme
	+ Jeg kjente det som om det var en vond drøm
	+ Det var ingenting jeg kunne gjøre
	+ Jeg tenkte at det var min skyld at det skjedde
	+ Jeg har tenkt at noe er i veien med meg fordi jeg ikke kan glemme hva som skjedde, for eksempel at jeg blir gal
	+ Jeg opplever at andre ikke forstår hva jeg har opplevd
	+ Jeg blir sint når jeg tenker på hva som skjedde
* Barn som har opplevd vonde ting, kan reagere på flere typiske måter etterpå, for eksempel:
	+ Jeg tenker på det når jeg ikke vil
	+ Jeg får bilder i hodet av det som skjedde
	+ Jeg forsøker å glemme det
	+ Jeg blir redd av høye lyder, når dører smeller, el. l
	+ Jeg kan bli veldig trist, sint eller irritert noen ganger
	+ Ting jeg opplever kan få meg til å plutselig tenke på det som skjedde
	+ Jeg prøver å holde meg unna det som minner meg på det som skjedde
	+ Jeg er alltid på vakt for hva som kan skje, selv når det ikke er nødvendig