PÅRØRENDE SENTERET

Den nye nettsida skal snakka direkte med barna

Psykiater Anne Kristine Bergem spelar ei sentral rolle i Pårørendesenteret sitt arbeid med å bygga opp ei nasjonal nettside for barn og unge. Nettsida, som skal lanserast til hausten, er unik i sitt slag da den gir barna ein trygg arena for å utforske og snakke om sin eigen pårøranderolle.

UngePårørende.no er oppe og går, foreløpig berre med ei klokke som viser kor lenge det er igjen til lansering. På sikt håpar Pårørendesenteret å få til ei kortare adresse som sjølv unge barn kan hugse.

– Det er på høg tid at me vender oss direkte til barna. Fram til nå har mykje krefter blitt brukte på å gi kunnskap til dei som snakker med barna. Men det er jo ein omveg. Det er ingenting som kan måla seg med å formidla kunnskap direkte til barn og unge. Det fekk eg sjølv oppleva i samband med barnefilmane som Redd Barna og Bivrost laga om seksuelle overgrep i fjor.

Desse filmane førte straks til at barn tok kontakt, fordi dei brått skjøna at det dei opplevde var ulovleg, seier Bergem.

Mange barn manglar vaksne

Ho håpar også den nye nettsida til Pårørendesenteret kan fungera som ein augneopnar for barn og unge. Få dei til å skjøna at det dei står i ikkje er vanleg, få dei til å forstå at det er hjelp å få og at dei har rettar.

– Så mange barn manglar vaksne i livet sitt. Difor trengst ei slik nettside.

Nettsida vil byggjast opp steg for steg. Det skal også opnast ein hjelpetelefon og chatteteneste for barn og unge i samband med nettstaden.

Korleis får eg sova?

Anne Kristine Bergem har skrive førti tekstar i to versjonar om ulike tema. Ein versjon for barn mellom 7 og 12 år, og ein for unge mellom 13 og 18 år. Desse tekstane handlar til dømes om; Kva er angst? Kva gjer eg når eg ikkje får sova? Korleis får dei andre på skulen vite korleis eg har det heime? Finst det ulovlege kjensler? Kva gjer eg viss eg blir redd ein vaksen?

Mange kjenner nok eit stort ansvar og alvor med tanke på det å snakka med denne målgruppa direkte, men det er viktig at me ikkje gjer dette så alvorleg at me ikkje tør. Det handlar om å våga utan å vera så redde for å gjera feil.

Snart skal Bergem også lese inn tekstane slik at barn og unge som ønsker det kan velja å lytta til svara. Ho har også komme med innspel på kva som er lurt å vera merksam på når ein skal tilby hjelpetelefon og chat til barn og unge.

– Mange kjenner nok eit stort ansvar og alvor med tanke på det å snakka med denne målgruppa direkte, men det er viktig at me ikkje gjer dette så alvorleg at me ikkje tør. Det handlar om å våga utan å vera så redde for å

gjera feil.

Ifølge Bergem er det viktigaste å ta det barnet fortel på alvor. Ein skal ikkje prøva å bagatellisere eller trøste bort det som blir sagt, fordi ein for fort vil prøve å fjerne det vonde. I staden for å vera for rask til å tolke, må den barnet møter på linja heller spørje korleis barnet opplever det heile.

Våg å lytte

– Det handlar om at den vaksne som lyttar må tole det barnet har å seie. Barn som har utfordringar heime prøver gjerne å skåne vaksne. Viss dei har opplevd at mor begynte å gråte sist dei spurde korleis det går med far, då tør barnet kanskje ikkje spørje igjen. Det er difor viktig å bruke god tid på å lytte før ein snakkar om det er mogleg å gjere noko, poengterer ho.

Alle som tek kontakt via den nye nettsida skal få svar. Om det skal setjast ein svarfrist er noko ein ennå diskuterer.

– Barna skal ikkje oppleva å få til svar at dette kan me ikkje hjelpa deg med, difor vil ein heller svare på litt for mykje, seier Bergem.

> ***“Det handlar om at den vaksne som lyttar må tole det barnet har å seie. Barn som har utfordringar heime prøver gjerne å skåne vaksne.***

På sikt vil sida bli bygde ut med nye element, som til dømes filmar.

– Det er viktig å laga ei side som dukkar raskt opp når barn søker på nett, seier ho.

– Glad for å vera med

Anne Kristine Bergem har arbeida med barn som pårørande både i klinikk, gjennom organisasjonsarbeid og i møte med foreldre, frivillige og hjelparar. Ho har også skrive fleire bøker om barn som pårørande. Engasjementet for Pårørendesenteret brukar ho fritida på.

– Eg tykkjer det er svært spanande å jobbe for Pårørendesenteret som driv bra lågterskelarbeid retta mot både pårørande og fagfolk. Sjølv har eg fått

meir og meir sansen for tilbod der folk kan ta direkte kontakt utan ventetid. Dei tilsette ved Senteret er engasjerte menneske som vil noko. Difor føler eg meg privilegert som får vera med på den nye satsinga som er ei nyskaping nasjonalt, seier Bergem.

Tekst:

Heidi Hjorteland Wigestrand

Journalist