



DET KONGELIGE
KUNNSKAPSDEPARTEMENT

Kunnskapsministeren

Barnehagene
SFO

Deres ref

Vår ref
201103678-/SOX

Dato
27.07.2011

Hvordan snakke med de yngste barna om katastrofen

Norge er blitt rammet av en ufattelig katastrofe. Bombeanslaget mot Regjeringskvartalet og massakren på Utøya sjokkerer alle. Alle barn er i dag berørt av det som har skjedd, og alle voksne som er i kontakt med barn og unge, har ansvar for å gjenskape trygghet og ro.

Jeg er kjent med at mange kommuner, barnehager skolefritidsordninger allerede er godt i gang med informasjonsarbeid. Rådene må ses i sammenheng med det lokale arbeidet.

Jeg oppfordrer alle voksne til å snakke med barn og unge om det som har skjedd. Mange barn har nå begynt i barnehage og skolefritidsordninger etter ferien. Flere starter 1. august. Her følger noen konkrete råd om hvordan ansatte i barnehage og SFO, men også foreldre og besteforeldre, kan snakke med de yngste barna om katastrofen. Rådene gjelder generelt, men er tilpasset til de yngste. Det er viktig å være oppmerksom på at barn har ulike behov, og at de voksne hele tiden må gjøre nye vurderinger.

Rolig

Forsøk å være rolig. Bruk god tid på å snakke om det som har skjedd, og forklare barna at det er greit å stille spørsmål og fortelle om det de er opptatt av.

- Vurder barnas alder og det enkelte barns behov.
- Noen vil snakke, noen vil ikke. Vær særlig oppmerksom på de som ikke vil.
- Svar på de spørsmålene barna selv stiller. Følg opp barn som ikke vil snakke ved å ta initiativ til samtale, men respekter også hvis de ikke vil.
- Ta deg tid, vær observant og følg nøye med. Se det enkelte barn.

Ærlig og forståelig

Ærlig informasjon er viktig, men den må være forståelig. Sjekk at barna har forstått ved å spørre dem om deres mening og tanker.

- Ikke forklar mer enn barnet spør om.
- La barnet fortelle med egne ord hva det har hørt, følt, sett og erfart.
- Bruk enkle ord og forklaringer. (Forklar at politiet har tatt gjerningsmannen og at han er i fengsel.)
- Lytt til barnas tanker.

Trygghet og tid

Forsikre barna om at de er trygge og tilbring mye tid sammen (aktiviteter utendørs, lesestunder eller lignende). Vis omsorg og kjærlighet.

- Vis at du er trygg.
- Vær ekstra nærværende. Vær raus med trøst og tid til barna.
- Vær sammen med barna; i samtale, lek og aktivitet.
- La barnet ved behov få bidra i sorgarbeidet. Det kan for eksempel være fint å la barna tenne lys og tegne som en del av samtalene, men gi rom for andre impulser, inntrykk og opplevelser.
- Prøv å la hverdagen gå videre så normalt som mulig. Ikke avlys aktiviteter barnet har sett fram til hvis det kan unngås.

Positivitet

Fortell barnet positive ting om hjelpearbeidet og alt som gjøres for å hjelpe de rammede.

- Fokuser på de positive historiene: Alle de voksne passet på og trøstet ungdommene til mammaene og pappaene deres kom, politiet tok den slemme, ambulansene og legene hjalp de som var skadet og tok dem med til sykehuset, vennene er glade i hverandre, vi klemmer og gir blomster osv.

Skjerming

Samtaler mellom voksne kan i unødvendig grad skremme barn, vær oppmerksom på hva barn overhører. Begrens tilgang til mediedekningen både på internett, TV, radio og aviser. Særlig TV-bilder kan forverre barns stressopplevelser.

- Vær oppmerksom på hva barn overhører. Ikke snakk over hodet på barna.
- Barn bør ikke unødig eksponeres for dramatiske bilder. Bruk av-knappen.

Rådene er basert blant annet på informasjon fra National Child Traumatic Stress Network (NKVTS), faglige innspill fra Magne Raundalen og Atle Dyregrov ved Senter for krisepsykologi i Bergen og Barneombudet.

Mer informasjon finner dere på [Kunnskapsdepartementets nettsider](#), [Utdanningsdirektoratets nettsider](#) og [helsenorge.no](#)

Jeg vil komme tilbake med mer informasjon i forbindelse med skolestart.

Jeg har stor respekt og tillit til det arbeidet som gjøres og skal gjøres framover for å bearbeide barns inntrykk og opplevelser fra denne katastrofen.

Med hilsen



Kristin Halvorsen