

Onlinegrupper for barn under koronakrisa

Torun M. Vatne

Krister Fjermestad



Velkommen

Webinar fra 13-14.30

Skriv kommentarer og spørsmål i chatten

Webinaret tas opp og vil legges ut på www.frambu.no under kurskalender

Hvorfor dette
webinaret?



Webinarets innhold

Generelt om barnegrupper

Spesifikke tilpasninger for onlineformat

Gjennomgang av vår manual

Barnegrupper 1

Hvorfor?

- Kostnadseffektivt (?)
- Samhold, sosial læring, evolusjonsbehov

Nytte/effekt?

- Omtrent likt som individuelle tiltak

Ulike former

- Terapi, støtte/rådgivningsgruppe, psykoedukasjon, selvhjelp

Barnegrupper 2

Gode gruppelederegenskaper:

- Optimisme
- Empati
- Forståelse av kompleks interaksjon
- Håndtering av usikkerhet og negative følelser
- Evne til å strukturere og håndtere grenser
- Evne til å skape trygge rammer

Barnegrupper 3

Typiske gruppelederdilemma:

- Styrende vs. åpen
- Direkte eller indirekte
- Forhold til hele gruppen, sub-grupper, dyader og individer
- Innhold vs. prosess
- Konfrontasjon/intervensjon/utforskning
- Ulik motivasjon/mål blant deltakerne
- "Noahs ark"-prinsippet

Tilpasninger til onlineformat 1

- Alder >12 (?)
- Teknisk test og teknisk backup
- Sitte uforstyrret på eget rom
 - laptop på bord/hardt underlag
 - plassere seg tett inntil kamera/mic
- Ha kontaktdetaljer til alle, inkl. foreldre
- Lag kjøreregler for tekniske problemer

Tilpasninger til onlineformat 2

- Gjenta det som sies
- Se etter tegn /reaksjoner fra barna.
- Benevn det du ser
- Åpne spørsmål til hele gruppen, men hyppigere spm til enkelt barn
- Vent på svar!
- Be om spørsmål eller kommentarer fra andre
- Forsterk spontane spørsmål eller responser verbalt og nonverbalt

Onlinegrupper for søsken
som pårørende



Format

- På helsenett
- To økter (så langt)
- Tre-fire deltakere
- Gruppeleder (og fasilitator)
- Foreldre tilgjengelig og tilbakemelding etter hver økt

Innhold økt 1

1. Velkommen, info og regler
2. Bli kjent og lære samtaleform
3. Bli kjent med familiesituasjonen
4. Utforske dagens situasjon
5. Råd til hverandre og andre
6. Informasjon om tjenester
7. Avslutning

1. Info og regler

- Turtagning og tegn
- Ikke si noe om hva andre har fortalt
- Taushetsplikt og plikt til å hjelpe
- Regler inkludert tekniske aspekter



Prøvde ny

-
- Hvordan er ting annerledes nå?
 - Hva er dumt eller vanskelig?
 - Hva har vært godt og fint?
 - Hvordan kan man få til mer av det gode og fine?

6. Gi informasjon om andre tjenester

www.ungeparørende.no

Mental helse: chat www.sidetmedord.no hjelpetelefon 116123

Røde kors: chat www.korspåhalsen.no hjelpetelefon 80033321

Blåkors: chat www.snakkompsyken.no

Kommuner: «Hjertetelefonen»

Økt 2

Innhold økt 2

1. Velkommen og «catch up»
2. Hverdagen
3. Støttelag
4. Råd til foreldre/andre



1. Catch up

- Hva husker vi om hverandre
- Repetere reglene
- Litt om dagens økt

*«Han er veldig glad i historie
og flink til å bygge lego»*

*«Hun spiller håndball, men
ikke nå da...»*

2. Om hverdagen nå

Dagsrytme

Hvordan er en vanlig dag for deg nå?

Humør

Hvordan er humøret ditt annerledes nå enn før?

Forhold til foresatte

Hvordan er mamma og pappa for tiden? Er de annerledes mot deg på noen

3. Støttelag

En lærer som er så god til å forklare

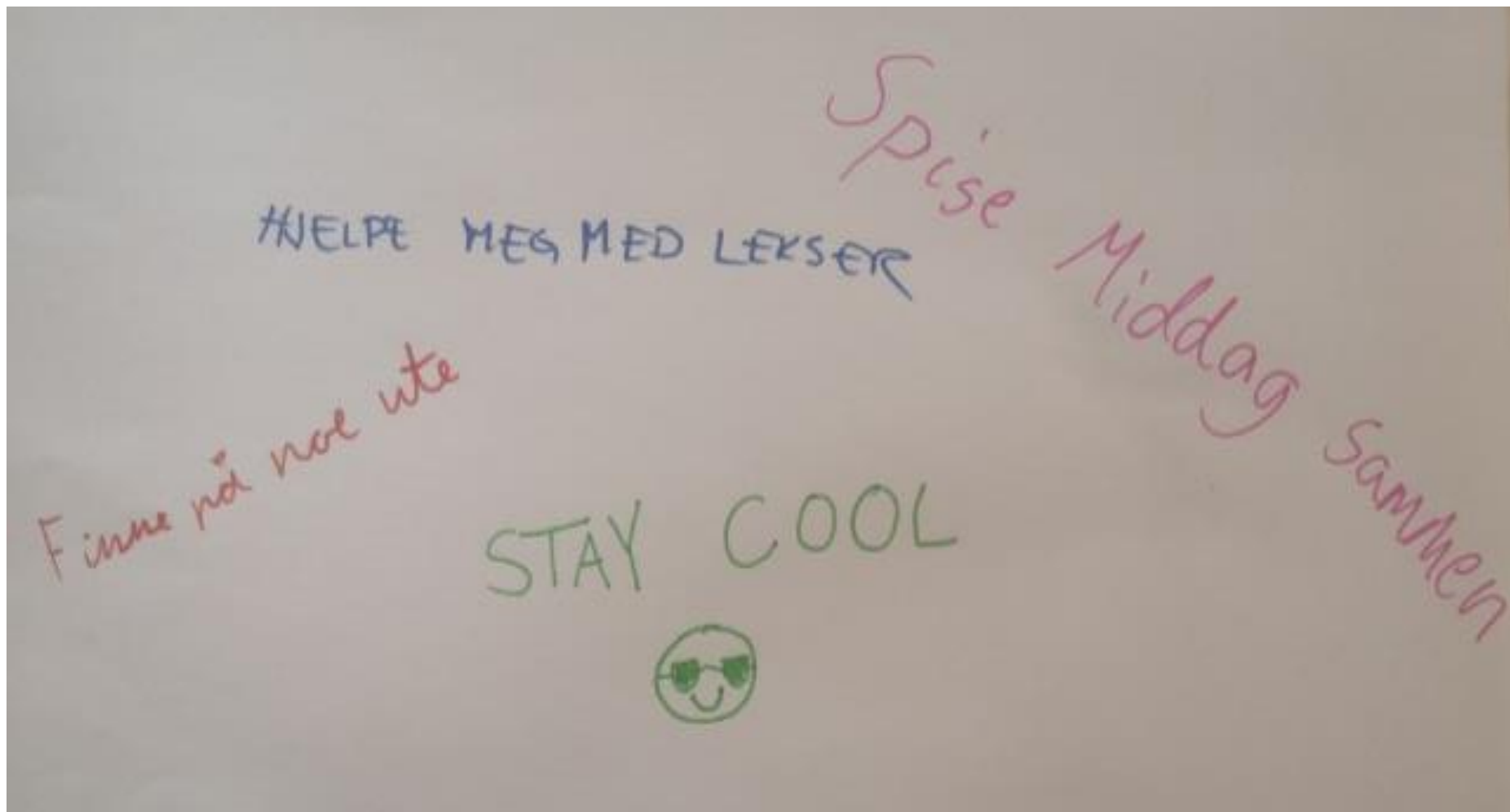
Psykologen min

Hvem er der for deg?

Hunden min

Bestemor på telefonen

4. Råd



Etter hver økt - mail til foreldrene



- Individuelt ved behov
- Generelt om øktens tema
- Råd og tips

Kommentarer/spørsmål



Vil du ha mer?

- Webinar om å samtale med barn 21.04 (Info kommer på facebook/
www.frambu.no)
 - kl 10-12 førskole- og småskolealder
 - kl 13-15 storskole- og tenår
- Fagkurs om utfordrende atferd og utviklingshemning (for påmelding se www.frambu.no)
- Nettkurs på www.sjelden.no

TAKK FOR NÅ!

