

FAMILIERÅD

UNGDOMMERS ERFARINGER OG MENINGER



UTGIVER: Voksne for Barn

REDAKTØR: Merethe Toft

FOTO: Colourbox

LAYOUT OG GRAFISK PRODUKSJON: Grafisk Form as

TRYKK: Møklegaards Trykkeri AS

Tekstene er basert på intervjuer med ungdom som har hatt familieråd.

Både Voksne for Barn og Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet kan trykke opp flere eksemplarer av heftet.

ISBN 978-82-92488-57-7 (trykk)

ISBN 978-82-92488-58-4 (PDF)

1. INNLEDNING	4
2. FØR FAMILIERÅD	6
• Om å bli spurt om familieråd	
• Om å få informasjon	
• Om å være forberedt	
• Om å grue seg	
• Om venting	
3. UNDERVEIS	14
• Om koordinator	
• Om støtteperson	
• Om selve familierådet	
• Om å lage en familieplan	
4. ETTERPÅ	24
• Om tiden etter familieråd	
• Om oppfølgende familieråd	
5. OM Å VÆRE MED	32
• Om å si sine meninger	
• Om å få være med å bestemme	
• Om å bli hørt på	
6. TIPS OG RÅD	40
• Fra ungdom til ungdom	
• Fra ungdom til voksne	
• Hvorfor si «ja» til familieråd	



VOKSNE FOR BARN har snakket med ungdommer som har hatt familieråd. De fleste har hatt familierådet sitt mens de bodde på institusjon. Noen ungdommer har også hatt familieråd i etterkant av institusjonsoppholdet eller i andre sammenhenger. Dette heftet er laget ut i fra deres erfaringer og meninger om familieråd.

Tusen takk til alle dere som ville snakke med oss og fortelle om erfaringene deres! Vi vet at dere ville gjøre det for å hjelpe andre ungdommer som lurer på om familieråd er noe for dem, og som trenger mer informasjon om familieråd.

Til deg som lurer på om du skal si «ja» til familieråd: Håper heftet er nyttig og til hjelp!

Til dere voksne som skal arrangere eller delta på familieråd: Dette heftet viser hva ungdom har erfart og er opptatt av i forhold til familieråd. Vi har også samlet noen tips til dere fra ungdom mot slutten av heftet. Les, tenk og bruk innspillene til å lage gode familierådsprosesser både:

- før familierådet
- underveis i selve familierådet
- i oppfølgingsperioden etterpå og
- før oppfølgende familieråd

Heftet er laget til alle ungdommer som får tilbud om familieråd. Det er også laget tre digitale historie-

fortellinger i sammenheng med heftet. Filmene er laget av ungdom med erfaring fra film, medier og kommunikasjon. De kan sees i tillegg til å lese heftet eller sees på alene. Filmene ligger ute på YouTube og på nettsidene til Voksne for Barn og Barne,- ungdoms- og familiedirektoratet.

Filmene heter: *Familieråd – hva er det?*, *Familieråd – om å grue seg*, og *Familieråd – om å være med*.

Dette heftet er også laget til alle som jobber med ungdom hvor familieråd er aktuelt. Dere kan dele ut heftet for å gi informasjon og kanskje se på deler av det sammen?

Tusen takk til Barne,- ungdoms- og familiedirektoratet for at dere har finansiert arbeidet med å lage heftet og filmene om familieråd.

Tusen takk til Barne,- ungdoms- og familieetaten regionene Øst og Midt-Norge for deltagelse i prosjektet. Takk for at dere spurte ungdom om de ville snakke med oss og dele sine erfaringer.

Vi håper dere alle har glede og nytte av heftet! Men aller mest håper vi at du som er ung får glede av å lese om andre ungdommers erfaringer og meninger!

Hilsen oss i Voksne for Barn

FØR

FAMILIERÅD

OM

Å BLI SPURT OM FAMILIERÅD

>>>> Du kan bli spurt om du vil ha familieråd på flere forskjellige måter:

Koordinator ringte og spurte meg om jeg ville ha familieråd og så fikk jeg se en film om familieråd.

DET VAR SAKSBEHANDLER I BARNEVERNET SOM SPURTE OM JEG VILLE HA FAMILIERÅD.

Jeg fikk informasjon om familieråd fra institusjonsleder og min hovedkontakt.

Jeg fikk informasjon ukentlig og så fikk jeg se filmen om familieråd.

Jeg fikk presentert familieråd i et møte. Jeg synes det høstes litt flaut ut på en måte... Saksbehandler og min særkontakt mente det ville være bra for meg og familien min. Jeg fikk se en film og så fikk jeg en brosjyre jeg kunne lese etter møtet. Jeg fikk også beskjed om at jeg kunne velge hvem jeg ville ha med i familierådsmøtet.

Da jeg ble spurt om familieråd var jeg lei av barnevernet, følte ikke vi fikk noe særlig hjelp, ville prøve alt annet for å komme videre. Derfor sa jeg «ja» til familieråd.

JEG **BLE IKKE SPURT** OM JEG VILLE HA FAMILIERÅD, JEG BLE BARE FORTALT AT JEG SKULLE HA DET.

OM

Å FÅ INFORMASJON

→ *Jeg ble fortalt om familieråd i begynnelsen av februar. En miljøterapeut på institusjonen forklarte litt om hva familieråd var. Så fikk jeg se en film på YouTube og fikk en brosjyre. Jeg fikk tilbud om å snakke med andre ungdommer som hadde deltatt i familieråd, men det takket jeg nei til.*

Jeg opplevde informasjonen jeg fikk som veldig god. Jeg fikk brosjyrer og ble fortalt om det meste på et møte sammen med familieråds kontakten.

Jeg fikk muntlig informasjon om hva familieråd var.

JEG FIKK INFORMASJON OM
FAMILIERÅD AV INSTITUSJONENS LEDER
OG MIN HOVEDKONTAKT. JEG FIKK
INFORMASJON UKENTLIG OG SÅ FIKK
JEG SE PÅ FILMEN OM FAMILIERÅD.

Det hadde sikkert vært fint for noen å kunne ringe andre ungdommer for å snakke om familieråd og høre hvordan de opplevde det, men det er også bra å lese noe for seg selv. Jeg kunne det, og det synes jeg var bra. Jeg tror dette er individuelt.

Jeg fikk ikke se noen brosjyre eller film om familieråd. Jeg ble forklart hva det var, men skulle ønske jeg hadde blitt snakket med om familieråd, ville gjerne fått en brosjyre eller et ark med informasjon... ville gjerne vært med på å bestemme om jeg skulle ha familieråd...

OM

Å VÆRE FORBEREDT

>>>> Flere av ungdommer har fått god informasjon om familieråd på forhånd. Andre mener de kunne vært bedre forberedt og fått mer informasjon. Både om det som skal skje før, under selve møtet og i tiden etterpå. Det ville hjulpet dem til å grue seg mindre på forhånd.

*Jeg var godt forberedt, men jeg var spent og grudde meg.
De voksne var flinke på å informere og fortelle hva som skulle skje. Det hjalp.*

Jeg fikk god informasjon
om familieråd og om hva som
skulle skje på møtet.

→ **Jeg ville ha fått forberedt meg mer ... jeg forstod ikke helt konsekvensene av familieråd, av hva vi skulle snakke om, og at ting der og da ble bestemt, hvor jeg skulle bo ... Jeg trodde at ting skulle bli vurdert ... vil gjerne ha et nytt møte nå som jeg vet mer hvordan det er.**

Jeg fikk snakket med koordinator på forhånd, koordinator var koselig.

***Jeg fikk være med på å bestemme** tema, hvem som skulle komme og hva vi skulle spise. **Jeg visste** hva som skulle skje underveis i møtet.*

OM Å GRUE SEG

>>>> *Alle ungdommene vi har snakket med har gruet seg på en eller annen måte. De sier at det er helt naturlig å grue seg, at det er helt vanlig å grue seg litt, men at det ofte går mye bedre enn man tror. Når du gruer deg er lurt å fortelle det til noen, snakke om det.*

***Jeg synes det var litt skummelt å samle hele familien.
Å skulle ha fokus på seg selv var uvant og annerledes.***

JEG GRUET MEG, MEN DET GIKK BEDRE ENN JEG TRODDE. FAMILIEN BLE MER SAMLET, DET VAR KOSELIG. **VI FIKK SNAKKET SAMMEN OM DET SOM VAR VANSKELIG OG DET VI HADDE AVTALT.**

Jeg gruet meg til selve møtet, fordi jeg ikke ønsket å bruke hijab, i tillegg var møtetidspunktet midt i fasten, så det var ikke lov å spise.

**JEG VAR GODT FORBEREDT TIL
FAMILIERÅDSMØTET, MEN JEG GRUET
MEG MYE. JEG SA IFRA TIL DE VOKSNE
AT JEG GRUET MEG, DET HJALP.**



Jeg var litt usikker på hvordan stemningen i familien var, fordi jeg ikke har snakket med dem på en stund. Jeg hadde lyst til snakke med dem, men hadde ikke telefon.

→ *Jeg gruet meg til første familieråd. Jeg tenkte på hva som skulle skje og hva ville de bestemme. Jeg gledet meg til å få det overstått. Jeg var spent på hvem som ville møte opp. Far kom ikke, selvfølgelig, det var ingen overraskelse.*

**FAMILIERÅD ER IKKE NOE SOM ER
SKUMMELT, DET ER NATURLIG Å
GRUE SEG, MEN DET GÅR BRA.**

Jeg gruet meg ikke men familieråd var litt uvant, hadde jo ikke vært med på noe sånt før.

Jeg gruet meg mye, var redd for at mamma skulle få kjeft, for å ha gjort dumme ting. At vi skulle snakke om vonde situasjoner men det gjorde vi ikke.

JEG GRUET MEG IKKE TIL OPPFØLGENDE FAMILIERÅD, JEG HADDE JO MERKET AT **DET HADDE BLITT BEDRE I FAMILIEN** ALLEREDE.

OM VENTING



Det eneste negative jeg har å si om familieråd er at det tok litt lang tid fra vi sa ja til familieråd og til selve gjennomføringen.



Det ble for mye venting fra vi sa ja til familieråd og til vi hadde møtet.



Det gikk for lang tid fra vi sa ja til familieråd til det ble gjennomført. Ventetiden gjorde at jeg måtte grue meg mye lengre ...

UNDERVEIS

OM SELVE FAMILIRÅDET

>>>>> *Et familierådsmøte består av tre deler:*

1

I første del er alle samlet. Du, familien din og eventuelt venner, sammen med barnevernet og andre offentlige personer som kjenner deg og din familie. Her skal de som kjenner dere litt utenifra fortelle dere som familie hva de mener er viktig for deres situasjon og for å få ting bedre. På den måten får alle i familien lik informasjon samtidig og alle er oppdatert. En koordinator leder denne delen av møtet.

2

I andre del går koordinator og de andre offentlige personene ut av møtet. Familien og eventuelt venner/bekjente blir igjen. Nå skal dere snakke om det som er tema for familierådet og komme frem til løsninger. Det er nå familien lager sin familieplan om hvem som skal gjøre hva og når. Ordstyrer leder møtet og passer på at alle får sagt det de ønsker. En i familien skriver ned det dere blir enige om. Det serveres mat underveis og dere tar pauser når dere vil. Koordinator og barnevernet venter utenfor til dere er ferdige med å lage en god familieplan.

3

Siste del av familierådet begynner når dere er klare og ferdige med familieplanen. Da henter dere inn koordinator og barnevernet. Så går dere igjennom familieplanen sammen. Koordinator leder møtet. Hvis noe er uklart avklarer dere det sammen. Når alle er enige om at dette er en god familieplan signerer alle og avtaler tid for et oppfølgende familieråd etter noen uker. Slik at man kan følge opp hvordan planen og avtalene har fungert. Koordinator sender familieplanen til alle som har vært med på møtet.

>>>> Hovedtemaet for mitt første familieråd var hvem som kunne hjelpe meg med forskjellige ting, og hvem jeg kunne ringe til dersom jeg skulle trenge hjelp. Vi hadde det også som tema hvem jeg kunne finne på ting med på fritiden, og hvem jeg kunne besøke/overnatte hos.

- **Del 1:** Det var vondt å høre når de snakket om hvorfor de var der, men det gikk ok likevel. Det var jo i begynnelsen av møtet så jeg satt også og gruet meg mens de snakket om dette med hvorfor.

Jeg var usikker på hva de voksne skulle si i del 1 av familierådet, men det gikk fint. De sa bare det vi visste fra før.

- **Del 2:** Dette gikk veldig greit. Det var folk som stod oss nær som var med, alle var klar over situasjonen. Alle var flinke til å høre og lytte til meg.

Det var veldig godt å kunne ha siste del av møtet med bare familien.

I del to av møtet opplevde jeg at jeg ikke fikk delta. Jeg fikk beskjed om å være stille. Mamma tok styringen og overkjørte farfar når han ønsket å si noe selv, eller på vegne av meg.

- Jeg synes det var greit å få diskutere litt i fred og så finne løsninger alene med familien.

Ordstyrer spurte alle en og en rundt bordet om deres meninger, alle fikk sagt sitt og alle hørte på. Jeg opplevde dette ganske bra, det gikk over all forventning. De 3 delene var veldig greie å ha, for da hadde man ting å forholde seg til selv om det ikke var noe store alvorlige greier. Det er greit å ha det i tre sånne deler for å passe på at ting går som det skal og at alt man vil ta opp blir tatt opp.

Jeg likte at vi fikk planlagt samvær sammen. At de tok litt hensyn til hverandre og til meg.

Det har vært god nok informasjon både før, under og etter at vi har hatt familieråd. Jeg likte at jeg ble hørt på og at vi kunne planlegge sammen som familie. Jeg likte at det ble servert mat underveis.

- Vi fikk snakket sammen, vi var ganske enige om alt egentlig.
- Det var god stemning på familierådet.
- **Vi hadde ordstyrer og sekretær ... de skrev ned og passet på at alle fikk si det de ville.**
- Det var litt uvant og noe nytt med å samle flere som ikke likte hverandre ...
- Vi hadde pizza og pauser underveis. Det er viktig, slik at det blir bra stemning.
- **Familieråd har gitt oss mer perspektiv på vår familiesituasjon.**
- Det er litt annerledes å møtes slik med familier og venner.
- Fint å få snakket ut med hverandre.
- Vi hadde god stemning.
- **Prøvde å bruke litt humor i del 2 da familien var alene, det hjalp.**
- Vi hadde ordstyrer som passet på at alle fikk prate.
- Vi hadde mat og pauser underveis og det er veldig viktig.
- **Alle la godviljen til for å finne løsninger ...**
- Selv om vi snakket om vanskelige tema opplevde jeg familierådet som koselig også.
- **Det var godt å kunne se fremover ...**

Ingen i familierådet var interessert i hvem som startet men hvem som ville slutte for å få ting bedre.

**KOORDINATOREN VAR BRA OG
FIKK OSS TIL Å SLAPPE AV.**



OM

KOORDINATOR

>>>> *Koordinator skal hjelpe deg og familien din med å forberede og gjennomføre familierådet. Koordinator har en uavhengig rolle og kjenner ikke til din historie. De fleste koordinatorene har andre jobber til daglig og de har ulike bakgrunn og utdanning. Felles er at de ønsker å arbeide med mennesker og familieråd. Oppgavene til koordinator er å:*

- finne ut sammen med deg, og de voksne rundt deg, hvem som skal inviteres til familierådet
- ordne alt det praktiske ved gjennomføringen av familierådet
- invitere og snakke med dem som skal delta slik at de er forberedt
- avklare med deg om hvem du vil ha som støtteperson
- finne ut hvem som skal være ordstyrer og sekretær sammen med deg og din familie
- sørge for at de som deltar får kopi av familiens plan

Å HA EN KOORDINATOR VAR VELDIG BRA. **HUN GJORDE SÅNN AT ALT DET FORMELLE VAR I ORDEN OG PASSET PÅ Å GI UT DEN INFORMASJONEN SOM TRENGTES.** JEG KAN VIRKELIG ANBEFALE ANDRE Å HA EN KOORDINATOR.

I starten var det ikke ok med en koordinator, for jeg visste ikke hva det betydde. Nå er det helt greit, men vi snakker ikke så mye sammen.

Jeg syntes det var godt å ha en koordinator i første del av møtet. Jeg følte at jeg ble hørt og tatt med i samtalen. **Når koordinator ikke var tilstede følte jeg at jeg selv ble borte og det var vanskelig å ikke bli overkjørt av familien.**

Koordinatoren var grei og snill, det er viktig.

COORDINATOR VAR OPPTATT
AT VI SKULLE TA PAUSER OG
MINNET OSS PÅ DET. HUN SPURTE
OGSÅ OM HVA VI LIKTE OG VILLE
HA Å SPISE PÅ MØTET.

Koordinatoren min var menneskelig, snudde en alvorlig situasjon til å bli mer avslappet, skapte god stemning. Koordinatoren var fin, glad og sprudlende, spurte underveis om pauser og mat. Jeg følte at hun hjalp oss.

Det var bra at koordinator snakket med alle på forhånd, slik at alle visste hva som skulle skje, var forberedt.

Det er viktig at koordinatoren er hyggelig, kanskje bruker litt humor også, skape god stemning.

Fint at koordinator også snakker om litt andre ting.

OM

STØTTEPERSON

>>>> *En støtteperson er en som skal hjelpe deg før familierådet og snakke med deg om hva du vil si eller ikke vil si noe om. Dere avtaler om du vil snakke selv, eller ha hjelp til noe. Du kan avtale at støttepersonen tar opp ting du synes er vanskelig. Hvis du vil gå ut av møtet, ta en pause eller noe, så kan støttepersonen snakke for deg. Du kan velge hvem du vil ha som støtteperson. Koordinator kan hjelpe deg å spørre hvis du vil det.*

→ Jeg hadde en støtteperson. Denne valgte jeg fordi hun står litt på «utsiden» og jeg vet hun tør å si meningene sine.

Det var farfar som var støttepersonen min, jeg tenkte at han var en nøytral person for alle.

Jeg visste ikke meningen med støtteperson, derfor sa jeg nei ... hadde jeg visst det jeg vet nå ville jeg hatt med meg en støtteperson.

Jeg hadde med meg en venn som støtteperson.

→ *Jeg var veldig glad når jeg fikk lov til å ha med meg en støtteperson, og at jeg fikk velge å ha med meg min særkontakt. Det opplevdes godt, og det var viktig at akkurat hun var med meg.*

→ *Jeg pratet selv og trengte ikke en støtteperson underveis i møtet, men jeg er glad for at jeg hadde en egen støtteperson der likevel. Synes det er godt å ha en støtteperson og vi hadde snakket sammen på forhånd.*

→ *Jeg var med på å bestemme tema og jeg hadde med meg en støtteperson. Jeg synes det er veldig bra at barn og ungdom kan ha med en støtteperson, for hvis det skulle bli for mye så har man mulighet til å snakke med denne personen om ting blir vanskelig og man kan få støtte fra han eller henne.*

OM

Å LAGE EN FAMILIEPLAN

Det vi bestemte i planen vår ble veldig konkret. Alle visste hva de skulle gjøre og når.

Alle var fornøyd med planen.

Planen var grei, men jeg kunne tenke meg å endre på noen få ting, men fikk ikke si noe.

**DET GIKK FINT Å LAGE FAMILIE-
PLANEN, JEG TURTE Å SI DET JEG
MENTE OG TRENGTE HJELP TIL.**

→ Det ble laget en plan, som fulgte tema vi hadde valgt, men jeg fikk ikke delta i selve planleggingen. Jeg fikk ikke sagt noe og ble dermed heller ikke hørt. Det var lite hjelp av støttepersonen da han også ble overkjørt.

Jeg ble ganske fornøyd med planen vi lagde.

Familieplanen min ble veldig bra og jeg ble veldig fornøyd. Den funket og fungerer fortsatt.

Familieplanen vår er veldig konkret slik at alle vet hva de skal gjøre i forskjellige situasjoner. Hvem som skal ringe hvem og når for eksempel.



ETTERPÅ

OM

TIDEN ETTER FAMILIERÅD

→ Tiden mellom de to familierådene fungerte greit. Det ble mer samvær med far sin side av familien, og samværet fungerte etter den oppsatte planen. Men jeg opplevde at mamma hadde fått en oppfatning av at det nå var hun som styrte og kunne bestemme ting...

JEG SYNS DET HAR FUNGERT GODT. VI HAR FULGT PLANEN. JEG HAR MER TID MED BÅDE MOR OG FAR, OG DET ER IKKE BRÅK OM SAMVÆR LENGER.

Jeg synes familierådsplanen **har hjulpet** fordi planen vår var veldig konkret slik at **alle skjønnte hva de skulle gjøre** i forskjellige situasjoner.

Tiden etter familieråd har fungert bra. Jeg skal besøke familien hver 2. helg, og så har jeg fått besøke kusinen min en gang. Men det som ikke har fungert så bra, var at på første helg hjemme så ble det mye fokus og krangling om bruk av hijab. Men det som er positivt at jeg også har fått ringe mer til mamma, for å høre hvordan småsøsknene mine har det.

Alt ved familieråd var bra.

JEG BLE GANSKE FORNØYD MED PLANEN VI LAGDE, NOE I PLANEN HAR FUNGERT OG NOE IKKE.


Familieråd var et ålreit møte.

- *Jeg ble ganske fornøyd med planen vi lagde, noe i planen har fungert og noe ikke.*
- Vi bruker planen vår hele tiden og prøver å følge alt som står.
- *Hvis jeg stikker av vet alle hvem som ringer hvem og hva som skjer videre.*
- Før familieråd var det mer uklart hva som skjedde om jeg ikke kom hjem, nå vet vi hva vi skal gjøre.
- *Jeg synes det er lettere å snakke med foreldrene mine etter familieråd.*
- Jeg ble liksom litt en annen person, følte meg mye lettere, alt ble bedre og livet ble bra.
- *Familieplanen blir fulgt og også litt ekstra.*

**PÅ GRUNN AV FAMILIERÅD ER VI EN HELT
ANNEN FAMILIE NÅ ENN FOR TO ÅR SIDEN.**

Kommunikasjonen mellom
mamma og pappa ble mye bedre.

HVIS TING BLIR ILLE IGJEN, SÅ **VET VI HVA VI SKAL GJØRE,**
HVEM VI SKAL SNAKKE MED OG HVA VI SKAL BE OM.



Vi hadde ikke klart oss så godt uten familieråd.

Det var viktig å få sagt ting høyt – lettere da å se at noe må gjøres annerledes.

Jeg har merket forskjell på før og etter familieråd.
Ting er mye bedre nå, alle har en annerledes rolle i mitt liv nå enn de hadde før. Før var de bare der når jeg ville, men nå er de der når de må og når jeg trenger det, og stiller opp mye lettere.

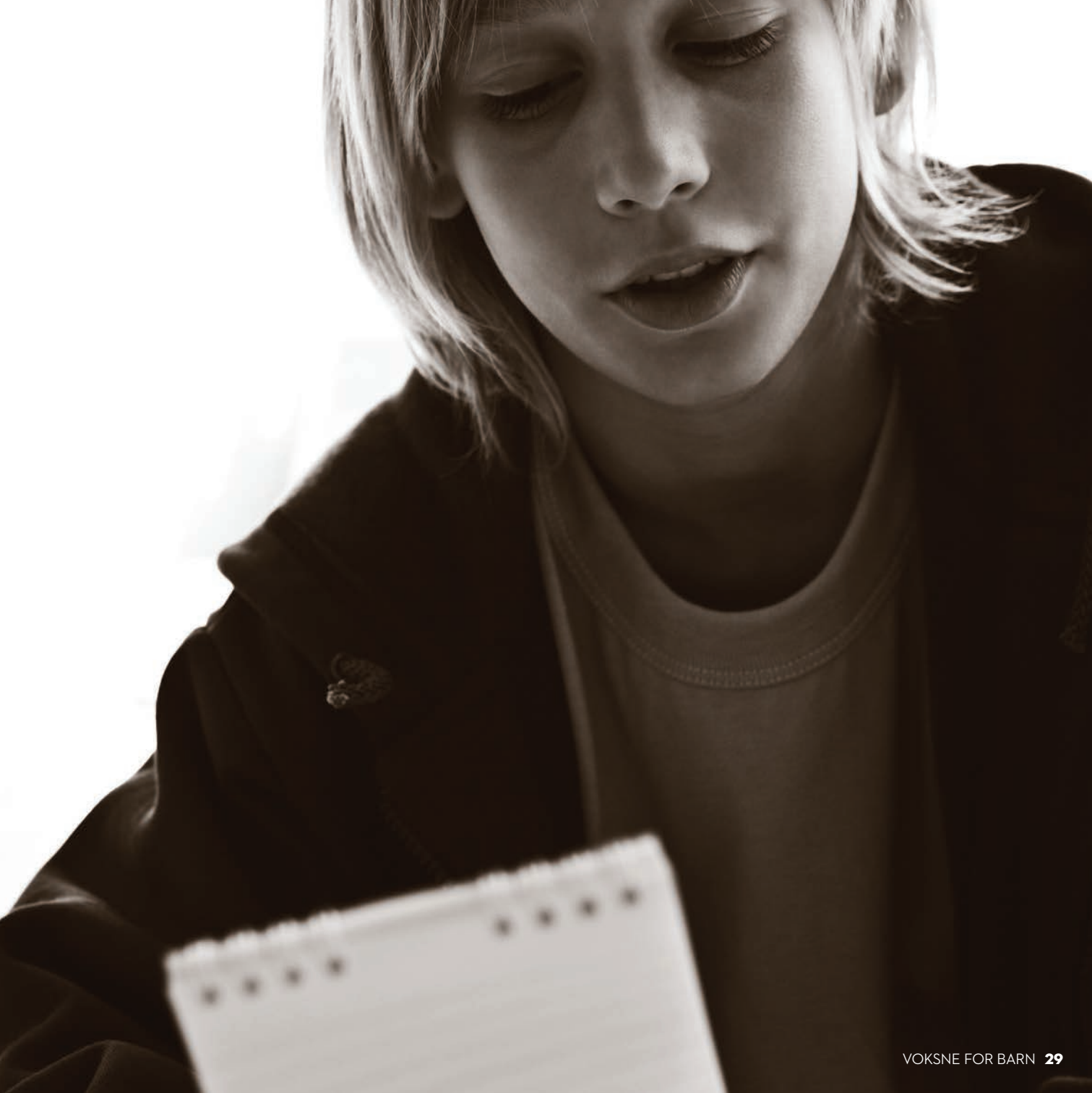
Familieråd har jo noen likheter med andre møter, men det er jo en helt annen setting. Under et familieråd så prøver man jo å få ting mer frem i lyset og man får vite hvem man kan gå til om forskjellige saker, hvem som egner seg best til forskjellige ting. Det blir mer ryddig og man vet da mer fremover hvem man skal ringe istedet for å ringe én, også kan ikke den personen noe om det, også ringer du flere. Det er da bedre å vite eksakt hvem.

Noen ganger er det ekstra viktig å tenke over hvordan og hva man gjør som koordinator og barnevern for å forberede familien, ivareta ungdommen og få til gode familierådsprosesser:

Etter det første møtet fikk jeg snakket om familieråd med min hovedkontakt på institusjonen. Jeg tror hun snakket videre med koordinator. Jeg fortalte henne at jeg ikke likte møtet fordi jeg ikke fikk snakke i del to. I oppfølgende familieråd skjedde det samme en gang til. Mamma tok styring i del to, og det endte med at jeg ikke har samvær med pappa sin side av familien lenger.

Jeg forstår at familieråd er et godt konsept, men jeg ville ikke anbefalt det hvis de fikk oppleve det jeg gjorde. Jeg kunne sikkert ha snakket selv om jeg ikke fikk lov, men jeg ville jo ikke lage bråk. Jeg skulle ønske at familien tok mer hensyn til meg, og hørte på hva jeg ønsket fremfor å bestemme uten at jeg fikk delta. Kanskje skulle koordinator og fagfolk ha vært med i del to også? For når de forsvant, så ble jeg glemt av familien. Og det kunne hindret at noen «kuppet» møtet.





OM

OPPFØLGENDE FAMILIERÅD

>>>>> *Familieråd er en prosess og hovedregelen er at det skal avholdes oppfølgende familieråd dersom det ikke er gode grunner til å la være. Alle ungdommene vi har snakket med vil gjerne ha oppfølgende familieråd. Flere fortalte at de merket godt at når de ikke fikk oppfølgende familieråd så ble ikke tiden etter familierådet og familieplanen så bra som det kunne.*

- ***Jeg syns også at det er rart at vi ikke har hatt møte nr. 2, når de var så opptatt av å ha møte nr. 1.***
- Det skulle ha vært et nytt familierådsmøte i for to måneder siden, men jeg har ikke hørt noe ennå.
- ***Kunne vært bra om jeg kunne få et oppfølgende familieråd, vet ikke om jeg får det ...***
- Jeg ville gjerne ha blitt forklart familieråd på nytt og vært med på å bestemme tema også, og så ville jeg hatt med meg en støtteperson. Håper jeg kan få et familieråd til, har bare hatt det ene.

Vi har hatt tre familieråd i vår familie.

Jeg visste ikke at jeg kunne få et **oppfølgende familieråd**, har ikke hørt noe om det, skulle ønske jeg kunne få et møte til, være mer forberedt, **tørre å si det jeg tenker og mener**, hva som hadde vært bra for meg ... kanskje jeg skal spørre saksbehandler om vi kan ha et familieråd til ...

Jeg vet vi bare kan be om flere familieråd hvis vi merker at vi trenger det. Det er trygt å vite, men nå går alt bra.

Jeg har hatt oppfølgende familieråd flere ganger slik at vi kan følge med på at alt går bra.

Å VÆRE
MED

OM

Å FÅ SI SINE MENINGER

Jeg turte å si meningene mine på familierådet, mamma hjalp meg. Jeg hadde ikke noen egen støtteperson men mamma var der og hjalp meg.

**DET SOM ER BRA MED FAMILIERÅD ER
AT MAN KAN HA ANDRE MENINGER
OG SÅ BLI ENIGE TIL SLUTT.**

For å kunne si meningen min må jeg ha personer som jeg kjenner og stoler på.

Jeg synes jeg fikk sagt meningene mine i familierådet.

Jeg visste hva jeg ville, men turte ikke å si det i familierådet. Og vi har ikke hatt oppfølgende møte så jeg fikk bare en sjanse ...

- Jeg føler at jeg fikk delta sånn passe. Jeg fikk snakket og sagt mitt, og hadde opplevelsen av å bli hørt.
- Jeg synes det var godt å få si noe om hva jeg syntes var vanskelig å ta opp også.

JEG VAR STILLE OG ENIG, **TURTE IKKE SI IMOT ...**

OM

Å FÅ VÆRE MED Å BESTEMME

Jeg fikk være med på å bestemme tema. Jeg skrev ned hva jeg ville snakke om.

Det var fint at jeg fikk være med på å bestemme
hva vi skulle snakke om på familierådet.

JEG VILLE HA LITT MER
INFORMASJON OM FAMILIE-
RÅD FØR JEG SA JA. JEG
FIKK EN CD MED EN FILM
OG EN BROSJYRE.

Jeg skulle ønske at jeg ikke opplevde det som **noe jeg MÅTTE delta på**, og at jeg følte det som mas og press fra saksbehandler.

*Jeg fikk informasjon om familieråd fra flere og det syntes jeg var fint,
for **da fikk jeg mer oversikt.***

Jeg fikk bestemme om jeg ville ha familieråd eller ikke.

- *Jeg husker ikke om det var jeg som fikk bestemme tema, men jeg syns tema om samvær var et bra tema.*
- «Til syvende og sist er det dere som bestemmer», sa koordinator og barnevernet.
- *Jeg opplevde at jeg hadde et valg om jeg ville si ja til familieråd eller ikke.*

**DET VAR GREIT Å FÅ VÆRE MED PÅ Å
BESTEMME, DET VAR LITT NYTT FOR MEG
MEN DET FØLTES BRA.**

Det var saksbehandler som bestemte tema.

VI FIKK STYRINGEN PÅ HELE MØTET OG VAR MED PÅ Å BESTEMME ALT, HVA VI SKULLE SNAKKE OM, HVEM SOM SKULLE KOMME, HVA VI SKULLE SPISE OG ALT EGENTLIG. DET VAR GODT Å KUNNE BESTEMME DETTE SELV.



OM

Å BLI HØRT PÅ

Det er viktig å høre på hva ungdom sier.

**DET ER GODT FOR UNGDOM Å FÅ BLI MED Å
BESTEMME OVER EGET LIV, DET ER VIKTIG AT
VOKSNE FORTSETTER Å TA HENSYN TIL DET.**

Alle mine meninger ble hørt hele veien. Hva jeg ville ha å spise, drikke og hva jeg ville gå igjennom. Alt ble hørt.

Det er viktig å føle seg hørt.

NÅR MAN BLIR HØRT FOR DET MAN MENER SÅ
VURDERER MAN DET ANDRE SIER OGSÅ ...

Koordinator, en mann, presenterte familieråd. Han virket snill og hadde mye humor. Jeg fikk si meningene mine, og de ble tatt på alvor.

- ➔ ***Jeg synes familieråd er den beste måten å gjøre ting på, i forhold til andre møter.***
- ➔ Jeg fikk snakke med en annen ungdom som hadde hatt familieråd.
- ➔ ***Jeg fikk innblikk i hva foreldrene mine tenkte og de fikk vite hva jeg tenkte.***
- ➔ Familieråd er et lettere møte enn ansvarsgruppemøte fordi alle blir enige for å få det bedre, og vi fikk bedre kontakt i familien.
- ➔ ***Synes jeg fikk være mer med nå enn før.***

JEG KOM MED MINE TANKER OG FORSLAG.

Jeg ble spurt løpende ...



Jeg sleit litt med å ta ordet ...



**Jeg gikk fra å ikke ha styring, til nå å være med.
Det var godt.**



Jeg har ikke hatt familieråd siden sommeren i fjor. Etter det fungerte løsningene så bra at vi ikke hadde flere, men har fått beskjed om at jeg kan ta kontakt igjen dersom det skulle trengs.

TIPS &
RÅD

FRA

UNGDOM TIL UNGDOM

*Jeg vil anbefale alle ungdommer som får tilbud om familieråd å delta.
Det er en fin måte å treffe alle i familien og planlegge, uten å krangle.*

**JEG VIL ANBEFALE ANDRE UNGDOMMER
Å DELTA PÅ FAMILIERÅD HVIS DE FÅR
GOD NOK INFORMASJON.**

Når du gruer deg til familierådet, **prat med noen i familien eller venner**, ikke hold det for deg selv! Det er ingenting å grue seg til, familieråd er en fin setting.

Det er ikke skummelt, og man trenger ikke å grue seg.

Jeg vil anbefale andre ungdommer å delta på familieråd hvis de får god nok informasjon.

→ Jeg vil anbefale familieråd til andre ungdom, men ... kanskje lurt at det ikke er så veldig mange i starten, men etter hvert kan det komme flere til.

DET ER VIKTIG Å VÆRE **GODT FORBEREDT** FØR FAMILIERÅD.

Det hadde vært fint å ha noen man kan kontakte, som har hatt familieråd før, andre ungdommer – sånn at jeg kunne ha spurt hvordan de syntes det var, hva de synes var bra.

Bli med på det! Selv om det kanskje høres helt jævlig ut eller at du tenker at det ikke er vits, gjør det. Det er bare positivt for alle parter.

Jeg er kjempefornøyd og håper det er flere som tar i bruk dette og at det blir en like positiv opplevelse for andre som det ble for meg.

Det er kanskje lurt å kunne snakke med andre ungdommer som har hatt familieråd for å høre deres erfaringer ... men det kommer jo litt an på hvilke personer det er. Så det er nok litt individuelt. Jeg synes det er fint med en brosjyre, for å kunne lese noe flere ganger på min måte.

**JEG VIL GJERNE FÅ INFO OM FAMILIERÅD FRA
BÅDE VOKSNE OG ANDRE UNGDOMMER.**

Men jeg vil at de som eventuelt vurderer dette, får vite at det faktisk funker. Man velger selv hvem som er med på møtet, og man snakker sammen og har det koselig. Men jeg anbefaler andre å forberede seg, snakke med de som skal være med og bli enige med familierådet om hvordan ting skal være under møtet.



SPØRSMÅL: Hvis du skulle fortalt om familieråd til en annen ungdom. Hva ville du ha sagt da?

SVAR: «At det er en veldig lur idé ,og at man burde prøve det ut før man dømmer det. For det høres veldig rart ut i starten. Hvorfor skal man ha møte med familien sin eller sine nærmeste liksom, hvorfor ta av deres tid når de allerede er der. Men greia er jo at ja, de er der, men etter et familieråd der ting blir litt mer ryddig, så blir ting enda bedre i familien og for deg.»

FRA

UNGDOM TIL VOKSNE

Jeg ønsker at koordinator snakker med ungdommen mellom møtene for å høre hvordan de har det. Da kan man finne ut viktige ting før neste familieråd.

Jeg har bare hatt ett familieråd, vet ikke om vi skal ha noe mer, har ikke avtale om noe.

→ Jeg mener det er viktig å høre om familieråd når man er opplagt, lettere å tenke da.

→ **Bra å få info på en dag der det er litt mindre å gjøre, ha litt tid.**

Jeg mener ungdommen skulle fått mer informasjon om hva som skjer i møtene, og blitt bedre forberedt på hvordan de kan delta og påvirke prosessen.

JEG SKULLE ØNSKE AT DET IKKE BLE OPPLEVD SOM AT JEG MÅTTE DELTA PÅ FAMILIERÅDET, OG AT DET IKKE BLE OPPLEVD SOM MAS OG PRESS FRA SAKSBEHANDLER.

→ **Det er viktig å bruke tid på å gi informasjon om familieråd.**

Jeg anbefaler at ungdommer får mer informasjon om hva familieråd er. Jeg skulle også ønske at jeg fikk mer informasjon om hvem jeg kunne ha med meg i møtet, og at det ble tatt hensyn til, da dette ble vanskelig for meg.

Det er fint å bli spurt om familieråd flere ganger, ikke bare få én sjanse til å si ja eller nei.

Det er viktig å ha noe skriftlig info om familieråd for å skjønne og huske hva det er.

DET ER FINT Å KUNNE LESE OM FAMILIERÅD

I FRED OG RO FOR SEG SELV.

Det er viktig at koordinator er grei. Min snakket også om andre ting. Det var fint.

FOR Å FÅ GODE FAMILIERÅD:

- ➔ Alle er forberedt
- ➔ Ha god mat
- ➔ Alle er hyggelige og ikke krangler

TIPS TIL VOKSNE:

Vær flinke til å informere, vær støttende, vær oppmuntrende, det er viktig med mat og pauser – det blir lettere da, mer koselig. Ha en bestemt og klar rollefordeling, hvem gjør hva.

JEG FØLER DET **TRYGT Å VITE AT JEG KAN BE OM FAMILIERÅD**
HVIS NOE SKJER IGJEN.

HVORFOR SI JA TIL FAMILIERÅD

- Jeg synes familieråd var en fin prosess fra A til Å.
- *Familieråd er en bra metode for å få folk samlet og for å få kartlagt hvordan ting skal være fremover.*
- Familieråd er en fin ting som kan hjelpe andre ungdommer også, men om de sier nei til familieråd får de ikke sjansen ... Lurt å prøve i hvertfall!
- **Kan ikke tape på å ha familieråd.**
- Familieråd er en fin måte å lage avtaler på.
- *Jeg anbefaler å prøve å få til familieråd også før man kommer til barnevernet. Da kan man ordne opp før ting blir ille, dårlig, ... komme i gang litt før hadde vært fint. Hadde sluppet mye da!*
- Jeg ville ha sagt ja til andre ungdommer om de burde være med på familieråd selv om mitt ikke ble så bra, fordi jeg ser i ettertid at det er en fin mulighet til å være med på å bestemme ting, bestemme mer ..., man har et tema og blir hørt.
- *Mange familier har prøvd familieråd før oss og de har vært positive etterpå. Så da tenkte jeg det ikke kunne bli verre enn det det var nå, må jo bare bli bedre.*

Jeg ville anbefale familieråd til andre ungdom.

**FAMILIERÅD ER EN FIN MÅTE Å
SAMLES PÅ, BESTEMME TING PÅ.**

**JEG VIL SI TIL
ANDRE UNGDOMMER:**

**BARE GJØR
DET, DU HAR
IKKE NOE Å
TAPE!**



VOKSNE FOR BARN

Stortorvet 10 > 0155 Oslo > Tlf: 48 89 62 15 > vfb@vfb.no > vfb.no

KORT OM VFB

Barn i Norge trenger voksne. Voksne for Barn er en ideell medlemsorganisasjon som i over 50 år har jobbet for god psykisk helse og trygge oppvekstvilkår for alle barn. Vi ser, lytter til og lærer av barn, og gir oss ikke før de blir tatt på alvor. Slik bygger vi styrke og robusthet hos barna.

Bli medlem i Voksne for Barn og bidra til vårt viktige arbeid.

vfb.no