

# FAMILIERÅD

## Fra ungdom til voksne som skal holde familieråd

- › Bruk tid på å gi meg informasjon om familieråd.
- › La meg få lese om familieråd i fred og ro for meg selv.
- › Forbered meg og familien min godt før møtet.
- › Spør om jeg gruer meg.
- › Det er viktig at koordinator er grei og skaper god stemning.
- › Vær støttende og oppmuntrende
- › Det er viktig med mat og pauser
- › Ha en bestemt og klar rollefordeling, hvem skal gjøre hva
- › Snakk med meg mellom familierådene, for å finne ut viktige ting før neste møte.
- › Husk oppfølgende familieråd, ikke dropp dette uten god grunn og at jeg vet det.
- › Ta hensyn til at det er godt å få være med på å bestemme over mitt liv.
- › Det er viktig at jeg føler meg hørt.
- › Når mine meninger blir lyttet til, så er det lettere å høre på det andre sier også.