

# snak om det ... med alle børn

v. Karen Glistrup

Børn sanser alt. De sanser også alt det, som vi gerne ville skåne dem for, når vi selv har det svært indeni p.gr. af sorg eller andre belastende livsomstændigheder. At 'skåne' børn med tavshed er en dybt rodfæstet tradition i vores kultur. Så mange føler sig usikre, nogen mangler ord, andre er bange for at sige noget uheldigt, de fleste undgår emnet... og sådan får tabuer næring i generationer.

## Når psykisk sygdom rammer familien

Mere end ½ mill. danskere er ramt af en psykisk lidelse. Alle børn vil møde psykisk sygdom – enten i deres egen familie eller hos en kammerat. Derfor bør alle børn også vide noget om det vigtige emne. Mere og andet end det, de hører i medierne!

I dag hører voksne og børn en del om børn og diagnoser. Men når voksne i familien er ramt, holder vi os tilbage med at fortælle, og børnene lades alene om at forstå og finde mening.

## Snak om det... i skolen

Det kræver ikke særlig viden om psykiske lidelser at bringe emnet op i en skoleklasse! Du skal ikke undervise ved tavlen. Din opgave er blot at skabe rum for en god snak.

## Forslag til et forløb:

### 1. lektion:

Fortæl børnene: "... over ½ mill. danskere er ramt af psykisk lidelse. Alle kan rammes, og børn bør vide mere om emnet end det, de hører i medierne..."

Del bogen ud og bed børnene sætte sig godt tilrette hver for sig eller sammen to og to.

Bed dem bladre og læse det i bogen, som de finder interessant.

### 2. lektion:

Lad børnene sætte sig i små grupper og fortælle hinanden, hvad de blev optagede af, mens de læste. Bed dem skrive små Post-it sedler om deres tanker om emnet og oplevelse med bogen.

Undervejs: Skriv til forældrene, at bogen "Snak om det... med alle børn" ligger i børnenes taske: "... over ½ mill. danskere er ramt af psykisk lidelse. Alle kan rammes, og børn bør vide mere om emnet end det, de hører i medierne ... læs i bogen derhjemme og snak med jeres børn om, hvad I selv kender til psykiske lidelser, og hvem I evt. kender, som er ramt"

### 3. lektion:

Snak sammen i hele klassen om de ting børnene blev optagede af i de første to lektioner.

Da er klassen godt i gang med at bryde tabuer i børnehøjde!

Undervejs: Invitér til et forældremøde, hvor du fortæller, at I for tiden læser denne bog og snakker i klassen om sindet og menneskers sårbarhed. Fortæl blot, at dette emne jo er uhyre relevant for alle børn og unge, da "... over ½ mill. danskere er ramt af psykisk lidelse. Vi kan jo alle rammes, og børn bør vide mere om emnet end det, de hører i medierne, så fordomme kan få et godt modspil..."