

# Toolkit

Barn - Vet jag vad  
det innebär?



# Toolkit

## Att prata om barn

Syfte  
Innehåll  
Metod för hela Toolkit

### Många saker förändras när ett barn kommer.

- Ett barn tar tid.
- Ett barn kostar pengar.
- Att ta hand om ett barn kräver mycket av din relation.
- Du behöver ett lämpligt hem med tillräckligt utrymme och säkerhet för barnet.
- Det krävs vissa färdigheter för att sköta ett hushåll och för att ta hand om och uppfostra ett barn.

För att ge insikt i detta omfattar "Barn - Vet jag vad det innebär?" dessa fem huvudområden djupare.

### Syfte

"Barn- Vet jag vad det innebär?" syftar till att på bästa sätt att skapa medvetenhet om vad det innebär att få ett barn. Det är framtaget för personer med ett intellektuellt funktionshinder som vill bli föräldrar men kan även användas som kunskapsstöd mer generellt för att prata om föräldraskap. Det ger information om de mest grundläggande villkoren i ett föräldraskap som behöver uppfyllas för att ge ett barn en stabil och trygg grund.

### Innehåll

"Barn-Vet jag vad det innebär?" innehåller följande komponenter:

- klienthäfte med 20 tillhörande idékort
- 5 manualer för huvudområdena:  
TID, BOSTAD, PENGAR, RELATIONER och FÄRDIGHETER
- 5 spelbrädor för huvudområdena
- 8 frågekort för varje bräda
- blanka frågekort utan förtryckt text till varje bräda
- en uppgift för varje huvudområde
- en informationsbroschyr för varje huvudområde till klienten.

### Metod för hela Toolkit

Börja med en diskussion med hjälp av klienthäftet och idékortet. Dessa syftar till att motivera klienten att tänka på varför han/hon vill ha ett barn och vad ett barn betyder för honom/henne. Låt klienten ta med sig häftet hem. Detta ger klienten möjlighet att läsa den i hans/hennes tempo och diskutera den med familjen, vänner och professionella.

Nästa steg är att börja att fråga klienten, kanske tillsammans med partnern, ett antal specifika frågor.

Det finns frågor till de respektive huvudområdena: TID, BOSTAD, PENGAR, RELATIONER och FÄRDIGHETER. Det finns också uppgifter till områdena som används för att klienten ska få en djupare förståelse. En manual till respektive huvudområde medföljer. De innehåller instruktioner för hur man använder materialet. Klienten väljer tillsammans med dig vilket av områdena som är mest motiverande att börja med. Lägg spelbrädorna bredvid varandra för att underlätta valet och medvetengöra för klienten att man behöver ta ansvar för många delar när man har ett barn.

Varje område har också en lättläst informationsbroschyr till klienten. Där beskrivs de viktigaste komponenterna i huvudområdet. Dessa häften bör också ges till klienten att ta hem och läsa när ni arbetar med det området.

Svensk översättning av det holländska materialet "Do I know what that involves?"

Denna version av Toolkit är reviderad av SUF-Kunskapscentrum 2019-03-11

Nya delar är bildstöd till TID, uppgift för PENGAR med budgettavla, uppgift för FÄRDIGHETER med Kunskapsstöd samt bildstöd.

[www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf) [www.asvz.nl](http://www.asvz.nl)



**SUF-Kunskapscentrum**  
Samverkan - Utveckling - Föräldraskap



# Toolkit

Att prata om barn

## Klienthäfte

Frågor att fundera över

**Tror du att ett barn  
kommer att göra dig lycklig?**

## Barn - Vet jag vad det innebär?

Några vet att de med all säkerhet  
kommer att vilja ha barn.  
Andra vet att de inte vill ha barn.  
Sen finns det några som är osäkra.

Hur är det för dig?

Vill du ha barn?  
Det är i så fall en önskan som du behöver tänka över.

Hur tänker du dig att det kan bli?

Vet du vad det innebär att bli förälder?

För att du ska kunna förstå mer så kan det hjälpa  
att ställa ett antal frågor till dig själv.  
Du finner frågor i detta häfte.

## Varför vill du ha ett barn?

Det är en viktig fråga

- Vill du ha ett barn för att du tycker om att ta hand om någon?
- eller för att dina syskon har barn?
- eller för att alla andra har barn?
  
- Vill du ha ett barn för att ett barn ger så mycket kärlek tillbaka?
- Vill du ha någon att gosa med?
- Vill du ha något som bara är ditt?
  
- Tror du att ett barn gör dig lycklig?
- Känner du dig hel endast om du får ett barn?
- Känner du att du endast passar in om du har ett barn?

Eller kanske har du en annan anledning...

## Vad betyder barn för dig?

- Vad har du för erfarenhet när det gäller att ta hand om barn?
- När och var träffar du andra som har barn?
- Vad är det du tycker om hos barn?
- Vad är det du inte tycker om hos barn?
  
- Vill du verkligen ha ett eget barn, eller tycker du bara om att vara tillsammans med barn?
- Skulle du vilja arbeta med barn?
- Skulle du vilja sitta barnvakt åt någon?
  
- Vad vet du om barn?
- Vad tycker du om små barn?
- Vad tycker du om äldre barn?

## Vad har du för erfarenhet av att ta hand om barn?

Prata med andra människor om detta:  
med din partner, familj, goda vänner  
eller med någon som du har förtroende för.

Använd idékortet för att prata om barn.

På så vis kan du få bättre förståelse  
för vad som verkar lätt  
och vad som verkar svårt med barn.

Du kan också komma på  
om du verkligen vill bli förälder.



## Allting förändras när det finns ett barn Vill du det? Klarar du av det ansvaret?

Att ha ett barn kan vara härligt.

Men det kan också orsaka mycket oro och stress.

Många gånger är det också ett hårt arbete.

Att ha ett barn kan vända upp och ner på tillvaron.

Många saker förändras när det finns ett barn.

Din relation till din partner förändras.

Ni kommer att få mindre tid för varandra.

Du får också mindre tid för dina egna fritidsintressen.

Du måste ta hänsyn till ditt barn hela tiden.

Dessutom måste du ha tillräckligt med pengar

för att köpa mat, kläder och andra saker till ditt barn.

Du behöver också ett bra hem.

Ett hem som är säkert för ett barn.

Du måste också veta och klara av att utföra många saker

för att ta hand om och uppfostra ett barn .

Allt förändras när det finns ett barn!

## Tänk efter vad det innebär innan du får ett barn

Att bestämma sig för att skaffa barn är ett stort steg.  
Du måste noga tänka igenom vad det innebär.  
Du behöver inte göra det ensam.  
De flesta som tänker på att skaffa barn pratar med andra  
innan de fattar ett sådant viktigt beslut.

Prata med andra om att skaffa barn:  
prata med din partner, familj, goda vänner,  
eller andra som du har förtroende för.  
Hur är det att ha ett barn?  
Vad innebär det att ha barn?  
Vad måste du veta och klara av att göra om du har ett barn?  
Vad behöver du ta hänsyn till?  
Vilka saker behöver du?

Det är viktigt att du tänker igenom detta inför detta viktiga beslut.  
Preventivmedel skyddar er under tiden ni skaffar er  
mer kunskap om barn så att ni sedan kan göra ett aktivt val.

## Barn - Vet jag vad det innebär?

**Barn - Vet jag vad det innebär?** innehåller frågekort, uppgifter och informationsbroschyrer.

Det innehåller också detta Klienthäfte med frågor att fundera över.

**Barn - Vet jag vad det innebär** innehåller fem delar.

Tid, pengar, relationer, boende och färdigheter.

**Du får kunskap om:**

- Hur mycket tid tar ett barn?
- Hur mycket kostar det att ha ett barn?
- Vad innebär ett barn för er relation?
- Vilket boende är bäst när du har ett barn?
- Vad måste du veta och klara av att utföra om du ska ta hand om och uppfostra ett barn?

Du kan prata om dessa saker med andra personer:  
med din partner, familj, goda vänner eller andra  
som du har förtroende för.  
Då kan du få en klarare bild av vad du egentligen vill  
och vad det innebär att skaffa barn!

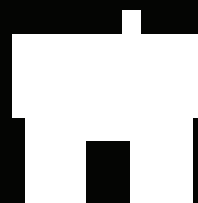
Om du tänker igenom detta innan du blir förälder  
så har du bättre förutsättningar att ta hand om ditt barn.

**En sak är säker, mycket i ditt liv  
förändras när du har ett barn!**

Barn- Vet jag vad  
det innebär?

# BOSTAD

## Manual



Svensk översättning av det holländska materialet "Do I know what that involves?"  
[www.asvz.nl](http://www.asvz.nl) Denna version av Toolkit är reviderad av SUF-Kunskapscentrum  
2019-03-11. Nya delar är bildstöd till TID, uppgift för PENGAR med budgettavla,  
uppgift för FÄRDIGHETER med Kunskapsstöd samt bildstöd.  
SUF-Kunskapscentrum [www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf)



# Innehåll BOSTAD

För läsbarhetens skull har författaren valt att referera till klienten i feminin form.

1. **I**ntroduktion  
*Allting förändras när du får ett barn*
2. **I**nformation BOSTAD - till professionell
3. **Ö**versikt av frågekort
4. **T**ips för fortsatt diskussion
5. **U**ppgift för BOSTAD  
*5.1 Uppgift för BOSTAD - Är min bostad lämplig för ett barn?*
6. **V**iktig information till klienten -  
*Att bo med ett barn*

# Introduktion

## Allting förändras när du får barn

### **Vilket boende är bäst när du har barn?**

Den här delen omfattar området BOSTAD.

Du och din klient, om möjligt tillsammans med hennes partner, kommer att gå igenom många frågor.

- Hur lever du nu?
- Vad måste förändras när du får barn?
- Vad behöver du vara medveten om för att få ett bra hem?

# Information till professionell

- **En spelplan:** BOSTAD
- **8 frågekort:**  
BOSTAD, med frågor på båda sidorna
- **Blanka frågekort**
- **Viktig information till klienten:**  
"Att bo med barn"
- **Uppgifter för BOSTAD:**  
"Är min bostad lämplig för ett barn?"

## Metod

Välj en bra plats där ni kan utforska frågorna tillsammans och göra uppgifterna.

Du har valt att arbeta med området BOSTAD. Placera spelplanen för BOSTAD på ett bord. Lägg även de övriga spelplanerna (TID, PENGAR, RELATIONER och FÄRDIGHETER) bredvid den. Detta tydliggör att du måste vara medveten om många saker när du har ett barn. Säg detta högt till klienten också. Säg därefter att du kommer att börja med området BOSTAD.

Lägg nu undan de övriga spelplanerna.

Börja med att definiera den nuvarande situationen med hjälp av NU-frågekorten. Placera de åtta frågekorten med NU-sidan uppåt på de markerade platserna på spelbrädan. Du kan också skriva egna frågor på de blanka frågekorten. Dessa kan ersätta en eller flera av de förtryckta frågekorten.

Det viktiga är att skapa dialog. Låt klienten upptäcka och berätta så mycket som möjligt på egen hand. Förslag på ytterligare frågor finns också i denna manual.

Gå sedan igenom frågorna en gång till, men den här gången föreställer ni er att det även finns ett barn med i bilden. Korten vänds en i taget, så att sidan med BARN nu är vänd uppåt.

När en fråga har diskuterats ingående, kan den tas bort från spelplanen och placeras åt sidan för att tydligt visa att diskussionen om detta ämne är klar.

Var medveten om att det finns olika sätt att arbeta med frågekorten. Exempelvis kan det vara bättre för vissa klienter att ta ett kort i taget från en hög och lägga det på spelplanen för att prata om det. När man är klar lägger man ut nästa kort. Se vilka sätt som fungerar bäst för er båda.

Gör sedan uppgiften för bostad "Är min bostad lämplig för ett barn?" Avsikten är att klienten och hennes partner, om det är lämpligt, gör en uppgift till nästa gång ni ska träffas. Se till att klienten har tillräckligt med arbetsmaterial med sig hem för att kunna göra uppgiften.

Förklara uppgiften tydligt. Först tydliggörs den nuvarande bostadssituationen. Därefter undersöker ni vad som behöver justeras i hemmet om ett barn skulle bo där. Om det behövs, börja göra uppgiften tillsammans. Det kan vara så att klienten behöver extra stöd från sin familj eller någon annan i hennes närhet (en boendestödjare, kontaktperson etc) för att göra uppgiften. Diskutera detta ingående och gör en överenskommelse om hur det ska göras.

Slutligen, gå igenom häftet Viktig information till klienten "Att bo med barn". Läs igenom texten tillsammans och låt sedan klienten ta med denna hem så att hon kan läsa texten igen och diskutera med andra personer.



# Bostad

## Översikt av frågekorten

### Nu

### Med barn

Hur ser din bostadssituation ut nu?

Är din nuvarande bostad lämplig för ett barn?

Hur många rum bor du i?  
Tänker du bo här hela livet?

Är din bostad tillräckligt stor för ett barn?

Vilka möbler har du?

Vilka möbler behöver du när du har ett barn?

Vilka hushållsapparater har du tillgång till idag? (Tvättmaskin, diskmaskin, dammsugare)

Vilka hushållsapparater behöver du när du har ett barn? (Tvättmaskin, diskmaskin, dammsugare)

Vad tycker du är viktigt att hålla rent i bostaden?

Vilka ytterligare områden behöver du städa när du har ett barn?

Hur barnsäkert är ditt hem?

Är din nuvarande bostad tillräckligt barnsäker?  
Varför? Varför inte?

Berätta något om ditt bostadsområde?

Är ditt nuvarande bostadsområde lämpligt för ett barn?  
Varför? Varför inte?

Vad använder du idag av bil, cykel, buss eller tåg för att ta dig till och från bostaden?

Hur ska du ta dig till och från bostaden med barn? Bil, cykel, buss eller tåg?  
Vart behöver du åka med ditt barn?

# Tips för fortsatt diskussion

Frågorna och uppgifterna är tänkta att göra klienten och ev. partner medvetna om att ett barn behöver utrymme för att göra olika saker. Det kan exempelvis vara utrymme för att leka, sova och att göra läxor. Det är även viktigt att de områden där barnet vistas är säkert och inte bullrigt. Det gäller den faktiska bostadsmiljön men även bostadsområdet. Hygienen påverkar också hälsan hos ett barn. Det är därför det är viktigt att bostaden hålls ordentligt ren, att kläder kan tvättas ordentligt och att mat kan förvaras vid rätt temperatur.

**Här är några förslag på ytterligare frågor som kan vara till stöd när ni diskuterar boendet.**

**Några förslag på fler frågor:**

**Hur bor du nu?**

- Hemma med föräldrarna?
- I ett eget boende med boendeservice?
- I egen lägenhet?
- Inneboende hos partner?
- Med vänner?
- Det varierar?

**Vad behöver du tänka på när du har ett barn?**

- Ett barn ska ha rätt till ett hem utan alkohol och droger.
- Boende kostar pengar, var noga med att betala din hyra i tid, så att du inte blir skuldsatt. Du kan inte ta hand om ett barn om du inte har en bostad.
- Ett barn behöver tillräckligt med utrymme för att kunna må bra, sova och leka.
- Det är också väldigt bra om barnet kan få ett eget rum.
- Du behöver ett badrum med dusch eller badkar
- För att kunna laga mat, tvätta och duscha så behöver du el och vatten.
- Du behöver också kunna hålla bostaden varm under vintern.

# Uppgift för bostad

## Är min bostad lämplig för ett barn?

### Uppgift för BOSTAD - "Är min bostad lämplig

**för ett barn?"** går igenom olika utrymmen i ett hus. Tänk utifrån varje utrymme, är det lämpligt för ett barn? Skriv ner de saker ni tycker behöver förändras. Låt klienten fortsätta arbetet med uppgiften hemma.

Till exempel, uppmärksamma:

- Rummets storlek
- Lagringsutrymme / garderober
- Möbler
- Apparater (tv, stereo, hushållsapparater mm)
- Säkerhet
- Städning: hur rent är det?

### Vad tycker du är viktigt att hålla rent i bostaden?

För god hygien är det viktigt att viss städning sker regelbundet. Till exempel: rengöring av toalett, bad/dusch, kök, och golv. Byta och tvätta sängkläder och ta ut soporna i tid. Prata med klienten om hur och hur ofta hon gör dessa saker nu och varför det är viktigt, särskilt med ett barn i huset. Finns det husdjur? I så fall krävs det ofta ytterligare städning för att hålla rent, annars kan ett barn bli sjukt.

### Är din bostad tillräckligt säker för ett barn?

Du kan granska vissa punkter med klienten.

- Är hennes hem en brandrisk?
- Är bostaden lätt att bryta sig in?
- Hur är kvaliteten på de elektriska ledningarna?
- Är någon av elkontakterna lösa?
- Finns det några trappor?
- Vad kan vara farligt i köket?  
(spis, rengöringsmedel, maskindiskmedel, knivar ...)
- Vad kan vara farligt i badrummet?  
(mediciner som ett barn kan nå, rengöringsmedel, ...)
- Finns det säkerhetsanordningar på fönster och dörrar?

### Berätta något om bostadsområdet som du bor i.

- Är det säkert på gatan utanför?
- Vilken typ av människor bor i grannskapet?
- Bor många barn i området?
- Är du ibland rädd i ditt hem eller i bostadsområdet?
- Är ditt hem nära en trafikerad gata?
- Finns det butiker i närheten?
- Finns det en skola eller en förskola i området?
- Är det lätt att åka kommunalt?
- Är det problem med kriminalitet i ditt bostadsområde?

### Ditt boende behöver vara säkert och ha en ren miljö

- Medicin och rengöringsmedel måste förvaras oåtkomligt för barnet.
- Du behöver ha spisskydd så att barnet inte bränner sig.
- Se till att ha trappgrindar både uppe och nere.
- Du behöver ha säkra eluttag.

# Information till klienten

## Att bo med ett barn

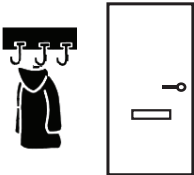
Gå igenom häftet **"Viktig information till klienten - Att bo med ett barn?"** med klienten och diskutera hur det blir med ett barn.

Ni kommer att fundera mer över olika frågor:

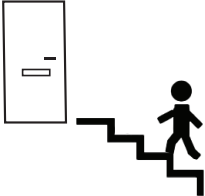
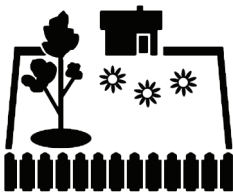
- Om säkerheten i bostaden.
- Vilka utrymmen som behövs.
- Vilka hushållsapparater som krävs.
- Vilka möbler behövs.
- Städning.
- Kostnaden för boendet.

# Är min bostad lämplig för ett barn?

## Uppgift för BOSTAD

| Utrymme                                                                                                                                                                               | Vad behöver förändras? |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>Sovrum</b><br>                                                                                    |                        |
| <b>Kök</b><br><br> |                        |
| <b>Vardagsrum</b><br>                                                                              |                        |
| <b>Hall</b><br>                                                                                    |                        |
| <b>Badrum</b><br>                                                                                  |                        |
| <b>Trappa i bostaden</b><br>                                                                       |                        |

# Är min bostad lämplig för ett barn?

| Utrymme                                                                                                           | Vad behöver förändras? |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>Balkong</b><br>               |                        |
| <b>Trappuppgång</b><br>         |                        |
| <b>Vind/källare/förråd</b><br> |                        |
| <b>Trädgård</b><br>            |                        |

Att bo med ett barn

# Bostad

## Viktig information till klienten

Svensk översättning av det holländska materialet "Do I know what that involves?"  
[www.asvz.nl](http://www.asvz.nl)    [SUF-Kunskapscentrum](http://SUF-Kunskapscentrum) [www.regionuppsala.se/suf](http://www.regionuppsala.se/suf) 2019-03-04



# Viktig information till klienten

## Bostad

### Vilket boende är bäst när du har ett barn?

När du är ensam eller är sambo så kan du själv avgöra hur och var du ska bo.

När du lever ensam så spelar det inte så stor roll hur mycket utrymme du har, om bostaden är välstädad eller om vägen utanför är väldigt trafikerad.

### Allting förändras när det finns ett barn!

När du har ett barn behöver du tänka på var du bor och hur du lever.

Ett barn behöver utrymme att växa upp i.

Det behöver vara rent och barnsäkert, både utomhus och inomhus.



# Viktig information till klienten

## Bostad

## Vad behöver du tänka på när du har ett barn?

### Bostaden

Ett barn behöver tillräckligt med utrymme  
för att kunna leva, sova och leka.

Det är också väldigt bra om barnet kan få ett eget rum.

Du måste ha ett kök så att du kan laga mat åt barnet.

Du behöver ett badrum med dusch eller badkar.

För att kunna laga mat, tvätta och duscha  
så behöver du el och vatten.

Du behöver också kunna hålla bostaden varm under vintern.

# Viktig information till klienten

Bostad

**F**örutom detta så behöver du:

## Hushållsmaskiner

Tvättmaskin

Kylskåp

Frys

Spis

Ugn

Dammsugare

## Möbler

Sängar

Garderober

Bord och stolar

# Viktig information till klienten

## Bostad

### En säker och ren miljö

Ditt boende måste vara barnsäkert.

Därför måste du tänka på att:

- Medicin och rengöringsmedel måste förvaras oåtkomligt för barnet.
- Du behöver ha spisskydd så barnet inte bränner sig.
- Se till att ha trappgrindar både uppe och nere.
- Du får inte ha lösa elkablar hängande.
- Du behöver ha säkra eluttag.

Du behöver hålla ditt hem rent så att ditt barn inte blir sjukt.

Ditt hus behöver också städas.

Ett välstädat hus ger utrymme för lek.

Ett välstädat hem är också hemtrevligt och mer organiserat.

# Viktig information till klienten

## Bostad

### Bostadsområdet

Ett barn ska växa upp i en trygg och säker hemmiljö.

Barnet ska ha rätt till ett hem utan droger och alkohol.

Barnet ska bo i ett tryggt område utan kriminalitet.

Det är också bra om barnet kan bo  
i ett område där det inte är så mycket trafik.

Det bör vara ett bostadsområde  
där du kan ta en promenad med ditt barn,  
eller gå till en lekpark.

Det underlättar om du har gångavstånd till en mataffär.

# Viktig information till klienten

## Bostad

### Det kan också vara bra att tänka på:

Boende kostar pengar.

Var noga med att betala din hyra i tid,  
så att du inte blir skuldsatt.

Du kan bli vräkt från din bostad  
om du inte betalar hyran i tid.

Du måste också betala dina räkningar i tid.

Om du inte betalar elräkningen i tid  
kan elen komma att stängas av.

När du har ett barn behöver du tänka mycket mer på detta.

Du kan inte ta hand om ett barn på bästa sätt  
om du inte har tillgång till el eller vatten.

Du kan inte heller ta hand om ett barn  
om du inte har någonstans att bo.

# Viktig information till klienten

## Bostad

### Att fundera på:

Är din nuvarande bostad  
lämpligt för ett barn?

Hur kan ditt hem anpassas för ett barn?

Hur ser bostadsområdet ut?

Är bostadsområdet säkert för ett barn?