

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 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?

PENGAR

Manual



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



Innehåll PENGAR

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 PENGAR - till proffesionell
3. **Ö**versikt av frågekort
4. **T**ips för fortsatt diskussion
5. **U**ppgift för PENGAR
5.1 Uppgift för PENGAR Hur mycket kostar det?
6. **V**iktig information till klienten -
Hur mycket kostar det att ha ett barn?

Introduktion

Allting förändras när du får barn

Hur mycket pengar kostar det att ha ett barn?

Den här delen omfattar området PENGAR. Du och din klient, om möjligt tillsammans med hennes partner, kommer att gå igenom många frågor.

- Hur spenderar du pengarna nu?
- Vad ändras om du får ett barn?
- Hur mycket pengar kostar ett barn egentligen?

Information -till professionell

- **En spelplan:** PENGAR
- **8 frågekort:**
PENGAR, med frågor på båda sidorna
- **Blanka frågekort**
- **Uppgifter för PENGAR.** "Hur mycket kostar det?"
Budgettavla
- **Viktig information till klienten**
"Hur mycket kostar det att ha ett barn?"

Metod

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

Du har valt att arbeta med området PENGAR. Placera spelplanen för PENGAR. på ett bord. Lägg även de övriga spelplanerna (TID, BOSTAD, 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 PENGAR.

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 PENGAR "Hur mycket kostar det?" 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 tydliggör ni hur ekonomin ser ut idag. Sen ser ni på hur ekonomin förändras om man har ett barn. 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 "Hur mycket kostar det att ha ett 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.

Pengar

Översikt av frågekorten

Nu

Med barn

.....

Hur mycket pengar får du
varje månad?

Hur kommer din inkomst att
förändras om du får ett barn?

På vad spenderar du dina pengar?

Hur kommer du att spendera
dina pengar om du har ett barn?

Hur planerar du dina matinköp och inköp
av hushållsartiklar? Hur går det till när
du handlar mat?

Hur kommer du att planera för dina matinköp
och inköp av hushållsartiklar när du har ett
barn? Hur gör du när du ska handla mat om
du har ett barn?

Hur ofta shoppar du?
Vad brukar du shoppa?
Är det viktigt med märkesvaror?

Hur ofta kan du shoppa om du har ett barn?
Vad kommer du att köpa?
Är det viktigt med märkesvaror?

Var brukar du handla?

Var skulle du handla
om du hade ett barn?

Vad gör du om pengarna tagit slut
innan nästa inkomst kommit?

Vad gör du om pengarna tagit slut innan
nästa inkomst kommer och du behöver
blöjor, barnmat eller mat.

Vilka saker behöver du pengar till nu?

Vilka saker kommer du behöva handla om
du har ett barn?

Vad händer om du inte kan
betala räkningarna i tid?
(hyra, vatten, telefon och el)

Kan du ta hand om ett barn om du inte
kan betala räkningarna i tid?
(hyra, vatten, telefon och el)

Tips för fortsatt diskussion

Frågorna och uppgifterna är tänkta att göra klienten och ev. partner medvetna om att ett barn kostar pengar. När man får barn så kanske man inte kan jobba lika mycket och då får man lägre inkomst. Då måste man se över hur pengarna används. Man måste veta hur mycket saker och ting kostar inte minst när man ska ansvara för ett barn.

När man får barn, måste barnet alltid prioriteras.

Dessa frågor ställs så att det är möjligt att ställa ytterligare specifika frågor och öppna för en dialog med klienten. Ge klienten möjlighet att berätta själv och försök inte vara alltför styrande under samtalet. På så sätt kan du också ta reda på om personen redan har en viss inblick i vad som är viktigt när det gäller ekonomin (till exempel, betala räkningar i tid, planera inköp och veta hur mycket saker och ting kostar).

Några förslag på fler frågor:

- Vet du hur mycket pengar du gör av med nu?
- Vet du vad saker kostar?
- Är du beredd att ändra dina köpvanor?
- Hur ska du göra för att ändra dina köpvanor?

Därefter kan du och klienten fortsätta med att gå igenom Uppgiften "Hur mycket kostar det?" Diskutera även informationen från informationsbroschyren "Hur mycket kostar det att ha ett barn?".

Uppgift för PENGAR

Hur mycket kostar det?

Uppgift för PENGAR ”- Hur mycket kostar det?” syftar till att göra klienten medveten om att ett barn kostar pengar.

Man måste veta hur mycket saker och ting kostar. Ett barn kostar pengar och man måste kunna betala för det.

När ni gör uppgiften så tydliggör ni först hur ekonomin ser ut idag, med inkomster och utgifter över en månad. Därefter undersöker ni hur ekonomin förändras om man har ett barn. Till er hjälp har ni en budgettavla med löstagbara pengar.

För att urskilja de utgifter som tillkommer om man har ett barn så är bakgrunden på pengarna i olika färger. Vit bakgrund används när ni tittar på hur ekonomin ser ut idag. Röd bakgrund används om man har ett

barn. På tavlan finns också en spalt med rubriken Övrigt och sparande. Här kan ni lägga till symboler för övriga utgifter som inte inryms under övriga spalter.

Enligt Konsumentverkets beräkningar så kostar ett barn ungefär 1,4 miljoner kronor fram till 18-års ålder. Konsumentverket har också gjort beräkningar som visar att basutrustning för barnets första år kostar ca. 20 000 kronor, vilket motsvarar ca. 1600 kronor per månad. Till det tillkommer kostnader för mat, kläder och blöjor som kostar ca. 22 000 kronor det första året, vilket motsvarar 1800 kronor per månad.

Kostnadsberäkning: Vad det kan kosta för en 20-åring att bo hos föräldrar eller i eget boende samt ytterligare kostnader för ett barn			
Utgifter per månad	Bo hos föräldrar	Bo i eget boende	Ytterligare kostnader för ett barn, ålder 1 år
Mat	1700	1700	700
Hyra/Försäkring	1900	5200	200
Hygien	500	500	600
Kläder	700	700	500
Aktivitet/Bio/Fika	700	700	300
TV/EI	300	800	0
Telefon/Internet	400	400	0
Resor	500	500	0
Summa övriga utgifter	6700	10500	2300

Källa konsumetverket.se (avrundat till jämna 100-tal) 2018

Hur mycket kostar
det att ha ett barn?

Pengar

**Viktig information
till klienten**

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



Viktig information till klienten

PENGAR

Hur mycket kostar ett barn?

Alla behöver pengar för att kunna leva.
Varje månad får du lön eller bidrag.
Du måste betala allt med den inkomsten.

Ibland kan du av olika anledningar få extra pengar.
Kanske får du t.ex. bostadsbidrag.

Varje månad har du räkningar:
hyra, el, vatten, försäkringar, telefon.

Du måste även handla mat, kläder
och artiklar för din personliga hygien
(t.ex. schampo, balsam, smink).

Du behöver också pengar till tvättmedel,
rengöringsprodukter, nöjen, buss eller tåg
och mycket mer.

Kanske behöver du också pengar
till en födelsdagspresent.

När du inte har barn, så kan du själv bestämma
vad du vill lägga dina pengar på.
Du behöver inte tänka på någon annan
än dig själv eller din partner.

Allting förändras när det finns ett barn!

Ett barn kostar mycket pengar.
Du måste kunna betala för det.

Viktig information till klienten

PENGAR

När ett barn är litet, behöver du pengar till:

Blöjor

Barnmat

Barnstol

Skötbord

Barnvagn

Hygienartiklar till barnet

Kläder

Säng och sängkläder

Rengöringsmedel och tvättmedel

Leksaker

Barnomsorg

Att göra barnsäkert i hemmet

El och vatten (du tvättar mer och hemmet måste vara varmt)

Spis, kyl/frys, tvättmaskin och dammsugare
och mycket, mycket mer...

Viktig information till klienten

PENGAR

När ett barn blir äldre, behöver du också pengar till:

Skolmaterial

Mat och dryck

Kläder och skor

Leksaker

Möbler till barnets rum

Personlig vård

Cykel eller annat färdmedel

Mobil, dator och liknande

Nöjen

Aktiviteter

Utflykter

Fickpengar

Barnvakt

och mycket, mycket mer...

Viktig information till klienten

PENGAR

Har du tillräckligt med pengar för att försörja ett barn?

Ett barn kostar mycket pengar.

Du kommer att få barnbidrag,
men det räcker inte till
att täcka kostnaderna för allt.

När du har ett barn
så behöver du tjäna mer,
eller så måste du se över
hur du spenderar dina pengar.

I de flesta fall behöver du bli mer sparsam.

När du har barn
så kan du inte alltid fortsätta jobba lika mycket.
Då kommer du också att få lägre inkomst.
Tänk på detta.

Det är också viktigt att du vet
hur mycket saker och ting kostar.

Viktig information till klienten

PENGAR

Ta hand om din ekonomi

Se till att du betalar dina räkningar i tid.

Om du inte betalar elräkningen
så kommer kanske din el att stängas av.
Utan el eller vatten kommer du inte kunna
ta hand om ditt barn ordentligt.

Betala också hyran i tid.
Om du inte betalat hyran
så kan du bli vräkt från ditt boende.
Utan ett hem kan du inte
ta hand om ditt barn ordentligt.

Om du redan har en stor skuld
så kan det vara lämpligt att vänta med att bli förälder.

För att ta hand om ett barn behövs pengar.
Detta kan skapa ytterligare stress och oro.

Viktig information till klienten

PENGAR

Saker att tänka på:

För att ta hand om ett barn behövs pengar.

Har du tillräckligt med pengar
för att ta hand om ett barn?

Vet du vad allting kostar?

Hur spenderar du dina pengar nu?

Är du beredd att ändra dina köpevanor?

Hur ska du göra
för att ändra dina köpevanor?