



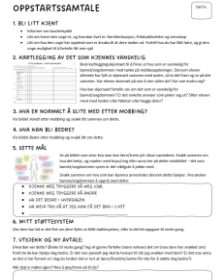
INSTRUKSJONSARK - FRAMOVERSAMTALE


Mål: Sjekke hvilken nytte den unge har hatt av disse møtene og verktøya, og hvilke behov som fremdeles ikke er dekket. Trene på verktøy som barnet/ungdommen kan bruke videre i hverdagen sin. Avtale om det er noe mer dere skal jobbe med, eller om den unge trenger mer hjelp fra noen andre.

	VERKTØY	HVORDAN BRUKE DETTE
1		<p>Samtale om framover etter mobbing</p> <p>Dette arket er meint som støtte i samtalen med den unge. Skriv det ut, bruk det både som påminning til deg sjøl i samtalen, og som forutsigbarhet til barnet/ungdommen.</p>

VURDER HVA DERE HAR LYKKES MED:

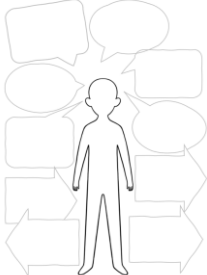
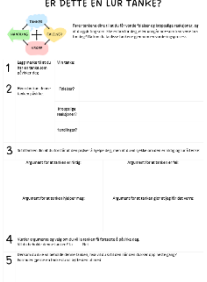
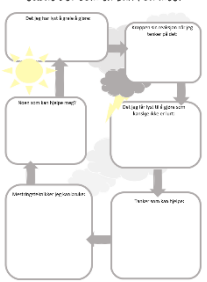
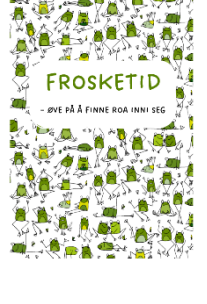

2		<p>Kartleggingsskjema</p> <p>Dette er det samme skjemaet som dere fylte ut i oppstart. Nå har dere jobba sammen i noen uker, og det kan være nyttig å se om noe har endra seg. Gå fram på same måte som sist, du som voksen krysser og skriver slik at du kan forklare det som er uklart. Start med å krysse av rutene nedover, og gå mer inn på de rutene der den unge har svart usikker eller ikke bra.</p> <p>Dere kan godt sammenligne med det første skjemaet etterpå. Er det noe som har forandra seg? Hva har ført til denne endringa? Er det noe som fremdeles er veldig vondt og vanskelig, der dette ikke har hjulpet? Hva skal til for å endre dette, er det flere ting den unge kan jobbe med sjøl, eller handler det om at systemet den unge går i må jobbe mer for å endre rammene rundt den unge?</p>
---	--	---

4		<p>Dette var måla vi satte opp i oppstart, har vi nådd noen av dem? Eller er det fremdeles mer den unge bør få hjelp med?</p>
---	---	---

5		<p>Dette bildet så vi også i starten, det viser måter å tenke, føle og handle på som kan være veldig hjelpsomt etter mobbing, men som kan være vanskelig å få til. Er det noe av dette den unge opplever å ha fått til, eller være på veg mot å få til? Er den unge motivert for å få til mer av det, i så fall hva, og hva trenger den unge for å lykkes med dette?</p>
---	---	--

ULIKE ALTERNATIV VIDERE:

Dersom dere har mer tid igjen kan den unge få velge mellom disse verktøya, eller andre verktøy som den unge gjerne vil prøve en gong til.

<p>6</p>	<p>KVA KAN EG SEJE OG GJØRE FOR Å BESKYTTE MEG?</p> 	<p>Om dere ikke gjorde denne på handling – så sjekk om den unge vil gjøre den no. Du finner bilde som viser eksempel på en ferdig utfylt, og forklaring til denne på samtalen om handling.</p>
<p>7</p>	<p>ER DETTE EN LUR TANKE?</p> 	<p>Er dette en lur tanke? Det er ikke alle tanker vi bør høre på, eller som bør få styre oss. Når vi skal sjekke om tankene våre er nyttige/riktige/sanne/smarte kan det være lurt å bruke et slikt vurderingsskjema. Gjør noen vurderinger sammen, og lær den unge og eventuelle voksne rundt den unge, å bruke dette verktøyet sammen.</p>
<p>8</p>	<p>GJØRE DET SOM ER BRA FOR MEG!</p> 	<p>Gjøre det som er bra for meg! Prøv å finne ei handling den unge gjerne har lyst å få til, noe å være med på eller gjøre, men som vekker uro på grunn av tidligere erfaringer. Fyll ut dette arket sammen ved hjelp av det dere har jobba med de siste møta, eller andre ting den unge opplever hjelpsomt.</p>
<p>9</p>		<p>Frosketid Minn om denne, og gjør eventuelt noen øvinger i lag.</p>
<p>10</p>	<p>FRAMOVERSAMTALE</p> 	<p>Noter litt på samtalearket til slutt. Sjekk om den unge er komfortabel med at dere nå avslutter dette samarbeidet, eller om den unge opplever å trenge mer hjelp – i så fall hva. Snakk om hvordan den unge kan bruke dette videre i hverdagen sin, og om det er noen av de voksne i den unge sitt liv som bør bli tipsa om dette verktøyet slik at de kan bruke noe av det sammen med barnet/ungdommen. Det kan være fint å avtale et nytt møte etter noen uker, eventuelt bare en kort liten prat, der den unge får fortelle hvordan det går. Avtal hva barnet/ungdommen kan gjøre dersom behov for mer hjelp, og informer om at du kommer til å snakke med foreldrene til den unge dersom den unge er under 15 år, eller om ungdommen sjøl ønsker dette sjøl om de er over 15 år.</p>