

SIBS



Søskenperm

Navn

Versjon 2022

Vatne, T., Fjermestad, K., Haukeland, Y. & Mossige, S.

ØKT 1

Tema

Hva er SIBS og hvem er med?

Mål

1. Bli kjent.
2. Få vite hvordan vi skal snakke sammen i gruppa.
3. Få vite hva SIBS er.



Oppgave 1: Intervjue hverandre

Hvilke filmer, bøker, eller tv-serier liker du?

Hvilke sosiale medier er du på og hvilke spill spiller du?

Hva liker du best å spise?

Hvilke dyr liker du?

Hvilke sporter liker du?

Hva liker du å gjøre i helgene?

ØKT 2

Tema

Diagnosen* til broren eller søsteren din

**barn bruker ulike navn på det som er annerledes med sin bror eller søster. Noen sier sykdom, noen sier funksjonsnedsettelse og noen har andre ord. Her bruker vi ordet «diagnose» som er det leger gjerne bruker om det som er annerledes.*



Mål

1. Å få snakket sammen om diagnosen og finne ut hva man trenger mer informasjon om.
2. Å lage spørsmål om diagnosen man vil stille til sin forelder.

Oppgave 2. Om diagnosen til ditt søsken

Hva kalles det som er annerledes med broren/søsteren din?

Hva kaller du det som er annerledes med broren/søsteren din hvis noen spør?

Hvilke deler av kroppen gjelder det?

Hvordan kan man merke at broren/søsteren din har dette?

Kan man få noen behandling eller medisin? Hva da?

Hva kan foreldre og søsken gjøre for at de som har det får det bedre?

Hva var det som gjorde at broren/søsteren din fikk dette?

Hva tror du kommer til å skje med broren/søsteren din i framtiden?



Oppgave 3. Mine spørsmål til forelderen min

Skriv ned minst ett spørsmål til din forelder om det som er annerledes med broren/søsteren din:

A cartoon illustration of two young girls sitting on wooden chairs. The girl on the left has blonde hair in pigtails, wears glasses, a pink shirt, blue pants, and brown boots. She is smiling and waving both hands. The girl on the right has dark skin, long dark hair in a braid, wears a yellow shirt, blue pants, and black shoes. She is also smiling. The background consists of horizontal lines, suggesting a notebook page.

ØKT 4

Tema

Hvordan det er å være søsken og hva man kunne ønske var annerledes

Mål

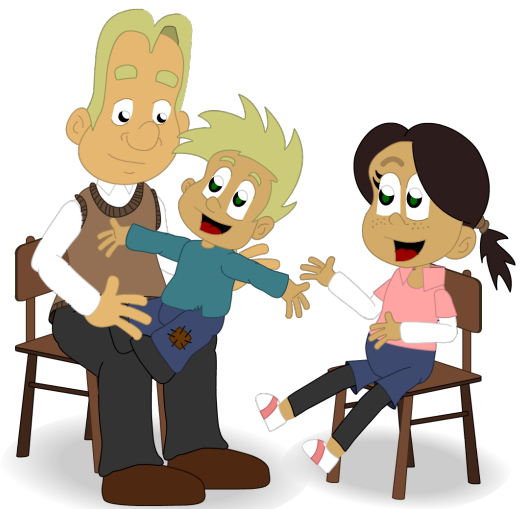
1. Å få snakket sammen om det man opplever som søsken og finne ut hva man skulle ønske var annerledes.
2. Å få skrevet ned noe man skulle ønske var annerledes som man vil fortelle sin forelder.



Oppgave 4. Det jeg skulle ønske var annerledes

Det jeg skulle ønske var annerledes er:

(skriv ned minst én ting som du vil snakke med forelderen din om)

[illegible]

ØKT 5

Tema

Det du skulle ønske var annerledes.

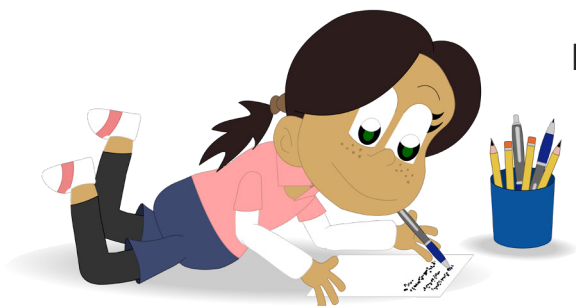
Mål

1. At du får fortalt det du skulle ønske var annerledes til din forelder.
2. At din forelder lytter til deg, er nysgjerrig på hva du tenker og viser forståelse for hvordan du har det.
3. At en gruppeleder gir litt råd til dere og sørger for at det blir en bra opplevelse å snakke sammen.





Oppgave 5.
Jobbe mer med det en skulle ønske var annerledes



Det jeg ønsker var
annerledes



Sånn føler jeg



Sånn tenker jeg
når det skjer



Dette gjør jeg

Opgave 6.

Hvordan kan man få det annerledes

Sånn vil jeg ha det:



Ting jeg kan gjøre:



Ting andre kan gjøre:



Minnevegg

AVTALE

Om å snakke mer sammen

..... (barnets navn)

og (mors/fars navn)

har avtalt å snakke mer sammen om det barnet
skulle ønske var annerledes

Dato:.....

Kl:.....

Barnets signatur

Foreldres signatur.....



SIBS er utviklet av



FRAMBU

KOMPETANSESENTER FOR SJELDNE DIAGNOSER



UiO : **Psykologisk institutt**

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

© 2022

Torun M. Vatne, Krister W. Fjermestad,
Yngvild B. Haukeland, Svein Mossige.