



Vägledning och flöde

BarnSäkert

Den svenska SEEK-S-modellen är framtagen för att användas inom barnhälsovården i Sverige. SEEK-S-modellen ska användas i sin helhet, och separat användning av dess olika beståndsdelar utanför modellen (t.ex. hela eller delar av frågeformulär) är inte tillåten. Allt innehåll i detta material är skyddat enligt upphovsrättslagen.

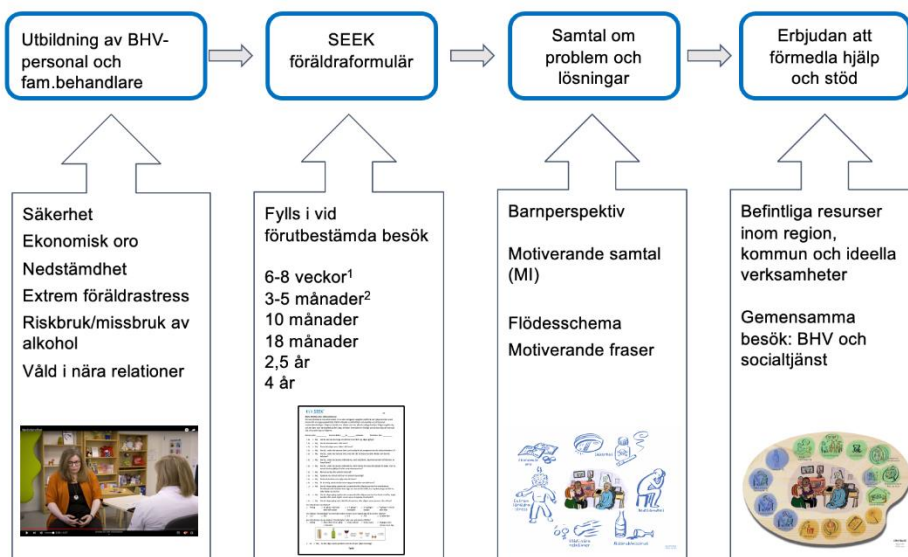
Det innebär att inga ändringar i materialet får göras utan upphovsrättsinnehavarnas tillåtelse.

För att arbeta enligt SEEK-S-modellen fordras

- Utbildning och fortbildning som innefattar: arbete enligt SEEK-S-modellens olika delar utifrån SEEK-S manual psykosociala riskfaktorer och dess påverkan på barnets hälsa och utveckling
- Tillgång till MBHV-psykolog eller motsvarande för konsultation rörande enskilda familjer samt BHV-sjuksköterskans arbete med psykosociala riskfaktorer
- Aktuell kontaktlista som visar resurser för familjer inom relevanta myndigheter och verksamheter på nationell, regional och kommunal nivå samt inom idéburen sektor
- Säker tillgång till behandlingsinsatser i vårdkedjan när behov uppdagas i samband med mötet med familjen
- Uppdaterade rutiner för anmälan till och/eller samråd med socialtjänsten

©University of Maryland, Pediatric Associates c/o Howard Dubowitz och Uppsala universitet c/o Steven Lucas och Maria Engström

Oktober 2020



Bästa förälder eller vårdnadshavare

Att vara förälder är inte alltid enkelt. En av våra viktigaste uppgifter på BVC är att hjälpa familjer så att barnen får en trygg uppväxtmiljö. Därför erbjuder vi alla familjer som besöker oss att besvara nedanstående frågor. Frågorna handlar om sådant som kan påverka många familjer. Frågorna gäller dig och det barn som har besöket på BVC idag. Att fylla i formuläret är frivilligt, och du kan välja att svara på alla, vissa eller inga av frågorna.

Barnets kön: _____ Barnets ålder: ____år _____ månader Förälders kön: _____

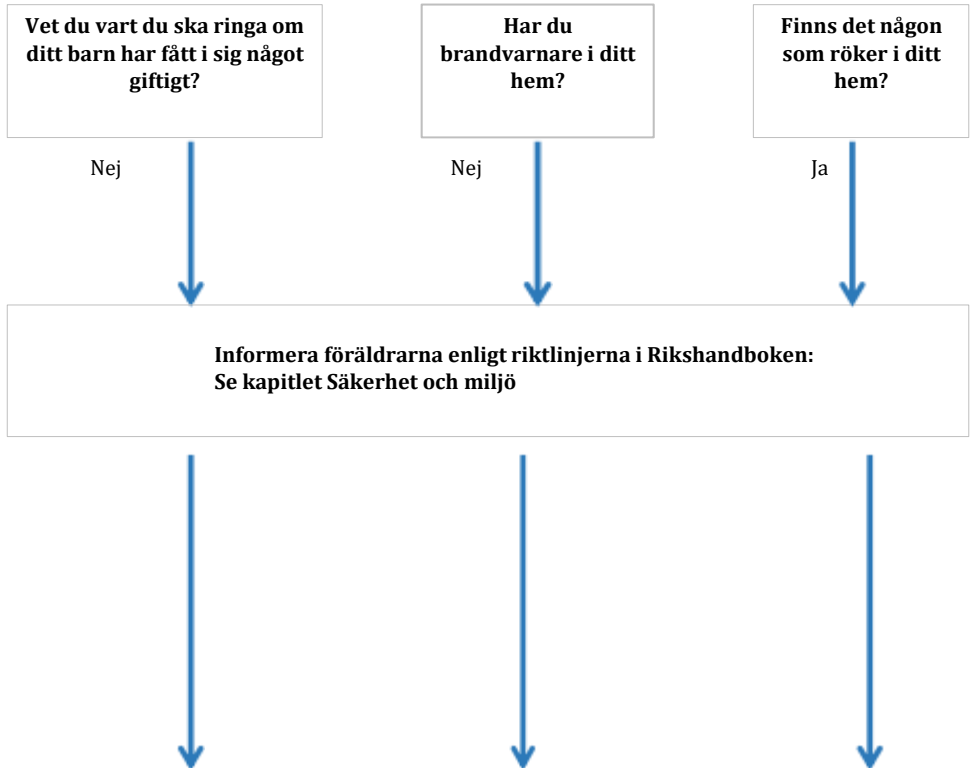
- 1 Ja Nej Vet du vart du ska ringa om ditt barn har fått i sig något giftigt?
- 2 Ja Nej Har du brandvarnare i ditt hem?
- 3 Ja Nej Finns det någon i ditt hem som röker?
- 4 Ja Nej Har du, under det senaste året, varit orolig för att pengarna inte ska räcka månaden ut?
- 5 Ja Nej Har du, under det senaste året, inte haft råd att köpa mat eller kläder som barnet behöver?
- 6 Ja Nej Har du, under de senaste månaderna, varit nedstämd, deprimerad eller haft känslor av hopplöshet?
- 7 Ja Nej Har du, under de senaste månaderna, känt mindre intresse eller glädje för saker som du annars brukar glädjas åt eller vara intresserad av?
- 8 Ja Nej Känner du dig ofta extremt stressad?
- 9 Ja Nej Upplever du ofta att ditt barn är särskilt besvärligt?
- 10 Ja Nej Skulle du behöva mer hjälp med ditt barn?
- 11 Ja Nej Önskar du att det fanns fler vuxna i din närhet som kan avlasta dig?
- 12 Ja Nej Är du orolig att du skulle kunna tappa kontrollen mot ditt barn?
- 13 Ja Nej Är du orolig att någon i barnets närhet skulle kunna skada barnet?
- 14 Ja Nej Har du någon gång upplevt att nuvarande eller tidigare partner har bestämt över dig till exempel vem du får träffa, hur mycket pengar du får ha, vilka kläder du ska ha?
- 15 Ja Nej Har du någon gång upplevt att nuvarande eller tidigare partner har nedvärderat eller förolämpat dig genom att t.ex. säga att du inte duger, är värdelös, dum i huvudet, ful, galen?
- 16 Ja Nej Har du någon gång upplevt att nuvarande eller tidigare partner har knuffat, nypt eller dragit dig i håret, sparkat, slagit dig med öppen hand, knytnäve eller ett föremål t.ex. ett skärp, skohorn eller en toffel, skadat eller hotat dig med vapen eller utsatt dig för annan typ av kroppslig misshandel?
- 17 Ja Nej Har du någon gång upplevt att nuvarande eller tidigare partner har tagit på dig på ett sexuellt sätt mot din vilja eller tvingat dig eller försökt tvinga dig till samlag eller annan sexuell handling?
- 18 Ja Nej Har du någon gång varit rädd för din partner eller någon annan person i din närhet?
- 19 Hur ofta dricker du alkohol?
 aldrig, en gång i månaden eller mer sällan 2-4 gånger i månaden 2-3 gånger i veckan, 4 gånger i veckan eller mer
- 20 Hur många standardglas (se exempel nedan) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?
 1-2 3-4 5-6 7-9 10 eller fler



- 21 Hur ofta dricker du sex standardglas eller mer vid samma tillfälle
 aldrig mer sällan än en gång per månad varje månad varje vecka dagligen eller nästan varje dag
- 22 Ja Nej Är det några andra problem som du önskar hjälp med idag?

Tack, nu är du klar!

Säkerhet- flödesschema



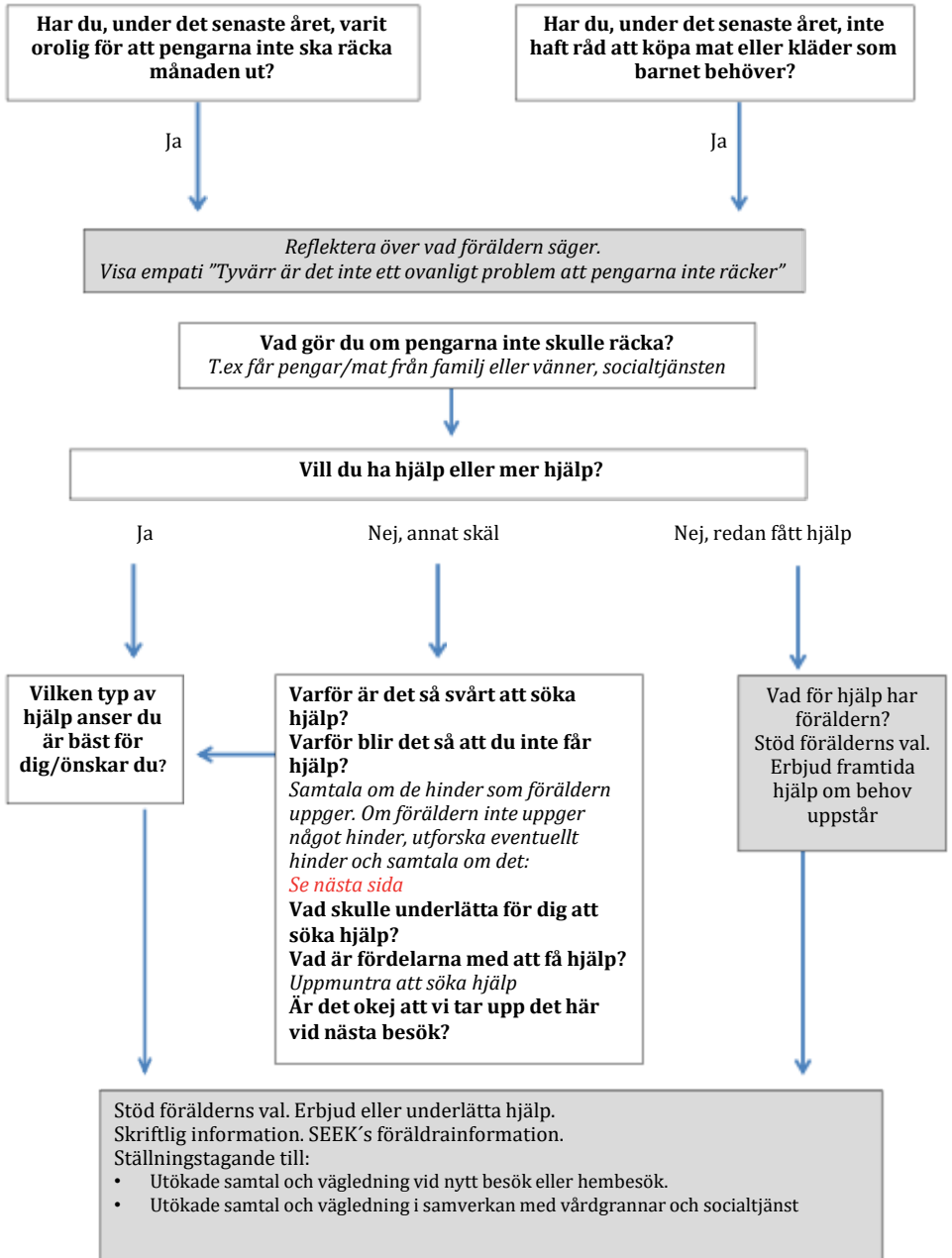
Stödja och uppmuntra föräldern.

Skriftlig information: SEEK's föräldrainformation.

Ställningstagande till:

- Utökade samtal och vägledning vid nytt besök eller hembesök.
- Utökade samtal och vägledning i samverkan med vårdgrannar och socialtjänst.

EKONOMISK UTSATTHET- flödesschema



EKONOMISK UTSATTHET- hinder

Hinder: **Osäker var man söker hjälp.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Är det ok att jag ger dig några råd hur du kan få hjälp?
- Jag vet personer som kan hjälpa dig/er (Socialtjänsten).
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Situationen kommer att bli bättre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du menar "att det ordnar sig med tiden".
- Vad skulle hjälpa dig att förbättra situationen snabbare?
- Vill du att jag ger dig mer information om vilken hjälp du kan få?

Hinder: **Påverkar inte barnet/ barnen.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tror att det påverkar ditt/dina barn.
- Barn kan ibland uppfatta saker som vi inte är medvetna om/tror att de märker.
- Forskning visar att barn märker och påverkas mer än vad man kan tro av hur föräldrarna har det och mår.
- Hur fungerar det när det gäller maten, räcker pengarna så att du kan ge barnet/barnen en allsidig och nyttig mat?
- Hur fungerar det när det gäller kläder, räcker pengarna så att du kan köpa kläder som barnet/barnen behöver?
- Jag hör att du bryr dig om och är mån om ditt/dina barn.

Hinder: **Har inte tid.**

Svara:

- Det är svårt för dig att få tiden att räcka till.
- Men det här med ekonomin är så viktigt- det påverkar dig, dina barn och din familj.
- Vill du att jag ger dig mer information om vilken hjälp du kan få?

Hinder: **Saknar transport.**

Svara:

- Jag förstår att transporten till och från är ett problem.
- På vilket sätt är det ett problem?
- Vill du att jag undersöker om det går att lösa problemet?

Hinder: **Det är genant.**

Svara:

- Jag uppfattar att du tycker att det är genant att pengarna inte räcker
- Det finns många familjer som behöver ekonomisk hjälp och det är många familjer som får den hjälpen. Du/ni är inte ensamma.
- Vill du att jag hjälper dig att få hjälp?

Hinder: **Klarar sig själv utan hjälp från socialtjänsten.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tycker att man ska be om hjälp från socialtjänsten.
- Men det är många som behöver hjälp vid olika tillfällen i livet; det kan vara i samband med arbetslöshet, vid en separation eller vid andra tidpunkter.
- Socialförsäkringssystemet i Sverige innebär att de som behöver ska få hjälp.
- Och det här är så viktigt – för dig och för ditt/dina barns hälsa- och utveckling.

Hinder: **Krångligt eller svårt.**

Svara:

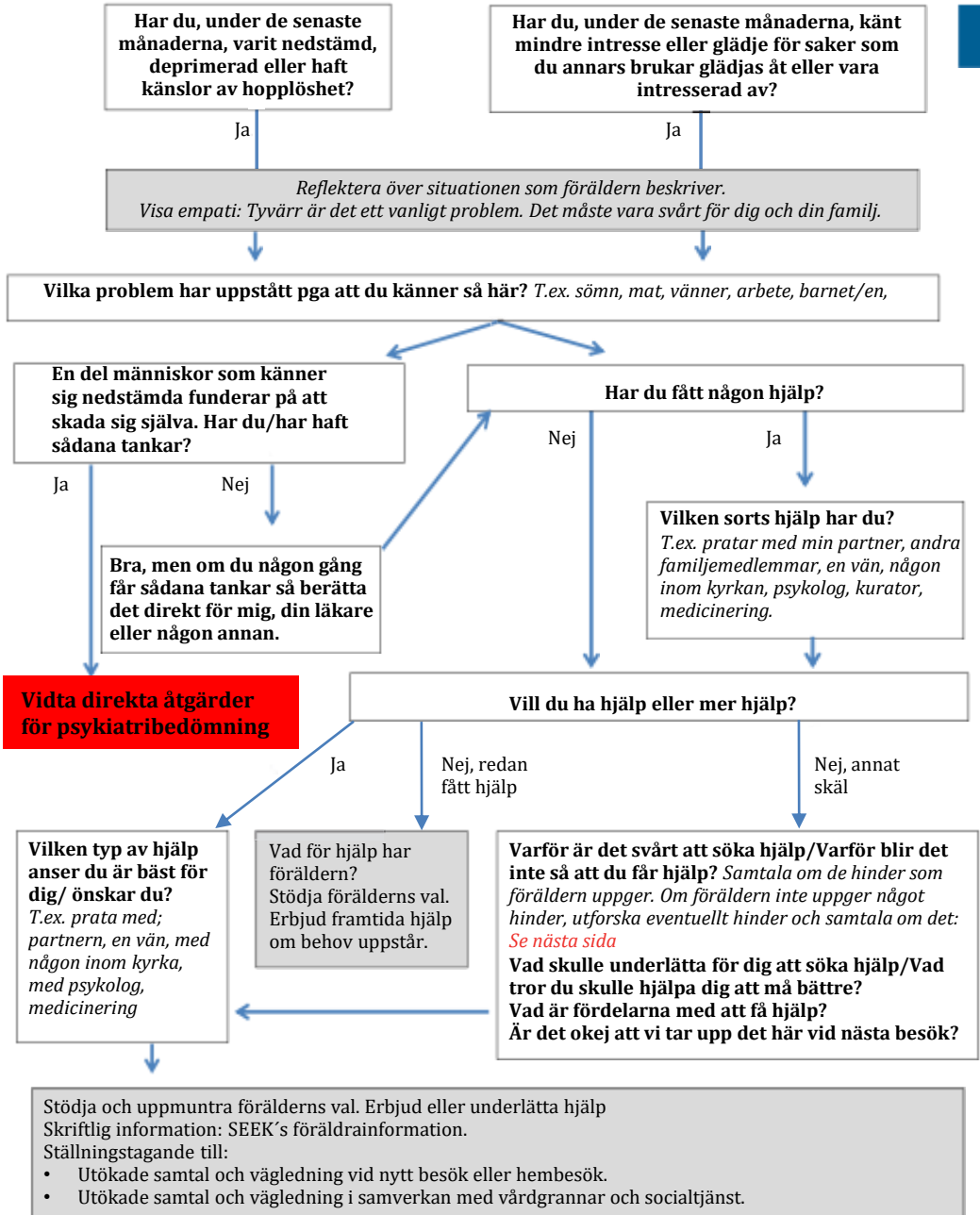
- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Är det ok att jag ger dig några råd hur du kan få hjälp?
- Jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Har försökt tidigare, men det fungerade inte.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte vill söka hjälp igen. Det kan kännas tufft att gå igenom allt krångel utan att man får den hjälp man önskade.
- Men det är så viktigt för dig och för dina barn.
- Vill du att jag hjälper dig med detta?
- Det finns andra personer som kan hjälpa dig.
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

NEDSTÄMDHET flödesschema



NEDSTÄMHET- hinder

Hinder: **osäker var man söker hjälp.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Om du vill så rekommenderar jag gärna olika kontaktpersoner (MBHV-psykolog, husläkare) som träffar föräldrar som är i din situation.
- Jag känner till personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem (MBHV-psykolog, husläkare)?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Situationen kommer att bli bättre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du menar "att det ordnar sig med tiden".
- Ibland blir saker bättre med tiden, ibland inte. Vad skulle hjälpa dig att förbättra situationen snabbare?
- En psykolog eller din husläkare kan hjälpa dig att må bättre tidigare. Hur skulle det kännas att träffa någon av dem?
- Kontakta mig gärna senare ifall du inte är redo just nu.

Hinder: **Påverkar inte hälsan.**

Svara:

- Vad bra att du inte känner dig dålig/sjuk.
- Jag känner mig ändå bekymrad/orolig för hur det här påverkar ditt barn/dina barn och dig.
- Skulle du kunna tänka dig att testa rådgivning träffa en psykolog/husläkare och se hur det känns? Kanske blir du positivt överraskad.

Hinder: **Situationen påverkar inte barnet/barnen.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tror att det påverkar ditt/dina barn.
- Barn kan ibland uppfatta saker som vi inte är medvetna om/tror att de märker.
- Forskning visar att barn märker och påverkas mer än vad man kan tro av hur föräldrarna har det och mår.
- Om det påverkar, hur tror du att man märker det?
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.

Hinder: **Har inte tid.**

Svara:

- Jag uppfattar att du säger att det inte är rätt tid för dig att ta itu med problemet.
- Men tror du ändå inte att det här kan vara viktigt – för dig, din familj, dina barn.
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.
- Vill du att vi ska försöka hitta en rådgivning som skulle kunna fungera utifrån dina förutsättningar?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Oro för att inte klara sig ekonomiskt**

Svara:

- Jag förstår att det blir tufft för dig ekonomiskt att (inkomstbortfall).
- Vet du att det finns avgiftsfri/subventionerad hjälp att få?
- Det här är så viktigt, jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Tror inte att rådgivning hjälper.**

Svara:

- Har du dålig erfarenhet av rådgivning? Jag förstår att du upplevde det frustrerande.
- Tror du att det skulle vara annorlunda om du träffade någon som du tycker är riktigt bra?
- Vill du att jag rekommenderar olika behandlingsalternativ som jag tror kan hjälpa dig?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Vill inte medicinera.**

Svara:

- Jag förstår, en del personer vill inte ta medicin.
- Ofta hjälper det med samtalsstöd, utan medicinering men i vissa fall behövs medicin.
- Skulle det vara ok att prova samtalsstöd?

Hinder: **Saknar plats på förskolan.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att få plats på förskola.
- Man kan ansöka om förtur eller utökad tid om det finns speciella skäl. Vill du att jag undersöker hur ni kan göra?

Hinder: **Saknar transport.**

Svara:

- Jag förstår att transporten till och från är ett problem.
- På vilket sätt är det ett problem?
- Vill du att jag undersöker om det går att lösa problemet?

Hinder: **Har försökt tidigare, men det fungerade inte.**

Svara:

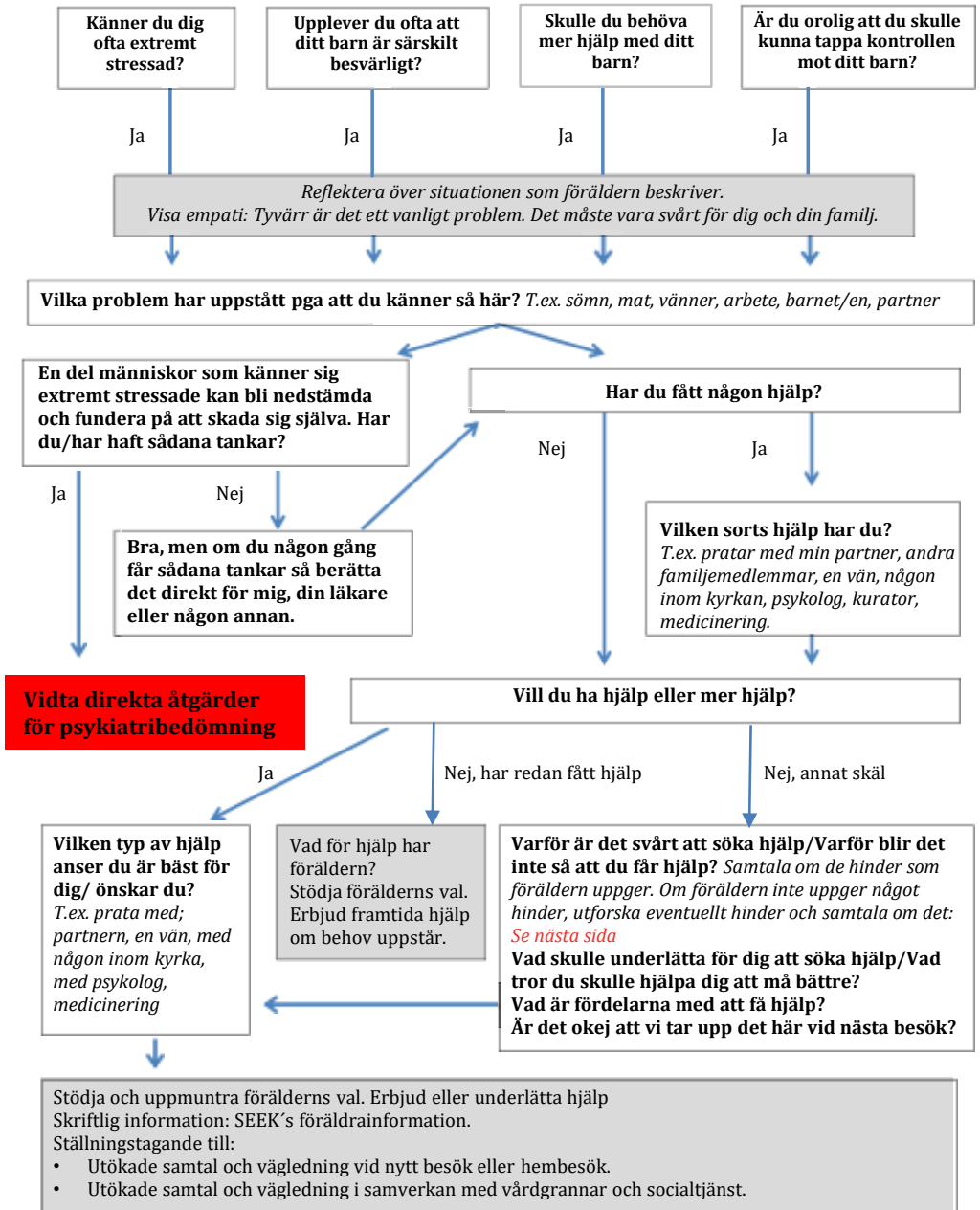
- Du har inte sökt hjälp nu eftersom det inte fungerade tidigare/eftersom du inte fick hjälp tidigare.
- Vill du att vi pratar om hur olika yrkesgrupper/professioner/ arbetar?
- Här på BVC har vi en MBHV-psykolog som har hjälpt många föräldrar. Hur skulle det kännas att prata med hen?
- Vi har nära samarbete med VC. Vill du att jag förmedlar kontakt med din husläkare?

Hinder: **Det är genant.**

Svara:

- Jag uppfattar att du tycker att det är genant/pinsamt att söka hjälp?
- Jag förstår. Många personer känner så.
- Det finns många föräldrar som behöver hjälp. Du är inte ensam
- Skulle du vilja prata om att kanske söka hjälp.
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

EXTREM FÖRÄLDRASTRESS - flödesschema



EXTREM FÖRÄLDRASTRESS- hinder

Hinder: **Osäker var man söker hjälp.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Om du vill så rekommenderar jag gärna olika kontaktpersoner (MBHV-psykolog, husläkare) som träffar föräldrar som är i din situation.
- Jag känner till personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem (MBHV-psykolog, husläkare)?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Situationen kommer att bli bättre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du menar "att det ordnar sig med tiden".
- Ibland blir saker bättre med tiden, ibland inte. Vad skulle hjälpa dig att förbättra situationen snabbare?
- En psykolog eller din husläkare kan hjälpa dig att må bättre tidigare. Hur skulle det kännas att träffa någon av dem?
- Kontakta mig gärna senare ifall du inte är redo just nu.

Hinder: **Påverkar inte hälsan.**

Svara:

- Vad bra att du inte känner dig dålig/sjuk.
- Jag känner mig ändå bekymrad/orolig för hur det här påverkar ditt barn/dina barn och dig.
- Skulle du kunna tänka dig att testa rådgivning träffa en psykolog/husläkare och se hur det känns? Kanske blir du positivt överraskad.

Hinder: **Situationen påverkar inte barnet/barnen.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tror att det påverkar ditt/dina barn.
- Barn kan ibland uppfatta saker som vi inte är medvetna om/tror att de märker.
- Forskning visar att barn märker och påverkas mer än vad man kan tro av hur föräldrarna har det och mår.
- Om det påverkar, hur tror du att man märker det?
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.

Hinder: **Har inte tid.**

Svara:

- Jag uppfattar att du säger att det inte är rätt tid för dig att ta itu med problemet.
- Men tror du ändå inte att det här kan vara viktigt – för dig, din familj, dina barn.
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.
- Vill du att vi ska försöka hitta en rådgivning som skulle kunna fungera utifrån dina förutsättningar?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Oro för att inte klara sig ekonomiskt**

Svara:

- Jag förstår att det blir tufft för dig ekonomiskt att (inkomstbortfall).
- Vet du att det finns avgiftsfri/subventionerad hjälp att få?
- Det här är så viktigt, jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Tror inte att rådgivning hjälper.**

Svara:

- Har du dålig erfarenhet av rådgivning? Jag förstår att du upplevde det frustrerande.
- Tror du att det skulle vara annorlunda om du träffade någon som du tycker är riktigt bra?
- Vill du att jag rekommenderar olika behandlingsalternativ som jag tror kan hjälpa dig?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

Hinder: **Vill inte medicinera.**

Svara:

- Jag förstår, en del personer vill inte ta medicin.
- Ofta hjälper det med samtalsstöd, utan medicinering men i vissa fall behövs medicin.
- Skulle det vara ok att prova samtalsstöd?

Hinder: **Saknar plats på förskolan.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att få plats i förskola.
- Man kan ansöka om förtur eller utökad tid om det finns speciella skäl. Vill du att jag undersöker hur ni kan göra?

Hinder: **Saknar transport.**

Svara:

- Jag förstår att transporten till och från är ett problem.
- På vilket sätt är det ett problem?
- Vill du att jag undersöker om det går att lösa problemet?

Hinder: **Har försökt tidigare, men det fungerade inte.**

Svara:

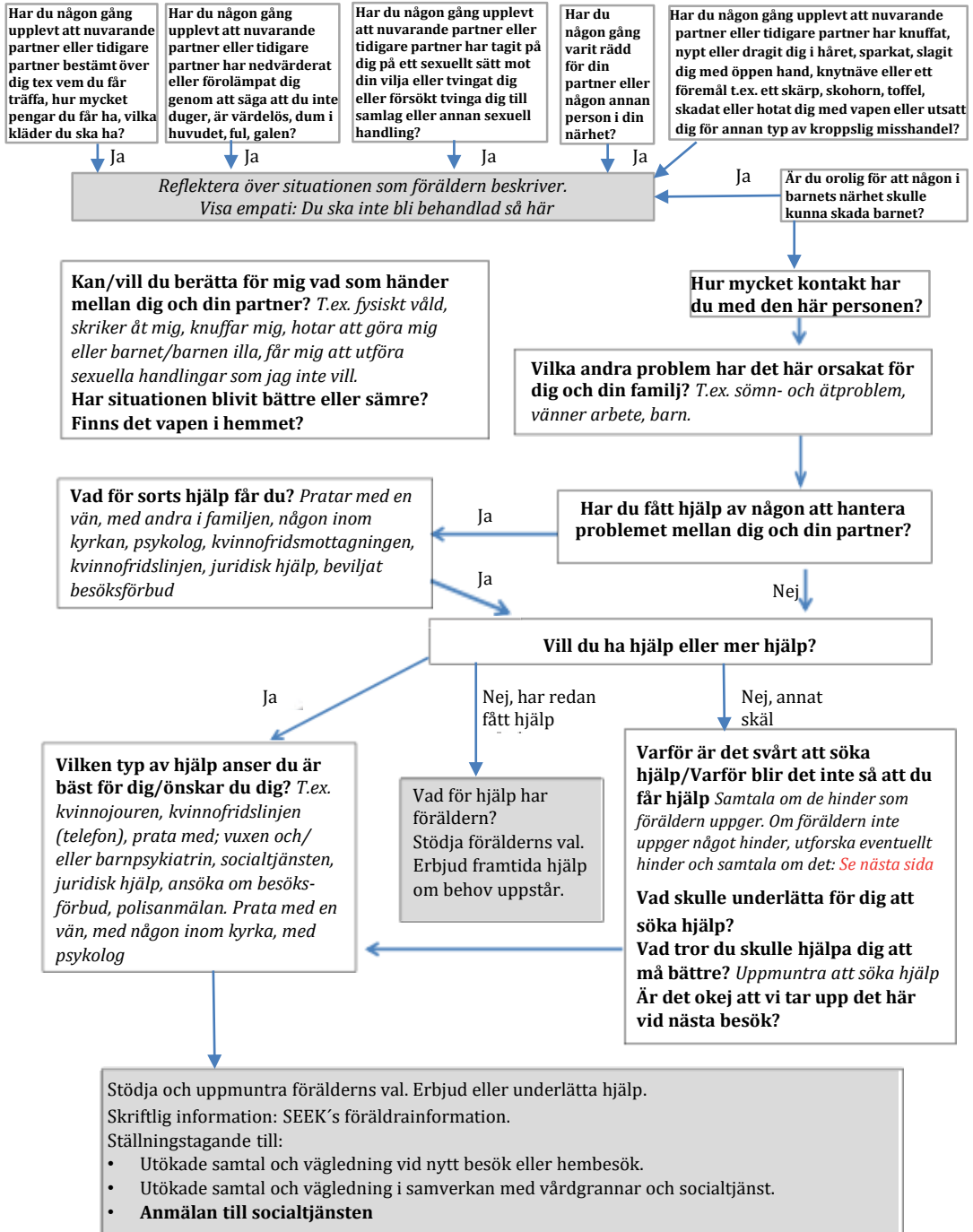
- Du har inte sökt hjälp nu eftersom det inte fungerade tidigare/eftersom du inte fick hjälp tidigare.
- Vill du att vi pratar om hur olika yrkesgrupper/professioner/ arbetar?
- Här på BVC har vi en MBHV-psykolog som har hjälpt många föräldrar. Hur skulle det kännas att prata med hen?
- Vi har nära samarbete med VC. Vill du att jag förmedlar kontakt med din husläkare?

Hinder: **Det är genant.**

Svara:

- Jag uppfattar att tycker att det är genant/pinsamt att söka hjälp?
- Jag förstår. Många personer känner så. Det finns många föräldrar som behöver hjälp. Du är inte ensam
- Skulle du vilja prata om att kanske söka hjälp.
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information

VÅLD I NÄRA RELATIONER- flödesschema



VÅLD I NÄRA RELATIONER - hinder

Hinder: **Osäker var man söker hjälp.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man ska söka hjälp.
- Om du vill så rekommenderar jag gärna var du kan vända dig.
- Jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem?
- Här finns information, telefonnummer och adresser till olika webbsidor.

Hinder: **Situationen kommer att bli bättre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du menar "att det ordnar sig med tiden"
- Ibland blir saker bättre med tiden, ibland inte. Vad skulle hjälpa dig att förbättra situationen snabbare.
- Du och (namn på barnet/barnen) skulle kunna må mycket bättre.
- Vad säger du om att kontakta (polis/kvinnofrid/psykolog etc)
- Kontakta mig gärna senare ifall du inte är redo just nu.

Hinder: **Har inte tid.**

Svara:

- Det är svårt för dig att få tiden att räcka till
- Jag uppfattar att det inte är rätt tid/tidpunkt för dig att ta itu med problemet.
- Men tror du ändå inte att det här kan vara viktigt – för dig, din familj, dina barn.
- Föräldraskapet kan vara svårare när man känner sig rädd.
- Vill du att jag ger dig mer information om vilken hjälp du kan få?
- Vill du att jag hjälper dig att kontakta..... (polis/kvinnofrid/psykolog etc)

Hinder: **Situationen påverkar inte barnet/barnen.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tror att det påverkar ditt/dina barn.
- Barn kan ibland uppfatta saker som vi inte är medvetna om/tror att de märker.
- Forskning visar att barn märker och påverkas mer än vad man kan tro av hur föräldrarna har det och mår.
- Om det påverkar...hur tror du att man märker det?
- Föräldraskapet kan vara svårare när man känner sig rädd.

Hinder: **Tror inte att rådgivning fungerar.**

Svara:

- Har du dålig erfarenhet av rådgivning/stödinsatser? Jag förstår att du upplevde det frustrerande
- Tror du att det skulle vara annorlunda om du träffade någon som du tycker är riktigt bra?
- Vill du att jag rekommenderar dig olika alternativ som jag tror kan hjälpa dig?
- Vill du att jag hjälper dig att kontakta..... (polis/kvinnofrid/psykolog etc)
- Här finns information, telefonnummer och adresser till olika webbsidor.

Hinder: **Det är inte så farligt**

Svara:

- Jag är glad att du inte mår mycket dåligt
- Jag känner mig ändå bekymrad/orolig för dig och hur det här påverkar ditt barn/dina barn.
- Den här typen av problem brukar vanligtvis inte försvinna/gå över av sig självt.
- Det är oftast bäst att man tar tag i problemet förr eller senare
- Skulle du kunna tänka dig att ta emot hjälp, tex träffa en psykolog eller och se hur det känns? Kanske blir du positivt överraskad.
- Här finns information, telefonnummer och adresser till olika webbsidor.

Hinder: **Oro för att partnern kanske blir arg och situationen blir värre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du är orolig för att din partner ska bli arg och att situationen då blir värre.
- Alla som arbetar inom hälso- och sjukvården har tystnadsplikt
- Du har rätt i att när man gör något åt problemet kan det innebära en risk. Men det är också en risk att inte göra något alls.
- Skulle du kunna tänka dig att ta emot hjälp

Hinder: **Oro att inte klarar sig ekonomiskt.**

Svara:

- Du är orolig för att din ekonomiska situation blir sämre om du gör något åt problemet.
- Jag förstår att det blir tufft för dig ekonomiskt att... (inkomstbortfall)
- Det här är så viktigt, jag vet personer som kan hjälpa. Vill du att jag kontakter/förmedlar kontakt med dem?
- Det finns olika bidrag som man kan söka, t. ex bostadsbidrag, socialbidrag, studiebidrag.
- Här finns information, telefonnummer och adresser till olika webbsidor.

Hinder: **Det är genant.**

Svara:

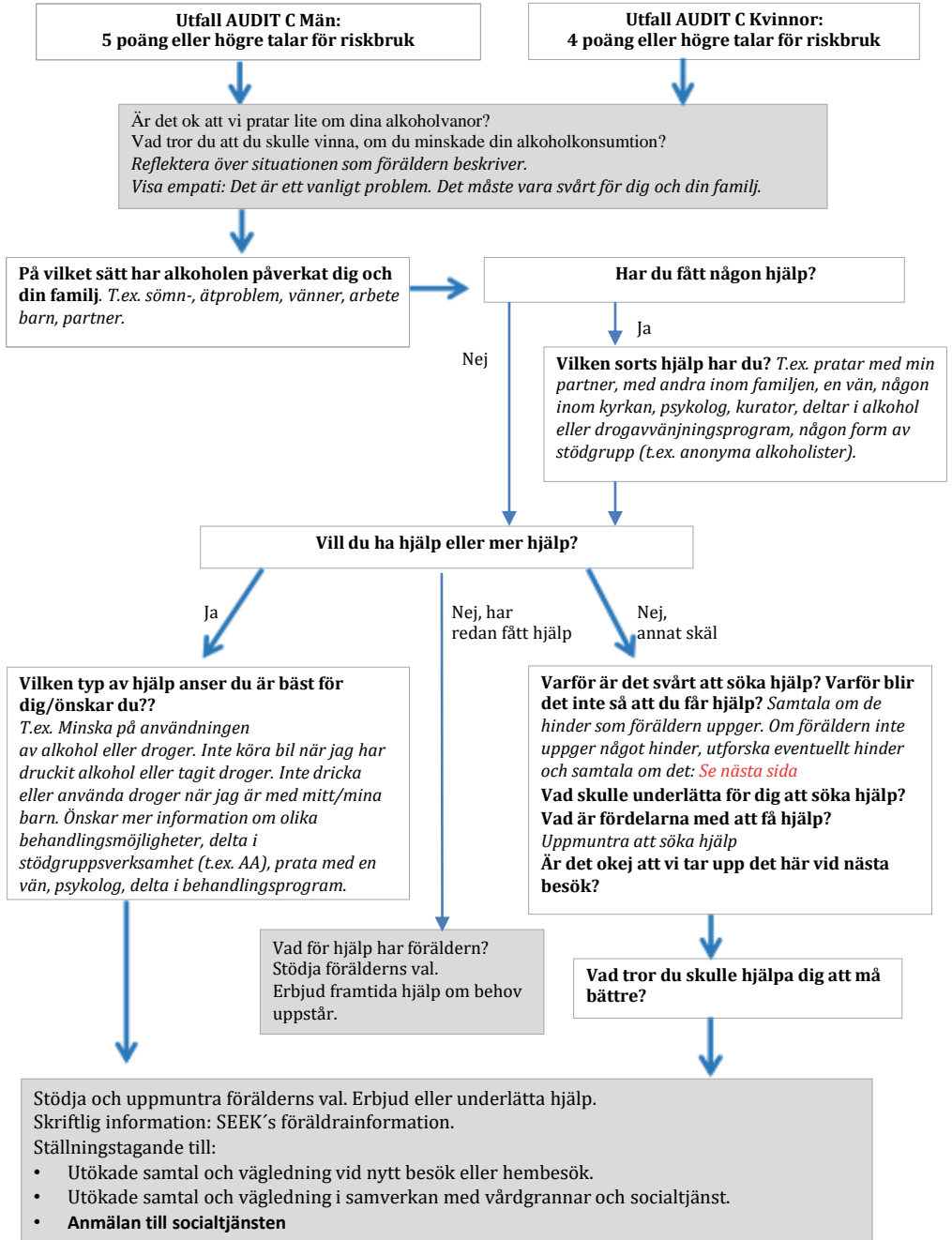
- Jag uppfattar att du tycker att det är genant/pinsamt Många skäms/vill inte prata om den här typen av problem.
- Men det finns många fördelar med att få hjälp så många tar tag i problemet.
- Det finns många föräldrar som behöver och får hjälp. Du är inte ensam. Det här är inte ditt fel.
- Skulle du vilja att jag hjälper dig att söka hjälp?
- Här finns information, telefonnummer och adresser till olika webbsidor.

Hinder: **Saknar plats på förskolan.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att få plats i förskola.
- Man kan ansöka om förtur eller utökad tid om det finns speciella skäl. Vill du att jag undersöker hur ni kan göra?

RISKBRUK ALKOHOL-flödesschema



RISKBRUK ALKOHOL - hinder

Hinder: **Tror inte att rådgivning fungerar.**

Svara:

- Har du dålig erfarenhet av rådgivning? Jag förstår att du upplevde det frustrerande
- Tror du att det skulle vara annorlunda om du träffade någon som du tycker är riktigt bra?
- Vill du att jag rekommenderar olika behandlingsalternativ som jag tror kan hjälpa dig?

Hinder: **Situationen kommer att bli bättre.**

Svara:

- Jag uppfattar att du menar "att det ordnar sig med tiden".
- Ibland blir saker bättre med tiden, ibland inte. Vad skulle hjälpa dig att förbättra situationen snabbare?
- Du och (namn på barnet/barnen) skulle kunna må mycket bättre.
- Hur skulle det kännas att testa rådgivning eller ett behandlingsprogram?
- Kontakta mig gärna senare ifall du inte är redo just nu.

Hinder: **Påverkar inte hälsan.**

Svara:

- Vad bra att du inte känner dig dålig/sjuk.
- Jag känner mig ändå bekymrad/orolig för hur det här påverkar ditt barn/dina barn och dig.
- Skulle du kunna tänka dig att testa rådgivning, och se hur det känns? Kanske blir du positivt överraskad.

Hinder: **Situationen påverkar inte barnet/ barnen.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte tror att det påverkar dina barn.
- Barn kan ibland uppfatta saker som vi inte är medvetna om/tror att de märker.
- Om det påverkar, hur tror du att du märker det?
- Forskning visar att barn märker och påverkas mer än vad man kan tro av hur föräldrarna har det och mår.
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.

Hinder: **Osäker var man söker hjälp.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Om du vill så rekommenderar jag gärna olika kontaktpersoner som kan vara betydelsefulla i din situation.
- Jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information.

Hinder: **Det är genant.**

Svara:

- Jag uppfattar att du skäms över dina alkoholvanor, det gör många andra också.
- Men det finns många goda skäl att ta tag i problemen.
- Det finns många föräldrar som behöver och får hjälp. Du/ni är inte ensam!
- Vill du att jag hjälper dig att få hjälp?

Hinder: **Har inte tid.**

Svara:

- Jag uppfattar att du säger att det inte är rätt tid för dig att ta itu med problemet.
- Men tror du ändå inte att det här kan vara viktigt – för dig, din familj, dina barn.
- Föräldraskapet kan vara svårare när man inte mår bra.
- Vill du att vi ska försöka hitta en rådgivning som skulle kunna fungera utifrån dina förutsättningar?
- Vill du att jag ger dig mer information om vilken hjälp du kan få?

Hinder: **Oro för att inte klara sig ekonomiskt**

Svara:

- Jag förstår att det kan bli tufft för dig ekonomiskt att ... (t.ex. inkomstbortfall)
- Vet du att det finns avgiftsfri/subventionerad hjälp att få.
- Det här är så viktigt, jag känner till personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med/dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information.

Hinder: **Saknar transport**

Svara:

- Jag förstår att transporten till och från är ett problem.
- På vilket sätt är det ett problem?
- Vill du att jag undersöker om det går att lösa problemet?

Hinder: **Saknar plats på förskolan.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att få dagisplats.
- Man kan ansöka om förtur eller utökad tid om det finns speciella skäl. Vill du att jag undersöker hur ni kan göra?

Hinder: **Krångligt eller svårt.**

Svara:

- Ja, det kan vara svårt att veta var man kan få hjälp.
- Är det ok att jag ger dig några råd hur du kan få hjälp?
- Jag vet personer som kan hjälpa, vill du att jag kontaktar/förmedlar kontakt med dem?
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information.

Hinder: **Har försökt tidigare, men det fungerade inte.**

Svara:

- Jag uppfattar att du inte vill söka hjälp igen. Det kan kännas tufft att gå igenom allt krångel utan att man får den hjälp man önskade.
- Men det är så viktigt för dig och för dina barn.
- Vill du att jag hjälper dig med detta?
- Det finns andra personer som kan hjälpa dig.
- Här finns det telefonnummer och adresser till olika webbsidor där man kan få mer information