
LARVEN

Setting 1, billedkort 2:

For sen aflevering

Her møder du Aisha.

Aisha og hendes mor har sovet over sig og er kommet for sent ud af døren. Aisha kommer derfor for sent i børnehave. Aishas mor har travlt, er sur og siger, at Aisha selv skal tage tøjet af og gå alene ind på stuen.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Aisha?
- Hvad laver den voksne?
- Tal med børnene om at være vred og ked af det – og komme for sent.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Aisha tænker, når hendes mor er vred?
- Hvad tror du, Aisha tænker, når hun skal gå alene ind på stuen?
- Hvordan tror du, Aisha har det?
- Hvad synes du, Aisha skal gøre?
- Kender du til, at I kommer for sent op om morgenen og din mor eller far bliver vrede?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det gør, at det kan være svært for dem at planlægge at komme op og afsted til tiden. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.
De fleste forældre ønsker ikke, at man tit skal komme for sent, men det kan være svært for dem at komme op til tiden fordi de kan være meget trætte.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af at blive afleveret for sent – og at det er helt forståeligt.

Setting 1, billedkort 1:

Hente-situation i garderoben

Her møder du Theodor.

Theodor sidder i garderoben og kigger efter de andre børn, der bliver hentet af deres forældre.

Theodors mor havde lovet at hente ham tideligt, men nu er det blevet sent og hans mor er stadig ikke kommet.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Theodor?
- Hvad laver de voksne?
- Tal med børnene om, hvordan det er at blive hentet sidst.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Theodor tænker, når mor ikke overholder deres aftale?
- Hvordan tror du, Theodor har det?
- Hvad synes du, Theodor skal gøre?
- Kender du til, at din mor eller far kommer senere end de har lovet?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det gør, at det kan være svært for dem at planlægge og dermed komme til tiden. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.

Forældrene ønsker ikke, at barnet skal blive hentet som den sidste. Men det kan være svært for dem.

Anerkend barnet i, at man kan blive ked af at blive hentet som den sidste – og at det er helt forståeligt.





Setting 1, billedkort 4:

Legekammerater med hjem

Her møder du Lea.

Lea bliver hentet af sin bedstemor.

Lea står i garderoben og ser efter Birk, der skal have Dagmar med hjem til en legeaftale. Lea skal ikke selv have nogen med hjem og lege.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver børnene på billedet?
- Hvad laver de voksne på billedet?
- Snak med børnene om at have venner på besøg – og hvordan det kan være svært for nogle voksne at invitere – og hvordan man som barn kan blive ked af det.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Lea tænker, når hun kan se, at de andre har legeaftaler, og hun ikke har?
- Hvordan tror du, Lea har det?
- Hvad synes du, Lea skal gøre?
- Kender du til, at det kan være svært at have venner med hjem?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det gør, at det kan være svært for dem at planlægge og invitere barnets venner hjem. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af, at man ikke har venner på besøg om eftermiddagen – og at det er helt forståeligt.

Setting 1, billedkort 3:

Samtale med pædagog i garderoben

Her møder du Aya.

Aya er blevet fulgt i børnehave af hendes mor.

Hendes mor ser træt ud.

Ayas mor står og taler med en af pædagogerne fra Ayas stue om, hvordan det går derhjemme. De taler om, at Ayas mor er mere træt og trist, end hun plejer at være.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Aya?
- Hvad laver de voksne?
- Tal med børnene om, at voksne kan være kede af det og have det svært.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Aya tænker om, at pædagogen taler med hendes mor om, at hun er træt og har det svært?
- Hvordan tror du, Aya har det?
- Hvad synes du, Aya skal gøre?
- Kender du til, at din mor eller far er kede af det og har brug for hjælp?
- Hjælper du nogle gange?
- Er der nogle andre voksne, der hjælper nogle gange?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det gør, at de nogle gange er mere trætte eller kede af det end de plejer at være. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.
Nogle gange kan forældre have brug for hjælp, når de har det svært. De har brug for, at der er andre voksne, der kan hjælpe dem og tale med dem. Man kan få hjælp af læger, pædagoger, bedsteforældre eller andre voksne.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, når ens forældre har det svært – og at det er helt forståeligt.

Setting 2, billedkort 2:

Konfliktfyldt legesituation mellem to børn

Her møder du Laurits og Terkel.

Laurits og Terkel er kommet op og toppes på stuen.

Terkel græder og er ked af det.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver børnene?
- Hvad kan børnene være sure/kede af det over?

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Terkel er blevet ked af eller sur over?
- Tror du, Terkel kan være ked af noget andet end det, vi kan se på billedet?
- Hvad synes du, Terkel skal gøre?
- Kender du til det, at man hurtigt kan blive ked af det over noget, fordi man allerede er ked af noget derhjemme?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Nogle gange kan barnet blive mere vred eller ked af det, fordi der i forvejen er noget, der går barnet på eller barnet har haft en dum dag derhjemme.
Hvis barnet har det på den måde, kan det hjælpe at snakke om det med en tryg voksen i institutionen. Understreg overfor barnet, at du godt ved, det nogle gange er svært derhjemme, og at du gerne vil snakke om det.

Anerkend barnet i, at det kan være svært at være glad, hvis tingene derhjemme ikke går så godt – og at det er helt forståeligt.

Setting 2, billedkort 1:

Barn trækker sig fra fællesskabet

Her møder du Julie.

Der er samling og alle børnene har sat sig på hver deres stol.

Julie har ikke sat sig på sin stol, men står alene et stykke væk fra de andre børn.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver børnene?
- Hvad laver de voksne?
- Snak med børnene om det at deltage i fælles aktiviteter – og hvordan det er at være udenfor.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Julie tænker på, når de andre samles, og hun ikke er med?
- Hvordan tror du, Julie har det?
- Hvad synes du, Julie skal gøre?
- Kender du til, at det kan være svært at høre efter eller være sammen med de andre fordi du tænker på noget derhjemme?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Nogle gange kan barnet tænke så meget på noget derhjemme, at barnet ikke orker eller kan finde ud af at lege. Det kan også være svært for barnet at høre efter, hvis der er sket noget dumt derhjemme. Måske fordi mor eller far har været sure eller kede af det.

Anerkend barnet i, at det kan være svært at høre efter eller være sammen med de andre, hvis man tænker meget på noget derhjemme – og at det er helt forståeligt.


TUR

Setting 2, billedkort 4:

Barn vil ikke deltage i fællesaktivitet og modsætter sig krav fra pædagoger

Her møder du Ellie.

Ellie og alle de andre børn på stuen skal ud på legepladsen. De har fået at vide, at de skal gå i gang med at tage overtøj på.

Nogle er i gang, men Ellie vil ikke med på legeplads og vil ikke tage sit overtøj på.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver børnene?
- Hvad laver de voksne?
- Snak med børnene om, hvordan tanker og følelser nogle gange kan gøre det svært at deltage i fællesaktiviteter.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Ellie tænker om, at de alle sammen skal ud og lave fællesaktivitet?
- Hvordan tror du, Ellie har det?
- Hvad synes du, Ellie skal gøre?
- Har du selv prøvet ikke at have lyst til at lege med de andre i børnehaven?
- Hvad havde du så lyst til?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Nogle gange kan barnet tænke så meget på noget derhjemme, at barnet ikke orker eller kan finde ud af at lege. Det kan også være svært for barnet at høre efter, hvis der er sket noget dumt derhjemme. Måske fordi mor eller far har været sure eller kede af det.

Anerkend barnet i, at det kan være svært at høre efter eller være sammen med de andre, hvis man tænker meget på noget derhjemme – og at det er helt forståeligt.

Setting 2, billedkort 3:

Spisesituation hvor madpakken ikke er i orden

Her møder du Molly.

Molly skal til at spise sammen med resten af børnene på stuen.

Molly har taget sin madpakke frem, men der er næsten ikke noget mad i. Mollys forældre har ikke givet hende nok mad med.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Molly på billedet?
- Tal med børnene om, hvornår det er rart at spise sin mad – og hvornår det ikke er.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Molly tænker om, at hendes forældre har glemt at give hende nok mad med?
- Hvordan tror du, Molly har det?
- Hvad synes du, Molly skal gøre?
- Har du selv prøvet at være ked af det over din madpakke?
- Har du selv prøvet, at dine forældre har glemt at give dig madpakke med?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Nogle gange, når man har en sygdom, som laver rod i tankerne og følelserne, så kan man godt have svært ved "mor og far- opgaver", som fx at smøre madpakke. Hvis barnet er ked af madpakken eller ikke har madpakke med, så fortæl, at barnet skal komme og tale med dig om det.

Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det hvis man ikke har fået en madpakke med – og at det er helt forståeligt.



Setting 3, billedkort 2:

Mor og far skændes

Her møder du Johanne.

Johanne er hjemme i stuen sammen med sine forældre.

Forældrene begynder at skændes, og Johanne går stille sin vej.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver de voksne? Hvad laver Johanne?
- Snak med børnene om, hvordan det kan opleves, når mor og far skændes.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Johanne tænker, når hun hører sine forældre skændes?
- Hvordan tror du, Johanne har det?
- Hvad synes du, Johanne skal gøre?
- Kender du til at forældre skændes eller råber af hinanden?
- Hvordan får du det, hvis dine forældre skændes?
- Hvad gør du, hvis dine forældre skændes?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan gøre, at man nemt kan blive ked af det eller sur og nemt kan komme til at råbe af hinanden derhjemme.
Det kan være svært for barnet at forældrene skændes. Nogle børn kan have svært ved at sove, bliver selv kede af det eller vrede.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, vred eller bange når ens forældre skændes – og at det er helt forståeligt.

Setting 3, billedkort 1:

Når mor eller far er meget træt

Her møder du Peter.

Peter er hjemme sammen med sin far. Far ligger og sover på sofaen. Fjernsynet kører i baggrunden. Der roder i stuen.

Peter leger med sin bil på gulvtæppet, mens far sover.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver faderen?
- Hvad laver Peter?
- Snak med børnene om, hvordan det kan være, når mor eller far er trætte.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Tror du tit, Peters far ligger og sover på sofaen?
- Hvad tror du, Peter tænker om, at hans far tit er meget træt?
- Hvordan tror du, Peter har det?
- Hvad synes du, Peter skal gøre?
- Hvad tænker du, hvis en af dine forældre sover meget?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan betyde, at de sover meget. Når man har en psykisk sygdom og sover meget, betyder det ikke, at man ikke vil lege. Det betyder, at ens batteri hurtigt løber tør for strøm. Ligesom en Ipad kan løbe tør for strøm.
Anerkend barnet i, at man kan føle sig alene eller blive ked af, hvis ens forældre ikke har overskud til at lege, men falder i søvn – og at det er helt forståeligt at blive ked af det over det.

ABC

Setting 3, billedkort 4:

Mor eller far skælder ud

Her møder du Liva.

Livas forældre er sure og skælder ud på Liva.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Liva?
- Hvad laver de voksne?
- Snak med børnene om, hvordan det kan føles, når de voksne bliver sure og skælder ud.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Liva tænker, når hendes forældre skælder hende ud?
- Hvordan tror du, Liva har det?
- Hvad synes du, Liva skal gøre?
- Kender du til at få skældud? Hvordan har du det, når dine forældre skælder ud?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan gøre, at mor eller far alt for let kan blive sur og vred og komme til at råbe af barnet eller skælde alt for meget ud alt for tit. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.
Det kan være svært for barnet, at forældrene skælder meget ud. Nogle børn bliver meget kede af det eller vrede. Man kan også blive bange og usikker.
Understreg overfor barnet, at du altid gerne vil tale om det, hvis barnets forældre skælder meget ud derhjemme.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, vred, bange eller usikker når ens forældre skælder ud – og at det er helt forståeligt.

Setting 3, billedkort 3:

Når søskende får meget opmærksomhed

Her møder du Cleo.

Cleos storebror har en sygdom, som laver rod i hans tanker og følelser.

Cleos forældre sidder ved bordet og spiller et spil sammen med Cleos bror.

Cleo er ikke med, men sidder for sig selv.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Cleo?
- Hvad laver Cleos bror?
- Hvad laver de voksne?
- Snak med børnene om, hvordan det kan opleves, når bror eller søster – som har behov for lidt ekstra – får meget opmærksomhed og man selv må undvære.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Cleo tænker, når hendes forældre og storebror spiller et spil uden hende?
- Hvordan tror du, Cleo har det?
- Hvad synes du, Cleo skal gøre?
- Kender du til at din bror eller søster får meget opmærksomhed fra dine forældre?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Nogle børn har en bror eller søster, som har en sygdom, der laver rod i tankerne og følelserne. Når man har det, kan det være, at man tit skal vente meget, fordi mor eller far tager sig af ens bror eller søster.
Understreg overfor barnet, at du gerne vil hjælpe med at fortælle til mor eller far, hvis barnet er ked af det.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, hvis man tit skal vente længe, før man får sine forældres opmærksomhed – og at det er helt forståeligt at blive ked af det over.


HOSPITAL

Setting 4, billedkort 2:

På besøg på hospitalsstuen

Her møder du Barbara.

Barbara og hendes far er taget ind for at besøge Barbaras mor, der er indlagt på hospitalet.

Barbaras mor sidder i sengen på et værelse, da Barbara og far kommer ind ad døren.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver de voksne på billedet?
- Hvad laver Barbara?
- Snak med børnene om at besøge forældre på hospitalet – hvordan det kan føles.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Barbara tænker, når hun skal besøge sin mor på hospitalet?
- Hvordan tror du Barbara har det med at besøge sin mor på hospitalet?
- Har du prøvet at besøge en af dine forældre på hospitalet?
- Hvad tænkte du om det?
- Hvad lavede I?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan nogle gange betyde, at mor eller far skal være på hospitalet i noget tid. Når ens forældre er på hospitalet, er det helt naturligt at barnet kan blive ked af det, bekymret eller bange.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det eller bekymret, hvis ens mor eller far er indlagt – og at det er helt forståeligt.

Setting 4, billedkort 1:

På vej til hospitalet

Her møder du Konrad.

Konrad er på vej ind på hospitalet sammen med sin far, hvor de skal besøge Konrads mor, der er indlagt.

Han holder sin far i hånden, mens de snakker.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Konrad og hans far på billedet?
- Hvad tror du, de snakker om?
- Snak med børnene om, at det er rart at blive forberedt, når man skal noget, som man ikke har prøvet før. Som fx at besøge en på et hospital.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Konrad tænker om at skulle på besøg på hospitalet?
- Hvordan tror du, Konrad har det?
- Har du selv prøvet at besøge nogen på hospitalet? Hvem? Hvad skete der?
- Var der nogen, der fortalte dig, hvad der skulle ske, inden du kom til hospitalet?
- Var der nogen der talte med dig på hospitalet, om hvorfor mor eller far var indlagt?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan nogle gange betyde, at mor eller far skal være på hospitalet i noget tid. Når ens forældre er på hospitalet, er det helt naturligt, at barnet kan blive ked af det, bekymret eller bange.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det eller bekymret, hvis ens mor eller far er indlagt – og at det er helt forståeligt.



Setting 4, billedkort 4:

Besøgstiden på hospitalet er slut

Her møder du Rebekka.

Rebekka har besøgt sin mor på sygehuset sammen med sin bror.

Inden Rebekka går ud af døren, vinker hun til sin mor, der står i døren og vinker farvel.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver Rebekka?
- Hvad laver de voksne?
- Snak med børnene om, hvordan det kan føles at forlade forældre på hospitalet.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Rebekka tænker om besøget på hospitalet?
- Hvordan tror du, Rebekka har det, da hun skal sige farvel til sin mor?
- Hvad synes du, Rebekka skal gøre?
- Kender du til at savne din mor eller far, når de ikke er hjemme?
- Hvad gør du, når du savner dem?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan nogle gange betyde, mor eller far er mere kede af det eller trætte end normalt. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre.
Nogle gange kan mor eller far have brug for at være på hospitalet et stykke tid, hvor der er læger og sygeplejersker, der kan passe ekstra på dem og hjælpe dem.
Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, når ens forældre har det svært.
Anerkend også barnet i, at man kan savne sine forældre, hvis de i en periode er indlagt- og at det er helt forståeligt og naturligt at savne dem.

Setting 4, billedkort 3:

Samtale med læge på hospitalet

Her møder du Ingrid og Niels.

Ingrid og Niels er inde for at besøge deres mor på hospitalet. Ingrid og Niels sidder og leger på gulvet, mens deres far taler med en læge fra hospitalet.

Spørgsmål til billedet:

- Hvad sker der på billedet?
- Hvad laver de voksne på billedet?
- Hvad laver Ingrid og Niels på billedet?
- Snak med børnene om, hvordan det kan føles, når man sidder og lytter på, at voksne snakker.

Nedenstående spørgsmål kan bruges til at spørge ind til barnets følelser i situationen samt hjælpe det enkelte barn med at få øje på handlemuligheder:

- Hvad tror du, Niels og Ingrid tænker, når de hører deres far tale med lægen?
- Tror du, at børnene lytter til de voksnes snak?
- Lytter du nogle gange til, at de voksne snakker?
- Hvordan tror du, Niels og Ingrid har det med at deres mor er indlagt og der er nogle læger, der passer på hende?
- Kender du til at passe på din far eller mor?
- Hvordan gør du det?

Hvis du ved, at der er psykisk sygdom i hjemmet, kan du fremhæve følgende:

Når man har en psykisk sygdom, laver det rod i mors eller fars følelser og tanker. Det kan nogle gange betyde, at mor eller far er mere kede af det eller trætte end normalt. Det har ikke noget med barnet at gøre, men noget med sygdommen at gøre. Nogle gange kan forældre have brug for hjælp, når de har det svært. De har brug for, at der er andre voksne, der kan hjælpe dem og tale med dem. Nogle gange kan mor eller far have brug for at være på hospitalet et stykke tid, hvor der er læger og sygeplejersker, der kan passe ekstra på dem og hjælpe dem.
Det er vigtigt, at man passer på hinanden og hjælper hinanden i familien, men hvis mor eller far har det meget svært, er det vigtigt at få hjælp af andre voksne. Man kan fx få hjælp af læger, pædagoger, psykologer, sygeplejersker, bedsteforældre eller andre voksne. Anerkend barnet i, at man kan blive ked af det, når ens forældre har det svært – og at det er helt forståeligt.