



"Børn med særlige behov har brug for søskende med en særlig forståelse"

OM SØSKENDEKURSERNE PÅ ÅDALSKOLEN I RINGSTED

Socialpædagog, John Quist Frandsen og to kollegaer står for søskendekurserne på Ådalskolen i Ringsted. De er ansvarlige for at skabe en helt tryk og lærende ramme for børn i alderen 9-12 år, som alle har en bror eller søster med et udviklingshandicap. Vi har her lavet et mini interview med John, som fortæller mere om søskendekurserne når de opleves fra både inder- og ydersiden.

HVAD ER ET SØSKENDEKURSUS OG HVAD LAVER MAN?

Det allervigtigste for os er at have et klart fokus på at skabe et trygt og behageligt rum, hvor børnene føler sig set, hørt og forstået, fortæller John. Uden de præmisser kan et søskendekursus ikke udrette ret meget og bliver således uden en egentlig betydning for deltagerne.





"På et søskende er der god plads til både alvor og sjov"

Det betyder sådan helt konkret, at vi laver en lang række forskellige ting på søskendekurset fra gang til gang. Kurset bliver organiseret ud fra en fortløbende drejebog som gør, at deltagerne gennemgår et program som er nøje tilpasset deres alders- og vidensniveau samt udviklingszone. I programmet er der både indtænkt lege, hygge, film, kreative aktiviteter, natløb og som det store højdepunkt er der indlagt en overnatning. Fælles for alle lørdagene er, at vi starter med nogle sjove rystesammenlege og icebreakers for at få god samling på holdet. Det er vigtigt fordi det er med til, at vi hurtigt lærer hinanden at kende og skaber den spirende tryghed som vi senere i forløbet har så meget brug for. Dernæst kan der være en lille intro til et givent emne - det kan være omkring hjernen ved autisme/ADHD for at give en større forståelse for den anderledes forbundethed med deres bror eller søster, konflikthåndtering, hvordan man passer bedst på sig selv som søskende, hvordan man kan fortælle sine venner eller klassekammerater, at ens bror eller søster har et handicap og naturligvis de emner som ligger søskende på sinde. Nogle af emnerne og de fleste ting, som vi laver, har børnene selv været med til at bestemme. Det er vigtigt for os, at det er dem som kommer på banen med de spørgsmål og





"De deltagende søskende tegner søskendekurset med deres unikke indhold"

refleksioner som de ligger inde med. Det er ikke os som de voksne der har forklaringer på alle ting men vi kan hjælpe søskende med vores spørgsmål til at de selv kan være med til at finde de bedste og brugbare løsninger. Eksempelvis ønskede flere på det forgangne søskendekursus at øve sig i at finde ro i stressende situationer, hvorfor vi også har lavet vejrtræknings- og mindfulnessøvelser. Udover den faglige del og det at blive klogere på både sine søskende og sig selv igennem vores aktiviteter, hvor børnene også i høj grad bliver inddraget og deler personlige oplevelser, hvis de har lyst til det, så har vi selvfølgelig også haft fokus på at hygge os med slik, spil og sjove lege. På den måde er det blevet børnenes eget, fortrolige rum, hvor de kan dele det, den enkelte har lyst til og føler behov for, samtidig med der god plads til, at det ikke kun skal handle om det at være søskende til en med særlige behov, men at man også kan have et trygt rum, som er helt ens eget og som ikke skal deles med ens bror eller søster. Søskendes "stemmer" bør have en optimal plads og bør blive lyttet til af så mange som overhovedet muligt. Naturligvis mest af forældrene men naturligvis også af det omgivende samfund. Den gevinst som samfundet høster heraf bliver senere ubetalelig.





Endnu en gang, tusinde tak for søskendekurset. Det har gjort en kæmpe forskel – især det at se, snakke og møde andre børn i samme situation som hende selv. Og så har hun været meget glad for jer voksne og synes, at I har skabt et fantastisk trygt rum til at dele og bare være i. Mor til deltager på Ådalskolens søskendekursus, 2022

HVAD KAN ET SØSKENDEKURSUS GIVE BØRNENE?

De fleste søskende som har en bror eller søster med et handicap fortæller, at de føler sig meget alene med deres følelser og frustrationer. Det er blevet meget tydeligt for os, hvor mange søskende, der i virkeligheden tror, at de er helt alene med, hvordan de har det. De siger, at de har brug for at dele deres virkelighed med andre, som forstår det og står i samme situation som dem selv, fordi som en søskende selv udtrykker det *"mine venner forstår det slet ikke, når jeg fortæller dem, hvordan det er*. De siger bare, at deres søskende også er irriterende, som om de slet ikke forstår, hvor alvorligt det faktisk er og hvor meget det påvirker mig i hverdagene". Udover at søskende kan spejle sig i hinanden og lære af hinandens oplevelser og erfaringer, så er et søskendekursus også vigtigt, fordi det kan bidrage til at skabe en større indsigt i og forståelse af, hvad der er på spil for ens bror/søster med særlige behov samt i ens familie, hvilket kan gøre det nemmere at håndtere de mange forskellige situationer. På et søskendekursus er der plads til både at italesætte vrede tanker, frustration,





"Jeg har lært noget om autisme og har fået større forståelse for autisme. Det har været dejligt at have mit helt eget sted, hvor jeg kunne komme og tale om at have en bror med en autisme diagnose også de ting, der er svære uden at det har konsekvenser i form af, at mine forældre reagerer på det, jeg siger".

ked af det hed og måske også hævnfulde tanker, uden at man skal have dårlig samvittighed over for sine forældre eller sin bror eller søster. Det fortrolige "rum" som efter nogen tid opstår på søskendekurserne betyder, at børnene føler sig godt ventileret efterfølgende. Det vil sige, at de er lettede, afklarede og har en følelse af at være blevet hørt og lyttet til.

HVAD HAR DU HØRT AF FEEDBACK FRA BØRN OG FORÆLDRE FRA DET FORGANGNE SØSKENDEKURSUS?

Vi har fået lov til at dele noget af den fantastiske feedback, vi fik i forbindelse med det forgangne søskendekursus og som vi naturligvis er meget beæret og rørt over at have modtaget. Det vidner i den grad om vigtigheden af at have opmærksomhed på søskende som en gruppe som ikke må blive glemt eller overset. Det har været helt fantastisk. Jeg er hver gang gået så glad fra søskendekurset. Det har været superrart at være der og de voksne er bare superdygtig, til det de gør. Det er rart, at





Martin har været super motiveret hver gang, han har skullet afsted til søskendekurset også selvom det var en lørdag. Han har altid været meget glad og fuld af overskud efter en sådan dag. Jeg har snakket med Martin om, hvad der har været godt og mindre godt, og han svarer at ALT har været godt. Så der er stor ros til jer. Det lyder rigtig godt at I har arbejdet med at finde ro, for det kan være svært, når man konstant bliver irriteret eller provokeret af sin søster. Mor til Martin på Ådalskolens søskendekursus i Ringsted, 2022.

man kan snakke om det, uden at der er nogen der dømmes, det man siger eller slet ikke kan forstå det. Det har været meget åbent og det at de andre børn har fortalt så åbent om, hvordan de har det, har gjort, at jeg kunne genkende mange ting, og også gjort, at jeg har tænkt, at så tør jeg også godt sige til min veninde, at min bror har autisme. Det er virkelig dejligt, at gruppelederne har opfordret til at man kan sige ting højt, men at det ikke har været tvunget. Altså at det har været en opfordring, at man kunne få lov til at lette sit hjerte, hvis man havde lyst, men at man ikke skulle. Noget af det bedste har været der, hvor vi bare sidder rundt om bordet og bare snakker løs om, hvordan vi har det og hvad der fylder i forhold til handicappet og høre andre børn fortælle, er mega-rart. Det må der gerne være endnu mere af og jeg vil meget gerne snart afsted igen. Pige, 11 år - deltager på Ådalskolens søskendekursus i Ringsted, 2022.

HVAD HAR VÆRET DE BEDSTE OG STØRSTE ØJEBLIKKE PÅ DET FORGANGNE KURSUS?





"På et søskendekursus er der plads til at dele alle slags følelser"

Der er rigtig mange og det er nærmest helt umuligt at nævne dem alle uden at overse en hel del. Men de største øjeblikke er altid i de situationer, hvor børnene helt af sig selv og ganske uopfordret har delt åbent ud af deres egne erfaringer i fællesskab med hinanden og at resten af søskendegruppen har lyttet intenst. Så ved vi at vi er på rette vej med søskendekurset og nærmer os det mål vi har. Så kan vi nemlig sige, at vi er i mål med den stemning vi gerne vil have skal herske på et kursus. Det har eksempelvis været i forbindelse med nogle af vores aktiviteter, hvor vi har haft nogle virkelig gode snakke om nogle af de ting, som mange af dem kan genkende og derfor er fælles for dem alle hver især. Det har affødt nogle dybere snakke omkring alt det, som har fyldt hos børnene, hvordan de hver især copes med det og hvordan de kan blive endnu bedre til at håndtere det samt passe på sig selv i forskellige situationer. Der er både blevet grinet og grædt og det har der i den grad været plads til, hvilket har været noget af det bedste, altså denne ikke-dømmende, men meget forstående og anerkendende, stemning, som har præget alle gangene på søskendekurset. Det er noget de fleste søskende godt kan lide og det er ligesom om at der bliver lagt noget i et udækket behov.





"På et søskendekursus er der ingen dommer men vi er alle vindere"

HVORNÅR ER MAN GAMMEL NOK TIL AT VÆRE MED?

Aldersgruppen på Ådalskolens søskendekursus er sat til 9-12 år. På det forgangne søskendekursus var den yngste deltager næsten 9 år og den ældste var 12 år. Det er selvfølgelig et udviklingspring men vores indtryk er, at børnene har rigtig god glæde af hinanden og kan spejle sig samt lære af hinanden og lege på kryds og tværs af aldersgrupperne.

ER DET NOGET MAN KAN FÅ TILSKUD TIL ELLER SØGE KOMMUNEN OM AT FÅ BETALT OG HVORDAN GØR MAN DET?

Ja, man ansøger sin bopælskommune om at få bevilget et søskendekursus. Det er det fleste familier gør men nogle ganske få vælger også at betale det selv.





*"Et
søskendekursus
lægger
grundstenen til
en dybere
forståelse"*

En ansøgning sendes gennem egen sagsbehandler og om tilskuddet til kurset bevilges afhænger af en individuel, økonomisk beregning. I Serviceloven er der en række paragraffer som giver muligheder for at få bevilliget et søskendekursus. Vi anbefaler altid, at man som familie i god tid tager kontakt til kommunen idet sagsbehandlingstiden ofte kan være temmelig lang og kurserne fyldes hurtigt.

KONTAKT OS GERNE

**Ådalskolens søskendekursus
Eriksvej 4
4100 Ringsted**

41 99 40 71

soskendekursus@gmail.com

Find os på Facebook

