

# Syskonkort



Syskonkortet har framställts inom det finska projektet Eriytyinen sisarus (Annorlunda syskonskap).

Till syskonskap hör många olika känslor som kan vara svåra att sätta ord på. Med hjälp av korten kan man känna igen och sätta ord på sina känslor. Alla kortens citat är syskons verkliga upplevelser.

Med korten kan man jobba individuellt eller i grupp med läskunniga syskon, föräldrar eller närstående till barn med funktionsnedsättning samt med professionella. Med hjälp av syskonkortet kan man till exempel:

- Leda och diskutera kring ämnet annorlunda syskonskap
- Hjälpa att sätta ord på olika sidor av syskonskap och
- Erbjud syskonen kamratstöd: "någon annan har också tänkt så"

## Ett exempel på hur man kan använda korten:

- Deltagarna plockar åt sig ett kort man tycker passar en själv.
- Alla får en chans att berätta om kortet de har valt.
- De andra deltagarna får fråga och kommentera.
- Det är bra om ledaren har färdigt uttänkta öppna hjälpfrågor

Korten är indelade i teman med olika färger. Ledarna kan leda diskussionen enligt teman. Teman är:

- Grön = Helt vanligt syskonskap
- Grå = Det osynliga barnet
- Lila = När grundtryggheten rubbas
- Röd = Du är viktig för mig!

"Mitt syskon är  
vanligt för mig,  
fastän hen är  
speciell."



"Jag får aldrig  
bråka."



"Mitt syskon är  
jobbigt!"



"Det är irriterande,  
när jag måste vakta  
mitt syskon."



"Mitt syskon är bra,  
fastän hen inte kan  
så många saker."



"Det finns många  
bra saker med mitt  
syskon."



"Jag orkar inte alltid  
med mitt syskon."



"Man kan leka och  
läsa böcker med  
mitt syskon."



"Vi har många  
gemensamma roliga  
upplevelser med mitt  
syskon."



"Vi gör saker  
tillsammans med  
mitt syskon."



"Dumt när man alltid  
måste ta med  
syskonet."



"Mitt syskon får mig  
att skratta."



"Jag måste göra  
mera hemsysslor än  
mitt syskon."



"Jag önskar att ni  
också skulle ta hand  
om mig."



"Man får inte visa  
sina känslor."



"Jag har varit  
tvungen att ta rollen  
som storasyster eller  
storebror, fastän jag  
är yngre."



"Specialbarnets  
sjukdom kräver  
mycket av  
föräldrarna, jag måste  
klara mig själv."



"Jag är avundsjuk på  
uppmärksamheten  
mitt syskon får."



"Jag är arg!"



"Varför märker inte föräldrarna att jag också är viktig?"



"Alla tror att jag klarar mig själv."



"Jag skulle också någon gång vilja vara i centrum för uppmärksamheten!"



"Mitt specialsyskon tycker inte om att jag klarar mig."



"Orättvist att jag själv är frisk."



"Hen är mitt syskon  
och jag kommer alltid  
älska henne/honom."



"Jag vill skydda mitt  
syskon."



"Jag är stolt över  
mitt syskon."



"Det är viktigt att  
syskonet finns."



"Jag önskar att mitt  
syskon var friskt."



"Mitt syskon är ett  
viktigt stöd för mig."



"Jag har alltid  
förstått mitt  
syskon."



"Jag och mitt  
syskon står  
varandra nära."



"Jag har lärt mig  
mycket av mitt  
syskon."



"Jag vill försvara  
mitt syskon."



"Tack vare mitt  
syskon har jag fått  
många roliga  
upplevelser."



"Olikhet är en  
rikedom."



"Jag har svårt att acceptera mitt syskon."



"Jag önskar att ni också skulle ta hand om mig."



"Jag är ledsen."



"Jag önskar att min familj skulle vara vanlig!"



"Jag känner mig utanför."



"Jag är orolig över mitt syskons framtid."





"Jag är orolig över min egen framtid."



"Är mitt syskons sjukdom eller funktionsnedsättning någons fel?"



"Tänk om det händer något hemskt när jag sköter om mitt syskon?"



"Får jag orsaka mer bekymmer åt mina föräldrar?"



"Jag är rädd."



"Ibland önskar jag att det här skulle ta slut."



Joker  
Jag vet inte



Joker  
Jag vet inte



Joker  
Jag vet inte



Joker  
Jag vet inte



## Grön = Helt vanligt syskonskap

1. "Mitt syskon är vanligt för mig, fastän hen är speciell."
2. "Jag får aldrig bråka."
3. "Mitt syskon är jobbigt!"
4. "Det är irriterande, när jag måste vakta mitt syskon."
5. "Mitt syskon är bra, fastän hen inte kan så många saker."
6. "Det finns många bra saker med mitt syskon."
7. "Jag orkar inte alltid med mitt syskon."
8. "Man kan leka och läsa böcker med mitt syskon."
9. "Vi har många gemensamma roliga upplevelser med mitt syskon."
10. "Vi gör saker tillsammans med mitt syskon."
11. "Dumt när man alltid måste ta med syskonet."
12. "Mitt syskon får mig att skratta."

## Grå = Det osynliga barnet

1. "Jag måste göra mera hemsysslor än mitt syskon."
2. "Jag önskar att ni också skulle ta hand om mig."
3. "Man får inte visa sina känslor."
4. "Jag har varit tvungen att ta rollen som storasyster eller storebror, fastän jag är yngre."
5. "Specialbarnets sjukdom kräver mycket av föräldrarna, jag måste klara mig själv."
6. "Jag är avundsjuk på uppmärksamheten mitt syskon får."
7. "Jag är arg!"
8. "Varför märker inte föräldrarna att jag också är viktig?"
9. "Alla tror att jag klarar mig själv."
10. "Jag skulle också någon gång vilja vara i centrum för uppmärksamheten!"
11. "Mitt specialsyskon tycker inte om att jag klarar mig."
12. "Orättvist att jag själv är frisk."

## **Lila = När grundtryggheten rubba**

1. "Jag har svårt att acceptera mitt syskon."
2. "Jag önskar att ni också skulle ta hand om mig."
3. "Jag är ledsen."
4. "Jag önskar att min familj skulle vara vanlig!"
5. "Jag känner mig utanför."
6. "Jag är orolig över mitt syskons framtid."
7. "Jag är orolig över min egen framtid."
8. "Är mitt syskons sjukdom eller funktionsnedsättning någons fel?"
9. "Tänk om det händer något hemskt när jag sköter om mitt syskon?"
10. "Får jag orsaka mer bekymmer åt mina föräldrar?"
11. "Jag är rädd."
12. "Ibland önskar jag att det här skulle ta slut."

## **Röd = Du är viktig för mig!**

1. "Hen är mitt syskon och jag kommer alltid älska henne/honom."
2. "Jag vill skydda mitt syskon."
3. "Jag är stolt över mitt syskon."
4. "Det är viktigt att syskonet finns."
5. "Jag önskar att mitt syskon var friskt."
6. "Mitt syskon är ett viktigt stöd för mig."
7. "Jag har alltid förstått mitt syskon."
8. "Jag och mitt syskon står varandra nära."
9. "Jag har lärt mig mycket av mitt syskon."
10. "Jag vill försvara mitt syskon."
11. "Tack vare mitt syskon har jag fått många roliga upplevelser."
12. "Olikhet är en rikedom."

Syskonkortet har framställts inom det finska projektet Erytinen sisaruus (Annorlunda syskonskap). I projektet har man samlat information om erfarenheter och behov, som syskon till långtidssjuka barn eller till barn med funktionsnedsättning har. Projektet har också utvecklat material för att stöda syskonen. På syskonkortet har man samlat syskons verkliga erfarenheter som korta meningar. Erytinen sisaruus-projektet har gjorts i samarbete med Kehitysvammaisten Tukiliitto ry, Harvinaiskeskus Norio, TATU ry, Sylva ry och Rinnekoti- Säätiö. Projektet är finansierat av Social- och hälsovårdsministeriet via Veikkaus intäkter. Kortet har översatts till svenska av FDUV.