



**Så här ringer
du videosamtal
till och med barn
— några tips**

Så här ringer du videosamtal till och med barn – några tips

Möjligheten att hålla kontakt med sina närstående via videoförbindelse skrevs in i fängelselagen 2015. Det var dock först i och med covid-19-pandemin som videosamtal kom till större användning på fängelserna.

Videosamtal ersätter inte fysisk sammankomst och kontakt ansikte mot ansikte, men i bästa fall är det ett sätt att bygga upp eller upprätthålla kontakten. Det gör det också lättare att ta del av barnets vardag. Avsikten med denna anvisning är att ge dig idéer och förslag till hur du kan använda videosamtal i kontakten med ditt barn.

Idén kom ursprungligen från en artikel under rubriken Creative Connection Ideas for Prison Visits, av Sarah Higgins, en medarbetare på välgörenhetsorganisationen Barnardo's. Här har man spunnit vidare på artikeln och lagt till idéer om hur man ska prata med barn i olika åldrar och vad som händer om videosamtalet inte riktigt går som man önskat sig.

Det är meningen att ge idéer och tips till såväl den intagne föräldern som den närvarande föräldern och andra närstående som deltar i videosamtal. Oftast är det den intagne som ringer upp sitt barn, men det händer att ett litet barn har följt med sin förälder till fängelsets familjeavdelning.



Intagen vuxen ringer upp sitt barn



1. Ta reda på vad vilken tid som passar bra för barnet innan du bokar ett videosamtal

Ett barn är mer fokuserat när han eller hon varken är hungrig eller trött.

2. Fråga om du kan ta med dig några leksaker eller böcker

Fråga anstaltspersonalen om det går att låna leksaker och böcker från lokalerna som används när barn kommer på besök och ha dem med sig till videosamtalet.

Har barnet någon favoritbok kan du via anstaltsbiblioteket be om att få det i fjärrlån och komma överens om att få ta det med dig så att ni kan läsa i boken och titta på bilderna tillsammans. Att läsa högt för barnet stöder dessutom barnets språkutveckling.

3. Titta in i kameran, då tittar du barnet i ögonen

Fokusera på barnet. Det är viktigt för barnet att du tittar honom eller henne i ögonen. Det gäller att titta direkt in i kameran och inte kolla på skärmen, då ser barnet att du tittar honom eller henne i ögonen.

Så det gäller att kolla var någonstans på datorn kameran sitter!

4. Visa ditt intresse med gester och ögon

På videon är det bara syn och hörsel som räknas, så det lönar sig att fokusera på dem. Gestikulera, använd händerna, ha överdrivna ansiktsuttryck. Allt detta kan kännas konstigt eller dumt, men det hjälper barnet att koncentrera sig på dig.

Och är det en bebis det gäller så hjälper det bebisen att koncentrera sig på dig när du gör så där. Vem som helst kan få svårt att fokusera, om man bara ser ett talande huvud på skärmen som inte rör på en min.

Det är viktigt med interaktion, att man pratar och visar intresse för barnet med gester och ögon när man sitter i ett videosamtal. Videosamtalet ska vara en annorlunda situation jämfört med att man sitter och spelar datorspel eller tittar på barnprogram, det som barn ofta är vana vid att använda en dator eller pekplatta till.

5. Gå med i leken

Att leka och låtsas kan ersätta bristen på fysisk kontakt. Du kan till exempel låtsas att du kliar barnet samtidigt som en vuxen som sitter med barnet kliar honom eller henne på riktigt! Ni kan låtsas att ni byter leksaker eller äter något genom skärmen. Barnen har en bra fantasi, så det är bara att gå med i leken.

Om barnet är helt litet eller inte orkar koncentrera sig på samtalet, kan du bara titta på när barnet leker för sig själv eller med en vuxen som är med. Att se barnet leka är ett sätt att ta del av barnets vardag och se vad han eller hon är intresserad av, hur han eller hon fungerar, växer upp och utvecklas.

6. Skapa rutiner

Använd oförändrat samma hälsning varje gång när du inleder ett videosamtal. Det hjälper barnet att känna igen och ställa in sig på situationen.

Barnen älskar rutiner! De skapar en känsla av trygghet.

Tänk på rutinerna som gäller när man tar barnet till dagiset eller barnet kommer hem från skolan.

Vuxen som bistår barnet i videosamtal



1. Tala om för den som ringer vilken tid som är en bra för barnet att prata

En intagen förälder är inte nödvändigtvis på det klara med tiderna som gäller i barnets vardag. När den intagne föräldern får veta vilken tidpunkt som funkar bra, kan han eller hon meddela det vidare till personalen på anstalten.

2. Bered barnet på förhand

Du ska förbereda barnet för videosamtal på förhand. Hur du bäst gör det beror på barnets ålder. Man kan påminna barnet om att "imorgon ringer vi till pappa eller mamma".

Även när det gäller ett spädbarn är det viktigt att inför ett videosamtal berätta vad som kommer att hända. Man kan ha leksaker, böcker eller rittillbehör nära till hands så att barnet bättre orkar koncentrera sig.

3. Hjälp barnet och föräldern som ringer upp barnet

Den vuxen som sitter bredvid barnet ska stärka interaktionen och avhjälpa bristen på fysisk kontakt genom att agera händer åt den som ringer. Om den som ringer skickar en flygkiss kan du pussa barnet på riktigt.

När det gäller småbarn kan det vara bra att upprepa vad barnet säger för något, för det kan ibland vara svårt att tyda ut. Det kan också vara bra att upprepa till barnet vad den andre föräldern frågar för något. Man kan också hjälpa barnet på traven genom att ställa frågor typ "ska du inte visa vad du ritade idag".

Om barnet gestikulerar mer än pratar, kan du gissa vad barnet försöker säga, till exempel peka ut och säga "var det inte en sopbil vi såg på gården i morse". När det gäller en bebis är det bra att berätta vad som syns på skärmen och vem det är som ringer där.

Den vuxen som ringer upp barnet kan också behöva få lite råd, till exempel med var någonstans han eller hon ska titta för att få ögonkontakt med barnet.

Tänk på barnets ålder

Barnets ålder och utvecklingsnivå har betydelse när det gäller hur man bäst kan genomföra videosamtal och vad man kan förvänta sig av barnet. Anknytningsrelation till en bebis går att skapa också med hjälp av videosamtal. Det kräver dock att de vuxna involverar sig och lever sig in i situationen.

Videosamtal kan också bidra till att barnet lär sig att känna igen personen bakom skärmen och associerar honom eller henne med samtalsituationerna när det väl blir möjligt att möta upp fysiskt.

Barn i alla åldrar vill och behöver ha uppmuntran och respons! Ett barn vill veta att han eller hon är viktig för sin förälder och att föräldern älskar honom eller henne i alla lägen.

Här kommer några tips efter barnets ålder:

Bebisar

- En nyfödd bebis kan inte fixera dig med blicken, men hör visst din röst!
- Vid två till tre månaders ålder börjar bebisen fästa större uppmärksamhet vid sin omgivning och då kanske mer noterar dig på skärmen. Prova med att kalla bebisen vid namnet medan du viftar med handen.
- Med en lite större bebis ska du köra med mycket gester, miner och roliga ljud.
- Reagera varje gång när bebisen tar initiativet: le när han eller hon ler eller hojta till när bebisen gör det! Uppmärksam nya färdigheter hos bebisen, när han eller hon lärt sig jollra eller säga några ord.
- Barnen blir ofta och lyssnar på sång, gnolande eller ramsor.
- Oftast räcker det med att säga kucku för att få en bebis att skratta.
- Ett gråtande barn kan du trösta med att låta barnet höra din röst.

Småbarn och barn i lekåldern

- Prata, bläddra i bildböcker, sjung eller läs ramsor med barnet.
- Det händer att ett småbarn pratar otydligt, men ha tålamod och försök förstå vad barnet vill få sagt.
- Ett litet barns utveckling går otroligt snabbt. Glöm inte att berömma varje ny färdighet barnet tillägnat sig!
- Ett småbarn tycker det är roligt till exempel när du lägger en leksak på huvudet och låter den trilla ner till din hand.
- Småbarn hör och förstår en hel del, så det gäller att tänka efter vad man säger för något.
- En fyraåring ställer redan en massa frågor och funderar på saker och ting. Uppmuntra barnets nyfikenhet och kreativa sätt att använda språket.

Skolbarn

- Fråga vad ditt barn haft för sig senaste tiden och vad han eller hon gillar för något. Det är viktigt för ett barn att du har respekt för hans eller hennes känslor och tankar.
- Lek tillsammans, till exempel gissningslekar eller "skeppet är lastat med...". Du kan också be barnet visa dig en leksak, eller ta upp någon färg som sammanfaller med hur han eller hon känner för ögonblicket. Sedan kan du spinna vidare på med att ställa öppna frågor, typ "varför valde du just den där nallebjörnen".
- Be barnet att rita något och visa det för dig.

Tonåringar

- Det är stora förändringar som händer i en tonårings liv, och det kan kännas jobbigt för honom eller henne att snacka med vuxna. Ta inte illa upp även om tonåringen låter förstå att han eller hon "inte kunde bry sig mindre". Hur som helst har ungdomar behov att bli accepterade och hörda. Fråga hur han eller hon har det, det kan vara enkla vardagliga saker, bara att få samtalet igång.
- Om din tonåring har några fritidsintressen, be honom eller henne att prata om dem och uppmuntra din unge. Även om du själv inte är intresserad just av det ger du ditt barn chansen att berätta vad han eller hon tycker om.
- Försök hitta saker som är gemensamma. Kanske kan ni läsa någon bok båda två, titta på samma program eller dela något annat intresse.

Och om det inte funkar som planerat?

Ett videosamtal kan vara laddat med förväntningar. Trots det lyckas det inte varje gång. Ibland är internetanslutningen dålig och du kan inte höra eller se ordentligt eller så avbryts förbindelsen. Då ska den vuxen som är med barnet berätta att samtalet kopplades inte bort därför att den intagne föräldern inte ville prata med barnet. Eller kanske kan anslutningsproblemen skämtas bort lite grann?

Det händer att barnet inte vill prata eller bara orkar fokusera en kort stund. Det är viktigt att förstå att det finns stadier i ett barns utveckling när det är svårare att koncentrera sig. Det betyder inte att föräldern inte är älskad eller viktig för barnet. Barnet kan också vara trött eller hungrig, under dagen kan det ha hänt något tråkigt någon annanstans, kanske är det att solen skiner och barnet ska ut och leka med kompisarna eller är absorberad i sina egna lekar.

En vuxen ska ha förståelse med att barnet fortfarande är ett barn och inte alltid kan fokusera. Detta kan kännas olustigt även för den vuxne, men man ska förstå att om det är en vuxen som är frånvarande eller inte ringer alls, kan barnet uppleva att han eller hon blivit övergiven.

Även efter ett lyckat videosamtal kan barnet uppleva kraftig längtan eller ha andra starka känslor, vilket den förälder eller annan person som är där med barnet ska bemöta med att trösta och förstå.

Att vara avskuren från den intagne föräldern kan väcka många känslor hos barnet. Det är visserligen tungt för barnet, men så lär han eller hon sig också att uttrycka och hantera jobbiga känslor. Den vuxne som lever med barnet kan också behöva stöd, både för att kunna stötta barnet och för att bearbeta sina egna känslor.

Det är inte alltid lätt att möta ett barns känslor. Det tråkiga är att det handlar om människor som är viktiga för en själv. Även de videosamtal som inte går som planerat är ett inslag i att hålla kontakt. Barnets förhållande till den intagne föräldern byggs upp också av allt det som den närvarande föräldern och andra närstående berättar för barnet. De gånger man ville ta ett videosamtal men det inte riktigt funkade hör också till minnena!

Det är viktigt att också den intagne föräldern får ta itu med svåra känslor med någon, till exempel en fängelseanställd. För barnet är det viktigt att fortsättningsvis få hålla kontakt, och därför ska också de vuxna få stöd. Organisationer så som Kriminalvårdsstiftelsen – Kriminaalihuollon tukisäätio, är där och hjälper närstående till intagna.

