

# Fra hus til hjem

Fra hus til hjem er utviklet av SOS-barnebyer, Drammen, Lillehammer og Ringerike kommune.

Prosjektet er finansiert av Barne- ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) og Gjensidigestiftelsen.

GjensidigeStiftelsen 





## Velkommen!

Hefte du holder i hendene er laget sammen med ungdom som selv har vokst opp i fosterhjem. Det inneholder noen spørsmål du kan svare på slik at fosterforeldrene dine får muligheten til å bli bedre kjent med deg. De skal også fylle ut et tilsvarende hefte sånn at du kan bli litt mer kjent med dem.

Vi vet at å flytte i fosterhjem kan være både skummelt og utfordrende. Det kan være lurt å snakke med en voksen du er trygg på om hva du trenger for at overgangen skal bli best mulig.



# Hva er et fosterhjem?



Noen barn og unge kan ikke bo sammen med foreldrene sine. Da er det viktig at de får andre voksne omsorgspersoner som kan ta vare på dem. Det er mange barn i Norge som bor i fosterhjem, ca. halvparten er mellom 13 og 18 år.

Barn som bor i fosterhjem er forskjellige og det er ulike grunner til at de, i en kortere eller lengre periode, ikke kan bo sammen med sine egne foreldre.

Fosterforeldre er voksne som tar vare på barn og unge som ikke kan bo sammen med foreldrene sine. Fosterhjemmet skal være mest mulig likt et vanlig hjem. Fosterforeldrene skal ha tid og overskudd til å være sammen med deg, ta seg av deg og gi deg et trygt og godt hjem. De skal ha tid til deg, og lytte til deg hvis du har lyst til å snakke med noen. De skal samarbeide godt med barneverntjenesten og med andre som skal støtte deg, sånn som lærere, leger, psykologer og besøkshjem. De skal også samarbeide med familien din og andre som er viktige for deg. Og husk at du har rett til å si din mening om avgjørelser som angår deg. Din stemme skal bli hørt - selv om løsningene ikke alltid kan bli slik du har ønsket deg.



## Litt om meg



Portrett (tegn eller lim inn et bilde av deg selv hvis du vil)





Tre ting som er viktige for meg:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Viktige personer i mitt liv:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Tre ting jeg liker å gjøre:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



Når jeg blir sint eller lei meg så gjør jeg f.eks dette:

- Begynner å gråte
- Går på rommet og gjemmer meg
- Stikker av
- Er helt stille og sier det ikke til noen
- Roper høyt og tramper i gulvet

Andre ting som for eksempel (fortell):

---

---

Det jeg ønsker at de rundt meg gjør når jeg blir sint og lei meg er f.eks:

- Lar meg være i fred
- Gir meg en klem eller holder rundt meg
- Sitter stille sammen med meg

Andre ting som for eksempel (fortell):

---

---



## Tips på veien fra andre fosterbarn

Det kan være vanskelig å flytte til et nytt sted, og bo med nye mennesker. Det er helt greit å være både spent og nervøs. Her får du noen tips som kan gjøre det litt lettere når du skal flytte til et nytt hjem. Tipsene er fra ungdommer som også har bodd i fosterhjem, og har vært i akkurat sammen situasjon som du er i nå.

- Prøv å bli kjent med fosterforeldrene dine, spør om hva de liker å gjøre.
- Kom med forslag til ting dere kan gjøre sammen.
- Utforsk det nye stedet, kanskje noen kan vise deg rundt i området?
- Ta med favoritt-tingene dine, kanskje det er flere som liker det samme?
- Vær med på fellesaktiviteter med familien, det er sånn man blir bedre kjent.
- Det er lov å være nervøs, de andre er nok også det.
- Hvis du er usikker, spør de som vet. Ingen spørsmål er dumme.
- Vis respekt for andre, så får du respekt tilbake.
- Er det noe du er misfornøyd med, så si ifra om det! Det er ikke sikkert de andre skjønner det. Hvis du ikke tør å si det, kan du skrive det ned og vise fosterforeldrene.
- Du har rett til å bli hørt og dine meninger skal tas seriøst.
- Vær tålmodig med dine fosterforeldre, de prøver nok så godt de kan og er ikke perfekte.

