



UM BARNAHÚS

Barnahús sinnir málefnum barna og unglunga sem grunur leikur á að hafi orðið fyrir eða verið vitni að ofbeldi.

Símanúmer: **530-2500**

Netfang: barnahus@barnahus.is



**EF GRUNUR LEIKUR Á AÐ BARN HAFI
ORÐIÐ FYRIR OFBELDI HAFÐU SAMBAND
VIÐ BARNAVERNDARÞJÓNUSTU Í
SVEITARFÉLAGI BARNSINS EÐA HRINGDU
Í 112**



**FJÖLSKYLDUMÆÐFERÐ
FM-HAM**

Meðferðartími

1 - 3

4 - 7

8 - 11

12 - 16

Barn

Forsjáraðili

- Kynnast
- Bera kennsl á tilfinningar
- Fræðsla um ofbeldi

- Fræðsla um ofbeldi og afleiðingar þess
- Foreldrafærni

- Sameiginleg stund

- Samskipti
- Leysa vandamál
- Tilfinningatjáning og tilfinningastjórnun

- Foreldrafærni og uppeldisaðferðir
- Tilfinninga- og streitustjórnun

- Sameiginleg færni

- Tala um öryggi
- Búa til öryggisáætlun

- Öryggisáætlun
- Áframhaldandi foreldrafærniþjálfun

- Sameiginleg stund
- Æfingar

- Sagan mín
- Vinna með tilfinningar

- Bréf til barns
- Ræða um ábyrgð
- Uppgjör

- Von og tengsl



HVAÐ ER FJÖLSKYLDUMIÐUÐ HUGRÆN ATFERLISMEÐFERÐ EÐA FM-HAM?

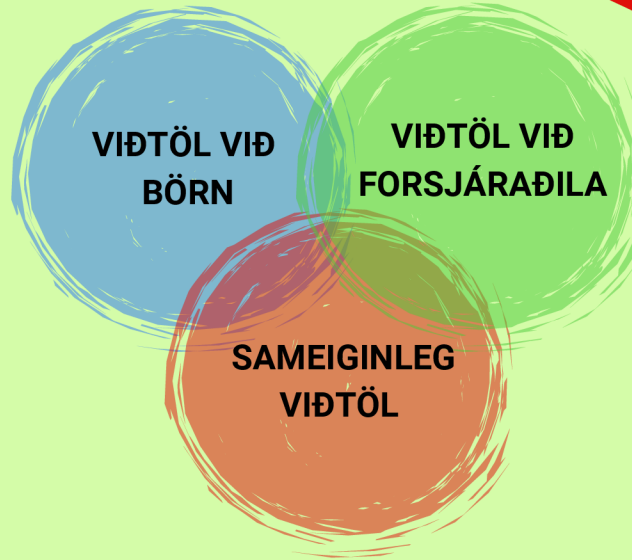
FM-HAM er meðferðarúrræði á vegum Barnahúss fyrir fjölskyldur þar sem hættu er á að börn eða unglingar séu beitt ofbeldi.

FM-HAM sameinar einstaklingsmeðferð, uppeldisráðgjöf og fjölskyldumeðferð.

MARKMIÐ



- Að hjálpa barninu eða unglingnum að vinna úr reynslu sinni
- Að styrkja forsjáraðila í foreldrahlutverkinu með því að kenna þeim jákvæðar uppeldisaðferðir og aðferðir til streitustjórnunar
- Að styrkja samband forsjáraðila og barns eða unglings



HVERNIG FER MEÐFERÐIN FRAM?

- Viðtalstímar samanstanda af viðtölum við börn, forsjáraðila og sameiginlegum viðtölum í lok hvers tíma
- Unnið er með fræðslu um afleiðingar og áhrif ofbeldis, áfallamiðaða meðferð, streitu- og tilfinningastjórnun, foreldrafærni og öryggisáætlun



FYRIR HVERJA?

- Fyrir börn 3½ til 18 ára
- Þegar grunur er um líkamlegt og/eða andlegt ofbeldi á heimilinu og barnaverndarþjónusta hefur metið að óhætt sé fyrir barnið eða unglinginn að búa með forsjáraðila
- Fyrir forsjáraðila sem þurfa aðstoð við að takast á við streitu og/eða reiði tengdu uppeldi barna þeirra



HVERNIG SÆKI ÉG UM?

Hafðu samband við barnaverndarþjónustuna í þínu sveitarfélagi. Barnaverndarþjónustan vísar málinu áfram í Barnahús.