

# Hur är det – reflektera, sätta ord på och uttrycka sina behov

**Hur är det** är ett digitalt verktyg som är utformat som en app och syftar till att göra unga mer delaktiga i kontakten med socialtjänsten, under en utredningsprocess eller vid uppföljning av insatser. Verktöget vill skapa förutsättningar för barn att reflektera kring, sätta ord på och uttrycka sina egna behov. På så sätt kan du arbeta med att uppfylla artikel 12 i ditt arbete - där barns egna åsikter ska vara vägledande. Appen kan även användas i många andra typer av samtal av personer som arbetar med ungdomar.

I appen kan ungdomar innan, eller under mötet med sin socialsekreterare lägga upp sin egen behovskarta som fokuserar på sex olika områden såsom familjen, hälsa, beteenden, känslor och fritid. Appen sparar inga sekretessuppgifter och kan användas både på ungdomens eller socialtjänstens telefon eller platta och sedan sparas ner i en PDF som kan laddas till ungdomens akt.

## Områden

Behovskartan bygger på sex områden som är viktiga i barn och ungas liv. Varje område har flera underkategorier i en eller två steg. Det går att svara mer övergripande på vissa områden och stanna vid exempelvis psykisk hälsa som helhet eller välja att gå till underkategorierna för att tydligare uttrycka sig.

### Exempel 1

1. Psykisk hälsa - 2. Mående - 3. Orka ”*Jag har ork och energi för att göra det jag vill med min vardag*”.

### Exempel 2

1. Familj - 2. Mamma - 3. Trygghet ”*Jag känner mig trygg med den här personen*”.

Barnet eller ungdomen svarar på påståendet genom att dra i ett reglage som visar procent från 0 till 100%. Det finns möjlighet att skriva egna kommentarer inom varje område.

Områdena har formen av en cirkel med vatten som fylls på mer eller mindre beroende på hur ungdomen skattar påståendena.

De sex områdena är;

## **Familj**

- Förslag på olika familjemedlemmar
- Familjens ekonomi
- Upplevelsen av trygghet och trivsel i hemmet

## **Vad jag gör**

- Göra val
- Strategier

## **Psykisk hälsa**

- Mående
- Meningsfullhet
- Framtid

## **Fritid**

- Kompisar
- Efter skolan
- Min ekonomi

## **Skola**

- Hur det går
- Hur jag mår

## **Fysisk hälsa**

- Energi
- Sömn
- Mat
- Smärta
- Stress
- Fysisk aktivitet

## **Eget område**

Ungdomen kan göra ett eget område, om den tycker att något viktigt fattas.

## **Tips på användning**

- Antingen så kan ungdomen ladda ner appen till sin telefon, eller så laddar du ner appen till din arbetstelefon eller platta. Ungdomen kan svara på påståendena i appen innan ni ses, eller så kan ni göra det tillsammans under ett möte.
- Du kan inte logga in och se vad ungdomen har svarat, om den har appen på sin telefon, all information sparas lokalt i appen.

- Appen är tänkt som ett samtalsunderlag och kan användas i många olika typer av samtal.
- Kolla runt i appen för att se hur du skulle kunna använda den, med vilka unga och i vilka typer av samtal. Appen kan användas på många olika sätt, hitta det sätt som skulle funka för dig och de ungdomar som du träffar.
- Frågeställningarna i appen är ganska omfattande, men går att arbeta med i flera olika nivåer beroende på vilket typ av samtal som man har. Man behöver heller inte svara på alla områden, eller alla påståenden inom ett område.
- Om ungdomen vill dela informationen med dig så kan det visas direkt i appen och/eller sparas ner som en PDF som kan skickas till dig.
- På appens första sida, längst ner i högra hörnet finns ikoner som ändrar vyn, genom att klicka på ikonerna ser ni de olika områdena i en lista, färgkodade och i procent. Det kan vara lättare att gå igenom informationen med ungdomen genom att titta på den vyn.

## Dokumentation och avslut

- Ladda ner informationen i en PDF genom att klicka på knappen som ser ut som en pil, dokumentet sparas då i filer.
- Ändringar sparas automatiskt, det går alltså att gå in i appen flera gånger och fortsätta där man slutade.
- Om du har laddat ner appen till din arbetstelefon/platta så måste du manuellt radera informationen innan den används igen.

## Mer information

- En kort informationsfilm ligger i appen (utan ljud) och med ljud på Maskrosbarns hemsida <https://maskrosbarn.org/hur-ar-det-guide/>