

### Forældrenes checkliste til efterskoler

I har et barn, som går i behandling i BUP Klinik. Når I leder efter en efterskole, er det derfor særligt vigtigt, at I sikrer, at efterskolen kan leve op til de nødvendige krav for at kunne støtte jeres barn, så opholdet bliver en succes.

På efterskolernes fælles hjemmeside [www.efterskole.dk](http://www.efterskole.dk) under "find din efterskole" kan man krydse af for særlige behov og bestemte diagnoser. Dette indkredser efterskoler, som har særlig viden om dette område og ressourcer til at støtte den unge. Det anbefales at vælge én af disse efterskoler.

Der er mange andre efterskoler, som siger, at de er i stand til at give et tilstrækkeligt godt tilbud til unge med særlige behov, men ofte viser det sig ikke at være tilfældet. Den bedste måde at få et indtryk af efterskolen på er at besøge skolen og få en fornemmelse af, hvordan den fungerer i praksis, stedets holdning og stemning og ikke mindst konkrete viden om jeres barns udfordringer.

Følgende spørgsmål er ofte relevante:

- Hvem er særlig kontaktperson med forstand på mit barns diagnose?
- Hvordan giver I støtte i forhold til mit barns diagnose?
- Hvordan tilrettelægger I undervisningen, så den tilpasses mit barn?
- Hvordan holder I forældre orienteret om, hvordan det går?
- Hvem er ansvarlig for, at medicinen bliver taget korrekt?
- Hvem er ansvarlig for, at medicinen bliver opbevaret forsvarligt?

Derudover kan der være særlige støttebehov, som I skal spørge om kan blive dækket, f.eks. hvis jeres barn har brug for støtte til at komme op om morgenen, få spist ved måltiderne, lavet lektier, indgå i det sociale fællesskab eller lignende. Ofte er der behov for ugentlige samtaler mellem barnet og en fast kontaktperson og ugentlig information til forældrene.

Derudover skal I give efterskolen vedlagte brev, så skolen kan tage stilling til, om de er i stand til at indgå i det nødvendige samarbejde med mig som jeres barns behandler. Hvis jeres barn får medicin, skal efterskolen sige ja til samarbejdet for, at medicineringen kan fortsætte.

En god efterskole kan være en uvurderlig hjælp til et barns udvikling og en nødvendig "trædesten" fra forældrenes trygge miljø til aldersvarende selvstændighed. Derudover kan den rette efterskole kan være en værdifuld samarbejdspartner i behandlingen ved at bidrage med observationer og udføre forskellige former for træning, som øger den unges kompetencer. Der er derfor al mulig grund til at arbejde for at finde den rette - også selvom det kræver en ekstra indsats.

Med venlig hilsen

Ingrid Sindø  
Speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri

