



Personal i skolan som finns nära en ungdom som har eller kommer att förlora en nära anhörig i dödsfall

Här är 10 tips direkt från dem till dig

Jag vill att du tar dig tid och lyssnar på mig!

Jag vill att du frågar mig hur jag vill ha det.

Jag önskar att det inte finns så mycket press med allt.

Jag har ofta ont i magen och huvudet, i hela kroppen faktiskt.

Jag vill berätta om hur jag vill ha det när jag kommer tillbaka till skolan.

Jag kanske inte vill prata, men det betyder mycket för mig att du vet.

Jag behöver få gå ut ur klassrummet när tankarna blir för svåra,
att bryta ihop inför alla är pinsamt.

Jag vill att du vet att jag kan drömma mardrömmar på dagen,
fast jag är vaken och vi har lektion.

Jag vill berätta att jag ibland bara vill glömma bort allt och vara som vanligt.

Jag tycker att man kan få frysa betygen en tid så att man slapp sänka sig,
att man bara kunde höja sina betyg eller ha kvar samma!

Om du känner dig osäker och behöver mer hjälp för att möta ett barn i sorg kan du
vända dig till Randiga Huset, www.randigahuset.se med dina frågor