|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| MålHva ønskes oppnådd? | Læringsutbytte-beskrivelser*Hva skal deltagerne sitte igjen med?* | Opplevd mestring FØR 0-5 | Opplevd mestring ETTER 0-5 |
| 1. Opplever å mestre rollen som pårørende/ foresatt og partner
 | * Har tro på og kan anvende egne evner og ressurser
* Har kunnskap om stress og stressmestring
* Kan balansere kravene
* Kan anvende teknikker i stressmestring
* Kan utarbeide egen kriseplan og anvende den i relevante situasjoner
 |  |  |
| 1. Har et støttende nettverk

 | * Kan identifisere hvem som er de viktigste støttespillere
* Kan formidle sine behov (familiens behov) overfor behandlere, venner, familie
* Kan kontakte relevante hjelpeinstanser
* Har kjennskap til brukerorganisasjonen og deres tilbud
 |  |  |
| 1. Opplever trygghet og forutsigbarhet mht forløpet
 | * Har kunnskap om sykdommen/skaden, behandling og oppfølging
* Kjenner pasientforløpet
* Har innsikt i egne rettigheter og muligheter for medvirkning
 |  |  |
| 1. Opplever å være en god støtte også for de andre barna
 | * Har kunnskap om vanlige følelsesreaksjoner hos søsken
* Kan planlegge hvordan de kan møte søsken sine behov
* Kan kommunisere med søsken på en åpen, inkluderende og støttende måte
* Kan legge til rette for at søsken opplever seg sett og bekreftet.
 |  |  |