

Besök hos en socialhandledare

Socialhandledare: Hur kan jag hjälpa dig? Hur mår du just nu?

Mamma: Jag är väldigt trött. Jag tror att jag skulle behöva lite hjälp hemma.

S: Okej. Hur många barn har du?

M: Jag har två barn.

S: Är dina barn på dagis?

M: Ja, de började där för tre månader sedan.

S: Det låter bra. Hur gamla är barnen?

M: De är fem och två år gamla. Det är så svårt hemma just nu.

S: Kan du berätta mera?

M: Jag började studera,
men nu känns det som att jag inte orkar med någonting.

S: Hur mår din man? Kan han hjälpa dig?

M: Vi är båda trötta.

Min man jobbar mycket för vi har så lite pengar.

Han har inte tid att hjälpa hemma.

S: Det skulle vara bra om du orkar studera.

M: Ja, men jag kan inte koncentrera mig på något.

S: Jag förstår. Du har två små barn och du studerar.

Hur bor ni?

M: Vi bor i ett radhus, i en trea.

S: Har du mycket hushållsarbete?

M: Ja och jag är så trött att jag inte orkar städa.

S: Kan dina föräldrar eller svärföräldrar hjälpa?

M: Min mamma hjälper oss ibland.

S: Det är bra! Bor din mamma nära dig?

M: Kanske tjugo kilometer härifrån.

S: Okej. Vill du ha hjälp med hushållsarbetet?

M: Ja, gärna.

S: Du kan få hemtjänst. Hemtjänsten kan ta hand om barnen eller städa.

Då får du tid för dig själv.

M: Det skulle vara fint.

S: Vad gör du på din fritid?

M: Jag gillar att jogga, men jag har ingen fritid.

S: Du kan gå ut och jogga när hemtjänsten tar hand om barnen.

Behöver du någon annan hjälp?

M: Jag har haft sömnproblem och jag gråter ofta.

Det här är inte normalt.

S: Har du haft depression?

M: Ja, jag har haft en mild depression för några år sedan.

S: Vi bokar nu en tid hos en terapeut. Är det okej?

M: Det passar. Jag tror att det hjälper när jag får prata med någon.

Jag vill inte ta medicin.

S: Det finns också många andra behandlingsmetoder.

M: Fint.

S: Det är bra att du har sökt hjälp i tid.

Det är också viktigt för dina barn att du orkar bättre.

M: Jag vet. Det hjälper också när jag kan prata med dig.

S: Trevligt att höra. När hemtjänsten kommer blir allt säkert bättre.

Du kan vila.

M: Det låter bra. Tack så mycket.

S: Allt ska ordna sig nog. Tro på mig.

Hejdå och ha det så bra!