

# Om svåra men viktiga samtal med barn

Sjukdomar, svåra känslor och död är en del av livet och något som barn funderar över mer eller mindre. Forskning visar att en av de viktigaste skyddsfaktorerna för att stärka ett barns psykologiska motståndskraft, resiliens, är att barn vid en svår situation kan prata med en vuxen. Hur kan vuxna bidra till att barn vågar dela med sig när de upplever något svårt?

## 🎓 Sara Galli föreläser om:

- Varför det är viktigt att prata om känslor redan med små barn
- Hur samtal kring livsfrågor stärker barns psykologiska motståndskraft (resiliens)
- Utgångspunkter för samtal om svåra ämnen på ett tryggt och utvecklande sätt
- Hur förskolan kan möta barns livsfrågor
- Hur barn förstår död, sjukdomar beroende på ålder och kognitiva mognad
- Hur barnböcker kan användas som verktyg för att närma sig svåra frågor

Tema på föreläsningen kan ex. vara: SAMTAL MED BARN OM SVÅRA ÄMNINGEN, FILOSOFISKA SAMTAL I FÖRSKOLAN, BARNETS PERSPEKTIV VID DEMENSSJUKDOM/DEPRESSION. De kan genomföras som ett öppet tillfälle eller anpassas mot en specifik yrkesgrupp.

*"Tack för en givande föreläsning! Den gav många nya tankar och insikter om hur vi ofta undviker att samtal om det som är svårt tillsammans med barn"*.  
Gitte Umell, Leg förskolelärare, Håbo Kommun

*"Du berör och barnperspektivet är så starkt närvarande. Du blandar egen erfarenhet med forskning och teorier, alltså det är såååå bra! Många barn kommer få ett annat bemötande efter att förskolepedagoger lyssnat på dig"*.  
Anna-Lena Höglund, förskolelärare, språk-, läs- och språkutvecklare.

## Om Sara Galli

Sara är beteendevetare med inriktning på barn i svåra livssituationer. Hon föreläser och skriver för att stärka vuxnas förmåga att samtala med barn om livsfrågor. Hon var själv med om flera dödsfall som barn, där hon möttes med tystnad och fick bearbeta sorg på egen hand. Hon har även behövt hantera suicid och dödsfall med sina barn.



## Sara Galli är författare till barnböckerna

- *Får hundar korvar i himlen* (2014) beskriver sorg ur ett barns perspektiv. Boken fick Svensk Kulturråds Litteraturstöd.
- *När mammas tankar ändrade färg* (2016) beskriver depression ur ett barns perspektiv och är faktagranskad av Ullakarín Nyberg, psykiatriker och suicidforskare.
- *Farmors minnen trillar ut men ändå finns hon kvar* (2023) – beskriver demens från ett barns perspektiv.



*"Trots att det jag föreläser om kan upplevas tungt förmedlar jag det på ett engagerade och angeläget sätt. Jag väver in min livshistoria, mina böcker och förankrar det i forskning som visar på vikten att vuxna pratar med barn vid svåra livsfrågor. En utmanande situation kan innebära att ett barn växer och kan ta med sig strategier inför livets utmaningar"*.

**Varmt välkommen att kontakta mig!**

[info@saragalli.se](mailto:info@saragalli.se) 070-207 20 47- [www.saragalli.se](http://www.saragalli.se) - Medlem i Sveriges Författarförbund.