

BARN SOM NÄRSTÅENDE



Om vikten av att informera barn och unga

- Att ha en [förälder/syskon/närstående] med [beskriv sjukdomstillstånd, missbruk, funktionsnedsättning, självmordstankar, våldsutsatthet, dödsfall] påverkar barn på olika sätt.
- Ett av våra uppdrag är att se till att barn i en sådan här situation får det stöd och den hjälp de behöver och har rätt till.
- En del kan tycka att det är svårt att veta hur man pratar om det som har inträffat. Andra känner att de vill skona sina barn från information de tycker att barn inte ska behöva oroa sig för.
- Inom vården vet vi att oavsett barnens åldrar märker de flesta att [något inte är som vanligt i familjen/att deras familj är annorlunda än kompisars].
- De kan höra olika saker från vuxnas samtal och skapa sig en mer skrämmande bild än vad verkligheten är.
- Barn försöker förstå vad som händer och om de inte får tydlig information kan fantasin ta över. De egna fantasierna är ofta värre än verkligheten.
- Många barn söker information från annat håll, om deras föräldrar inte berättar om det som inträffat, och information på nätet kan vara både skrämmande och vilseledande.
- Genom att prata om det som sker i familjen blir barnet delaktigt och kan förstå varför det inte är som vanligt.
- Det handlar om att försöka få barn att känna att de trots allt kan hantera situationen. Barn har resurser inom sig att klara svåra upplevelser, så länge de är delaktiga och känner trygghet.
- Det är vanligtvis bäst är om du eller någon annan trygg vuxen berättar för [barnet/barnen] om det som hänt.
- Hur tänker [du/ni] kring detta?
- Hur har [du/ni] berättat för [barnet/barnen] om situationen?
- Vilket stöd behövs från oss, för att förklara situationen för [barnet/barnen]?

BARN SOM NÄRSTÅENDE



Stöd för barn som närstående

- En del barn oroar sig och mår inte bra. Då har de rätt att få stöd för att hantera sin oro och hälsa. Det kan handla om att prata med någon om sin oro och ångest, sömnproblem eller hälsoproblem som magont eller huvudvärk.
- Vi har möjlighet att stötta [ditt/ert] barn genom [beskriv stöd: syskonstödjare (lekterapin), syskongrupper, sorgegrupper, kuratorsstöd, en-väg-in vid psykisk ohälsa etc.]
- Vilket stöd behöver [ditt/dina] barn för att hantera situationen?

Stöd för barn vid dödsfall

- När någon närstående dör vänds tillvaron upp-och-ner för både barn och vuxna. För det mesta hittar man sätt att stödja varandra i familjen eller med vänner.
- Det är vanligt att barn känner många olika känslor; ledsamhet, förtvivlan, chock, sorg, ilska och kanske även lugn eller lättnad om personen varit sjuk en tid.
- Efter ungefär ett halvår kan barn behöva stöd för att hantera sin sorg och förlust. Då kan vår sorgegrupp vara ett viktigt stöd.
- Både [du/ni] och [barnet/barnen] träffar i sorgegruppen andra familjer som också förlorat en närstående.
- Vi vill, utifrån barnets rätt till stöd, ge er kontaktinformation till lekterapin så bjuder de in er familj att delta. Går det bra?