



RÅD TILL FÖRSKOLA OCH SKOLA

Att vara barn och anhörig när
någon i familjen är allvarligt sjuk

När någon i familjen blir sjuk eller dör

För ett barn som har en allvarlig sjuk förälder eller syskon, eller när någon som står barnet nära har dött, är det viktigt att fortsätta vara med i förskolan eller skolan så mycket som möjligt. Det är också viktigt att barnet behandlas på så lika villkor som möjligt i kamratgruppen.

Hur mycket vet barnet om sjukdomen eller dödsfallet?

Vårdpersonalen ger alltid föräldern en öppen och ärlig information om sjukdom, behandling och risker. Föräldern avgör själv hur mycket information barnet ska få och i vilken takt det sker. Vårdpersonalen uppmanar föräldern att vara öppen med barnet. Barnet lämnas annars åt sina fantasier, vilket ofta leder till större oro. Fråga gärna föräldrarna hur mycket barnet vet.

Påverkar sjukdomen eller dödsfallet barnets situation i skolan?

Ja. Många barn är borta från skolan därför att de vill vara med föräldern hemma eller på sjukhuset. Barnet kan ha svårt att koncentrera sig, vara lättirriterad, arg och ibland sitta i tankar. Det är inte heller ovanligt att barnet blir trött, får huvudvärk eller ont i magen. Uppmuntra barnet att vara med i skolarbetet så mycket som möjligt. Den sociala kontakten med kamrater kan hjälpa och stötta dem.

Vad ska vi säga till kamraterna?

Tänk på att det är barnet och föräldrarna som bestämmer om och vad ni ska berätta i barngruppen eller klassen när det gäller en förälders eller syskons sjukdom eller dödsfall. De kanske vill göra det själva. Du ska bara berätta precis som du vet. Då undviker du att sprida rädsla, rykten och gissningar.

Vad kan förskola och skola göra för att underlätta?

Ett förslag är att anordna en träff mellan förälder/föräldrar, lärare, elevhälsa, fritidspersonal, samt eventuellt ytterligare berörda personer inom förskolan eller skolan. Träffen är ett bra tillfälle att klargöra vad som ska sägas och till vem eller vilka. en regelbunden kontakt mellan förskola/skolan och hemmet underlättar för alla parter. Det gäller naturligtvis även om barnet inte bor tillsammans med den sjuke föräldern eller syskonet. Ibland kan avståndet förstärka oron.

Våga fråga! Ta kontakt!

Det kan vara svårt för föräldrar att ta initiativ i en sjukdomssituation eller vid dödsfall, så de blir säkert tacksamma om du hör av dig.

