



” Jag som är sjuk förälder ska inte prata om döden med mina barn”

Så här är det:

När föräldrar inte mår bra påverkar det barnen. Föräldrar förmedlar (medvetet eller omedvetet) vilka problem eller svårigheter som man får prata med andra om. Om barnet inte upplever att de får prata med sin förälder när den drabbats av sjukdom, försätts barnet i en svår situation och blir hänvisade till att hålla viktiga händelser i livet och vardagen för sig själva. De hamnar i lojalitetskonflikt.

Barn som närstående är särskilt sårbara eftersom de är beroende av föräldern. För föräldrar kan det vara svårt att tala om problemen och barn kan ha svårt att ta emot information. Det barn inte vet eller förstår har de en tendens att fylla med egna föreställningar och fantasier. Det är inte ovanligt att barn tar på sig ett orimligt stort ansvar och skuldbelägger sig själva. Detta påverkar barnets liv både hemma och i skolan.

Forskning visar att barn mår bäst av att få vara inkluderade, både genom att de får information och genom att få vara delaktiga. Barn kan också behöva hjälp att förbereda sig för ett avsked. Även om det alltid är en stor påfrestning för en familj när en förälder är svårt sjuk, är det viktigt att påpeka att det inte alltid behöver innebära att det får allvarliga konsekvenser för barnets framtid. När barn får hjälp och stöd som gör att de klarar att hantera svårigheterna på ett bra sätt kan det i stället innebära en styrka och ge barnet tilltro till sin egen förmåga. Om man som förälder tycker att det är alltför svårt att själv prata med sina barn kan man få stöd ifrån en kurator för att förbereda sig eller för att få stöd i själva samtalet.