

Våga fråga! Ta kontakt!

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



Om du vill veta mer

Mer information, filmer, råd och tips hittar du på landstingens och regionernas gemensamma webbplats 1177.se.



Materialet har utarbetats av kuratorer och arbetsgrupper i Region Östergötland.



Region Östergötland, kommunikationsetheten 2015

Barn med sjuka föräldrar

Råd till förskola och skola



Viktigt att tänka på när en förälder blir sjuk

För barn som har en sjuk förälder 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 det går i kamratgruppen.

Hur mycket vet barnet om förälderns sjukdom?

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



Vad kan skola och barnomsorg göra för att underlätta?

Skolan och barnomsorgen kan underlätta situationen genom att till exempel anordna en träff mellan förälder/föräldrar, lärare, skolkurator, fritidspersonal, samt eventuellt ytterligare berörda personer. Träffen är ett bra tillfälle att klargöra vad som ska sägas och till vem eller vilka.

Om barnet inte bor med sin sjuka mamma eller pappa kan det försvåra situationen eftersom avståndet ibland förstärker oron. En regelbunden kontakt mellan skolan/barnomsorgen och hemmet underlättar för alla parter.



Så kan förälderns sjukdom påverka barnets prestation i skolan

Många barn får frånvaro från skolan därför att de hellre vill vara med föräldern hemma eller på sjukhuset. Barnet i skolan 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 sjukdom. De kanske vill göra det själva. Du ska bara berätta precis det du vet. Då undviker du att sprida rädsla, rykten och gissningar.

