



Sjukdom i familien

Mål for økta: Barna får lære korleis det kan vere å vere pårørande ved sjukdom i nær familie. Det er vanleg at det fører med seg mange ulike, samtidige følelsar. Barna skal få forstå at dei ikkje har ansvar for den vaksne sin sjukdom eller at dem vaksne skal bli frisk.

Sjå på bildet og snakk saman om det de ser:

- Kva ser vi på dette bildet? Kvifor må barna vere stille og ikkje forstyrre den som søv? Kvifor er barna lei seg?

Fortel barna korleis det kan vere når nokon i familien er lenge eller alvorleg sjuke:

Her ser vi ein pappa som seier til barna sine at dei ikkje kan forstyrre mamma no. Mamma ligg på det mørke rommet i senga si og prøver å sove. Mammaen er sjuk. Ikkje berre sånn vanlig sjuk som alle blir av og til, men sånn sjuk at ho kanskje må vere mykje på sjukehuset, eller ta mange medisinar, og kanskje ikkje kan jobbe eller gjere andre vanlege ting over veldig lang tid. Det er ikkje så vanleg, men det kan skje.

Når ein mamma eller pappa eller søsken blir lenge eller veldig sjuke, blir det ofte litt annleis heime i familien. Den som er sjuk orkar kanskje ikkje lenger det same som før, og forandrar seg litt. Både den som er sjuk, og dei andre i familien kan få mange forskjellige sterke følelsar, og mange følelsar på same tid. Både redd, lei seg, sint, og at det er urettferdig! Og ofte er det jo mykje å vere glad for også.

Noko som er litt rart er at mange barn trur at det er dei som har gjort noko feil sidan mamma eller pappa er sjuk. Eller at barnet kan gjere noko sjølv for at mamma eller pappa skal blir frisk igjen. Det er heilt vanleg å tenke sånn, og da kan barnet også kjenne på vonde følelsar som skyld eller skam. Men veit de kva? Det er faktisk ALDRI barn sin feil at nokon blir sjuke, og det er aldri barnet sitt ansvar å få dei friske igjen. Og faktisk så er det også sånn at det er kjempeviktig for barn å leike og le og ha det gøy heime og i barnehagen – sjølv om nokon dei er glade i er veldig sjuke, eller har vore sjuk lenge! Barn kan kjenne dei vonde følelsane av og til, og så ha det gøy igjen rett etterpå. Og akkurat sånn er det meininga at det skal vere.

Viss barn er bekymra for noko som er vondt eller vanskeleg heime har dei dessutan alltid lov å fortelje det til andre vaksne dei stolar på. Til oss vaksne i barnehagen for eksempel. For kanskje kan vi finne noko eller nokon som kan hjelpe!

Dersom nokre av barna uttrykker bekymring/har spørsmål om foreldre som dør, eller økonomiske bekymringar:

Det som er bra er at alle som bur i Noreg får gratis hjelp på sjukehuset, og pengar til å leve av også når vi ikkje kan jobbe medan vi er sjuke. Så barn treng ikkje bekymre seg for sånne ting. Men det er heilt vanleg å bekymre seg for dei som er sjuke. Og nokre er også redde for kva som kan skje med dei sjølv dersom dei vaksne blir enda meir sjuke. Mange barn tenker også mykje på kva som kan skje dersom foreldra sine dør. Det er ein veldig skummel tanke. Heldigvis er det uvanleg at det skjer, så det treng barn ikkje å bekymre seg for. Dei gangane det skjer så får barna og familien hjelp til å ha det bra vidare.