



FAMILJEN I CENTRUM – VERKSAMHETSREKOMMENDATION 1/2025

DISKUTERA SJUKDOM ELLER FUNKTIONSNEDSÄTTNING I FAMILJEN

Uppskattningsvis 25 procent av barnen upplever under sin barndom att en förälder drabbas av en allvarlig sjukdom och 10 procent av barnen insjuknar i en långvarig somatisk sjukdom. Därför kan man anta att nästan varje yrkesverksam person inom social- och hälsovården samt vid läroanstalterna kommer i kontakt med barn vars förälder eller syskon är svårt sjuka.

Verksamhetsrekommendationen handlar om hur man kan tala om en sjukdom med ett barn och dess föräldrar när en familjemedlem är sjuk. Den riktar sig till yrkesverksamma inom social- och hälsovården och skolorna, men den kan också utnyttjas till exempel inom småbarnspedagogiken och hobbyverksamheten för barn. Verksamhetsrekommendationen ger yrkesverksamma information och verktyg för att ta upp en familjemedlems sjukdom eller funktionsnedsättning till diskussion samt för att erbjuda stöd till barn och familjer. Det är viktigt att beakta hela familjens behov av stöd samt barnets individuella behov av information och stöd.

I verksamhetsrekommendationen behandlas i synnerhet en förälders sjukdom, men innehållet kan tillämpas också på situationer där den sjuka familjemedlemmen är ett syskon eller en annan närstående. I texten talas det systematiskt om en familjemedlems sjukdom. I denna rekommendation omfattar begreppet sjukdom inte bara somatisk och psykisk sjukdom utan även en funktionsnedsättning eller ett beroende.

INNEHÅLLET I VERKSAMHETSREKOMMENDATIONEN

1. Varför ta upp frågan till diskussion?
2. Hur tar man upp frågan med ett barn?
3. Hur tar man upp frågan med en förälder?
4. Hänvisning till stöd



1.

VARFÖR TA UPP FRÅGAN TILL DISKUSSION?

En familjemedlems sjukdom kan i hög grad påverka barnets möjligheter att få sina rättigheter tillgodosedda. Barnets rätt till lek, fritid och en trygg uppväxtmiljö kan äventyras om barnet och familjen inte får tillräckligt stöd. När en familjemedlem är sjuk brukar en stor del av barnen inte bara oro sig, utan också ta för stort ansvar för sig själva, sina familjemedlemmar, sitt hem eller atmosfären i hemmet i förhållande till sin ålder. Av dem som svarade på enkäten om skolhälsa 2019 uppgav 6 procent att de dagligen eller nästan dagligen vårdar eller hjälper en familjemedlem eller någon annan närstående som har en allvarlig sjukdom eller skada.

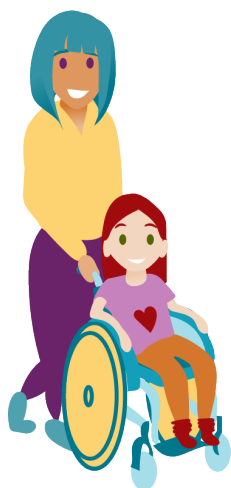
En förälders sjukdom har visat sig ha samband med barns svagare skolframgång och psykiska ohälsa. Detta beror sannolikt på att barnets behov av stöd ofta inte uppmärksammas av yrkesverksamma, och att stödet till familjen och föräldraskapet i dessa belastande situationer är otillräckligt.

DISKUSSION STÖDER HELA FAMILJENS VÄLBEFINNANDE

I en livssituation som är belastad av en allvarlig eller långvarig sjukdom, en funktionsnedsättning eller ett beroende kan en vuxen i familjen behöva stöd för sitt föräldraskap och för att sköta familjens vardag. Att ta upp familjens situation till diskussion med barnet och dess föräldrar kan ha en betydande inverkan på hela familjens välbefinnande.

Att bli hörd ger styrka och minskar stress, oro och ängslan. När saken tas upp till diskussion identifieras barnets och familjens situation och familjemedlemmarna har möjlighet att få den information och det stöd de behöver. Rehabiliteringen av en sjuk förälder påskyndas bevisligen av att hela familjen beaktas i vården.

Vem som helst kan ta upp barnets situation när en familjemedlem är sjuk. Föräldern eller barnet berättar oftast lättast för en yrkesverksam som de känner och har förtroende för. För en sjuk förälder kan detta till exempel vara en anställd som ansvarar för behandlingen av sjukdomen. För ett skolbarn har skolans personal en viktig roll som trygga och pålitliga vuxna.



Det är viktigt att yrkesverksamma tar upp situationen aktivt, oberoende av sin yrkesroll, eftersom det kan vara svårt att bedöma när tidpunkten är den rätta. Att återkommande lyfta frågan kan bidra till att bryta skam och stigmatisering kring ämnet och samtidigt underlätta för familjen att söka hjälp. Den sjuka familjemedlemmens vårdkontakt bör alltid fråga hur resten av familjen mår.

Barnen betonar själva att vuxna upprepade gånger bör fråga om smärtsamma och skrämmande saker, eftersom tillit och beredskap att tala om saken kan utvecklas långsamt.

2.

HUR DISKUTERA EN FRÅGA MED EN FÖRÄLDER?

- Fråga en förälder öppet hur hen upplever familjens och barnets situation samt sina egna resurser. Ge hen en chans att ge sin egen syn på situationen.
- Försök ge föräldern upplevelsen av att hen blir hörd. Sök tillsammans efter resurser och optimism i anslutning till situationen.
- Du kan berätta för föräldern att det är viktigt och därför vanligt att hela familjen får stöd i motsvarande situationer för att förebygga problem.
- Kartlägg klientens situation och stödbehov genom öppna frågor. Ta reda på hurdant stödbehov som är aktuellt för familjen; har familjen eller familjemedlemmarna behov av t.ex. diskussionshjälp och diskussionsstöd eller behöver de också konkret hjälp i vardagen?

DU KAN TILL EXEMPEL STÄLLA FÖLJANDE FRÅGOR

- Har du några barn?
- Hur mår ni?
- Har du märkt någon förändring i barnets välbefinnande eller beteende?
- Hur talar man om en sjukdom för barnet hemma?
- Vilka är dina egna resurser för närvarande?
- Hur fungerar familjens vardag för närvarande?
- Hur har ni ordnat skötseln av barnet?
- Kan ni sköta hushållsarbetet?
- Får ni hjälp i vardagen? Varifrån?
- Är man medveten om din familjs situation på ditt barns daghem eller skola?
- Vet du var du får stöd för din familj och ditt barn vid behov?
- Vet du var du själv får stöd?



TIPS FÖR DISKUSSION MED EN FÖRÄLDER

Då barnets situation diskuteras kan man tillsammans gå igenom behovet av stöd och söka den service som uppfyller behovet. När en sjukdom drar ut på tiden eller symtomen förändras är det skäl att regelbundet ta upp barnets situation till diskussion. Även om din kunskap om en familjemedlems sjukdom eller familjens situation är begränsad, kan du erbjuda information om hur barnets välbefinnande kan stödjas.

- Det är viktigt att barnet utgående från sin åldersnivå får ärlig information om en sjukdom eller en funktionsnedsättning, så att barnets livliga fantasi inte skapar en bild som är allvarigare än verkligheten. Å andra sidan ska också barn informeras om allvarliga situationer så att de inte leder till överraskningar, utan barnet ska få tid att anpassa sig till exempel till en sjukdom som leder till döden.
- Det är viktigt att barnet har möjlighet att diskutera sin situation också med en pålitlig vuxen utanför familjen. Ofta vill barn skydda sin familj från sina egna bekymmer.
- Det är bra att barnet vet att en familjemedlems sjukdom inte är en hemlighet eller barnets fel.
- Det är viktigt att barnet har möjlighet att tillbringa tillräckligt med fritid med sina hobbyer och vänner.

Om det känns svårt att inleda ett samtal med en förälder, kan du låta föräldern förbereda sig för en situation där ni tar upp saken till diskussion genom att i förväg ge föräldern frågor som du vill diskutera med hen.

Du kan själv förbereda dig på diskussionen genom att fundera över följande frågor:

- Vad kan hända om du inte tar upp frågan till diskussion?
- Hur tar du upp frågan?
- Hur uttrycker du ditt ärende utan att föräldern tolkar det som klander?
- Vilka resurser har familjen?

Det finns också färdiga verktyg för att diskutera om en familjs situation, såsom [Mieli ry:s Lapset puheeksi® -metod \(mieli.fi\)](https://mieli.fi/). Obs! Användningen av metoden kräver en metodutbildning.



3.

HUR DISKUTERAR MAN MED ETT BARN?

- Att visa intresse för ett barns angelägenheter visar att du bryr dig. Försök att skapa en naturlig och avslappnad stund för ett samtal där barnet kan känna sig bekvämt, till exempel under ett spel eller en lek.
- Undvik att ge ett intryck av brådska och intressera dig för allt som barnet berättar.
- Man kan fråga barnet direkt om hemförhållandena: barnet lever mitt i händelserna och är inte rädd för att prata om saker och ting som de är.
- För barnet kan den egna situationen kännas normal om hen inte har fått en uppfattning om hur en annan vardag kan se ut. Därför är det värdefullt att be barnet beskriva sin vardag utifrån sina egna erfarenheter och perspektiv.

DU KAN TILL EXEMPEL STÄLLA FÖLJANDE FRÅGOR

- Hur ser du på situationen hemma hos dig?
- Är någon av dina familjemedlemmar sjuk? Har någon i din familj en funktionsnedsättning?
- Har någon i din familj problem eller mår dåligt?
- Vad anser du om det?
- Oroar det dig?
- Vad gör du i din familj för att hjälpa dina familjemedlemmar?
- Har du vänner? Umgås du med dem efter skolan eller under veckoslut?
- Har du hobbyer? Hur ofta utövar du dina hobbyer?
- Får du hjälp när du behöver hjälp (till exempel med läxor)?
- Har du människor som du kan prata med om det som oroar dig och om dina bekymmer?
- Vad gläder dig?
- Vilka drömmar har du?



För ett barn är det viktigt att en pålitlig vuxen lyssnar, står vid barnets sida och skapar hopp i en svår livssituation. Man kan bli tvungen att upprepade gånger ställa frågor, innan ett förtroende byggs upp. Det är viktigt att barnet får möjlighet att berätta om en familjemedlems sjukdom och om sina känslor kring den för en vuxen utanför familjen. Förutom att lyssna kan ni tillsammans med barnet söka information om sjukdomen. Ni kan också fråga er om en organisation skulle kunna erbjuda lämpligt stöd eller lämplig verksamhet, till exempel i form av kamratstöd.

4.

HÄNVISNING TILL STÖD

Om en familjemedlem är sjuk kan hela familjens resurser vara begränsade. Fundera tillsammans över lösningar på situationen och det nuvarande behovet av stöd. Ur familjens synvinkel vore det bäst om de som erbjuder stöd träffades tillsammans med familjen för att diskutera frågor och komma överens om ansvarsfördelningen i fråga om tillhandahållandet av stöd. Kontakta olika instanser och boka ett möte.

Social- och hälsovårdsorganisationerna producerar mångsidigt tjänster med låg tröskel som beaktar hela familjen, stöd för föräldraskap och material, stöd och verksamhet som är särskilt riktade till ett barn. Verksamheten Familjen i centrum vid Centralförbundet för Barnskydd har tillsammans med organisationsnätverket samlat [dessa tjänster tematiskt \(Iskl. fi\).](#)

Om familjen behöver tydligt stöd för att hantera vardagen eller för att interagera, är välfärdsområdets socialservice rätt plats att söka hjälp på. Ni kan föreslå att ni tillsammans med familjen kontaktar socialvården för att bedöma behovet av eventuella stödåtgärder. Även i denna situation lönar det sig att sträva efter öppenhet, respekt och samförstånd. Om du är orolig för barnets uppväxt- och utvecklingsförhållanden, är yrkesutbildade personer inom skolor, småbarnspedagogik och social- och hälsovård alltid skyldiga att göra en barnskyddsanmälan. Anmälan kan också göras av vem som helst som känner oro över barnets välbefinnande.



KÄLLOR

Nenonen, T., Heino, M., Hedman, L., Klemetti, R. (2020). [Lapset ja nuoret perheenjäsenten hoivaajina. Kouluterveyskyselyn 2019 tuloksia. Institutet för hälsa och välfärd. \(julkari.fi\)](#)

Arnkil, T-E., Heino, T., Smedberg, J. (2024). [Vakavasti sairastuneen psykososiaalinen tuki. Katsaus tutkimukseen ja interventioihin \(Itla.fi\).](#)

Sihto, T., Hekkila, K. (2021). [Nuoret hoivaajat – näkymättömästä näkyväksi?. Yhteiskuntapolitiikka, 86. \(julkari.fi\).](#)

[Huoli puheeksi – Opas varhaisista dialogeista. Stakes. \(julkari.fi\)](#)

Institutet för hälsa och välfärd. (2023). [Dialogisuus ammattilaisen ja perheen välillä \(thl.fi\).](#)

Mannerheims barnskyddsförbund. (2021). [Lasten kohtaaminen palveluissa \(mll.fi\).](#)

Milo Rantala och Ilja Engström, socionomstuderande vid yrkeshögskolan Diakonia, har genomfört handboken på uppdrag för verksamheten Familjen i centrum vid Centralförbundet för Barnskydd och som examensarbete inom socionomundervisningen. Handboken har sammanställts utifrån material från organisationer inom social- och hälsovården samt inhemska forsknings- och utredningsdata. Handboken har utarbetats tillsammans med temagruppen Lapsen tukeminen perheenjäsenen sairastaessa i vilken ingår social- och hälsovårdsorganisationer.

Illustrationen har beställts av Outi Pajunen.

Syftet med verksamheten Familjen i centrum! vid Centralförbundet för Barnskydd är att göra organisationernas kompetens tillgänglig för familjecenter runt om i Finland.

Vi stärker samarbetet mellan organisationer som arbetar med barn och familjer och bygger upp samarbetet mellan olika aktörer för att familjerna smidigt och i rätt tid ska få den service och det stöd de behöver. Vi arbetar med stöd av Social- och hälsoorganisationernas understödscentral (STEA).

Läs mer <https://www.lskl.fi/sv/tukea-lapselle-perheenjasenen-sairastaessa/>

