

Nyttige lenker:

- siv.no (søk barn som pårørende)
- www.barnsbeste.no
Nasjonalt kompetansesenter for barn som pårørende
Interaktiv nettside for barn og ungdom
- www.helsenorge.no/parorende
Her finner du gode råd og nyttig informasjon til deg som er pårørende
- www.ungepaarorende.no
Informasjon til barn og unge pårørende
- vfb.no Organisasjonen voksne for barn
- kreftforeningen.no
Treffpunkt - møteplass for barn og unge pårørende
- www.psyktglad.no
- www.sorggrupper.no

Alle barn ved sykehuset har en Kompis.

For å skape gode relasjoner, gi mestringsfølelse, trygghet og best mulig samarbeid mellom barn og voksne.



Sykehuset i Vestfold HF
Halfdan Wilhelmsens allé 17
3116 Tønsberg

Postboks 2168
3103 Tønsberg

Sentralbord
E-post:
Du finner mer informasjon på:



33 34 20 00
post@siv.no
www.siv.no

©SIV grafisk AT Juni 2025
Illustrasjonsfoto: Shutterstock

Barn som pårørende



Barn og unge (0-18 år) er pårørende når foreldre eller søsken opplever helseproblemer eller dør. Foreldre og søsken tolkes vidt og inkluderer for eksempel bonusforeldre, fosterforeldre, adoptivforeldre og tilsvarende søsken.

Helseproblemer kan være psykisk sykdom, avhengighet, eller alvorlig somatisk sykdom eller skade. Det kan også være funksjonsnedsettelse. Barn og unge er også pårørende når nære personer dør.

Barn og unge

Når noen i nær familie blir alvorlig syke eller dør, endres hverdagen og hele familien påvirkes. I sykdomsperioder kan det være vanskelig å strekke til, selv om vi vil.

Det trygge og forutsigbare kan nå oppleves utrygt og skremmende for barna. De er sensitive og kan se endringer på ansiktsuttrykk, tonefall, endret stemmeleie og adferd. Når barn ikke forstår disse endringene, lager de seg ofte fantasier som kan verre enn virkeligheten.

Mange vil skjerme barna for det som er vondt for å beskytte dem. Det kan oppleves som vanskelig å snakke med dem om det som skjer. Barn vil ikke påføre voksne ytterligere belastninger, og kan la være å spørre hvis de tror at voksne ikke vil snakke om det.

Det er viktig å involvere barna så tidlig som mulig. Åpenhet og ærlighet betyr ikke at man må si alt, men at det man sier skal være sant. Informasjon til nettverk som barnet er tilknyttet er også viktig, for at de kan forstå barnet og ivareta det.

Det trenger ikke alltid å være foreldrene, det kan være en voksen barnet har tillitt til, som bidrar til trygghet når mor eller far i en periode ikke klarer ansvaret alene.

Ved å be andre om hjelp når vi selv ikke makter, tar vi ansvar for barna våre.

Ulike måter å reagere på

Barn reagerer ulikt ut fra alder og modenhet. Barn kan føle skyld eller skam dersom de ikke forstår det som skjer. De kan kjenne på et større ansvar enn de skal, for å ivareta foreldre og søsken. Noen barn blir stille og snille hele tiden for å hjelpe til, andre blir sinte. Se Pårørendesenteret.no for mer om reaksjoner.

Hva kan sykehuset bidra med?

Sykehuset har plikt til å spørre etter barn som pårørende, deres behov for informasjon og oppfølging, og tilby hjelp til dette. Jfr. Helsepersonelloven §10 a-b.

Alle seksjoner ved sykehuset i Vestfold har egne barneansvarlige. Om du vil snakke med noen om hvordan situasjonen påvirker barnet, eller ønsker en samtale med barnet, kan du si ifra til din lege/sykepleier eller behandler, eller du kan be om å få snakke med barneansvarlig ved din seksjon. Du kan også henvende deg til foretakskoordinator på sykehuset. Det avtales på forhånd hvem som skal fortelle hva og på hvilken måte.

For å kunne ivareta deg og barna dine best mulig, har vi som rutine å samhandle med kommunen du bor i. Dette krever ditt samtykke som forelder/foresatt.

Andre som kan hjelpe

- Helsesykepleier
- Kontaktlærer/sosiallærer
- Barnehage
- Fastlege/hjemmesykepleien
- Kreftkoordinator
- Barnevernet