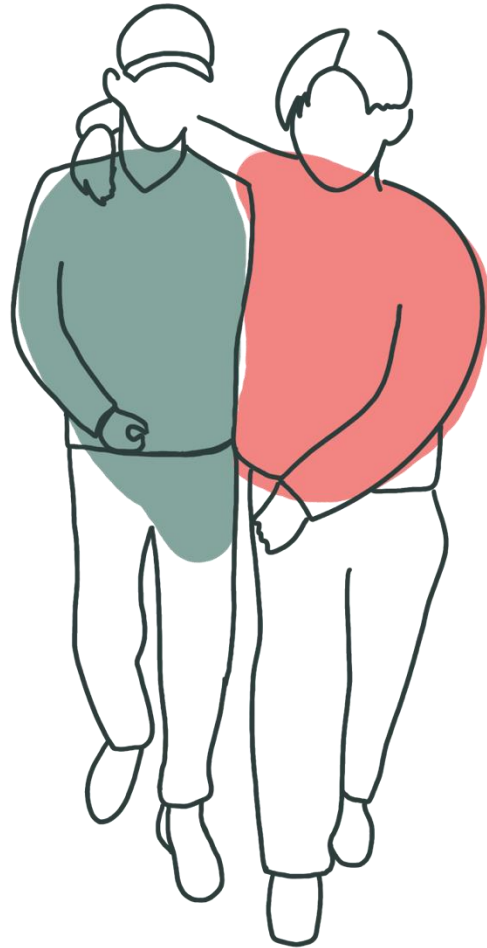




UPPSALA
UNIVERSITET

Barn i sorg efter förlust av förälder – kommunikation, rättigheter & stöd

Rakel Eklund, fil dr i palliativ vård, leg specialistsjuksköterska i psykiatrisk vård,
Institutionen för kvinnors och barns hälsa, Uppsala universitet



Vad är sorg?

- En naturlig reaktion när vi förlorar någon vi älskar
- Alla de tankar, känslor och handlingar som har att göra med den som ska dö eller har dött
- Hur vi sörjer beror på tidigare erfarenheter och omständigheter kring dödsfallet
- Sorg är inte en diagnos
- Sorg tar inte slut

”

Mitt hjärta var helt när han fanns men... det är halvt.
Halva delen av mitt hjärta försvann med pappa.

Pojke, 8 år





Barns erfarenheter av "the Family Talk Intervention"

att leva med en svårt sjuk förälder
som vårdas inom specialiserad
palliativ hemsjukvård

Rakel Eklund, 2024-11-25



UPPSALA
UNIVERSITET



Deltagande barnfamiljer

- 30 familjer som vårdades inom ASIH 2017-2018
- 48 barn från 30 familjer
- Indelat i två olika åldersspann:
 - 7 – 12 år (n=22, medelålder: 10)
 - 13 – 19 år (n= 26, medelålder 15)
- 5 av de 48 barnen hade inga syskon
- 23 av 30 sjuka föräldrar hade en cancerdiagnos

Barnens erfarenheter av **information** när en förälder ska dö

Tre fjärdedelar av tonåringarna hade inte fått information om vad de ska göra om en akut situation uppstod

Två tredjedelar ville veta mer om förälderns sjukdom

42 fick information från förälder, 2 fick information från syskon, 3 från läkare

En tredjedel av tonåringarna hade inte fått information om vem de kunde kontakta för eget stöd



Barnens erfarenheter av **kommunikation** när en förälder ska dö

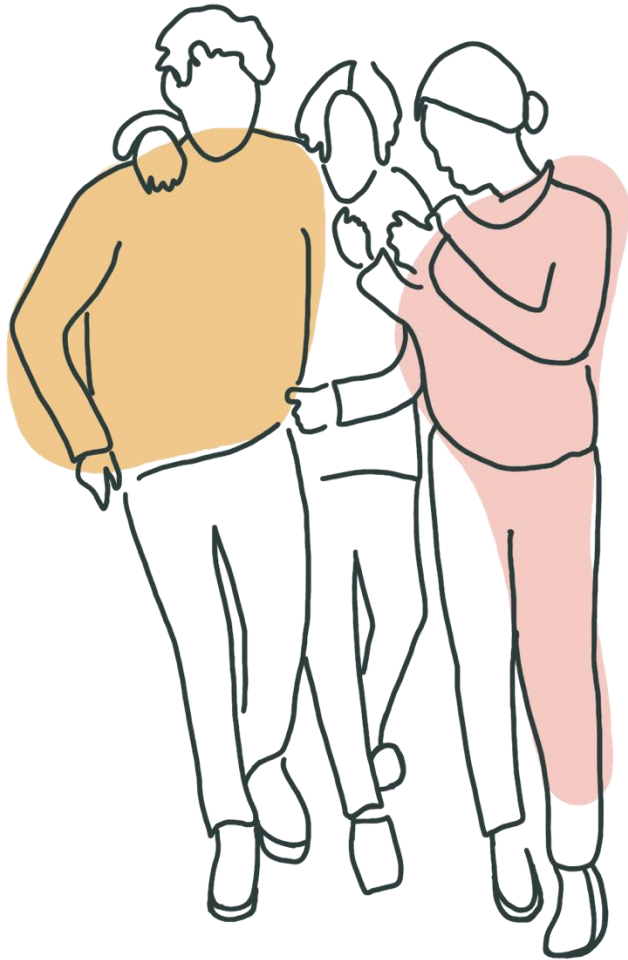
Nära hälften av de yngre barnen kunde inte visa sina känslor, eller bara lite, för någon i sin familj

Hälften av de yngre barnen ville prata mer/kunna visa sina känslor med/för någon i familjen

Nära hälften av de yngre barnen kunde inte prata, eller bara lite, om hur de mårde, med någon i sin familj

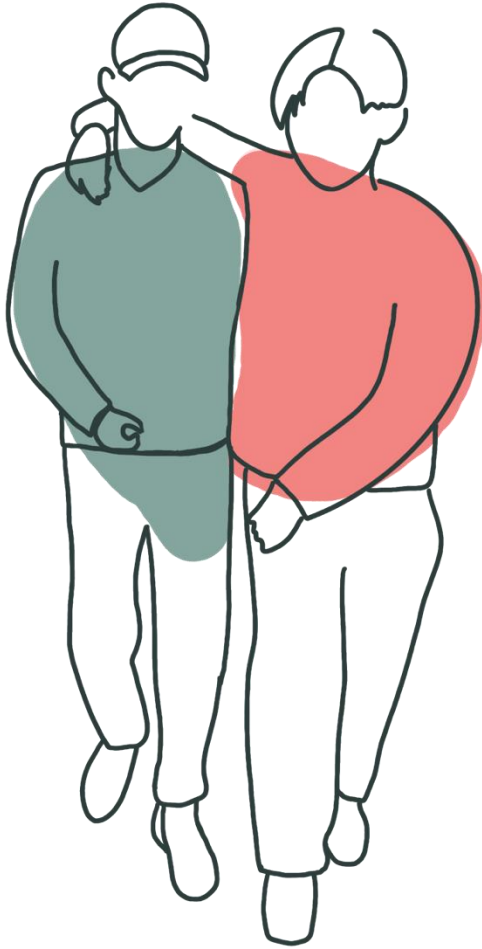
En fjärdedel av tonåringarna hade frågor de inte vågade fråga





Hur mår barn i sorg?

- Ledsen, nedstämdhet
- Dåligt samvete och skuld
- Ångest och oro
- Vrede och ilska
- Sömnsvårigheter
- Svårigheter med minne och koncentration
- Kroppsliga besvär



Risker på kort och lång sikt

- Depression
- Komplicerad sorg
- Ökad risk för posttraumatisk stress
- Självskadebeteenden
- Högriskbeteenden
- Självordsrisk
- Lämnar grundskolan utan gymnasiebehörighet
- Isolering från vänner och aktiviteter
- Risk att dö i förtid
- Psykisk ohälsa med upp i vuxendomen

Särskilda skyldigheter i fråga om barn

6 § När hälso- och sjukvård ges till barn ska barnets bästa särskilt beaktas.

7 § Ett barns behov av information, råd och stöd ska särskilt beaktas om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med

1. har en psykisk störning eller en psykisk funktionsnedsättning,
2. har en allvarlig fysisk sjukdom eller skada,
3. har ett missbruk av alkohol, annat beroendeframkallande medel eller spel om pengar, eller
4. utsätter eller har utsatt barnet eller en närstående till barnet för våld eller andra övergrepp.

Detsamma gäller om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med oväntat avlider. *Lag (2021:648).*

Vad har de för rättigheter?

Vad säger lagarna?

När en förälder är sjuk
Hälso- och sjukvårdslagen



Barn i sorg och barnkonventionen

Artikel 2

- Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.

Artikel 3

- Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

Artikel 6

- Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.

Artikel 12

- Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.

Artikel 17

- Barn har rätt att få tillgång till information. Staten ska uppmuntra att det skapas material som är av värde för barn och som inte är skadligt.

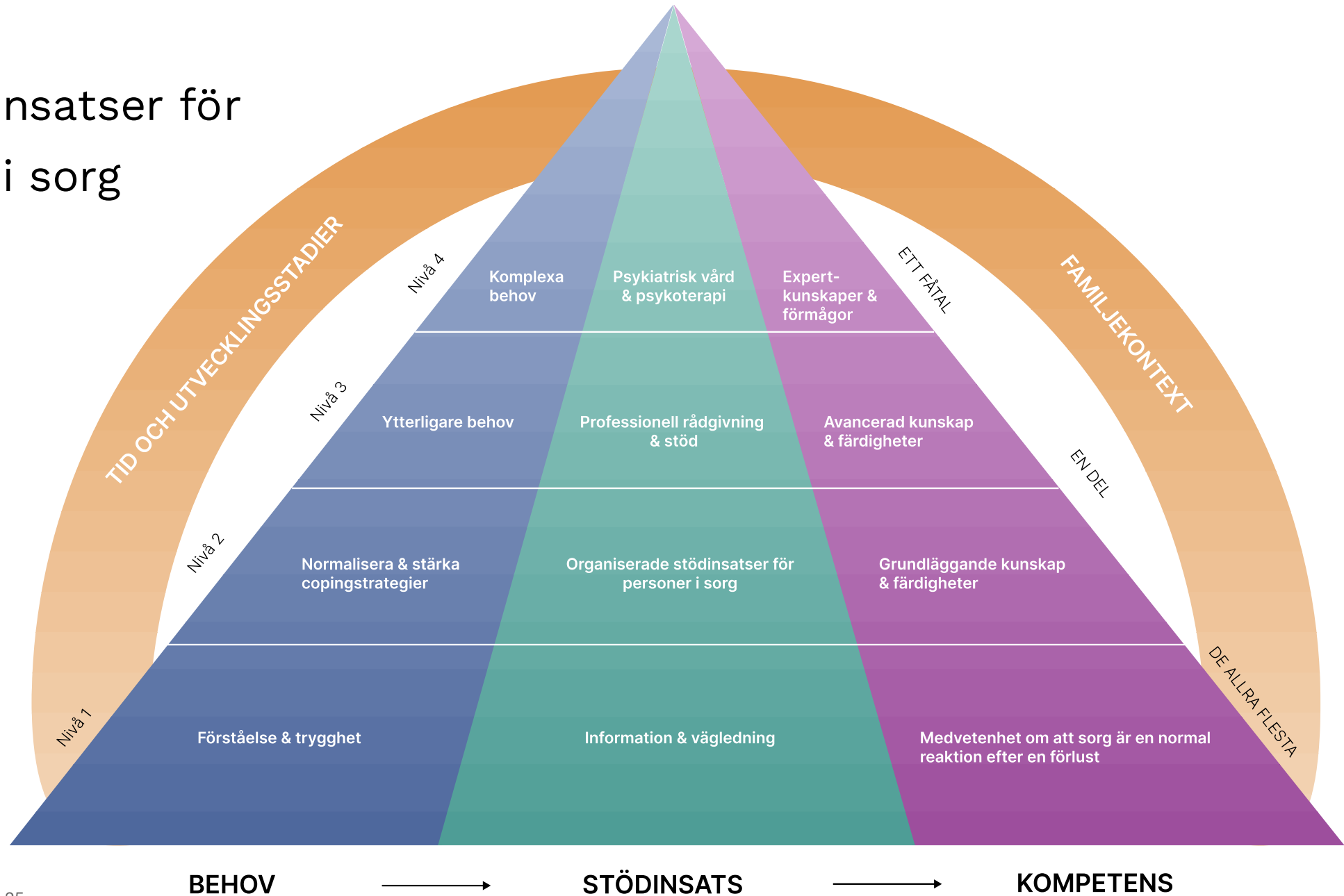
Artikel 18

- Barnets vårdnadshavare har gemensamt huvudansvar för barnets uppföstran och utveckling, med stöd från staten.

Artikel 24

- Barn har rätt till bästa möjliga hälsa, tillgång till hälso- och sjukvård samt rehabilitering.

Stödinsatser för barn i sorg



Rakel Eklund, 2024-11-25

Sorgstödspyramiden är översatt till svenska av Rakel Eklund och Josefin Sveen på Uppsala universitet, med godkännande från the Irish Childhood Bereavement Network, 2024.

Hur kan vi vuxna möta dessa barn?

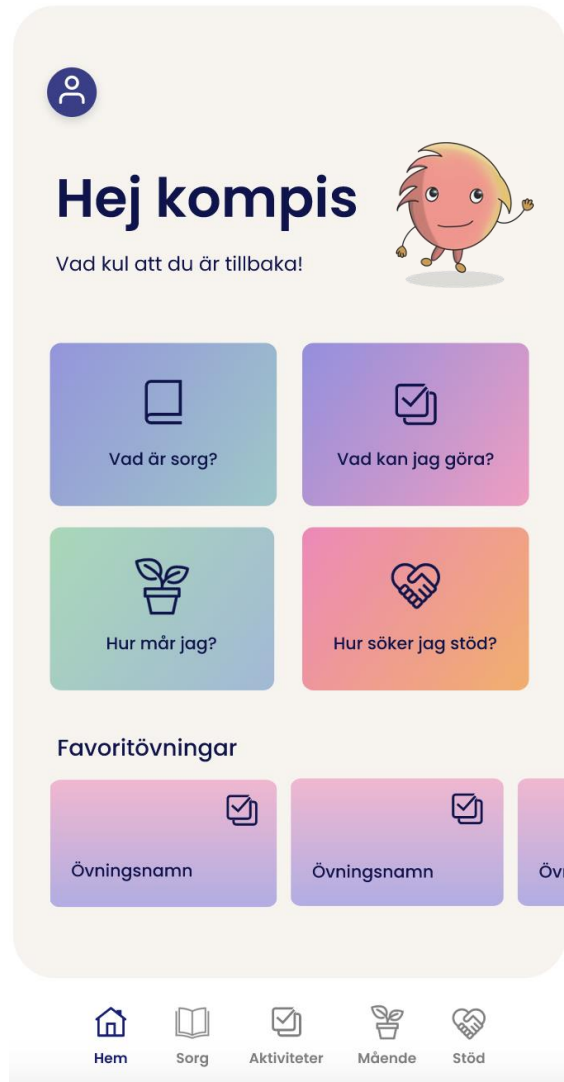
- Respektera hur barnet vill ha det
- Ha tid för barnet
- Öppen och direkt kommunikation

- Sorg tar tid
- Våga lyssna
- Våga fråga (igen och igen!)
- Våga att inte lösa alla problem
- Var inte rädd
- Krångla inte till det

L I V S V I K T I G T

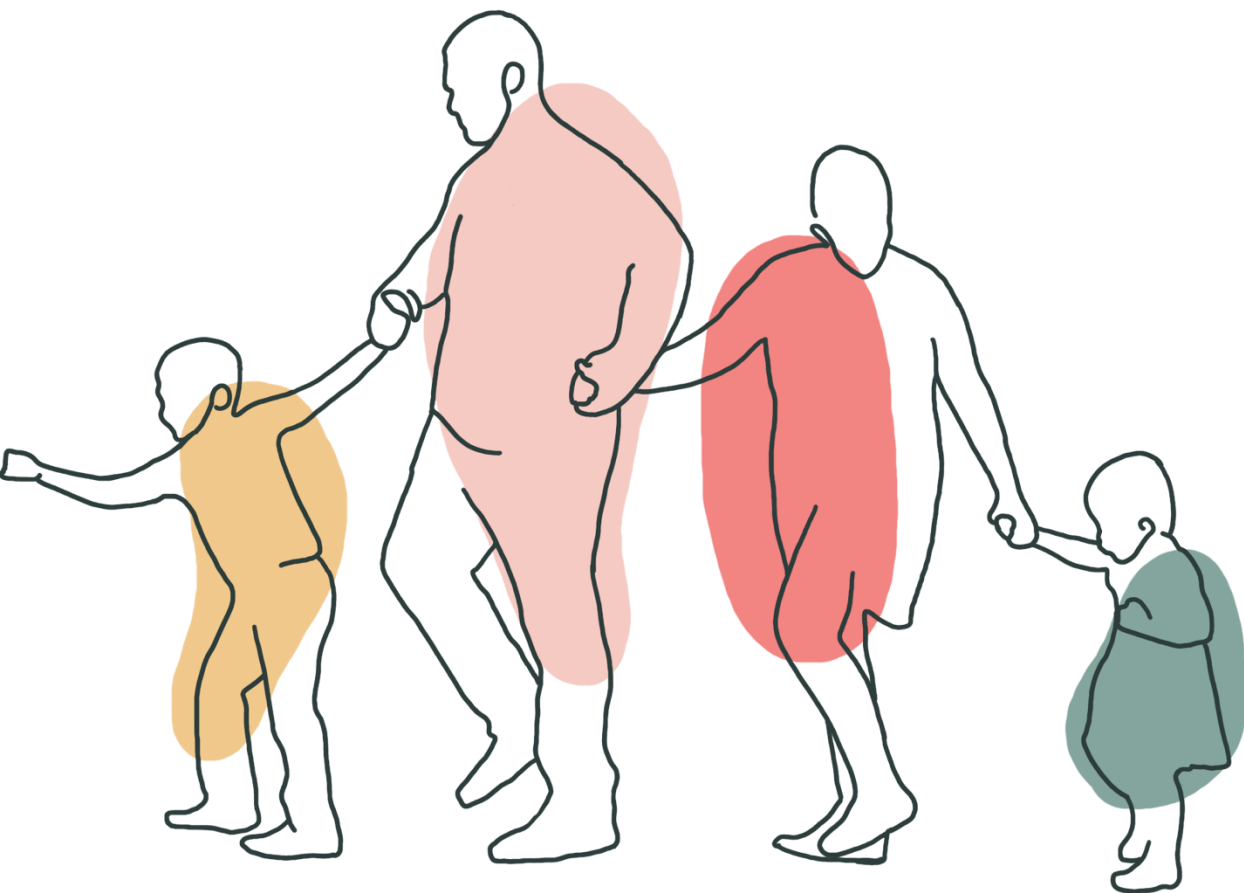
- L – Lyssna till barnets tankar och berättelse
- I – Inkludera barnet
- V – Var ärlig
- S – Skapa struktur
- V – Våga fråga
- I – Inge trygghet
- K – Kreativitet
- T – Ta hand om dig
- I – Inge hopp
- G – Ge barnet mandat att berätta sin historia
- T – Ta hjälp





Alba – ung i sorg

Ett forskningsprojekt om en självhjälpsapp för ungdomar som förlorat en familjemedlem



Skolans stöd till barn i sorg

En studie om grundskolans strategier utifrån barns, föräldrars och skolpersonals perspektiv

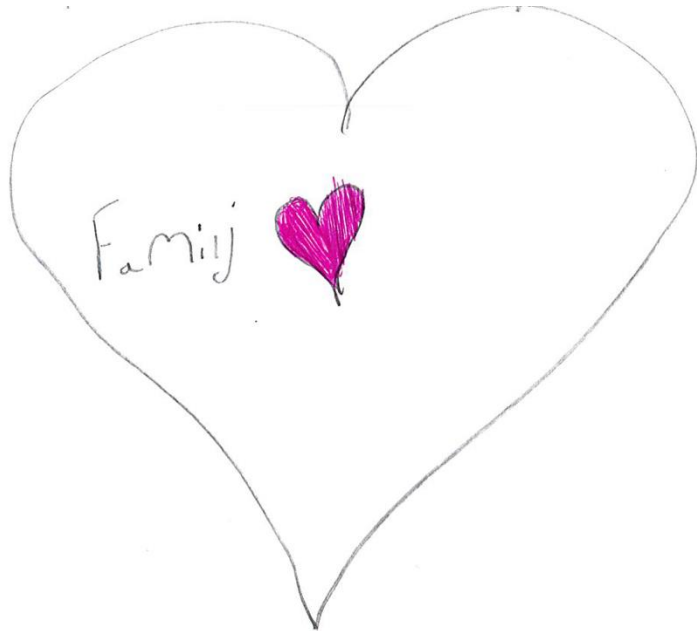


Sammanfattningsvis

- Sorg tar tid
- Var inte rädd
- Våga lyssna
- Våga att inte lösa alla problem
- Våga fråga (igen och igen!)
- Krångla inte till det !

Frågestund





Tack!

Kontakta mig efter föreläsningen?

rakel.eklund@uu.se

Instagram: [rakel.eklund](#)

LinkedIn & ResearchGate: [Rakel Eklund](#)