

Barn som pårørende finnes overalt

– Etter at jeg hørte om «barn som pårørende» for første gang så jeg at det er jo det de er, nesten alle sammen.



Utsagnet er fra en kvinne med ansvar i oppvekstsektoren. Hun siktet til de barna som hadde behov for ulike tjenester i kommunen.

Hun satte ord på noe jeg selv har tenkt mange ganger etter at jeg på begynnelsen av 2000-tallet ble kjent med barn-som-pårørendebegrepet. En av de oppdagelsene jeg gjorde var for eksempel at mange av de filmene og bøkene jeg har vist og lest for barna mine handler om barn med pårøndererfaring.

Astrid Lindgrens Pippi Langstrømpe har mistet moren sin, Dronning Fjellrose oppdager at faren er alvorlig syk i begynnelsen av filmen Julenatt i Blåfjell. Disneys Mulan går i krigen i stedet for sin krigsskadde far.

I musikkverdenen finnes de også. Svenske Laleh, som synger «Some die

young» mistet både sin bror og sin far i ung alder. Den amerikanske rapperen Eminem (Marshall Mathers) synger om en oppvekst med en mor som ruset seg i sangen «My mom».

Kjente personer i vårt eget land har også stått fram og delt sine historier. Stortingspolitikeren Olaug Vervik Bollestad har vært åpen om sin oppvekst med en mor med fødselsdepresjon. Aksel Lund Svindal har fortalt om at han mistet sin mor da han var barn. Else Kåss Furuseth har laget forestilling om sitt liv og moren hun mistet i selvmord.

“ Når jeg holder foredrag om barn som pårørende, opplever jeg stadig at mennesker kommer bort i pausen for å fortelle om egne erfaringer.

Blant mennesker som arbeider i helse- og omsorgsykker er det mange som ønsker å bruke egne pårørendeerfaringer til å hjelpe andre.

Mennesker med pårørendeerfaring fra barndommen finnes blant mine venner, kolleger og familie.

Mennesker som har erfaring som pårørende fra barndom og oppvekst er overalt.

Det går altså an å si at det er ganske vanlig å være barn som pårørende. Er man barn i en familie med sykdom, er det verken rart eller uvanlig. Men at noe er vanlig, betyr ikke at det ikke påvirker familien eller barna.

Gjennom de siste årene har vi fått stadig mer kunnskap om den potensielle belastningen barn og unge kan oppleve når det er sykdom eller rusrelaterte utfordringer i familien. Loven som ga helsepersonell plikt til å finne ut om voksne pasienter har omsorg for mindreårige barn kom i 2010. For ikke lenge siden ble loven utvidet til å gjelde mindreårige søsken og barn som etterlatte. Det betyr at vi har kommet et stykke på vei når det gjelder å ivareta barn som pårørende i helsevesenet.

Barna i familiene er i barnehage eller på skole, på fritidsaktiviteter og i nabolaget. På de arenaene er det ingen som foreløpig har noen plikt til å

ivareta barna spesielt fordi de er pårørende. Men det er jo der barna og ungdommene lever mesteparten av livene sine når de ikke er hjemme.

Barn som sliter med konsentrasjon kan selvfølgelig ha ADHD, men det kan også godt hende at de har en syk forelder hjemme. Hvor lett er det å følge med i timen eller sitte stille og lese engelske gloser hvis man lurert på om mamma har druknet i sitt eget oppkast mens man er på skolen?

En ungdom med høyt skolefravær kan være borte av mange grunner. En av dem kan være at hun synes det er vanskelig å forlate en forelder med tidlig innsettende kognitiv svikt av redsel for at kokeplata skal bli stående på eller at pappa skal gå seg bort på vei til butikken.

Få, hvis noen, kommer til å fortelle om situasjonen sin på eget initiativ. De er lojale mot sine foreldre og jobber hardt for å holde fasaden hel og gulvene rene.

“ Barn som er pårørende er ikke ofre. Noen kaller dem helter, men de opplever selv at de bare gjør det de må. Det som trengs. Det ingen andre gjør.

Noen passer småsøsken og lager middag, andre er støttekontakter og sykepleiere. Det er ikke galt i seg selv at barn hjelper til hjemme. Men for barn som er pårørende er det ofte ikke bare oppgavene de tar på seg, men selve ansvaret. I tillegg kan omfanget blir så stort at det går ut over tid til skolearbeid og venner.

Foreldre vil heldigvis som regel det beste for barna sine. Barn trenger ikke perfekte foreldre. Men barn trenger foreldre som i tillegg til vilje, har evne og kapasitet til å være trygge voksenpersoner. Alle barn trenger minst én slik i livene sine.

Når familien blir overbelastet på grunn av sykdom, trenger både voksne og barn at det finnes støtte som gjør at foreldrene kan fortsette å være foreldre og barna kan fortsette å være barn.

Barna trenger også at det finnes kunnskap hos alle voksne om at det finnes

barn som er pårørende – kunnskap som medfører forståelse. Barn i en vanskelig situasjon trenger å bli forstått og møtt av alle voksne de har i livet sitt.

De fleste barn med pårønderfaring klarer seg fint. Mange klarer seg bra, men har det litt mer strevsomt enn andre. Noen får belastninger som medfører fysiske og psykiske helseplager.

En eller flere trygge voksne er av de faktorene som bidrar til å gjøre en forskjell i livene til barn som er pårørende. Alle voksne kan gjøre en forskjell for minst ett barn.



Tekst:

Anne Kristine Bergem

Spesialist i psykiatri