

Hvorfor er bekreftelse viktig?

Bekreftelse omfatter å se, anerkjenne og forstå. Å bekrefte et barn som er pårørende, handler om å se og forstå barnet i sin pårørendesituasjon og anerkjenne at det som har skjedd og skjer i familien, påvirker barnet.

SE

Å se handler om å se barnet i barnet sin sammenheng. Barn som ikke kan bo sammen med foreldrene sine kan kjenne følelser som bekymring, tristhet, savn, lettelse, skam og skyld. Disse følelsene kan blande seg sammen og være der samtidig, og det kan være krevende for barnet å håndtere følelsene på egen hånd. At følelsene blir sett, forstått og møtt kan gjøre at barn erfarer at det de føler ikke er rart eller farlig, men naturlig og forståelig.

ANERKJENNE

Anerkjennelse handler om å erkjenne at barnet er påvirket av det å ikke kunne bo med foreldrene sine. Det som har skjedd og skjer med tanke på sykdom og konsekvenser av sykdom påvirker også barnet. Barnet trenger anerkjennelse for at foreldrene har betydning for barnet på godt og vondt, uavhengig av sykdom og samvær. Hvilken påvirkning situasjonen har og har hatt, vil variere fra barn til barn. Men å ha som utgangspunkt at barnet er berørt, uavhengig av hvordan, er en viktig anerkjennelse. Noen kan synes å ikke streve så mye, og finne seg fort til rette. Det betyr ikke at barnet ikke er berørt, men kan være uttrykk for at det har god øvelse i å tilpasse seg voksne sine behov og dempe sine egne. Slik tilpasning er ikke uvanlig for barn som er pårørende.

FORSTÅ

Barn som er pårørende, trenger at voksne omkring dem forstår hva det innebærer å være et pårørende barn. Når barn møter forståelse, kan vanskelige følelser bli lettere å leve med, selv om de er krevende og slitsomme. Av og til kan gode følelser skape dårlig samvittighet og følelser kan blande seg sammen. Å bli møtt med forståelse da, kan hjelpe barnet til å forstå seg selv og sine egne reaksjoner. Da blir det å savne mamma samtidig som man er glad i fostermamma ikke så farlig. Forståelse og anerkjennelse kan gi muligheter til å se situasjoner på andre måter.

Det er selvsagt forskjell på de minste og største barna i aldersgruppen seks til tolv år. Barn i denne aldersgruppen klarer gradvis å skille mellom virkelighet og fantasi jo eldre de blir. De ordlegger seg gjerne konkret om det de har opplevd, hva de tenker og hva de føler. Barnet forstår etter hvert sosiale sammenhenger som uavhengige av seg selv, og evner å skille mellom seg selv og det som skjer rundt dem. De kan også fortelle en historie i sammenheng, men de kan finne årsaksforklaringer og trekke slutninger som ikke alltid stemmer. Da kan de trenge at vi voksne bidrar til å skape sammenhenger og mening sammen med dem.

Selv om barnet kan fortelle om det som har skjedd på forståelige og sammenhengende måter, kan vi ikke ta for gitt at de forstår sine egne tanker og følelser. De kan trenge hjelp til å bli kjent med og finne ord for det de tenker og føler. Både erfaringer fra egen familie og modenhet påvirker barnets evne til å sette ord på det de opplever. Barn er ikke tilskuere til, men deltakere i, det som skjer i familien. Å bli sett, anerkjent og forstått med åpent blikk, støttende kroppsspråk og forklarende ord kan bidra til at barnet får hjelp til å forstå seg selv. Også større barn trenger hjelp fra støttende voksne som forstår at de blir påvirket av det som skjer omkring dem og er interesserte i å forstå og støtte.

Barn som opplever sorg, enten fordi noen har dødd eller for at de ikke kan få bo med familien sin, bærer tapsopplevelsen med seg i historien sin og trenger å bli forstått også i lys av denne erfaringen.

Å bli bekreftet kan bidra til å redusere ensomhet, usikkerhet og uro for barnet. Barnet får erfaring med å være betydningsfull og å bli tatt på alvor, noe som bidrar til å bygge barnets tro på egen verdi og tillit til andre.