nyreforeningen

Voksentips

Søskende til børn med nyresygdom

Når et barn rammes af en kronisk sygdom, som f.eks. nyresygdom, så kan det ikke undgås, at familien også rammes. Ofte er søskendebørn en overset gruppe – måske fordi de står i skyggen af det syge barn og kan have svært ved at retfærdiggøre deres behov for opmærksomhed.

Det kan være meget vanskeligt at se, når et søskendebarn har det svært, særligt hvis der ikke er tydelige tegn på forandringer. Tydelige forandringer kan f.eks. være utryghed/usikkerhed hos barnet, pludselig udadreagerende/indadreagerende adfærd, overdreven hensynsfuldhed osv.

Hos langt de fleste søskendebørn ser det ud som om, at det går rigtigt godt, men selv om der ikke er tydelige reaktioner, så er det vigtigt, at en voksen faciliterer og afsætter tid, så søskendebørn får mulighed for at dele deres tanker, hvilket gælder for alle aldersgrupper.

Generelt kan det være en god idé at lave noget sammen, mens man som nærværende voksen går på "opdagelse" i børnenes tanker om det at have en syg søskende. De fleste børn og teenagere kan opleve det som meget voldsomt, hvis de skal sidde ved et bord over for en forælder og fortælle, hvordan de har det. Husk, at det altid er de voksne, som har ansvaret for at facilitere samtalen ved at stille åbne og nysgerrige spørgsmål – uden at styre samtalen.

I nogle tilfælde er det nemmere for et søskendebarn at betro sig til en god ven af familien, en moster eller onkel eller en helt tredje, da de ofte har dårlig samvittighed eller kan være skamfulde omkring deres tanker over for forældrene.

Førskolealderen

Førskolebarnet tænker meget konkret, og deres tanker kan virke meget fragmenterede. I denne alder er det en god idé at lave ting sammen, når du vil tale med dit barn. Da det lille barn ikke har et fuldt udviklet sprog, så kan det at f.eks. tegne være en rigtig god idé – og at tale ud fra det.

Stil et konkret spørgsmål til barnet, og lad barnet tegne svaret. Husk ikke at blive forskrækket over, hvis barnet tegner noget voldsomt, men spørg nysgerrigt ind. Hvis barnet ikke har lyst til at svare eller tale, så respekter det, men vend tilbage en anden dag. Ved at vise interesse, viser du dit barn, at han eller hun ikke er alene med sine tanker og følelser. Hvis du f.eks. kan se, at dit barn bekymrer sig om den syge søskende, er det helt okay at hjælpe på vej og fortælle barnet, at du godt kan se, at han eller hun f.eks. er ked af det – og derefter komme med et forslag til, hvad følelsen kan skyldes.

Det lille barn er meget afhængigt af tryghed og nærhed fra forældrene, og derfor er det vigtigt, at søskendebørn prioriteres med overskud og nærvær.

Skolealder 6-12 år

Skolebarnet er stadig konkret tænkende, men begynder fra 10-årsalderen at have og forstå et mere abstrakt sprog. Det vil bl.a. sige, at nogle børn vil være i stand til at give lange og detaljerede beskrivelser af f.eks. deres følelser.

Når et barn i familien er syg, tager søskende let ansvaret på sig, og de kan stille store krav til sig selv. De kan f.eks. få dårlig samvittighed ved at komme hjem og være glade efter en sjov leg eller aktivitet, fordi de "burde" være kede af det. Fortæl barnet, at det er helt i orden, at de stadig har en hverdag, hvor de har det sjovt og er glade, og at glæden gerne må tages med hjem. Er du nysgerrig på barnets tanker, så grib det, de selv tager op som emne. Gør det stadig, mens I laver aktiviteter sammen, f.eks. bygger hule, bager kage, tegner osv.

Prioriter alenetid med søskendebarnet, også gerne weekendture, hvor der er tid til at være sammen og dermed også tid og plads til tankerne.

Teenagere

Teenagere er gode til at skjule deres følelser for deres forældre for ikke at gøre dem endnu mere kede af det eller være til besvær. Derfor kan du også let komme til at undervurdere, hvordan din teenager, som er pårørende til en syg søskende, har det.

I teenageårene er det helt normalt at løsrive sig, lukke ned, lave oprør mv. Men hos søskendebørn ser man ofte, at dette oprør udebliver. I stedet kan man af sin teenager blive mødt med en overdreven modenhed, fordi de netop synes, at I som forældre har nok at tage sig af med den syge søskende. Det er vigtigt, at du viser dit barn, at du er nysgerrig på, hvordan han eller hun tænker og har det. Vis din aktive interesse for din teenager, og vis ham eller hende, at du godt kan tåle, at han eller hun er vred og f.eks. smækker med døren – også selv om en søster eller bror er syg.

Selv om din teenager godt kan forstå, at han eller hun kan have brug for pauser, være glad og deltage i normale aktiviteter, kan han eller hun alligevel ofte få dårlig samvittighed over ikke at være ked af det hele tiden. Det er derfor vigtigt at fortælle din teenager, at det er i orden f.eks. at være sammen med vennerne – og at være glad, selv om en søskende er syg.

Af Dorte Lausen, socialpædagog, folkeskolelærer samt cand. pæd. i pædagogisk psykologi fra Aarhus Universitet

Yderligere information

Find også voksentips om nyrebørn på side 12 i bogen – og lyt til Nyreforeningens podcast om børn som pårørende på **nyre.dk/podcast**