

När någon i familjen har sjukdom eller funktionsnedsättning

Hela familjen påverkas när en förälder har svårigheter, till exempel en funktionsnedsättning eller sjukdom. Både forskning och vuxna barns berättelser visar att barn oroar sig för sina föräldrar. Samtidigt kan föräldern oroas för hur deras barn kan påverkas av funktionsnedsättningen eller sjukdomen.

Det som barnet inte kan förstå kan skapa fantasier och oro. Barnet kan tänka och känna att föräldrarnas sjukdom eller funktionsnedsättning beror på barnet.

Genom att samtala med ditt barn om din funktionsnedsättning eller sjukdom blir det lättare för barnet att förstå och hantera vad som händer. Utifrån det kan goda effekter på hälsan skapas, för både barnet och dig.

Kontakta din behandlare på vuxenhabiliteringen om du har frågor eller vill veta mer.

Informationsmaterial

Information som kan vara ett stöd i samtal mellan barn och förälder hittar du på följande webbsidor.

Region Uppsala län, infoteket (region uppsala.se) Böcker och filmer.

- Emmas pappa får mani.
- Hannahs mamma får en fobi.
- Jennys pappa har autism
- Jonas pappa har tvångssyndrom.
- Kalles mamma får en psykos.
- Lenas mamma får en depression.
- Linus mamma har intellektuell funktionsnedsättning
- Oskars pappa har en CP-skada.
- Wilmas mamma har adhd.

Nationellt kompetenscentrum anhöriga (anhoriga.se)

Barn och unga berättar, en filmserie om barn som är anhöriga.

Region Stockholm, Habilitering och hälsa (autismforum.se)

Kunskap och stöd i livet med autism

Mieli (mieli.fi)

Vad är det med våra föräldrar, en handbok för barn och ungdomar som har en mamma eller pappa som har psykiska problem.

Intresseorganisationer

- Autism och Aspergerförbundet (autism.se)
- Riksförbundet Attention (attention.se)
- Riksförbundet FUB (fub.se)
- Riksförbundet DHR (dhr.se)
- Neuroförbundet NHR (neuroforbundet.se)
- Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft (hjarnkraft.se)

Information, råd och stöd

Din hemkommun

Elevhälsan – skolkurator eller skolsköterska – kan ge hjälp. Socialtjänsten kan ge råd och stöd. Se din kommuns webbsida för kontaktinformation.

1177.se

www.1177.se

Råd om vård, information och hitta hjälp. Telefon: 1177, dygnet runt.

Ungdomsmottagningen på nätet

www.umo.se

Information, stöd och hjälp.

Barnens rätt i samhället

www.bris.se

Stöd via telefon, mejl och chatt.

Maskrosbarn.org

Stöd för barn till föräldrar med missbruk och psykisk sjukdom.

Kuling

www.kuling.nu

För dig som har förälder med psykisk sjukdom.