



# 10 ØNSKER

## FRA ET PÅRØRENDE BARN I MØDET MED SUNDHEDSPERSONALET

**Se på mig og lær mit navn.** Fortæl også gerne hvad du selv hedder. Så ved jeg, at du gerne vil lære mig at kende.

**Smil til mig.** Det er ikke sikkert, at jeg smiler tilbage, for måske er jeg både bange og ked af det. Men smil til mig alligevel. Når du smiler til mig, viser du at du anerkender mig, og jeg føler mig inkluderet.

**Spørg om jeg har brug for noget,** for eksempel om jeg er sulten eller tørstig. Så forstår jeg, at du vil mig det godt.

**Se mig i øjnene.** Når du ser mig i øjnene, når vi taler sammen, ved jeg, at du vil mig og godt kan rumme mig. Når du ser mig i øjnene, viser du mig også, at du kan tåle at se alt det, jeg måske skammer mig over. Når du holder mit blik fast, viser du mig, at du er en tryk voksen, som jeg kan stole på. Hvis jeg er meget lille, så sæt dig gerne på hug, når du snakker med mig. Så forstår jeg, at din store krop ikke er så farlig.

**Vis vilje til at se verden fra mit perspektiv.** Tro ikke, at du kender sandheden om mig og mit liv. Måske har du tidligere mødt børn, der minder om mig, eller måske har du selv haft en hård barndom. Men jeg er bare mig. Og du er dig. Så læg ikke ord i munden på mig.

**Stil mig helst åbne spørgsmål,** altså spørgsmål som du ikke kender svaret på på forhånd. Det er spørgsmål, der indledes med 'hvad' eller 'hvordan' f.eks. hvordan synes du, det er at være på besøg på hospitalet? Hvordan har du det med, at din far er på hospitalet? Hvordan har du det i dag? Hvordan har du det med, at du snart skal se din mor igen? Når du spørger mig om mit perspektiv, og om hvordan jeg har det, forstår jeg, at du bekymrer dig om andre, og at du vil det bedste for både mig og min familie.

**Læg mapper, telefoner og nøglerne fra dig, når du taler med mig.** Så bliver jeg modigere, fordi vi er ligeværdige. Gå væk fra skrivebordet og sæt dig hellere ved siden af mig. Så føler jeg ikke, at der er så stor afstand imellem os.

**Fortæl mig at det er ok at græde,** og at det er i orden at være både ked af det og bange. Så forstår jeg, at du anerkender mine følelser og min sorg.

**Giv mig lov til at være barn.** Fortæl mig også, at jeg gerne må lave sjov og grine, selvom vi er på et hospital. Så forstår jeg, at du anerkender, at jeg er et barn, og du giver mig lov til at være et barn.

**Vær dig selv, sådan som du er.** Det betyder også, at du måske bliver nødt til lægge noget af din professionalisme væk. Når du er dit autentiske jeg, giver du også mig lov til, at være den jeg er.



(Se mig!)



**BarnsBeste**  
nasjonalt kompetansenettverk for barn som pårørende

Dansk oversættelse: Kristine Halling Kehlet  
**REGION H** Videnscenter for  
Patientstøtte

Maja Michelsen, blogger i BarnsBeste - maj 2015

[www.barnsbesteblogg.com](http://www.barnsbesteblogg.com)  
[www.barnsbeste.no](http://www.barnsbeste.no)