

# pp Diplom til takk og avslutning

PÅRØRENDE  
PROGRAMMET

«Jeg blir trett av alle disse tankene og følelsene mine». «Markus» (11) strekker seg og gjesper: Siste time på Pårørendesenteret går mot slutten. Han oppsummerer at det fortsatt kan være vanskelig å forstå broren. Selv om broren ennå ikke har blitt frisk, har han selv fått det litt bedre.



Pårørendesenteret har tatt i bruk diplom som avslutning i samtaler med barn som pårørende under 13 år. Dette som et synlig bevis på det de har snakket om og den jobben barna har gjort. På diplomet står teksten:

## Diplomet sier

*«Pårørendesenteret Stavanger deler ut dette diplom til de som har vist vilje til å jobbe med vanskelige temaer, snakke om det som er viktig og til å prøve ut de rare forslagene til de voksne. Du som får dette diplom har blitt ekspert på å finne og å snakke om følelser. Lykke til på veien videre fra alle oss på Pårørendesenteret i Stavanger!»*

– Det viktigste med dette er at barna skal kjenne at det handler om dem. Noen barn som er pårørende forteller at de føler seg litt i bakgrunnen av det som skjer, påpeker Ingvil Aarrestad Godeset, psykiatrisk sykepleier og

fagkonsulent ved Pårørendesenteret. Hun vender tilbake til historien om «Markus»:

## **Markus sier**

– Markus har en storebror som er syk i tankene og følelsene sine. Samtalene ved Pårørendesenteret har handlet om hvordan han kan forstå og forholde seg til det når hverdagen blir vanskelig. Når jeg spør ham om det er noe han har oppdaget som han ikke visste før han kom hit, svarer han mens han fargelegger myke kurver på papiret foran seg:

«Det er fortsatt rart og vondt, men nå vet jeg at det er normalt at følelsene blir sterkere når jeg er redd, bekymret eller ikke forstår. Det viktigste jeg har oppdaget er at følelser forteller meg noe om hvordan jeg har det, og at de ikke er feil.»

Han tar en pause uten å løfte blikket fra fargene på papiret før han fortsetter:

## **Noe håndfast**

«Det er godt å snakke om det jeg ikke forstår, for jeg vil jo bare at storebror skal bli frisk. Selv om han fortsatt er syk, har jeg fått det litt bedre». Når jeg ønsker ham lykke til på fotballturneringen i helga, lyser han opp og smiler idet jeg gir ham diplommet: «Hvorfor får jeg det?»

«I løpet av timene her på Pårørendesenteret har du virkelig jobbet og blitt en ekspert på dine egne følelser. Takk for at jeg har fått blitt kjent med deg, og for alt du har fortalt og lurt på. Dette får du nå et diplom for» svarer jeg. Markus løper ut for å vise diplommet til mamma på venterommet.

– Det er godt å kunne gi barna noe håndfast etter at de har hatt samtaler hos oss på Pårørendesenteret. Diplommet kan være en påminnelse om den jobben de har gjort, og også ha virkning i hverdagen deres fremover avslutter Ingvil Aarrestad Godeset, som jevnlig snakker med barn som er pårørende.



Tekst:

**Bethi Dirdal Jåtun**

Journalist