



Tueksi keskusteluun lapsen tai nuoren kanssa

Kaikki vanhemmat haluavat suojata lapsia huolilta ja murheilta. Joskus keskustelu syövästä lasten kanssa voi tuntua vaikealta. Keskustelu vahvistaa perheeseen yhteenkuuluvuutta ja antaa voimavaroja hyvään arkeen sekä elämään syövästä huolimatta.

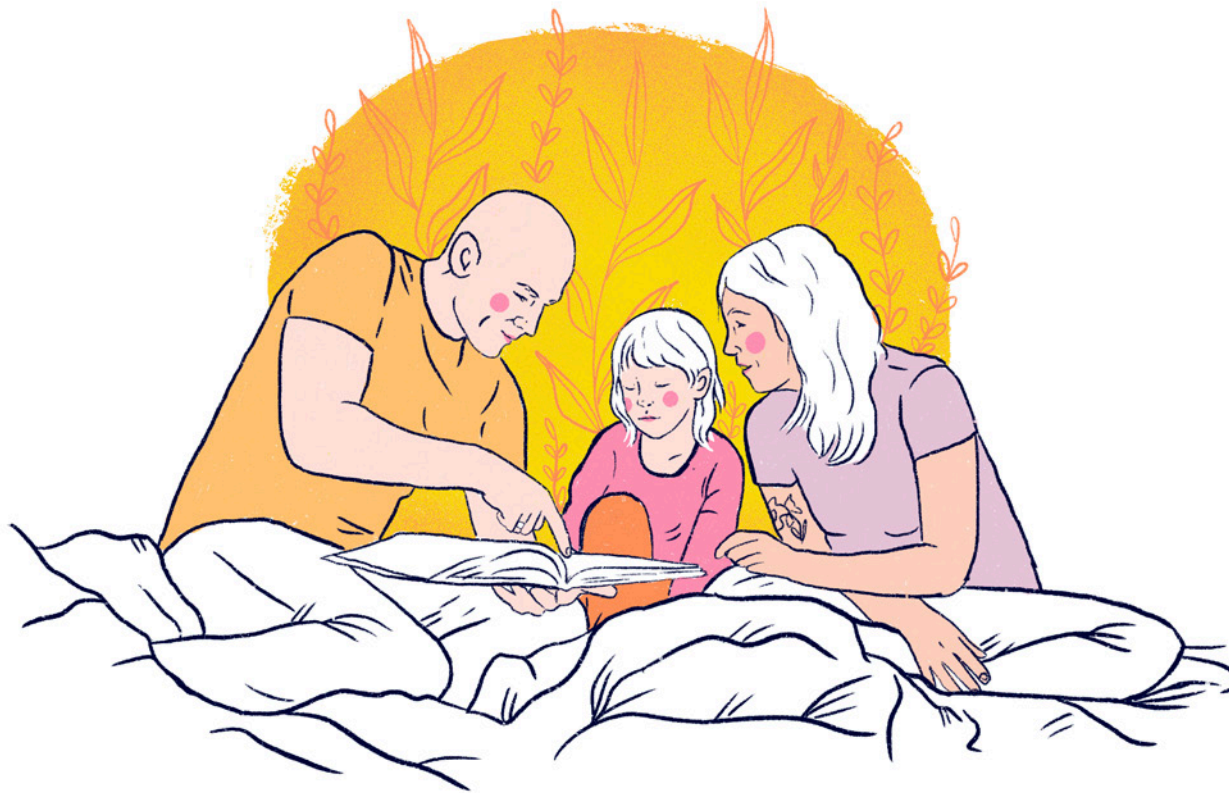
- **Lapsi tarvitsee selityksen asioille, joita on kuullut, nähnyt, kokenut, ajatellut tai pelännyt.** Vastaa aina lasta askarruttaviin kysymyksiin hänen ikätasolleen sopivalla tavalla. On tärkeää oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä ja luoda turvallisuutta.
- **Kysy, mitä lapsi on asioista ajatellut ja miltä hänestä on tuntunut.** On tärkeää, että tunteita saa perheessä näyttää sekä niistä puhutaan. Lapsen

kokemukset ja tunteet perheen tilanteesta ovat yhtä tärkeitä kuin aikuistenkin. Käytä sanoja ja ilmaisuja, jotka ovat lapselle tuttuja.

- **Aina, kun lapselle kerrotaan vaikeista asioista, on samalla kerrottava, miten tästä mennään eteenpäin.** Lapsen on tärkeää saada tuntee, että aikuiset hoitavat syöpään liittyvät asiat, rakastavat häntä sekä pitävät hänestä huolta kaikissa tilanteissa. Arjen rutiinien säilyminen luo turvallisuutta muuttuneessa tilanteessa.
- **Yhteisen ymmärryksen syntyminen muotoutuu perheen yhteisessä arjessa.** Asioista kannattaa puhua uudelleen, kun tilanteet muuttuvat tai syöpään liittyvät asiat näyttävät olevan lapsen mielessä. Kerro lapselle, että mieltä painavista asioista voidaan jutella yhdessä koska tahansa.

Miten tukea lasta tai nuorta, kun perheenjäsen sairastaa syöpää?





Tietoa, tukea ja toivoa

Syöpäjärjestöt.fi
Kaikkisyövästä.fi

Lapset puheeksi -keskustelu

Moni vanhempi kokee hämmennystä ja huolta lasten voinnista, kun perheenjäsen sairastaa syöpää. Syövän sairastamisen eri vaiheissa vanhempien mielessä risteilevät monet kysymykset. Miten lapset reagoivat muuttuneeseen tilanteeseen, miten sairastuminen vaikuttaa heihin ja miten vanhempana olisi hyvä toimia?

Lapset puheeksi -keskustelussa voit pohtia lapsen tai nuoren elämäntilannetta syövän muuttaessa perheen arkea. Keskustelussa Syöpäjärjestöjen ammattilaisen kanssa voit turvallisesti jäsentää lapsen tai nuoren kokemaa muutosta. Yhteinen tavoite on perheen toimiva arki ja hyvinvoinnin ylläpitäminen syövästä huolimatta.

Keskustelu antaa

- tietoa, miten tukea lasta syövän muuttamassa elämäntilanteessa
- tukea koko perheelle käsitellä syöpään liittyviä ajatuksia ja tunteita
- keinoja ja rohkeutta, miten keskustella lapsen kanssa syöpään liittyvistä asioista
- tukea vanhemman omaan jaksamiseen sekä vanhemmuuteen

Lapset puheeksi -keskustelussa keskitytään lapsiin ja nuoriin täysi-ikäisyyteen saakka. Keskustelut käydään luottamuksellisesti. Keskustelu voidaan toteuttaa joko kasvokkain tai etäyhteyksin. Ota rohkeasti yhteyttä ja varaa aika Syöpäjärjestöjen alueellisista syöpäyhdistyksistä tai valtakunnallisista potilasjärjestöistä. Myös maksuton valtakunnallinen neuvontapalvelu on tukenasi puhelimitse 0800 19414.



Syöpäjärjestöt



Lähde MIELI ry, Lapset puheeksi -menetelmä ja -lokkikirja yhteistyöhön vanhempien kanssa erilaisissa palveluissa (<https://mieli.fi/lapsetpuheeksi>)