

Barn som anhöriga

2021-01-11

- **Facklitteratur – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa**
- **Skönlitteratur och biografier – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa**
- **Barn och ungdomslitteratur – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa**
- **Facklitteratur – Barn som anhöriga vid fysisk sjukdom**
- **Skönlitteratur och biografier – Barn som anhöriga vid fysisk sjukdom**
- **Filmer**
- **Webbplatser**



Facklitteratur – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa

Borg, Britt-Marie och de Lima, Sonia

Min bok : när din mamma eller pappa blev psykiskt sjuk (2008)

Ett häfte som vänder sig till barn med en psykiskt sjuk förälder. Här kan barnet själv fylla i namn på kontaktpersoner på vårdavdelningen och rita eller skriva sina tankar kring situationen.

Brinck, Gunilla

Sorg, saknad, sammanhang : böcker om barn och ungdomar i svåra livssituationer (2013)

300 kommenterade boktips.

Det späda barnet som anhörig. (2010)

www.allmannabarnhuset.se/wp-content/uploads/2013/11/Det-spada-barnet-som-anhorig.pdf

Rapporten är utgiven av Stiftelsen Allmänna barnhuset och innehåller bl.a. en forskningsöversikt över vad vi idag vet om tidig intervention, behandling och tvärfackligt samarbete när det gäller psykisk ohälsa/sjukdom hos mammor under graviditeten och efter förlossning.

Fristorp, Lotta

Överlevnadshandbok för dig som har en psykiskt sjuk förälder : obs! också för vuxna (1999)

I boken blandas personliga livsöden med klagörande kunskap. Professor Johan Cullberg svarar på frågor om psykisk sjukdom.

Hjert, Jessica

Annas oroliga mamma. En berättelse om ångestsyndrom. (2014)

Annas mamma har en sjukdom som gör att hon alltid är rädd, men Anna förstår inte alls varför. Hon är mest rädd för saker som inte finns eller sådant som inte ens hänt. På ett enkelt sätt får du och ditt barn genom denna berättelse lära er mer om ångestproblematik. Barn och förälder kan tillsammans läsa boken för att diskutera kring rädsla, oro och ångest. **E-bok.**

Palm Berglund, Teresa

Att utvecklas i grupp : en bok om professionellt ledda utvecklingsgrupper för stöd till barn i familjer där en förälder lider av psykisk sjukdom/funktionsnedsättning (2009)

Källan är en del av Schizofreniförbundet. De har gruppverksamhet för barn och ungdomar som har en förälder med psykisk ohälsa/funktionsnedsättning. Författaren beskriver Källans metod för hur man arbetar med barn i familjer med psykisk sjukdom/funktionsnedsättning.





Sigling, Inga-Lisa

Att möta barn till psykiskt sjuka föräldrar : en vägledning för vuxna i deras närhet (2002)

1996 startade projektet Källan i Stockholm. Syftet var att ge stöd till barn med psykiskt sjuka föräldrar. I den här boken redovisas erfarenheternas från Källans verksamhet. Avsikten med boken är att inspirera till samtalsgrupper med de "osynliga barnen".

Skerfving, Annemi

Att synliggöra de osynliga barnen : om barn till psykiskt sjuka föräldrar (2005)

Författaren redogör för vilka konsekvenser olika psykiska sjukdomar hos en förälder kan få för ett barn. Boken kan användas som en lärobok för alla som kommer i kontakt med barn som har psykiskt sjuka föräldrar.

Solantaus, Tytti

Hur hjälper jag mitt barn? : handbok för föräldrar med psykiska problem. (2007)

Syftet med det här häftet är att hjälpa föräldrar att stötta sina barn.

Solantaus, Tytti

Vad är det med våra föräldrar? : en handbok för barn och ungdomar som har en mamma eller pappa, som har psykiska problem (2013)

Boken försöker svara på några av barns eller ungdomars frågor kring psykisk sjukdom. Den är skriven så att också föräldrarna kan läsa den, gärna tillsammans med barnet.

Sundström, Elina


Jag är också viktig : att växa upp med en familjemedlem som är sjuk eller har funktionshinder (2012)

En bok för den som arbetar inom vården och för den som själv är ung anhörig.

Syrén, Susanne och Lützén, Kim

Att leva med psykisk ohälsa : ett närståendeperspektiv (2012)

En sammanfattning av kunskapsläget som syftar till att kortfattat ge ökad kunskap och insikt i barns och ungas situation och behov i familjer med dessa svårigheter. Skriften riktar sig till personal inom hälso- och sjukvård, socialtjänst samt förskola och skola.





Skönlitteratur och biografier – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa

Eriksson, Therése

Vi har ju hemligheter i den här familjen (2009)

Författaren skriver om sin uppväxt med en missbrukande och psykiskt sjuk förälder. Boken handlar också om att välja rätt väg, att ta ansvar för sitt eget välbefinnande och om insikten att det är ok att må bra, även om någon annan mår dåligt.

Holman, Virginia

Stulen barndom : två systrars uppväxt med en schizofren mor (2005)

Virginia Holman växte upp med en schizofren mor. När mamman drabbas av sitt första psykotiska tillstånd befallde rösterna i hennes huvud att hon skulle bege sig till familjens sommarhus tillsammans med dottrarna Virginia och Emma. Efter fem år i misär blir mamman tvångsomhändertagen.

Persson, Lotta C.

Trädgårdshoran (2012)

Klaras mamma är psykiskt sjuk, men Klara har svårt att förstå att deras liv inte är normalt. Hon får problem med knän och höfter och den enda ro hon känner är hos läkare och på sjukhus. Så småningom är det en läkare som ställer de avgörande frågor som får Klara att slå in på vägen till insikt och frigörelse. De funktionella symptomen från nervsystemet visar sig ha rötter i det psykologiska drama som utspelar sig i hennes familj. Självbiografisk roman för vuxna.

Barn och ungdomslitteratur – Barn som anhöriga vid psykisk ohälsa

Anclair, Malin

Ibland regnar det (2008)


Fias mamma har bipolär sjukdom och pendlar från sprudlande glädje till svartaste sorg. Fias tycker om sin mamma fast kompisarna tycker ibland att hon är konstig.
Bilderbok från ca 6 år.

Anderberg Strollo, Åsa

Bryta om (2007)

När Minna börjar på gymnasiet, bestämmer hon sig för att börja sköta sig. Nu när mamma är intagen på psyket har hon bara sig själv att ta hand om. Men på uppropet får Minna syn på Emma Larsson som gått i samma skola. Samtidigt kommer mamma hem igen. Minna tvingas att fatta det svåra beslutet att se till sina egna behov.

Ungdomsbok.





Bratlund, Bente

Fri att våga (2012)

12-åriga Ina bor i fosterfamilj eftersom hennes mamma är svårt psykiskt sjuk. Hon trivs till att börja med inte och jämför sin fostermamma med egna mamman. Så småningom blir dock allt bättre, hon får en kompis i klassen och kan också uttrycka sina känslor genom sitt konstintresse. **9-12 år**

Bækkelund Lassen, Vibeke

Mitt skitliv : en kärlekshistoria. (2010)

Clara är kär i Jonas, men han tillhör innegånget och ser henne inte. Dessutom vill Claras pappa ha kontakt med sin dotter. Claras mamma är psykiskt sjuk och har självmordstankar. Ungdomsbok.

Dahle, Gro

Mammas hår (2012)

Emma och hennes mamma har en mycket fin relation, men ibland blir mamma deprimerad och trött och gråter "så att det blir mulet inomhus". Emma försvinner in i mammas hår och träffar på en liten figur som också försöker hjälpa mamma att bli bra. **Bilderbok från ca 5 år.**

Dahle, Gro

Den arge (2009)

Bojs pappa kan inte kontrollera sin vrede och Boj och hans mamma tassar på tå för att inte väcka "Den Arge" i pappan. Pappans sinnesstämning tar allt utrymme i Bojs liv. Så småningom får pappa hjälp att hantera sin ilska. **Bilderbok från ca 5 år.**

Hedberg, Jessica


Buller om huller i mamma Grå

Mamma är sig inte lik. Hon fräser, blir lätt arg och är alltid trött. Hon har blivit sjuk och behöver vila. Det är liksom huller om buller i huvudet på henne. I berättelsen får vi följa barnen Maxi och Lilla Lo som försöker förhålla sig till sin mammas mående. Är det deras fel att mamma är sjuk? Ska klumpen i magen någonsin försvinna? **E-bok. Från 3 år.**

Jägerfeld, Jenny

Här ligger jag och blöder (2010)

Maja råkar såga av sig tummen under en skulpturlektion på gymnasiet. Alla oroar sig för henne utom hennes mamma som varken hör av sig eller svarar i telefon. Så råkar Maja läsa ett mejl som inte är avsett för henne och hennes värld vänds upp och ner. Temat för den här boken är en komplicerad mor-dotter-relation – mamman har i vuxen ålder diagnostiserats med Aspergers syndrom. **Ungdomsbok.**





Jägerfeld, Jenny

Jag är ju så jävla easy going (2013)

Joanna går på gymnasiet. Hennes pappa har perioder av depression och sitter just nu bara hemma framför tv och är knappt kontaktbar. Familjens ekonomi är urusel, och när mamma meddelar att de inte har råd att lösa ut Joannas mediciner mot adhd blir Joanna desperat. Hur ska hon klara sig? **Ungdomsbok.**

Lord, Emery

När vi två kolliderade. (2017)

Hur kan man hitta sig själv när man just har gått sönder? Från att ha levt ett vanlig tonårsliv har Jonah plötsligt fått en tung roll i familjen: pappan har gått bort i en hjärtinfarkt och mamman har hamnat i en djup depression och låst in sig i sovrummet. Och förutom att Jonah själv befinner sig i chock måste han ta ansvar för fem småsyskon och pappans restaurang. **Ungdomsbok.**

Pimpernell, Karin, pseud.

När Kajsas mamma blev galen (1999)

Kajsa och hennes lillasyster var barn på 50-talet. De hade en mamma som inte var som andra bullbakande mammor, men hon läste gärna sagor och klippte klippdockor med barnen. Kajsa lär sig ta hand om sin lillasyster när mamman blir psykiskt sjuk och inlagd på psykiatrisk klinik. Eftersom pappa måste jobba blir barnen en period placerade på barnhem. Barnen fick en tuff uppväxt men mamman får så småningom ett jobb och mår bättre. **Bilderbok från ca 6 år.**

Sandqvist Lyckman, Linn, Eriksson Karin

När mamma hade ont i hälen (2020)

Hilda ska vara hos sin mormor ett par dagar för hennes mamma har ont i hälen. Det blir ett par fartfyllda dagar med massa tokigheter eftersom Hildas mormor inte är som alla andra. Hilda och mormor pratar mycket när hon är där. Varför måste Hildas mamma ligga på sjukhus för att hon har ont i hälen? Varför ler inte mamma så mycket längre och kan Hilda ha hört fel? Var det verkligen hälen mamma hade ont i? En tokig berättelse om onda hälar och själar. **3-6 år**

Sloan, Holly Goldberg

Aldrig släppa taget (2012)

Sam Border har fått nog av det kringflackande liv som hans psykiskt sjuka pappa lever. Han stannar kvar enbart p.g.a. sin lillebror Riddle. När Sam möter Emily förändras allt. Det är kärlek vid första ögonkastet och Emilys familj tar emot bröderna med öppna armar. **Ungdomsbok.**

Söderberg, Frida

Min pappa : Filippa 7 år (2011)

Filippas pappa blev psykiskt sjuk och gjorde något hemskt. Han kom till Rättsspsyk och hon fick hälsa på honom där. **Bilderbok från ca 7 år.**





Söderberg, Frida

Farsan : William, 9c (2011)

Williams pappa insjuknade i en psykos och dödade en annan människa. Boken är Williams dagbok som han skriver för att göra tillvaron begriplig och att hitta tillbaka till en relation med sin pappa. **Ungdomsbok.**

Wahldén, Christina

Klaras hemlighet (2004)

Klara är tio år och har en pappa som sitter i fängelse efter ett misslyckat rån försök. Vid det tillfället sköt pappan en person. När Klaras mamma blir inlagd på sjukhus får Klara flytta till en fosterfamilj, byta skola och få nya kompisar. **Ungdomsbok.**

Wahlström. O, Gunilla

Julie: om att växa upp med en förälder som inte räcker till (2019)

Julies mamma lider av en psykisk sjukdom och kan inte ta hand om sitt barn på det sätt som barnet behöver. Julie växer upp med bara en förälder som inte kan axla sin föräldraroll, så växer hon upp själv utan något stöd i hemmet och med lite förståelse från samhället. Vilken påverkan kan detta ha på en ung person, och hur påverkas deras framtid av bristen på föräldraskap? **E-bok.**

Zetterlind, Ulla

Kungen av Upp och Nerlandet : en saga för små och stora barn om missbruk i familjen. (2011)

Kungen av Upp och Nerlandet har börjat dricka dummeldricka och det gör att han fattar konstiga beslut. Prinsessan Gunda och prins Knut blir ledsna och önskar sin gamla pappa tillbaka. De får till slut hjälp av trollkarlen Rolf som ser till att hela familjen träffas och pratar ut om alkoholen och familjesituationen. **Bilderbok från ca 5 år.**

Infoteket om funktionshinder, Landstinget i Uppsala län, har gett ut ett antal skrifter som berättar om barn som har föräldrar med olika psykiska sjukdomar. De här böckerna finns:

Alphonce, Elisabet


Emmas pappa får mani (2008)


Boken berättar hur det kan vara att ha en förälder som har bipolär sjukdom. **Bilderbok från ca 5 år.**

Alphonce, Elisabet

Hannahs mamma får en fobi (2011)

Hannahs mamma lider av fobi men tar kontakt med en psykolog som hjälper henne med fobiträning. **Bilderbok från ca 5 år.**





Alphonce, Elisabet

Jonas pappa har tvångssyndrom (2011)

Jonas pappa kollar om och om igen om spisen är avstängd och att dörren är låst. Så småningom får han professionell hjälp för sitt tvångssyndrom. **Bilderbok från ca 5 år.**

Alphonce, Elisabet

Kalles mamma får en psykos (2009)

Kalle märker att hans mamma börjar bete sig märkligt. Hans pappa ser till att mamma kommer till sjukhus där hon får mediciner och blir bättre. Snart kan hon komma hem igen. **Bilderbok från ca 5 år.**

Alphonce, Elisabet

Lenas mamma får en depression (2009)

Lenas mamma går in i en depression och orkar inte längre ta itu med vardagssysslorna. Lena och hennes lillebror får det svårt. Boken berättar hur man kan hjälpa den som är deprimerad och vad sjukvården kan göra. **Bilderbok från ca 5 år.**

Alphonce, Elisabet

Annas pappa får rättspsykiatrisk vård (2011)

Annas pappa blir psykiskt sjuk och omhändertas av polisen för misshandel. Han blir intagen på sjukhus och får vård. **Bilderbok från ca 5 år.**

Ingard, Cecilia

Saras pappa har PTSD (2011)

Saras pappa har posttraumatiskt stressyndrom och reagerar onaturligt starkt på ett ljud när de är ute på promenad i skogen. Mamma berättar att pappa varit med om hemska saker som liten. På sjukhuset får pappa hjälp att tala om det han varit med om och han mår bättre. **Bilderbok från ca 5 år.**

Ingard, Cecilia


Sanna har en väldigt busig storebror (2011)

Sanna har delade känslor om, allt bus hennes bror hittar på.

Melander, Sandra

Linus mamma har en utvecklingsstörning (2013)

Hemma hos Linus är det ibland lite rörigt och han kommer ofta försent till skolan. **Bilderbok från 5 år.**





Facklitteratur – Barn som anhöriga vid fysisk sjukdom

Aminoff Maria, Welin Cissi

Oliver och cancer (2017)

Att en småbarnsförälder drabbas av cancer och dör är obegripligt. Ändå händer det. Denna bok går igenom processen - sjukdomen, medicineringen, döden, begravningen och att livet, trots allt, går vidare - ur ett barns perspektiv. **3-6 år**

Barn som anhöriga: konsekvenser och behov när föräldrar har allvarliga svårigheter, eller avlider (2013)

Socialstyrelsen har här gjort en sammanfattning av kunskapsläget när det gäller barn som anhöriga. Texten bygger på aktuell forskning, erfarenheter från professionen och beskrivningar från personer som själva vuxit upp med föräldrar med olika svårigheter.

Bartfai Jansson, Katrin

Dagboken : en bok för dig som är ung och har någon som är sjuk i familjen (2013)

Det här är en bok som man själv ska äga eftersom man ska kunna skriva i den. Det är en dagbok som blir det som ägaren fyller i: Jag och min familj, Så här har min.....blivit annorlunda, Och så här är.....som förut, Jag tror.....Jag hoppas..... **Från ca 10 år.**

Brinck, Gunilla

Sorg, saknad, sammanhang : böcker om barn och ungdomar i svåra livssituationer (2013)

300 kommenterade boktips.

Ehres, Ulrika


Din bok när mamma eller pappa är sjuk (1997)

Broschyren är gjord av Cancerföreningen i Stockholm. Den vänder sig direkt till barn som har en fysiskt sjuk förälder och berättar kort om vad som händer på sjukhuset och om att det är viktigt att man har någon att prata med om sin förälders sjukdom, t ex en kompis, släkting, en lärare, kuratorn eller annan personal på sjukhuset. Från ca 7 år.

Falk, Kati och Lönnroth, Ami

Nära döden - nära livet : en bok om mod och livsvilja (1999)

Kati Falk är psykolog och har lång erfarenhet av arbete med barn och familjer som drabbas av svåra sjukdomar. Boken handlar om hur vi hanterar sorgen vid olyckor, sjukdom och död och hur vi bemöter barnen och deras frågor i krissituationer.





Hjern, Anders

Barn som anhöriga till patienter i vården - hur många är de? : rapport 1 från projektet "Barn som anhöriga" - en kartläggning (2013)

www.anhoriga.se/Global/BSA/Dokument/Rapporter_kunskaps%3%b6versikter/Nka_rapport_Barn_som_anh%c3%b6riga_2013-1.pdf

Jag finns också! : om att vara syskon till en bror eller syster med svår sjukdom eller funktionshinder.

Skriftserie/Allmänna barnsjukhuset, Stockholm

Järkestig Berggren, Ulrika och Hanson, Elizabeth

Barn som är anhöriga till föräldrar med allvarlig fysisk sjukdom eller skada (2013)

Rapport från Nationellt Kompetenscentrum för Anhöriga.

www.anhoriga.se/Global/St%c3%b6d%20och%20kunskap/Publicerat/Kunskaps%3%b6versikter/Dokument/Webb-Rapport_BSA-2_Jarkestig_Hanson.pdf

Karlsson, Anki W.

När Annas syster blev sjuk

När Annas storsyster Elsa får cancer förändras allt. Inte bara för Elsa, utan även för Anna och tvillingbrorsan Kalle.

Hur ser det ut på sjukhuset? Vad är det egentligen för slangar som mamma säger att Elsa är kopplad till? Och när ska Elsa komma hem igen? Frågorna är många. **Från 3 år.**

Larsson, Mats

Varför skakar pappa?

Med humorn till hjälp förklarar författaren Parkinsons sjukdom och hur det var när han själv drabbades. Texten beskriver han några episoder när barnen upplever sjukdomen som direkt pinsam. Som när pappa är den som skakar så att han spiller först på barnkalaset eller blir spattig och trippar som en prima ballerina på väg till dagis. Berättelsen visar också på tillit och förståelse från barnens sida inför pappans situation

Sundström, Elina

Jag är också viktig : att växa upp med en familjemedlem som är sjuk eller har funktionshinder (2012)

En bok för den som arbetar inom vården och för den som själv är ung anhörig.





Skönlitteratur och biografier – Barn som anhöriga vid fysisk sjukdom

Brolin, Katarina

Nästan precis som vanligt

Det är vår och 13-åriga Lina ser fram emot sommarlovet när Linas lillebror insjuknar i leukemi. Ingenting är längre som det har varit! Lina får klara sig mycket själv och känner sig väldigt bortglömd.

Dahlson, Camilla

Min skalliga mamma

En dag berättar Ottos mamma att hon har fått en knöl i bröstet. Mamma gråter och berättar att det är cancer hon fått, och måste därför opereras och ta cellgift för att få bort knölen. Allt blir konstigare och konstigare i Ottos vardag. Mamma tappar håret och är trött hela tiden. På förskolan är allt som vanligt i alla fall och det är skönt. **Från 3 år.**

Davidsson, Cecilia

Lill-Pär och jag (2013)

Maja med sin familj i ett fattigt litet torp på landet. Majas lillebror Lill-Pär ligger för döden. Familjen vakar över honom och till slut dör han. Maja får väldiga samvetskval då hon ofta önskat honom död för att få mer tid och kärlek av mamman. Det strävsamma livet återgår, men inget blir riktigt som förut. Bra högläsningbok. **Kapitelbok från ca 6 år.**

Doyle, Roddy


Mary, spöket och resan genom natten (2013)

Tolvåriga Mary O'Haras mormor Emer är döende. Varje kväll besöker Mary henne på sjukhuset. En dag dyker en mystisk kvinna upp som visar sig vara Emers döda mor som inte lämnat sin dotter. Nu vill hon hjälpa Emer att våga släppa taget om livet och lämna sina nära och kära. **Kapitelbok från ca 9 år.**

Edberg, Eva

Klara rädd för mamma med ryggsäcken (2019)

Klaras mamma började sova på sjukhus och det var inget som Klara bestämt. Det var längesen, så Klara minns inte riktigt hur mamma ser ut. Men hon kommer ihåg mammas stora ryggsäck, hur både sakerna och mamma försvann med den. Nu har mamma blivit frisk och Klara ska hem till henne... **Från ca 6 år.**





Ekmark, Lena

Aron och Noras nya mamma (2013)

Livet blir helt annorlunda när Aron och Noras mamma får en hjärnskada. Den här boken vill hjälpa barnet att förstå vad som händer på sjukhuset och inge hopp om att livet går vidare och blir bra trots att mamma inte är riktigt som förut. **Bilderbok från ca 5 år.**

Elwin Segolsson, Anna-Karin

När pappa blev Skalle-Per (2004)

John och Annies pappa får leukemi, och av cellgiftsbehandlingarna tappar han håret. Författaren skrev boken till sina barn när deras pappa var sjuk. **Bilderbok från ca 6 år.**

Ernemo, Barbro

My-Elins mamma har MS (2003)

Boken berättar vad MS är och hur My-Elins mammas sjukdom påverkar familjen och vardagen. **Bilderbok från ca 5 år.**

Han, Jenny

Sommar-serien (Sommaren jag blev vacker, Ingen sommar utan dig, Sommar för evigt) (2010-2012)

Isabel och bröderna Jeremiah och Conrad umgås varje sommar med sina familjer på brödernas sommarställe vid havet. Isabel har alltid beundrat de något äldre bröderna, men sommaren när Belly fyllt 16 förändras relationerna och inget är längre enkelt. Jeremiahs och Conrads mamma insjuknar i cancer samtidigt som en skilsmässa närmar sig. Sorgligt, vackert och pirrigt. **Ungdomsböcker från ca 13 år.**

Knutsson, Titti


Händiga Hanna lagar pappa (2007)

Hannas pappa har hoppat på studs mattan och gjort illa sitt knä. Det blir att åka raka vägen till sjukhuset, där det finns massor av spännande apparater! **Från 4 år ca**

Kroon, Oskar

Mitt fönster mot rymden (2018)

Gurkans pappas hosta går aldrig över. Gurkan och pappa som gör allt tillsammans: går till skolan genom skogen, tittar på tornseglarna på sommarhimlen, läser innan läggdags. Pappa lagar maten, tvättar kläderna, håller koll på klockan. Mamma bara jobbar hela tiden, Det är som att ett svart hål hotar att sluka Gurkan. För vart tar man vägen när ens pappa nästan hostar bort sig? En känsloladdad och poetisk skildring av ett barns rädsla för att förlora en förälder. **Kapitelbok 6-9 år ca**





Kuipers, Alice

Livet på en kylskåpsdörr (2008)

Femtonåriga Claire och hennes mamma är båda mycket upptagna på var sitt håll. De kommunicerar för det mesta genom meddelanden på kylskåpsdörren. En dag berättar Claires mamma att hon har känt en knöl i bröstet och ska undersökas. Under de följande månaderna förändras meddelandena på kylskåpsdörren. **Ungdomsbok från ca 13 år.**

Larsson, Mats

Varför skakar pappa? : en berättelse (2000)

Om att ha en pappa som har Parkinsons sjukdom. Författaren, som själv har sjukdomen, skrev den till sina barn när de var fem och sju år gamla. **Bilderbok från ca 5 år.**

Mattsson, Jens

Vi är Lajon!

Lillebror och storebror har världens bästa lek ihop. De är farliga lajon på savannen. En dag blir storebror sjuk och orkar bara ryta lite svagt när lillebror vill leka. Ömsint, humoristiskt och hjärtskärande vackert om den helande leken och om kärleken mellan två bröder. **Från ca 3 år.**

Moeyaert, Bart

Alla är ledsna nuförtiden

Bianca är tolv år, och borde enligt hennes mamma ha levererats med en instruktionsbok. Biancas lillebror lider av en hjärtsjukdom och får all uppmärksamhet hemma, och hos sin pappa är Bianca inte längre välkommen...Bianca säger ingenting - - det är något hon är bra på -- men det är omöjligt att tysta tankarna som far runt i hennes huvud. **Från ca 9 år.**

Moodysson, Coco


Onda krafter i Sollentuna (2012)

Alexander är nyinflyttad i Sollentuna eftersom hans pappa har träffat en präst. Dessutom har hans mamma fått något fel i hjärnan och ligger orörlig på sjukhus. Här träffar Alexander klasskompisen Viola som har en bror med cp-skada och börjar hänga med dem i brist på sällskap. Men den han egentligen längtar efter är Maxine. **Ungdomsbok från ca 12 år.**

Murray Brodin, Kristina

Världens mamma och en katt (2010)

En berättelse om en flicka och hennes cancersjuka mamma som inte orkar göra så många roliga saker som flickan skulle önska. Men där finns mammas kille och så finns Sandro och hans pappa som varje dag hämtar flickan när de ska till dagis. Och så finns drömmen om en egen katt. **Bilderbok från ca 5 år.**





Ness, Patrick

Sju minuter över midnatt (2012)

Strax efter midnatt vaknar trettonårige Conor av att ett monster står utanför fönstret och ropar hans namn. Men det är inte monstret från de mardrömmar Conor haft varje natt sedan hans mamma påbörjade sin behandling på sjukhuset. Det här monstret har tre berättelser att berätta för Conor. I utbyte vill det ha sanningen.

Ungdomsbok från ca 13 år.

Nicholls, Sally

Ingen är som Ella

Ellas storebror Sam är sjuk. Ella är trött på att alla bara bryr sig mest om honom. Allt är så orättvist. Ella är arg. Du kan väl försöka vara snäll nu när din bror inte mår bra, säger mamma. Men Ella har ingen lust att vara en snäll flicka. **Från 6 år.**

Olsson, Ingrid

Ett litet hål i mörkret (2008)

När Calle får veta att hans farmor hamnat på sjukhus stannar världen. För många år sedan dog hans pappa och då var det farmor som tröstade och stöttade. Nu kommer sorgen och saknaden tillbaka. Då flyttar en tjej in i lägenheten bredvid. En bok om sorg och om ett möte som kan bli början till en förändring. **Ungdomsbok från ca 13 år.**

När mormor fick cancer : en bok om livet (2015)

Av Minna Paananen

Mormor har fått cancer och måste gå igenom behandlingar och ligga på sjukhus. Det här kan vara en bok att läsa om man vill berätta om sin sjukdom för barnbarnet. **Från 6 år.**

Pohl, Peter


Jag är kvar hos er (2000)

Anna, 15 år, lider av en obotlig sjukdom som kommer att ta hennes liv. Hennes historia berättas av henne själv och hennes närmaste. Under ett år beskrivs sjukdomsförloppet och Annas kamp. En stark och engagerande berättelse, som kan ge tröst åt andra i liknande situation. **Ungdomsbok från ca 12 år.**

Thydell, Johanna

I taket lyser stjärnorna (2003)

Jenna tretton år är kär i Sakke och ägnar så mycket tid åt att spana och drömma om honom att bästisen Susanna ledsnar. Jenna bär även på en stor sorg - hennes mamma är svårt sjuk i cancer. **Ungdomsbok från ca 13 år.**





Tyler, Mi

Mammas liv (2014)

Liv är fem år och berättar om när hennes mamma blev sjuk. Mamma sov mycket, tappade allt håret, fick hög feber och låg på sjukhuset. Liv och hennes lillebror bara längtade efter att mamma skulle bli frisk igen, kunna bara bullar och sjunga godnatt-visan. Och det blir hon till sist. Författaren har själv haft cancer. **Bilderbok från ca 5 år.**

Wilson, Jacqueline

Lola Rose (2003)

Jaynis och Kennys mamma vinner på lotteri och rymmer med barnen till London, från deras våldsamme pappa. De bor på hotell och shoppar dagarna i ända. De byter namn för att inte bli funna och Jaynis blir Lola Rose, en glamorös vuxenversion av sig själv. När mamman hamnar på sjukhus tvingas Jaynis bli vuxen på riktigt. **Från ca 10 år.**

Wilson, Jacqueline

Valarnas sång (2012)

Ellas mamma ligger i koma efter att ha fött Ellas halvbror. Ella är jätteoroligt och trivs inte alls med att bo med sin styvpappa och sin lillebror. Dessutom sviker bästa kompis. Det enda som håller Ella uppe är skolarbetet om valar och deras magiska sång. Kanske en valsång kan väcka hennes mamma? Det är värt ett försök i alla fall. Rörande, roligt och dramatiskt på en gång. **Från ca 9 år.**

Wilson, Jacqueline

Vem älskar Prue? (2006)

När fjortonåriga Prues pappa, som utbildat och uppfostrat henne mycket strängt, hamnar på sjukhus efter en stroke får Prue plötsligt ett friare liv. Hon har svårt att få vänner i skolan och den ende hon kan prata med och kommer nära är den unge bildläraren mr Rax - kanske lite för nära ... **Ungdomsbok från ca 12 år.**

Filmer

Cancer i familjen – så påverkas barnen (2013)


www.youtube.com/watch?v=tY_qWlWLup8

I taket lyser stjärnorna (2009)

Jenna tretton år är kär i Sakke och ägnar så mycket tid åt att spana och drömma om honom att bästisen Susanna ledsnar. Jenna bär även på en stor sorg - hennes mamma är svårt sjuk i cancer

Små skuldre, store byrder : en film om børn med psykisk syge forældre (2006)

Dansk film med svensk text.





Sandy växte upp med en schizofren pappa (2014)

Malou von Sivers intervjuar Sandy som när hon var tolv år fick veta att hennes pappa var schizofren.

www.tv4play.se/program/malou-efter-tio?video_id=2596889

Victors bok 1 - anhörig (2015)

Victors Bok är en serie med fem filmer om att växa upp med en förälder som har en psykisk sjukdom. Filmerna är gjorda av Region Skåne inom projektet Barn som anhöriga inom psykiatrin.

www.youtube.com/watch?v=YKkGLzB-nAo

Webbplatser

1177 Vårdguiden

1177 Vårdguiden är hela Sveriges samlingsplats för information och tjänster inom hälsa och vård.

www.1177.se

Anhörighandboken

Anhörighandboken är en webbaserad handbok framtagen av Anhörigas Riksförbund, med syfte att förmedla kunskap och råd i anhörigfrågor. Ambitionen är att handboken ska vara ett teoretiskt och praktiskt verktyg för alla som kommer i kontakt med, eller vill veta mer om, anhörigvård och anhörigstöd.

<http://anhorighandboken.se/>

Anhöriglinjen - nationell stödtelefon som bemannas av anhöriga för anhöriga

<http://www.anhoriga.se/nyheter/manga-samtal-om-psykisk-ohalsa-till-anhoriglinjen/>

Anhörigas Riksförbund

<https://anhorigasriksforbund.se>

BRIS

Barnens rätt i samhället, BRIS, har en sida som handlar om att ha en psykiskt sjuk förälder

www.bris.se/?pageID=572

BRIS...

har också en sida om att vara barn till en förälder som missbrukar alkohol eller andra droger.

www.bris.se/?pageID=571





En bra plats

En mötesplats för anhöriga och kommuner som vill ansluta sig som hjälp för allmänheten att söka information och stöd i sin hemkommun. Alla kommuner är inte representerade, till exempel inte Lund.

<https://enbraplats.se/kommun.html>

Infoteket om funktionshinder, Region Uppsala

<https://www.regionuppsala.se/infoteket>

Kuling

Kuling är en mötesplats för barn som har en förälder med psykisk sjukdom. Ägs och drivs av Psykiatrisk Rehabilitering, Örebro Läns Landsting.

www.kuling.nu

Livlinan

De här sidorna är för barn som är närstående till en förälder med psykisk sjukdom.

www.livlinan.org

Lunds kommuns anhörigcenter

<https://www.lund.se/omsorg--hjalp/anhoriga-frivilliga/anhorigstod/>

Maskrosbarn

Maskrosbarn är en organisation som stöttar ungdomar som har föräldrar som missbrukar eller är psykiskt sjuka

www.maskrosbarn.org

Nationellt kompetenscentrum anhöriga – anhörigas situation

<https://www.anhoriga.se/>

Socialstyrelsen faktavägledning

<https://www.socialstyrelsen.se/utveckla-verksamhet/jamlik-halsa-var-d-och-omsorg/stod-till-anhoriga/>





Källkritik – kan jag lita på Internet?

Det är lätt att hitta information på Internet, men det är inte alltid lika lätt att hitta information som man vågar lita på. Här följer några punkter som kan vara bra att fundera över när man söker information på Internet.

Vilket är sidans syfte? Vill sidan informera eller påverka oss? Berättar sidan om en personlig upplevelse eller vill den att vi ska köpa något?

Vem är ansvarig för sidan? Är det tydligt vem som står bakom informationen på sidan och vem som finansierar den? Finns det några kontaktuppgifter?

Är informationen objektiv och trovärdig? Vilken bakgrund och vilka meriter har de personer som är ansvariga för innehållet? Vad har författaren för kvalifikationer?

Redovisas vetenskapliga resultat eller referenser till publicerade artiklar som stöd för de påståenden som lämnas? Är sidan granskad? Förekommer annonsering, sponsring eller andra kommersiella intressen?

Är sidan aktuell? När skrevs materialet? När uppdaterades informationen senast?





Välkommen att höra av dig eller komma in till oss om du vill fråga eller låna något!

Sjukhusbiblioteken SUS med Patientforum

SUS Lund, C-blocket plan 1

Tel 046-17 17 25

Öppet mån-fre 12.00 - 15.00

sjukhusbiblioteket.lund@skane.se

Psykiatribiblioteket, Baravägen 1

Tel 046-17 48 10

Öppet mån-fre 12.00 -15.00

psykiatribiblioteket.lund@skane.se

BUS-biblioteket, Barnsjukhuset

Tel 046-17 24 84

Öppet tisdag 12.00 – 15.00

sjukhusbiblioteket.lund@skane.se

SUS Malmö, Jan Waldenströms gata 35 (CRC)

Tel 040-33 18 00

Öppet mån-fre 12.0 - 15.00

sjukhusbiblioteket.sus@skane.se

Vår hemsida

www.skane.se/sus/sjukhusbiblioteken

