

Att ha ett barnbarn med cancer

Studiematerial till mor- och farföräldrar



Foto: SHUTTERSTOCK

DEL 2

Hur du som mor- eller farförälder kan hjälpa till

Att erbjuda hjälp på rätt sätt

Lämna inte över projektledarrollen

Saker du som mor- eller farförälder kan hjälpa till med

Risken att ta över

Om barnbarnet inte bor i närheten

Föräldrarnas relation

De friska syskonen

Diskussionsfrågor



”Man kan ju faktiskt skicka färska bullar också.”

Lennart Björklund, socionom,
diakon och psykoterapeut



Foto: SHUTTERSTOCK

En generation äldre, en generation klokare

SOM MOR- ELLER FARFÖRÄLDER när ett barnbarn går igenom en cancerbehandling finns det väldigt mycket du kan göra för att hjälpa och stötta den drabbade familjen. Det är viktigt att komma ihåg att det gäller att vara klok och vislig, att inte ta för mycket plats och att fundera över hur du kan vara ett bra stöd för familjen.

Att erbjuda hjälp på rätt sätt

UNDER DEN INTENSIVA behandlingsperioden är det fullt fokus på det sjuka barnet. Föräldrarna tillbringar mycket tid på sjukhuset och vardagen vänds upp och ner.

SOM MOR- ELLER farförälder, speciellt om du bor i närheten, kan du ha en viktig funktion i att stötta och hjälpa den drabbade familjen med praktiska saker för att få livet att fungera.

MEN DET GÄLLER att göra det på rätt sätt. Att låna nyckeln och gå in i hemmet och tvätta, städa och samtidigt passa på att byta gardiner och möblera om kan vara vanskligt.

DET BÄSTA ÄR att på ett försiktigt sätt ställa konkreta frågor, och vara beredd på att bistå med det som familjen känner sig bekväm med. Här är några exempel på konkreta frågor du kan ställa:

- ”Skulle det vara okej om jag åker hem till er och lägger in matlådor för sju dagar framåt i frysen?”
- ”Vad säger ni, ska jag ta bilen och åka iväg och byta till vinterdäck i morgon?”
- ”På onsdag har Ludvig fotbollsträning, vill ni att jag skjutsar honom dit?”

Lämna inte över projektledarrollen

DET KAN IBLAND kännas säkrast, eller mest respektfullt, att som mor- eller farförälder säga till de drabbade föräldrarna: ”Hör av er om ni vill ha hjälp med något.” Tanken är att genom att uttrycka sig så tränger man sig inte på, utan visar sin omsorg på ett diskret sätt.

MEN ATT SÄGA så kan få en motsatt effekt. Då lämnar du över ansvaret till föräldrarna att ta beslut om hur och när du ska hjälpa till. Det är bättre att själv ta på sig rollen som projektledare. Annars ger du bara dem ännu mer att tänka på. Och det är det sista de behöver.

Saker du som mor- eller farförälder kan hjälpa till med

DEN DRABBADE FAMILJEN kan behöva hjälp och stöd med många olika saker. Här är några förslag på saker du kan göra, förutsatt att såväl familjen som du själv känner er bekväma med det, och att det är något som ni har kommit överens om:

- **Praktiska saker i hemmet:** Laga mat, tvätta, städa, klippa gräset, byta däck.
- **Ta hand om de friska syskonen:** Hämta från förskola/skola, skjutsa till aktiviteter, hitta på roliga saker när föräldrarna är på sjukhuset med det sjuka barnet. Sköta kontakten med skolan och det friska barnets fritidsaktiviteter, se till att vardagen flyter på i så stor utsträckning som möjligt.
- **Avlasta på sjukhuset:** Vara med det sjuka barnet så att föräldrarna kan vara hemma och vila, göra saker tillsammans med de friska syskonen eller få tid för varandra.
- **Bistå med ekonomiska saker:** Hålla koll på praktiskt pappersarbete, sköta kontakten med Försäkringskassan (kom ihåg att det kan krävas en fullmakt från familjen), eventuellt bistå ekonomiskt.
- **Hjälpa till med information:** När ett barn är sjukt kan det finnas många släktingar och vänner som frågar hur barnet och familjen mår och som vill veta hur det går med behandlingen. Om du ska förmedla information till andra, är det viktigt att ni är överens om vilken information det är och till vilka den ska spridas.

Risken att ta över

PRECIS SOM NÄR det gäller den praktiska hjälpen och stödet är det viktigt att du som mor- eller farförälder är klok och vet din plats när det gäller själva behandlingen och kontakten med sjukhuset. Det är inte din sak att lägga dig i och komma med förslag när det gäller det medicinska – även om du har mängder med livserfarenheter eller kanske till och med har arbetat inom vården.

LÅT FÖRÄLDRARNA ANSVARA för kontakten med sjukhuset och låt dem fatta alla beslut som har med behandlingen att göra. Annars finns en risk att de håller dig på avstånd – eller att du blir helt utestängd.



Foto: SHUTTERSTOCK

Om barnbarnet inte bor i närheten

ÄVEN OM DU bor långt borta och inte har möjlighet att hälsa på, så finns det mycket som du kan hjälpa till med. Framför allt kan du vara en god lyssnare och se till att hålla kontakt med hela den drabbade familjen genom att skicka sms, brev eller ringa.

OM DU VILL komma och hälsa på, fundera på om du ska bo någon annanstans än hemma hos den drabbade familjen. Låt deras hem få vara ett ställe där de kan slappna av och vara sig själva.

Föräldrarnas relation

HUR FÖRÄLDRARNA REAGERAR och vad som händer med deras relation när familjen går igenom en kris är beroende av många faktorer, men framförallt beror det på hur relationen såg ut innan. Var det en fungerande relation, fanns det ett gott samarbete mellan föräldrarna kring deras gemensamma liv? Det finns också en rad både inre och yttre faktorer som kan påverka hur föräldrarna hanterar situationen, och i många fall reagerar de på två helt olika sätt.

INRE FAKTORER som kan påverka är bland andra tidigare erfarenheter av kriser, olika behov av att prata, få stöd och närhet. De kan ha olika förklaringar till sjukdomen, till exempel varför den uppstått just nu eller vad den kan bero på.

YTTRE FAKTORER som kan påverka föräldrarnas reaktioner är bland andra sättet på vilket beskedet lämnades, om beskedet var väntat eller oväntat, barnets ålder och möjligheten att själv ta beslut om och delta i vården.

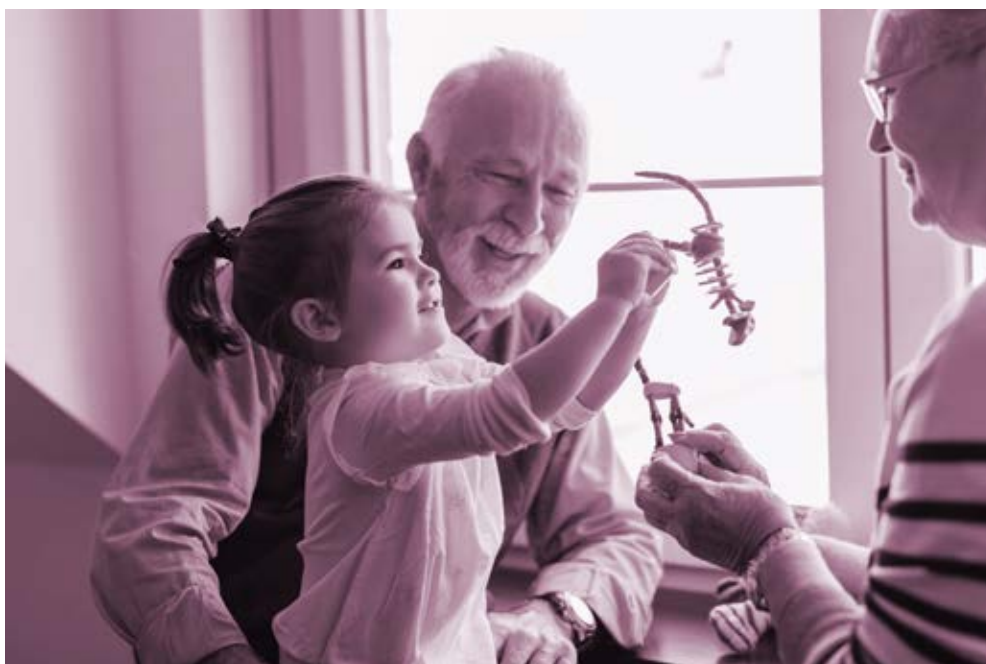


Foto: SHUTTERSTOCK

De friska syskonen

NÄR ETT BARN går igenom en cancerbehandling är det vanligt att de övriga syskonen kommer i skymundan. Allt fokus hamnar på det sjuka barnet och hela familjen lägger all sin energi på att hantera den nya situationen.

DET ÄR VIKTIGT att inte glömma bort de friska syskonen. De behöver ha någon att prata med och ställa sina frågor till kring sjukdomen, vad som händer med det sjuka syskonet och hur det kommer att påverka dem själva.

SOM FÖRÄLDER KAN det vara svårt att få energin att räcka till både för det sjuka barnet och för de friska syskonen. Här kan mor- och farföräldrar spela en viktig funktion som stöd och samtalspartner till de friska syskonen.

MÅNGA SYSKON BERÄTTAR att de tycker det är viktigt att vardagen kan rulla på i så stor utsträckning som möjligt. Skola, fritidsaktiviteter och kompisar kan bli en frizon där barnet har möjlighet att få vara som vanligt, utan att syskonets sjukdom är närvarande.

SOM MOR- ELLER farförälder kan du ha en viktig roll i att hjälpa de friska syskonen, hämta och lämna, se till att skolan fungerar och att kompisar och fritidsaktiviteter hinns med.

DET ÄR OCKSÅ viktigt att komma ihåg resten av din familj, dina andra vuxna barn och barnbarn. Försök hitta tid att umgås med och vara ett stöd även för dem, även om mycket fokus hamnar på den sjuka familjen. Annars finns en risk att dina andra barn och barnbarn känner sig bortglömda.

Diskussionsfrågor

OM DU TITTAR PÅ FILMERNÄ och läser det här studiematerialet tillsammans med andra, kan ni tillsammans diskutera och jämföra era respektive erfarenheter efter att ha tittat på ett avsnitt.

Här är några frågor att prata kring:

- Är det något som ni känner igen från det som Lennart pratar om i det här avsnittet?
- Hur är/var det för er, hur upplever/upplevde ni behandlingstiden?
- Har ni några lärdomar som ni vill dela med er av till de andra i gruppen?

Plats för egna anteckningar

Titta på de andra filmerna och ladda ner studiematerialet på:
www.barncancerfonden.se/mor-farforaldrar