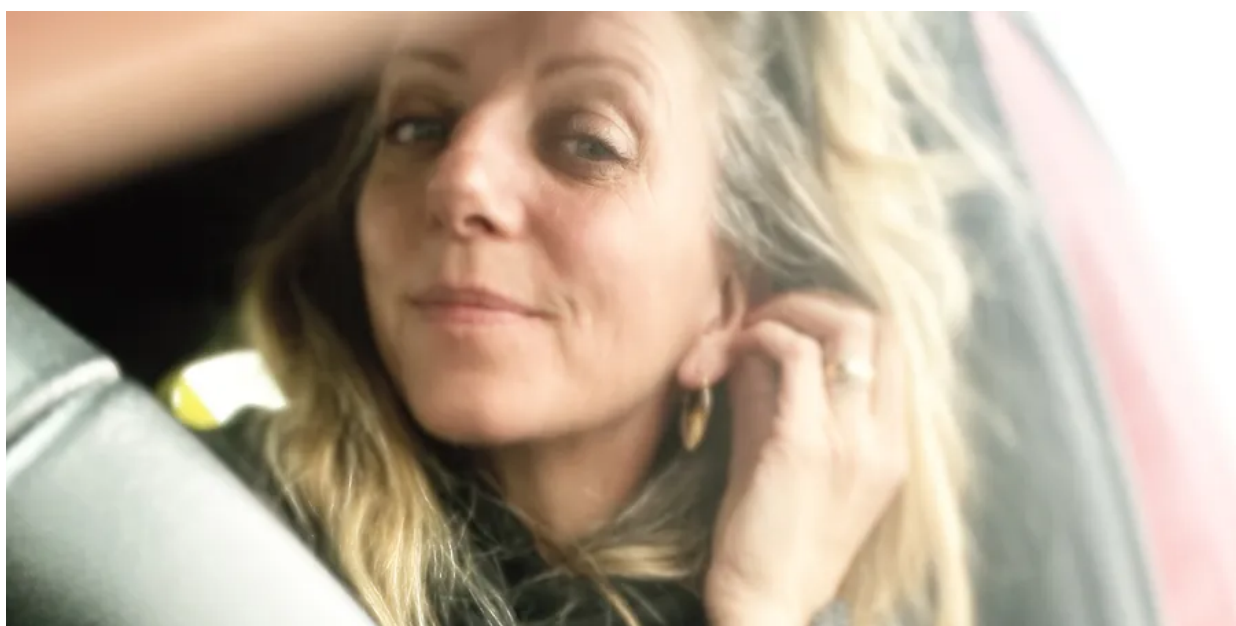


## Vilde Kamfjord «møtte seg sjølv» i si eiga bok

– På 80-talet då eg vaks opp, var det knapt nokon som snakka om barn som pårørende. Som vaksen kvinne ser eg at eg vaks opp som pårørende til mi fire år yngre søster, men det er først no, og etter eg skreiv boka, at eg brukar det ordet om meg sjølv, seier Kamfjord.



| Foto: Privat

### Den sjuke søstera

Ho er midt i ein bokturne i Telemark i regi av Den kulturelle skolesekken då Pårørendesenteret får eit telefonintervju med den travle forfattaren etter ho har sjekka inn på hotellet for ettermiddagen.

Vilde Kamfjord (48) debuterte i 2019 med boka *På omveien hjem* om ti år gamle Vinde som møter den vaksne Britt på toget til Lillehammer. Boka inneheld berre dialogen mellom dei to, og det er barnet som er mest

snakkesalig, men i Britt møter Vinde ein roleg og reflektert vaksen som reagerer slik ho skal på det Vinde på sitt litt barnlege vis fortel.

Vinde fortel kvinna om ei mor som må dra til New York for å «halda hovudet kaldt», om ein heim der foreldra ikkje har kontroll på kleda, slik at då skulen startar etter sommarferien, må Vinde ta på seg bunaden, sidan alle dei andre kleda er for små. Omsider fortel ho at ho har ei veslesøster. Vinde føler skuld for at søstera får oppdaga kreft, rett etter at ho braut armen medan Vinde skulle passa på henne. Britt avviser at Vinde har noko skuld i søstera sin kreftsjukdom, og legg til at ingen får kreft av å brekka armen, dei to hendingane heng ikkje i saman.

– Eg visste ikkje kor prega eg var av min eigen barndom før etter eg såg boka som teater. Oppdaginga av rolla som pårørende er eigentleg ganske fersk. Etter framsyninga snakka eg tilfeldigvis med psykiater og forfattar Anne Kristine Bergem som har arbeid mykje med barn som pårørende, og der byrja dei første brikkene å falla på plass, for eg og hadde, som Vinde, ei søster som var sjuk. Heldigvis gjekk det bra med søstera mi, men frå ho var fødd og fram til konfirmasjonsalderen, var ho inn og ut på sjukehus.



## Barn og unge som pårørende

Ønsker du å vite mer om vanlige reaksjoner og finne tips og råd for hvordan barn og unge kan bli ivaretatt?

### Her kan du lese mer om dette:

- Tips og råd
- Vanlige reaksjoner hos barn
- Vanlige reaksjoner hos ungdom
- [UngePårørende.no](https://www.ungeparrende.no)

## **Skreiv ho om seg sjølv?**

Vilde Kamfjord var fire år då søstera blei fødd, og ho hugsar ein barndom der det var ei anna som måtte få det meste av foreldras tid og merksemd. Eldstesøstera i familien var åtte.

– Eg veit ikkje om dette har prega storesøster sitt liv i like stor grad som mitt, kanskje ho forstod meir av kva som skjedde. Eit minne som har festa seg, er frå sommaren då lillesøster, to og eit halvt år gamal, reiste til Rikshospitalet for operasjon.

– Ho hadde lyst og viltert krusa hår då ho og foreldra mine drog. Då ho kom tilbake, var håret borte og ho hadde plaster både på hovudet og halsen.

Ho har ingen minne om at foreldra sette seg ned og fortalde og forklarte kva som skjedde. Vilde Kamfjord ser ikkje vekk frå at dei gjorde det, men har ingen konkrete minne om at det skjedde.

## **Ser fram til den gode samtalen**

– Eg kjenner at eg ønsker å snakka med foreldra og søstrene mine om oppveksten vår. Det trur eg skal bli fint og oppklarande, for heldigvis har eg eit godt forhold til både mor og far og begge søstrene mine. Denne prosessen har vekt ei nyfikne og undring i meg, og det er denne eg vil forfølga. Det er meir fruktbart enn å konsentrera seg om det eg ikkje eingong visste at eg sakna då eg vaks opp, poengterer ho. Det var jo berre slik det var.

Vilde Kamfjord er no på full veg inn i kjensler ho ikkje hadde tilgong på som lita jente. Når ho tenkjer tilbake, kan ho hugsa at ho engsta seg for søstera når ho var på sjukehus, og at ho passa på bamsane hennar. Ho hugsar ei søster som åt lite og kasta opp. Ei jente det var mykje styr rundt og som ho av og til kunne bli irritert på.

**“ Det er litt trist at eg i vaksen alder måtte læra meg å la nokon andre ta litt vare på meg.**

Å pirka, snu og venda på barndomen saman med foreldra, vil bli ei oppdagingsreise i ei verd dei har snakka lite om, der alle truleg har ganske forskjellig oppfatning av kva som skjedde. Sjølv skulle ho som barn ynskt at foreldra sette seg ned og snakka med henne om det som skjedde med søstera.

## **Sakna foreldra blant publikum**

Det et ikkje til å stikka under ein stol at den unge Vilde skulle ønska at foreldra var meir opptekne av henne også. I hennar minne var dei aldri med på fotballkampar eller skulearrangement, fordi det alltid var noko som var viktigare ein anna stad. Ho har ingen minne om at foreldra nokon gong fekk avlastning.

Vilde veit ikkje om dette stemmer, men det er slik ho hugsar det. Dette er truleg grunnen til at ho er ekstremt oppteken av at hennar eigne barn skal ha «sine» i salen og på tribuna.

– Eg har nesten gått i motsett grøft og orkar nesten ikkje tanken på å ikkje vera der for dei. Ein gong var eg på nippet til å avlysa ein utanlandstur fordi den kolliderte med ei dansetilstelling for dotter mi. Viss ikkje eg eller mannen min kan vera til stades, er eg veldig opptatt av å få nokon andre til å vera der, forklarar ho.

48-åringen er fullt klar over at dette kontrollbehovet til tider kan verka irriterande på omverda. Oppveksten som pårørande har også gjort henne svært sjølvstendig. Vilde lærte seg tidleg at ho måtte ordna opp på eigahand, og ikkje rekna med hjelp frå andre.

## **Ei som greier seg sjølv**

– Det er noko bra med det, samstundes er det litt trist at eg i vaksen alder måtte læra meg å la noko andre ta litt vare på meg. Slik var det då eg møtte mannen min. Før det hadde eg vore så god på å styra livet mitt utan å rekna med nokon, seier ho.

Stadig får ho aha-opplevingar og ny innsikt i korleis pårønderolla har prega og framleis pregar livet ho lever i dag. For nokre år sidan blei mannen hennar alvorleg sjuk ein periode. Då minnest Vilde at ingen på sjukehuset spurde korleis dei tre barna hennar hadde det. Det sjokkerte henne at ingen

heller no såg barna, men ho vel å tru at det var ein glipp i ei tid då ho veit at det generelt er meir merksemd rundt barn som pårørande.

Sjølv snakka Vilde heile tida med barna om det som skjedde med far deira og sytte for at kvardagen gjekk sin gong i unntakstilstanden. Ho meiner det er viktig å våga å snakka med barna om alvorleg sjukdom å gi barn den informasjonen dei treng.



### **Alle kjensler er lov**

– Barna må også bli fortald at det er lov å vera sint og trist og redd, sjølv om den sjuke i familien har det endå verre. Dei fleste av oss er nok laga slik at me ikkje tillèt oss sjølve slike kjensler når andre er sjuke, med mindre me blir fortald at det er lov å føla slik. Men pårørande i alle aldrar treng å få beskjed om dette. Me må hjelpa pårørande å sortera i det dårlege samvitet. Ingen evnar å gå inn i desse kjenslene utan dårleg samvit, utan å få lov, framheld ho.

Det er heilt i det siste at Vilde har tillate seg sjølv å bruka ordet pårørande om seg sjølv. Dramatiseringa av boka gjennom *Den kulturelle skolesekken* har forløyst mykje av dette, vedgår ho. Vilde Kamfjord gler seg til å få sett fleire ord på dette og ho puslar stadig saman fleire brikker i puslespelet av seg sjølv.

Som vaksen og mor til tre skjønar Vilde også meir av kva påkjenningar foreldra har stått i, så mykje uro og redsle dei har gått med.

Denne redsla og uroa fekk Vilde sjølv kjenna på då eit av barna fekk «usynleg» epilepsi. Det tok svært lang tid før legane fann ut kva som feilte

barnet. Det å ikkje vite, var ei stor påkjenning, men mora var veldig medviten på å ikkje la hennar frykt bli barnas frykt.

### **La barna få snakka om Alvoret**

Det var ein elev ho traff på skulebesøk som gjorde Vilde merksam på at hovudpersonen i boka heiter nesten det same som henne, Vinde.

– Eg blei nesten flau då han påpeikte det, for eg hadde ikkje tenkt over det sjølv. I ettertid seg eg at undermedvitet nok jobba medan eg skreiv, for eg kunne ikkje laga denne boka utan dei erfaringane eg har med meg frå barndommen min.

Av og til får Vilde Kamfjord vita at elevar med sjuke søsken blir tekne ut av klassen før ho kjem og skal lesa frå boka. Det gjer henne trist. Ho trur kunst og litteratur gir menneske eit gyllent høve til å snakka om noko som ikkje handlar om deg sjølv, sjølv om det djupast sett likevel gjer det.

– Gjennom å lesa om sjuke søsken, kan du utvikla språk og rydda i tankar gjennom ein litterær karakter, på trygg avstand, seier Vilde Kamfjord.