

Dunderhonning

Det finnes en liten tegneseriebjørn som heter Bamse, og som har tilnavnet «verdens sterkeste bjørn». Bamse er en veldig modig, snill og grei bjørn. Han hjelper alltid vennene sine når de trenger det, også i farlige situasjoner. Men Bamse er ikke superhelt hele tiden.



Den lille bjørnen har blå snekkerbukse og mange venner. Det er den svenske forfatteren Rune Andreasson som har skapt Bamse og historiene om han og vennene hans. For å være verdens sterkeste bjørn trenger Bamse dunderhonning. Han kan ikke lage dunderhonningen selv. Det må bestemoren hans gjøre.

“ ***Uten dunderhonning er Bamse en ganske vanlig figur.*** ”

Han er fremdeles snill og grei, men han har ikke krefter til alle de modige tingene han må gjøre når han hjelper andre.

Når noen i en familie blir syk, skadet, kommer i fengsel eller har et rusproblem blir det ofte for få voksne til å sørge for alt som må ivaretas. Voksne kan selv være den eller de som er syke eller de kan være opptatt av alt som må gjøres og organiseres omkring den som er syk. I tillegg kan de være slitne, bekymrede, lei seg og fortvilt. I forbindelse med sykdommen kan det dukke opp økonomiske problemer og praktiske problemer. Alle disse tingene reduserer naturlig nok den eller de voksnes kapasitet.

En tung bør

I familier som opplever slike situasjoner, blir barn pårørende til en forelder eller et søsken. Norge i dag finnes det veldig mange barn som er pårørende. Mange av barna og ungdommene i disse familiene må hjelpe til hjemme. Noen handler, vasker og passer småsøsken. Andre holder foreldrene med selskap, hjelper dem med medisiner eller personlig hygiene og stell. Barn som er pårørende, bruker mange krefter på å få hverdagene hjemme til å gå i hop. Alt ansvaret og alle oppgavene de tar på seg går ofte ut over egen fritid, venner og skolearbeid.

Samtidig må barn som er pårørende håndtere sine egne bekymringer for den som er syk og hvordan sykdommen påvirker hverdagen. Mange har også vonde følelser som sorg, sinne, frustrasjon og skam. Barn og unge som er pårørende skåner ofte foreldrene sine for det de selv sliten med fordi de vil beskytte foreldrene sine mot enda flere belastninger.

Noen foreldre har sykdommer som endrer dem slik at de blir irritable, oppfarende og ubehagelige mot andre mennesker, sine egne barn inkludert. Noen foreldre kan bli uforutsigbare. Andre kan bli glemske, ukonsentrerte og uoppmerksomme. Når man bor sammen i en familie vil barn og unge oppleve disse tingene i hverdagslivet sitt.

“ Barn som er pårørende, er ofte sterke. De finner måter å leve med situasjonen på. De gjør det fordi de må.

Påfyll utenfra

Barn med pårøndererfaring som har blitt voksne sier sjelden at de ønsker noen hadde tatt dem bort fra situasjonen de vokste opp i. De var glade i sine foreldre og mange opplevde mestring og mening i hverdagen ved å være viktige personer hjemme. Men mange uttrykker likevel en sorg over ikke å ha blitt sett eller anerkjent. Andre hadde ønsket seg litt avlastning eller noen å snakke med. Noen har sagt at et trygt sted å søke tilflukt de verste dagene kunne vært fint å ha. Ønskene er ikke spesielt store i omfang.

Litt mer informasjon går også igjen som et ønske. Både informasjon om sykdommen og om hvordan den virker inn på den syke og hverdagen etterspørres.

Som i fortellingen om Bamse blir det tydelig at det er ikke det å være sterk som er problemet. Barn som er pårørende, kan være veldig sterke. De er veldig sterke. Fordi de må.

Men når påfyllet utenfra mangler går det ikke i lengden.

“ Det å være sterk for andre er bare mulig når man får påfyll fra noen andre utenfor seg selv.

Barn som er pårørende, skal ikke ha voksenansvar hjemme. Det må være et mål vi skal jobbe for å innfri. Men det går ikke an å starte med å si at barna må la være å ta ansvaret. Vi må starte med å bygge opp tjenester på en slik måte at det ikke blir noe ansvar å ta for barn – fordi noen voksne allerede har tatt det.

Inntil vi klarer det, må vi sørge for at det finnes muligheter for påfyll for alle barn og unge som lever med ansvar og oppgaver i familien.

“ Vi må sørge for at ivaretagelse av barn og unge pårørende er en naturlig del av all helsehjelp

Vi må ha gode lavterskeltilbud rettet direkte mot barn og unge i tillegg til tjenestene rettet mot familiene. Vi trenger rikelig med tilgjengelige og trygge voksenpersoner i barnehager og skoler. Vi trenger gratis fritidsaktiviteter, leksehjelp og mat på skolen. Vi trenger miljøarbeidere og helsesykepleiere med god tid.

Alle barn må ha minst én «bestemor» med dunderhonning.



Tekst:

Anne Kristine Bergem

Spesialist i psykiatri