

دعم شخص ما يرعى طفلاً مريضاً جداً

عندما يقوم أحد أفراد العائلة أو صديق برعاية طفل مريض بمرض خطير قد لا تعرف ما تقول أو تفعل. يمكن أن يفيد التواصل مع العائلة لأن رغبتك بالمساعدة قد توفر لهم الراحة.

غالباً ما يجهل الناس ما يقولون أو يفعلون، لهذا لا يفعلون شيئاً، وينتظرون التواصل مع العائلة. يمكن للعائلات أن تشعر بأنها

تُركت معزولة ومجروحة وقد لا يعرفون كيف ومتى يطلبون المساعدة.

يوجد الكثير من الطرق المختلفة لعرض المساعدة. قد تقدم لصديقك فكرة بما يمكن أن تفعله. إذا كنت غير متأكد من كيفية دعمه، إسأله ماذا يمكنك أن تفعل للمساعدة.

من المهم أن تتذكر بأن الهدف هو دعم العائلة بطريقة يستفيدون منها. يمكن للأشخاص أن يجدوا صعوبة في طلب أو قبول مساعدة، لذلك حاول تقديم دعم بطريقة عملية وحساسة تكون سهلة عليهم قبولها.

التواصل

حتى لو كنت غير متأكد مما يجب قوله فإن التواصل مع العائلة مفيد. إيماءات بسيطة كرسالة قصيرة عبر الهاتف الجوال أو رسالة عبر البريد الإلكتروني أو بطاقة هي بعض الوسائل لإظهار إهتمامك. سماع "كنت أفكر فيكم" يمكن أن تكون مصدر راحة وقوة.

لو أخذت هدية للطفل المريض، حاول أن تقدم هدية صغيرة أو تولي بعض الاهتمام الخاص بإخوته أيضاً. المساعدة في المحافظة على روتين الإخوة بشكل طبيعي قدر الإمكان يمكن أيضاً أن تكون طريقة رائعة لإظهار دعمك. أن تعرض عليهم أخذهم إلى نشاطات بعد دوام المدرسة أو الإعتناء بهم بينما أحوهم المريض أو أختهم المريضة تحضر موعداً طبيياً هي بعض الطرق السهلة للمساعدة.

العائلة بحاجة أحياناً للتحدث عن تجاربها وفي أوقات أخرى لن يختاروا ذلك. راقب أية إشارات إن كانوا يريدون التحدث أو الإلهاء أو الرفقة الهادئة فقط.

الاحترام

احترم العائلة ومنزلهم وروتينهم وحاجتهم للخصوصية. إنها فكرة جيدة أن تتأكد مسبقاً من العائلة قبل الزيارة. كن مستعداً بأنه من الممكن أن لا يكون يوماً جيداً للزائرين أو قد يكونون منشغلين جداً.

لا تشعر بالاحباط لو طلبوا منك أن لا تزورهم. كل يوم هو مختلف بالنسبة للعائلة التي ترعى طفلاً مريضاً جداً. ابق على علاقة مع العائلة وتابع عرض الدعم طوال فترة مرض الطفل.

ضع في إعتبارك مرض الطفل. إن كنت مريضاً أو كنت متواجداً في حضرة شخص آخر مريض لا تأتي للزيارة حتى تشعر بالتحسن.

”يمكن للأشخاص أن يجدوا صعوبة في طلب أو قبول مساعدة، لذلك حاول تقديم الدعم بطريقة عملية وحساسة تكون سهلة عليهم قبولها.“

أعرض

غالباً ما تكون العروض العملية الصغيرة موضع ترحيب، وهذه قد تشمل:

- ◀ تقديم وجبة سهلة تفي بالغرض في وعاء لا داعي لإرجاعه
 - ◀ مساعدة العائلة بالمحافظة على روتينهم بتوفير المواصلات ومجالسة الأطفال
 - ◀ تدبير أمور حيواناتهم الأليفة أو إخراجهم في نزهة على الأقدام
 - ◀ جَزّ الحشيش والعناية بالحديقة
 - ◀ تسوّق البقالة
 - ◀ جلب الأدوية أو اللوازم
 - ◀ المساعدة في التنظيف بالمكنسة الكهربائية أو الغسيل أو الكي أو الواجبات المنزلية الأخرى
 - ◀ المساعدة في الإجابة على المكالمات التلفونية والرسائل والمراسلات الأخرى بالنيابة عن العائلة
 - ◀ تقديم العرض أو الترتيب لرعاية طفلهم
- تقديم إقتراحات ملموسة للمساعدة، مصاغة بطريقة يمكن للعائلة رفضها بسهولة. مثلاً أرسل لهم رسالة قصيرة على الهاتف الجوال تقول "أنا أجلب العشاء، هل يمكن أن أجلب العشاء لكم؟" أو "ليس لدي إرتباطات يوم السبت بعد الظهر، هل تريدون مني أن أعتني بأطفالكم؟"

بعض الأحيان قد يشعر الوالدين بأنهم منفصلين عن أصدقائهما. لا تنسى أن تشملهما في النشاطات "اليومية". وقد يتضمن هذا الأمر اللقاء لشرب فنجان قهوة أو الخروج بنزهة على الأقدام أو الذهاب إلى السينما.

نسق

قد يكون هناك قائمة للمساعدة في تنسيق المساعدة المقدمّة من الأصدقاء والعائلة. يمكن أن تساعد القوائم بتحديد المهمات التي تدعم العائلة والتي قد تشمل الوجبات الغذائية والمواصلات والواجبات المنزلية. يمكن أن تكون القوائم مساعدة للأشخاص الذين لا يعلمون كيف يساعدون ويمكن أن تدرج مهمات معيّنة حددتها العائلة والتي يمكن أن يؤديونها طوعاً. قد يكون من المفيد تعيين صديق موثوق به أو فرد من العائلة لتنسيق القائمة بالنيابة عن العائلة لتخفيف عدد الأمور المترتبة عليهم.

عمل فني بواسطة أنابيل، عمرها 15 سنة



”لا تنسى أن تشملهم في النشاطات اليومية“ وقد يتضمنه هذا الأمر اللقاء لشرب فنجان قهوة أو الخروج بنزهة على الأقدام أو الذهاب إلى السينما.“

palliativecare.org.au/children

Supporting someone who is caring for a seriously ill child (Arabic)

Palliative Care Australia is funded by the Australian Government

Palliative Care Australia (الرعاية الملطفة استراليا) مؤلّتها الحكومة الأسترالية