

# 支持照顾重病儿童的人

当家庭成员或朋友正在照顾一个重病孩子时，您可能不知道该说些什么或做些什么。只要您向这个家庭伸出援手就可能会有所帮助，因为您想帮助他们的意愿会让他们感到安慰。

通常在这种时候人们不知道该说些什么或做些什么，因此他们什么都不做，等待这个家庭主动向他人寻求协助。这个家庭里的人可能会感到孤立和痛心，他们可能不知道如何或何时去寻求帮助。

提供帮助的方法有许多。您可以让您的朋友知道您能做些什么。如果您不确定如何支持他们，问问他们需要您做些什么帮忙。

请务必牢记，要以适合这个家庭的方式来提供协助为目标。有的人会感到很难要求或接受他人的帮助，所以尽量以实际、有同理心的，他们容易接受的方式提供支持。

## 伸出援手

即使您不知道该说些什么，向这家人伸出援手也很有帮助。诸如发送短信、电邮、或送卡片之类的简单行为都是表达您关怀的方式。听到“我一直在想你”这样的话语，可以给予人们安慰和力量。

如果您要给生病的孩子送礼物，试着给他们的兄弟姐妹也准备一份小礼物或向他们表达一些特别的关怀。帮助患者的兄弟姐妹们尽可能保持日常规律的生活也是很好的表达您支持的方法。当患者身体不适要前去就诊时提出带其他兄弟姐妹去参加课外活动，这些都是能够提供简单协助的方法。

患者的家人有时需要倾诉他们的经历，而有时候他们会选择不这样做。请留心观察他们是想要倾诉、分散注意力，还是只想要人安静地陪伴。

## 尊重

尊重患者的家庭、他们的家园、他们的日常生活，以及他们对隐私的要求。要前往拜访前应与患者的家庭确认会比较好。要做好心理准备可能时机不对，不宜拜访，或者他们当天可能太忙了。

如果他们要求您不要过去拜访，不要感到失落。对于照顾重病孩子的家庭来说，每天都是不同的。在孩子生病期间与该家庭保持联系并继续给予支持。

要考虑到孩子的病情。如果您身体不适或身边有其他人生病，在您感觉身体恢复健康以前请不要前去探望。

**“有的人会感觉很难要求或接受他人的帮助，所以尽量以实际的、有同理心的，他们容易接受的方式提供支持。”**

## 提供帮助

提供一些实际的小帮助通常是很受欢迎的支持方式，这些帮助包括：

- › 准备一顿简单的饭菜，并放在不需要退回的容器中
- › 通过帮助接送和照看孩子来帮助家庭维持他们的日常生活
- › 看顾他们的宠物或带它们散步
- › 修剪草坪或修整花园
- › 买菜
- › 取药或日常用品
- › 帮助进行吸尘、洗衣、熨衣或其他家务
- › 帮助该家庭代接听电话、留言及处理其他信件
- › 亲自提供或安排他人照顾他们的孩子

提供帮助的提议要切实，用患者家庭可以委婉拒绝的方式来表达。例如，给他们发送这样写的短信：“我在准备晚饭，您要我带些晚饭给您吗？”或者“星期六下午我有空，您需要我照看孩子吗？”

有时家长们可能会觉得与朋友断绝了联系。别忘了让他们参与“日常”活动。这可能包括约他们去见面喝咖啡、去散步或者去看电影。

**别忘了让他们参与“日常”活动。这可能包括约他们去见面喝咖啡、去散步或者去看电影。**

## 协调

轮值表或许能够帮助协调朋友和家人为患者家庭提供支持。轮值表可以帮助确定能够支持患者家庭的任务，其中可包括膳食、接送和家务。对于那些不知道如何提供帮助的人来说，轮值表也会很有用，因为表中可以列出该家庭所指定的具体任务，让前来帮忙的人可以自行安排进行。建议可以委任一位值得信赖的朋友或家庭成员协调轮值表，这样可以减少患者家庭需要处理的事情的数量。

Anabelle 的艺术作品, 15岁

