



## **Juno** Romersk gudinde for børn og familie

Kære Forældre

I sidder nu med en folder eller en hjemmeside foran jer, I nok aldrig havde forestillet jer skulle komme i jeres søgelys.

Men hvis jeres barn netop har fået konstateret cancer og I er tilknyttet afdeling 5054, er der pludselig vendt op og ned på hele jeres liv. Verden står stille for jer og det er svært at tro, at livet nogensinde skal blive normalt igen. Det er en benhård tid, I går i møde, og der er brug for en masse ressourcer og hjælpende hænder udover jeres egen kæmpe indsats.

En velfungerende familie er en forudsætning for det syge barns trivsel. Men det kræver i forvejen store kræfter og ressourcer bare at klare dagen og vejen. Så hvor får I kræfterne fra og hvornår får I snakket om de alvorlige problemer, I står over for? Hvordan håndterer I eventuelle søskende, bedsteforældre, venner, kolleger, barnets institutioner, kommunen m.m. bedst muligt?

De vil sikkert alle sammen gerne holdes orienteret og hjælpe til – men hvordan gør I det, uden det tapper for meget på kræfterne.

Det er en enorm udfordring og det kræver, at I er godt rustet hele vejen igennem sygdomsforløbet. I kan ikke styre sygdommen, men I kan – til en vis grad – være med til at styre forandringerne I jeres liv.

Som et supplement til Juliane Marie Centrets tilbud, vil vi gerne være behjælpelige via vores nye tilbud, JUNO.

Tilbuddet består af:

- Afklarende, individuelle samtaler med en psykolog
- Undervisning i hvordan I tackler omvæltningen i familiens liv
- Netværksgruppe med familier i samme situation

I behøver ikke være medlem af Foreningen Cancerramte Børn og det koster ikke noget at deltage. Tilbuddet retter sig til barnets forældre og/eller eventuelle stedforældre.

Juno ledes af psykolog Ane Christensen. Vi har kun plads til at modtage fem nye familier pr. kvartal, så I vil blive optaget i den rækkefølge I melder jer. Se nederst hvordan I melder jer. Her kan I læse lidt mere om indholdet.

### **Samtaler med biologiske forældre/stedforældre (alene eller sammen):**

Forløbet starter med, at I mødes nogle gange med psykologen til individuelle, afklarende samtaler om jeres situation. Her skal vi sammen finde ud af, hvordan vi bedst hjælper jer videre.

Nogle mennesker har et stort behov for at være sammen andre og dele deres oplevelser og følelser. Andre vil måske helst putte sig og lukke sig inde.

I begge tilfælde er det meget betydningsfuldt, at få erkendt og bearbejdet jeres situation med en professionel, som ikke har så mange følelser involveret.

I skal igennem en svær proces, hvor I skal have bearbejdet og erkendt nye jeres svære livsvilkår. Det gælder om at finde en balance mellem håbet og troen på, at det nok skal lykkes at helbrede netop Jeres barn - samt en realistisk vurdering af den konkrete situation, dvs. at der er en risiko for, at Jeres barn måske kan dø af sin sygdom.

Måske er I parate til at tage del i et gruppeforløb med det samme. Måske har I brug for lidt mere tid inden I melder jer. Måske har I nogle helt andre behov, som vi vil prøve at være behjælpelige med. Her er der plads til at tale om jeres personlige forhold, som I måske ikke umiddelbart har lyst til at dele med de andre i gruppen.

### **Undervisning**

Alt er forandret og mange andre mennesker sætter nu dagsordenen for jeres liv - udover jeres syge barn.

Sygdommens forløb, hospitalspersonale, socialcenter, specialinstitutioner, aflastning, foreninger og organisationer bliver en del af hverdagen omkring barnet og resten af familien. Det kræver sin forælder m/k at få styr på dette.

Man er konstant på overarbejde både fysisk og psykisk. Heldigvis lever vi et samfund, hvor det offentlige kompenserer for en række af følgevirkningerne - i hvert fald økonomisk.

Men hvad stiller man op med angsten, der indfinder sig, når diagnosen stilles og er med under hele forløbet?

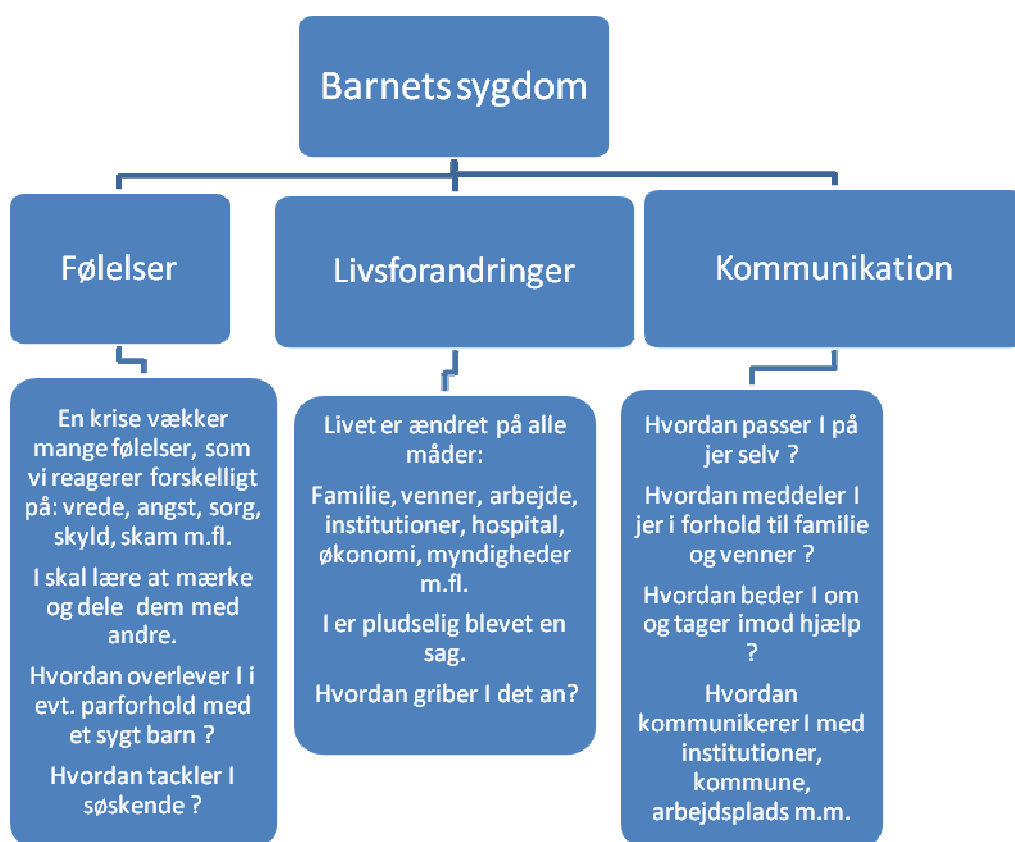
Hvad med sorgen over tabet af det raske barn og den evige frygt, man som forældre skal gå rundt med resten af livet? Hvad hvis helbredelse ikke lykkes? Eller hvis barnet overlever med alvorlige mén?

Hvad gør man med eventuelle søskendes reaktion? Hvordan kommunikerer man med omverdenen uden at blive slidt op?

Hvad med tabet af hele eller store dele af arbejdslivet. Venner og bekendtes reaktioner. Samt ikke mindst parforholdet, der bliver sat på en hård prøve?

Det er en uvis fremtid, der venter forude og erfaringen viser desværre, at nogle familier splittes, netop fordi de har så svært ved at udveksle og dele følelser og klare de mange krav både fra børn og voksne omkring dem. Desuden kan det være svært at komme tilbage til arbejdsmarkedet, især hvis forløbet har været langvarigt og man mister kompetencer.

Undervisningen vil tage udgangspunkt i nedenstående model og hver gang vil vi indlede med et oplæg fra projektlederen og siden få god lejlighed til at diskutere emnet. Indimellem vil få besøg af andre kompetente personer fra denne verden, som kan berige os med deres viden. .



### Netværksgrupper:

Forskning viser, at nogle af nøgleordene for at komme så helskindet igennem jeres barns sygdomsforløb som mulig er åbenhed, ærlighed og erfaringsudveksling med ligestillede.

I tilbydes derfor at deltage i en netværksgruppe, hvor I deler både erfaringer og får faglig viden om det forløb, I står over for. Dette kan mindske følelsen af at stå alene, som nogle af jer måske gør.

Under alle omstændigheder vil alle menneskerne i gruppen have en særlig forudsætning for at rumme og forstå netop din specielle situation. I vil komme til at dele både glæder og sorger på en meget intens og givende måde. Måske kender I hinanden i forvejen fra afdelingen.

Vi regner med, at hver gruppe bliver på cirka fem familier. Men da det er et helt nyt projekt, kan vi muligvis regulere lidt op eller ned undervejs også i forhold til mødefrekvensen og indholdet. Det får I indflydelse på ved hjælp af et anonymt spørgeskema undervejs.

### **Hvordan gør I ?**

Hvis I vil vide mere eller melde jer til Juno skal I ringe eller maile til Ane Christensen (se nederst).

Vi regner med at gå i gang med de første samtaler i september måned og starte den første gruppe op til oktober. De individuelle samtaler foregår i en praksis på Vesterbrogade.

Gruppen mødes i nærheden af Rigshospitalet et par timer ad gangen hver uge og siden hen én gang om måneden i op til to år. Tidspunktet er sen eftermiddag, af hensyn til eventuelle arbejdende forældre. Vi serverer en lille anretning til at gå hjem på hver gang, så I ikke skal tænke på aftensmad til jer selv.

Vi har desværre ikke plads til børnene, så I må arrangere jer med barnepige den dag. Husk, hvor vigtigt det er, at I får ressourcer til at komme igennem forløbet, selvom barnet resten af tiden naturligvis kommer i første række.

Med venlig hilsen



Jan Johnsen Tlf. 20 30 09 05 mail: [fcb@mail.dk](mailto:fcb@mail.dk)

Lone Høstmark Tlf. 40 44 09 62 mail: [e.l.o@tiscali.dk](mailto:e.l.o@tiscali.dk)

Ane Christensen, psykolog og kontaktperson

Tlf. 26 12 26 29 mail: [ac1601@gmail.com](mailto:ac1601@gmail.com)