

Πώς πρέπει να μιλήσουμε στο παιδί αν κάποιος από τους γονείς έχει καρκίνο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η μάχη που δίνει ένας ασθενής ενάντια στην επάρατη νόσο δεν πλήττει μόνο το σώμα του, αλλά και την οικογένειά του, πόσο μάλλον όταν υπάρχουν μικρά παιδιά, που μία από τις μόνιμες και πιο έντονες ανησυχίες τους είναι ότι θα χάσουν την μαμά και τον μπαμπά. Στην προσπάθειά τους, λοιπόν, να τα προστατεύσουν πολλοί γονείς αποφεύγουν να συζητήσουν μαζί τους για την ασθένειά τους.

Είναι μια συζήτηση όμως, που πρέπει να γίνει. Γιατί όσο και αν θέλουμε να κρατήσουμε τα παιδιά μακριά από την «κακιά αρρώστια», όσο και αν θέλουμε να τους υποσχεθούμε ότι θα είμαστε πάντα δίπλα τους, δεν πρέπει να τους δίνουμε ψεύτικες πληροφορίες για μια κατάσταση που επηρεάζει ολοκληρωτικά και αμετάκλητα όλη την οικογένεια.



Πείτε την αλήθεια από την αρχή

Το να αποφύγουμε να συζητήσουμε για ένα τόσο σοβαρό θέμα μπορεί να μας βγάλει από την δύσκολη θέση βραχυπρόθεσμα όμως δεν αποκλείεται μακροπρόθεσμα να τραυματίσει την ψυχοσύνθεση του παιδιού. Όσο μικρό κι αν είναι, μπορεί να καταλάβει ότι κάτι συμβαίνει στο σπίτι. Όλη αυτή η μυστικότητα μεγεθύνει το πρόβλημα, με αποτέλεσμα να πλάθει σενάρια και να βγάζει ανακριβή συμπεράσματα. Μπορεί, λοιπόν, το να το εκθέσουμε σε αυτή την βάνουση πραγματικότητα να είναι δύσκολο, ωστόσο αν βρούμε τον κατάλληλο τρόπο να του επικοινωνήσουμε την αλήθεια, δεν του προκαλούμε επιπλέον ανασφάλεια και το προστατεύουμε από τις δικές του σκέψεις.

Η ασθένεια έχει όνομα και λέγεται καρκίνος

Δυστυχώς, δεν υπάρχει μία και μοναδική συνταγή για το πώς θα μιλήσουμε στο παιδί για τον καρκίνο, γιατί κάθε οικογένεια και άνθρωπος είναι διαφορετικός. Καλό θα ήταν όμως όταν μπείτε στην διαδικασία να το κάνετε, να ονοματίσετε την ασθένεια, γιατί μόνο έτσι θα την απομυθοποιήσετε στο παιδί -όσο είναι εφικτό-. Διαφορετικά, παίρνει μεγαλύτερες διαστάσεις στο μυαλό του και του προκαλεί επιπλέον άγχος.

Περιγράψτε την ασθένεια με γλώσσα απλή, την οποία το παιδί θα μπορεί να κατανοήσει. Δεν είναι ανάγκη να επιμείνετε σε λεπτομέρειες. Το σημαντικό σύμφωνα με τους παιδοψυχολόγους, είναι να μιλήσετε για τις αλλαγές που πρόκειται να συμβούν τόσο στην εμφάνιση του ασθενή, όσο και στην καθημερινότητα της οικογένειας. Συγκεκριμένα λόγω της της νόσου, ο ασθενής μπορεί να χάσει βάρος και τα μαλλιά του. Η εικόνα που έχει το παιδί για τον γονιό του πρόκειται να αλλάξει γι' αυτό και είναι προτιμότερο να είναι ενημερωμένο,

έτσι ώστε να μην τρομάξει και πληγωθεί.

Η καθημερινότητα της οικογένειας επίσης αλλάζει και μάλιστα δραματικά. Οι αντοχές δεν είναι οι ίδιες, το ίδιο και η διάθεση. Επιπλέον, κάποιες δραστηριότητες και ώρες που περνούσε το παιδί με τον γονιό ενδεχομένως να χρειάζεται να περιοριστούν. Σε αυτή την περίπτωση εξηγήστε του, ότι μπορεί η ρουτίνα σας να αλλάζει, αλλά ο χρόνος που θα του αφιερώνετε, αν και λιγότερος, θα συνεχίσει να υπάρχει. Στόχος σας είναι να δημιουργήστε εκ νέου μια καινούρια καθημερινότητα στην οποία το παιδί θα μπορεί να νιώσει ασφάλεια.

Ενθαρρύνετε συζητήσεις γύρω απ' το θέμα

Αν το παιδί θέλει να μιλήσει και να ρωτήσει για την ασθένειά σας, ενθαρρύνετέ το. Μπορεί να είναι συζητήσεις συναισθηματικά φορτισμένες ωστόσο πρέπει να διατηρήσετε την ψυχραιμία σας, έτσι ώστε να μπορέσει να σας εκφράσει και εκείνο τα συναισθήματα και τις ανησυχίες του. Ακόμη κι αν δεν γνωρίζετε τις απαντήσεις, μην διστάσετε να πείτε «δεν ξέρω». Το σημαντικό είναι να μην νιώθει το παιδί απομακρυσμένο από σας.

Ανάλογα με την ηλικία του παιδιού και γνωρίζοντας τις ανάγκες του αναπτυξιακού σταδίου στο οποίο βρίσκεται θα μπορέσετε και με την βοήθεια ενός επαγγελματία ψυχολόγου να κατευνάσετε τους φόβους του. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας για παράδειγμα, συχνά πιστεύουν ότι ο γονέας αρρώστησε επειδή ήταν ανυπάκουα ή άτακτα, με αποτέλεσμα να νιώθουν ενοχές και να κατηγορούν τον εαυτό τους. Από την άλλη, οι έφηβοι ανησυχούν για τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις της νόσου και κατά πόσο θα μείνουν χωρίς την στήριξη του γονιού τους. Είναι σημαντικό να γνωρίζετε αυτές τις σκέψεις για να μπορέσετε να το καθησυχάσετε και να παρέχετε στο παιδί μια γερή βάση στην οποία θα νιώθει ασφάλεια και εμπιστοσύνη για να σας μιλήσει.

Παρόλο που δεν μπορούμε να προστατεύσουμε τα παιδιά από τις δυσκολίες της ζωής, μπορούμε με τον τρόπο που διαχειριζόμαστε τέτοιες καταστάσεις να δημιουργήσουμε γερά θεμέλια εμπιστοσύνης, πίστης και ενότητας. Η επικοινωνία με τα παιδιά και η συμμετοχή τους σε ό,τι συμβαίνει στο σπίτι, θα τα βοηθήσει να αντιμετωπίζουν τις αναπόφευκτες προκλήσεις της ζωής. Είναι δύσκολο, όμως, το να ζουν σε μια ψεύτικη πραγματικότητα είναι χειρότερο.

*Πληροφορίες από το agsavvas-hosp.gr, mama365.gr