

Il tumore in famiglia: come parlarne ai bambini.

La malattia è un evento che quando entra a far parte della nostra vita, scuote gli animi e risveglia paure e fragilità.

Parlo di quelle malattie di cui si tende a parlare a voce bassa, malattie che come il tumore ci angosciano e ci isolano da tutto e tutti.

Perché quando il tumore si abbatte su di noi, sulla nostra vita e sui nostri familiari, la reazione immediata è quella di proteggere i nostri cari allontanandoli dalla nostra esperienza di dolore e dalle nostre preoccupazioni.

In verità stiamo solo evitando di assumerci la responsabilità del dolore altrui e del nostro. È come dirsi se non ne parlo vuol dire che non è vero! Parlare della propria malattia equivale a guardarsi dentro, a guardare ciò che in quel momento non siamo pronti ad accettare. Ma per sopravvivere ed affrontare la malattia abbiamo bisogno dell'amore e delle cure dei nostri cari, nessuno escluso, bambini compresi!!!!

L'idea di affrontare il discorso con i propri bambini è tremenda ma, pensare che tacendo ciò che sta accadendo a mamma o papà possa preservarli da questa brutta esperienza è un errore. Tacere li farà solo sentire inutili e insicuri se non colpevoli di un allontanamento che non comprendono. Loro sentono la nostra rabbia e la nostra paura e il non conoscerne le cause li rende altrettanto rabbiosi e paurosi.

Abbatte il muro del silenzio che separa noi dai nostri bambini è un'esperienza catartica che aiuta a crescere emotivamente!

Vediamo come e cosa dire ai nostri bambini???

Prima di tutto, dobbiamo sondare cosa i nostri figli sanno della parola cancro, tumore ecc.; quali emozioni e reazioni queste parole stimolano in loro. Ciò consentirà di condividere serenamente dubbi, incertezze e i sentimenti connessi alla malattia senza alterare l'equilibrio familiare. Il modo più semplice per farlo è raccontandogli una storia.

Una volta messi a conoscenza trasformiamo questa esperienza dolorosa in una possibilità di crescita sia per noi sia per loro. Evitando un atteggiamento costante di protezione eccessiva nei loro confronti li aiuteremo ad elaborare gradualmente la grave situazione che stanno attraversando.

Facciamoli sentire importanti e utili assegnandogli dei piccoli compiti. In questo modo stimoleremo in loro l'adattamento in vista degli innumerevoli cambiamenti che il cancro porterà in famiglia.

Rassicuriamoli. I bambini hanno mille e più domande a cui dare risposta. Non occorre dire loro tutto, ma ciò che si dice loro deve essere vero.

I bambini andranno informati preventivamente sia su tutto quello che accadrà a mamma o a papà durante la cura (il sopraggiungere della stanchezza connessa alla terapia e il relativo bisogno di riposo, la caduta dei capelli legata alla chemioterapia, eventuali ricoveri in ospedale ecc.) sia sul

fatto che poi le cose torneranno normali (i capelli ricresceranno, mamma o papà tornerà a casa, la stanchezza e il dolore della terapia poi passa,ecc.).

Mostriamogli i nostri sentimenti e domandiamogli se anche lui come noi nel sapere del tumore, ha paura, è arrabbiato o triste.

Tutto ciò aumenterà la coesione e la fiducia e ci lascerà liberi di ridere e piangere insieme trasformando l'evento cancro da qualcosa di distruttivo e mortifero in qualcosa di costruttivo e vivificatore.

Dr.ssa Anna Carderi

Psicologo psicoterapeuta sessuologo

Via R. Giovagnoli 6 Rm

Via del Falco 56 Riano Rm

per contatti 329 408 79 06

www.annacardi.it