

AKO TO POVIEM MÔJMU DIEŤAŤU?

Rodičia hovoria s deťmi o onkologickom ochorení

Rakovina nie je len telesné ochorenie, ale má vždy vplyv aj na psychiku postihnutého. A netrpia len samotní pacienti, ale aj ich rodiny. Keď rodičia ochorejú na rakovinu, vynorí sa okamžite otázka: Ako to mám oznámiť mojim deťom? **Dipl. Psych. Sylvia Broeckmann** je psychoonkologička a psychoterapeutka. Odpovedá na najdôležitejšie otázky o tejto ťažkej téme.

Otázka: Na čo treba obzvlášť prihliadať, keď rodičia informujú deti o rakovinovom ochorení?

Broeckmann: Vidím tu dve dôležité veci: Po prvé treba povedať pravdu. Po druhé by sa mali rodičia postarať, aby mali dospelých, s ktorými môžu hovoriť o svojich pocitoch. Deti majú informácie dostať, ale nie silu emócií. To platí v každom veku. Aj 16- alebo 17-roční sú vždy ešte len deti. Pri pravde platí pravidlo: Musí byť prítom zohľadnený vek. Samozrejme to poviem ináč dvojročnému ako dvanásťročnému.

Otázka: Kedy je najlepší čas o chorobe hovoriť s deťmi?

Broeckmann: Jednoducho čo najskôr. Deti aj tak zistia, že niečo nie je v poriadku. Čím dlhšie dajú priestor svojej fantázií, tým to bude ťažšie. Nemusí to byť hneď, nie v prvej hodine, ani nie nevyhnutne vo fáze diagnostiky. Ale hneď ako majú rodičia jasno, musia hovoriť.

Otázka: Ako vo všeobecnosti prijímajú deti takúto správu? Ako sa dá spozorovať napríklad, že dieťa situáciu nevie zvládnuť?

Broeckmann: Platí pravidlo: Keď budú mať rodičia jasno, budú mať jasno aj deti. Napriek tomu sú mnohokrát varovné signály, že niečo dôležité nesedí: Sú to dlhodobé významné zmeny, napríklad keď sa deti znovu pomočujú, dlhodobo sa odtiahnu od priateľov, výkon v škole sa zhoršuje atd. Vždy ma aj trochu znepokojuje, keď sú deti príliš dobré. V kríze sú skoro všetky deti milé a pokúšajú sa nezaťažovať. Ale keď akútna kríza pomíne, majú byť znova presne také obtiažne ako predtým. Potom sú stále ešte v puberte alebo v trucujúcom veku alebo podľa toho, aké obdobie práve prebieha.

Otázka: Odporúča sa pribrať k rozhovoru inú dospelú osobu, možno strýka alebo priateľku rodičov?

Broeckmann: Ak by mali rodičia tým pocit odľahčenia, majú tak kludne urobiť. Ale ak si rodičia trúfajú to ako tak sami zvládnuť, odporúčala by som radšej, nech to urobia sami. Intimita rodiny je aj pre deti dôležitá, viac sa odvážia reagovať úplne otvorene, keď tam nie je ďalšia osoba.

Otázka: Je niečo, čo môžu urobiť dospelí mimo rodiny, napr. učiteľ alebo príbuzní?

Broeckmann: Určite áno! Môžu pre deti byť jednoducho k dispozícii, aj bez vypytovania sa. Nie je nič horšie ako otázka na postihnutého: „Akože sa práve máš?“ alebo „Ako sa má teraz tvoj otec?“ Namiesto toho treba pre dieťa byť jednoducho k dispozícii, niečo mu ponúknuť, napríklad aktivity, z ktorých má radosť alebo podporu v bežnom živote. Učítelia by mali dieťa viac sledovať. A keď zaznamenajú zmeny, treba informovať rodičov, nie s dieťaťom priamo hovoriť. Podľa okolností môžu učítelia dieťaťu povedať raz: „Ja viem, čo sa s tebou deje, keby niečo, môžeš sa u mňa ohlásiť“. A tým by to malo byť vybavené.

Otázka: Pravda môže obsahovať aj obavu, že jeden z rodičov môže zomrieť. Ako sa dá toto môžeme dieťaťu oznámiť?

Broeckmann: To je veľmi závislé od veku. Deti do štyroch alebo piatich rokov nemajú žiadnu predstavu o smrti. Jeden z rodičov je preč a oni sa pýtajú: „Kedyže zasa príde on alebo ona?“ Tieto deti nemajú tiež žiadny dlhší pojem o čase. Sprostredkovať predstavu, že jeden z rodičov čoskoro zomrie – a je jedno či ide o štyri dni, štyri týždne alebo štyri mesiace – nemá v tomto veku žiadny zmysel. S touto vekovou kategóriou hovorím o tom, čo sa teraz konkrétne deje a čo sa dieťaťa týka: „Mama je teraz v nemocnici a musí sa liečiť, ešte nevieme ako dlho. A na ten čas príde teta Zuzka a dá na teba pozor.“

Otázka: Ide teda tiež úplne konkrétne aj o to, ako funguje bežný deň?

Broeckmann: Presne. Pre všetky deti je bežný deň dôležitý a obzvlášť pre najmenšie deti. Od päť, šesť rokov rozumejú deti už, čo je smrť, majú ale o nej veľmi technické chápanie. Klasické otázky sú: „Je ockovi v hrobe zima?“. Potom nasledujú konkrétne otázky ako „Kto bude teraz zarábať peniaze? Môžeme v dome zostať? Kto nám bude variť? Deťom v tomto veku môžeme povedať: „Mama už nebude zdravá“. A keď je už ako tak zrejmé, že otec alebo mama do niekoľkých týždňoch zomrie, tak treba o tom hovoriť.

Otázka: Je niečo, čo je pre Vás na túto tému mimoriadne dôležité a o čom sme ešte nehovorili?

Broeckmann: Pocity viny sú pre mňa dôležité: Väčšina detí má nejaké myšlienky, že sú vinné za ochorenie, na zhoršení stavu alebo na iných veciach. Je veľmi dôležité, aby rodičia jasne povedali: „Nemáme žiadnu predstavu, prečo sa to stalo. Je to úder osudu. Je to veľký problém, ale ty s tým nemáš nič spoločné. Ty to nemôžeš ani zlepšiť ale ani zhoršiť.“

Ďakujeme za rozhovor!

Prevzaté z patientského portálu AMM-Online Netzwerk (Arbeitsgemeinschaft Multiple Myelom)

Pre SMyS pripravil 28.02 2018 Milan Petrovič

Odborný konzultant: MUDr. Eva Králiková