



Malati di cancro: come dirlo ai figli?

Un'informazione per genitori
con consigli per i docenti



Perché parlare di cancro con i figli?

Quando una madre o un padre si amala di cancro, cambia la vita di tutti i membri della famiglia. Il tumulto di sentimenti, le preoccupazioni e l'intensità della terapia spesso lasciano ai genitori troppo poco tempo e forze da dedicare ai figli. Alcuni studi mostrano che il cancro di un genitore può compromettere a lungo termine la piena realizzazione dei figli.

I genitori desiderano naturalmente proteggere i loro figli e spesso non osano parlare con loro della malattia. Tuttavia, i bambini e gli adolescenti si accorgono, anche senza ricevere

informazioni dirette, che c'è qualcosa che non va ed elaborano di nascosto le proprie spiegazioni, spesso spaventose, della «strana atmosfera». Tutto ciò può danneggiare più di un'informazione corretta e adeguata all'età.

I bambini sono capaci di gestire la verità molto meglio di quanto solitamente ritengano i genitori, perciò, per il buon rapporto tra genitori e figli, è fondamentale che in famiglia si trasmettano informazioni su cambiamenti rilevanti come la comparsa di una malattia tumorale.

Quando è il momento giusto di parlarne?

La regola generale è:
meglio prima che dopo, meglio tardi che mai.

Se ci sono più figli, all'inizio, può essere preferibile informarli tutti insieme. In seguito si potrà parlare individualmente con ciascuno di loro, tenendo conto dell'età e del temperamento di ognuno.

Non bisogna dire tutto nel corso della prima conversazione. Di solito è evidente quando giunge il momento di fornire ulteriori informazioni. Per esempio sarà opportuno spiegare al figlio che per un certo tempo si perderanno i capelli solo quando si presenterà il problema.

Come dirlo ai nostri figli?

Non esiste una ricetta universale perché ogni famiglia è unica e ogni situazione diversa. Ma sicuramente possiamo dare un paio di raccomandazioni utili. È importante rassicurare i vostri figli di tanto in tanto che li amate.

Informare

- > Dica a suo/a figlio/a che la malattia si chiama «cancro». Gli spieghi che non ha a che fare con l'animale, ma significa che alcune cellule del corpo sono malate.
- > Usi parole semplici e frasi brevi, come: «Mi è cresciuto un nodo nella pancia. Si chiama cancro. È una malattia, per questo il medico deve toglierlo. Dovrò andare un paio di giorni in ospedale. Puoi venirmi a trovare.» In genere quest'informazione all'inizio è sufficiente.
- > Non parli di sviluppi ancora distanti e non prevedibili.
- > Non deve dire tutto ciò che sa. Ma tutto ciò che dice deve essere vero.

Dare sollievo

- > Dica a suo/a figlio/a che non ha nessuna colpa della malattia e che non si conosce la causa precisa del cancro.
- > Gli spieghi che il cancro non è una malattia contagiosa.
- > Non sopprima i sentimenti. Si permetta di essere furioso/a, triste, ecc. Faccia capire ai suoi figli che è normale che anche loro si sentano abbattuti o arrabbiati.
- > Spieghi loro che la mamma o il papà a causa della malattia possono reagire con maggior irritazione o irruenza del solito.

Accompagnare

- > Incoraggi suo/a figlio/a a porre domande. Gli/le dica che avrà sempre la possibilità di chiedere tutto ciò che desidera sapere, oggi come domani.
- > Talvolta si limiti ad ascoltare, standogli vicino.
- > Lo/La rassicuri che lo/la si terrà informato su tutti gli sviluppi importanti.

Come aiutare il proprio bambino:

Quando mamma o papà si ammala di cancro

Quest'opuscolo della Lega contro il cancro contiene molti suggerimenti su come affrontare la quotidianità e la comunicazione in famiglia con e malgrado il cancro. Descrive come discutere con i bambini il tema della malattia, ma anche del commiato, della morte e del lutto, e come stare loro vicini in queste situazioni.

- > Per i bambini è importante sapere anche cosa cambierà nella vita di tutti i giorni. Sarebbe quindi opportuno riuscire a mantenere una certa routine quotidiana.
- > È utile anche pianificare nel breve termine e descrivere nel modo più concreto possibile i prossimi passi.
- > Non faccia promesse che non sono sicure. Invece di dire: «guarirò sicuramente», dica: «Spero con tutte le mie forze di guarire. Per ora vado in ospedale dove i dottori mi toglieranno il cancro.»

In questi momenti difficili i bambini devono avere sufficiente tempo per dedicarsi alle loro attività preferite.

Come parlarne con gli adolescenti

Gli adolescenti tendono spesso a ripiegarsi su se stessi di fronte alla malattia grave di un genitore. A volte si buttano anima e corpo in attività distraenti. Raramente fanno domande, possono reagire in modo aggressivo e perdere interesse a scuola.

Continui come prima a fissare regole e a porre limiti.

Soprattutto le figlie di madri ammalate spesso assumono il ruolo dell'adulto, e ciò per loro diventa uno stress. In tal caso è importante che lei definisca cosa costituisce realmente un aiuto per lei, per esempio che apprezzi che sua figlia vada a fare la spesa, ma desidera anche che continui a vedersi con le amiche.

Di solito gli adolescenti sono interessati agli aspetti medici. Spieghi loro la diagnosi e le terapie che dovrà affrontare.

Gli adolescenti si preoccupano anche dell'eventualità che lei muoia. Parli con loro della sua situazione e anche delle sue proprie riflessioni sulla morte. Tuttavia accetti se il suo «bambino» non vuole parlare subito di tutto.

Gli adolescenti a volte sviluppano la paura di ammalarsi a loro volta. Quanto alta sia per loro stessi la probabilità di ammalarsi, può essere discusso nell'ambito di una consultazione con specialisti di genetica medica.

Chi può dare una mano?

Continui a fare affidamento sulle sue forze e su quelle dei suoi figli. Se possibile, dopo averne discusso con il partner, parli lei stesso/a con suo figlio/a per spiegargli cosa sta succedendo.

Talvolta però è troppo pesante parlare con i figli da soli, o parlare loro con il sostegno del partner o di un'altra persona vicina. In questi casi il ricorso a un'assistenza professionale può dare sollievo a tutte le persone coinvolte.

In caso di necessità si rivolga alla lega contro il cancro del suo cantone, a un consultorio per bambini e adolescenti o ad un servizio sociale. Anche il medico di famiglia può essere presente o persino condurre il colloquio, in particolare se i figli si interessano dell'aspetto medico o dettagli della terapia.

Sul retro di questo pieghevole trova gli indirizzi dei servizi nella sua regione.

Consultori per bambini e giovani

Telefono 147 e www.147.ch

Linea cancro 0800 11 88 11

www.ti.ch/infogiovani

Consulenza e aiuto su qualsiasi tematica
24/24

Telefono gratuito, da lunedì al venerdì
dalle 10 alle 18

Portale d'informazione giovanile



La scuola va informata?

Può essere vantaggioso per i figli che i docenti di ogni livello scolastico, ed eventualmente anche il Preside, siano informati a grandi linee sulla malattia del genitore. In questo modo essi saranno in grado di capire nel caso che l'allievo mostri un comportamento diverso o un rendimento scolastico in calo. Non esiste comunque nessun obbligo di informazione.

In generale, se i figli sono ancora piccoli, è bene che i genitori informino l'insegnante.

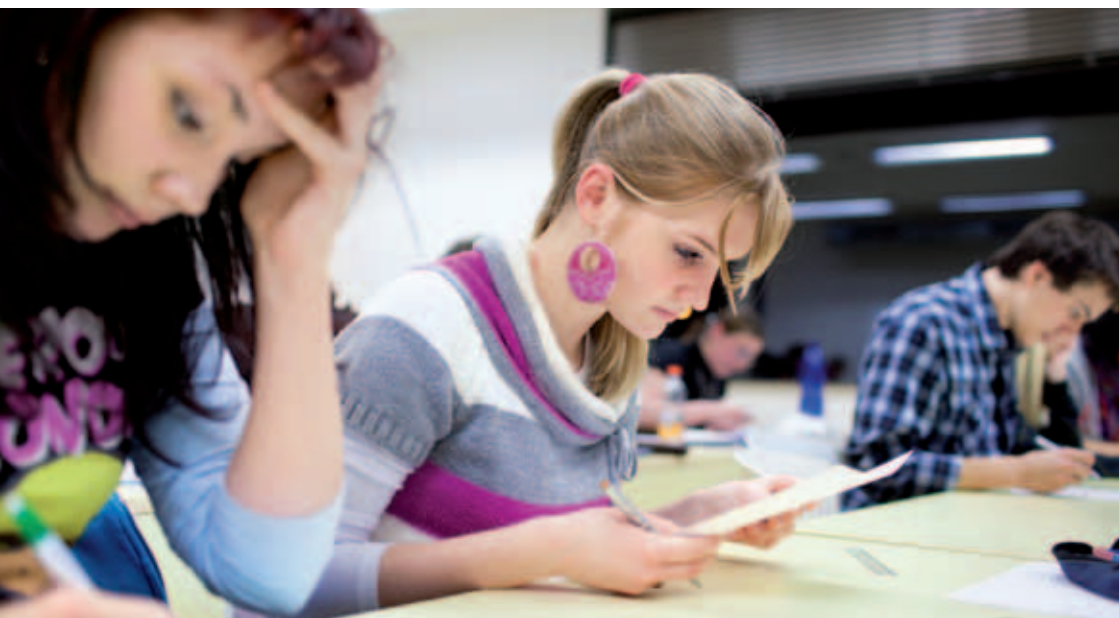
Con figli più grandi è meglio discutere prima con loro su chi deve informare il docente. Forse per il figlio o la figlia è meglio farlo tutti insieme o comunque in presenza dei genitori.

Discuta anche con suo/a figlio/a se è il caso che l'insegnante informi i suoi compagni di classe. Alcuni ragazzi

non vogliono che tutti sappiano della loro situazione familiare, per altri invece è importante per il processo di elaborazione.

In età adolescenziale, gli insegnanti di riferimento ed eventualmente la direzione della scuola dovrebbero essere informati solo se il giovane lo desidera. Bisogna inoltre tener conto che gli adolescenti imitano i coetanei, vogliono essere forti, sentirsi parte del gruppo e non essere percepiti come diversi, spesso quindi non desiderano che tutta la classe lo venga a sapere.

È importante che lei non parli di nascosto con qualcuno, ma che in caso di problemi capisca perché suo figlio o sua figlia non desidera che la scuola venga informata. In particolare, la invitiamo a definire insieme a loro chi, in che modo e da chi deve essere gestita l'informazione.



Consigli per i docenti

Forse in veste di docente è stato informato da parte di genitori o da un/a allievo/a che un suo genitore è malato di cancro. Ciò non significa che lei debba acquisire il maggior numero possibile di informazioni sulla malattia o sulle terapie, ma solo che sia consapevole che una diagnosi di cancro non è una diagnosi individuale e coinvolge tutti i membri della famiglia.

Per esempio, per il suo allievo possono modificarsi le abituali strutture quotidiane e/o i ruoli dei genitori. Improvvisamente, e talvolta per lungo tempo, la vita quotidiana è dettata dall'incertezza sul decorso della malattia, dalle terapie intense, dai sentimenti di speranza e di ottimismo verso la guarigione, ma anche dalla paura di una recidiva e della perdita di una figura fondamentale come un genitore.

Come docente, sapere della malattia può sicuramente aiutarla a comprendere un eventuale diverso comportamento della sua allieva. La maggior parte dei bambini e degli adolescenti coinvolti è in grado di elaborare, con un adeguato accompagnamento, gli eventi legati a una malattia grave di un genitore. Secondo gli studi, però, circa il 10% sviluppa sintomi psichici che richiedono una cura. Le sue osservazioni possono servire, in caso di gravi alterazioni comportamentali ed in accordo con i genitori, ad impostare un intervento più appropriato.

La maggior parte dei bambini e degli adolescenti comunque non desidera compassione o un particolare trattamento. In molti casi però potrebbero sentirsi meglio dopo un colloquio anche filosofico con lei, persona di fiducia fuori della cerchia familiare, su temi inerenti al senso della vita, alla malattia e alla sofferenza.

Se il piano orario lo concede, dopo averne parlato con l'allievo e i suoi genitori, anche a lezione possono essere affrontati, in modo appropriato al livello scolastico, argomenti come la malattia e la morte e gli aspetti medici correlati.

Chiarire le domande

Chiarisca con i genitori e con l'allievo le seguenti domande:

- > è necessario informare la direzione e gli altri docenti?
- > se sì, chi si incarica di farlo?
- > la classe deve essere informata?
- > l'allievo è d'accordo, se lei si informa di tanto in tanto su come sta?
- > i genitori desiderano essere informati sulle sue osservazioni, come le alterazioni del comportamento (tristezza, ripiegamento su se stesso, aggressività, calo del rendimento, stanchezza), e se sì, ogni quanto?

Sapere di poter contare sulla sua comprensione può essere molto importante per l'allievo in quanto la consapevolezza che il cancro di mamma o papà non è una cosa da nascondere aiuta ad elaborare la situazione.

La lega contro il cancro del suo cantone le offre aiuto e consulenza

Krebsliga Aargau

Tel. 062 834 75 75
www.krebsliga-aargau.ch

Krebsliga beider Basel

Tel. 061 319 99 88
www.klbb.ch

Ligue bernoise contre le cancer

Bernische Krebsliga
tél. 031 313 24 24
www.bernischekrebsliga.ch

Ligue fribourgeoise contre le cancer

Krebsliga Freiburg
tél. 026 426 02 90
www.liguecancer-fr.ch

Ligue genevoise contre le cancer

tél. 022 322 13 33
www.lgc.ch

Krebsliga Graubünden

Tel. 081 252 50 90
www.krebsliga-gr.ch

Ligue jurassienne contre le cancer

tél. 032 422 20 30
www.liguecancer-ju.ch

Ligue neuchâteloise contre le cancer

tél. 032 721 23 25
www.liguecancer-ne.ch

Krebsliga Schaffhausen

Tel. 052 741 45 45
www.krebsliga-sh.ch

Krebsliga Solothurn

Tel. 032 628 68 10
www.krebsliga-so.ch

Krebsliga Ostschweiz

Tel. 071 242 70 00
www.krebsliga-ostschweiz.ch

Thurgauische Krebsliga

Tel. 071 626 70 00
www.tgkl.ch

Lega ticinese contro il cancro

Tel. 091 820 64 20
www.legacancro-ti.ch

Ligue valaisanne contre le cancer

tél. 027 322 99 74
www.lvcc.ch

Krebsliga Oberwallis

Tel. 027 970 35 41
www.krebsliga-wallis.ch

Ligue vaudoise contre le cancer

tél. 021 623 11 11
www.lvc.ch

Krebsliga Zentralschweiz

Tel. 041 210 25 50
www.krebsliga.info

Krebsliga Zug

Tel. 041 720 20 45
www.krebsliga-zug.ch

Krebsliga Zürich

Tel. 044 388 55 00
www.krebsligazuerich.ch

Krebshilfe Liechtenstein

Tel. 00423 233 18 45
www.krebshilfe.li

Ulteriori servizi di consulenza e assistenza

Servizi medico-psicologici (SMP)

www.ti.ch/osc → Chi siamo → Servizi medico-psicologici

- > SMP di Bellinzona
Tel. 091 814 31 41
- > Sottosede di Biasca
Tel. 091 862 20 31 (apertura a tempo parziale)
- > SMP di Coldrerio
Tel. 091 646 62 15
- > SMP di Locarno
Tel. 091 816 03 11
- > SMP di Lugano
Tel. 091 815 21 51

Servizio di psichiatria e di psicologia medica (SPPM)

Tel. 091 815 61 61
www.ti.ch/osc → Chi siamo → Servizio di psichiatria e di psicologia medica



krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro

Effingerstrasse 40, casella postale 8219, 3001 Berna
Tel. 031 389 91 00, fax 031 389 91 60, info@legacancro.ch
www.legacancro.ch, CP 30-4843-9