

وقتی پدر یا مادر به سرطان مبتلاست

تألیف انجمن ملی سرطان ایالات متحده آمریکا

مترجمین:

دکتر نستون حیدرزاده

مهندس مهدی گازر

سرشناسه	:	حیدرزاده، نسترن، ۱۳۶۸
عنوان و نام پدیدآور	:	وقتی پدر یا مادرت به سرطان مبتلاست/ نسترن حیدرزاده و مهدی گازر.
مشخصات نشر	:	تهران: پرتوک، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۳۸ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۷۸۲-۵۳-۷
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
موضوع	:	سرطان - ادبیات کودکان و نوجوانان
موضوع	:	سرطان - به زبان ساده
موضوع	:	سرطان - جنبه‌های روان‌شناسی - ادبیات کودکان و نوجوانان
شناسه افزوده	:	گازر، مهدی، ۱۳۶۲.
رده‌بندی کنگره	:	۱۳۹۷ و ۷ ج/ ۲۶۴ RC
رده‌بندی دیویی	:	۶۱۶/۹۹۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۵۰۳۱۲۰



وقف، پدر، مارت به سرطان مبتلاست
دکتر نسترن - مهندس مهدی گازر

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۸

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۷-۵۳-۸۲-۸۰۰-۶۸

صفحه‌آرایی و طراحی جلد: موسسه کتب آ.

چاپ و صحافی: سورنا

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

مرکز پخش:

میدان انقلاب، خیابان وحید نظری، بین دانشگاه و فخر رازی، کوچه قدیری، پلاک ۲۳، واحد ۲

تلفن تماس: ۰۹۱۰۱۴۴۲۰۵۹

سخنی با والدین

چرا بچه‌ها باید بدانند؟

هنگامی که از ابتلا خود به بیماری سرطان مطلع می‌شوید، احتمالاً فرزندانان نخستین عدد و نگرانی شما خواهند بود: در دوران بیماری شما چه کسی از آنها مراقبت خواهد کرد؟ در مورد بیماری خود به آنها چه بگویید؟ بیماری شما چه تأثیری بر روند زندگی آنها خواهد گذاشت؟

اما لازم است که علی‌رغم تمامی این نگرانی‌ها و دغدغه‌های فکری، بر این نکته واقف باشید که شما تنها کسی نیستید که به این بیماری مبتلا شده است، بلکه سالانه افراد بسیاری هستند که به سرطان مبتلا می‌شوند و اتفاقاً، بسیاری از آنها نیز کودکانی هم‌سن و سال فرزندان شما دارند. شاید درک این نکته کمی دشوار باشد، ولی حقیقت این است که شواهد محکمی در دست است که با صداقت و رُک بودن در افشای بیماری خود به فرزندان، به آنها کمک خواهید کرد که بتوانند راحت‌تر بر مشکلات برآمده از این بیماری در خانواده فائق آیند. در ادامه، به برخی از دلایلی

که بر لزوم آگاه ساختن فرزندان از بیماری شما تاکید دارند اشاره می‌کنیم:

پنهان‌کاری در این مورد موجب وخامت اوضاع می‌شود.

به نظر می‌رسد که برخی از والدین با پنهان‌کاری در این خصوص قصد حمایت از فرزندان خود را دارند. ولی به هر حال، شواهد حاکی از آن است که سطح نگرانی و اضطراب در کودکانی که با شفافیت و به طرز صحیح از بیماری والدین خود مطلع می‌شوند بسیار پایین‌تر از کودکانی است که سر، به‌الهای از ابهام و بی‌اطلاعی نگاه داشته می‌شوند؛ و البته مشکلی که در مورد سرطان بیش از سایر موضوعات به چشم می‌خورد دشواری و بی‌تأخیری غیرممکن بودن رازداری و پنهان‌کاری است.



آنها را نادان فرض نکنید.

بچه‌ها تیزبین و باهوشند. هر چقدر هم که سعی در پنهان نگاهداشتن بیماری خود داشته باشید، بالاخره اتفاقی روی می‌دهد که شک آنان را برمی‌انگیزد. طولی نمی‌کشد که آنها به تغییرات در خانه، ناراحتی‌های شما، پیچ‌های شما، گفت‌وگوهای پشت درهای بسته و مکالمات متعدد بفرزندان حساس می‌شوند. هر چند شاید این تغییرات صرفاً برای بچه‌های نین بالاتر مشهود باشد، ولی حقیقت این است که حتی کودکان خردسال نیز این تغییرات را تا حدود زیادی حس می‌کنند.

اگر واقعیت را به فرزندان نگوید و آنها نسبت به اوضاع مشکوک شوند، داستان خود را در ذهنشان خواهند ساخت؛ و متأسفانه در اغلب اوقات آن‌چه که در ذهنشان می‌چند ناخوشایندتر از واقعیت است!

آنها حق دارند که بدانند.

در صورتی که بچه‌ها به موضوعی شک کرده‌اند و یا بفهمند که از دانستن موضوعی مهم و خانوادگی محروم مانده‌اند دچار آسیب‌های شدید روحی خواهند شد. ولی اگر خودتان این مسئله را با فرزندان در میان بگذارید، ضمن این که ایمانتان به توانمندی آنها را به نمایش می‌گذارید، موجب افزایش اعتماد به نفس و رشد فرزندان نیز خواهید شد. شاید با وجود تمامی مرارت‌ها و مشکلات، ابتلای شما به سرطان فرصتی باشد تا آنها زندگی در شرایط «عدم اطمینان» را بیاموزند و یاد بگیرند که وقتی زندگی بر اساس انتظارات و برنامه‌هایشان به پیش نمی‌رود چه واکنشی باید از خود نشان دهند.

شاید از دیگران بشنوند.

اگر شما بستگان و دوستان نزدیکتان را از بیماری خود مطلع سازید، این احتمال وجود دارد که فرزندان نیز از طریق آنان و یا شنود اتفاقی مکالمات آنها با یکدیگر از این راز مطلع شوند. به خاطر داشته باشید که بدترین شیوه آگاهی از خبرهای بد، شنیدن آنها از لابلای مکالمات و محاورات دیگران است. این رخداد این باور را در ذهن فرزندان تداعی می‌کند که قطعاً اتفاق وحشتناکی در حال وقوع است و به همین دلیل است که شما تاکنون چیزی در مورد بیماری خود به آنها نگفته‌اید؛ و یا شاید هم این گونه تصور کنند که برایشان ارزش قائل نشده‌اید و آنها را در این بحث وارد نکردید.

مطمئن باشید که آنها نه انانیتان و نه وابسته با بیماری شما را دارند.

وقتی که به سرطان مبتلا هستید، ممکن است نحوه مواجهه فرزندان با این موضوع برایتان سوال برانگیز و یا نگران کننده باشد. اما خوشبختانه شواهد حاکی از این واقعیت است که در صورت حمایت مناسب، آنها به خوبی توان برخورد و مواجهه با آن را دارند. تحقیقات نشان می‌دهند که یکی از عوامل کلیدی که در شرایط بحرانی به کمک کودکان می‌آید روابط صمیمی آنها با بزرگ‌ترهاست. بزرگ‌ترها می‌توانند شامل شما، پدربزرگ، مادربزرگ، خاله، عمه، دایی، عمو و حتی یک دوست خانوادگی صمیمی باشد. به بیان دیگر، یک فرد بزرگسال به عنوان منبعی قابل اعتماد از پشتیبانی و ارتباطات مناسب قادر است تا یاور کودکان در شرایط سخت باشد.

به آنها فرصت هم‌کلامی دهید.

گفت‌وگو با فرزندان در مورد سرطان، این فرصت را برای آنها فراهم می‌سازد تا از احساسات خود پرده بردارند و نادانسته‌هایشان را بر زبان بیاورند.

