

PSICOLOGIA

# Se tuo figlio sta male

*Nessun bambino dovrebbe SOFFRIRE e, quando succede, è durissima. Per aiutare il piccolo a FRONTEGGIARE la situazione, i genitori devono usare SINCERITÀ ma anche fantasia e CORAGGIO. Qui, qualche consiglio*

DI BARBARA GABRIELLI CON LA CONSULENZA DI ROSANNA MARTIN<sup>(\*)</sup>

Quando tuo figlio si ammala, ti cade il mondo addosso. Davanti alla diagnosi di una malattia cronica oppure grave, ogni genitore reagisce a modo suo: c'è chi riesce a mettere in moto le risorse che ha dentro di sé per fronteggiare il dramma e chi, invece, resta paralizzato oppure si lascia travolgere dal dolore. «In ogni caso, la vita di una famiglia inevitabilmente cambia» Paola Scaccabarozzi, giornalista e autrice del libro *Quando un figlio si ammala* (qui accanto). «L'esistenza muta in modo radicale da un giorno all'altro» Qual è il modo migliore di stare accanto a un bambino che soffre? Lo abbiamo chiesto alla psicoterapeuta Rosanna Martin.

## LA VERITÀ È SEMPRE PREFERIBILE

Anche se non è facile, il primo passo da fare per una mamma e un papà è svolgere il compito più importante: devono dire la verità al proprio bambino e accudire le sue emozioni. «Tacere o mentire non significa proteggere il piccolo. La malattia dev'essere sempre comunicata e spiegata, naturalmente con parole e toni adatti all'età». Le menzogne

non servono a nulla, perché i figli capiscono che mamma e papà stanno dicendo una bugia e la loro fiducia nei confronti dei genitori s'incrina. D'altro canto, non bisogna usare con il piccolo termini troppo tecnici. Se gli si dice: «Devi sottoporerti a un ciclo di polichemioterapia» non si comunica nulla. Invece, si può parlare della patologia utilizzando le immagini. Per esempio, per parlare di leucemia, si possono mostrare foto di piastrine, globuli bianchi e rossi. Così, il bambino vede qualcosa di tangibile e ne è rassicurato, perché le immagini rendono la malattia più concreta. Ma può anche essere utile leggere insieme libri di fiabe in cui principi e principesse fanno i conti con la malattia. E poi, ci sono paragoni molto utili per spiegare il male: il tumore è come l'erbaccia che infesta uno splendido giardino. Certo, non è facile per i genitori affrontare questi temi. Per questo, è meglio che, quando si parla al bimbo della patologia per la prima volta, siano presenti, se possibile, anche un medico e uno psicologo (spesso è la prassi in ospedale). In più, è importante che il malato possa confrontarsi da solo



**DA LEGGERE**  
*Quando un figlio si ammala* di Paola Scaccabarozzi (Franco Angeli, 20 euro).

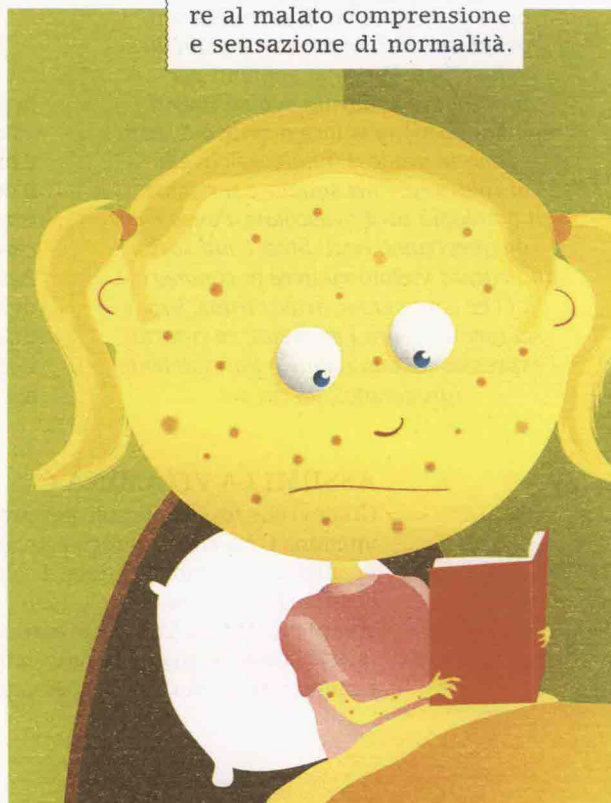
con il medico. Così, si sente più libero di esprimere dubbi e paure.

## GIOCHI, COCCOLE E ATTENZIONI

Naturalmente, non bisogna dimenticare che la vicinanza, soprattutto fisica, dei genitori è sempre rassicurante. Una coccola e un gioco da fare insieme sono modi per lenire il dolore e permettere al bimbo di elaborare la situazione. «Per contro, è meglio non esagerare con inviti a comportarsi in modo forte ed eroico» dice Martin. «Questi messaggi vanno bene, ma non bisogna abusarne». Davanti alle lacrime del bimbo, non bisogna chiedergli di smettere di piangere. Anche se vederlo disperato fa male, bisogna accogliere la sua tristezza.

## L'IMPORTANZA DI ROUTINE E ABITUDINI

Insomma, l'obiettivo è donare al malato comprensione e sensazione di normalità.



(\*) psicologa e psicoterapeuta del servizio di psicologia pediatrica dell'Ospedale Aou Meyer di Firenze

Perché un bimbo che sta male non dev'essere identificato solo con la sua patologia. Allo stesso modo, la malattia non deve diventare una giustificazione per cambiare completamente stile di vita o stravolgere la linea educativa. «È importante che il bambino mantenga un legame con la scuola e non perda di vista i suoi doveri, ma anche che continui a rispettare regole e orari e, per quanto possibile, non rinunci alla sua autonomia».

## QUALCHE SUPPORTO PER MAMMA E PAPÀ

Un piccolo malato, inoltre, non dovrebbe sentirsi solo e isolato. «Le visite e i contatti telefonici con gli amici e i familiari gli regalano serenità, forza e determinazione» spiega Martin. Il supporto degli altri è fondamentale per i genitori, che possono così condividere i propri stati d'animo, ma anche alleggerire la fatica e lo stress dell'accudimento. «Un papà e una mamma angosciati e depressi, che non sorridono mai e smettono progressivamente di prendersi cura di se stessi, non sono di alcun aiuto» conclude la psicoterapeuta. Un avvicendamento in ospedale con i nonni o con qualche amico può servire, invece, per ritagliarsi qualche momento per staccare, riposare, dedicarsi al partner e a eventuali altri figli, che non devono essere trascurati neanche nei momenti più duri. Non è facile, ma bisogna pensare che lo si fa anche per il bene del malato: infatti, se la mamma e il papà tornano in corsia più sereni, il bimbo riceve un importante messaggio di speranza e tranquillità. ☒