

Minciunile inofensive în situații dificile

Autoarea:

Amelia Astray San-Martín. Pediatra de Atención Primaria. Centro de Salud de Guadalix de la Sierra. Madrid

Traducerea: Daniela Florentina Pruteanu

Cuvinte cheie: minciuni, moarte, suferință, adevăr

Maria a fost diagnosticată de cancer la sân cu 7 ani în urmă. Din momentul diagnosticării, totul a devenit un calvar, cu chimioterapie și tot ce presupune aceasta. Dar cu toate sușurile și coborășurile normale ale situației, se putea controla. Juan, soțul ei este alături de ea, luptând pentru ea și pentru el, pentru a merge înainte, trăgând la căruță.

Alvaro are 11 ani și Jaime 8 ani. Ei, cei mai vulnerabili din familie se mențin la un nivel inferior. Mai bine spus, atât Maria cât și Juan au decis să îi țină departe de ceea ce se întâmplă. Sunt mici și nu vrem să sufere.

Dar ultimele noutăți nu sunt bune. Este vorba de o recidivă nouă și de apariția unor metastaze cerebrale. Câteodată Maria se simte sfârșită, datorită simptomelor și noului ciclu pe care îl face. Și în ciuda vomei și a stării proaste, disimulează în fața copiilor pentru ca aceștia să nu sufere. Juan, foarte trist datorită impotenței pe care o presupune această nouă nenorocire, disimulează și el și râde cu copiii, ca aceștia să nu sufere.

Și Alvaro și Jaime, care deși sunt copii nu sunt naivi, și ei râd, își fac temele și se joacă în cea mai mare liniște în care pot, pentru că înțeleg că ceva se întâmplă. Mama este bolnavă de ceva vreme, se însănătoșește și iar se îmbolnăvește. Atunci îi duc la casa bunicilor ca să petreacă sfârșitul de săptămână, sau la casa unchilor, foarte distractiv pentru că acolo îi lasă să facă ce vor, pentru că sfârșitul acesta de săptămână mama și tata au treburi de rezolvat.

Și aproape că nici nu întreabă, pentru că înțeleg această tristețe care plutește în aer din când în când. Și le-ar plăcea să alerge înapoi să-și vadă mama și să îi zică să nu fie tristă, pentru că ei o vor îngriji, sau să o sărute pe rană pentru ca aceasta să se vindece, sau să meargă la pediatru ca să le dea un medicament și să se facă bine, sau să doarmă cu ea în același pat pentru că le este puțin teamă, sau să o ajute la bucătărie sau să se uite la televizor împreună cu ea, sau să se apropie de tatăl lor care de asemenea este trist, deși nu pare bolnav, și să îi dea mâna, sau să deseneze ceva împreună cu el... dar mai bine nu, pentru că dacă o fac, sigur vor fi și mai triști pentru că ei știu că și ei știu că mama este foarte bolnavă. Mai bine să disimuleze și să continue cu treburile lor fără să se apropie prea tare.

Toată lumea este victima tăcerii, a conspirației tăcerii, și cu

cât va dura mai mult cu atât va fi mai greu să iasă din ea.

Și așa trece timpul. Timp care nu vine înapoi, și rămân pe drum îmbrățișări, săruturi, povești, cuvinte, lacrimi, gesturi, probleme pierdute... ca să nu sufere unii și ca să disimuleze ceilalți, în timp ce lacrimile nu sunt un semn de slăbiciune, ci de umanitate. Important este să li se explice copiilor cauza acestor lacrimi pentru ca să nu se simtă responsabili.

În ciuda neliniștii și incertitudinii, trebuie să li se spună adevărul copiilor. În plus, verbalizând suferința, copiii se vor simți mai bine, simțindu-se utili.

De ce trebuie să vorbim? Pentru că imaginația este mai rea decât realitatea. Pentru că viața în casă se schimbă, nu este aceeași, și vor începe să interpreteze pe jumătate conversațiile tale, pentru că le ascultă deși par că nu aud. Și este mai bine să afle de la tine decât de la alte persoane, pentru a continua să aibă încredere în tine acum și după aceea. Dacă nu le vorbești, aceste temeri ale copiilor se pot manifesta prin agitație sau agresivitate, sau probleme legate de somn sau de alimentație sau de școală. Sunt avertizări care trebuie avute în vedere, pentru că fiind reversibile trebuie să fie luate în seamă ca să nu se prelungească. Realitatea îi va proteja de efectele dăunătoare ale tăcerii și de minciunile părinților.

În primul rând este nevoie ca unul însuși să asimileze vestea, cu scopul de a o transmite într-o formă rezonabilă. Mai bine de la început, cu informații progresive privind evoluția.

Răspunde la întrebări, oriunde ai fi, în mașină, în baie, la cină. Ei îți vor marca ritmul conversației. Este bine să-și exprime și ei preocupările, aceasta le calmează neliniștea.

Este de preferat să li se vorbească de ameliorare decât de vindecare, și nu promite ceva ce nu depinde de tine sau de care nu ești sigur că poți să te ții de cuvânt.

În cazul recăderii, explică-le că toată lumea face tot ceea ce se poate, dar treburile nu merg spre bine. Așa pot începe să se îndoiască de vindecarea totală. Evoluția nefastă nu îi va lua prin surprindere.

Dacă boala avansează și se epuizează tratamentele active, în anumite ocazii se va vorbi despre moarte. Trebuie făcută într-o manieră progresivă și ar fi bine să te fi gândit

la aceasta înainte să se întâmple.

Unii copii rămân indiferenți la această situație. Nu este adevărat, în mod sigur sunt șocați. Nu te îndepărta de ei și cere-le permisiunea de a vorbi despre sentimente.

Pentru copilul mic, de la 1 la 3 ani, moartea este echivalentă cu plecarea. Se asociază mai mult fricii de separare dintre părinți. Spre 4 ani a fi mort echivalează cu a fi adormit. Spre 5-6 ani gândesc că a muri nu este ceva definitiv și că părinții îi pot proteja de orice pericol, inclusiv de moarte. Este o etapă magică pentru ei. Totul este posibil. Începând de la 6 ani ideea de moarte este din ce în ce mai apropiată de adevăr. Sunt mai conștienți de o moarte apropiată decât își imaginează adulții, motiv pentru care uneori evită să vorbească despre ea cu niște părinți despre care știu că îi mint. Noțiunea de moarte proprie apare în jurul vârstei de 5 – 9 ani, iar către 10 ani este înțeleasă ca ceva ireversibil, o percepție asemănătoare celei a unui adult.

Există câteva sfaturi orientative de avut în vedere când unui copil îi moare cineva drag:

- Nu mințiți: răspundeți întrebărilor pe care vi le adresează
- Nu faceți promisiuni pe care nu le puteți respecta, nu spuneți lucruri care vor trebui retractate după aceea
- Explicați moartea prin adevăruri parțiale, în funcție de vârsta cronologică, intelectuală și emoțională a

copilului. Vorbiți despre moarte înainte ca aceasta să survină. Profitați de ocaziile care survin.

- Nu delegați explicația unei rude sau unui prieten. Părinții sunt cei care cunosc cel mai bine pe copiii lor și impactul pe care aceasta o are asupra lor.
- Nu asociați moartea cu somnul, călătoria..., pentru că imaginația copilului este mai mare ca a dumneavoastră, putând să apară tulburări de somn, de abandon. Nu asociați moartea cu o contrarietate, deoarece copilul asociază moartea unei persoane iubite unei pedepse.
- Dacă și dumneavoastră sunteți victima aceleiași pierderi, nu ascundeți suferința, împărtășiți tristețea cu ei, vorbind despre persoana care a decedat.
- Întăriți caracterul de ireversibilitate al morții și nu lăsați loc de așteptări false
- Faceți apel la sprijinul educatorilor săi și al colegilor de clasă, pentru ca aceștia să îl poată consola.

Bibliografía. Lecturas recomendadas.

1. Elisabeth Kubler –Ross (1999). Los niños y la muerte
2. Katrine leverve (2007). Nos lo dijo Pepe.
3. Marcos Gómez Sancho (1998). Como dar las malas noticias en medicina