

عندما يمرض شخص ما - نصائح للبالغين

عند وجود أطفال ويافيعين قريبين من المريض

يتعلق هذا النص بالأطفال واليافيعين على حدّ سواء، ولكننا اخترنا كلمة «الأطفال» في سياق النص من أجل التسهيل.

تؤثر الأمراض والحوادث على جميع أفراد العائلة، سواء عاطفياً أو عملياً. وبوسع الأطفال أن يتحمّلوا كثيراً. وغالباً ما يتمتعون بمقدرة على قبول الوضع كما هو. وإذا ما جعلنا الأطفال يشاركون فيما يحدث أثناء فترة المرض، فإننا نُسهّل عليهم التعامل مع الوضع.

ما الذي يحتاج الطفل إلى معرفته؟

كان الناس يعتقدون في الماضي أنه ينبغي على البالغين أن يتكتموا أمام الأطفال، ولكننا نعرف الآن أن ذلك يجعل الوضع الصعب أكثر صعوبة؛ فالأطفال يلاحظون على البالغين بأن هناك أمراً خاطئاً، وإن لم يحصلوا على المعلومات فسوف يختلقون تفسيرات خاصة بهم من وحي خيالهم، وفي هذه الحالة يتحمّلون عبء القلق وحدهم.

غالباً ما يعرف البالغون في العائلة الطفل معرفة جيدة، ويستطيعون أن يخبروه بالطريقة التي تناسب مع الطفل. وبغض النظر عن العمر، فإن جميع الأطفال بحاجة إلى معرفة اسم المرض، وما الذي يلزم القيام به للمساعدة، وما الذي سوف يحدث في المستقبل القريب، بما في ذلك حياة الطفل اليومية. ويحتاج الطفل أيضاً إلى معرفة أنه غير مسؤول على الإطلاق عن مرض أي شخص وأنه لا بأس من أن يكون بحالة جيدة ويضحك من حين لآخر، حتى وإن كان أحد أفراد العائلة مريضاً. تحدّث مع الطفل عندما تكون قادراً على ذلك، ومن المستحسن أن يكون ذلك مع بقية أفراد العائلة، وافسح المجال للطفل كي يطرح أسئلته. وإذا كنت غير قادر على ذلك، فاطلب المساعدة من شخص آخر بالغ يشعر الطفل بالأمان معه. وإن كان من الصعب عليكم في العائلة أن تتصافروا لمصلحة الطفل، فاطلبوا المساعدة.

عليكم أن تسعوا إلى المحافظة على الروتينات اليومية. فهذا يبيّن بأنكم مهتمّون بالطفل، إضافة إلى أن الأمور المعتادة تمنح الأمان. وهناك حاجة لفسح المجال أمام حياة الطفل المعتادة، إذ غالباً ما يكون التواصل مع الرفاق وأنشطة أوقات الفراغ مصدراً جيداً للدعم. وقد يكون من المفيد أن تقوموا بتبليغ الموظفين في المدرسة ونظام ملاحظة الأطفال عن الوضع. ومن الممكن أن يشعر الأطفال بارتياح من الدعم، سواء فردياً أو ضمن مجموعة، حيث يمكن أن يلتقوا بأخرين ذوي تجارب مماثلة.

معلومات متناسبة مع العمر

يحتاج الأطفال واليا فعون للحصول على معلومات متناسبة مع أعمارهم بحيث يستطيعون فهم ما يحدث والتعامل معه. ومن المُستحسن تشجيع الطفل على طرح الأسئلة أطفال روضة الأطفال في عمر 2-6 سنوات يعيشون في اللحظة الحالية، ويرون أنفسهم بأنهم هم مركز العالم، ولذلك قد يظنون بأن المرض نشأ بسببهم. وقد يكون تغيير الروتينات اليومية مخيفاً لهم أكثر من أن يكون شخص ما مريضاً. لذلك أخطرهم بما حدث أو سوف يحدث بطريقة بسيطة وسهلة الفهم.

الأطفال في عمر 7-12 سنة يهتمون بالواقع العملي. ويمكن أن تشرحوا لهم أكثر قليلاً وأن تبحثوا معهم عن الحقائق. وقد يجدون صعوبة في التعبير عن مشاعرهم بالكلمات، ولكن قد يستطيعون الإجابة عن الأسئلة التي تتعلق بما يفكرون به. وفي سن المدرسة يبدأ الأطفال بإدراك المخاطر التي نعيشها. ولذلك قد يكون من المهم التوضيح لهم بأنهم من غير المعتاد أن يتعرّض الآخرون في العائلة أو الأطفال أنفسهم للأذى، على الرغم من إصابة شخص قريب من الطفل بمرض.

المراهقون والشباب يدركون إدراكاً تاماً معنى أن يكون الشخص مريضاً وما يترتب على ذلك من عواقب. ولذلك يجب تبليغهم بالمرض وبالعلاجات مع احترام خصوصية المراهق. علماً بأن المراهق إما أن يكون مرتبطاً بالعائلة ارتباطاً وثيقاً أو يختار عزل نفسه عن بقية أفراد العائلة. دعوا المراهق يقرر بنفسه ما إن كان يريد الذهاب معكم إلى المستشفى ومتى يريد ذلك.

إن إصابة أحد الوالدين بمرض خطير قد تزيد من صعوبة التحرر. وكثير من المراهقين والشباب لا يعرفون الكثير عن ردود الأفعال المعتادة عند سماع الأخبار الصعبة أو عند المرض. وإن لم يكن المراهق يعرف كيف تكون الأمور عادةً، فقد يفسّر ردود أفعاله بأنها غريبة وغير طبيعية. وتذكروا الفتيان والفتيات الذين انتقلوا من البيت

إذا كنت تريد معرفة المزيد

تجد المزيد من المعلومات في الموقع المشترك ما بين التنظيمات النيابية للمحافظات se.1177 والأقاليم

جرى إعداد هذه المادة استناداً إلى مواد أصدرها إقليم أوستريوتلاند