

Рекомендации психолога для родственников онкологических больных

Человек, у которого обнаружено онкологическое заболевание, очень нуждается в эмоциональной поддержке близких. Болезнь приходит в семью. Когда кто-то заболевает, многие вопросы ложатся на плечи родственников. Нельзя забывать о том, что родственникам и друзьям больного также необходима психологическая помощь.

Какие советы дают онкопсихологи?

Важно сохранить верность самому себе. Если на ваше предложение помочь в ответ вы слышите невыполнимую просьбу, не бойтесь прямо обозначить границы своих возможностей. Как бы вам ни хотелось помочь, помните, что помимо поддержки близкого, у вас могут быть свои потребности.

Поддерживайте самостоятельность и инициативу больного. Необходимо дать больному возможность самому отвечать за свое здоровье. Относитесь к нему как к ответственному человеку, а не как к беспомощному ребенку или жертве. Поддерживайте, не стараясь «спасти».

Поощряйте здоровье, а не болезнь. Когда человек слаб и беспомощен, ему оказывают максимум заботы, любви и внимания, а когда он начинает выздоравливать, любовь и забота ослабевают, тогда бессознательно у больного может удерживаться состояние беспомощности, это будет блокировать выздоровление.

Позвольте больному выражать эмоции. Узнав о своей болезни, больные часто много плачут. Готовность пережить вместе трудные времена – самое ценное, что вы можете предложить в этой ситуации. При необходимости предоставьте как можно больше физического тепла и любви. Не бойтесь поделиться и своими чувствами. Не надо отрицать их, необходимо пережить эти эмоции.

Любовь, внимание и поддержка близких людей являются важными критериями психологического здоровья.

Подробнее о профилактике онкологических заболеваний: <https://vseorake.ru/>