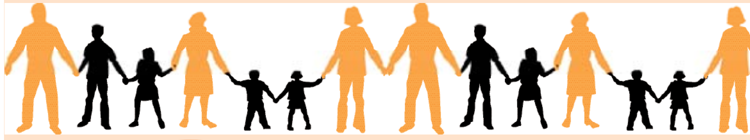
ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ

ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ...

ਇਸ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਈ ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਬੇਬੀਸਿਟਰਾਂ (ਖਿਡਾਵੀਆਂ) ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ, ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਚ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਲੀਫ਼ਲੈੱਟ ਤੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਮਿਲ ਸਕਣਗੇ, ਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਤਸ਼ਖ਼ੀਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਸਮੁੱਚੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਤੋਂ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾਤੁਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਅਤੇ ਤੌਖਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਵਾਲੀ ਪਹੁੰਚ ਤਕਰੀਬਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਵਿਚ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਮੈਂਬਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ।



ਸਮੱਸਿਆ...

ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਦੇ ਵਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਟਿਊਬਾਂ ਲਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਜੋ ਉਹ ਆਮ ਕਰਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।

ਸੁਝਾਅ...

ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਬਰਦਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੀ ਤਸੱਲੀ ਕਰਾਉ ਕਿ ਟਿਊਬਾਂ ਨਾਲ ਆਮ ਕਰਕੇ ਪੀੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਹ ਟਿਊਬਾਂ ਕਿਸ ਲਈ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚਾ ਅਜੇ ਵੀ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਇਲਾਜ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਗ਼ੈਰ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੁਝਾਅ...

ਜਿਹੜੇ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਇਨੇਂ ਛੋਟੇ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਉਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਜੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਾਲ਼ਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲ ਉਚੇਚਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਡਿਆਉਣ, ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਇਸਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਜੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤਾ ਵਕਤ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਜਿਸ ਘਾਟ ਨੂੰ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਪੂਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਮਾਂ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਨਾਂ ਵਕਤ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਢ ਸਕਣ, ਤਾਂ ਇਹ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਲਈ 'ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਂ' ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪਨੂੰ ਅਹਿਮ ਸਮਝਣਗੇ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਚਿੰਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚਾ ਕਿਤੇ ਖ਼ਤਮ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੁਝ ਨਾ ਬੋਲਣ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਮ ਕਰਕੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਨਾ ਕਰਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇਹ ਗੱਲ ਮੰਨਣ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਦੁਖੀ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ।

ਸੁਝਾਅ...

ਬੱਚੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਠਿਨ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚਾ ਰਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਲਗਾ, ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੀ ਮਾੜੀ ਗੱਲ ਇਹ ਕਿ ਉਸਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਚੰਗਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਿਲਸਿਲੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਕਿ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈ ਬੱਚੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਨਾ ਦੇ ਸਕੋ। ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਦੱਸ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ (ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਟਾਫ਼ ਦਾ ਮੈਂਬਰ) ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਤੁਰ ਹੋਵੋ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੀਕ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨਾਲ ਵਕਤ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਾਉਣਾ ਕਿ ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਨ, ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਕਤ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇਕੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪ ਸਮਰਥਨ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦੀ ਰਚਨਾ ਕੈਥਰੀਨ ਬੈੱਲਾਰਡ (Katherine Ballard) ਨੇ UKCCSG ਸਿਬਲਿੰਗ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਗਰੁੱਪ (UKCCSG Sibling Project Group) ਅਤੇ BCH ਸਿਬਲਿੰਗ ਗਰੁੱਪ (BCH Sibling Group) ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੀਤੀ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਮਿਤੀ – ਮਈ 2004

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਲਈ ਮਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਰਿਲੀਫ਼ (Macmillan Cancer Relief) ਨੇ ਦਿੱਤੀ (ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 261017)

ਤਸ਼ਖ਼ੀਸ਼ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹਰ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਵਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਈਰਖਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਉਸ ਵਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਲਈ ਉਸਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਧੇਰੇ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਈਰਖਾ ਦਾ ਇਕ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਲਗ, ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਘੱਟ ਸਖ਼ਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੁਝਾਅ...

ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਵਰਤਣਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਇਕ ਸਾਧਾਰਣ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਇਹ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਸਕੋਗੇ ਕਿ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਅਜੇ ਵੀ ਆਮ ਵਰਗਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸਾਧਾਰਣ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਰਖਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇ, ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਜਦੋਂ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚਾ ਸਟੀਰਾਇਡਜ਼ 'ਤੇ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾ ਦੇਣਾ ਚੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਕੁਝ ਚਿਰ ਲਈ ਕਿਉਂ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੋਈ ਤੋਹਫ਼ਾ ਲਿਆਉਣ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕਈ ਛੋਟੀ ਮੋਟੀ ਚੀਜ਼ ਲੈ ਆਉਣ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਆਪ ਵੀ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ। ਕਦੀ ਕਦੀ ਇਹ ਸਚਮੁੱਚ ਹੀ ਇਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਉਹ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜ਼ੁਕਾਮ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵੀ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਵਿਚ ਹੀ ਗਲਤਾਨ ਰਹਿਣ।

ਸੁਝਾਅ...

ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਕੈਂਸਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਘਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਘਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਵਡੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਕੈਂਸਰ ਜੀਨਜ਼ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨੁਕਸ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਿਵਾਏ ਅੱਖ ਅਤੇ ਗੁਰਦੇ ਦੇ ਟਿਊਮਰ ਦੇ, ਜਿਸਦੇ ਕਿ ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਕੇਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ (ਅਰਥਾਤ ਇਹ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦਰ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨਹੀਂ ਚਲਦੀ)। ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਸ ਵਲ ਵੀ ਬੀਮਾਰ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਜਿਨਾਂ ਹੀ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਕੋਈ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵਧ ਸੋਚਦਾ/ਸੋਚਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਨਾ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਲ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਹੀ ਮਗਨ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਦੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵੀ ਗ਼ੁੱਸਾ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੁਝਾਅ...

ਗ਼ੁੱਸਾ ਅਕਸਰ ਕਈ ਹੋਰ ਜਜ਼ਬਿਆਂ ਨੂੰ ਲੁਕਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗ਼ੁੱਸਾ ਆਉਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਹਰਜ ਨਹੀਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਔਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹਾਲਤ ਸੌਖੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। "ਕੀ ਤੇਰੇ ਖ਼ਿਆਲ ਵਿਚ ਤੇਰਾ ਭਰਾ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ" ਜਹੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਔਖੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਿਲਸਿਲੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੀਰਜ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਅਜਿਹੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਹੋਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੀ ਵਾਸਤਾ ਨਹੀਂ ਪਿਆ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਬੱਚੇ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਅਪਰਾਧ ਭਾਵਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਸੂਰ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚਾਹਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਭਿਆਨਕ ਵਾਪਰੇ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੜਾਈ, ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਗਲੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪਨੂੰ ਕਸੂਰਵਾਰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਿ ਉਹ ਖ਼ੁਦ ਤਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਨ।

ਸੁਝਾਅ...

ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਸਾਧਾਰਣ ਰੁਟੀਨ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈਣ ਕਰਕੇ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੇੜਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਛਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੁਝਾਅ...

ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਉਚਿਤ ਸਮਰਥਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਮੈਕਮਿਲਨ ਨਰਸ ਅਕਸਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾ ਸਕੇਗੀ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੇ ਸਕੇਗੀ। ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਵਿਚ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚੰਗਾ ਰਹੇਗਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹਾਲਤ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ।

ਸਮੱਸਿਆ...

ਕੈਂਸਰ ਪੀੜਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭੈਣ-ਭਰਾ ਬਹੁਤ ਭੈਭੀਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਡਰਾਉਣੇ ਖ਼ਿਆਲ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੁਝਾਅ...

ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਡਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾਰ ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਅਤੇ ਇਹ ਵੇਖਕੇ ਹੀ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ। ਕੁਝ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ, ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਚ ਹੱਥ ਵਟਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਵੇਲੇ ਉੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁਣ। ਪਰ ਕੁਝ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਡਰ ਜਾਣ।