

Olá,

Ouvir a notícia de que o cancro da tua mãe/pai não vai desaparecer e que ela/ele poderá não te ver crescer vai ser muito difícil para ti e para todas as pessoas que te rodeiam.

Podes não conseguir acreditar. Podes sentir como se estivesses preso(a) num pesadelo e que vais acordar a qualquer momento e descobrir que isso não é verdade.

Mas a triste realidade é que o cancro nem sempre pode ser curado. Não importa que tratamentos os médicos tenham tentado ou quão positiva(o) a tua mãe/pai tem sido, algumas pessoas morrem esta doença. Podes sentir que és a pessoa com menos sorte no mundo. Pensar na vida sem a tua mãe/pai pode ser tão doloroso que podes sentir que até parece difícil respirar.

Não vai ser fácil, mas isto não significa que não consigas ultrapassar este momento. Muitas outras crianças já passaram por esta situação parecida e conseguiram ultrapassá-la.

Este kit não é um manual de instruções sobre como te deves sentir quando a tua mãe/pai está a morrer. Não há uma maneira certa ou errada de sentir, todas as pessoas o fazem à sua maneira. A primeira vez que explorares o kit, podes achá-lo difícil e assustador. A maioria de nós nunca falou muito sobre "morrer" ou "morte".

Mesmo que não queiras preocupar os teus pais mencionando os assuntos difíceis e dando-lhes a saber que estás preocupado(a) com algumas coisas, a maior parte das pessoas descobrem que se sentem melhor quando falam sobre o que se está a passar. Tu é que decides se queres saber e falar mais sobre isto.

Podes pensar que todas as pessoas, incluindo tu próprio(a), deveriam estar sempre tristes e a chorar e que já não vão existir mais sorrisos ou gargalhadas. Mas não é esse o caso. Continuará a haver dias bons e dias maus.

Gerir os teus sentimentos fortes não será rápido, nem fácil, mas é possível. Por vezes pode não parecer, mas VAIS ultrapassar isto. Neste kit existem muitas formas de te tentar ajudar a lidar com estes sentimentos. Podes gostar de algumas delas e outras podem não funcionar contigo. Todas as pessoas lidam com as coisas de maneira diferente.

Estás a passar por algumas mudanças gigantes na tua vida e podes sentir que já não estás tão interessado(a) no que os teus amigos dizem. Podes sentir um bocadinho de inveja por os teus amigos continuarem a ter vidas "normais" e pensar que, por vezes, eles parecem um pouco ingratos.

A doença da tua mãe/pai poderá encurtar-lhe a vida, mas ela/ele não deixa de viver até ao último suspiro. Enquanto a tua mãe/pai estiver cá, trata-a(o) como sempre fizeste. Ela/ele continua a ser a tua mãe/o teu pai. Não faz mal às vezes discutir com ela/ele, ou brincar e falar sobre coisas normais. Pode realmente ajudá-la(o) se ela/ele se sentir incluído(a) nas coisas do dia a dia e sentir que ainda faz parte do mundo. Se a tua mãe/pai estiver demasiado doente para passar tempo contigo, isto não significa que ela/ele não queira. Neste kit encontrarás atividades que podem fazer juntos e que valorizarás para sempre.

Não tenhas medo de poderes esquecer-te da tua mãe ou pai. Não será possível esquecer-la(o), mesmo que quisesses. Ela/ele fará sempre parte da tua vida. Não precisas sentir-te culpado(a) se estiveres 30 minutos sem pensares nela/nele, ou se deres por ti a rir ou a divertires-te com os teus amigos.

Vai ser muito difícil, mas vais superar este momento.

Com amor, do Pip

