

PSICOLOGIA | SIATE PAZIENTI

Il cancro e le 10 frasi da evitare

Parole imbarazzate, luoghi comuni irritanti... Ecco che cosa non dire a chi si è ammalato.

DI SILVIA BENCIVELLI

Non è facile dirlo, ma nemmeno sentirselo dire da qualcuno che conosciamo. «Ho un tumore» è una di quelle frasi che fanno paura, e quando a pronunciarla è una persona cara è normale trovarsi a corto di parole. Se è vero che non esistono strategie universali su come comportarsi, si possono però evitare le parole sbagliate, quelle che, sia pure dette con le migliori intenzioni, fanno spesso più male che bene. *Panorama* ha chiesto a Florence Didier, responsabile dell'Unità di psicooncologia all'Istituto europeo di oncologia di Milano, di provare a elencare 10 frasi, spiegando perché proprio non funzionano. ■

Domenica 13 maggio Torna nelle piazze italiane (in concomitanza con la Festa della mamma) l'iniziativa dell'Airc: con 15 euro si acquista un'azalea e si finanzia la ricerca contro i tumori.
www.airc.it - 840.001.001



→ FATTI

① **Non piangere, non fare così, non dire così.**

Sono frasi che bloccano la comunicazione emotiva e chiudono la discussione.

② **Cerca di non pensarci.**
Come se fosse facile... Parole come queste negano il problema, lo banalizzano, lo trasformano in un contrattempo.

③ **Devi essere forte, devi reagire.**

Perché parlare di dovere, di obblighi, se stiamo parlando di debolezze e difficoltà?

④ **Non voglio sentirti dire «ho paura».**

Di chi è il problema? Non stavamo parlando della persona malata e di ciò che sente? Spostare su di noi il soggetto della discussione è egoistico.

⑤ **Pensa positivo.**

Ossia: se ti deprimi, non guarisci più. È una forma di colpevolizzazione. Il malato sa bene che le cose non sono così semplici. Purtroppo, questa frase a volte viene usata anche dai medici.

⑥ **Posso telefonarti per sapere come stai?**

Tra amici non bisogna nemmeno chiederlo. Sembra quasi che la malattia abbia cambiato i termini dell'amicizia, fino a impedire una normale telefonata. E non deve essere così.

⑦ **Se qualcuno può farcela, sei proprio tu.**

Un tumore non è una prova di coraggio, non si sceglie di diventare un eroe sul campo. Semplicemente, capita.

⑧ **Ti vedo bene oggi!**

Non raccontiamoci storie. E poi un malato di tumore non ha la necessità di sentirsi confortato sul proprio aspetto fisico.

⑨ **Fammi sapere i risultati delle analisi.**

È una frase che sposta l'attenzione dal vissuto personale ed emotivo della persona malata all'oggettività di un referto medico. E rischia di sembrare una morbosa curiosità.

⑩ **Vediamoci presto.**
Va bene, ma solo se non è una frase buttata lì. E facciamolo con tutta la calma che serve. La cosa peggiore è incastrare una frettolosa visita al malato fra un appuntamento di lavoro e un aperitivo in centro.