



## 少年病人的需要

### 无所适从的压力

青少年在成长上的挑战是学习独立。他们不再像孩子一样单纯地听从父母的话，他们正在学习自主和自决。患上癌症常常让青少年无所适从，认知上他们或许可以明白大部分的信息，能够理解病情背后的各种后果，但他们又未必有成熟的心态去应付各种冲击、恐惧。有时候，他们会被要求像成年人一样坚强，抵受治疗的不适。有时候，他们又会被视作小孩，没有被告知治疗的效果和参与治疗的决策。站在儿童与成年人之间这个分水岭上，青少年难免不知所措。

### 建立自我的需要

"我是谁？" 这是青少年在成长过程中正在追寻的问题。同龄人的认同对他们来说尤为重要。疾病和治疗给青少年带来外貌上的改变，使他们感到更加不安和孤独，也影响了他们如何规划自己的人生，包括学习、工作、恋爱等方面都带来了不确定性。然而，青少年都希望身边的人将他们视为和之前生病前没有任何区别的普通人。

纵使困难重重，不少青少年及其家人也表示患癌让他们对生命有新的体会。更懂得体谅别人、与家人更亲近、更懂得面对逆境和更珍惜人生。

### 给照顾者的建议

1. 以尊重的态度和他们的分析疗程的进展，也要用心去聆听他们的心声，尽量令他们觉得在治疗过程中他们能够一起参与并作出决定的权利。
2. 鼓励青少年保持学习、继续他们的兴趣爱好，并保持与朋辈的联系。在病房内尝试结交新朋友，参与各种活动，尽量在其他生活方面保持一种"正常"的生活。
3. 鼓励青少年设定各种短期目标，让他们除了医院之外也有可以期待和追求的目标。
4. 尊重青少年的想法。有时青少年非常关心的问题，成年人可能会觉得无关紧要或微不足道，但他们需要的是认可而不是教导。
5. 青少年在压力下可能会表现出情绪反应，例如发脾气、表现激动、沮丧、倒退行为、惊恐等。如果这些反应只是短暂而过渡性的，是可以理解的。允许青少年有自己的"躲起来"空间，一个人做自己的事情，不理睬其他人。同时，也可以鼓励他们通过不同的方式表达情绪，与可以倾诉的人分享心事，不必每次都为他们解决问题。如果他们选择将心事暂时保留在内心，家长也应尽量给予个人空间，等待他们自行选择表达心声的时间和对象。