



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

لا  
تضغط على  
المريض.

“

بل اعطه مساحة للهدوء

والراحة ليواجه مختلف التغيرات  
في حياته. فحاول ألا تأخذ تصرفاته  
بشكل شخصي وأن تلتمس له  
العذر في حال لم يتواصل معك  
أو لم يستجب لك.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تعتقد بأن جميع المرضى يرغبون بالحديث عن مرضهم أو رحلة علاجهم.

“

**بل** راعِ اختلاف شخصياتهم فبعضهم قد يفضل ان يشارك تجربته مع الآخرين بينما يفضل بعضهم الخصوصية والحديث عن مواضيع أخرى.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تسأل عن تشخيص  
المريض.

**بل** دعه يتحدث عن مرضه  
عند رغبته بذلك، و أفضل  
ما يمكنك فعله عندما يبدأ  
الحديث هو دعمه بالإنصات له.



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تقل سمعت بأن  
هذه المرحلة من  
السرطان خطيرة!

“

**بل** تجنب تخويف المريض  
بناءً على تجارب سابقة، فكل  
مريض يختلف بتشخيصه ونوع  
علاجه ومدى استجابته للعلاج  
وظهور أعراضه الجانبية.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تقل: انظر للجانب الإيجابي،  
فقد حصلت على إجازة ولست  
مضطراً لقضاء العديد من  
الساعات في العمل.

**بل** اطلب مشاركته بنشاطات  
تشغل وقت فراغه. فقولك لذلك  
بقصدك انه سيحصل على وقت  
لممارسة نشاطاته التي يحبها.  
قد يساء فهمها عندما تنظر  
لها من وجهة نظر المريض.



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تعلق على تغيّر المظهر  
الخارجي للمريض.

“

**بل** استبدلها بتعليقات عامة.

فالإشارة لتغيرات المظهر قد تكون لطيفة وبنية حسنة. لكن لا تنس بأنها حدثت بسبب بعض الأعراض الجانبية للعلاج، وقد تذكر المريض بتلك الأعراض.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تقل أنا متواجد  
للمساعدة في أي  
وقت!

**بل** كن مبادراً واعرض المساعدة  
بمهام محددة، كإعارة الأطفال وغيرها  
من المهام البسيطة. لكي لاتضع عبء  
الطلب والتفكير على المريض، فربما  
يخجل من طلب المساعدة.



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تسأل المريض عن  
رغبته بالإنجاب بعد العلاج.

**بل** أحترم مشاعر المريض  
فبعض انواع علاج السرطان قد  
تقلل فرصة حدوث حمل، وبعض  
التي يتم تناولها لفته بعد  
العلاج، قد تسبب تشوهات  
للجنين.





جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

لا تقل للمريض: تفاعل  
وابق دوماً إيجابياً.

“

**بل** استمع لمشاعره أياً كانت  
حتى لو لم تستطع الرد. واستبدل  
تكرار العبارات الإيجابية، بإسعادة  
بالعديد من المبادرات البسيطة  
التي بإمكانها ترك أثر إيجابي  
في يومه.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

لا  
تحمّل المريض  
مسؤولية حدوث المرض

“

ببل  
تجنب اللوم والحكم

على اختيارات نمط حياته. فأحياناً  
قد يحرص الشخص على فعل  
جميع عوامل الوقاية، ومع ذلك  
يصاب بالسرطان نتيجة لعوامل  
أخرى خارجة عن إرادته.

”



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

لا تتحدث عن مواقف  
سلبية أمام المريض.

بل ركز على ما يشعر به  
ولا تثقل كاهله بمشاكلك فقط.  
لكن في حال رغبة المريض بأن  
يشغل باله بأمر آخر لا تتعلق به،  
فبإمكانك مشاركته ما يشغلك  
ولكن لا تتعمق كثيراً.



جمعية زهرة  
ZAHRA ASSOCIATION

**لا** تتجنب قضاء الوقت مع المريض خلال فترة علاجه.

“

**بل** اعرض عليه أن تكون رفيقه خلال فترة العلاج، كقضاء الوقت معه خلال وقت تلقي العلاج الطويل، او قضاء اوقات الفراغ بممارسة بعض الهوايات أو لحديث عما يثير اهتمامكم.

”