

**Scenariusz nr 3: D2 – DIAGNOZA, DAR I... DRUGIE ŻYCIE.****Paulina Wawer****Czas zajęć:** 1x45 min.**Cele:**

Cele – po zajęciach uczniowie będą:

- widzieli jakie zmiany wnoszą w życie diagnoza nowotworu krwi,
- znali uczucia, emocje przeżywane przez osobę zdiagnozowaną,
- umieli nazwać jej potrzeby,
- potrafili odpowiedzieć sobie na pytanie, czy mogą pomóc osobie chorej na nowotwór krwi,
- znać znaczenie słów – *dar*, *prezent* w kontekście idei dawstwa szpiku kostnego,
- wykazywali empatię i wrażliwość

**Materiały pomocnicze**

- flipchart i mazaki
- papier do flipczartu
- taśma samoprzylepna i nożyczki
- Załącznik nr 1. Przykłady osób, które usłyszały diagnozę „nowotwór krwi”
- Załącznik nr 2. Diagnoza - nowotwór krwi. Zmiana w życiu, uczucia, potrzeby osoby z taką diagnozą (materiał dla nauczyciela)
- Załącznik nr 3. Przykładowe relacje i refleksje chorych na nowotwory krwi lub inną chorobę nowotworową (m.in. fragment przemówienia Steva Jobsa)
- Załącznik nr 4. Przykładowe strony internetowe zawierające relacje i refleksje biorców szpiku

**Przebieg lekcji**

1.[5 min.] Zapisz na środku tablicy hasło „diagnoza – nowotwór krwi”. Przypomnij, że z poprzednich zajęć, uczniowie wiele już wiedzą o nowotworach krwi, o mitach i faktach, o dawstwie szpiku jako „bohaterstwie życia codziennego”. Powiedz, że dzisiaj przyjrzyście się czym jest nowotwór krwi dla ludzi, którzy na niego zachorują, którzy usłyszą taką diagnozę.

2. [10 min.] Praca uczniów w zespołach z przykładami – osoby, które zachorowały i usłyszały diagnozę „nowotwór krwi”. W przykładach występują młodzi ludzie – aktywni, ze swoimi marzeniami i planami w różnych obszarach życia, takie osoby z którymi licealiści mogą się identyfikować.

Poproś, aby wspólnie w grupie przeczytali przykład i zastanowili się:

- co diagnoza zmienia w życiu osoby z danego przykładu, która ją usłyszała
- co czuje osoba, która usłyszała taką diagnozę
- czego potrzebuje taka osoba
- co mogą dać takiej osobie

Efekty swojej pracy uczniowie powinni zanotować na dużych kartkach flipchartowych, tak, aby później zaprezentować je pozostałym.

Proponujemy podział kartki flipchartowej na 4 części- co się dzieje po diagnozie w życiu osoby, która ją usłyszała :

CO SIĘ ZMIENIA?		CO CZUJE? (EMOCJE)
CZEGO POTRZEBUJE?		CO MOGĘ JEJ/JEMU DAĆ?

Na koniec pracy zespołów uczniowskich kartki, zgodnie z podziałem można pociąć i podzielić na 4 części.

3. [15 min.] Poproś by uczniowie zaprezentowali osoby z przykładów i efekty pracy swoich zespołów. Powieście je i pogrupujcie wg klucza obszaru tematycznego:

- zmiana
- emocje
- potrzeby
- sprawstwo - co mogę dać

W omówieniu skorzystaj z załącznika nr 2.

4. [10 min.] Poproś, aby każdy uczeń/każda uczennica powiedział co znaczą dla nich słowa: **prezent, dar**, aby podzielili się refleksją, czy lubią dawać prezenty.

Pokaż, że osoba, która podejmuje decyzję o gotowości pomagania chorym na nowotwór krwi (zarejestrowanie się jako potencjalny dawca szpiku w bazie potencjalnych dawców szpiku lub inne działania) może komuś **dać największy dar – drugie życie**.

**POKONAJMY NOWOTWORY KRWI**

Zacytuj którąś z wypowiedzi z załącznik nr 3. *Przykładowe relacje i refleksje chorych na nowotwór krwi lub inną chorobę nowotworową ( m.in. fragment przemówienia Steva Jobsa)*

Podsumuj dyskusję między uczniami, przypomnij dwa ważne aspekty związane z ideą dawstwa szpiku kostnego:

- rzetelna wiedza na temat sposobów pobrania szpiku oraz wykorzystaniu do leczenia nowotworów krwi ułatwia podjęcie decyzji o rejestracji jako potencjalny dawca szpiku;
- decyzję o rejestracji jako potencjalny dawca szpiku każdy podejmuje indywidualnie, w zgodzie z własnymi emocjami.

5. [5 min.] Zaproś chętnych do podzielenia się refleksją, wrażeniami, spostrzeżeniami po zajęciach. Podziękuj za aktywny udział w lekcji.

**Załącznik nr 1.1. Przykład 1**

Mateusz Lubiński był uczniem klasy maturalnej Liceum Ogólnokształcącego w małym miasteczku. Po zdaniu matury zamierzał studiować w Warszawie wymarzoną informatykę. Od zawsze fascynowały go nowe technologie – chciał w przyszłości być jednym z informatyków pracujących dla Google lub założyć własną firmę zajmującą się mobilnymi technologiami. Jego marzeniem była wyprawa w Andy. Był pasjonatem gier komputerowych i RPG.

Na tydzień przed swoimi osiemnastymi urodzinami, życie zniecka wyróciło mu się do góry nogami. Po wizycie u lekarza Mateusz dowiedział się, że jest chory -zaatakowała go bardzo groźna i agresywna choroba ostra białaczka limfoblastyczna. Dla Mateusza i jego bliskich oraz znajomych była to wstrząsająca wiadomość.

Wszystko, co było dla niego dotychczas ważne, straciło na swoim znaczeniu. Poczł się tak, jakby nagle znalazł się w jednej z gier, jakby był jednym z bohaterów swojej ulubionej gry.

Co zmienia się w życiu Mateusza?

Co Mateusz teraz czuje?

Czego Mateusz potrzebuje?

Co mogę dać Mateuszowi?

**Załącznik nr 1.2. Przykład 2**

Kuba Z. na nic nie miał czasu- non stop był w rozjazdach: trasy koncertowe, nagrania, kręcenie klipów, występy w mediach. Jako muzyk, lider znanej kapeli ciągle był w ruchu, miał nowe pomysły i niezwykle plany- zazdrościł Arturowi Rojkowi własnego świetnie rozwijającego się festiwalu i w mieście z którego pochodził chciał za kilka lat zorganizować festiwal jeszcze ciekawszy i lepszy, który będzie znany na całą Europę. Szalone i pełne sukcesów koło jego życia zniecała zatrzymało jedno zdanie lekarza:

„Jest Pan chory na białaczkę.”

Kubie zawałił się świat. Co z jego planami? Zamknął się w mieszkaniu. Wyłączył telefon- nie chce gadać z menadżerem i kumplami z kapeli. Nie potrafi o tym nikomu powiedzieć.

Co Kuba teraz czuje?  
Co jest dla niego ważne ?  
Czego Kuba potrzebuje?  
Co mogę dać Kubie?

**Załącznik nr 1.3. Przykład 3**

Zuza uczy się w liceum plastycznym. Jednak jej prawdziwe życie i pasja to blog, który prowadzi. Nie jest to typowy blog „szafiarki”- blog tylko z ciuchami i stylizacjami, Zuza stara się uchwycić i zarejestrować nie tylko swoje fascynacje, ale również wszystkie „wizualne” mody swoich koleżanek i kolegów- ubrania, biżuterię, fryzury, makijaże, tatuaże, przestrzenie- pokoje, ściany w tych pokojach, ich „walle” w sieci. Zuza stale- w domu, w szkole, na ulicy- swoim smartfonem robi zdjęcia, kręci filmy. Jej blog jest coraz bardziej popularny, ma coraz więcej „ wejść” i fajnych, inspirujących Zuzę komentarzy. Trafiają na niego nie tylko rówieśnicy Zuzy, ale również dorośli- blog bardzo spodobał się nauczycielowi rysunku z Zuzy szkoły. Po jego pochwałach Zuza utwierdziła się w tym, że chce studiować projektowanie na ASP i wpływać na to jak będzie wyglądał świat wokół niej.

W tej chwili jednak ktoś jakby jej wylał na głowę kubeł zimnej wody- źle się czuła i zaniepokojona mama „ zaciągnęła” ją do lekarza. Lekarka po zobaczeniu wyników badań powiedziała: „ Masz ostrą białaczkę.”

Mama płacze, siostra nawet zaczęła być dla niej miła, a Zuza... znalazła się w jakiejś pustce.

Co Zuza teraz czuje?

Co jest dla niej ważne ?

Czego Zuza potrzebuje?

Co mogę dać Zuzie?

**Załącznik nr 1.4. Przykład 4**

Magda chodzi do liceum i od 7 lat trenuje szermierkę. Nie wyobraża już sobie życia bez swojej szpady, maski i maty do walk. Prawie codziennie ma treningi w klubie, a weekendy często wyjeżdża na zawody, które odbywają się w różnych miejscach całej Polsce, a nawet Europy - była już w reprezentacji junierek. Śnią jej się walki, mata, sędziowie, zwycięskie trafienia i ... medale. Marzy o tym, żeby być w reprezentacji Polski senierek i startować na Mistrzostwach Świata, a nawet na Igrzyskach Olimpijskich. Trener powtarza, że ma potencjał i może to osiągnąć. Opowiada jej również, że uniwersytety amerykańskie chętnie przyjmują sportowców i fundują im stypendia.

Jednak ostatnie wyniki sportowych badań lekarskich są jakieś dziwne - lekarz każe jej usiąść i mówi, że Magda ma białaczkę. Magda jest jak sparaliżowana i nagle w jej głowie pojawia się zdanie z przeszłości – powtarzał je jej pierwszy trener wtedy kiedy małe dziewczynki przegrywały swoje pierwsze walki na zawodach i płakały : „Kiedy wychodzisz na matę do walki już wygrałaś - wygrałaś z samą sobą.” I ... co powiedzą dziewczyny w klubie - przecież za dwa tygodnie miały drużynowo startować na Mistrzostwach Polski?!

Co się zmienia w Magdy życiu?

Co Magda teraz czuje?

Czego Magda potrzebuje?

Co możesz dać Magdzie?

## Załącznik nr 2. Diagnoza- nowotwór krwi. Zmiana w życiu, uczucia, potrzeby osoby z taką diagnozą (materiał dla nauczyciela)

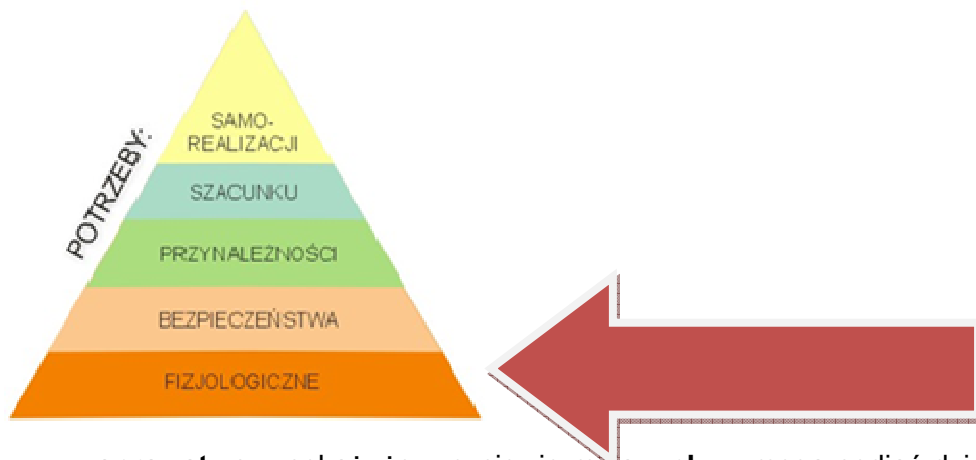
W komentarzu do listy propozycji uczniów i uczennic dotyczących:

- **zmian** jakie niesie „diagnoza-nowotwór krwi” , zwróć uwagę, że zmiany dotyczą wszystkich sfer życia - działania, marzeń, planów, aspiracji; chory na nowotwór krwi musi stanąć, zatrzymać się i zająć się swoim życiem na „ tu i teraz”
- **emocji**, które następują po diagnozie - są różnorodne, niełatwe dla chorego i jego otoczenia i układają się w sekwencję tzw. „cykl żalu”

### CYKL ŻALU



- **potrzeb** osoby z diagnozą nowotworu krwi – na pierwszy plan wysuwają się zgodnie potrzeby z podstawy tzw. piramidy potrzeb Masłowa: **potrzeby fizjologiczne** (niech moje ciało funkcjonuje tak jak wcześniej, potrzeba zdrowia) oraz **potrzeby bezpieczeństwa** (potrzeby psychologiczne).



- **sprawstwo** – pokaż, że uczniowie mają **wpływ**, mogą podjąć działanie - czy i co ja mogę zrobić? jak mogę pomóc choremu na nowotwór krwi? jak mogę zaspokoić jego



potrzeby? Decyzja o byciu dawcą jest zaspokojeniem podstawowej potrzeby fizjologicznej chorego na nowotwór krwi i jednocześnie staje się **darem, prezentem**.

**Dar** 1. «to, co się komuś ofiarowuje» 2. «wrodzona zdolność do czegoś»<sup>1</sup>

**Prezent** «to, co się komuś darowuje, zwykle z jakiejś okazji»<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> <http://www.pwn.pl/?module=multisearch&search=dar&submit2=szukaj>; „Słownik Języka Polskiego; dostęp z 04.02.2013.

<sup>2</sup> Ibidem

### Załącznik nr 3. Przykładowe relacje i refleksje chorych na nowotwór krwi lub chorobę nowotworową

✂-----

„ (...)Urodziny obchodzę dwa razy w roku - mówi. Przynależam sobie, że w tym roku naturalnych już nie będę świętować, a te drugie - teraz piąte - to dzień, w którym przeszczepiono mi szpik. (...)

- Wszystko przyszło tak nagle - zaczyna swoją opowieść. Robiła po prostu badania kontrolne do pracy; dziwny wynik 26 tys. leukocytów nie zaniepokoił jednak lekarzy na tyle, by dać Urszuli szansę na zduszenie choroby środkami farmakologicznymi. Dopiero rok później przyszła znów do lekarza - blada, chuda, po wielu infekcjach dróg oddechowych, z siniakami, które nie wiadomo dlaczego zaczęły się ciągle i licznie pojawiać. Choroba wtedy była zaawansowana. Leki już nie wystarczały. Trzeba było wykonać przeszczep komórek macierzystych szpiku kostnego. Rodzice, kiedy się dowiedzieli, że jestem chora na białaczkę, stwierdzili, że powiedzą mi dopiero wtedy, kiedy już znajdzie się dawca. Jestem im za to wdzięczna. Kiedy wreszcie dowiedziałam się o chorobie, miałam ten komfort wiedząc, że jest dla mnie szansa, jest dawca i mogę z tego wyjść. Wcześniej instynktownie broniłam się przed prawdą. Czułam, że jestem w jakiejś szklanej pułapce, że jest coś nie w porządku, choćby dlatego, że kazali mi tak dbać o siebie, że chuchali i dmuchali... Ale nie chciałam w to wnikać... (...)

#### Ludzie wokół

- Właśnie dlatego byłam taka silna i wierzyłam mocno, że musi się udać, bo miałam wsparcie wśród najbliższych. Nigdy nie słyszałam od nich słowa zwątpienia. Teraz wiem, że się bali; wtedy nie chciałam o tym myśleć. Nieraz na pewno płakali. Pewnego dnia nawet brat się przyznał, że kiedy dowiedział się o mojej chorobie, po prostu się rozryczał. Znajomi i przyjaciele też mnie wspierali. Chociaż nie mówiło się wszystkim, że jestem chora. Wiedzieli tylko nieliczne osoby. (...)

Urszula wspomina trudny dla siebie okres, kiedy była w szpitalu i czuła się tak źle, że nie była w stanie ani oglądać telewizji ani czytać, bo zamazywały się jej litery czas się dłużył. Wtedy poznała dobrodziejstwo telefonów. Godzinami rozmawiała z rodziną, ze znajomymi, z przyjaciółmi. Nie wszyscy potrafią jednak trwać przy innych w chorobie. Bardzo często się zdarza, że ludzie odchodzą, bo nie wiedzą, jak się zachować. Wiem to nie tylko z własnego doświadczenia, ale i moich współtowarzyszy niedoli - uśmiecha się smutnie Urszula. - Ci ludzie wokół nas - oni nie wiedzą, jak z nami rozmawiać. A chorobę trzeba traktować jak coś naturalnego, nie pozwolić na użalanie się nad sobą. Chorzy, są takimi samymi ludźmi, jak inni, jak zdrowi. Tylko człowiek zdrowy nie zawsze zdaje sobie z tego sprawę...<sup>3</sup>”

<sup>3</sup> <http://www.podarujzycie.org/index.php?pageid=7399>, dostęp z dnia:04.02.2013

✂-----

„ Kiedy ktoś choruje, wtedy nawet najmniejsze drobiazgi nabierają dla niego szczególnej wartości.

Ciesz się wówczas z wszystkiego, co świadczy o jego powrocie do zdrowia i czeka na chwilę, w której całkowicie odzyska siły.

Otuchy dodaje wtedy każdy maleńki gest – uśmiech lub czyjeś słowa pocieszenia.

Ja takich gestów doświadczyłam niezliczenie wiele...

Trudno znaleźć sposób wyrażenia mojej ogromnej wdzięczności za serce okazane mnie, mojemu mężowi i rodzinie.

Mam na imię Ania. W lutym 2008 r. dowiedziałam się, że zachorowałam na ostrą białaczkę szpikową. Nawet dzisiaj nie potrafię opisać, co wtedy czułam, jakimi torami pędziły moje myśli. Byłam trochę jak marionetka, która całkowicie utraciła kontrolę nad własnym życiem, kiedy spadały na mnie kolejne informacje od lekarzy.

7 września 2008r obchodziłam 30 urodziny, **kilka tygodni później otrzymałam najpiękniejszy prezent - dostałam szansę na drugie życie.**<sup>4</sup>

✂-----

---

<sup>4</sup> <http://www.podarujzycie.org/index.php?page=10002>, dostęp z dnia: 04.02.2013

✂-----

## Steve Jobs – przemówienie na Uniwersytecie Stanford

„(...)Moja trzecia historia jest o śmierci.

Gdy miałem 17 lat, przeczytałem gdzieś cytata, który brzmiał mniej więcej następująco: „Jeżeli każdego dnia będziesz żył tak, jak gdyby miał być on twoim ostatnim, pewnego dnia z całą pewnością będziesz miał rację.” Zrobił on na mnie duże wrażenie – od tamtej pory, przez ostatnie 33 lata, patrzę w lustro każdego ranka i pytam: „Jeżeli dzisiaj byłby ostatni dzień mojego życia, czy chciałbym robić to, co zamierzam dziś robić?” Jeżeli odpowiedź brzmiała „Nie” przez zbyt wiele dni z rzędu, wiedziałem, że muszę coś zmienić.

**Pamięć o tym, że wkrótce mogę już nie żyć, jest jedną z najważniejszych pomocy, którą napotkałem, przy podejmowaniu wielkich wyborów w życiu.** Ponieważ prawie wszystko – oczekiwania otoczenia, cała duma, wszystkie obawy przed porażką lub zażenowaniem – wszystkie te rzeczy nikną w obliczu śmierci, pozostawiając jedynie to, co jest naprawdę ważne. Pamięć o tym, że umrzesz, jest najlepszym sposobem który znam, by uniknąć pułapki myślenia, iż masz coś do stracenia. Jesteś już całkowicie obnażony. Nie ma więc powodu, byś nie podążał za głosem serca.

Jakiś rok temu, zdiagnozowano u mnie raka. Miałem badanie o 7:30 rano, które wyraźnie pokazało nowotwór na mojej trzustce. Nie wiedziałem wtedy nawet, co to trzustka. Lekarze stwierdzili, że prawie na pewno jest to nieuleczalny typ nowotworu, i że nie powinienem oczekiwać żyć dłużej niż 3-6 miesięcy. Mój doktor doradził mi, bym wrócił do domu i uporządkował swoje sprawy, co oznacza w języku lekarzy przygotowanie się na śmierć. Oznacza to, że musisz spróbować przekazać dzieciom w kilka miesięcy wszystko to, co zamierzałeś powiedzieć przez najbliższe 10 lat. Oznacza to, że musisz upewnić się, że wszystko jest zapięte na ostatni guzik, by zbliżający okres był możliwie najłatwiejszy dla twojej rodziny. Oznacza, że musisz się pożegnać. (...)

**Przeżywszy to doświadczenie, mogę powiedzieć wam teraz z trochę większą pewnością, że śmierć jest przydatną lecz czysto intelektualną koncepcją:**

**Nikt nie chce umierać. Nawet ludzie, którzy chcą iść do nieba, nie chcieliby umrzeć, by się tam znaleźć. (...)<sup>5</sup>**

✂-----

---

<sup>5</sup> <http://www.jaczewski.pl/blog/steve-jobs-trzy-historie/#ixzz2Jwv87Tav>  
Under Creative Commons License: Attribution; dostęp z 04.02.2013

## Załącznik nr 4. Przykładowe strony internetowe zawierające relacje i refleksje biorców szpiku

- Fundacja DKMS

<http://www.dkms.pl/pacjenci-rodzina-i-przyjaciele/list-od-pacjenta/index.html>