Informacja prasowa 09.09.2025 r.

**Powrót do szkoły po chorobie nowotworowej. Jak wspierać dziecko w remisji?**

**Początek roku szkolnego to dla wielu dzieci czas ekscytacji i nowych wyzwań. Dla dziecka po chorobie nowotworowej pierwsze tygodnie w szkole, po zakończonym leczeniu, są jednak czymś znacznie więcej – to chwila pełna radości, ale też lęku. Entuzjazm z powrotu do rówieśników miesza się z obawą, czy uda się wejść w otoczenie koleżeńskie, nadrobić zaległości, sprostać oczekiwaniom i czy ciało oraz emocje podołają codziennej szkolnej rzeczywistości. Wsparcie rodziny, nauczycieli i przyjaciół ma w tym czasie decydujące znaczenie. To ono pozwala dziecku poczuć się bezpiecznie, zostać zaakceptowanymi zaistnieć jako „takie jak inni”. Jak mądrze wspierać je w pierwszych tygodniach po chorobie?**

**Stopniowe wchodzenie w codzienność**

Po zakończeniu leczenia organizm dziecka potrzebuje czasu na regenerację. Nie oznacza to jednak, że izolacja jest konieczna – wręcz przeciwnie. Stopniowe włączanie dziecka w życie szkolne pozwala mu odzyskać poczucie normalności i kontrolę nad codziennością.

– *Powrót do szkoły po chorobie nowotworowej powinien być starannie przygotowany, z uwzględnieniem indywidualnych możliwości dziecka. Ważne jest, by miało ono przestrzeń do nauki, ale też czas na odpoczynek i emocjonalną adaptację* – mówi mgr Joanna Pruban, psychoonkolog z Kliniki Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży Instytutu Matki i Dziecka. – *Kontakt z rówieśnikami i uczestnictwo w codziennych zajęciach szkolnych jest dla dziecka elementem odbudowy jego poczucia przynależności i normalności.*

**Jak wspierać dziecko po chorobie nowotworowej w szkole – praktyczne porady**

Każde dziecko i każdy przypadek są inne, dlatego powrót do szkoły powinien odbywać się w ścisłej współpracy z lekarzem prowadzącym oraz wychowawcą. Poniżej kilka uniwersalnych wskazówek, które mogą pomóc rodzinom i nauczycielom:

* **Stopniowe zwiększanie aktywności** – warto rozpocząć od krótszych godzin lub dni w szkole i stopniowo wydłużać czas pobytu, obserwując reakcje dziecka.
* **Monitorowanie samopoczucia** – dziecko po leczeniu może łatwiej się męczyć, być bardziej wrażliwe na stres lub infekcje. Obserwacja i elastyczne podejście do jego potrzeb są kluczowe.
* **Wsparcie emocjonalne w klasie** – nauczyciel powinien być świadomy przebytej choroby i gotowy reagować na pytania lub trudne sytuacje, a także umożliwić dziecku krótkie przerwy w razie potrzeby.
* **Informacja dla rówieśników** – dostosowana do wieku, delikatna rozmowa może pomóc dzieciom zrozumieć sytuację kolegi lub koleżanki i zbudować atmosferę akceptacji.
* **Elastyczne podejście do nauki** – możliwość odrabiania zaległości w wolniejszym tempie, korzystanie z pomocy nauczycieli wspomagających lub materiałów online.

– *Dla wielu dzieci najważniejsze jest poczucie, że szkoła znów jest miejscem bezpiecznym, w którym mogą być sobą wśród rówieśników* – dodaje mgr Joanna Pruban, psychoonkolog.

**Psychiczna przestrzeń dla dziecka w szkole**

Równolegle z fizycznym powrotem do zajęć, dziecko potrzebuje wsparcia emocjonalnego. Często towarzyszy mu poczucie odmienności – inne doświadczenia niż rówieśników, obawy przed zmęczeniem lub reakcją kolegów.

– *Wspieranie dziecka w adaptacji do szkolnej rzeczywistości to nie tylko pomoc w nauce, ale też w budowaniu pewności siebie i poczucia własnej wartości. Rozmowy, obecność dorosłego wsparcia i możliwość dzielenia się uczuciami są niezwykle ważne –* tłumaczy mgr Joanna Pruban.

**Stopniowy powrót do zajęć – dopasowany do możliwości dziecka**

Nie wszystkie dzieci po leczeniu nowotworowym mogą od razu uczestniczyć w pełnym wymiarze zajęć szkolnych. W takich przypadkach warto rozważyć naukę w nieco innej formie – krótsze godziny, mniejsza liczba przedmiotów czy indywidualne wsparcie nauczyciela. Celem jest utrzymanie kontaktu z rówieśnikami i codzienną rutyną szkolną, przy jednoczesnym uwzględnieniu ograniczeń zdrowotnych dziecka.

– *W zależności od potrzeb, współpracujemy z rodzicami i szkołą, aby dostosować program do możliwości dziecka. To pozwala uniknąć nadmiernego stresu i wspiera płynne włączenie się w życie klasy* – mówi psychoonkolog z IMiD.

**Wsparcie dla całej społeczności szkolnej**

Powrót dziecka do szkoły po chorobie nowotworowej to także wyzwanie dla nauczycieli i rówieśników. Ważna jest świadomość, cierpliwość i elastyczność – czasem drobne zmiany w planie dnia, umożliwienie krótkich przerw czy dostosowanie wymagań edukacyjnych mogą mieć ogromne znaczenie.

– *Wspólna troska o dziecko w szkole tworzy przestrzeń do bezpiecznego rozwoju i odbudowy relacji społecznych. Im bardziej przygotowana jest klasa i nauczyciel, tym lepiej dziecko odnajduje się w nowej rzeczywistości* – podsumowuje mgr Joanna Pruban, psychoonkolog z IMiD.

**Klinika Onkologii i Chirurgii Dzieci i Młodzieży Instytutu Matki i Dziecka (IMiD)**

Najstarsza w Polsce, wysokospecjalistyczna Klinika onkologiczna dla dzieci i młodzieży zlokalizowana w Warszawie. Interdyscyplinarny, doświadczony zespół Kliniki prowadzi pełną diagnostykę i kompleksowe leczenie nowotworów u dzieci od okresu płodowego do 25. roku życia z całego kraju. Specjalizuje się w zakresie leczenia guzów litych poza ośrodkowym układem nerwowym oraz histiocytoz. Klinika jest ośrodkiem referencyjnym w leczeniu oszczędzającym, umożliwiającym uratowanie kończyny choremu dziecku. Do 2024 r. wykonano ponad 1000 zabiegów wszczepiania endoprotez u dzieci, także tych wydłużanych mechanicznie lub w wyniku działania pola elektromagnetycznego. Najmłodszy pacjent, u którego wykonano taki zabieg miał 8 miesięcy. Zespół Kliniki prowadzi także działalność naukową – m.in. niekomercyjne badania kliniczne dot. leczenia guzów litych u dzieci. Więcej informacji na temat działalności kliniki znajduje się na stronie internetowej: <https://imid.med.pl/pl/klinika-onkologii>

**Mgr Joanna Pruban** 

Absolwentka wydziału psychologii Uniwersytetu SWPS w Warszawie oraz wydziału pedagogiki UKSW w Warszawie. Ukończyła studia podyplomowe na Uniwersytecie Warszawskim z zakresu treningu kreatywności oraz arteterapii dla dzieci i dorosłych, a także kierunek Psychoonkologia na Uniwersytecie SWPS, zaś kierunek Neuropsychologia na WSKZ. Posiada 22-letnie doświadczenie w pracy w Klinice Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży Instytutu Matki i Dziecka, gdzie od 2014 r. prowadzi również Poradnię Psychoonkologiczną. W ramach praktyki zawodowej przeprowadza konsultacje oraz terapie psychologiczne, pracuje indywidualnie z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi. Jest wykładowcą i prowadzącą ćwiczenia dla studentów z psychologii rozwojowej, organizuje warsztaty oraz szkolenia dla różnych grup zawodowych. Autorka artykułów naukowych i poglądowych, uczestniczka oraz prelegent licznych konferencji medycznych, zaangażowana w działalność popularyzującą wiedzę z zakresu psychoonkologii.

**Kontakt dla mediów:**

