



## IL DIARIO DI TEDDY

### IL DIARIO DI TEDDY

#### PER I GENITORI

Tra pochissimo tempo tornerete a casa e vi troverete a mettere in pratica tutto ciò che i medici e le infermiere del Reparto vi hanno insegnato sulla gestione del diabete di vostro figlio.

Sappiamo che state vivendo con ansia questo momento sia perchè non vedete l'ora di tornare a casa sia perchè temete di non essere capaci di aiutare al meglio vostro figlio senza la "rete" di protezione che il personale sanitario vi ha offerto finora.

Inoltre è possibile che vi si affollino nella mente tanti timori e tanti dubbi sul futuro " si sentirà diverso dal fratello?" "riusciremo a seguire il piano alimentare senza troppi traumi?" "a scuola come faremo?" "il bambino come reagirà?" e via dicendo.

Anche vostro figlio vive, a modo suo, ansie e timori e si aspetta che voi gli diate sicurezza e la conferma che, anche se sono cambiate alcune cose, il rapporto con voi è sempre lo stesso e lui, con una importante esperienza in più, è il bambino che era prima e che potrà fare le cose che faceva prima nella stessa atmosfera familiare che lui conosce bene.

Non sarà molto facile, specialmente i primi tempi, riorganizzarsi come persone e come famiglia per mantenere stabili alcune certezze affettive mettendo in atto tutto quanto vi è stato insegnato per controllare il diabete.

Questo "Diario di Teddy" è stato scritto per aiutarvi in questo delicato periodo del "rientro" a casa. Abbiamo focalizzato alcune delle preoccupazioni del bambino che sappiamo essere le più frequenti: controllare se gli è stata detta la verità dai genitori e dai medici, il confronto con i compagni, la trasgressione ecc...

Abbiamo anche cercato di "suggerire" alcune possibili modalità per superare problemi quotidiani tenendo sempre presente che il bambino con diabete mellito deve essere aiutato, come tutti i bambini, a crescere, rinforzando la sua autonomia e la fiducia nelle sue possibilità come persona affettivamente sana, unica ed irripetibile.

Leggete anche questa storia insieme a vostro figlio e, come avete fatto per "La storia di Teddy", favorite l'espressione delle sue emozioni, accoglietele e rispondete alle sue domande con le parole e con le... "coccole".



## IL DIARIO DI TEDDY

### IL RITORNO A CASA



Ciao! Sono tornato a casa, finalmente! Non vedevo l'ora eppure mi sento un po' strano.

Vado in giro per le stanze per ritrovare tutte le mie cose, e sono tutte come le avevo lasciate:

l'orsacchiotto, il mio camioncino, la bicicletta ed anche il mio bicchiere ed il mio tovagliolo.

La mia casa mi sembra più piccola di prima, però è proprio bella.

Sara mi ha regalato un bellissimo disegno che ha fatto per me quando ero in ospedale e ha detto che le sono mancato molto e che però non è stato giusto che mi sono tenuto solamente per me la mamma in questi giorni. Le sorelle sono un disastro! Ora me lo fa apposta a richiamare l'attenzione di mamma quando è con me, ma non è giusto, lì in ospedale era tutta per me come quando ero più piccolo.

Sara se ne inventa di tutti i colori pur di stare al centro dell'attenzione!



Pensate che pretendeva di usare il riflettometro e le striscette reattive per la glicemia e quelle per la pipì che mamma e papà avevano preparato nel bagno. Che ne sa lei!

Sa fare solamente pasticci! Non sa neanche che cosa è l'insulina e a che serve, non sapeva che stava in frigorifero, glielo ho dovuto spiegare io e quando gliel'ho fatta vedere ho scoperto che lì vicino c'era anche la cioccolata che anche io posso mangiare e la Coca Cola Diet.

Mi è venuta voglia di una merendina, anche perché non ne ho viste in cucina. Voglio proprio vedere cosa mi risponde la mamma: per Sara ci sono, ma per te no! Grr...Mi sto per arrabbiare...

Invece: "Tesoro, non ce ne sono in casa né le comprerò più per nessuno, ho capito che non fanno bene né a Sara né a te perciò o io o la nonna vi cucineremo una torta buonissima con cui potrete fare merenda quando vi andrà".



INCREDIBILE! Ma allora è vero quello che dicevano anche i dottori che se pure ho il diabete non sono diventato diverso da Sara! Più tardi sono venuti a salutarmi i nonni. Avevano un grosso regalo per me...e anche uno per Sara. Mi hanno fatto tante feste e poi hanno iniziato a parlare con mamma e papà per farsi spiegare tutto sui cibi che posso mangiare e sui controlli della glicemia.

È importante che loro sappiano tutto perché io spesso sto con loro quando esco da scuola e la mamma lavora.

L'hanno fatta tanto difficile! Nonna era preoccupata di non riuscirci. Che sciocchezze!

Insieme al nonno le abbiamo detto che l'avremmo aiutata noi perché io ho capito come si fa.



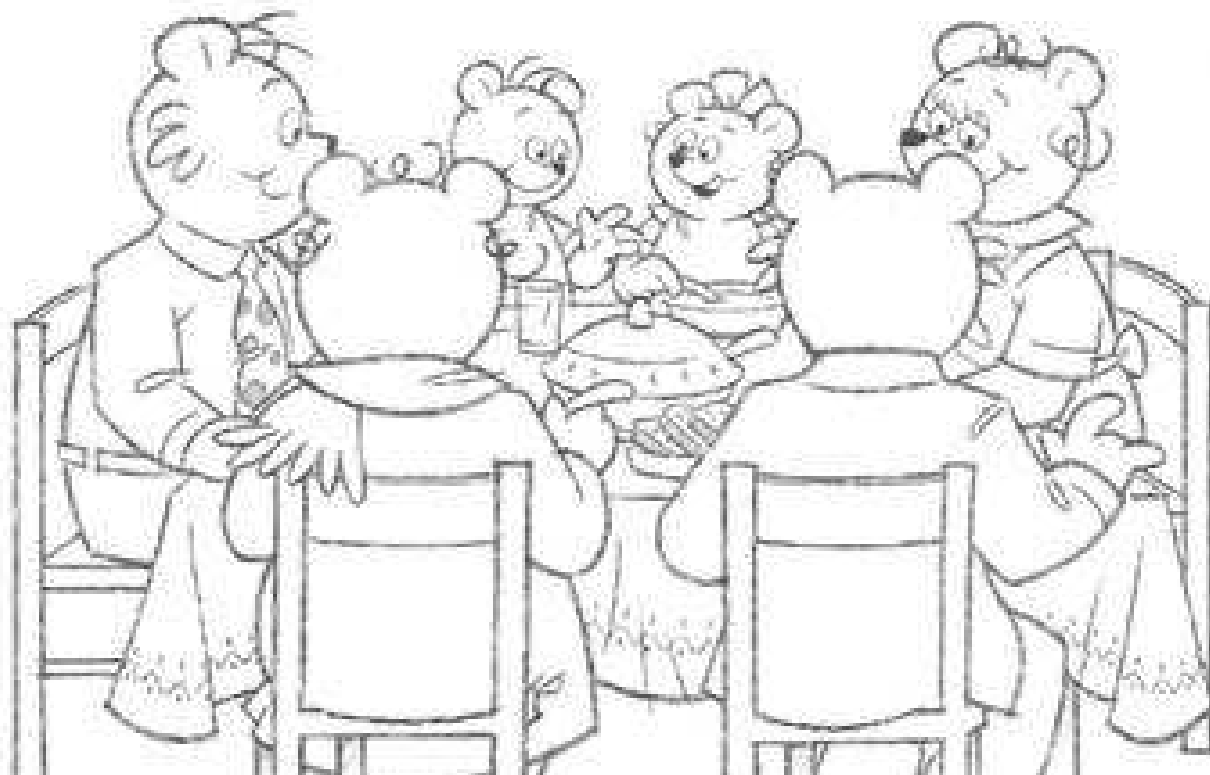
Poi è arrivato il momento di controllare la glicemia. Volevo fare una bella figura davanti a Sara e ai nonni, ma non ce l'ho fatta. È stato più forte il desiderio di essere coccolato e consolato perché non potevo scappare da quella situazione.

Ho pianto forte.

Sara mi ha compianto un po' e poi si è messa a giocare con la penna speciale e il riflettometro e stava per combinare uno dei suoi soliti danni. Ho dovuto fermarla e così le ho fatto vedere come fanno mamma e papà a misurare la glicemia: un piccolo "pic" con la penna e poi la goccia di sangue nella scatolina.

L'ho sorpresa ed ho sentito tutta la sua ammirazione quando ha detto: "Ma davvero sei così coraggioso!?".

"Che ci vuole!" le ho risposto, ma mi sono sentito un eroe.



Intanto papà e mamma hanno deciso la dose di insulina che dovevo prendere e mamma mi ha fatto la puntura. Ho sentito papà che diceva: “Tanto gliela farai sempre tu” e mamma un po’ nervosa gli ha risposto: “E no, aiuteremo Teddy un giorno per uno, per tuo figlio è importante che anche tu ti occupi del controllo del suo diabete, non è un fatto personale tra me e lui, e poi lui deve crescere, non può dividere solamente con me questa esperienza”.

Finalmente ci siamo tutti a tavola, insieme come sempre, fo controllato, senza farmi vedere, dentro i piatti di tutti.

Era vero, mamma aveva cucinato gli stessi cibi per me e per loro. Papà ne aveva di più, come sempre però, perché lui è grande, come diventerò io quando crescerò!



Sara ha mangiato la minestra di verdure e la mamma ha ricevuto i complimenti di papà che ha detto: "I cibi cucinati in questo modo mi sembrano molto buoni. Vuoi vedere che dobbiamo ringraziare Teddy che ci ha permesso di scoprire, purtroppo stando male, un modo per mangiare più sano e completo?"

Sono stanco morto, ma molto eccitato, non andrei mai a dormire. È però ora di andare a letto. Che bello il mio lettino.



Buona notte a tutti!



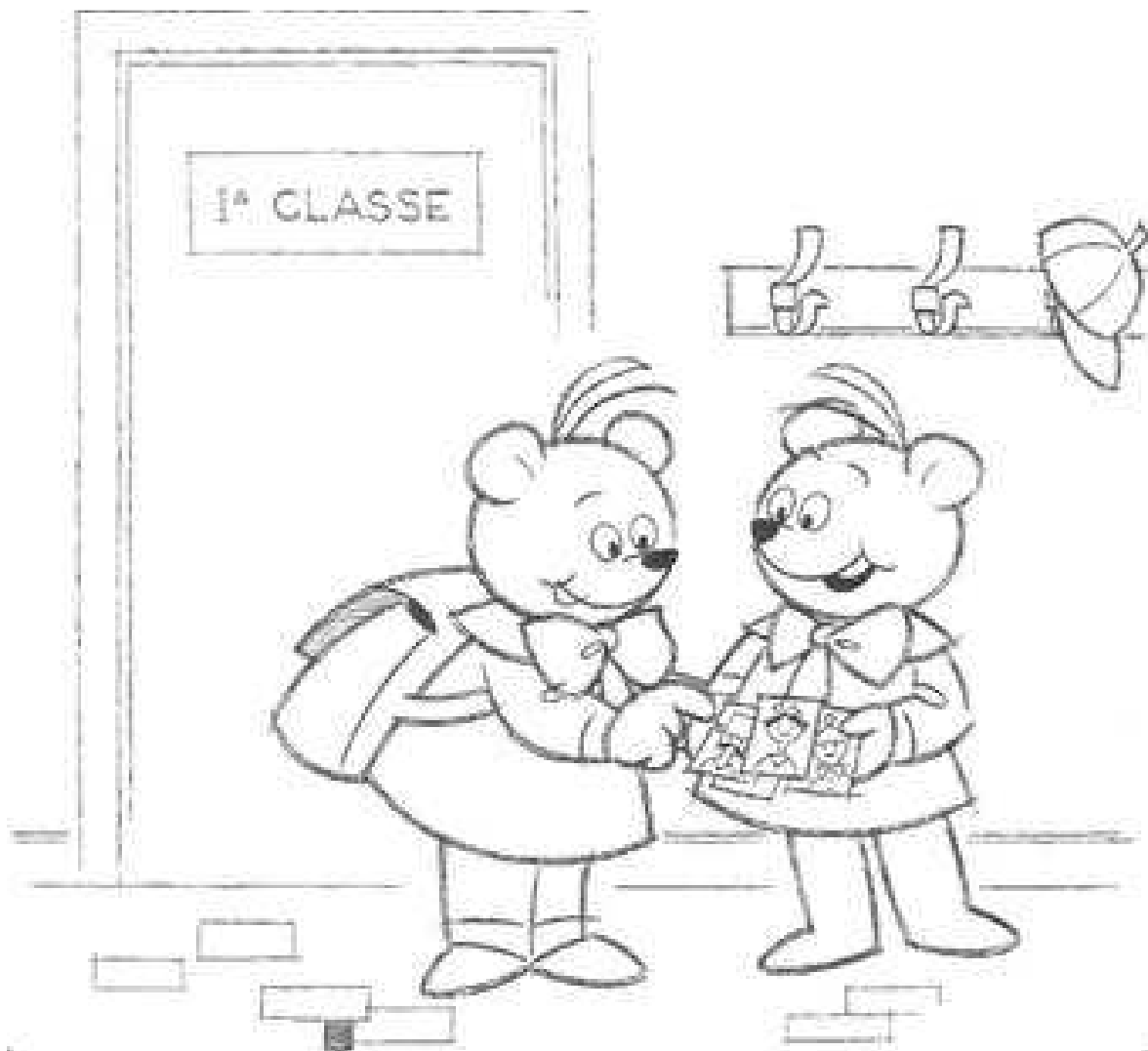
## IL DIARIO DI TEDDY



Sono passati pochi giorni dal mio rientro a casa ed eccomi a scuola. Il mio amico del cuore mi aveva telefonato. Aveva detto che a scuola mi aspettavano tutti, ma io non ci credevo. Ero molto spaventato di rivedere tutti i miei compagni e le insegnanti. Che cosa avrebbero pensato di me? Mi avrebbero accolto come prima? Mi vergognavo anche un po' di avere il diabete, non ce l'ha nessuno nella mia classe, solamente io! Mi avrebbero preso in giro?

Invece le maestre mi hanno fatto tante feste e, mentre i miei genitori parlavano con loro per spiegare quello che era accaduto e che cosa avrebbero dovuto fare se non mi fossi sentito bene, cioè nel caso di ipoglicemia, io guardavo i miei compagni.





Mentre mamma e papà mi abbracciavano forte forte per salutarmi e io pensavo: “Per favore, non ve ne andate, portatemi con voi”, il mio compagno di banco mi ha fatto vedere le figurine della raccolta che aveva messo da parte per me. Ho capito che mi voleva bene come prima e che non era cambiato niente, quella era la mia classe e loro i miei compagni.

Una maestra ha spiegato ai compagni che cosa è il diabete ed io, come esperto, l'ho aiutata.



Abbiamo detto che non è una malattia vera ma una condizione diversa di funzionamento dell'organismo e tante altre cose. I compagni hanno fatto molte domande e noi abbiamo risposto.

Subito dopo però la situazione è cambiata perché la maestra mi ha ricordato che sono rimasto indietro con le lezioni e che mi sarei dovuto impegnare per recuperare. Lei mi avrebbe aiutato, ma anche i miei compagni avrebbero dovuto farmi vedere i compiti fatti.



Le lezioni sono continuate come sempre. Io ero al mio posto e i miei compagni si comportavano con me come prima di andare in ospedale.

Quante paure inutili avevo avuto! Avevo anche pensato di non dire niente a nessuno, di tenere il segreto sul diabete, dopo tutto era una fatto solamente mio, però papà aveva ragione, come si sta meglio con gli amici se non si hanno segreti! Per prima cosa non c'è niente di cui vergognarsi e poi gli amici ti possono veramente aiutare a sentirti meglio perché per loro Teddy è Teddy e poco importa se deve fare l'insulina o chissà che altro, loro vogliono bene a me.

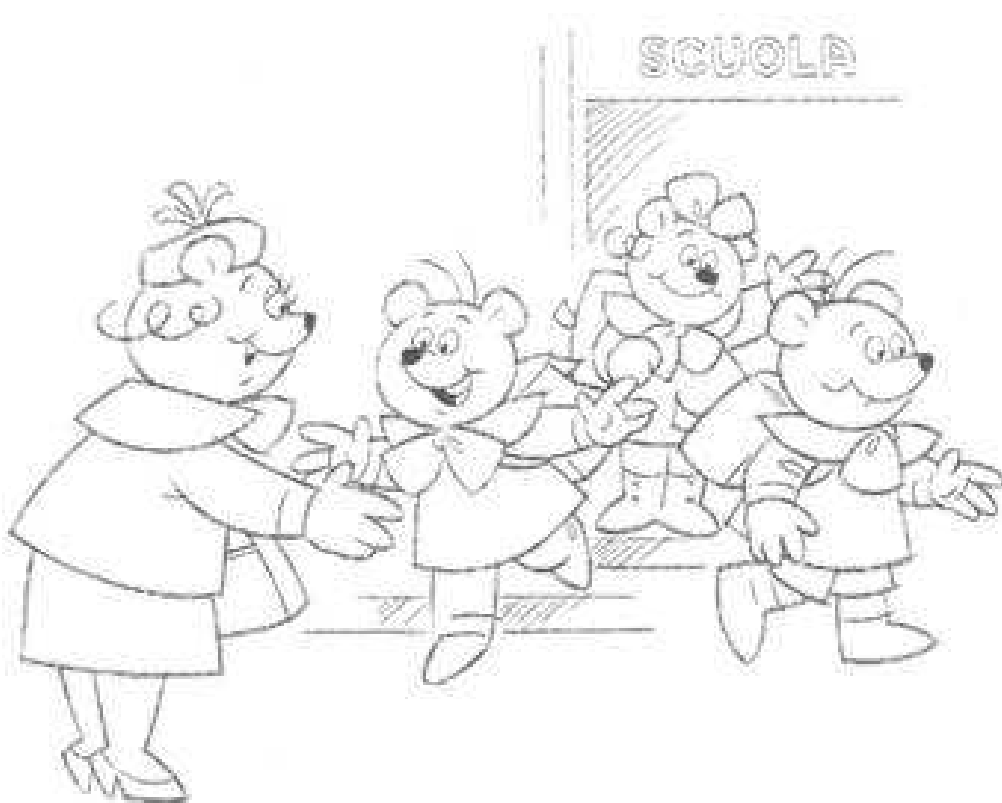
Al momento della merenda ho preso la pizza dal mio zainetto, la mamma l'aveva comprata la mattina dal fornaio. Giulio me ne ha chiesta un pezzo perché a lui piace tanto, ma la sua mamma non ha tempo la mattina di comprargliela cos' gli da le merendine che tiene a casa.



Lui mi avrebbe dato un pezzo della sua merendina, io non l'ho potuto accontentare, mi è dispiaciuto, ma devo mangiare proprio tutta la merenda che mamma mi da. Ho promesso a Giulio che domani comprerò un pezzo di pizza in più per lui, però non voglio la sua merendina perché non mi farebbe stare bene.

Mentre mangiavamo, Giorgio ha detto che suo zio ha il diabete, ma la pizza non la mangia, anzi sua zia litiga sempre con lui perché lei non lo vuole far mangiare e lui si arrabbia.

Ho spiegato a Giorgio che il diabete dei bambini è diverso da quello dei grandi, i bambini possono mangiare quasi tutto, solamente che bisogna rispettare certi orari e cucinare i cibi in maniera più sana. Io faccio l'orario prolungato a scuola così mangio con i miei compagni anche a pranzo. So che per i miei genitori stato difficile mettersi d'accordo con quelle persone che cucinano per noi, però devono esserci riusciti perché io ho ripreso anche a mangiare a scuola.



All'uscita c'era mamma ad aspettarmi, era ansiosa di sapere come era andata ed il mio "tutto bene" l'ha resa felice.

Mi ha fatto tante domande, forse troppe, ma doveva essere molto preoccupata per come sarei stato con i compagni e per le cose che avrei mangiato.

In effetti anche io avevo avuto molta paura, ma poche ore erano bastate per farmi superare le incertezze della mattina.



## IL DIARIO DI TEDDY

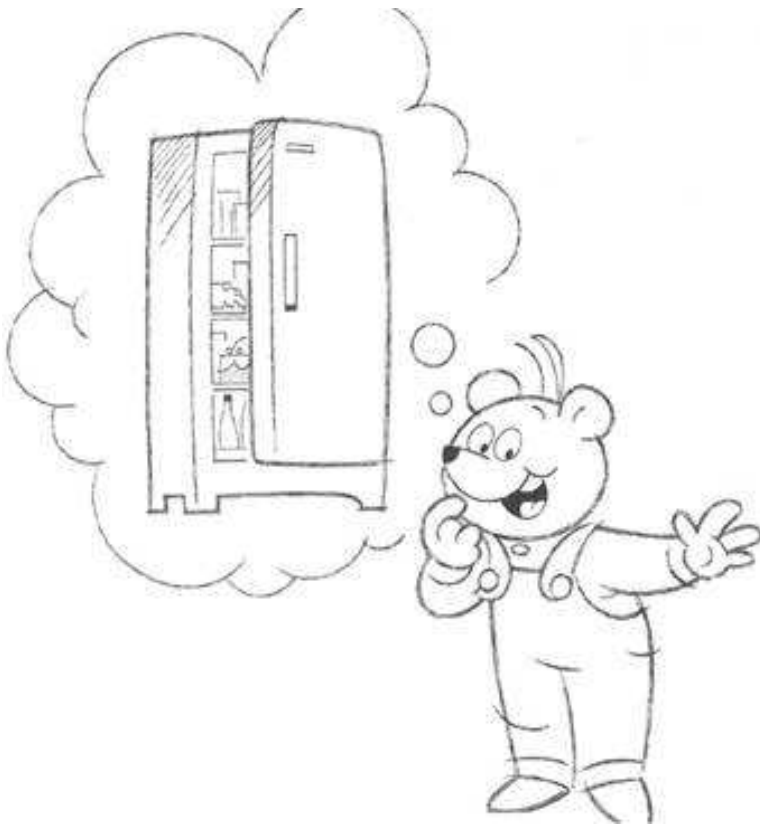


### UNA GIORNATA NOIOSA

Che noia! Non so cosa fare oggi.

Piove e non si può andare ai giardini. Mi sento proprio scontento, un po' arrabbiato ed un po' triste. Mamma ha da fare le faccende di casa e proprio adesso l'ha chiamata un'amica al telefono e parla, parla, ride, ma a me non interessa quello che sta dicendo.

Sara fa la sostenuta e la smorfiosa e non vuole che tocchi le sue cose. Io le ho già rotto la bambola a cui teneva tanto. Si è messa ad urlare forte e mamma mi ha sgridato dicendo che sono proprio cattivo quando faccio così.



Ma io non so che fare!

Anche questa mattina mamma mi ha sgridato forte, stavo anche per prendermi una sculacciata, ho fatto i capricci al momento di fare la glicemia perché mi sentivo irritato.

Al momento della merenda poi mi sono messo a piangere perché volevo a tutti i costi il gelato, mamma si è di nuovo arrabbiata con me. Mi ha detto che non ne può più e non vede l'ora che io possa andare a scuola così non mi sente. Io continuavo a dirle che era cattiva e a chiedere, perché proprio a me è dovuto capitare il diabete?

In verità ho voglia di qualche cosa che non so nemmeno io ed ho voglia che la mamma mi aiuti e sappia lei cosa voglio. Che idea!

Adesso vado di nascosto in cucina, apro il frigorifero, mi prendo qualche cosa che mi piace e me la mangio senza dire niente a mamma.



Adesso che ci penso però non è una bella idea, mamma si arrabbierà un'altra volta con me e io poi mi sentirei di aver tradito la fiducia di mamma e di papà e di aver tradito anche me stesso.

Tutto sommato il diabete è mio e se mangio di nascosto quello che poi succede è che sto male io.

Forse è meglio che lo dica a mamma, spero che, facendo i conti dell'insulina e dei cibi, lei saprà trovare il modo per farmi mangiare qualcosa di BUONO.

“Teddy, oggi mi stai facendo impazzire! Però credo che in alcune situazioni sia giusto fare un piccolo “strappo” alla regola. Credo che, fatti tutti i conti, puoi mangiare un po' di questo gelato alla fragola,

ti va?”

Mentre io lo preparo che ne diresti di pensare ad un gioco da fare insieme a me e a Sara così il tempo passa prima? Io non stirerò i panni oggi, lo farò più tardi o domani. E più importante stare con voi che avere i cassetti sistemati e perfetti!”.





Che bello, come sono contento!

La mamma ha proprio capito quello che io volevo e che non sapevo.

Abbiamo deciso tutti insieme di fare una città con le costruzioni.

Tante case, alberi, strade. Quando torna papà gliela faremo vedere, sarà contento sicuramente.



È già l'ora di cena e non mi sono neanche accorto di come è passato tutto questo tempo, quel gelato alla fragola era veramente buono anche se non era molto, ma la cosa più importante è che sono orgoglioso di questa città.

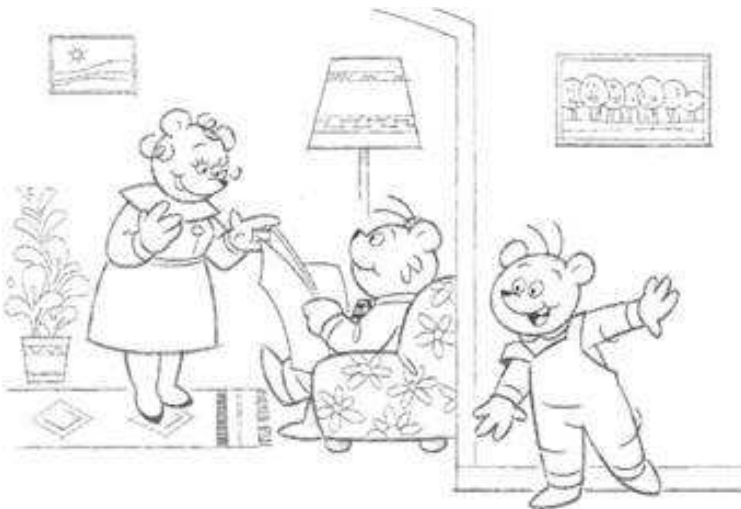
Sono così felice che corro subito a dare un grosso bacio alla mamma.

Il campanello, è arrivato papà!



## IL DIARIO DI TEDDY

### E' IL COMPLEANNO DI SARA: SI FESTEGGIA



Per questo pomeriggio è stata organizzata una festa qui in casa. Ci saranno i nonni, i cugini ed i compagni di scuola di Sara.

Mi sento contento e scontento insieme.

Nei giorni passati ho sentito che mamma e papà ne discutevano molto.

“Non facciamo niente altrimenti Teddy ci rimane male che non potrà mangiare i dolci”.

“E poi Sara? Non sarebbe giusto per lei non poter festeggiare il suo compleanno come ha sempre fatto e come desidera da tempo.

“Allora io e Teddy andiamo a casa dei nonni per quel pomeriggio”.

“M no! Saremmo tutti dispiaciuti di non poter stare insieme in un giorno di festa”.

“E allora?”.



I miei genitori erano molto tristi ed in ansia, ed anche io. Maledetto diabete! Anche se loro non lo sanno io avevo capito tutto, era colpa mia se loro erano in difficoltà, anzi era colpa del diabete.

Ho pianto molto in questi giorni e mi sono sentito proprio uno schifo. Loro se ne erano accorti, ma non avevano capito perché mi sentivo così.

Poi alla mamma è venuta un'idea geniale, insieme a papà ha telefonato ai dottori dell'ospedale.

Ha detto che aveva pensato di preparare un tavolo con dolci fatti con lo zucchero speciale, coca cola diet, aranciata diet, ed insieme anche bibite zuccherate ed altri dolci, le patatine fritte ed altro; ha aggiunto che voleva parlare con me per spiegarmi quali cibi era meglio mangiare; però, diceva, "se anche Teddy dovesse assaggiare per "sbaglio" un alimento proibito, non voglio sgridarlo davanti a tutti, né farlo sentire in colpa".



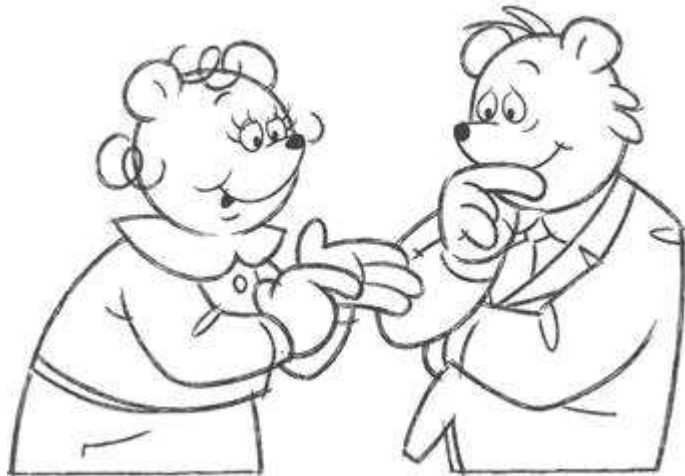
I dottori devono aver dato una risposta soddisfacente perché la festa sta per cominciare; ora non mi sento più dispiaciuto e non vedo l'ora di stare con gli altri bambini e di assaggiare quella bellissima torta di compleanno.

A proposito, per l'occasione oggi mamma e papà mi hanno comprato la mia prima cravatta da grande, mi sento importante!



## IL DIARIO DI TEDDY

### VADO ALLA FESTA DI UN MIO COMPAGNO



Oggi sono contento perché è stato il compleanno di Marco, un mio compagno di scuola, lui mi ha invitato alla sua festa ed io ci sono andato.

È la prima volta che è accaduto da quando ho il diabete!

La mamma dapprima era incerta se mandarmi o no, non poteva farmi i dolci con il dolcificante, ma poi ha telefonato ai dottori che mi curano e si è decisa. Loro le hanno detto che è molto importante che io possa fare tutto, ma proprio tutto quello che fanno gli altri bambini, perciò devo andare alla festa.

Naturalmente devo fare attenzione a quello che mangio, devo scegliere tra le varie cose che la mamma di Marco avrà preparato per la merenda quelle con meno zuccheri come i panini e le pizzette.

Quando lo abbiamo detto a papà lui inizialmente è rimasto pensieroso e non era troppo d'accordo, però poi, quando la mamma gli ha parlato un po' e gli ha spiegato tutto, allora ha detto il suo "va bene", aveva gli occhi lucidi ed io ho tirato un grosso sospiro di sollievo: è fatta!



Con la mamma abbiamo comprato un bel regalo per Marco che avrei preferito tenere per me perché mi piace molto, perciò sono stato contento quando glielo ho dato.

Alla festa ho giocato tanto, c'era anche un prestigiatore che faceva delle fantastiche magie e poi è arrivato il momento della merenda.

C'erano tante cose buone sul tavolo!



Io sono stato molto bravo perchè ho fatto come mi aveva detto la mamma, proprio tutto come mi aveva raccomandato. Beh! Proprio tutto no...Ho mangiato una manciata di patatine fritte, che buone, ne avevo proprio voglia! Comunque le patatine non sono dolci...eh!

La torta non l'ho mangiata anche perché stavo finendo un gioco con un bambino lì e non potevamo interromperlo.

Neanche lui l'ha mangiata e lui non ha il diabete, almeno credo, non so come si fa a distinguere chi ce l'ha da chi non ce l'ha, siamo tutti uguali!





Per fortuna la mia mamma è venuta insieme a quella di Giulio così abbiamo fatto un pezzo di strada insieme ed abbiamo continuato a giocare, è proprio simpatico questo nuovo amico!

Arrivati a casa la mamma mi ha misurato la glicemia per vedere se bisognasse fare più insulina del solito, invece era NORMALE!

Ho ricevuto i complimenti per il mio comportamento, però mamma mi ha anche detto che se fosse stata più alta per questa volta si poteva fare un pochino più di insulina come avevano detto i dottori e tutto sarebbe andato comunque bene.



Ora sto nel mio lettino e ripenso ai giochi, al teatrino, al prestigiatore, alla felicità di stare con i miei compagni come prima. Ma forse, ora che ci penso, in fondo in fondo questo diabete non è poi così "cattivo" come pensavo, non me ne sono praticamente accorto oggi.

Certo se i miei genitori non mi avessero permesso di andare alla festa...però ci sono stato!

Buonanotte!



## IL DIARIO DI TEDDY



### LA PRIMA GITA SCOLASTICA

Oggi a scuola è stata proprio una giornata infelice. La maestra Cristina è arrivata tutta contenta e ci ha detto che saremmo andati per la prima volta tutti insieme in gita per visitare un parco vicino alla nostra città.

Ha cominciato a parlarci di piante, animali, passeggiate e bla, bla, bla...io non sentivo più niente.

Mi venivano in mente siringhe, insulina, glicemia e un nodo alla gola mi stringeva sempre più forte.

Io non sarei potuto andare. Maledetto diabete!

I miei compagni erano eccitatissimi, come li invidiavo! A me veniva solo da piangere pensando che a causa del mio diabete sarei rimasto a casa.



Quando è arrivata la mamma sono scoppiato a piangere, lei non capiva, e come avrebbe potuto!

Poi le ho spiegato perché mi sentivo così triste, lei ha cercato di consolarmi dicendomi che ci saremmo andati con Sara e papà un'altra volta in quel meraviglioso parco.

Io ho ripreso a piangere, lei ha capito che per me era importante andare con i miei compagni, allora ha detto che sarebbe venuta anche lei per controllare il diabete.

Non l'avesse mai detto! Mi sono proprio arrabbiato "figurarsi!, io che mi porto dietro la mamma come i piccoli, chissà quanto mi avrebbero preso in giro i compagni!".

A questo punto la mamma si è irritata. Mi ha detto che si poteva trovare una soluzione, ma io dovevo capire che era necessaria qualche limitazione.



Capire, capire, io devo sempre capire! Già l'insulina e la glicemia l'ho capita e mi sembrano una bella limitazione, però anche la mamma dietro nella gita NO, è troppo. Sono proprio sfortunato!

La mamma mi ha detto di smetterla di fare la vittima, ma io ho continuato a fare i capricci.

Le ho anche chiesto perché le maestre non sanno curare il diabete. Non mi ha risposto.

Siamo arrivati a casa, io sono andato subito a sdraiarmi sul letto per continuare a piangere in pace, mentre mamma ha chiamato papà per raccontargli quello che era accaduto.



Mi sono messo il cuscino intorno alle orecchie per non sentire niente.

Dopo un poco di tempo la mamma mi ha raggiunto, si è seduta sul letto ed ha detto che potevo andare alla gita anche io purché avessi accettato la compagnia dei Enrico, il mio cugino più grande e preferito che già altre volte mi ha aiutato per le glicemia e per la puntura di insulina e poi lui è in grado di capire se sono in ipoglicemia.

Beh! Lui si può accettare! Però ancora non mi sembra vero! Mi sento molto eccitato, non sto più nella pelle dalla gioia!

Ho preparato il mio zainetto dove ho messo l'insulina ( i dottori hanno detto che posso tenerla fuori dal frigorifero purché non la lasci al sole), il riflettometro, le striscette reattive, le salviette disinfettanti e le siringhe.



La mattina dopo mi sono svegliato più presto del solito e la mamma era già in cucina. Mi aveva preparato dei pacchettini diversi, in uno c'era la merenda, in uno il pranzo (mamma aveva fatto tutti i conti per convertire le scelte dei carboidrati in panini e frutta) e in un altro dei cibi di emergenza (succhi di frutta, caramelle con lo zucchero) che servono solo nel caso di ipoglicemia.

Mentre mettevo tutte queste nello zainetto ho pensato che sarebbero state troppe da mangiare in un solo giorno così l'ho detto alla mamma.

Nel frattempo si era unito a noi anche papà e mi ha spiegato che avrei dovuto mangiare di più perché mi sarei mosso più del solito e quindi il mio corpo avrebbe avuto bisogno di più cibo.

Accidenti! Questa gita ha solamente aspetti positivi!



Papà e mamma mi hanno accompagnato al pullman dove c'era già Enrico e qualche compagno.

Mi hanno fatto mille raccomandazioni ed altrettante a mio cugino tanto che anche lui ha storto un po' la bocca, ma c'è da capirli, loro sono genitori e si devono preoccupare!

Finalmente il pullman parte.

Ciao a tutti ci divertiremo sicuramente!





## IL DIARIO DI TEDDY

### PER I COLLEGHI

Perché questa seconda storia?

Il rientro a casa dopo l'ospedalizzazione è un momento delicato di riorganizzazione familiare.

Le terapie, i controlli ematici, gli orari, la diversa alimentazione vanno ad inserirsi in un contesto affettivo, cognitivo e relazionale specifico per ogni famiglia ed ogni famiglia reagirà al cambiamento in maniera sua propria.

Sappiamo comunque che una maggiore plasticità psicologica favorisce il cambiamento positivo e permette l'assimilazione del complesso e sappiamo anche che proporre "un altro modo" può favorire ed aiutare ad uscire da schemi rigidi ricercando "un altro modo ancora" forse più adeguato per quella specifica situazione.

Abbiamo individuato sei situazioni tipo che sicuramente i bambini e le loro famiglie vivranno nei mesi successivi alle dimissioni dall'ospedale e le abbiamo legate ad alcune suggestioni positive descrivendo l'emozione e l'affetto ad esse legate.

1 la difficoltà del bambino a "separarsi" dalla madre con cui aveva durante l'ospedalizzazione ricostruito la diade rassicuratoria e a dividerla nuovamente con il padre e con i fratelli.

2- il diabete vissuto come vergogna ed il conseguente "segreto sociale".

3- il vissuto di diversità e la successiva paura di esclusione.

4- la ricerca di trasgressione.

5- la tentazione di "penalizzare" i fratelli per non esporre il bambino a rinunce.

6- la ricerca di autonomia e di normalizzazione