



포그리 밋찌가 암에 걸렸을 때

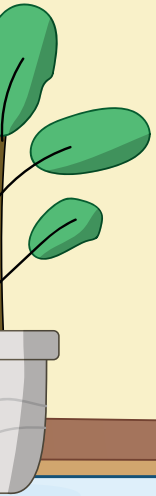
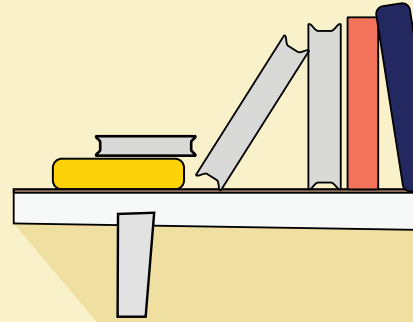
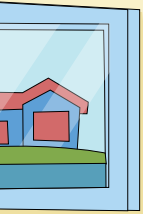
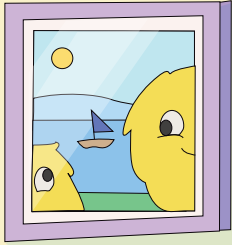
Korean | 한국어

Cancer Council Queensland • Queensland Government



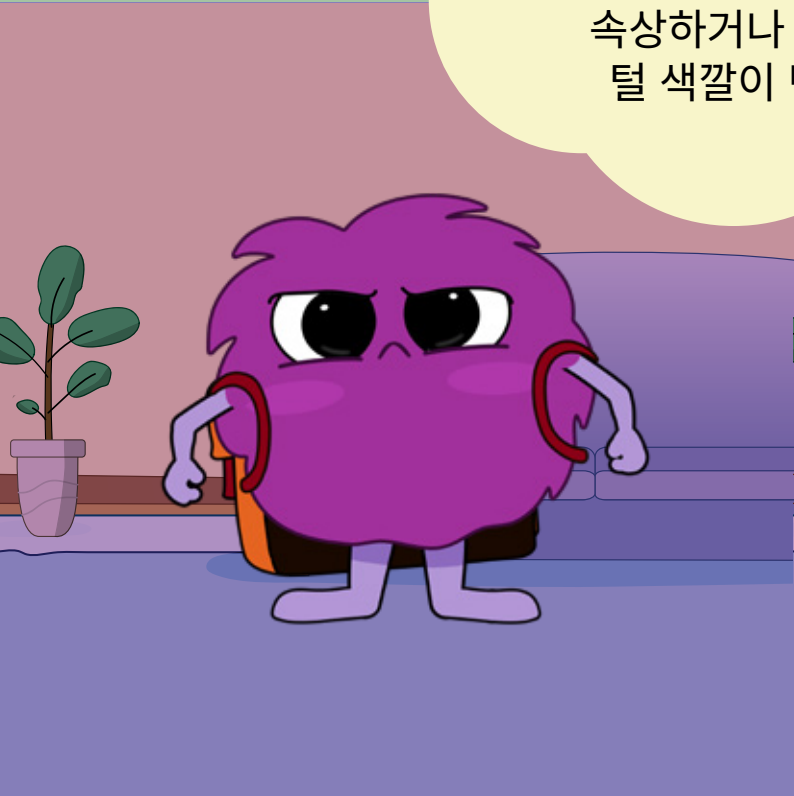
옛날 여기서 멀지 않은 어느
곳에, 스퀴시와 밋찌라고 하는
두 명의 포그리가 살았어요.

포그리는 멋진 존재들이에요. 포그리는
우리처럼 팔과 다리가 있고 심장과 머리도
있지요. 그렇지만 다른 점이 하나 있어요.





포그리는 특별한 털이
있는데요. 포그리가
행복하거나 슬플 때,
속상하거나 화가 났을 때
털 색깔이 변한답니다.





스퀴시와 밋찌는 아주 좋은
팀입니다. 포그리가 한 팀이라 느낄
때는 털 색이 녹색으로 변해요.

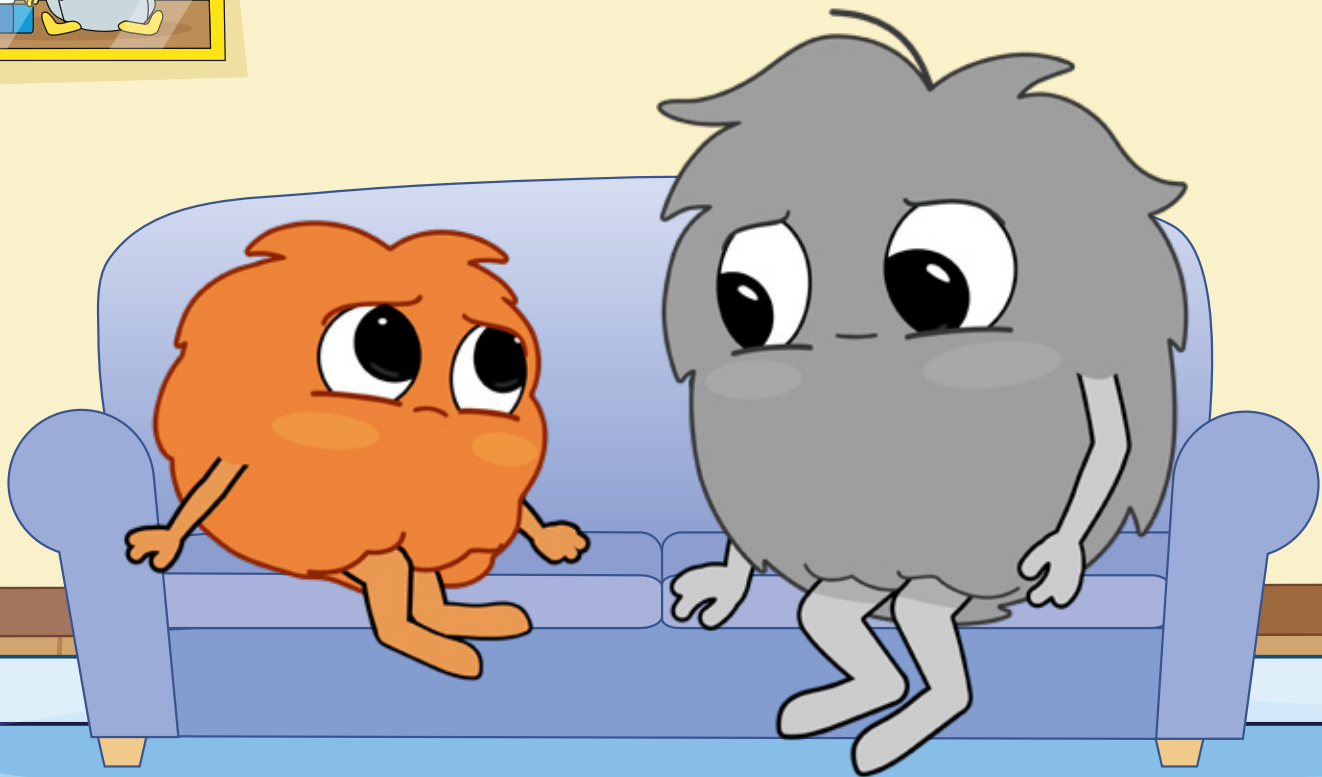
그런데 어느 날 갑자기 밋씨의 털이 회색이 되었어요.
포그리는 아플 때 털이 회색으로 변해요.
그런데 그냥 아프거나 코가 훌쩍이는 게 아니라 좀 다르게 아팠어요.



그래서 밋찌는 의사에게 가서,
검사를 받고 또 받고 또 받았답니다.



스퀴시는 물어볼 것이 많았어요. 포그리가
궁금한 것이 많을 때는 주황색으로 변한답니다.
질문이 많을 때는 물어보는게 최고지요.



“의사가 뭐라고 했어?
괜찮아?
금방 나아지는 거야?”
스퀴시가 물었어요.

“아, 스퀴시. 나에게 암이라는 게 생겼어.” 밋찌가 대답했어요.

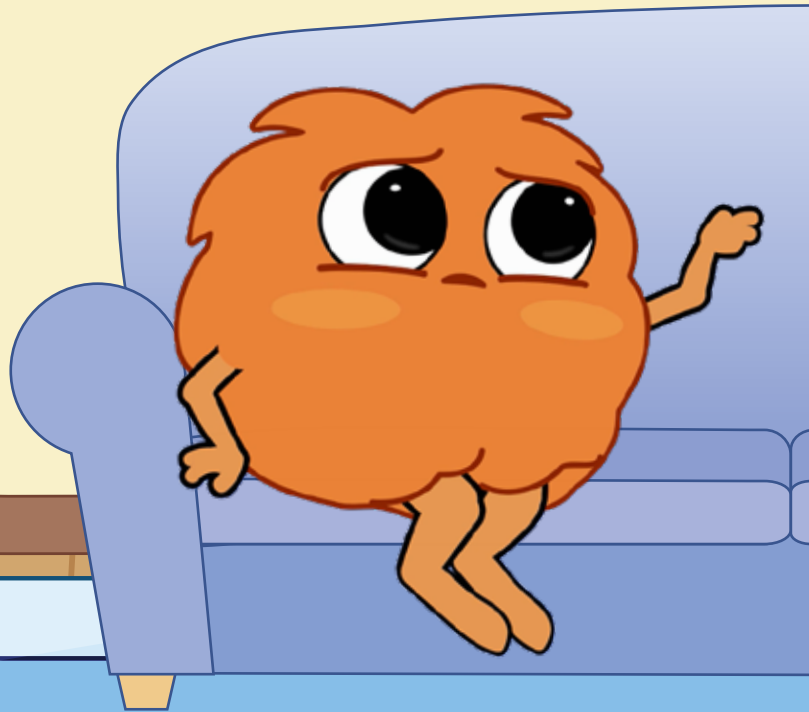
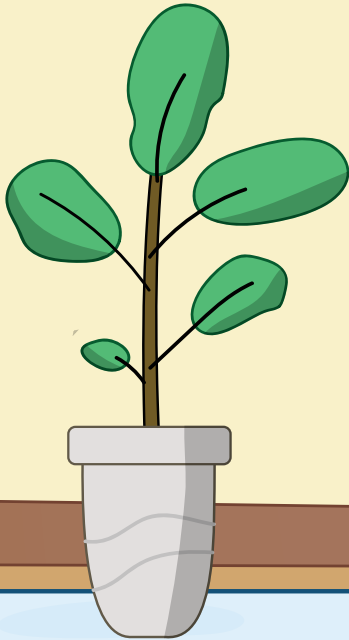
“그거 감기 같은거야?” 스퀴시가 어리둥절해서 물어봤어요.

“아니야, 스퀴시. 암은 좀 다른거야.” 라고 밋찌가 대답했어요.

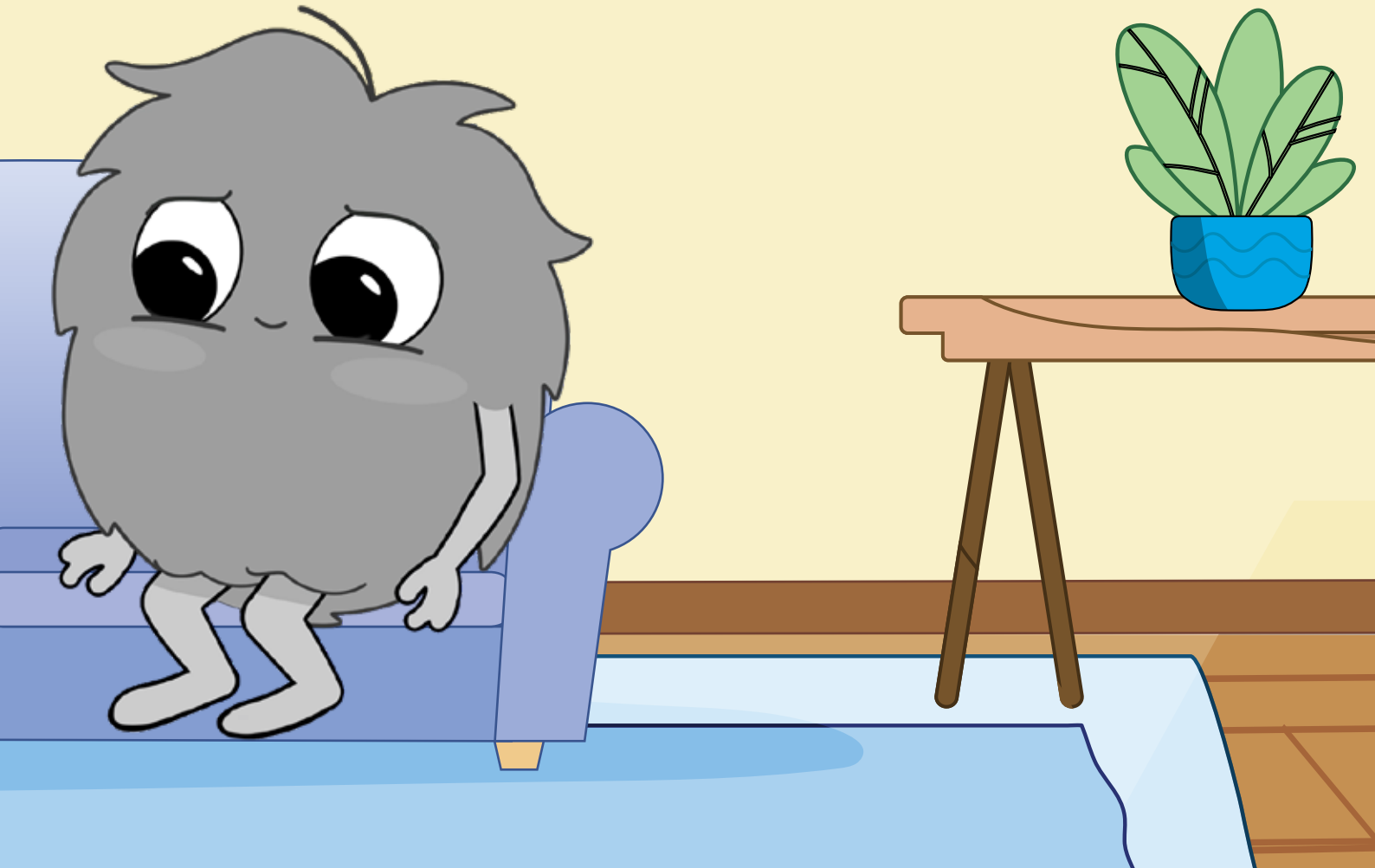
“그렇다면...” 스퀴시가 조용해졌어요.

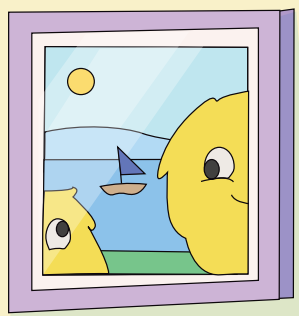
밋찌는 암이란 감기나 독감, 배앓이나 두통과는 다른 것이라고 설명했어요.

암이란 나쁜 세포가 몸 안에서 자라는 것이라고 설명해 주었죠.



밋찌가 한 가지 답변을 하면, 스퀴시는 궁금한 것이 두 개가 생겼어요.
그래도 괜찮아요. 모르면 물어보는 건 언제든지 괜찮거든요.
“누구한테서 옮은거야? 나도 있어? 내가 옮긴거야?” 스퀴시가 물었어요.
“오, 아니야 아니야. 정말 아니야. 암은 어디서 옮는 것이 아니야.
그냥 생기는 거야.” 라고 밋찌가 스퀴시에게 말했어요.
“왜?” 스퀴시는 알고 싶었어요.





어떤 질문은 밋찌가 대답할 수 없었어요.

“모르겠어.” 밋찌가 대답했어요.

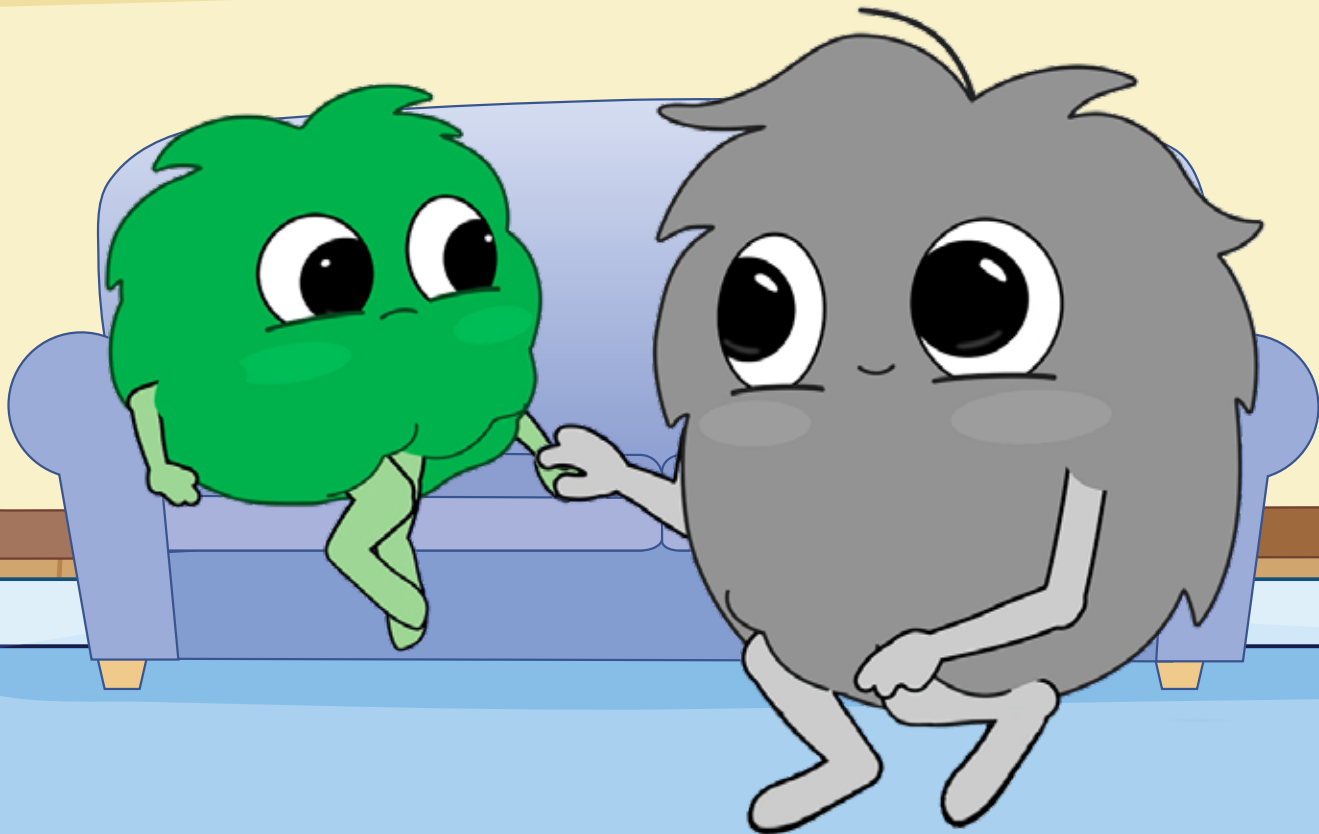
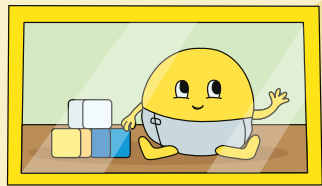
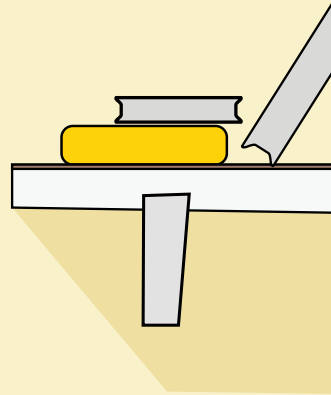
“그래도 우린 여전히 한 팀 맞지, 그렇지?”

스퀴시가 물었어요.

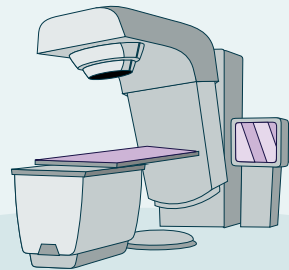
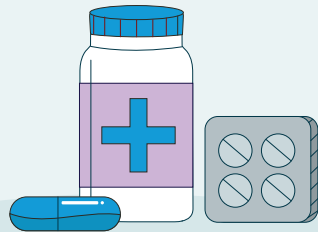
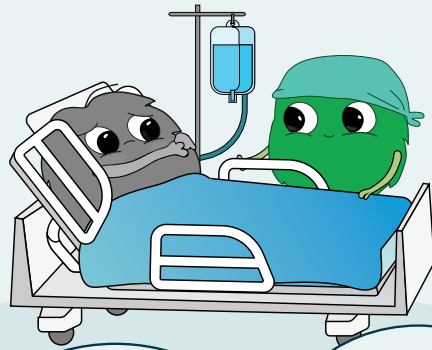
“당연하지” 밋찌가 대답했어요.

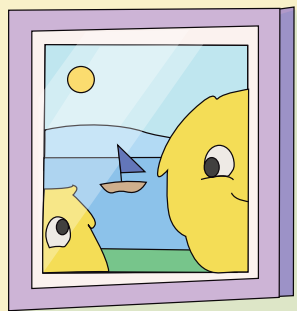
“그럼 앞으로 어떻게 돼?” 라고

스퀴시가 물었어요.



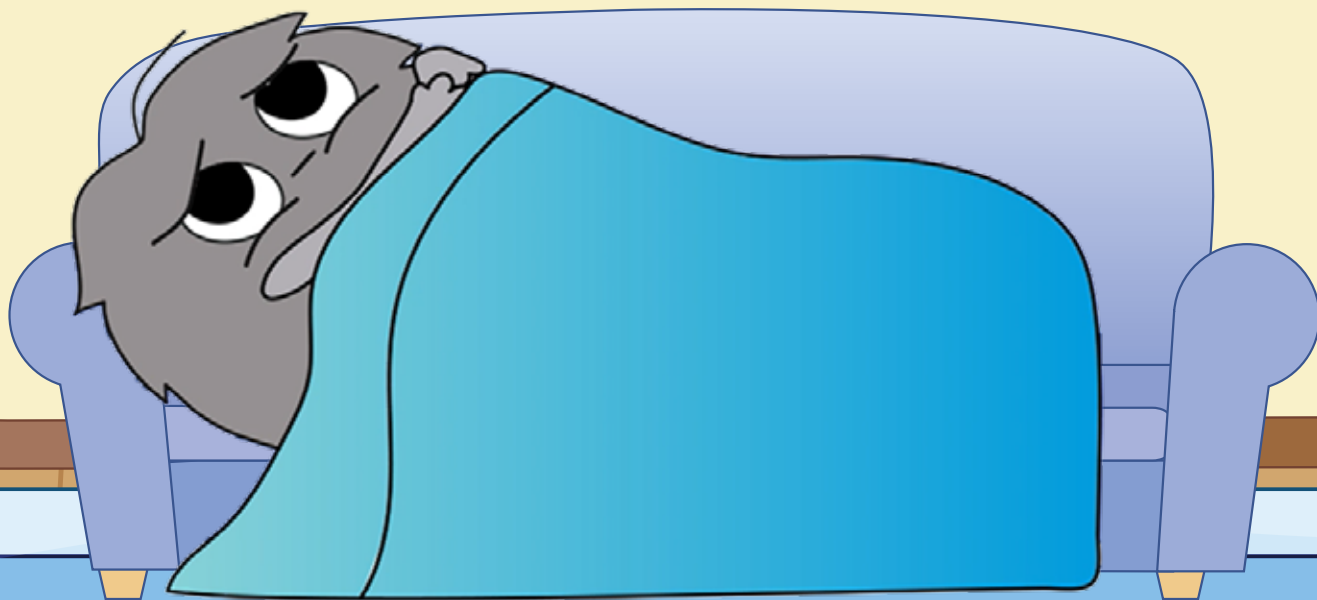
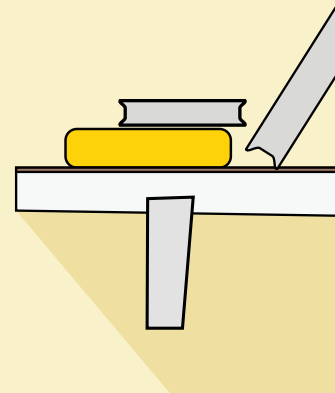
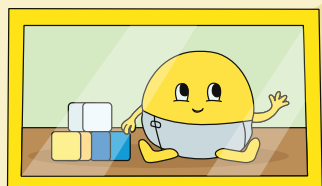
“글쎄, 의사랑 내가 계획을 짜고 있어.
암을 치료하는데는 많은 방법이 있거든. 어떨 때는
약을 먹고, 또 어떨 때는 수술을 받아. 심지어 몸
안에 있는 암을 녹이려고 의사들이 특별한 기계를
쓰기도 해.” 라고 밋찌가 웃으며 대답했어요.

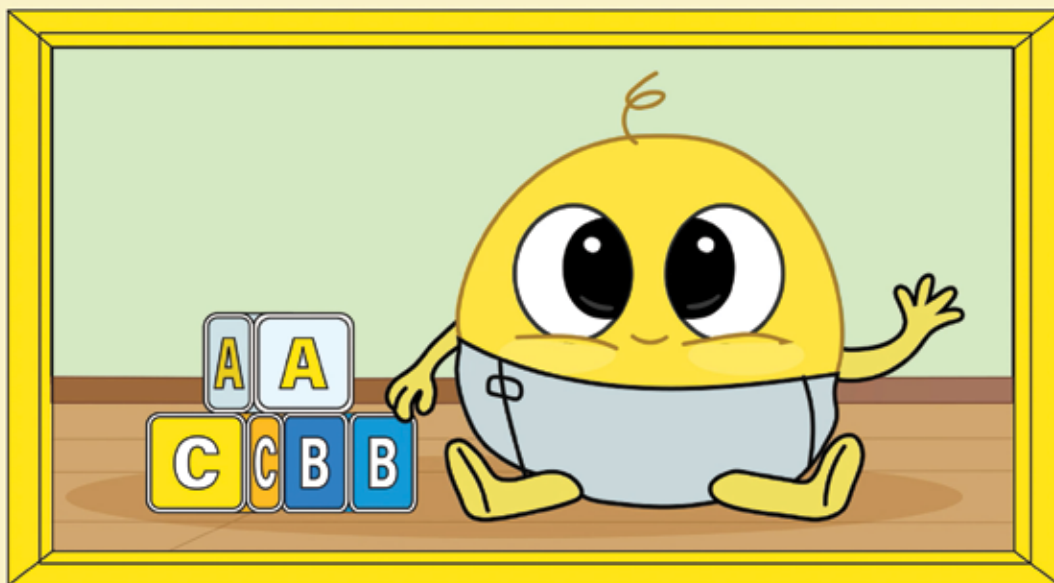




“와, 그런데 그거 아픈거 아니야?” 스퀴시가
여전히 주황색 빛을 띄며 물었어요.

“글쎄, 가끔은. 어떤 날은 그저 다른 날과
똑같을 수도 있고 또 어떤 날은 몸이 안
좋을 수도 있어. 어쩌면 배가 전혀 고프지
않을 수도 있고. 피곤해 할 수도 있어. 어떤
날은 너무 피곤해서 놀지 못할지도 몰라.





“어쩌면 내 머리털이 없어질 수도 있어!” 밋찌가 말했어요.

“어 안돼!” 스퀴시가 소리쳤어요.

“괜찮아. 그럼 너 얘기 때 사진과 비슷할 걸.” 이라며 밋찌가 웃었어요.

“귀엽겠네!” 라고 스퀴시가 말했어요.

“어떤 날은 도움이 필요할 수도 있어. 그때 다른 포그리 친구들이 도와주러 올거야.” 라고 밋찌가 말했어요.

“나도 도와도 돼? 나도 그 계획을 같이 하고 싶어!”
스퀴시는 함께 할 수 있는지 알고 싶었어요.





그런데 갑자기...

“나 화가 나. 밋찌를 아프게 만드는 암이란 것에 화가 나. 여러 가지가 바뀌어야 한다는 게 화가 나.” 라고 스퀴시가 소리쳤어요.

“알아. 나도 그래.” 밋찌가 대답했어요.

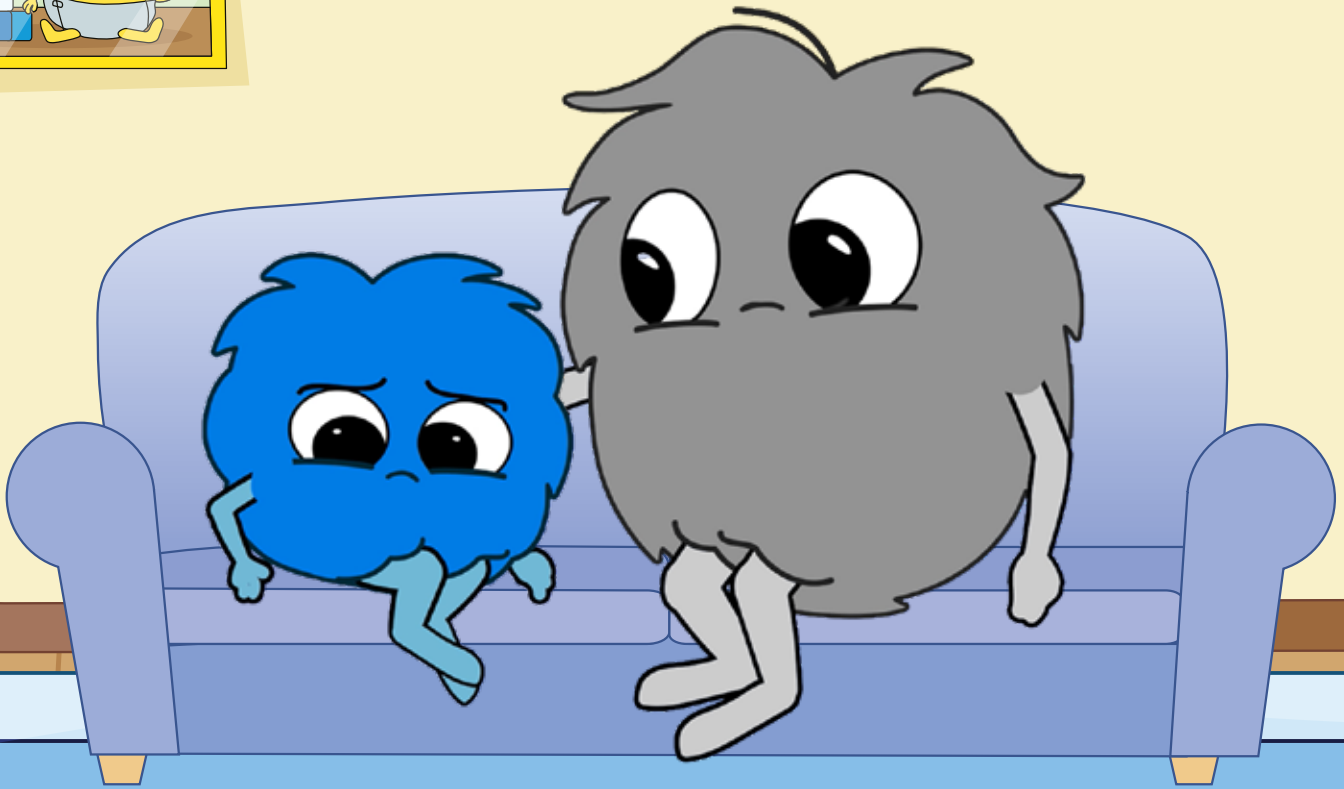
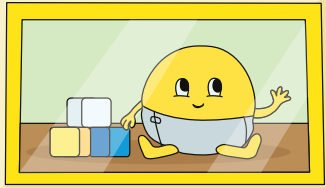
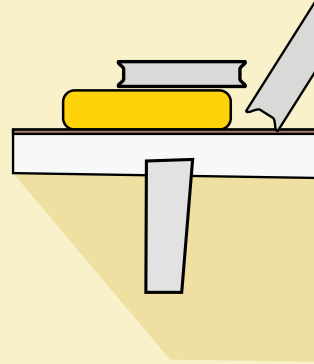
밋씨의 말이 맞았어요. 암이란 특별한 병이었어요.

시간이 지나면서, 스쿼시는 궁금한 것이
아주 많아졌지만, 모르면 물어봐도 괜찮다는 점을
언제나 기억했어요.



때때로, 스퀴시와 밋찌는 정말 여러
가지 감정을 느끼곤 했어요.

어떨 때는 힘든 감정을 느끼기도 했지만,
함께 의지하고 있어서 괜찮아졌어요.





밋찌가 몸이 안 좋을 때면, 스퀴시가 밋찌를 돕기
위해 할 수 있는 일이 항상 있었어요.

암이란 건 무언가 변해야 된다는 의미였어요.

그렇지만 모든게 변하는 건 아니었어요.

중요한 것은 변하지 않았답니다.

스퀴시와 밋찌는 여전히 여러 가지를 함께 했어요.
서로 사랑했고, 여전히 한 팀이었어요.
무슨 일이 생기든지 말이에요.

끝.



부모에게 드리는 말씀

호주인 두 명 중 한 명이 생애 동안 암을 진단받게 됩니다. 이에 따라, 많은 아이들의 삶이 사랑하는 다른 이의 암 진단에 영향을 받게 됩니다. 사랑하는 사람이란 부모이거나, 조부모, 가족 구성원, 친구 혹은 선생님일 수 있습니다.

아이들의 연령에 맞고, 희망적이며 솔직하게 암에 대해 아이들에게 이야기 해주어야 합니다. 저희는 아이들과 이러한 대화의 시작점이 될 수 있도록 이야기를 준비했습니다.

대화 시작하기

첫 단계는 아이들에게 암에 대해 드러내 놓고 이야기하며 아이들에게 질문할 기회를 주는 것입니다.

다음과 같은 지침이 대화를 시작하는데 도움이 될 수 있습니다. 다음 조언들은 *암에 대해 아이에게 말하기(Talking to Kids about Cancer)*라는 책자에서 얻은 정보를 요약한 것입니다.

아이가 이미 알고 있는 것이 무엇인지 알아보세요.

아이들은 거의 모든 것에 주의를 기울이며, 특별히 자신들의 삶에 중요한 사람들과 그 정보가 관련되어 있을 때 더욱 그러합니다. 아이가 그 병에 대해 들은 것, 알아챈 것, 혹은 상상하기 시작한 것이 무엇인지 알아보는 것부터 시작하면 도움이 됩니다. 여러분이 아이에게 암에 대해 아직 말하지 않았더라도 아이들은 자신들이 관찰한 것에 기반해서 이미 암에 대한 어떤 생각을 갖게 되었을 수도 있습니다. 솔직하게 터놓고 이야기 하면, 아이가 현재 무엇을 이해하는지 아는데 도움이 됩니다. 이는 또한 암에 대해 대화를 할 수 있는 기회가 되며, 걱정이나 잘못된 믿음이 있다면 이를 고칠 수 있습니다.

“최근에 무슨 변화를 알아챘니? 어떤 일이 생기고 있는 것 같니?”

실제 사용하는 단어를 사용하세요

아이에게 그 병에 대해 말할 때 암이라는 단어를 사용하세요. 정확한 언어가 모든 종류의 오해를 막아줄 수 있습니다. 예를 들어, “할머니가 아프셔”라고 말하면, 아이는 모든 병이 다 똑같다고 생각할 수 있습니다. 아이가 몸이 아플 때 자신도 할머니와 같은 병에 걸렸다고 생각하면, 이는 문제가 될 수 있습니다.

“할머니가 암이라는 병에 걸리셨어. 감기나 그냥 아픈 것과는 달라. 전염되지 않으니까 너는 걸리지 않을거야. 그렇지만 이것은 할머니가 병원에 가서 할머니를 도와줄 특별한 의사를 만나야 된다는 의미야. 시간이 좀 걸릴 수도 있어.”

진실되고 희망이 담긴 말을 하세요.

아이에게 암에 걸린 사람이 강해지고 다시 건강해질 수 있도록 의료진이 매우 열심히 노력하고 있다는 점을 알려주세요. 또한 아이에게 암에 걸린 사람은 약 (예. 화학요법, 방사선, 면역요법)이 효과를 내는 동안 몸이 더 안 좋을 수 있다는 점, 그렇지만 치료가 끝나면 아픈 사람이 더 좋아지길 모두가 희망하고 있다는 점을 알려주세요.

“암이 강한 존재라서, 할머니가 나아지게 하려면 강한 약을 써야 돼. 이 말은 할머니가 약을 다 쓸 때까지 좀 더 아프실 수도 있다는 의미야. 그렇지만 치료가 끝나면 할머니가 더 좋아지시길 우리 모두가 기대하고 있어.”

질문을 하도록 격려하세요

아이들은 연령에 상관없이 많은 질문을 할 것입니다. 종종 이 질문들은 아이의 연령과 이해도에 따라 달라집니다. 가끔 이 질문들은 아이 자신이 그 일에 어떻게 연관되는지(예: “내가 암에 걸리게 만든 건가요?”)에 초점을 맞출 수도 있습니다. 이 책에서 몇몇 공통된 질문을 다루고 있으나, 아이들에게 어떤 질문이든 물어보라고 장려하는 것이 중요합니다. 그러면 아이가 암에 대해 잘못된 생각을 갖게 되는 것을 방지할 수 있습니다.

아이가 여전히 보살핌을 받을 거라고 안심시켜 주세요

아이들에게 항상 바로 신경 써 줄 수는 없어도, 아이들의 필요가 여전히 중요하며 보살핌을 받을 것이라고 알려주세요.

이 이야기 책을 활용하는 방법

*포그리 밋찌가 암에 걸렸을 때 (When Mitzy the Foggie Got Cancer)*라는 책을 아이와 함께 읽고 대화의 시작점으로 삼으세요.

- 아이가 생각이나 감정을 표현하도록 장려해 주세요.
- 아이와 가까운 사람 (혹은 이 글을 읽는 당신)이 암에 걸렸다면, 당신의 경험이 이야기와 비슷한 점과 다른 점에 대해 말해주세요.
- 아이가 어떻게 하면 암에 걸린 사람을 도울 수 있는 지에 대한 생각이 아이에게 있나요?

아이가 당신에게 하고 싶은 모든 질문을 해도 되며, 당신이 이에 대해 이야기 나눌 것이라고 아이를 안심시켜 주세요.

*암에 대해 아이에게 말하기(Talking to Kids about Cancer)*를 읽어 보세요. 특별히 41페이지에서 43페이지를 읽어보면, 아이가 연령에 따라 할 수 있는 다양한 질문의 유형을 이해할 수 있습니다.

이 책의 뒷면에 나온 추천 자료를 확인해 보세요.

아이가 암을 좋아지게 하거나 나빠지게 할 수 없다는 점을 이해하도록 도와주시고, 그럼에도 아픈 사람이 기분이 나아지게끔 아이가 도와줄 수 있는 다양한 방법이 있다는 것을 알려주세요 (예. 포옹, 그림 그리기, 도움주기, 농담하기).

함께 대화하기

아이와 이 이야기를 나눈 후, 어쩌면 아이가 이야기 내용에 대한 궁금증 및 이 이야기와 자신이 어떤 연관이 있는지 질문이 있을 수 있습니다. 다음 질문들은 아이와 대화를 시작하는데 도움이 됩니다. 다음은 모든 가정에 적합할 만한 질문을 모아놓은 것이므로 이 질문을 다 할 필요는 없습니다.

- 암이 누군가의 잘못이라고 생각하니?
- 땀띠를 돕는 스퀴시는 어땠을까?
- 무슨 변화들이 있었니?
- 변하지 않았던 것들은 무엇이니?
- 이 이야기를 듣고 떠오르는 사람이 있어?
- 땀띠나 스퀴시같은 사람이 있어?
- (암에 걸린 사람을) 네가 돕는 방법이 뭐가 있을까?
- 질문이 있으면 너는 어떻게 하니?

가능한 한 아이의 질문에 정확하게 답변해 주세요. 아이의 연령과 가족 내 심각한 질환의 경험이 있었는지 여부를 고려하세요. 여러분 자신이 답변을 몰라도 당황하지 마세요. “모르겠어, 그렇지만 답변을 알아봐서 너한테 알려줄게” 라고 얘기해도 됩니다.

이 책자에 있는 조언들은 호주 퀸즈랜드 암협회 (Cancer Council Queensland)의 암 상담 서비스의 도움으로 작성되었습니다. 더 자세한 정보는 www.cancerqld.org.au 를 방문하거나, 13 11 20으로 전화하세요.

도움이 되는 자료들

이 자료의 목적은 여러분이 암 진단, 치료 및 생존에 대한 정보를 찾고 지원을 받는데 도움을 드리기 위함입니다. 이 자료는 환자, 가족, 보호자를 위한 신뢰할 만한 최신 정보 자료에 대한 링크와 참고 문헌을 제공하고 있습니다.

부모를 위한 도움

퀸즐랜드 암협회 (Cancer Council Queensland)
암에 대해 아이에게 말하기 (Talking to Kids about Cancer)

온라인에서 이용 가능: www.cancerqld.org.au

CancerCare

아이가 암에 대해 이해하도록 돕기: 내 아이에게 나의 암 진단에 대해 말하는 법 (Helping Children Understand Cancer:

Talking to Your Kids about Your Diagnosis)

가족 구성원이 암에 걸렸을 때 아이를 돕는 방법 (Helping Children When a Family Member has Cancer)

온라인에서 이용 가능: www.cancercare.org

책

LiveStrong. *When someone you know has cancer: An activity book for families.* 온라인에서 이용가능: www.livestrong.org

Glader, Sue. *Nowhere fair: Explains cancer and chemo to your kids.* Marin County, CA. Thousand Word Press 2010 (3-6세)

Filgenzi, Courteny. *Let my Colors Out.* Atlanta, GA. American Cancer Society, 2009 (3-6세)

Fead, Beverlye Hyman. *Nana, What's Cancer?* Atlanta Ga. American Cancer Society, 2009 (6-9세)

Ackerman, Abigail & Adrienne. *Our Mom has Cancer.* Atlanta, GA. American Cancer Society, 2001 (6-9세)

Owens, Jim. *The Survivorship Net.* A Parable for the Family, Friends and Caregivers of People with Cancer. Atlanta, GA. The American Cancer Society, 2010. (8-12세)

Clifford, Christine and Lindstrom, Jack. *Our Family Has Cancer, Too!* Duluth, MN. Pfeiffer-Hamilton Publishers, 1998 (8-12세)

웹사이트

Cancer Council Queensland
www.cancerqld.org.au

Camp Quality www.campquality.org.au

CanTEEN www.canteen.org.au

American Cancer Society www.cancer.org

Cancer Care www.cancercare.org

