

Оказание помощи ребенку, потерявшему близкого

Утрата близкого человека – всегда травма. Особенно, для ребенка. Как он ее проживет, зависит от:

- возраста;
- наличия предыдущих травм и насколько серьезными они были;
- как ребенок проживал предыдущие травмы, был ли кто-то рядом;
- кто сейчас рядом с ним, насколько эмоционально устойчиво его близкое окружение.

1. Сообщать ли ребенку о смерти близкого человека?

Желательно, чтобы с ребенком разговаривал близкий человек. Выразаться необходимо прямо, говорить «умер», а не «заснул». Для дошкольников возможно сравнение с прошлым опытом, например, с умершей кошкой, чтобы ребенок смог осознать случившееся. Очень важен при этом тактильный контакт с ребенком (обнять, посадить на колени).

2. Включать ли ребенка в процесс семейного оплакивания и в хлопоты, связанные с похоронами?

Если позволяет возраст, и если ребенок не отказывается, полезно подключить его к общим делам, связанными с похоронами, поручив ему то, что он в состоянии выполнить. В эти дни необходимо сделать все, чтобы ребенок чувствовал себя любимым, находился в контакте с близкими ему людьми, а также заботится о нем как прежде, чтобы он чувствовал, что жизнь продолжается.

3. Брать ли ребенка на похороны?

Стоит удостовериться в том, что ребенок действительно хочет (согласен) участвовать в похоронах. Если он не хочет, то ни в коем случае нельзя его заставлять или вызывать у него по этому поводу чувство вины. Если он согласен, то имеет смысл заранее доступно объяснить ему, что будет происходить, включая процедуру погребения. Необходимо найти взрослого, который будет находиться с ребенком во время похорон, если он потеряет интерес, устанет и его нужно будет увести домой, а также для контроля того, что могут говорить ребенку другие взрослые во время похорон. Комментарии могут быть противоречивы и проводить ребенка в замешательство. Что касается возраста, до которого детей не рекомендуется брать на похороны, то в некоторых источниках встречается цифра 12 лет. Однако существуют данные, что уже в возрасте двух с половиной лет ребенок способен понять смысл происходящего. Если ребенок не участвовал в похоронах, можно и нужно привести его на кладбище после церемонии для того, чтобы у ребенка была возможность проститься с умершим.

4. Вспоминать ли с ребенком умершего?

Близкий человек уходит из жизни ребенка, но не уходит из его памяти. Не следует оставлять без внимания вопросы и высказывания об умершем. Желательно время от времени вслух вспоминать об умершем, о том, что ему нравилось, какие-то моменты из его детства, делиться своими чувствами. Можно привлечь ребенка к оформлению семейного альбома, в годовщину смерти в той или иной форме почтить память умершего.