

„Jak rozmawiać z dzieckiem o odejściu bliskiej osoby”

Zbliża się listopad, a więc czas wspomnień, myśli i rozmów o bliskich, którzy odeszli. Każdego roku wiele dzieci wraz ze swoimi rodzicami odwiedza groby zmarłych. W przypadku zaciekawienia dziecka, kto leży w tym miejscu – ważne by nie kłamać i opowiedzieć kilka słów o tej osobie. Może stać się to doskonałą okazją, by przybliżyć dziecku temat śmierci w sposób najbardziej odpowiedni. Choroba czy śmierć osoby bliskiej to tematy, z którymi nasze dziecko prędzej czy później się zetknie. To, co możemy zrobić to przybliżyć je naszym dzieciom. Najważniejsze jest by nie traktować ich jak tabu. To nie pomoże dziecku w zrozumieniu śmierci ani oswojeniu się z brakiem bliskich.

Bardzo często, chcąc chronić dzieci przed negatywnymi emocjami, nie rozmawiamy z nimi na trudne tematy. I rzeczywiście, jeśli nie ma takiej potrzeby, nie musimy zawczasu informować dziecka o tak trudnych sprawach. Jednak co zrobić w sytuacji, gdy śmierć kogoś z rodziny nas zaskoczy? O czym pamiętać, informując dziecko o odejściu kogoś, kto był dla niego bliski? Nie ma łatwego sposobu, aby powiadomić dziecko o śmierci ukochanej osoby (lub zwierzaka). O ile starsze dzieci są w stanie zrozumieć, na czym polega utrata bliskiej osoby, reakcja małego dziecka może być zupełnie nieoczekiwana. Wiele dzieci w ogóle nie reaguje na tego typu informacje – spokojnie słuchają, a następnie wracają do zabawy. Oznacza to, że albo niezrozumiały sytuacji, albo jest to ich podświadomy sposób bronięcia się przed tragicznymi wydarzeniami. Dziecko może również zacząć się śmiać – może to być niekontrolowana reakcja na stres.

Podczas rozmowy z dziećmi o śmierci, zazwyczaj mówimy o smutku. To trudne rozmowy, dlatego warto się do nich przygotować. Zawsze należy być otwartym i szczerym, nazywać trudne emocje i nie unikać ich. Dzieci są świetnymi obserwatorami, więc jakiegokolwiek tajemnice czy niedomówienia zapalają w ich głowach czerwoną lampkę. Widząc trudne emocje, które dorośli próbuje przed nimi ukryć, mogą czuć się zagubione,

a nawet winne. Rodzic musi stworzyć przestrzeń, w którym oboje (on i dziecko) czują się swobodnie, mogą bez skrępowania zadawać pytania i wyrażać swoje obawy. Odpowiadajmy na wszystkie pytania dziecka, nawet te najtrudniejsze. Ważne zatem, aby rodzic potraktował dziecko poważnie, jak partnera w rozmowie. Dzięki uważności możemy lepiej zrozumieć punkt widzenia dziecka i jego sposób postrzegania świata. Dzieci rozwijają się w różnym tempie i mają unikalne sposoby wyrażania siebie, dlatego uniwersalny schemat działania (rozmowy) nie istnieje. Dla dzieci w wieku przedszkolnym wyjaśnienia muszą być krótkie, proste i konkretne. Istotne jest by dobierać słowa w taki sposób, aby dziecko zrozumiało informację. Wszystko zgodnie z jego wiekiem rozwojowym. Przykładowo, można odnieść się do kwiatu, który już nie kwitnie lub do zwierzęcia, które już nie oddycha, nie pije i nie je.

Śmierć jest naturalną częścią cyklu życia i jest tematem, którego nie należy unikać. Jest to niezwykle ważne, aby dzieci i młodzież miały poczucie bezpieczeństwa, miały świadomość, że mogą zadawać pytania. Rodzice muszą upewnić się, że komunikują się ze swoimi dziećmi na temat śmierci w sposób, który jest dla dziecka zrozumiały. Mówiąc dziecku prawdę, traktujemy go poważnie i z szacunkiem. Należy wytłumaczyć dziecku, że wszystko przemija i życie ma swój kres.

Rada Pedagogiczna