

Оказание помощи ребенку, потерявшему родного человека

Петрова Елена Владимировна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Данная статья посвящена проблеме переживания ребенка о потере родного человека, а также особенностям формирования и динамики представлений детей о смерти. Рассматривается вопрос о влиянии потери родного человека на развитие личности ребенка. Разработаны советы, которые помогут ребенку пережить утрату.

Ключевые слова: потеря, горе, смерть, ребенок, переживания, помощь.

Assistance to a child who has lost a loved one

Petrova Elena Vladimirovna

Sholom Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

This article is devoted to the problem of a child's experience of the loss of a loved one, as well as to the peculiarities of the formation and dynamics of children's ideas about death. The question of the influence of the loss of a loved one on the development of a child's personality is considered. Tips have been developed to help your child cope with the loss.

Keywords: loss, grief, death, child, feelings, help.

В последнее десятилетие наблюдается рост интереса к роли, которую играет смерть на человеческом подсознании.

Главная наша цель – определить, как можно помочь ребенку, потерявшему родного человека, минимизировать переживания по утрате. Также, проанализировать, какие возрастные категории детей сильнее подвержены к страданию из-за потери родного человека.

Проблемы, связанные со смертью, выступают в центре научных разработок К. Юнга «Психология развития индивидуальности». Он рассматривал сексуальность в качестве доминирующей силы первой половины жизни, и проблему биологического дряхления и приближения к смерти – как основную во второй ее половине.

В нормальных условиях озабоченность проблемой смерти возникает в более поздние десятилетия жизненного пути, проявление же ее на ранних этапах обычно связано с психопатологией. Становление индивидуальности

приводит к психологической полноценности личности и включает в себя разрешение проблемы смерти [4].

Вопрос смерти, также, занимает главное место в философии М. Хайдеггеру. По его мнению, сознание собственной бренности, ничтожности и смерти неуловимо присутствует в каждом миге человеческой жизни еще до действительного наступления биологического конца или соприкосновения с ним. Не имеет значения, обладает ли индивид фактическим знанием о смерти, ожидает ли он ее приход или сознательно задумывается о бренности существования [2].

Средства массовой информации зачастую способствуют распространению неверных представлений о смерти и умирании. Зачастую в фильмах смерть представлена как абсурдное событие или ситуация личного поражения. В сообщениях о жертвах в ходе военных действий, во время авиационных катастроф, ураганов, наводнений, землетрясений, засух и массовых эпидемии данные столь велики, что воспринять их на личностном уровне просто невозможно. Ее важность и психологические аспекты просто растворяются.

Детям особенно трудно переживать потерю, а усложняет все безразличие взрослых. Важно понимать, как переживают горе в разном возрасте, и искать здоровые методы справиться с болью.

В разном возрасте дети реагируют на смерть по-разному. Младенцы не знают, как передавать эмоции вербально, но уже заметно переживают. Они становятся беспокойными, чаще плачут, у них сбивается привычный распорядок питания и отдыха.

Малыши 2 – 4 лет – эгоистичны. Все в мире вращается вокруг маленького эгоиста. Смерть они воспринимают по-своему: могут считать ее обратимой и переживать лишь о том, что ушедший человек уже не будет опекать их. У малышей проявляются регрессивные реакции (стараясь казаться младше своих лет). Сильнее всего стресс сказывается на режиме отдыха и употребления пищи [4].

Родителям детей младше 4 лет стоит поддерживать стабильный распорядок. Важно успокаивать, целовать, гладить и обнимать маленького человека. Не стоит рассказывать ему много о смерти, но общаться важно. Даже если малыш не понимает смысл услышанных слов – он поймет интонации и почувствует заботу. Постепенно контакт наладится, а ребенок начнет понимать больше. Важно подобрать простые, не слишком пугающие и успокаивающие слова.

5 – 7-летние малыши больше знают о смерти, но понимают это явление поверхностно. Ребенок становится самостоятельнее, но по-прежнему путает реальный мир и фантазию. Он может думать, что близкий человек умер по чьей-то вине. Многие дошкольники считают смерть обратимым явлением. Они спрашивают, как ощущается смерть, что она из себя представляет. Могут, играя, «хоронить» игрушки [1].

Типичные проблемы этого возраста: безостановочные расспросы, страшные сны, бессонница, нарушение питания. А иногда ребенок может,

играя, становиться жестоким. Помочь малышу можно, разрешая ему проявлять вербально чувства. Например, рисуя или рассказывая собственные истории. Пусть в такие моменты взрослые будут рядом и обсудят услышанное. Нельзя упрекать, наказывать за «неправильные» истории. Но нужно мягко направить мышление малыша в правильное русло. Не стоит беспокоиться, что ребенок не до конца осознает ситуацию.

7 – 11-летние дети уже мыслят логичнее, осознают необратимость смерти (но многие из них надеются, что повлиять на ситуацию как-то можно). Ребенка пугают телесные повреждения. Он переживает, правильно ли ведет себя. Некоторые дети рассуждают о самоубийстве, желая быть рядом с усопшим. Могут становиться замкнутыми, агрессивными. Также младшие школьники продолжают засыпать родителей вопросами и требуют честных четких ответов. Родителям стоит проговаривать с ребенком его переживания, давать честные ответы. Важно быть рядом, когда ребенку это нужно, и позволять ему уединиться, если он об этом попросил [3].

Подростки 11 – 18 лет умеют рассуждать абстрактно и понимают значение смерти. Они реагируют более взросло: идут на контакт с чужими, но могут отказываться обсуждать ситуацию с родными. Часто подростки становятся подавленными, пытаются провоцировать окружающих. Не стоит оберегать подростка от тяжелых чувств. Важно поощрять его выражать эмоции, слушать его, обнимать. Важно не контролировать проблему, а просто находиться рядом. Можно предложить ему обсудить потерю с ровесниками, которые также переживали эту боль. А если эти способы не работают – стоит посетить психолога.

Этапы проживания утраты

Эти психологические фазы проходят все дети:

1. шок;
2. неприятие;
3. злость;
4. принятие.

Сначала ребенок переживает потрясение, далее он постепенно осознает утрату, а в конце – адаптируется к случившемуся. Дети кажутся себе беспомощными, ведь воспринимают ситуацию как собственную неудачу. При этом на каждый этап у разных детей уходит разное количество времени.

Главное для родителей – не давить на ребенка, быть открытым для него и оставаться рядом.

В заключении хотелось бы отметить, что смерть родного человека оказывает очень сильное формирование на психику ребенка, и более выраженным это влияние является на этапе наиболее интенсивного формирования самосознания. Находящиеся в ситуации эмоционального теплого отношения со взрослыми переживают потерю близкого человека легче и демонстрируют более короткий период восстановления жизнедеятельности.

Отсутствие эмоциональной поддержки в период переживания ребенком утраты приводит к появлению представления о враждебности окружающего мира и формируют неадекватную Я-концепцию.

Библиографический список

1. Кублер-Рос Э. О смерти и умирании. М., 2001. 480с.
2. Гроф П. Я., Кабыльницкая С. Л. Психологические особенности детей, лишенных родителей. М., 1984. 370с.
3. Леонтьева Н. Ф. Деятельность. Сознание. Личность. М.: 1995. 236с.
4. Головах А.В. Детская медицинская энциклопедия. М.: Гардарики, 2005. 106 с.