

Как поддерживать ребенка в семье погибшего малыша



СветВруках



“Мой сын всегда знал, что у него был старший брат.
Ему грустно, что его брат умер, но он знает, что брат
навсегда останется частью нашей семьи”

Мама

Содержание

Введение	3
Как сообщить детям о произошедшем	3
Что сказать?	4
Дети разных возрастов	5
Дошкольники	6
Младшие школьники	7
Подростки - дети в возрасте 11-12 лет и старше	7
Реакция детей	9
Отвечайте на вопросы детей	10
Управляйте своими собственными чувствами	11
Следуйте заведенному порядку	12
Сообщите другим взрослым	13
Вовлеките детей	14
Шкатулки воспоминаний и памятные предметы	14
Похороны	14
Посещение могилы или мемориала	15
Годовщины и поминальные службы	15
Семейные праздники	16
Новая беременность	17
В долгосрочной перспективе	18
Дети, рожденные в неудачных многоплодных родах и дети, рожденные после смерти ребенка.	19
Когда сообщать ребенку?	19
Какую помощь может оказать наша организация	20
Наши брошюры	20
Как с нами связаться	21

Введение

Смерть ребенка до, во время или сразу после рождения—это тяжелое потрясение для всей семьи. Эта смерть оказывает воздействие и на детей, ожидавших появления брата, сестры или двоюродных братьев и сестер. Детская смерть влияет на детей, оставшихся в живых в результате неудачных многоплодных родов, а также на тех детей, что родились уже после смерти ребенка. Дети родственников, дети близких друзей или школьные друзья тоже попадают под влияние произошедшего.

Эта брошюра написана в основном для родителей. Но мы надеемся, что другие члены семьи, друзья семьи у которых есть дети и люди, которые контактируют с детьми, чей брат или сестра погибли, тоже найдут ее полезной. Изложенная информация основана на том, что семьи, переживающие утрату рассказали о том, как можно помочь справиться с горем детям всех возрастов. В основном, издание фокусируется на нуждах малышей, но в него также включена информация о детях постарше и подростках.

Как сообщить детям о произошедшем

Очень трудно сообщать кому бы то ни было о том, что ребенок умер или вряд ли выживет. Особенно тяжело говорить об этом детям.

“Мне пришлось сказать нашему сыну, что у мамочки скоро будет ребеночек, но ребеночек уже умерший... и что мама и папа будут очень грустить какое-то время, но это не значит, что мы его не любим. Если я когда-либо и думал, что мое сердце разорвется, то это было именно тогда.” Папа

Все семьи и все дети разные. Не существует универсального способа говорить о случившемся с детьми. Все, что вы говорите, зависит от возраста ребенка, его способности воспринимать происходящее, вопросов, которые ребенок может задать в течение беседы (подробнее о том, как дети разных возрастов воспринимают происходящее см. на стр. 5)

Постарайтесь быть честным и открытым. Даже очень маленький ребенок чувствует, что что-то произошло. Если им не рассказывают, что именно случилось, они могут испугаться или подумать, что ситуация только ухудшится, если они начнут задавать вопросы. Дети могут решить, что что-то ужасное должно вот-вот произойти с ними или с окружающими людьми. Страх и тревога за родителей скорее всего окажут влияние на их поведение.

Если вы не можете прямо сказать детям о том, что произошло, вы можете попросить члена семьи, которому вы доверяете, или близкого друга поговорить с ними. Ваши друзья могут объяснить ситуацию и сказать, что вы слишком переживаете о ребенке, чтобы говорить об этом в данный момент, но вы любите своих детей и очень скоро вы сможете поговорить обо всем.

Что сказать?

Маленьким детям обычно не нужны глубокие и сложные объяснения. Простой и честной констатации факта вполне достаточно. Лучше всего начать с того, что ребенок умер, даже в том случае если ребенок, с которым вы говорите слишком мал, чтобы в полной мере понять, что это означает.

Вы можете также упомянуть, был ли это мальчик или девочка, как его звали. Вы можете предложить детям нарисовать рисунок, чтобы попрощаться с малышом.

Если вы хотите вовлечь их в большей мере, вы можете предложить им прийти в роддом, чтобы посмотреть на ребенка и попрощаться. Если вы планируете принести умершего ребенка домой, вы можете объяснить детям, что вы делаете это для того, чтобы все члены семьи могли вместе попрощаться с ним.

В целом, хорошая идея - объяснить детям, что вам грустно, потому что малыш умер и что это нормально - горевать и плакать - когда происходят грустные события. Важно объяснять маленьким детям, что вы грустите не потому, что они в чем-то виноваты, что они не сделали ничего плохого. Больше о беседах с детьми вы можете узнать на стр. 10

Важно аккуратно выбирать слова, когда вы говорите о том, что ребенок умер. Дети многие вещи воспринимают буквально. Многие слова и выражения могут их попросту запутать.

Если вы говорите, что умерший ребенок “уснул” и “просто спит” - это может заставить детей бояться идти спать.

Использование слов “мы его потеряли” или “он ушел”, вместо “он умер” могут вызвать у детей боязнь потеряться или заблудиться. Некоторые дети думают, что если ребенка “потеряли” то его вполне можно “найти”.

“Малыш был нездоров” может вызвать у детей страх заболеть. Вместо этого, вы можете сказать “Малыш был недостаточно сильный и большой, чтобы выжить вне маминого живота”

Стоит задуматься, как ребенок может отреагировать на фразы типа “ребеночек стал ангелом” или “крошка теперь с ангелами”. Это может вызвать проблемы впоследствии, когда и если кто-нибудь скажет ребенку “ты - просто ангел...” или “будь ангелом, сделай...”

Объяснение вида “Бог призвал малыша к себе” могут просто напугать ребенка, который подумает, что Бог может захотеть забрать к себе и его.

Лучше всего использовать краткие и ясные объяснения и постараться не выдавать много информации одновременно. Если ребенок захочет узнать больше, он скорее всего спросит. Если конечно вы создадите правильную атмосферу.

Дети разных возрастов

Дети разных возрастов по-разному понимают смерть. Невозможно предугадать, что чувствует и думает каждый ребенок просто исходя из его возраста. Каждый ребенок - это личность, и каждый из них воспринимает окружающий мир на основании личного жизненного опыта.

Для прочтения брошюры целиком и перехода на страницу со всеми брошюрами перейдите по [ссылке](#). Ссылка доступна только зарегистрированным пользователям, для перехода по ссылке, войдите на сайт или зарегистрируйтесь.

Все брошюры созданы благотворительной организацией © Sands 2016
Перевод на русский язык © Благотворительный фонд «Свет в руках», 2017

Текст переведен и адаптирован согласно законодательству Российской Федерации на основании письменного разрешения организации Sands коллективом родителей - волонтеров Благотворительного фонда «Свет в руках». Фонд выражает искреннюю благодарность всем родителям и волонтерам, причастным к подготовке настоящего издания.

Все права защищены

2017 год