

Kako s djetetom razgovarati o smrti

Da bi se djetetu moglo ispravno odgovoriti što je smrt, treba imati u vidu nekoliko činjenica.

Malo dijete do 3 godine

Ono još ne shvaća pojam „vrijeme.“ Nema predodžbu o budućnosti ili o konačnosti. Njegov jezik je još siromašan i ono ne vlada riječima kojima bi iskazivalo osjećaje. Ono može riječ smrt zamijeniti sa riječju odsutnost, san ili spavanje. Djetetu je svejedno je li netko umro ili je samo otišao. Ono smrt shvaća reverzibilno i očekuje da će se umrla osoba vratiti. Dijete u toj dobi nema nikakva razmišljanja ili dileme u vezi smrti bliske osobe.

U predškolskoj dobi

Dijete shvaća da je izgubilo dragu osobu, ali ne razumije zašto se to dogodilo. Muči ga uzrok smrti, o tome razmišlja i zato propitkuje tko je kriv i samostalno pokušava naći krivca. Smrt shvaća kao kaznu za neki krivo učinjeni potez.

Dijete u školskoj dobi

Ono razumije da je smrt konačna, da je umrla osoba trajno nestala i ne očekuje njezin povratak. U toj dobi dijete ima jaku potrebu da drži kontakt s umrlom osobom. To stoga jer počinje doživljavati da je osjećaj kontrole i kontakta s ljudima važan u životu. Budući da nad umrlom osobom dijete više nema kontrole, to ga uznemiruje. Zamišlja da bi smrt mogla biti zarazna i da bi mogla pogoditi i druge osobe iz njegove blizine. Zbog toga osjeća strah od smrti. U takvim razmišljanjima dijete se voli osamiti. Ono misli da takvi osjećaji i razmišljanja nisu poželjni i prikladni i da ih mora sakrivati. Uvjereno je da takve misli opterećuju samo njega. Ne uočava i ne prepoznaje slična razmišljanja kod ostalih osoba iz svoje obitelji ili blizine.

Dijete adolescent

Ono shvaća konačnost smrti, razumije da to nije kazna, ali smrt smatra nepravdom i stoga osjeća bunt prema njoj. Ponekad može imati osjećaj krivnje radi prethodnih nesuglasica sa umrlom osobom. Zbog toga može gubiti samopouzdanje, optuživati druge ili Boga za smrt bliske osobe.

Kako pomoći djetetu?

S djetetom razgovarajte na razini njegove dobi. Odgovarajte samo na ona pitanja koje ono postavlja, jer će samo takve odgovore ono moći posve prihvatiti i usvojiti. S djetetom razgovarajte iskreno i otvoreno. Najprije mu recite da ste i vi tužni, da ste i vi voljeli umrlu osobu te da ste zbog njezine smrti uznemireni i nesretni. Objasnite mu da je žalost normalan osjećaj kojega imaju svi ljudi - mali i veliki. Govorite mu da osjećaje ne treba skrivati, već ih treba dijeliti s drugima.

Ohrabrujte dijete da izreče svoje osjećaje, sumnje i strahove.

Pokažite mu da se solidarizirate s njime u tuži.

Nikad mu ne zabranjujte tugu i žalovanje.

Stalno mu svjedočite svoju blizinu i potporu.

Objasnite mu da za smrt nema krivca.

Recite mu da je žalovanje proces, poput bolesti, koji traje jedno vrijeme, a potom zamre ili izblijedi.

Ponudite djetetu mogućnost i prikladno vrijeme da s njime razgovarate o voljenoj umrloj osobi, da joj crtate crteže ili pišete pismo.

Oformite lijepu kutijicu u koju ćete pospremiti uspomene na preminulu osobu.

Možete zajedno s djetetom izabrati okvir za fotografiju voljene osobe.

Poklonite djetetu plišanu igračku, po njegovom izboru, koju može uvečer zagrliti umjesto voljene osobe.

Nabavite lončanicu sa cvijetom kakvoga je osoba voljela i njegujte ga zajedno s djetetom.

Posadite zajedno s djetetom stabalce koje će vas podsjećati na voljenu osobu.

Nemojte pred djetetom skrivati fenomen smrti. Postupno mu objašnjavajte što je to čuvanje sjećanja na umrlu osobu. Recite mu da zato:

- U doba žalovanja nosimo crnu odjeću.
- Na pogreb nosimo cvijeće ili vijence.
- Za dragog pokojnika molimo i prikazujemo Svete mise.
- Posjećujemo grob pokojnika.
- U kući ili na groblju za pokojnika palimo svijeće.
- Čuvamo fotografije ili predmete drage osobe.

Nemojte misliti da je vaše dijete premaleno ili premlado da bi išlo s vama na groblje, a potom i na sahranu. Objasnite djetetu da ožalošćena obitelj u tim trenucima treba potporu svojih bližnjih. Zato povedite dijete na pogreb dragoj osobi, na misu zadušnicu ili se kratko zadržite s djetetom na karminama. Neka dijete doživi trenutke kada ožalošćenoj obitelji iskazujete svoju blizinu, ljubav i sućut. Time ćete mu zorno pokazati da vaša nazočnost olakšava bol i tugu ožalošćenoj obitelji. Neka smrt u vašim pričama ne bude bauk. Pomognite djetetu da pojmovi o smrti polako ulaze u njegovu psihu, ovisno o njegovoj dobi. Objasnite mu da smrt nastupa onda kad je osoba vrlo stara ili tako teško bolesna da je liječnici više ne mogu izliječiti. Takvu osobu tada Bog poziva k sebi - da ju on liječi. Roditelji koji su vjernici mogu svom djetetu predočiti smrt kao prijelaz preko široke rijeke. Tu rijeku moraju prijeći svi ljudi na zemlji. Na njezinoj drugoj obali čekaju nas sve naše drage, a preminule osobe. One ondje žive u bliskosti s dobrim Bogom. On raskriljenih ruku čeka svakoga čovjeka koji se na kraju dugog života ili radi bolesti mora uputiti preko rijeke.

Objasnite djetetu što je duša

Nježnim riječima osvijestite djetetu da čovjek umire samo tijelom, ali da u sebi ima čvrstu, malu jezgru, to jest neumrlu dušu. Ona je ispunjena ljubavlju. Ljubav je u duši čvrsto zaštićena i zato ona nikad ne može umrijeti. Potičite dijete da može naslutiti i osjetiti ljubav svojih dragih osoba koje su umrle. Predočite mu da mu one s druge obale rijeke neprestano šalju ljubav, žele mu dobro, zagovaraju ga i čuvaju. Držite se u razgovoru osnovne smjernice da smrt nije katastrofa i poraz, već susret s dobrim Bogom i s onima koji su preminuli, a koje i dalje volimo.