

ПРОБЛЕМА ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ ДЕТЬМИ 7 - 9 ЛЕТ

Т. В. Гормоза (г. Минск, Республика Беларусь)

Дети 7-9 лет часто задумываются о смерти, они уже понимают, что смерть окончательна и неизбежна. Понимая реальность смерти, дети не могут управлять ситуацией, которая вызывает у них чувство тревоги и беспомощности. Им трудно представить, что они сами или их близкие могут умереть.

Большинство детей сталкиваются со смертью с раннего детства. Смерть домашнего животного или насекомого переживается не так тяжело, как смерть близкого человека, но дает возможность обсудить вопросы, касающиеся смерти. Если взрослые уклоняются от обсуждения этой темы, ребенок начинает испытывать страх перед смертью. Если же взрослые ограждают ребенка от общения с умирающим близким человеком, впоследствии, когда приходит смерть, это может вызвать у ребенка состояние шока. Детям необходимо говорить правду, лучше всего, если это сделают близкие для них люди.

Еще одна существенная проблема - это игнорирование переживаний ребенка. Фактически, такое «отрицание» права на печаль показывает неуважение к чувствам ребенка и воспринимается им как наказание. Погруженность взрослых в собственные страдания только усиливает душевную боль ребенка. Кроме того, откровенное выражение детского горя может усугублять страдания взрослых, поэтому взрослые зачастую боятся встречи с ним. Мысль о том, что потерявшие близких дети испытывают те же эмоции, что и взрослые, приводит последних к беспомощности и неадекватности в отношениях с детьми. Непонимание и неумение мешают взрослым оказать поддержку детям, потерявшим близких, а это, в свою очередь, может вызвать желание помешать ребенку горевать. Ребенок, послушно отвечая на указание взрослого «не плакать», может подавлять собственное горе в ущерб себе.

Детский опыт переживания горя практически в точности повторяет переживание горя взрослыми, но реакции детей проявляются иначе и зачастую отличаются от тех, которые ожидают взрослые. Поэтому, исходя из собственного опыта, взрослые считают, что дети переживают не так сильно. В то же время, если горю ребенка не мешать, он исцелится намного быстрее, чем взрослые. Открытый разговор о смерти часто помогает ребенку справиться со своим горем. Еще один важный момент, способствующий неправильному представлению о том, что дети не обладают опытом горя и не испытывают боль - это подмена переживания чувств и умения выразить их. Дети, потерявшие близкого человека, испытывают сильные и новые для себя чувства. Они не могут объяснить свои реакции на переживаемое горе, и это пугает их еще больше. Ребенку необходима помощь, чтобы он смог осознать значение того, что происходит в его жизни. Необходимо объединить в сознании ребенка образы прошлого и настоящего, восстановить целостность Я-концепции ребенка.

Сложность переживания горя обусловлена страхом отделения от родителей. Отсутствие взрослого, который удовлетворял базовые потребности ребенка, может восприниматься как угроза его собственному выживанию. Поэтому необходимо поддержать ребенка и убедить его, что он не останется в одиночестве, о нем позаботятся.

Особая проблема детей, переживших потерю, это возможное чувство вины за свое плохое поведение, предшествовавшее событию или за свои амбивалентные чувства к умершему близкому человеку. Процесс воспитания часто сопровождается наказанием, поэтому дети могут испытывать негативные чувства к родителю, а порой желать ему смерти. Если же родитель умирает, дети могут испытывать вину и страх, думая, что это они стали причиной его смерти. В таком случае необходимо убедить ребенка, что его вины здесь нет.

Дж. Боулби описал три фазы детского горя, которые аналогичны фазам траура у взрослых: фаза протеста, когда информация о смерти отвергается; фаза дезорганизации, которая сопровождается осознанием безвозвратности потери; фаза реорганизации, связанная с процессом принятия потери и окончательного прощания, возвращения к жизни.

Дж. Вильяме выделяет пять фаз детского горя:

- отрицание;
- гнев, который выражается более открыто, чем взрослыми, и может быть направлен как на умершего, так и на оставшегося живым родителя или другого родственника;
- сделка, когда ребенок пытается изменить действительность, давая обещание вести себя хорошо, слушаться умершего;
- депрессия, когда свой гнев ребенок обращает на себя самого. Может сопровождаться нарушениями сна, аппетита, физическими недомоганиями;
- разрешение, конечная фаза траура, когда ребенок окончательно принимает