

Suaugusiesiems per gyvenimą tenka susidurti su kieno nors mirtimi, ir ne vieną, o daug kartų. Kuo ilgesnis ir turiningesnis gyvenimas, tuo daugiau brangių ir artimų žmonių, tuo daugiau netekčių, vadinasi, nuolatinio susidūrimo su netektimi, netekties išgyvenimo ir mokymosi ją priimti.

Vaiva JUKNEVIČIENĖ, Klaipėdos pedagoginės psichologinės tarnybos psichologė

Pabaiga. Pradžia „Savaitės eksprese“ Nr. 36(85)

6-9 metai

Dėl savo mąstymo ypatumų šio amžiaus vaikai jau geriau gali suprasti fizinės mirties prasmę („Mirtis yra negrįžtama. Gyvi sutvėrimai miršta“). Bet vaikui neatrodo, kad tai atsitiks jam. Šiame etape jis nei neigs, nei pripažins šią neišvengiamybę. („Mirtis yra „tikra“, bet ji iš-tinka tik kitus“).

Vaikas įsivaizduoja mirtį kaip žmogų ar dvasią. Tam įtakos turi ir siaubo filmai, pvz., vaikas pamato griaučius ar vaiduklį, kuris vaikšto vėlai naktimis ir žudo nekaltas aukas.

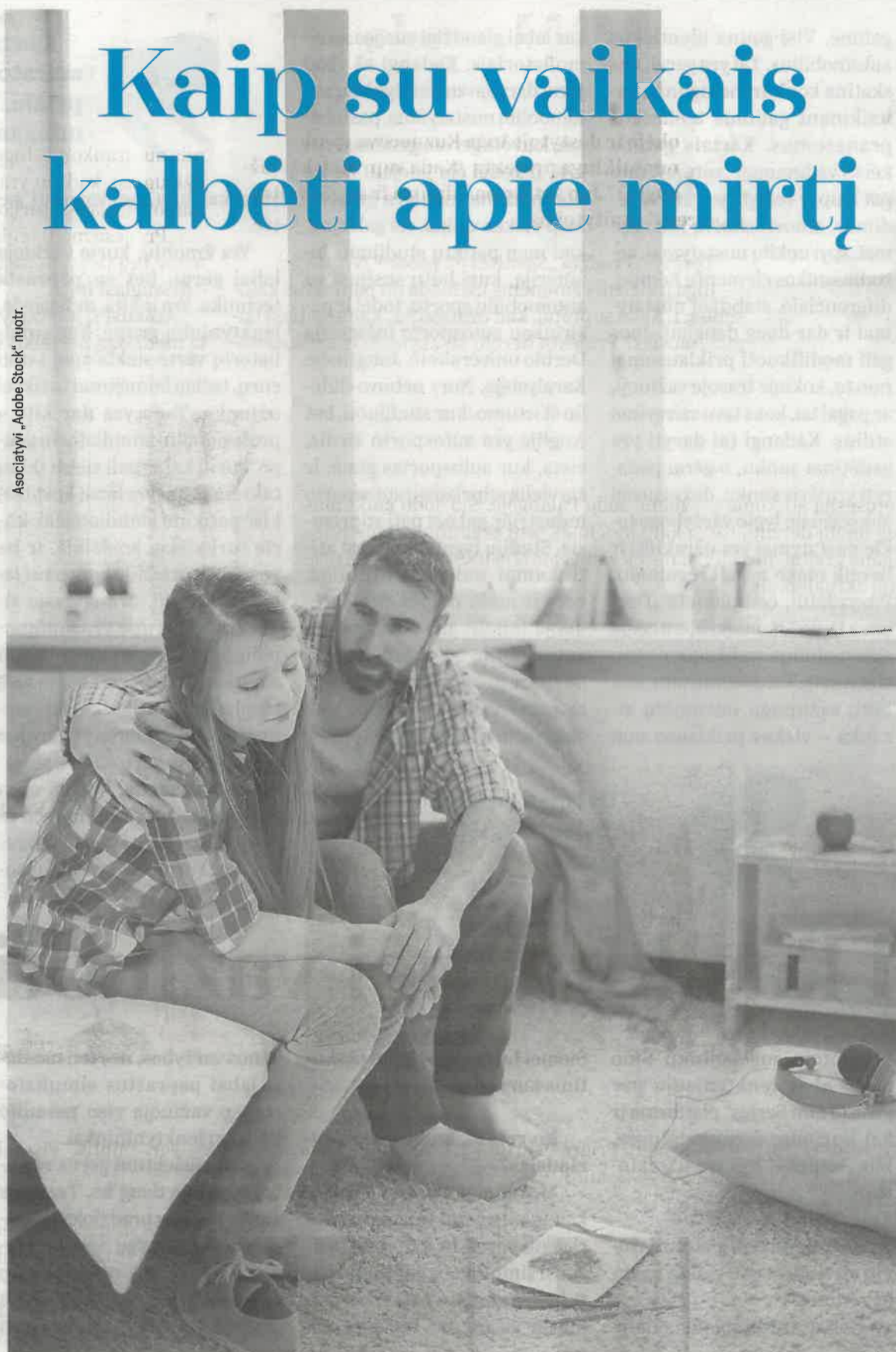
Vaikai nori žinoti apie fizinį mirties aspektus: „Ar ji buvo nužudyta?“, „Ar jai labai skaudėjo?“, „Kaip ji dabar atrodo?“, „Kas atsitiks kūnui?“

Kaip elgtis suaugusiesiems?

Geriausia, jei vaikas gaus paprastą, nuoširdų ir tikslų atsakymą.

Kalbant su vaiku, atsakant į jo klausimus derėtų sakyti tik tiek, kiek vaikas klausia, kalbėti paprastais, vaikui suprantamais žodžiais, nereikėtų vaiko „užversti“ informacija, kurios jis nepajėgia suvokti.

Jei vaikas nori, reikia leisti jam dalyvauti laidotuvėse, nes su tuo, ką matome, lengviau susidorojame. Nebijokite parodyti savo sielvarto. Kontroliuojamą suaugusiojo elgesį vaikui sunkiau pakelti nei nuoširdžiai ir atvirai reiškiamą sielvartą. Vaikas, kuris bijo dalyvauti laidotuvėse, neturėtų būti verčiamas, tačiau rekomenduojama



Asociatyvi „Adobe Stock“ nuotr.

sudaryti vaikui galimybę nors ir neilgai dalyvauti kokioje nors atsisveikinimo ceremonijos dalyje – maldoje, žvakės uždegime ar pan.

10 ir daugiau metų

Tokio amžiaus vaikai formuoja realistinę suvokimą, paremtą stebėjimu. Mirtis yra ne asmuo, o kūniško gyvenimo pabaiga. Mirtis yra galutinė ir visa apimanti. Ji gali ištikti tiek dėl natūralių, tiek dėl atsitiktinių priežasčių. Mirtis yra neišvengiama patirtis, kuri gali ištikti bet ką – net vaikus.

Mirtis kaip gyvenimo pabaiga ypač gąsdina tokio amžiaus vaikus. Šiame amžiaus tarpsnyje mirtis palaipsniui pradeda suvokti kaip organų funkcionavimo biologinę pabaigą. Magiška atsinaujinančio gyvenimo samprata pakinta į suvokimą,

kad mirtis yra negrįžtama.

Tai supratę vaikai gali tapti baimingi ir jaustis nesaugūs, kadangi vis labiau suvokia savo pačių būsimos mirties galimybę.

Kaip elgtis suaugusiesiems?

Tai, kaip tokio amžiaus vaikas susidoros su netektimi, daugiausia priklausys nuo šeimos narių reakcijos. Kuo labiau suaugusieji priims vaiko liūdesį, skatins išreikšti kitus išgyvenamus jausmus, tuo didesnė tikimybė, kad jis sugebės susidoroti su šia netektimi.

Gedulas gali net suartinti šeimos narius, padėti suvokti, kad jie yra ne vieni, kad yra kas padeda. Deja, negalime apsugoti vaiko nuo skaudžių išgyvenimų ir netekčių, tačiau galime juos mokyti ir savo pavyzdžiu

rodyti, kad, skausmu pasidalijus, jis sumažėja.

Paaugliai

Gedėjimą gali papildyti paauglystei būdingi prieštaravimai, kai paaugliui sunku paprašyti pagalbos ir norisi parodyti aplinkiniams, kad yra nepriklausomas.

Paaugliai dažnai yra susirūpinę gyvenimo prasmės paieškoms. Kai kurie į mirties baimę reaguoja rizikuodami gyvenime ar demonstruodami kitokią rizikingą elgesį. Taip jie stengiasi nugalėti baimes, įtvirtindami savo „kontrolę“ mirties atžvilgiu.

Gyvūno netektis

Daugelyje šeimų, kur laikomi naminiai gyvūnai, jie yra visaverčiai šeimos nariai, o ne vien globotiniai. Deja, anksčiau ar vėliau vaikui tenka patirti,

kad šie numylėtiniai gyvena trumpiau už mus.

Naminio gyvūno netektis paprastai būna pirmoji vaiko akistata su mirtimi ir pirmasis gedėjimas.

Gyvūno mirtis, kaip ir bet kuris kitas praradimas, gali sukelti įvairių jausmų, kurie buvo aptarti anksčiau.

Manoma, kad gyvūnelio gedimas labai panašiai kaip ir žmogaus. Todėl ši patirtis vaikui gali būti naudinga. Pasitaiko, kad tėvai, norėdami numaldyti vaiko skausmą dėl prarasto naminio gyvūno, skuba pirkti naują augintinį. Derėtų leisti vaikui išgyventi visus su netektimi susijusius jausmus, gedėti, o kitą gyvūnelį pirkti tuomet, kai visi šeimos nariai bus tam pasirengę, kai vaikas pats išsakys norą turėti kitą augintinį.

Žodžiai, kuriais galima būtų paaiškinti vaikui apie mirtį: „Kai žmonės miršta, jie nekvėpuoja, nevalgo, negalvoja ir nieko neįaučia. Kai miršta šunys, jie nebeloja, nebėgioja. Negyvos gėlės nebeauga ir nežydi.“ Išgirdęs tokį paaiškinimą vaikas gali tuoj pat užduoti kitą klausimą, reaguoti mažiau tylia arba prie šios temos grįžti po kurio laiko. Kad ir kaip būtų, būtina visą laiką stebėti, ar tai, ką pasakėte, vaikui suprantama.

Ką dar galėtų padaryti suaugusieji?

* išklausykite ir pasistenkite suprasti vaikų baimes;

* kai esate iš tiesų susikrimtę, sąžiningai paaiškinkite vaikams priežastis;

* atsakykite į klausimus paprasta kalba, suprantama atitinkamo amžiaus vaikui;

* stenkitės pateikti paprastus trumpus atsakymus į vaiko klausimus, venkite daugižodžiavimo, kalbėjimo apie tai, ko vaikas neklausė. Derėtų būti sąžiningiems ir dėl tų dalykų, kuriais abejojate. Frazė „dabar aš nežinau atsakymo“ gali suteikti vaikui didesnę dvasinę paramą nei mūsų ne visai tvirti atsakymai, nes vaikas puikiai jaučia abejonas.

Labai brangiai superkame spalvotojo ir juodojo metalo laužą

Galime pasiimti

Dubysos g. 64, Tel. 8 605 01935, (8 46) 319319. www.vekspauta.lt