

POIMANJE SMRTI KOD DJECE PREDŠKOLSKE DOBI I KAKO RAZGOVARATI S NJIMA

POJAM SMRTI:

- **4 – 5 GODINA:** za dijete je smrt vrsta sna; ne shvaća da smrću prestaju životne funkcije; ne shvaća konačnost smrti; zbog egocentričnosti u mišljenju, sebi i svojim mislima može pripisati uzročnost nečije smrti
- **5 – 6 GODINA:** dijete pomalo shvaća konačnost života, ali ne razumije univerzalnost smrti – da je neizbježna svim ljudima; fenomen smrti personificira (“smrt je kao osoba”)
- **6 – 7 GODINA:** počinje razumijevati da je smrt kraj života, ali još uvijek teže razumije njezinu univerzalnost i neizbježnost; traži stvarne predmete (npr. sliku) kao pomoć u opraštanju od umrlog; traži puno informacija kad se govori o smrti

KAKO RAZGOVARATI S DJECOM O SMRTI

- važno je o smrti govoriti u konkretnim terminima – korištenje eufemizama može djecu zbunjivati (“otišla je”, “mirno je zaspao”, “preselio se na nebo”... – djeca ne shvaćaju preneseno značenje ovih izraza i ako se ovako objašnjava smrt, djecu može biti strah kada se drugi puta za nekoga kaže da je zaspao – jer mogu povezivati s umrlom osobom)
- koristite konkretne izraze, puno primjera i usporedbi (sve što je živo jednom umre – najčešće radi starosti, ali nekada i neočekivano radi bolesti ili nesretnog slučaja, govorite što se sve može kad si živ, što više ne kad si mrtav...)
- ako vas dijete nešto pita, dobro je pitati dijete što ono misli kako je to – na taj način dobivate uvid u djetetove predodžbe – koje mogu biti potpuno krive pa onda možete djetetu pojasniti
- važno je da djeci dajete za njihov uzrast dovoljno informacija – jer ako ih ne dobiju od Vas, stvorit će odgovore u mašti ili će čuti od nekog drugog (a to može bit vrlo različito od vašeg poimanja)
- govorite ono što Vi mislite i vjerujete, uz napomenu djeci da ne vjeruju svi ljudi isto (npr. odlazak u raj, postanu anđeli) – zapravo je dobro reći da neke stvari nitko ne zna (osim onih koji su umrli), ali da Vi mislite da je to tako i tako
- ovisno o Vašoj religioznosti, koristite religijske pojmove u objašnjavanju ako su i inače dio Vaše svakodnevnice, nemojte ako nisu – u svakom slučaju, imajte na umu, da su to za dijete često vrlo apstraktni pojmovi
- ponekad je i najiskreniji odgovor da nešto ne znate, a možete i reći da Vam je teško o tome pričati (što je bolji odgovor nego “ti si premala da to shvatiš”)
- možete djeci govoriti o običajima vezanim uz smrtni slučaj ili kako se čuva sjećanje na umrlu osobu (što se događa s ljudima koji umru, što se radi na sprovodu, o nošenju crnine, izradi vijenaca, molitvi, odlasku na groblje, paljenju svijeće u kući ili čuvanju slika ili predmeta umrle osobe...)
- s obzirom da djeca teško shvaćaju konačnost smrti, moguće je da neko vrijeme nakon objašnjenja o nečijoj smrti, ponovo pitaju kada će ta osoba doći – na različitim primjerima i s puno strpljenja morat ćete ponavljati svoja objašnjenja
- djeca ne razumiju sasvim dalekosežne posljedice nečije smrti i ne mogu odmah shvatiti trajnost gubitka, pa tako nakon priopćenja o nečijoj smrti mogu izostati reakcije kakve bi odrasli možda očekivali (mogu reći: “dobro, mogu sada ići u

park?") – važno je ne osuđivati takve reakcije i znati da to nije znak nepoštovanja od strane djeteta, trebat će vremena da shvate konačnost smrti

- radi egocentričnosti u mišljenju djece predškolske dobi, moguće je da sebi, svojim mislima ili postupcima pripisuju uzrok za nečiju smrt ("nisam slušala baku, pa se razboljela i umrla") – važno je razgovarati o tome i objasniti da ni djeca niti drugi ljudi ne mogu na taj način uzrokovati nečiju smrt
- za dijete predškolske dobi su izuzetno važna vlastita iskustva za poimanje svijeta – zato je važno davati puno primjera i pružiti djetetu mogućnost da stvori vlastita iskustva (posjet groblju, misa za pokojnika...)
- djeca mogu prisustvovati raznim obredima jer im to pomaže smrt i gubitak učiniti stvarnim (sprovod, karmine, izražavanje sućuti...) – ali je važno da ih se dobro pripremi što će se tamo događati i da uz njih bude osoba kojoj su privržena i u koju imaju povjerenja
- djeca predškolske dobi znatno još ovise o odraslim osobama i nova iskustva mjere i prorađuju prema reakcijama njima važnih odraslih osoba – zato je bitno koliko imaju podršku njima važnih odraslih osoba i kako se te osobe ponašaju u susretu sa smrću (primjer tugovanja)
- u slučaju smrti bliske osobe, važno je da djeca informacije dobiju što prije (i to od roditelja ili neke vrlo bliske osobe) – jer mogu izgubiti povjerenje u Vas ili saznati na neki neželjeni način
- u proradi ove teme s djecom možete pričati priče (poznate ili sami izmislite), pričati svoja vlastita iskustva, koristiti likovni izražaj, glumiti...
- imajte na umu – često najbolja namjera odraslih osoba da djeci ne govore ili vrlo šturo govore o smrti općenito ili o nekom smrtnom slučaju i da isključuju djecu iz situacija tugovanja i pogrebnih obreda – zapravo nije za dobrobit djeteta, nego je najčešće izraz osjećaja vlastite nemoći i straha odrasle osobe kako se nositi s djetetovim reakcijama i mogućom tugom

U SLUČAJU SMRTI NEKE BLISKE OSOBE

⇒ dječje neposredne reakcije na obavijest o nečijoj smrti mogu biti vrlo različite:

- šok i nevjerica – izraženije je kod starije djece, na taj način nastoje bolnu činjenicu držati dalje od sebe, nastoje da ih ne preplave čuvstva
- očaj i protest
- apatija i osupnutost
- nastavljanje uobičajenih aktivnosti

⇒ uobičajene reakcije tugovanja:

- *tjeskoba*
- *živa sjećanja*
- *poteškoće sa spavanjem*
- *tuga i čežnja*
- *bijes i ispadi gnjeva* - ljutnja na (personificiranu) smrt koja je oduzela osobu, na Boga jer je to dopustio, na odrasle koji isključuju dijete iz svog tugovanja, na druge ili same sebe što to nisu spriječili, na umrlog koji ih je napustio
- *krivnja, samopredbacivanje i stid*
- *teškoće koncentracije*
- *tjelesne tegobe*
- *regresivna ponašanja* – ponovno mokrenje u krevet, sisanje palca...

• korištena literatura i preporuke roditeljima za čitanje

- *Dyregrov, A.: Tugovanje u djece*
- *Arambašić, L.: Gubitak, tugovanje, podrška*

- *Pernilla Stalfelt: Und was kommt dann? Das Kinderbuch vom Tod*
- *Starč, B. & Čudina-Obradović, M. & Pleša, A. & Profaca, B. & Letica, M.: Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*
- *Martin, G.: OK je biti tužan*
- *O'Quinn Burke, D. & Palmer, P.: Da te barem mogu držati za ruku*
- *Moore-Mallinos, J: Sjećam se...*
- *Hudicort, C. & Sainsilus, I.: Mango za djeda*
- *Motoney, T. : Kada sam tužan*

pripremila Neda Vac Burić, prof. psihologije