

Suprantama, kad tėvai nori matyti tik linksmus ir laimingus savo vaikus bei kuo ilgiau apsaugoti juos nuo skaudžių temų ir įvykių. Bet augdamas vaikas neišvengiamai su jais susidurs ir patirs, kad tam tikros situacijos kinta ir reikia prie jų prisitaikyti: išsiskiriame su draugais, netenkame mylimų žmonių. Netrukus Vėlinės, šeimos lankys artimųjų kapus, natūralu, kad vaikams gali kilti klausimų apie mirtį. Vaiko teisių gynėjai atkreipia dėmesį, kad tėvams svarbu žinoti, kaip padėti savo vaikui išbūti su įvairiomis emocijomis, jam suprantamai paaiškinti žodžių ar įvykių reikšmę.

„Vaikui netektis – ne vien žmogaus mirtis. Vaikas pametė mylimą žaislą, pradėjo lankyti naują mokyklą, ankstesnėje palikęs įprastą aplinką ir draugus, prarado augintinį – visa tai galima vadinti vaiko netektimi, kuri neišvengiamai jį paveiks.

Visgi tėvų, globėjų ar kitų vaiku besirūpinančių suaugusiųjų svarbiausia užduotis yra ne apsaugoti vaiką nuo natūralių praradimų ar slėpti žinią apie artimojo mirtį. Pati geriausia apsauga nuo gilesnės netekties traumos – tinkamai parengti vaiką pokyčiui bei padėti jam suvokti, kas jo gyvenime nutiko ir kaip viskas bus toliau“, – sako Lietuvos psichologų sąjungos atstovė, lektorė, projekto „Dideli vaikai“ įkūrėja Agnė Laskytė.

Kalbant jautria tema svarbu parinkti vaikui suprantamus žodžius

Manoma, kad žodžių „mirtis“, „netektis“ ir į juos panašių sąvokų reikšmę vaikas pradeda suprasti tik apie šeštuosius savo gyvenimo metus. Tokio amžiaus vaikas dažniausiai jau gali suvokti mirtį, kaip negrįžtamą procesą, tad, prireikus, su juo tėvams bus lengviau kalbėtis.

Jaunesni nei 6-7 metų vaikai mirtį priima kaip laikiną. Visgi, daug praktinės patirties darbe su vaikais turinčios psichologės nuomone, ir vaikams iki šešerių metų tėvai gali pasakyti apie netektį šeimoje arba artimoje aplinkoje. Juk anksčiau ar vėliau vaikas pasiges žmogaus, klaus apie jį.

Tačiau su kiekvienu vaiku šia tema būtina kalbėti pagal jo amžių ir individualius gebėjimus, o įvykius ir reiškinius paaiškinti paprastais, suprantamais žodžiais, kalbėti trumpai, be painių frazių ar nutylėjimo. Paaiškinti mirties sąvoką vaikui iki šešerių metų psichologė rekomenduoja tokią frazę: „kai žmogus miršta, jo kūnas nustoja veikti – žmogus daugiau nebegali girdėti, matyti, jausti“.

Svarbu atminti, kad vaikas pasaulį vertina iš savo, dar kuklios gyvenimiškos patirties,

perspektyvos. Ir jeigu suaugusiam žmogui gali atrodyti, kad tam tikri žodžiai vaikui savaime suprantami, taip yra ne visada.

Pavyzdžiui, jeigu mirus mylimai močiutei, ketverių metų mažyliui tėvai pasakys, kad ji „išėjo“ ir „niekada nebegrįš“, išgirdęs, kad tėvai „išeina“ į darbą, vaikas gali išsigąsti. Pašnekovė pataria geriau rinktis trumpą žinutę: „Turiu pasakyti liūdną žinią – tavo močiutė mirė“.

Svarbi yra aplinka, kurioje pasakoma vaikui apie netektį, pokyčius ar bet kokius praradimus. Tai turi būti rami vieta, kur niekas netrukdytų vaikui susikaupti. Kad vaikas jaustųsi saugesnis, prieš pranešant jam žinią, galima pasisodinti jį ant kelių, apkabinti.

Vaikas turi gauti aiškų tėvų atsakymą į visus klausimus

A.Laskytė rekomenduoja skatinti vaiką užduoti visus jam rūpimus klausimus, bet nespausti. Į klausimus derėtų atsakyti kantriai ir ramiu tonu, o baigti pokalbį tik įsitikinus, kad neaiškumų ar abejonių mažajam pašnekovui neliko.

Psichologės nuomone, pravartu po kelių dienų pasitikrinti, gal vaikas turi naujų klausimų. Vaikų fantazija beribė, tad suprantamo atsakymo į savo klausimus nesulaukęs mažylis, dalykus gali interpretuoti savaip. Pasitaiko, kad mažesni vaiką aplanko kaltės jausmas, pavyzdžiui, kad močiutės ar senelio nebėra dėl jo elgesio.

„Vien pasakius „neliūdėk“, „neverk“, „tai praeis“ – vargiai pakeisime situaciją: liūdesys nėra pasiduodantis mūsų norams. Tai natūrali būseną, kai praradus labai svarbius dalykus, jaučiama emocija.

Vaikas turi žinoti, kad visi jausmai legalūs, visi reikalingi ir vienodai svarbūs ir jis turi teisę jausti tai, ką jaučia. Todėl pokalbiai šeimoje vaikui labai reikalingai visais atvejais. Kai į augančio vaiko jausmus, abejones ar klausimus buvo reaguojama, užaugęs jis bus laisvas kalbėti apie savo jauseną, o taip išvengs užgniaužtų emocijų ir jų sukeltų reakcijų, lengviau susiras draugų, ras savo rolę gyvenime“, – atskleidžia psichologė.

Gedėjimo tema kalbama ir vaikiškose knygose - naudinga visai šeimai

Psichologė akcentuoja, kad tėvams verta pasigilinti į svarbią ir labai plačią netekties temą dėl savęs ir dėl vaiko savivokos plėtimo, tai gali padėti išreikšti vaikui netekties liūdesio jausmą.

Yra išleista ne viena knyga jaunesnio amžiaus vaikams apie netektį. Jas galima skaityti kartu

su vaiku ir aptarti. Pasak pašnekovės, tokios knygos jai įdomios kaip su vaikais dirbančiai specialistei ir kaip mamai – tai puikus įrankis pradėti pokalbį su vaiku, plėsti savo frazių ir pavyzdžių arsenalą.

Vienoje iš tokių, psichologės rekomenduojamoje Evelinos Daciūtės knygoje „Duobė“, apie mirtį kalbama pasitelkiant duobės alegoriją. Knygoje rašoma, kad einant laikui, gali skirtis aplinka ir apranga, bet duobė, kurią išrausia mūmyse žmogaus mirtis, yra tokio paties gylio ir pločio. Kartais iš netekčių gimsta knygos, galbūt jos padeda atsakyti į iki tol neatsakytus klausimus ir užkasti tą duobę.

Gedėjimas turi tam tikrus bendrinius etapus: tai gali būti neigimas, pyktis, liūdesys ar kiti emociniai iššūkiai, keliaujant link priėmimo. Bet, mokslininkų teigimu, gedėjimas dažniausiai yra individualus ir priklauso nuo žmogaus asmenybės. Tad kaip vaikas priims netektį, iš dalies apsprendžia jo sukaupti vidiniai resursai. Tam svarbus brandus tėvų buvimas šalia augančio, besivystančio, o kartais ir gedinčio vaiko.

Video medžiagą su Agnės Laskytės, Psichologų sąjungos atstovės, lektorės ir projekto „Dideli vaikai“ įkūrėjos, interviu žiūrėkite [čia](#).

Kilus klausimams, kviečiame žmones pasikonsultuoti su vaiko teisių gynėjais skambinant nemokamu tel. 0 800 10 800, taip pat galima rašyti žinutę interneto svetainėje vaikoteises.lrv.lt esančiame pokalbių laukelyje. Pranešti apie vaiko teisių pažeidimą galima artimiausiame vaiko teisių apsaugos skyriuje, užpildant formą Tarnybos interneto svetainėje arba skambinant Skubiosios pagalbos tarnybų ryšio numeriu 112.



Get real time update about this post category directly on your device, subscribe now.

[Subscribe](#)