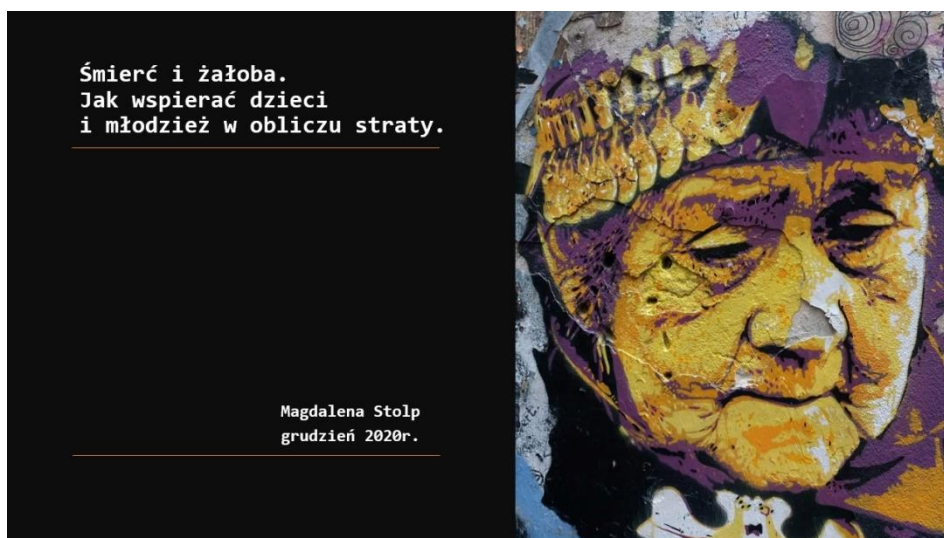


Śmierć i żałoba. Jak wspierać dzieci i młodzież w obliczu straty



*Co przeżywają ludzie, którym umiera ktoś bliski? Ile trwa żałoba?
Czy dziecko powinno iść na pogrzeb?
Dlaczego dzieci czują się winne po śmierci rodzica?*

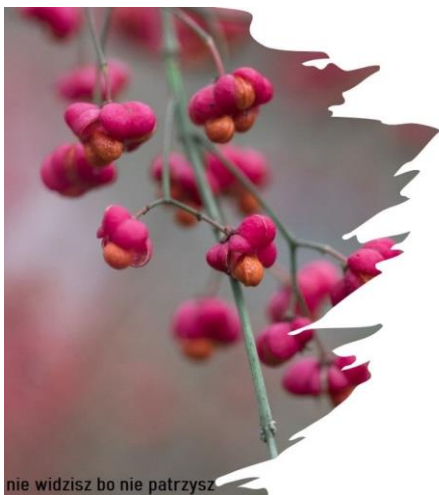
Na te pytania próbowaliśmy odpowiedzieć podczas naszego spotkania, w czasie którego poruszaliśmy kolejny trudny temat. Boimy się śmierci. I boimy się mówić o śmierci.

W miniony piątek 18 grudnia 2020 spotkaliśmy się na szkoleniu online „**Śmierć i żałoba. Jak wspierać dzieci i młodzież w obliczu straty**”, w którym wzięli udział pracownicy PPP Chojnice oraz zaproszeni pedagodzy i nauczyciele chojnickich szkół.

Przyjrzeliliśmy się stracie w wymiarze psychologicznym i społecznym. Omówiliśmy charakterystyczne zjawiska w żałobie dzieci i młodzieży. Jeśli chcemy ich wspierać musimy wiedzieć, jak przeżywają żałobę w różnych okresach swojego rozwoju. Dlatego szczegółowo omówiliśmy jak dzieci, będąc w różnym wieku, rozumieją śmierć.

Żałoba to naturalny proces, ale bywa, że jej przebieg może być skomplikowany. Tak się dzieje m.in. w przypadku śmierci spowodowanej traumatycznym zdarzeniem. Wówczas warto poszukać pomocy specjalisty. Również dla dzieci. One często nie mówią, że cierpią z powodu utraty kochanej osoby. Ale to nie oznacza, że tego nie przeżywają. Każde dziecko, aby przeżyć żałobę potrzebuje wspierającego, rozumiejącego i otwartego na jego potrzeby dorosłego - który przyjmie, nazwie, odzwierciedli jego emocje.

Doświadczając śmierci mamy prawo czuć to co czujemy. Dotyczy to również dzieci i młodych ludzi.



Utrata kochanej osoby jest jednym z najbardziej bolesnych przeżyć, którego może doświadczyć człowiek. Nie tylko jest to bolesne do przeżywania, ale również - do bycia świadkiem - gdyż, chcąc pomóc, jesteśmy tak bardzo bezradni ...
(Bowlby 1980)