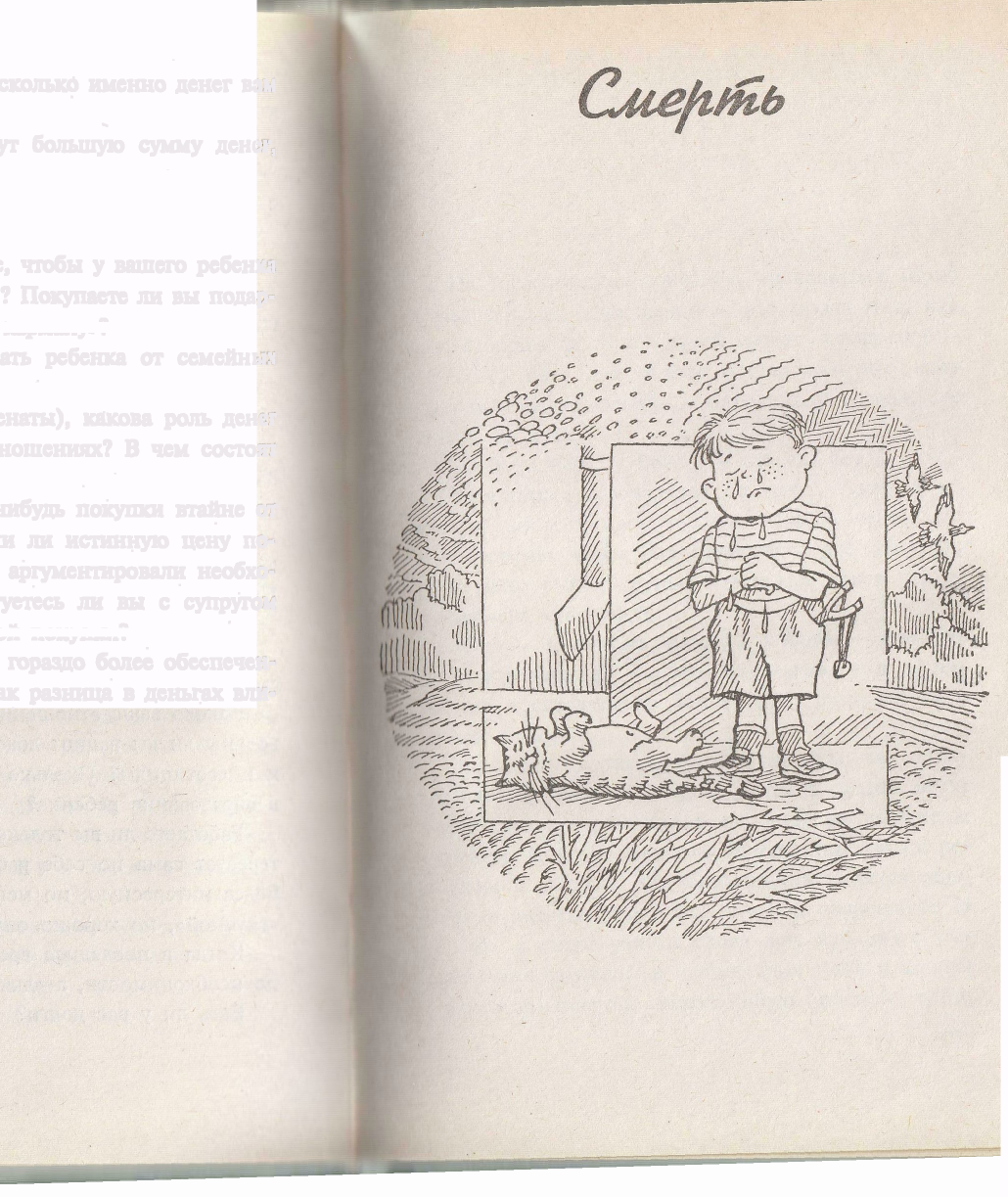
**Как говорить с ребенком о смерти?**  
  
Консультация педагога-психолога



Подготовила : педагог-психолог МБОУ «СОШ № 6»  
Коржова Ирина Александровна

г.Югорск , ХМАО-ЮГРА

**Как говорить с ребенком о смерти?**

Так безгранична кажется жизненная энергия детей, так живо их очарование! И все же, с самых ранних своих лет, начиная с угасания дня за окном и наступления ночи и кончая внезапной смертью какой-нибудь родной души, ребенок учится пониманию смерти. Дети с давних пор и по сей день играют и в войну, и в смерть. И они задают вопросы. Сколько будут жить эти цветы у нас в вазе? Что происходит, когда яблоки падают с яблони? Почему умер мой котенок? По­чти ежедневно приходится мириться с какими-то потерями. И через вопросы они проникают в суть слова «смерть» и познают, кто они в этом мире.

Мы на протяжении жизни встречаемся с фак­тами смерти и наблюдаем страдания старости и умирания. Хотя многие полагают, что развитие че­ловека останавливается где-то после отрочества, однако постепенно мы все больше и больше узна­ем о смерти. Если нас не посещают удивление, гнев, смирение и страх перед Богом, мы не смо­жем глубоко и продуманно отвечать на вопросы детей о смерти.

Одна мать мучилась вопросом, как рассказать пятилетней дочери о смерти близкого друга семьи и, поскольку сама не исповедовала веры в загробную жизнь, рассказала ей про реинкарнацию (перевоплощение души). На следующий день она увидела, как дочь, играя с куклами, роняет их по очереди на пол. «Ты умер­ла! — жизнерадостно говорила девочка куклам. — Но не волнуйся: ты вскоре оживешь в другом виде!» Чтобы помочь ребенку пережить и осознать факт смерти, мы должны не только честно пола­гаться на свой опыт переживаний, но и говорить об этом на возрастном уровне ребенка.

**Смерть и развитие**

Еще до того, как дети узнают слово «смерть», они сталкиваются с потерями, с отсутствием доро­гого человека, с самой идеей несуществования. Малыши, к примеру, включают и выключают свет, — и не перестают изумляться его исчезнове­нию непонятно куда.

Пятилетняя малышка, бросив на пол куклу Ке­на, сказала: «Барби — девушка, поэтому она умрет после него. Женщины живут дольше».

Как писал психолог Роберт Кэстенбаум в сво­ем, труде «Психология смерти», «...мысли о смерти неразрывно соединены с развитием личности че­ловека, и с самого начала на них влияет опыт ребенка, но и сами мысли о смерти влияют на его

жизненный опыт».

Некоторые из самых интересных исследований о смерти и ее понимании детьми были опублико­ваны в 1948 г. психологом Марией Нэги, которая пришла к выводу, что дети до пятилетнего возра­ста не понимают необратимости смерти: они по­нимают ее как сон. С одной стороны, для ребенка такого возраста ушедший по делам из дому роди­тель «не существует», как бы «совершенно исчеза­ет». С другой стороны, умерший для него «может проснуться» в любую минуту.

«На похоронах нельзя петь и кричать, — объ­ясняла Нэги одна четырехлетняя малышка, — потому что мертвый не сможет спать спокойно».

Ребенок в таком возрасте может подбрасывать бабочку, чтобы она, мертвая, полетела вновь. Он попытается прикрепить слетевший с ветки лист обратно.

*Наиболее частыми во­просами, которые дети задают о смерти, являются:* «Что такое смерть?», «Почему люди умирают?», «Что происходит с людьми, когда они умирают: ку­да они уходят?»

**Что такое смерть? Что значит быть мер­твым?**

Начните с биологической сути смерти.

Когда человек умирает, его тело перестает ра­ботать. Он перестает дышать, говорить, ходить, видеть, слышать, думать. Он не нуждается в еде. Не чувствует ни жары, ни холода. Он вообще пере­стает чувствовать. Но мы помним о нем и продол­жаем любить его в своей памяти.

*Если ребенок мал, будьте готовы к тому, чтобы повторить это объяснение: вашему ребенку нужно примириться с идеей смерти, идеей невозвратности. (В этом возрасте слишком живы в памяти сказки со счастливым концом и оживлением героев).*

(С ребенком школьного возраста поговорите по­дробнее, но только не сразу же после смерти род­ственника или друга, а в более спокойные времена. Объясните ему функции человеческого тела.

Легкие умершего более не вдыхают воздух и не выдыхают углекислый газ. Сердце перестает гнать кровь по телу, и она не питает клетки кислородом. Прекращаются электрические импульсы мозга. Отми­рают одна за другой все системы жизнеобеспечения.

**Отчего люди умирают?**

Когда люди стареют, некоторые части их тела не могут работать в полную меру, например, серд­це. В таком случае люди умирают «от старости».

Бывает, человек смертельно заболевает. Обычно после болезни люди выздоравливают. Но иногда бо­лезнь настолько ослабляет организм, что он не мо­жет более сопротивляться: останавливается работа важных органов, и человек умирает. (Избегайте про­сто говорить: «Умер от болезни», потому что ребенок может начать бояться любого проявления болезни).

Иногда, когда тело человека очень больно и сильно ранено (как в автомобильной катастрофе или другом несчастном случае) и спасти важные органы тела не удается, наступает смерть.

**Что происходит с людьми после смерти? Куда они уходят?**

*С маленькими детьми, которые не знают о традиции похорон, желательно говорить конкретно (****не говорить: «Он (она) теперь в Раю», а сказать, что тело покойного захоронено в земле****).*

*С детьми постарше поговорите о традиции по­дробнее.*

*Во-первых, должна быть панихида. Семья покой­ного принимает родных и знакомых, которые выра­жают свое сочувствие, горе. Гроб стоит открытым для прощания с покойным, над ним говорят про­щальные речи.*

*Во-вторых, может быть отпевание в церкви или поминальная служба. Этой службой люди как бы благодарят Бога, что тот когда-то даровал умершему жизнь. Иногда в храме (синагоге) произносят речи, в которых вспоминают о совместной жизни с покойным. Священники говорят родным утешитель­ные слова.*

*Когда тело покойного захоронено на кладбище, вскоре или сразу на его могиле устанавливается па­мятник или надгробный камень, чтобы к нему могли приходить люди и молиться о душе покойного или просто посидеть и повспоминать.*

Избегайте сравнения смерти со сном, потому что этим можно надолго напугать ребенка — он будет бояться заснуть.

Если ребенок спрашивает вас о бессмертии души, начните с того, что спросите его мнение об этом.

Итак: ***Куда они уходят?***

Если вы собираетесь изложить ребенку различ­ные концепции, излагайте возможно более кратко и понятно.

Если у вас есть относительно этого собствен­ное мнение, поделитесь им.

Например:

*У разных народов есть разные верования относи тельно души. Кроме того, некоторые люди верят в существование души, а другие — нет. Другие полагают, что со смертью все кончается — от человека не остается ничего.*

*Иные люди полагают, что душа вечна и живеп гораздо дольше тела. Есть и такие люди, которые верят, что души умерших могут приходить к жи­вым, что они бродят по свету.*

*Индуисты, живущие в Индии, верят в переселение (реинкарнацию) душ. Они полагают, что души свобод­но переселяются из одного тела в другое, и это мо­жет происходить вновь и вновь. Евреи совершенно иного мнения: они считают, что о душе человека Бог судит по тому, какую жизнь он вел, пока пребывал на Земле. Христиане полагают, что после смерти ду­ша отправляется к Богу, а .это означает не просто путешествие в другое место, а единение с Богом.*

*Индуисты, и иудеи, и христиане верят, что очень важно, как мы живем на этом свете: помо­гаем ли людям, совершаем ли хорошие поступки, раскаиваемся ли в дурных. Кроме того, мы живем на свете и в своих детях и в тех, кто помнит нас после нашей смерти.*

Возможно, наиболее важная идея — подчер­кнуть, что мы частично остаемся жить в людях, что приходят на смену нам. Если ваш ребенок оп­лакивает потерю, это то, что он надеется услы­шать. Метафизические утверждения, что умерший теперь в Раю, звучат поистине жестоко, если вы не сопереживаете ребенку, не разделяете его горя.

*Наша скорбь — знак любви. Каждый раз, оплаки­вая умерших, мы вспоминаем их и даем знать, как сильно мы их любим.*

Очень важно сказать, что умерший оставался в памяти односельчан, соседей, родных, сослужив­цев. Это «греет» ребенка, успокаивает его.

*Способ, которым вы даете ребенку понимание смерти, помогает ему оплакивать умершего, не оставляя чувства безнадежности.*

Выберите для беседы с ребенком удобное, тихое место и свободное время. Если ребенок не знает о смерти близкого, скажите ему об этом просто и ясно: «У меня для тебя печальные вести. Никто не ожидал такого, но вчера умерла тетя Мария. Она попала в катастрофу. Врачи делали все, что могли, чтобы спа­сти ее, но ничто не помогло». Скажите ребенку, что обязательно найдете время ответить на все вопросы, которые возникнут после первой шоковой реакции, и что вы очень обеспокоены тем, что такое горе по­стигло его. (Тем временем понаблюдайте за реакцией ребенка: если он необычайно тих, отказывается выхо­дить из дому и если после нескольких недель скорби он не вернется в свое обычное состояние — нужно обратиться за помощью к психологу).

Когда вы говорите о потере, поощряйте ребенка на выражение своих чувств. Если ребенок увидит у вас на глазах слезы, это поможет ему раскрыть свои собственные чувства. Не стесняйтесь выражать при ребенке свою скорбь, вспоминайте умершего, вкла­дывая в воспоминания тепло и человечность:

*«Представляю, как тебе будет не хватать дедуш­ки. Я сам не могу опомниться от горя. Только что мы с ним строили совместные планы на ремонт дачи...».*

Если смерть наступила от несчастного случая, от насилия, — будьте готовы к проявлению страстной ненависти со стороны ребенка.

**Обдумывая вместе**

*Сделайте «книгу памяти» того человека, который умер.* Заглядывайте в нее вместе с ребенком. Книга может содержать фотографии, рисунки, письма и воспоминания о проведенных вместе встречах, праздниках, совместных увлечениях.

*Сохраняйте память об умершем и среди его зна­комых* в вашем поселке, городе. Посадите в па­мять умершего дерево… Просто вспоминайте его…

ПРИЛОЖЕНИЕ

**Тренинг для родителей**

Как больно говорить с ребенком о смерти, в особенности о смерти родного человека! Но мы лучше справимся с этой задачей, если представим себе свою собственную смерть: мы уясним себе чувства оставшихся в живых, глубже прочувствуем горечь потери. Тем лучше мы сможем ответить на вопросы детей о смерти.

**1. Подумайте об опыте переживания смерти в своей жизни.**

Может быть, кто-то из ваших родных умер, когда вы были ребенком? Можете ли вы вспо­мнить, как вам это объяснили? Вняли ли вы тогда этому объяснению или оно было непонятным и пугающим?

**2. Вспомните недавнюю смерть в своей семье: родственника или, может быть, сотрудника, друга.**

Какова была ваша первая реакция на эту но­вость? Как вы восприняли смерть: посетили ли похороны, или послали соболезнование, или при­шли на поминки? Как часто вы вспоминаете об ушедших из жизни? Была ли жизнь ваша богаче благодаря умершему? Обеднела ли она теперь? Как изменился для вас мир?

**3. Читайте некрологи.**

Может быть, вы давно привыкли пробегать глазами колонку некрологов, но теперь подумайте об этих незнакомых, ушедших из жизни людях: какую жизнь они вели, наполненно ли, осмыслен но ли было их существование; кого они оставили после своей смерти; как о них вспоминают. Ваше представление о смерти будет обогащено этими размышлениями. Ведь смерть — естественный ат­рибут нашей повседневной жизни.

Попробуйте поговорить с ребенком о знамени­тых и выдающихся людях, которых уже нет в жи­вых: художниках, политических деятелях, ученых, артистах. Вспомните об их деяниях, и об их смерти.

**4. Вообразите, что вам остался всего год жизни.**

Что вы предпримете? Начнете новую жизнь? Отправитесь в путешествие? Увлечетесь новым хобби? Будете работать? Посвятите ли себя полно­стью семье?

Это мысленное упражнение поможет вам по­нять, как перспектива смерти может изменить на­шу жизнь и жизнь наших детей.

**5. Вообразите себе, что вам — восемьдесят и вы на смертном одре.**

Оглянитесь мысленно на свою жизнь: не своим, «хозяйским» взором, а так, будто вы — совсем дру­гой человек. Напрягите свою фантазию. Вообразите, что вы были не тем, кем были, а, например, бале­риной, или врачом, или домохозяйкой. Как бы тог­да поменялась ваша жизнь? Что бы вы совершили в ней? Как бы вы себя почувствовали?

А теперь «вернитесь» мысленно в свою реаль­ную жизнь.

Какие трудности вам мешали? Что вы оставля­ете после себя?

Это упражнение, взятое в измененном виде из работ Виктора Франкла, поможет вам отыскать смысл своей жизни.

**6. Мысленно напишите свой некролог.**

Чем выдающимся отличалась ваша жизнь? Ка­ковы были ваши интеллектуальные и артистичес­кие (творческие) интересы? Вели ли вы обще­ственную жизнь (работу)? Кто ваши родственни­ки? Что они сказали бы про вас после вашей во­ображаемой смерти?

Можете вообразить, какую музыку вы желали бы слышать на своих похоронах, какую надпись видеть на своей могиле.

Вы глубже поймете, что среди всех потерь, разо­чарований и компромиссов, которые преподносит нам жизнь, она все-таки имеет глубокий смысл.

**7. Напишите свою автобиографию.**

Начните с истории семьи: где родились ваши родители? Как они воспитывались, как встрети­лись друг с другом? Где родились вы? Включите в автобиографию памятные моменты, школьные го­ды, начало карьеры, брак, рождение детей и т. д.

Что вы знаете о себе, чего не знали в юности: например, в свои девятнадцать? Чему могли бы научиться другие на вашем опыте? Посвятите свою автобиографию детям, припасите этот дар на особый, памятный день.

*P.S. Больше ответов на вопросы ребенка можно найти в книге Д.Фицпатрика «Диалог с ребенком. Как ответить на трудные вопросы вашего ребенка о жизни».*