

Памятка родителям при беседе с ребенком пережившем утрату близкого человека



- Рассказывать о беде должен самый близкий из живущих с ребенком людей
- Во время всего разговора взрослый должен быть способен держать себя в руках. Это не значит, что нельзя тихо плакать, но нельзя полностью погружаться в свои переживания. Если нет уверенности в своей способности удержаться от бурных проявлений своих чувств, лучше передоверить этот разговор другому человеку.
- Во время разговора особенно важно, чтобы никто не мешал, и было достаточно времени, чтобы ответить на все вопросы и побыть с ребенком после разговора столько, сколько это необходимо.

- Во время первого разговора ребенок должен быть сыт, не хотеть спать и не испытывать другого психического дискомфорта.
- Поддерживать с ребенком физический контакт: взять на руки, взять за руку, прикоснуться к руке или к плечу.
- Само известие не требует долгих предисловий и должно быть сообщено просто, коротко, простыми предложениями, не допускающими двойного толкования.
- После главного следует сделать паузу, чтобы ребенок мог осмыслить сказанное и отреагировать. Реакция ребенка может быть неожиданной и непонятной, даже неуместной или возмутительной. Но какой бы она ни была, нужно принять ее спокойно, как само собой разумеющееся. Нельзя давать волю своему возмущению или удивлению.
- Ответьте на вопросы, которые задаст вам ребенок, искренне и серьезно. Попросите его прокомментировать или расширить те замечания, которые показались самыми и неожиданными или непонятными.
- Если ребенка ожидают скорые перемены в жизни в связи со смертью близкого (переезд, переход в другой садик, школу и т.п.), сообщите заранее об этих переменах и дайте время на размышления и разговор.
- Если после такого разговора ребенок предложит какое-нибудь совместное занятие, непременно нужно соглашаться.
- Если ребенок уйдет с намерением уединиться, нужно дать ему такую возможность, но через 20-30 минут посмотреть, что он делает.
- Если ребенок чем-то занялся – попробуйте присоединиться и играть по его правилам, ничего не предлагая своего.
- Будет очень полезно, если взрослый сможет назвать словами те эмоции, которые видит в ребенке.
- Если Вы найдете ребенка неподвижно сидящим или забившемся куда-нибудь, то сядьте и посидите рядышком молча.
- После, если ребенок позволит, обнимите его и посидите так, затем можно предложить занятие или игру из любимых.



Памятка педагогам, воспитателям при работе с ребенком, пережившим горе.

Педагоги, воспитатели часто оказываются беспомощными, когда встают перед необходимостью помочь ребенку пережить горе. Однако они могут играть решающую роль в помощи этим детям.

наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего какого — то из близких. В первые недели обычно наблюдаются тенденции к уходу, агрессивность, гневливость, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, никогда не показывайте своего удивления.

Если ребенок хочет поговорить — нужно выслушать его. Это не всегда легко сделать, и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите для этого удобное время. При разговоре

слушайте не только ушами, но и глазами, и сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение имеет для ребенка огромное значение, это позволяет ребенку почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь ему. Поддержите его желание говорить о горе и делайте это сами.

Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Если вам удастся их собрать, объясните им, что, когда происходит утрата, беседы об этом помогут сохранить добрую память.

Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честны в ответах. Детей часто интересуют вопросы об утрате. Не бойтесь сказать: «Я не знаю». Очень важно знать культурный уровень семьи ребенка, ее религиозные установки. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами родителя или смущать ребенка.

Покажите ребенку, что плакать не стыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого.

Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов, и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым, он действительно так думает. Дети честны, они говорят то, что думают. Их чувства сильны и реальны, и о них надо знать, им надо верить, о них надо говорить. Не стоит говорить фраз типа «Скоро тебе будет лучше». Гораздо лучше сказать : «Я знаю, что ты чувствуешь».

Старайтесь быть в контакте с родителем или лицами, его заменяющими. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей, и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с родителей (другим взрослым) изменения в поведении ребенка, его привычках.

Помните, ребенок, долгое время не выходящий из кризиса, нуждается в специальной помощи.

