

«В СЕМЬЕ РЕБЁНКА ТРАГЕДИЯ: МОЛЧАТЬ ИЛИ ПОДДЕРЖАТЬ?» (ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ)

Обычно у родителей возникает множество вопросов: говорить с ребёнком или не говорить? когда говорить и как? если говорить, то что? Главное, не надо скрывать от ребёнка правду, какой бы горькой она ни была. Скрывая от ребёнка что-то важное, вы всегда подвергаете риску его доверие к вам и к людям вообще.

- Если ребёнок хочет и готов говорить о своих чувствах, поддержите его в этом. Ему важно услышать, что вы готовы понять его состояние, а также чувствовать, что он продолжает быть значимым для оставшихся членов семьи. Если же он не хочет говорить об умершем, посещать места, связанные с ним, не настаивайте, не упрекайте его.
- Сына или дочь важно сориентировать на дальнейшую деятельность и составить вместе план действий на ближайшее будущее. Постарайтесь по мере возможности включать ребёнка в тот распорядок дня, который был у него до утраты.
- Избегайте обсуждать чересчур серьёзные или страшные подробности в присутствии ребёнка. Не стоит делать этого, даже если кажется, что он слишком увлечён, чтобы слушать, или слишком мал, чтобы понимать.
- Не употребляйте таких выражений как «мама ушла от нас», «папа уснул». Маленькие дети воспринимают подобные слова буквально: «ушла» – значит, не захотела с ними жить, «уснул» – они будут ждать, когда проснётся.
- Если погиб родитель, родственник – участник военных действий, то следует быть очень осторожными в описании причин смерти.

«В СЕМЬЕ РЕБЁНКА ТРАГЕДИЯ: МОЛЧАТЬ ИЛИ ПОДДЕРЖАТЬ?» (ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ)

Обычно у родителей возникает множество вопросов: говорить с ребёнком или не говорить? когда говорить и как? если говорить, то что? Главное, не надо скрывать от ребёнка правду, какой бы горькой она ни была. Скрывая от ребёнка что-то важное, вы всегда подвергаете риску его доверие к вам и к людям вообще.

- Если ребёнок хочет и готов говорить о своих чувствах, поддержите его в этом. Ему важно услышать, что вы готовы понять его состояние, а также чувствовать, что он продолжает быть значимым для оставшихся членов семьи. Если же он не хочет говорить об умершем, посещать места, связанные с ним, не настаивайте, не упрекайте его.
- Сына или дочь важно сориентировать на дальнейшую деятельность и составить вместе план действий на ближайшее будущее. Постарайтесь по мере возможности включать ребёнка в тот распорядок дня, который был у него до утраты.
- Избегайте обсуждать чересчур серьёзные или страшные подробности в присутствии ребёнка. Не стоит делать этого, даже если кажется, что он слишком увлечён, чтобы слушать, или слишком мал, чтобы понимать.
- Не употребляйте таких выражений как «мама ушла от нас», «папа уснул». Маленькие дети воспринимают подобные слова буквально: «ушла» – значит, не захотела с ними жить, «уснул» – они будут ждать, когда проснётся.
- Если погиб родитель, родственник – участник военных действий, то следует быть очень осторожными в описании причин смерти.

Недопустимо озвучивать фразы, восхваляющие факт смерти, например: «Он герой, потому что отдал жизнь», «Он любил тебя, потому и отдал за тебя жизнь», «Своей смертью он доказал, что он хороший человек». Конструктивнее уделять больше внимания жизни и достижениям умершего – каким он был человеком, как хотел воспитать своего ребёнка, каковы были его жизненные ценности.

- Недопустимо описывать погибшего (умершего) в негативном ключе. Разрушение положительного эмоционального образа близкого человека в восприятии ребёнка – это дополнительная травматизация его психики, и так переживающей потерю.
- Дети могут испытывать страх преждевременной смерти, не понимая, что это такое и как она наступает. Осознание реальности и близости смерти может быть травмирующим. При разговоре с ребёнком надо заранее подготовиться, ведь он может задать много вопросов. Не бойтесь этого, отвечайте на его вопросы правдиво.
- Взрослым необходимо донести до ребёнка, что и после смерти близкого жизнь продолжается. Ребёнок наверняка ещё долгое время будет вспоминать дорогого человека, делайте это вместе, поддерживайте его в разговоре, позволяйте ему выражать свои чувства и эмоции.
- С классным руководителем обсудите то, что ребёнок уже знает и что можно ему рассказать.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***

Недопустимо озвучивать фразы, восхваляющие факт смерти, например: «Он герой, потому что отдал жизнь», «Он любил тебя, потому и отдал за тебя жизнь», «Своей смертью он доказал, что он хороший человек». Конструктивнее уделять больше внимания жизни и достижениям умершего – каким он был человеком, как хотел воспитать своего ребёнка, каковы были его жизненные ценности.

- Недопустимо описывать погибшего (умершего) в негативном ключе. Разрушение положительного эмоционального образа близкого человека в восприятии ребёнка – это дополнительная травматизация его психики, и так переживающей потерю.
- Дети могут испытывать страх преждевременной смерти, не понимая, что это такое и как она наступает. Осознание реальности и близости смерти может быть травмирующим. При разговоре с ребёнком надо заранее подготовиться, ведь он может задать много вопросов. Не бойтесь этого, отвечайте на его вопросы правдиво.
- Взрослым необходимо донести до ребёнка, что и после смерти близкого жизнь продолжается. Ребёнок наверняка ещё долгое время будет вспоминать дорогого человека, делайте это вместе, поддерживайте его в разговоре, позволяйте ему выражать свои чувства и эмоции.
- С классным руководителем обсудите то, что ребёнок уже знает и что можно ему рассказать.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***