

## **«Сигналы опасности» при переживании детьми утраты, которые должны насторожить педагога (взрослого).**

**Авторы перечисляют «сигналы опасности», то есть те особенности детского горя, которые должны непременно обращать на себя внимание взрослых:**

- резкое снижение школьной успеваемости, плохие отметки, несмотря на старание; настойчивый отказ посещать школу;
- упорное непослушание или агрессия (дольше шести месяцев), оппозиция авторитетным фигурам, нарушение прав других людей;
- частые и необъяснимые вспышки гнева, падения настроения; деструктивные способы выражения гнева;
- стойкая тревога или фобии, частые приступы паники; продолжительный страх находиться одному;
- постоянные ночные кошмары, выраженные трудности засыпания и другие расстройства сна, отказ идти спать;
- повышенная активность, непоседливость (если раньше этого не было); поведение, свойственное намного более младшему возрасту, в течение длительного периода;
- множественные жалобы на физические недуги.

**У подростков** могут отмечаться:

- употребление алкоголя или наркотиков;
- воровство, противоправное поведение;
- избегание разговоров и даже упоминаний об умершем или о смерти;
- чрезмерная имитация умершего, появление устойчивых симптомов его заболевания;
- повторяющиеся высказывания о желании соединиться с умершим;
- затянувшаяся депрессия, во время которой ребенок теряет интерес к окружающему, не способен справляться с проблемами и повседневными делами. Форма реагирования ребенка на утрату и тяжесть ее переживания зависят от многих факторов.

***Примеры возможных вопросов со стороны ребенка и варианты конкретных ответов на них:***

• Смерть похожа на сон? «Смерть отличается от сна. Когда ты ложишься спать, твое тело продолжает работать. Ты по-прежнему дышишь, твое сердце бьется, и ты видишь сны. Когда человек умирает, его тело больше не работает». Помните, что у детей, которым говорят, что смерть подобна сну, могут развиваться страхи, связанные с засыпанием».

• Почему он умер? Если смерть наступила от болезни, объясните, что тело человека больше не могло бороться с болезнью, оно перестало работать. Убедитесь, что ваши дети понимают, что, если они заболевают гриппом или простудой или если папа или мама заболевают, их организм может победить болезнь и выздороветь. Их тела продолжают работать. Объясните, что люди обычно не умирают, когда они болеют; большинство людей выздоравливает. Если смерть наступила от несчастного случая, объясните, что тело человека было повреждено настолько сильно, что перестало работать. Объясните также, что большинство людей, получивших телесные повреждения, могут поправиться и жить долгое-долгое время.

- Ты когда-нибудь умрешь? А я умру? Дети ищут успокоения, подбадривания. Дайте вашему ребенку понять, что большинство людей живут на протяжении очень долгого времени.

- Я сделал (или подумал) что-то плохое, что привело к смерти? Может быть, у вашего ребенка был конфликт с человеком, который умер. Может быть, ребенок хотел, чтобы этого человека не было рядом, чтобы получить больше внимания от других членов семьи. Может быть, ваш ребенок сказал ему: «Я хочу, чтобы ты ушел прочь от меня», или даже: «Я хочу, чтобы ты умер». Уверьте детей, что слова и желания не вызывают смерть.

- Он вернется? «Вечность», «навсегда» – сложные в плане понимания понятия для маленьких детей. Они видят, что люди уходят и возвращаются. Персонажи мультфильмов умирают и затем восстают снова. Маленькие дети могут нуждаться в том, чтобы им говорили несколько раз, что человек не вернется.

- Ей там холодно? Что он будет есть? Вам нужно объяснить ребенку, что тело умершего человека больше не работает. Он больше не может дышать, ходить, разговаривать или есть.

- Почему Бог позволил этому случиться? Отвечайте на вопросы, касающиеся Бога и религии, в соответствии с вашими собственными убеждениями (верованиями). Вы можете также проконсультироваться у священников. Это нормально – не знать ответов на все вопросы. Дети могут принять, что вы тоже можете иметь трудности с пониманием некоторых вещей. Лучше избегать высказываний, что Бог «забрал» умершего, чтобы он был с ним, или что «только хорошие люди умирают молодыми». Некоторые дети могут испугаться, что Бог их тоже заберет к себе. Они также могут стараться быть «плохими», потому что они не хотят умереть.

Особенно важно быть вместе с ребенком, поддерживать эмоциональный и физический контакт с ним, внимательно относиться к его состоянию и желаниям, честно отвечать на вопросы, проявлять терпение к негативным сторонам поведения, быть открытым чувствам ребенка и делиться с ним своими в приемлемой форме, соблюдая меру (чтобы не спровоцировать страх или отчаяние).