

Первые



добро.рф

Урок 1 1

ТРАВМА УТРАТЫ

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЖИВАНИЯ ГОРЯ И УТРАТЫ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Маленькие дети могут быть охвачены глубокой печалью, а в следующее мгновение — уже увлечённо играть и радоваться.

Такие «качели» являются встроенным защитным механизмом, который помогает им не поддаваться сильным эмоциям.

Дети от 2 до 5 лет могут не понимать, что такое смерть, и, возможно, будут задавать вопросы, где находится умерший человек, когда он вернётся.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЖИВАНИЯ ГОРЯ И УТРАТЫ МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

В возрасте от 6 до 9 лет дети могут придумывать мистические объяснения событиям, верить в связи и закономерности, которых на самом деле не могло быть. В том числе это может привести к тому, что ребёнок будет испытывать вину и считать себя причиной того, что близкого больше нет рядом.

Иногда дети берут на себя роль опекунов для выживших взрослых или братьев и сестёр. Пытаясь выглядеть взрослее, они могут выполнять обязанности, которые не соответствуют их возрасту.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЖИВАНИЯ ГОРЯ И УТРАТЫ ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Некоторые подростки, столкнувшись с утратой, становятся более замкнутыми, другие начинают больше рисковать и проявлять асоциальное поведение, чтобы справиться с осознанием своей смертности.

Важно, что психологический возраст ребёнка-сироты может быть существенно меньше паспортного, поэтому дети могут реагировать на горе, как гораздо более младшие сверстники.

КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ СПРАВИТЬСЯ С УТРАТОЙ

Важно находиться рядом, чтобы поддержать ребёнка

Важно дать ребёнку рассказать то, что он хочет

Нужно делиться чувствами и стараться понять ребёнка

Важно не задавать травмирующих вопросов и не пытаться глубоко анализировать ситуацию

Не нужно пытаться понять, правду ли говорит ребёнок

Не нужно самостоятельно начинать разговор на эту тему