

Prethodno priopćenje
Primljeno 18.6.2016, prihvaćeno za objavljivanje 7.12.2016.

Doc. dr. sc. Almira Isić

Univerzitet u Zenici, Islamski pedagoški fakultet
almiraisic@gmail.com

PRUŽANJE PODRŠKE DJECI NAKON GUBITKA BLISKE OSOBE

Sažetak

Cilj rada jeste ukazati na načine pružanja psihološke podrške i pomoći djeci nakon gubitka bliske osobe, npr. roditelja, bake, djeda, brata, sestre, prijatelja, roditelja njihovih prijatelja, učiteljice ili druge njima poznate osobe ili djeteta. Dječije razumijevanje smrti povezano je sa starosnom dobi i stepenom kognitivnog razvoja djeteta. Reakcije djece na gubitak su brojne, od anksioznosti, živih sjećanja na protekli gubitak, poteškoća sa spavanjem, tuge i čežnje za izgubljenom osobom, bijesa, krivice i samopredbacivanja za nastali gubitak te tjelesnih smetnji i poteškoća u učenju. Djeci, kao i odraslima, proces žalovanja može biti veoma težak i bolan. Međutim, ako im odrasli na adekvatan način pomognu u emocionalnom i misaonom prerađivanju nastalog gubitka, taj će proces biti manje bolan i bez posljedica u kasnijem razvoju.

Ključne riječi: djeca predškolske i školske dobi, gubitak, žalovanje, podrška

1. UVOD

Djeca kao i odrasli mogu doživjeti gubitak bliske osobe, npr. roditelja, bake, djeda, brata, sestre, prijatelja, roditelja njihovih prijatelja, učiteljice ili druge njima poznate osobe ili djeteta. Harrison i Harrington (2001) proučavali su učestalost pojedinih vrsta gubitaka i njihov utjecaj na djecu i mlade (starosne dobi od 11 do 16 godina) u Velikoj Britaniji. Rezultati istraživanja ukazali su da su se gubici djece i mladih u posljednjih pet godina najčešće odnosili na gubitak bake ili djeda

(31 %), ujne/ujaka ili strine/stričeva (13,5 %), bliskih rođaka (11,7 %), bliskih prijatelja (7,7 %), braće i sestara (1 %) i roditelja (1,9 %). Od svih smrti, smrt roditelja ima najveće posljedice za dijete, jer ono gubi potrebnu ljubav i sigurnost, a i životna svakodnevnica znatno mu se mijenja nakon gubitka. Adam i saradnici (1982) utvrdili su da je većina studenata eksperimentalne skupine koji su izgubili roditelje prije šesnaest godina imala ozbiljne samoubilačke misli, za razliku od 10 % studenata kontrolne skupine. Druga istraživanja također su ukazala da su djeca koja su doživjela smrt roditelja dugo nakon toga patila od raznih psihičkih smetnji (Raphael, 1984, Handford i saradnici, 1986, Van Eedewegh i saradnici, 1982, 1985). Dječije reakcije nakon smrti brata ili sestre slične su reakcijama nakon smrti roditelja, ali s manjim intenzitetom, trajanjem i dugoročnim posljedicama. Smrt bake ili djeda također može ostaviti snažan utisak na dijete, ali je uglavnom djeca lakše emocionalno i misaono procesuiraju, zbog razumijevanja da sa starošću dolazi i smrt bake ili djeda. Bez obzira koga dijete izgubi, neophodna mu je podrška roditelja, učiteljice, odgajateljice u vrtiću, prijatelja ili drugih njemu značajnih osoba u okruženju. Ako im odrasli omoguće razumijevanje nastupajuće smrti, dijete će se lakše suočiti s gubitkom bliske osobe. Da bi se djeci pomoglo u procesu žalovanja, prvobitno je neophodno razumjeti stepen njihovog kognitivnog i emocionalnog razvoja, razumijevanje smrti te moguće simptome i reakcije koje mogu uslijediti nakon gubitka bliske osobe. U današnje doba odrasli su vrlo često skloni zaštititi dijete od neugodnih iskustava koje donosi smrt, pa tako, ako uslijedi smrt nekog od članova porodice, pošalju ga rođacima, komšijama ili prijateljima. Međutim, na taj način djetetu se otežava proces pripreme na gubitak voljene osobe. Djecu je nemoguće zaštititi od gubitaka koja im se mogu dogoditi u djetinjstvu, pa ih je shodno tome, neophodno pripremati za uspješno suočavanje s nastalim gubitkom. Posebnu podršku potrebno je pružiti djeci koja su iznenadno i neočekivano izgubila blisku osobu ili bila svjedokom smrti bliske osobe. Da bi se spriječile neželjene posljedice bilo kojeg gubitka, roditelji treba da budu svjesni da je neophodno pomoći djetetu da misaono i emocionalno preradi doživljenu traumu. Prema iskustvu naučnika (Pynoos i Nader, 1988), djeca koje ne prerade traumatske aspekte smrti, mogu biti usporena u procesu žalovanja.

2. DJEČIJE RAZUMIJEVANJE SMRTI

Dječije razumijevanje smrti povezano je sa starosnom dobi i stepenom kognitivnog razvoja djeteta. Može se odvijati različitim tempom, ali je u suštini isti za svu djecu. Djeca *mlađa od pet godina* ne razumiju da je smrt konačna i nepovratna te da s njom prestaju sve životne funkcije. Na tu činjenicu jasno ukazuju neka od njihovih pitanja i komentara: *Možemo li pomoći tati da izađe iz groba?, Kad će se moja sestrice vratiti? ili Ko će bebi na nebu dati mlijeko?* U toj dobi djeca razumijevaju smrti na konkretnom ili nelogičkom nivou, ne mogu razumjeti uzrok smrti, pa zbog svog magičnog načina razmišljanja mogu i vjerovati da su sami uzrokovali smrt voljene osobe. Iako ne razumiju smrt, mogu snažno reagovati na gubitak voljene osobe. Za razliku od prethodne, djeca *od pete do desete godine* postupno shvataju da je smrt nepovratna i kako njome prestaju sve životne funkcije, što opisuje izjava jednog djeteta: *Kad si mrtav, mrtav si.* U sedmoj godini djeca doživljavaju smrt neizbježnom i univerzalnom, ali ne mogu prihvatiti mogućnost vlastite smrtnosti. Kao i kod mlađe djece, njihovo je mišljenje konkretno pa su im za žalovanje potrebni konkretni dokazi smrti, naprimjer, sudjelovanje u ritualima povezanim sa smrću. Uzrok smrti razumijevaju kao posljedicu vanjskih uzroka poput nesreća i nasilja, te unutrašnjih procesa kao što su bolest i starost. Magijski način razmišljanja prisutan je još uvijek, pa mogu pretpostaviti da umrla osoba i dalje može čuti i vidjeti žive. U ovoj dobi manje su egocentrični, i mogu saosjećati s prijateljima koji su izgubili roditelja, brata ili sestru. Od *desete godine* djetetovo razumijevanje smrti postaje apstraktnije i ono može lakše razumjeti dugoročne posljedice gubitka. S daljim odrastanjem sve se više razvija hipotetičko mišljenje što djeci omogućuje razumijevanje različitih aspekata smrti. Shodno tome, djeca mogu praviti usporedbu i kritički se odnositi prema nedosljednostima u dobijenim informacijama o nastupajućoj smrti.

3. REAKCIJE DJECE NA GUBITAK BLISKE OSOBE

Ako je smrt bliske osobe očekivana, i ako dijete ima mogućnost da se oprosti od umiruće osobe i misaono pripremi za njenu smrt, proces oporavka bit će znatno lakši. Međutim, većina djece neposredno nakon gubitka bliske osobe reaguje na sljedeći način:

1. *Šok i nevjerica* (Šok i nevjerica evidentni su u dječijim izjavama: *To ne može biti istina!*, *Griješiš, ne vjerujem ti!*, itd. Obično su starija djeca sklona takvom reagovanju i neprihvatanju smrti. Takvom reakcijom ona se pokušavaju distancirati od neprijatnih osjećanja.)

2. *Očaj i protest* (Neka djeca odmah reaguju očajem, intenzivnim plačom i protestom.) i

3. *Ostale reakcije* (Druga djeca mogu zalediti svoja osjećanja i postati apatična. Neka se mogu ponašati kao da se ništa nije dogodilo, npr. pitaju: *Mogu li se sada ći igrati van?* Na taj način dijete pokušava pronaći vlastitu sigurnost.)

U kasnijim fazama žalovanja djeca mogu ispoljavati različite reakcije. Pod procesom žalovanja (tugovanja) djece misli se na proces prilagođavanja na gubitak bliske osobe, tj. prihvatanje činjenica da je više nema, da život neće više biti isti, zatim na čuvanje uspomena o umrloj osobi kao i vraćanje uobičajenim životnim aktivnostima. Najčešće psihološke i tjelesne reakcije djece u procesu žalovanja jesu:

1. *Anksioznost* (Djeca nakon gubitka voljene osobe vrlo često izgube osjećaj sigurnosti pa se osjećaju anksiozno ili tjeskobno. Ako su doživjeli gubitak roditelja, najčešće se plaše da bi se nešto loše moglo dogoditi drugom roditelju ili staratelju. Mlađa djeca postaju zahtjevnija i traže više zavisnosti, žele biti u blizini roditelja i mogu burno reagovati na odvajanje od njih, dok su starija djeca zabrinuta u vezi s načinom zadovoljenja egzistencijalnih potreba u budućnosti. Osjećaj anksioznosti može se intenzivirati i ako se drugi roditelj razboli. Ponekad se kod djece razvije i strah za vlastiti život. Neka djeca plaše se sama spavati, žele da spavaju s roditeljima, zahtijevaju da jedan roditelj ostane s njima dok ne zaspu, ili zahtijevaju upaljeno svjetlo i otvorena vrata spavaće sobe. Ako je smrt bliske osobe bila iznenadna i dramatična i više je posljedica traume nego gubitka, djeca mogu reagovati i trzanjem na iznenadne zvukove i druge nenadane promjene u okolini. Zatim, mogu osjećati glavobolju, napetost i bolove u mišićima, što nerijetko rezultira otežanom koncentracijom i pamćenjem. Djeca koja su bila svjedocima smrti ili su pronašla tijelo umrlog, mogu manifestovati fobično ponašanje. Ne žele da se spominje nemili događaj, izbjegavaju sjećanje na njega i približavanje mjestu događaja. Na taj način pokušavaju izbjeći jaka osjećanja koja takvi „podsjetnici“ mogu izazvati. Ako je djetetu umrla mlađa sestra ili brat, ono može paziti na majku tokom njene nove trudnoće i pokazivati zabrinutost za sigurnost novog

djeteta. Ponekad se djeca ne usuđuju previše vezati za novog brata ili sestru, pokušavajući se na taj način zaštititi od ponovne patnje.)

2. *Živa sjećanja* (Nakon gubitka voljene osobe mijenja se stanje svijesti pa dijete može doživjeti intenzivna sjećanja na protekli gubitak. Intenzivni utisci unutar svih osjetila mogu izazvati snažna osjećanja. Ako je dijete bilo očevicom smrti u nesreći ili je naišlo na mrtvo tijelo, slike tog događaja mogu mu se vraćati u obliku ponavljajućih i ometajućih slika ili vizuelnih predstava. Osim vizuelnih predstava, mogu se nametati zvučne, okusne, mirisne i taktilne predstave. Sjećanja su obično najintenzivnija u večernjim satima, pa mogu uzrokovati poteškoće sa snom. Također, sjećanja se mogu pojaviti i u obliku noćnih mora. Da bi izbjegla te nepoželjne misli i predstave, djeca mogu postati i hiperaktivna.)

3. *Poteškoće sa spavanjem* (U procesu žalovanja djeca mogu imati i smetnje tokom spavanja. Ako se riječ „spavanje“ koristila da bi se opisala smrt, dijete se može plašiti spavanja ili se uznemiriti kada roditelji odu spavati. Poteškoće sa spavanjem rezultat su djetetove povećane anksioznosti kao i činjenice da u krevetu može više razmišljati o doživljenom gubitku. Nije rijetko niti buđenje zbog neprijatnih snova ili noćnih mora. Ako se takvi snovi ponavljaju, dijete se može opirati da ide spavati. Može zahtijevati da spava s roditeljem, bratom ili sestrom. Psiholozi tvrde da su takve noćne more prisutnije kod djece kojima nije pružena mogućnost da prerade traumatsko iskustvo tokom dana, tj. da o njemu govore ili razmišljaju.)

4. *Tuga i čežnja* (Neka djeca nakon gubitka voljene osobe često plaču i vrlo ih je teško utješiti. Mlađa djeca doživljavaju kraći raspon tuge u odnosu na stariju djecu. Neka djeca u stanju tuge mogu se izolovati i povući od drugih kako bi prikrila tugu i ne bi žalostila svoje roditelje. Ponekad djeca kažu da plaču iz nekog drugog razloga, a ne zbog gubitka drage osobe. Pored tuge, djeca čeznu za umrlom osobom, što mogu manifestovati potrebom da se o njoj razgovara u nadi da će je vidjeti. Zatim, mogu tragati za mjestima koja su zajedno posjećivali ili se bavili zajedničkim aktivnostima kako bi imali osjećaj da su blizu umrle osobe. Ponekad djeca zahtijevaju od roditelja da im naglas čitaju pisma ili pričaju priče o preminuloj osobi. Zatim, mogu sa sobom nositi ili na posebnim tajnim mjestima skrivati predmet umrle osobe. Predmet na neki način ponovno stvara izgubljenost stvarnost i nudi magičnu podršku i sigurnost. Da bi pronašlo blizinu umrle

osobe, dijete može otići u njen ormar i udisati miris koji se zadržao na odjeći, spavati u njenom krevetu itd. Osjećaj blizine s umrlom osobom može biti toliko intenzivan da imaju osjećaj da se umrla osoba pojavljuje u njihovoj sobi. Jedan od načina traženja blizine umrle osobe jeste i identifikacija s njom, odnosno usvajanje ponašanja ili načina života umrle osobe. Na takav način dijete nesvjesno tješi druge članove porodice ili im pomaže, a ponekad i želi biti priznato i voljeno kao što je bila umrla osoba. Prema Jewett (1982), spomenuti različiti oblici pokušaja traženja blizine umrle osobe odražavaju bolno napuštanje izgubljenog i pomažu djeci da gubitak prihvate postupno.)

5. *Bijes* (Ispadi bijesa česta su reakcija kod djece tokom žalovanja. Mlađa djeca svoju tugu manifestuju neposredno i otvoreno. Mogu biti bijesni na smrt, na Boga što je dopustio da se tako nešto dogodi, na odrasle koji ih isključuju iz žalovanja, na druge što nisu spriječili da se to dogodi, na same sebe što nisu spriječili da se to dogodi, zatim na one koje smatraju odgovornim za smrt drage osobe, kao i na osobu koja ih je napustila. Ispadi bijesa mogu se javiti u obliku suprotstavljanja roditeljima, kao i u pokušajima udaranja nogama i rukama. Nerijetko djeca smatraju roditelje odgovornim za sve što se dogodilo pa na njima iskaljuju svoj bijes.)

6. *Krivica, samopredbacivanje i stid* (U toku žalovanja djeca mogu osjećati i krivicu. Mnogi klinički slučajevi i studije slučaja ukazale su na prisustvo osjećanja krivice kod djece. U tim izvještajima navedeno je da su roditelji tražili pomoć zbog dječijih poteškoća nakon gubitka bliske osobe. Dječije reakcije krivice mogu biti povezane s percepcijom da je ono nekim svojim ponašanjem ili mišlju uzrokovalo smrt bliske osobe. Ako dijete izgubi brata ili sestru, prijašnja ljubomora može biti povod za osjećanje krivice. Tome su sklonija djeca predškolske i mlade školske dobi zbog egocentričnog i magičnog načina razmišljanja. Samopredbacivanje djeteta ovisi i o tome kakav je bio posljednji susret s mrtvom osobom. Ako je dijete bilo prisutno u trenutku smrti, osjećaj krivice može biti jači.)

7. *Tjelesne smetnje* (Kod neke djece u procesu žalovanja mogu se javiti i tjelesne smetnje, poput glavobolje, bolova u želucu i sl. Odrasli tim smetnjama pridaju mnogo pažnje i na taj način ih dodatno potkprepljuju. Ako je dijete izgubilo brata ili sestru zbog bolesti, može početi nesvjesno ispoljavati slične simptome bolesti, što rodi-

telje može dodatno uznemiriti. Ponekad i sama djeca povezuju svoje tjelesne reakcije sa smrću bliske osobe.)

8. *Poteškoće u školskom učenju* (U procesu žalovanja djeca mogu imati i problema s koncentracijom. Misli i sjećanja na ono što se dogodilo ometaju im misaoni tok, dok osjećanje tuge može uzrokovati usporeno mišljenje, umor i nedostatak energije, pa zbog toga uče i pamte sporije nego što je za njih uobičajeno. Poteškoće u učenju najučestalije su nakon smrti roditelja.)

4. PRUŽANJE PODRŠKE DJECI NAKON GUBITKA BLISKE OSOBE

Proces žalovanja kod djece bit će mnogo lakši i manje bolan ako im odrasli pomognu u emocionalnom i misaonom prerađivanju nastalog gubitka. Roditelji, prije svega, da bi pomogli djeci, i sami treba da prerađaju gubitak. Proces žalovanja i kod njih može biti težak i bolan, tako da djeca u porodici pogođenoj smrću ne mogu dobiti njihovu potrebnu pomoć. Kada se gubitak dogodi u porodici, poželjno je da *vijest o gubitku* djetetu saopći roditelj ili neka druga njemu emocionalno bliska osoba, i to shodno njegovoj dobi. Često odrasli izbjegavaju reći djetetu istinu jer misle da to dijete neće moći podnijeti, pa nerijetko od djece skrivaju pojedine dijelove događaja. Ako se djetetu pruže informacije na izravan i otvoren način, na taj način se sprečava da ono o nekim aspektima događaja sazna od osoba iz svog socijalnog okruženja, i usljed toga, djeca mogu izgubiti povjerenje u svoje roditelje. Informacije treba da budu otvorene i izravne, i saopćene bez odgađanja. Odgađanje pružanja važnih informacija može smanjiti povjerenje djeteta u odrasle, te povećati vjerovatnost da neplanirano od drugih sazna šta se dogodilo. Za dijete je najprihvatljivije da tu informaciju dobije od roditelja. Ako je djetetu draga osoba teško bolesna i ako je prognoza loša, ne treba kod njega razvijati lažnu nadu i očekivanja. Ako je ta osoba roditelj, važno je održati kontinuitet u djetetovom svakodnevnom životu, te ga ohrabriti da će uvijek postojati neko ko će se o njemu brinuti. Kada roditelj umire, važno je djetetu saopćiti da će ljekari spriječiti njegove bolove, zatim mu omogućiti da s majkom ili ocem provede posljednje razdoblje njihovog života. Djetetu je potrebno vijest saopćiti u prihvatljivom i prikladnom okruženju zbog mogućih reakcija. Vijest treba biti izravno oblikovana, naprimjer: *Želim te pripremiti za lošu vi-*

jest. Dogodila se nesreća u kojoj je unesrećen i tvoj otac. Na njegovom poslu došlo je do eksplozije i on je ozbiljno ranjen. Kako smo saznali, istog trenutka je umro. Takve poruke moraju sadržavati poznate i tačne činjenice. Moguće neposredne dječije reakcije na takvu vijest mogu se kretati od glasnog poricanja i aktivnog protesta do plača ili očaja. Nakon što se djetetu saopći vijest, važno je da se s djetetom ostane sjediti neko vrijeme. Ako dijete negira vijest, to je pokazatelj da je ne može odjednom prihvatiti i da mu je potrebno neko vrijeme. U takvim situacijama može se reći djetetu: *Razumijem da ti je teško shvatiti da se to stvarno dogodilo tvom ocu, ali ti, nažalost, moram reći istinu.* Na taj način djetetu se ukazuje da je njegova reakcija prihvatljiva. Iako je uglavnom djetetova prva reakcija plakanje i očaj, nakon nekoliko minuta dijete može prestati plakati i početi postavljati odgovarajuća pitanja. Dijete ne treba ni prerano zaustaviti da plače, već ga je poželjnije zagrliti i dozvoliti mu da reaguje. Prilikom prenošenja vijesti o gubitku, osobito kod mlađe djece treba izbjegavati upotrebu eufemizama poput „spavanja“ i „putovanja“, jer djeluju zbunjujuće na djecu. Stoga je djetetu potrebno pružiti konkretne informacije. Djeca u takvim situacijama pokušavaju shvatiti što se dogodilo, pa mogu postaviti i razna pitanja: *Jesi li sigurna da više nećemo vidjeti tatu?, Je li mu u grobu hladno? ili Je li tata na nebu i gleda li dolje na nas?* Roditelji treba da budu spremni na takva pitanja djeteta, a ako im je teško odgovoriti, ili ako na njegovo pitanje nemaju odgovor, poželjno je da kažu: *Teško mi je sada razgovarati o tome. Pusti me da razmislim pa ću ti odgovoriti kasnije.* Obično kada djeca pitaju i razgovaraju o smrti, to traje vrlo kratko zbog doživljavanja intenzivnih osjećanja. Ponekad djeca ne žele razgovarati o smrti, jer im je bolno, i u takvim situacijama ne treba ih prisiljavati da govore, već treba sačekati drugu prikladnu situaciju.

Neki roditelji nakon gubitka smatraju da djeci ne mogu pružiti dovoljno pažnje, pa odmah nakon smrtnog slučaja šalju ga rodbini. Međutim, to nije prihvatljivo, a posebno kod mlađe djece koja su osjetljiva na odvajanje. Poželjnije je dijete zadržati s ožalošćenim roditeljem nego ga poslati rodbini. Kod djeteta koje je poslano od kuće može se razviti jaki strah da će mu i preostali roditelj nestati. U takvim je situacijama poželjnije da neki blizak rođak ili prijatelj dođe pomoći u djetetovoj kući. Potrebu djeteta da nakon gubitka voljene osobe bude u blizini roditelja treba razumjeti. Neka djeca nakon doživljenog gubitka mogu postati vrlo zahtjevna, naprimjer, željeti da spavaju s roditeljima. Dje-

tetu se može dopustiti da neko vrijeme spava u krevetu s roditeljima, ali poželjno je da se brzo ponovno uspostavi uobičajena životna svakodnevnica. Djeca mogu osjećati i strah od moguće vlastite smrti ili smrti roditelja. Djecu je potrebno ohrabriti i reći im da se njima i njihovim roditeljima neće dogoditi ništa strašno. Odrasli treba da razgovaraju s djecom i o mogućem osjećanju krivice ili predbacivanja, tj. prenijeti mu kako ništa što je učinilo ili pomislilo nije uzrokovalo smrt bliske osobe.

U procesu suočavanja ne samo za odrasle već i za djecu važno je da sudjeluju u *ritualima povezanim sa smrću*. Različiti ceremonijali i rituali pomažu djetetu da shvati što se dogodilo i da se suoči s gubitkom. Ako dijete iskazuje spremnost da vidi umrlu osobu, za to ga je potrebno pripremiti, tj. opisati mu kako će izgledati prostorija u kojoj je sanduk ili tabut smješten kao i izgled umrle osobe. Na taj način djetetu se omogućuje da se emocionalno pripremi, situacija će mu biti manje stresna, a i spriječit će se pojava ometajućih slika. Također, dijete treba pripremiti i za reakcije odraslih tokom rituala, jer ih mogu uplašiti jake i otvorene emocionalne reakcije odraslih. Prije sahrane djeca treba da znaju što će se dogoditi. Tokom sahrane dijete treba biti u pratnji odrasle osobe u koju ima povjerenje. Ako je dijete izgubilo roditelja, brata ili sestru, **baku** ili djeda, ta osoba ne bi trebalo da bude drugi roditelj, već neko drugi blizak djetetu. To pomaže roditeljima da u potpunosti sudjeluju u ritualima, a da se ne moraju brinuti za dijete. Odrasla osoba koja je pratnja djetetu, treba biti i osoba koja mu može objasniti šta se događa, koja mu može pružiti podršku, utješiti ga, i ako je potrebno, izvesti van. Nakon rituala važno je djeci osigurati vrijeme za razgovor o događaju ili prerađivanju utisaka kroz igru. Psiholog Atle Dyregrov tokom psihološkog praćenja i pružanja podrške djeci koja su doživjela gubitak, ukazao je da je poželjno da djeca vide tijelo umrle osobe, i to posebno ako je uslijedila iznenadna smrt. U takvim situacijama dječije fantazije mogu biti znatno veće nego nakon očekivane smrti. U svom istraživanju McCrown (1984) ukazao je da ako djeca sudjeluju u spomenutim ritualima bez pripreme i odgovarajuće podrške, mogu imati psiholoških posljedica u kasnijem odrastanju. Rezultati istraživanja Wellera i saradnika (1988) ukazali su da prisustvovanje djece sahrani roditelja nije negativno utjecalo na njihov kasniji razvoj.

Često dijete kroz igru, crtež ili na neki drugi način, signalizira roditeljima da razmišlja o onome što se dogodilo. Neka djeca mogu biti

veoma okupirana onim što se dogodilo, pa žele gledati fotografije i videosnimke umrle osobe, pregledati druge uspomene ili ići na grob. Gledajući fotografije i druge predmete, dijete ponovo proživljava stvari koje je radilo s umrlom osobom. Ako dijete ima potrebu da prerađuje gubitak kroz igru, odrasli to treba da podrže. Neka djeca mogu obavljati ritual sahrane u pijesku ili zemlji, pa pokopavati životinje ili insekte. Zatim, mogu crtati grobove, pogrebni automobil i druge događaje i stvari u vezi sa smrću. Takve aktivnosti pomažu djetetu da razumije ono što se dogodilo. Na taj način djeca izražavaju svoja osjećanja i misli i to mnogo lakše nego izravno. Ako se igra stalno ponavlja, odrasla osoba treba razgovarati s djetetom, a ako je potrebno, potražiti i stručnu pomoć psihologa. Poželjno je, također, omogućiti djetetu da ode na grob. Ako se dijete vodi na grob, potrebno ga je i pripremiti na tugu i suze koje će vidjeti kod odraslih.

Roditelji, također, svoja osjećanja o gubitku treba da otvoreno izražavaju pred djetetom. Nerijetko odlaze u drugu sobu kako ih dijete ne bi vidjelo da plače, ili suzdržavaju svoja osjećanja dok dijete ne ode spavati. Ponekad se suzdržavaju i od razgovora o umrloj osobi jer misle da će to negativno utjecati na dijete. Međutim, skrivanje emocija negativno djeluje na dijete, jer ono na taj način uči da osjećanja treba čuvati u sebi, a ne ispoljavati. Osim toga, dijete može misliti da su oni koji se o njemu brinu zaboravili umrlu osobu, te da ne smije izraziti svoja osjećanja i govoriti o njima, što naposljetku otežava proces žalovanja.

5. ZAKLJUČAK

Odrasli smatraju da djeca ne doživljavaju gubitak bliske osobe previše emocionalno, te da njihov proces žalovanja traje znatno kraće u odnosu na odrasle. O tome zaključuju na temelju činjenice da djeca od, naprimjer, četiri ili pet godina, postavljaju jedno ili dva pitanja koja se odnose na smrt bliske osobe, a potom prekidaju razgovor i odlaze se igrati. Međutim, djeca kao i odrasli pate kada izgube blisku osobu. Zbog nerazvijenog mišljenja i govora ona na drugačiji način doživljavaju gubitak bliske osobe. Današnji stručnjaci tvrde da djeca, kao i odrasli, prolaze kroz proces žalovanja, te da su karakteristike njihovog žalovanja povezane sa stepenom kognitivnog, emocionalnog i socijalnog razvoja (Worden, 2002), kao i okolinskih faktora. U nekim istraživanjima utvrđena je povezanost između depresivnosti u odrasloj dobi i karakteristika procesa žalovanja u djetinjstvu (Payne i saradnici, 2000), što ukazuje na važnost blagovremenog pružanja pomoći i podrške djeci u procesu žalovanja. Djetetu je potrebna psihološka podrška roditelja, učiteljice, odgajateljice u vrtiću, prijatelja ili drugih njemu značajnih osoba u okruženju. Uz njihovu podršku ono će se lakše suočiti s gubitkom bliske osobe te neće imati posljedica u kasnijem razvoju.

Literatura

Adam, K. S., Lohrenz, J. G., Harper, D. & Streiner, D. (1982). Early parental loss and suicidal ideation in university students. *Canadian Journal of Psychiatry*, 27, 275–281.

Arambašić, L. (2008). *Gubitak, tugovanje, podrška*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Dyregrov, A. (2001). *Tugovanje u djece – Priručnik za odrasle*. Zagreb: Educa, Nakladno društvo d.o.o.

Handford, H. A., Mattison, R., Humphrey, F. J. & McLaughlin, R. E. (1986). Depressive syndrome in children entering a residential school subsequent to parent death, divorce, or separation. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 25, 409–414.

Harrinson, L. & Harrington, R. (2001). Adolescents bereavement experiences: Prevalence, association with depressive symptoms and use of services. *Journal of Adolescence*, 24, 159–169.

Jewett, C. L. (1982). *Helping Children Cope with Separation and Loss*. Boston: The Harvard Common Press.

McCown, D. E. (1984). Funeral attendance, cremation and young siblings. *Death Education*, 8, 349–363.

Payne, S., Horn, S. & Relf, M. (2000). *Loss and bereavement*. Buckingham, Philadelphia: Open University Press.

Pynoos, R. S. & Nader, K. (1988). Psychological first aid and treatment approach to children exposed to community violence: research implications. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 445–473.

Raphael, B. (1984). *The anatomy of bereavement*. New York: Basic Books.

Weller, E. B., Weller, R. A., Fristad, M. A., Cain, S. E. & Bowes, J. M. (1988). Should children attend their parent's funeral? *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 27, 559–562.

Worden, J. W. (2002). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. New York: Springer Publishing Company.

van Eerdewegh, M. M., Bieri, M. D., Parrilla, R. H. & Clayton, P. G. (1982). The bereaved child. *British Journal of Psychiatry*, 140, 23–29.

van Eerdewegh, M. M., Clayton, P. G. & van Eerdewegh, P. (1985). The bereaved child: Variables influencing early psychopathology. *British Journal of Psychiatry*, 147, 188–194.

Almira Isić

GIVING SUPPORT TO CHILDREN AFTER
THE LOSS OF A CLOSE PERSON

Abstract

The objective of the paper is to indicate the ways of giving psychological support to children after they experience the loss of a close person, such as a parent, a grandparent, a brother, a sister, a friend, their friend's parent, a teacher or some other adult person or a child they know. Children's understanding of death is associated with their age and a level of cognitive development. Children's reactions to the loss are numerous, from anxiety, vivid memories of the past loss, sleeping disorders, sadness and longing for the lost person, anger, guilt and self-reproach for the loss to physical disorders and learning difficulties. For children, as well as for adults, the mourning process might be very difficult and painful. However, if adults help them in an adequate way to accept the loss emotionally and cognitively, it will be less painful and without consequences for their subsequent development.

Keywords: pre-school and school-age children, loss, grief, support

د. ألميرا ايسيتش

تقديم الدعم للأطفال بعد فقدان شخص مقرب

ملخص

الهدف من هذه المقالة هو الاشارة الى طرق تقديم الدعم النفسي ومساعدة الأطفال بعد فقدان شخص مقرب ، على سبيل المثال: أحد الوالدين ، الجد ، الجدة ، الأخ ، الأخت ، الصديق ، آباء الأصدقاء والمعلمة أوغيرهم من الأشخاص المعروفين لدى الطفل . يرتبط فهم الأطفال للموت مع التقدم في السن ومستوى النمو الإدراكي للطفل . ردود الفعل للأطفال على الفقدان عديدة منها : حالة القلق ، الذكريات الحية للفقدان الأخير ، صعوبة النوم ، الحزن والحنين الى الشخص المفقود ، الغضب ، الشعور بالذنب و لوم الذات على الفقدان الحاصل وكذلك الاضطرابات الجسدية وصعوبة التعلم . عملية الحداد عند الأطفال كما في البالغين يمكن أن تكون صعبة ومؤلمة جدا . ومع ذلك اذا ساعد البالغون على نحو كاف من الناحية العاطفية و الفكرية للتغلب على تجربة الفقدان فان هذه العملية تكون أقل ايلاما ودون عوائق للنمو لاحقا .

الكلمات المفتاحية : الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة وفي سن المدرسة ، الفقدان ، الحزن ، الدعم .