

Особенности поведения детей, которые переживают утрату

.....

Горевать – это естественный процесс проживания утраты. Человек справляется с горем по этапам. После смерти родителя или близкого родственника дети проходят через те же стадии, что и взрослые. Люди в среднем проходят все этапы за год. Но дети могут справиться с потерей быстрее из-за гибкости психики. Период острого горя у них короче, чем у взрослых, если их активно поддерживают педагоги и родители.

Критические периоды переживания горя

48 часов – шок, отказ поверить в происходящее. 1 неделя – ощущение упадка сил, эмоционального и физического истощения. 2–5 недели – тоска, но могут появляться ощущения, что все не плохо, жизнь продолжается. 6–12 недель – потеря становится реальной, могут возникать сложности в самоконтроле. 12 месяцев – первая годовщина смерти может быть либо травмирующей, либо переломной, зависит от того, как работали с горем. 18–24 месяца – «эмоциональное прощание» с умершим.

Особенности поведения детей после утраты

Ребенок плачет об умершем. Надеется на его возвращение, иногда начинает искать его. Описывает отчетливое, яркое ощущение присутствия умершего. Злится из-за утраты, винит кого-то или себя. Боится потерять второго родителя. Ребенок испытывает тревогу, его поведение может выглядеть странным.

Патологические реакции на горе

Они могут проявляться или сохраняться длительное время. Невротические реакции (энурез, заикание, сонливость или бессонница, откусывание ногтей), неуправляемое поведение, острая чувствительность к разлуке, ребенок не проявляет чувства, отсроченное переживание горя, депрессия. При неблагоприятном течении периоды острого переживания горя могут быть более продолжительными.

Поведение детей 6–8 лет

Дети могут не признавать реальность смерти. Дети могут проявлять гнев, вести себя в классе необычным для себя образом. Тревожные сигналы: неуправляемое поведение и физиологические изменения – расстройства кишечника, мочеиспускания, боли в животе, головные боли, кожные высыпания, нарушения сна, невротические реакции (сосание пальца, откусывание ногтей, вырывание волос).

Поведение детей 9–12 лет

Дети испытывают чувство беспомощности, когда ведущая функция этого возраста – быть независимым. Ученики могут скрывать свои эмоции, но болезненно реагировать на замечания учителей. Успехи в обучении снижаются, дети могут драться или бунтовать против авторитетов. Тревожные сигналы: неуправляемое поведение, снижение успеваемости, когнитивных функций, самоповреждающие действия. Могут сопутствовать физиологические изменения – головные боли, нарушения сна, неврологические реакции.

Поведение подростков

Подростки часто ищут помощи вне дома. Некоторые молодые люди чувствуют себя в изоляции, ощущают, как друзья избегают их и не знают, как поддержать. Подростки могут вести себя несвойственным им образом. Тревожные сигналы: анорексия, бессонница, галлюцинации, признаки депрессии, побеги из дома, употребление ПАВ, сексуальная распущенность, суицидальное поведение, полное отсутствие каких-либо проявлений чувств, снижение успеваемости, когнитивных функций, самоповреждающие действия.

Если вы наблюдаете тревожные сигналы в поведении детей, установите контакт с помощью простых вопросов: «Как дела?», «Какой у тебя сейчас будет урок?», «Ты замерз?», «Ты голоден?». Так вы сможете быстро оценить актуальное состояние ребенка, насколько он сейчас ориентируется в пространстве и времени, и оказать своевременную помощь