



# ЯК ДОПОМОГТИ ДИТИНІ ПЕРЕЖИТИ ГОРЕ

ПРОВЕДІТЬ  
КОНСУЛЬТАЦІЮ  
ДЛЯ БАТЬКІВ

**Ірина ТЕРЕЩЕНКО,**  
методист з дошкільної освіти,  
ММЦ управління освіти та науки,  
м. Славутич, Київська обл.



Світ, у якому живуть і діти, й дорослі, надзвичайно строкатий і непростий. Люди, тварини, рослини хворіють і одужують, народжуються й помирають... Загадка смерті рано чи пізно починає турбувати будь-яку дитину, незалежно від того, запитує вона про це чи ні. Украй важливо не уникати цієї теми, а правильно дібрати слова і надати маляті емоційну підтримку. У пригоді стануть подані поради.

## ЩО ГОВОРИТИ ДИТИНІ?

У віці 5-6 років малюк ставить безліч різних, часом несподіваних, запитань: “Де я був, коли ще не народився?”, “А я помру?”, “А мама помре?” тощо. Часто дорослі вважають, що дитина занадто мала, аби усвідомити, що життя скінченне, а смерть невідворотна. Така позиція помилкова.

Якщо батьки намагаються відгородити дитину від знань про смерть, вона починає вбачати приховану загрозу навіть у безпечних ситуаціях, відчувається незахищеною або навпаки — поводить надто легковажно й необачно.

*Розповідайте синам і донькам про те, що життя розвивається за певними законами, зокрема на прикладі рослин.*

Будь-яка рослина, пробившись крізь ґрунт, росте, цвіте, дає плоди й відходить. З насіння, яке вона дала, розвиваються нові рослини. Людина як частина природи також живе за її законами.

Смерть близької людини чи домашнього улюбленця тяжко вражає всіх членів родини. Щоб уберегти малюка від переживань, іноді рідні вирішують не повідомляти йому про трагічну подію. Але дитина бачить порожню кімнату, де мешкав той, кого вже немає, відчуває емоції близьких і розуміє: *щось сталося*.

Інший хибний варіант, до якого вдаються дорослі, — пояснення на кшталт “Дідусь спить міцним сном, і ми не можемо його розбудити”, “Песик пішов від нас і десь заблукав”.

*Найправильніше в трагічній ситуації – сказати дитині правду.*

Не варто відвозити дітей на час похорону до родичів або знайомих, бо так вони не матимуть змоги пережити ті почуття, які переживають усі. У них може сформуватися викривлене сприйняття й ставлення до смерті, “незавершеність переживання горя”. У пришвидшеному ритмі сучасного життя нам якось усе ніколи зупинитися, навіть погорювати, а це слід обов’язково зробити.

*Дайте маляті змогу погорювати, пережити втрату. Та головне – будьте поруч!*

## ЯКІ ЕМОЦІЇ МОЖУТЬ ВИНИКАТИ ТА ЯК ЇХ ПЕРЕЖИВАТИ?

Ставлення дітей до смерті зазвичай проявляється хвилеподібно. Відкрите вираження горя буває в них зовсім несподіваним: здавалося б, щойно малюк бавився, був веселий, і ось уже плаче. Один за одним змінюються психічні стани: горе, стрес, емоції провини, страху, тривожності, роздратування, ненависті, відчаю тощо. Важкі емоції та психічні стани ще виникатимуть у дітей протягом тривалого часу. Що це може бути?

**Горе** — негативно забарвлений емоційний процес, пов’язаний з відчуттям об’єктивної чи суб’єктивної втрати, який проявляється у сильному смутку, тузі тощо.

# ЧАС ОФОРМИТИ ПЕРЕДПЛАТУ НА 2019 РІК!

Обирайте зручний для вас спосіб

## НА ПОШТІ

або

## ONLINE

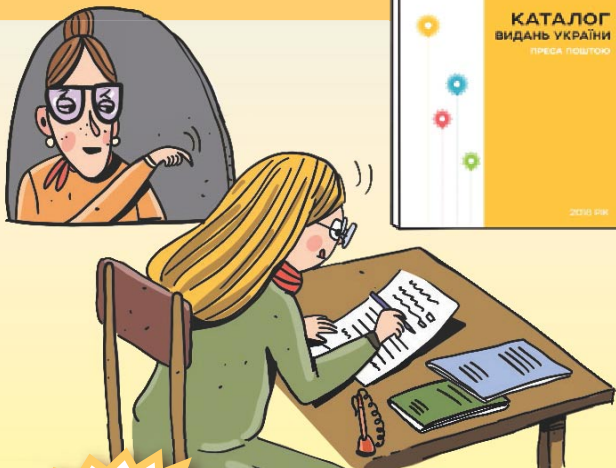
### ІНДЕКСИ

“Дошкільне виховання” **74140**

“Палітра педагога” **40296**

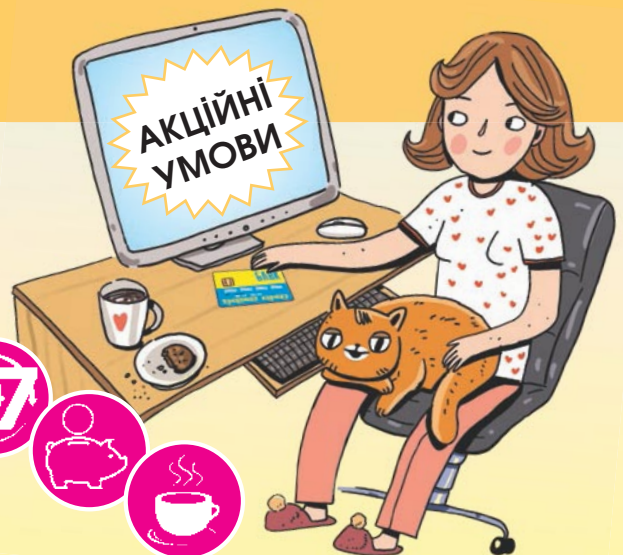
“Джміль” **40295**

Комплект **95989**



НА САЙТІ **JMIL.COM.UA**

Сформуєте  
персональний комплект



**БОНУС**

**Е-МАТЕРІАЛИ ДО КОЖНОГО ВИПУСКУ!**

Шукайте на сторінках  і завантажуйте з сайту

