



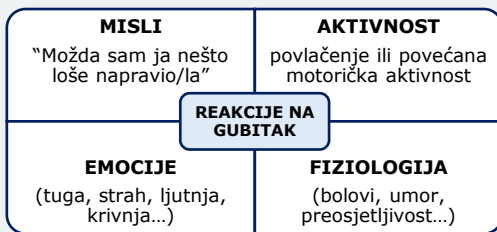
Gubitak i tugovanje kod djece

Gubitak

Vrste gubitaka kod djece

SMRT BAKE ILI DJEDA	SMRT RODITELJA	RASTAVA RODITELJA	SELIDBA	SMRT KUĆNOG LJUBIMCA	SMRT BRATA ILI SESTRE	BOLEST ILI OZLJEDA	GUBITAK PRIJATELJA
---------------------	----------------	-------------------	---------	----------------------	-----------------------	--------------------	--------------------

do 3 g.	Nemaju dovoljno razvijene kognitivne kapacitete za razumijevanje gubitka
3-7 g.	Ne razumiju gubitak u potpunosti, ali su ga intuitivno svjesni



Normalne reakcije

Djeca se mogu:

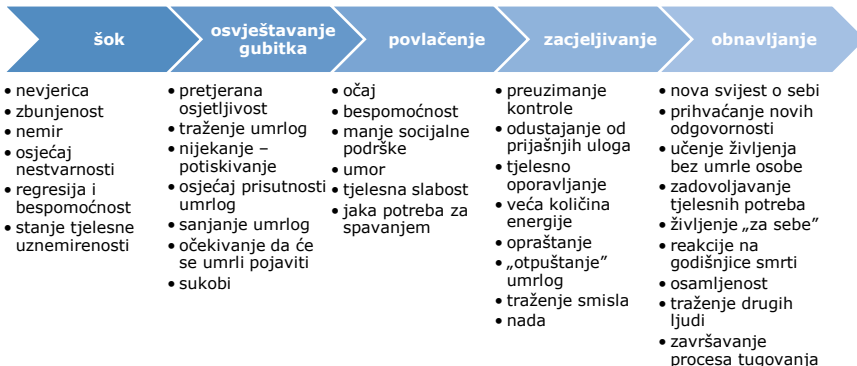
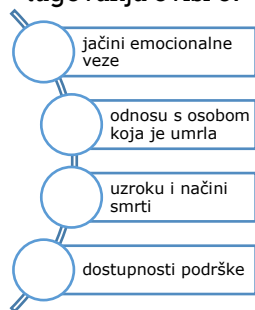
ponašati kao da se ništa nije dogodilo
teže odvajati od bliskih osoba
okrivljavati (sebe ili druge)
ljutiti na umrlu osobu
osjećati kao da je umrli prisutan
ponašati na način da stalno postavlja pitanja
početi ponašati kao dijete manje dobi

Proces tugovanja

Što je tugovanje?

⇒ Normalna **reakcija na gubitak** nekoga (ili nečega) tko nam je bio blizak, važan, koga smo voljeli
⇒ Cilj je da osoba koja tuguje ostane u kontaktu sa sjećanjima ili uspomena na umrlu osobu sve dok joj je potrebno da se navikne na život bez nje
⇒ **Prorada gubitka** – period u kojem je najsnajnije izraženo suočavanje s patnjom i boli koju osjećamo zbog gubitka

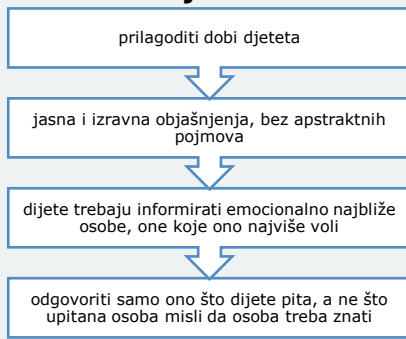
Intenzitet tugovanja ovisi o:



Što djetetu treba?

sigurnost nakon gubitka bliske osobe	jasne informacije o smrti	doživljaj da je gubitak stvaran
stvoriti unutrašnju prilagodbu na činjenicu „neće ga više biti“	strpljenje odraslih za izražavanje osjećaja	osjećati se uključnim i sjećati se umrle osobe
nastavak uobičajenih aktivnosti primjerenih njegovoj dobi	ljude – bliske osobe – koji će odgovarati na pitanja	saznanje da nije krivo za nečiju smrt
saznanje da su odrasli sve učinili te da ni oni ni umrli nisu mogli spriječiti smrt	vremena da prihvati da je život sada drugačiji	

Kako reći djetetu tužnu vijest?



NE!

Reći vijest nakon što se bitelj oporavi od gubitka
Reći vijest, ali izdvojiti dijete iz obitelji „dok sve ne prođe“

Kakvu podršku pružiti?

- Pažljivo slušajte što vam dijete želi reći
- Budite otvoreni prema dječjim pitanjima
- Vaš odgovor ne mora biti savršen
- Postoje pitanja na koja ni odrasli ne znaju odgovor
- Budite iskreni i na dobi primjeren način ispričajte što se dogodilo
- S djetetom treba imati mnogo strpljenja
- Dajte djetetu vremena za kognitivno i emocionalno ovladavanje gubitkom
- Pomozite djetetu gubitak učiniti stvarnim
- Stalno pružajte podršku djetetu
- Osigurajte nastavak djetetovih aktivnosti

Priprema djeteta za povratak u vrtić

