

Czy powiedzieć moim dzieciom, że kochana przez nie osoba umiera?

Kiedy rodzic, babcia, dziadek, brat lub siostra ciężko choruje na raka, koronawirusa lub inną chorobę, może dojść do momentu, gdy okaże się, że może nie przeżyć. Bardzo trudno będzie Ci przyjąć do wiadomości ten scenariusz, a dodatkowo staniesz w obliczu podjęcia decyzji o tym kiedy i jak powiedzieć swojemu dziecku, że kochana przez nie osoba umiera.

Dlaczego należy powiedzieć dziecku lub młodej osobie, że kochana przez nich osoba umrze?

Przekazanie dziecku lub młodej osobie informacji o tym, że kochana przez nich osoba umrze będzie jedną z najtrudniejszych rozmów, jakie kiedykolwiek przyjdzie Ci odbyć. Biorąc pod uwagę nasze doświadczenia nabyte poprzez kontakty z wieloma dziećmi przechodzącymi żałobę uważamy jednak, że lepiej, aby dziecko poznało prawdę i usłyszało ją od swojego rodzica lub głównego opiekuna.

Dzieci i młode osoby mają umiejętność radzenia sobie z prawdą, którą dorośli często bagatelizują. Całkiem możliwe, że dzieci i osoby młode już wcześniej są świadome tego, że coś zmieniło się na gorsze - być może usłyszały fragmenty rozmów lub zauważyły zmianę w stanie emocjonalnym i zachowaniu członków rodziny. Niepełne lub nieprawdziwe informacje mogą bardziej zmartwić dziecko niż prawda.

Jak powiedzieć dziecku, że ktoś umiera?

To, jak wyjaśnisz zaistniałą sytuację swojemu dziecku będzie zależało od jego wieku i poziomu rozumienia. Kiedy wyjaśniasz dziecku, że jego rodzic/babcia/dziadek/rodzeństwo wkrótce umrze, mów do niego w taki sam sposób jak zawsze, gdy z nim rozmawiasz.

Główne kwestie, które należy przekazać to:

- Lekarze próbowali wszystkich możliwych sposobów, aby wyleczyć chorobę, ale niestety była zbyt zaawansowana.
- To nie jest niczyja wina - koniecznie trzeba powiedzieć, że to nie jest wina dziecka.
- Tej osobie nie zostało już dużo czasu - może umrzeć w ciągu kilku następnych godzin lub dni.

Pomyśl o tym, że Twoja pierwsza rozmowa z dziećmi to pierwszy kawałek układanki. Podczas każdej kolejnej rozmowy możesz dodawać nowe kawałki informacji, rozbudowując układankę. Ważne jest zachowanie ciągłości przekazywania informacji oraz sprawdzanie tego, co dziecko zrozumiało z otrzymanych informacji. W miarę możliwości odpowiadaj szczerze na pytania - jeśli nie znasz odpowiedzi, powiedz, że się dowiesz i wtedy odpowiesz na to pytanie.

Te dni z pewnością będą rozpaczliwie smutne dla wszystkich osób znajdujących się w tej sytuacji, ale dzięki miłości i wsparciu, dzieci będą mogły kiedyś wrócić pamięcią do tych chwil i będą pamiętały, że jednocześnie był to czas pełen miłości i bliskości.

Jak pomóc dziecku pożegnać się z kochaną przez nie osobą?

Poinformowanie dziecka o tym, że kochana przez nie osoba prawdopodobnie umrze pozwoli mu pomyśleć o tej osobie i być może znaleźć sposób na to, aby się z nią pożegnać.

W przypadku osób chorujących na koronawirusa, ze względu na konieczność izolacji, np. na specjalnym oddziale szpitala, istnieje niewielkie prawdopodobieństwo tego, że dziecko będzie mogło osobiście spotkać się z tą osobą. Zamiast tego, dziecko może zrobić lub podpisać kartkę, wysłać zdjęcie lub nagraną wiadomość, a jeśli jest to możliwe - być może porozmawiać z tą osobą za pomocą rozmowy wideo.

To wszystko pomoże dziecku w przyszłości, ponieważ będzie mogło wspominać, że zrobiło coś szczególnego dla kochanej przez nie osoby przed jej śmiercią.

Dokąd zwrócić się po wsparcie?

Na naszej stronie internetowej znajduje się wiele materiałów, które mogą pomóc rodzicom i opiekunom wspierać dzieci przechodzące żałobę.

Linia wsparcia [*helpline*] organizacji Winston's Wish jest nadal czynna. Dzwoniąc pod nr. tel. 08088 020 021 można zasięgnąć informacji, otrzymać poradę i wsparcie. Aby chronić naszych pracowników, nasza linia wsparcia jest obecnie obsługiwana zdalnie. Prosimy o zostawienie wiadomości na automatycznej sekretarce, a jeden z naszych doświadczonych pracowników do Państwa oddzwoni.

Można również wysłać do nas e-maila na adres: ask@winstonswish.org lub skontaktować się z nami za pośrednictwem czatu na żywo, klikając na „Online Chat” na stronie internetowej www.winstonswish.org/online-chat/

Komunikator Winston's Wish Crisis Messenger jest obsługiwany 24 godz. na dobę w celu udzielania pilnego wsparcia w sytuacjach kryzysowych. Wyślij sms-a o treści WW na numer 85258.