

## МБУ Злынковский центр ППМС помощи

### Памятка по работе с ребенком, пережившим горе

Взрослые часто оказываются беспомощными, когда встают перед необходимостью помочь ребенку пережить горе. Однако они могут играть решающую роль в помощи этим детям.

Наблюдайте за изменениями в поведении ребенка, потерявшего какого-то из близких. В первые недели обычно наблюдаются тенденции к уходу, агрессивность, гнев, нервозность, замкнутость, невнимательность. Относитесь к этому с терпением, не показывайте своего удивления.

Если ребенок хочет поговорить - выслушайте его. Это не всегда легко сделать и все же попытайтесь. Объясните ребенку, что вы хотите поговорить с ним, выберите для этого удобное время. При разговоре слушайте не только ушами, но и глазами, и сердцем. Обнимите ребенка, возьмите его за руку. Прикосновение для него имеет огромное значение, позволяет почувствовать, что вы заботитесь о нем и в любое время готовы помочь. Поддержите его желание говорить о горе и делайте это сами.

Постарайтесь привлечь лучших друзей ребенка. Если вам удастся их собрать, объясните что, когда и как происходит утрата, беседы об этом помогут сохранить добрую память.

Будьте готовы к вопросам и всегда будьте честны в ответах. Детей часто интересуют вопросы об утрате. Взрослый не должен бояться сказать: «Я не знаю». Очень важно знать культурный уровень семьи ребенка, ее религиозные установки. Ваши собственные чувства никогда не должны вступать в противоречие с чувствами родителя или смущать ребенка.

Покажите ребенку, что плакать нестыдно. Если ваши глаза наполнились слезами, не скрывайте этого.

Не говорите, что вы надеетесь на исчезновение у ребенка страхов и не пытайтесь сменить тему разговора. Когда ребенок говорит, что считает себя виноватым, он действительно так думает. Дети честны, они говорят то, что думают. Их чувства сильны и реальны и о них надо знать, им надо верить, о них надо говорить. Не стоит говорить фраз типа: «Скоро тебе будет лучше», лучше сказать: «Я знаю, что ты чувствуешь».

Старайтесь быть в контакте с родителем или лицами, его заменяющими. Ребенок быстро почувствует связь между вами и его семьей и это создаст у него ощущение безопасности. Обсуждайте с родителем (другим взрослым) изменения в поведении ребенка, его привыч-

