



Л. И. Эльконинова

Как разговаривать с ребенком о смерти?

При разговоре с ребенком о смерти очень важно внутреннее, душевное состояние родителя, беседующего с ним об этом событии. Если в ближайшем окружении ребенка кто-то умер, и сами взрослые испытывают острое горе, им трудно говорить об этом с ребенком. Однако если они не помогут ему уяснить, что происходит, что значит «умереть», он теряется и пугается, поскольку чувствует переживания и эмоции родителей. Родителям легче говорить об этой теме, если смерть лично их не коснулась, а ребенок просто спрашивает о ней (он соприкоснулся с ней в сюжете книги, мультфильма или увидел мертвое животное). Хотя эта ситуация ставит взрослых в тупик, каждый ребенок раньше или позже сталкивается с таким печальным событием, как смерть. Более того, детская психология нам говорит, что дошкольникам по возрасту «положено» разобраться со значением смерти. Каковы адекватные тому или иному возрасту правильные слова? С ребенком обязательно нужно разговаривать честно, сказать ему правду – но каким способом?



Эльконинова Людмила Иосифовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии МГППУ, ведущий научный сотрудник Института психолого-педагогических проблем детства РАО.

Разговаривая с детьми о смерти, взрослым, прежде всего, нужно отделить свой опыт, связанный со смертью, от детского опыта и образа мысли (учитывать психологические особенности маленьких детей).

Взрослые знают, что смерть связана с горем, безвозвратной потерей умершего, и хотя ребенка оградить от известного им, но непосильного (особенно, как им представляется, для совсем маленьких) страдания, они даже готовы обмануть его. В данном случае сказать правду – значит сообщить, что потеря человека (животного) окончательна, он больше никогда не вернется; слово «умереть» обозначает, что его тело разрушается (человек не двигается, не питается, ему не больно, потому что он ничего не чувствует). При этом родителям следует иметь в виду, что у детей еще нет эмоционального опыта взрослых, ведь ответственный родитель не втягивает детей в тяжелые обстоятельства взрослой жизни. Когда дети спрашивают о смерти, они скорее *хотят получить информацию, выяснить, что значит конец жизни*. Совсем маленькие дети еще плохо осознают свое Я, их память еще слаба, они живут сегодняшним днем и легко все забывают. У дошкольников память развита лучше, но даже

они долго не понимают, что умерший человек (или животное) ушел навсегда. Своеобразие мышления дошкольников состоит в том, что они плохо ориентируются во временной последовательности и не имеют представления о необратимости событий. У них «сказочное» сознание – лишь персонажи сказки погибают, но могут снова ожить. Вместе с тем, согласно детской психологии именно в дошкольном возрасте дети должны для себя уяснить, откуда берется новая жизнь (ребенок), и постигнуть необратимость смерти. Они постепенно все лучше отличают сказку от действительности, улавливают взаимосвязь нескольких одновременно протекающих процессов, и к концу дошкольного детства ребенок может вдруг сказать, что не хочет становиться взрослым. Он интуитивно понял, что, когда повзрослеет, его родители умрут.

Если скончался дедушка или бабушка, оградить ребенка от трудных переживаний невозможно, но родители и близкие родственники могут и должны помочь ребенку справиться с этим событием. Дети нуждаются в *объяснении* случившегося, и им необходимо *спокойно рассказать*, что произошло, разделить с ним его чувства, но при этом важно, чтобы ребенок



не находился в тягостной атмосфере горя взрослых. В силу своего детского опыта он еще не может прочувствовать его истинную глубину, ему надо умом постигнуть, что значит умереть, и прочувствовать смысл смерти. Взрослым следует настроить ребенка на то, что смерть является естественной частью жизни, мир так устроен. Необходимо честно отвечать на детские вопросы (не бояться произнесения слова «умер»), но не надо рассказывать страшные подробности («Бабушке сделали операцию на сердце, но потом она заболела воспалением легких, потеряла силы; лекарства ей не помогли, и она умерла»). В любом случае нужно оберегать детей от зрелища травмированных тел животных или людей (осторожно с постоянно включенным телевизором!).

Чаще всего ребенок впервые встречается со смертью, когда видит мертвую птицу или зверька на природе (даче). Ему надо сказать, что она умерла, или, может быть, зверька загубило другое животное для того, чтобы раздобыть пищу, что так устроена жизнь в природе. Иногда дети после такого объяснения отказываются есть рыбу или птицу, и это решение нужно уважать. Зверька можно

похоронить, на холмик положить цветы или веточки; похороны – это ритуал прощания, который помогает людям выстроить границу между жизнью и смертью, дает силы продолжать дальше жить.

Если же умирает домашнее животное, к которому ребенок был очень привязан, он может довольно долгое время тосковать по нему. Не обесценивайте это событие (не следует говорить «это всего лишь животное», ведь ребенок его мог считать своим верным другом). Не торопитесь с требованием не поддаваться грусти – ему, как и взрослым, нужно время, чтобы справиться с утратой. Родители могут даже больше сблизиться с ребенком, когда они сочувствуют его переживаниям. Не препятствуйте детям играть в похороны, это им помогает справиться с ситуацией потери. Ребенку можно прочитать книгу «Самые добрые в мире». В ней, в частности, описана игра в ритуал похорон, который помогает смириться со смертью.

Когда кто-то умирает, ребенок тревожится за жизнь близких, и за свою тоже. Он может спросить, когда умрет папа или мама, умрет ли он. Ребенка нужно успокоить, акцентировать,





как много событий должно произойти раньше, чем ваша жизнь закончится. Скажите, что вы совсем не собираетесь умирать, что будете жить очень долго. Так, вы можете сказать: «Никто не живет вечно, и каждый человек когда-то умрет, но почти все люди живут до глубокой старости. Ты сначала должен вырасти, научиться... (долго перечисляйте способности, которые он приобретет, например, плавать, кататься на велосипеде), пойдешь в школу, найдешь там много друзей, далее будешь ходить на работу, потом женишься, у тебя родятся дети, и они тоже должны научиться...» Не обманывайте ребенка, что никогда не умрете. Не стоит также ребенку говорить, что «бабушка заснула навсегда» или «отправилась в далекий путь, в мир иной». Многие метафоры даже младшие школьники понимают буквально, и после таких слов ребенок может отказаться засыпать или путешествовать. Если вы сказали, что дедушка умер, поскольку был болен, ребенок может подумать: если я заболю, непременно умру. Необходимо акцентировать *очень серьезную* болезнь дедушки и то, что ему не помогли лекарства, которые обычно помогают. Ваши слова: «Дедушка умер после того, как его скорая увезла в больницу» – ребенок может понять так, что попасть в больницу – это верная смерть, что, конечно, не верно – в больницах людей как раз лечат. Есть вещи, которые ребенок еще не может понять, а также то, что он *не должен* знать, поскольку он ребенок. Чтобы ему не говорить больше, чем нужно, выясните, знаете ли вы точно, о чем он спрашивает. Попросите его рассказать вам немного подробнее, что он имеет в виду, *что* его интересует, *почему* он это хочет знать. Выслушайте ребенка внимательно, и всегда ему ответьте,



иначе у него могут возникнуть страхи. Дайте ребенку возможность проявить эмоции и захлестнувшие его чувства, сопереживайте ему, а не говорите, что только маленькие плачут, а он уже большой. Правильно прожить потерю близкого существа невозможно без слез.

Если ваш ребенок сосредоточен на этой теме, много говорит о смерти, и вы видите, что она его слишком тревожит, проконсультируйтесь у квалифицированного психолога.

Если вы хотите дать ребенку лишь *информацию* о смерти, можно ему прочитать книгу П. Стальфелт «Книга о смерти». Замечательное художественное, и поэтому более полное объяснение смерти приведено в книге У. Старка и С. Вирсен «Звезда по имени Аякс», а также в книге К.Ф. Окесон и Э. Эриксон «Как дедушка стал привидением». В них на понятном ребенку символическом языке представлена душевная работа, которую необходимо совершить для правильного проживания смерти близкого существа, прийти к *светлой* печали. По ходу чтения книжки ребенок, сопереживая герою книги, сам такую работу проделывает. В итоге он понимает безвозвратность смерти и вместе с тем возможность иного присутствия умерших в жизни – в нашей памяти, воспоминаниях о совместно прожитом.

Важно не только то, что родители *говорят* ребенку, но и то, *как они себя при этом ведут, насколько они сумеют владеть своими эмоциями*. Дети «учатся» у родителей, как следует относиться к смерти. Продолжительность печали у каждого ребенка своя. Хотя поначалу воспоминание об ушедших, просмотр фотографий вызывает грусть, со временем печаль пройдет, и приятные воспоминания перевесят мысли об утрате. ■