

## ΓΝΩΣΤΑ ΚΑΙ ΑΓΝΩΣΤΑ

Γράφει ο Αντώνης Αμπατζής → ampandonis@gmail.com



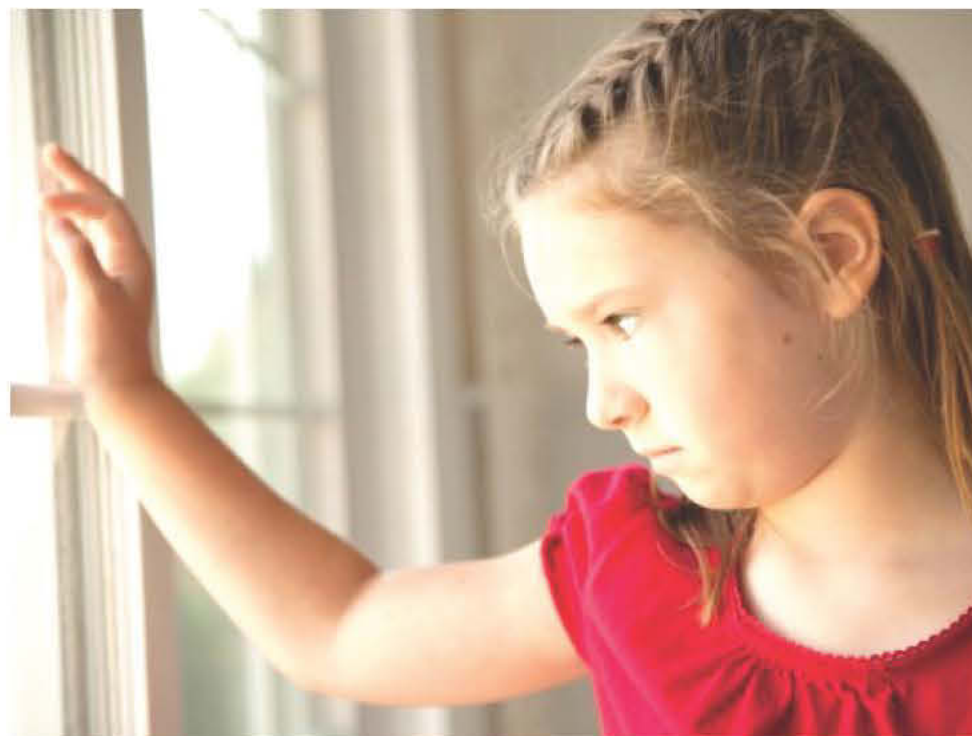
## ΘΑΝΑΤΟΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙ Ένα δύσκολο θέμα

**Α**υτή την φορά μου ήταν αρκετά δύσκολο για το άρθρο το οποίο θα έγραφα. Το να κάνεις μια έρευνα για ένα άρθρο το οποίο αφορά ένα ιστορικό, πολιτικό ή οικονομικό γεγονός είναι κάτι για το οποίο πολλοί αναγνώστες μπορούν να διαφωνήσουν ή να συμφωνήσουν ανάλογα με τις πεποιθήσεις τους και την ιδεολογία την οποία πιστεύουν. Υπάρχουν όμως θέματα ταμπού που όλοι μας όταν είναι να τα αντιμετωπίσουμε στην κυριολεξία δεν ξέρουμε πώς να τα διαχειριστούμε.

Ένα από αυτά έχει να κάνει με την ιδέα του θανάτου. Την ιδέα του θανάτου όχι όπως την αντιλαμβάνονται οι μεγάλοι αλλά πώς την βιώνουν – μαθαίνουν τα μικρά παιδιά. Ο θάνατος είναι ένα από το δυσκολότερα θέματα που πρέπει να αντιμετωπίσουμε με τα παιδιά μας, ιδίως όταν πρέπει να παλέψουμε και με τη δική μας θλίψη. Όμως ο θάνατος είναι ένα αναπόφευκτο μέρος της ζωής και τα παιδιά θέλουν να το καταλάβουν και να βρουν τρόπους να θρηνήσουν, γεγονός πολύ φυσιολογικό. Τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας, έχουν επίγνωση του θανάτου από πολύ νωρίς. Ακούνε για αυτό στα παραμύθια, το βλέπουν στην τηλεόραση, έχουν δει νεκρά έντομα, πουλιά και νεκρά ζωάκια στην άκρη του δρόμου ή στο πεζοδρόμιο. Μερικά παιδιά μπορεί να έχουν ήδη βιώσει το θάνατο ενός κατοικίδιου ζώου στο σπίτι ή ενός μέλους της οικογένειας. Δεν μπορούν να κατανοήσουν ότι ο θάνατος είναι μόνιμος, αναπόφευκτος και συμβαίνει σε όλους. Ούτε μπορούν να κατανοήσουν ότι, το να είσαι νεκρός σημαίνει ότι το σώμα δεν λειτουργεί πλέον. Μπορούν να πιστεύουν ότι ο νεκρός εξακολουθεί να τρώει, να κοιμάται και να κάνει διάφορα πράγματα, όμως ψηλά στον ουρανό ή κάτω από το έδαφος. Τα παιδάκια προσχολικής ηλικίας δεν μπορούν να καταλάβουν τι προκαλεί τον θάνατο, και το σκέφτονται σαν κάτι προσωρινό και αναστρέψιμο. Ακόμη και αν ένας γονέας ή αδελφάκι πεθάνει δεν σκέφτονται ότι μπορεί να συμβεί και σε αυτά. Αλλά η κάθε παιδική ηλικία έχει τις ιδιαιτερότητες της. Ας δούμε ηλικιακά πιά είναι η αντιμετώπιση.

**Ηλικία από 3 έως 5 χρονών**

Το παιδί σε αυτήν την ηλικία δεν μπορεί να κατανοήσει ολοκληρωτικά πώς ο θάνατος δεν είναι προ-



σωρινός. Το παιδί πιστεύει πως ο θάνατος μπορεί δια μαγείας να αντιστραφεί. Επίσης, μπορεί να σκεφτεί πως ο θάνατος ενός αγαπητού του ατόμου είναι μια τιμωρία για το ίδιο. Μπορεί να έχει επιάλτες και να ρωτά συνέχεια για το θάνατο. Τα παιδιά αυτής της ηλικίας ερμηνεύουν τις λέξεις με την κυριολεξία τους. Για παράδειγμα: «Η θεία πέθανε γιατί είχε πονοκέφαλο. Ο πατέρας μου έχει πονοκέφαλο σήμερα. Μπορεί δηλαδή να πεθάνει κι αυτός». Τι μπορούμε να κάνουμε. Μπορούμε να αποφύγουμε λέξεις όπως κοιμήθηκε, ξεκουράζεται, πήγε ένα μακρύ ταξίδι. Επίσης μπορούμε από την μεριά μας να μιλήσουμε με το παιδί για το τι σημαίνει να έχει πεθάνει κάποιος αλλά με όρους συγκεκριμένους όπως, δεν αναπνέει, δε μεγαλώνει, δεν τρώει. Απαντάμε ειλικρινά και απλά. Για παράδειγμα: Αν το άτομο ήταν σε μεγάλη ηλικία ή άρρωστο είναι προτιμότερο να εξηγήσουμε πως το σώμα του δε δούλευε πλέον και οι γιατροί δεν μπορούσαν το διορθώσουν. Αν το άτομο πέθανε ξαφνικά, π.χ. σε δυστύχημα, μπορείτε να του εξηγήσετε τι έγινε ότι λόγω αυτού του γεγονότος, το σώμα του ατόμου αυτού σταμάτησε να δουλεύει.

Η ελληνική νοοτροπία που επικρατεί ανάμεσα στην οικογένεια είναι η μη πληροφόρηση των παιδιών για το τι έχει συμβεί. Και υπάρχουν πάρα πολλά παραδείγματα που τα μικρά παιδιά τα μαθαίνουν από άσχετους με αποτέλεσμα δυσάρεστες συνέπειες για την ψυχολογία τους. Είναι πολύ σημαντικό να απαντάμε τις ερωτήσεις τους, γιατί αυτά που

φαντάζονται τα μικρά παιδιά μπορεί να είναι πολύ χειρότερα από την πραγματική κατάσταση. Προσπαθήστε να εκφράσει τα συναισθήματά του με το να ζωγραφίσει, να διαβάσει και να πει ιστορίες σε σχέση με το θάνατο ή σε σχέση με το κοντινό πρόσωπο που πέθανε.

**Ηλικία από 6-9 χρονών**

Σε αυτήν την ηλικία τα παιδιά αρχίζουν να κατανοούν τη μονιμότητα του θανάτου, έστω κι αν δεν καταλαβαίνουν πώς θα συμβεί σε κάθε ζωντανό πλάσμα μια μέρα. Ένα 8χρονο παιδί μπορεί να πιστεύει, για παράδειγμα, πως αν συμπεριφέρεται καλά ή αν κάνει μια ευχή η γιαγιά δεν θα πεθάνει. Επίσης, σε αυτήν την ηλικία μπορεί να αρχίσουν να αναπτύσσονται και φόβοι σε σχέση με το θάνατο όπως επίσης και φόβοι για το ό,τι θα εγκαταλειφθεί από μέλη της οικογένειάς του. Το παιδί μπορεί να είναι συγχυσμένο και αγχωμένο, μπορεί όμως να μην δείχνει και κανένα στοιχείο ανησυχίας, να κρύβει δηλαδή τα έντονα συναισθήματά του. Τι μπορούμε να κάνουμε; Να κάσουμε και να ακούσουμε το παιδί και διορθώστε οποιεσδήποτε παρερμηνευμένες ιδέες. Του λέμε ότι δεν φταίει το ίδιο για το θάνατο του ατόμου. Αν το παιδί δε θελήσει να μιλήσει για το θέμα του θανάτου, μπορεί να νιώθει πιο άνετα να εκφραστεί γράφοντας ή ζωγραφίζοντας τις σκέψεις του.

**Ηλικία από 10-12 χρονών**

Στα προεφηβικά χρόνια τα παιδιά έχουν σίγουρα καλύτερη κατανόηση της μονιμότητας του θανάτου.

Αρκετά παιδιά αυτής της ηλικίας μπορεί να δείχνουν πως δεν τους επηρεάζει το θέμα του θανάτου. Θα αναπτύξουν θυμό, σαν αποτέλεσμα της θλίψης και των ενοχών που νιώθουν. Η αντιμετώπιση είναι πάντα να μιλάμε για τα συναισθήματά του. Βρείτε μαζί άλλους τρόπους, πιο εποικοδομητικούς να εκφράσει το θυμό του, προσφέρετέ του εναλλακτικές λύσεις μιάς και τέτοια συναισθήματα είναι φυσιολογικά και αποδεκτά.

**Εφηβεία**

Οι έφηβοι κατανοούν πως ο θάνατος είναι μόνιμος και πως όλοι κάποια μέρα θα πεθάνουν, ανεξαρτήτως συμπεριφοράς, ευχών, βαθμών, κ.τ.λ. Μπορεί να αρνούνται τα πραγματικά τους συναισθήματα και να εκφράσουν έντονο θυμό, ο οποίος θα δημιουργήσει επιπλέον πόνο. Θα ψάχνουν για το νόημα του θανάτου ενός δικού τους ατόμου και θα αρχίσουν να φιλοσοφούν το νόημα της ζωής.

Όμως υπάρχουν και περιπτώσεις που θα πρέπει να ζητήσουμε τη βοήθεια ειδικού. Τα παιδιά μπορεί να μη δείξουν τη θλίψη τους όπως κάποιος ενήλικας. Ένα μικρό παιδί μπορεί να μην κλάψει, ένας έφηβος μπορεί να δείχνει εκνευρισμένος και να νιώθει πιο άνετα να μιλήσει με συνομήλικους του. Τα σημάδια που δείχνουν πως το παιδί μπορεί να χρειάζεται περαιτέρω βοήθεια, είναι αν έχει σοβαρά προβλήματα ύπνου, εμφανίζει αποδιοργανωτική συμπεριφορά στο σχολείο, συμπεριφέρεται διαφορετικά από πριν, όπως μοναχικό, εξαιρετικά ανήσυχο και λυπημένο ενώ πριν ήταν ομιλητικό και ζωηρό.

Πρέπει να επιτρέπουμε στα παιδιά να πηγαίνουν στις κηδείες; Αυτή η απόφαση εξαρτάται από σας και το παιδί. Πρώτα εξηγήστε του τι γίνεται σε μια κηδεία και μετά αφήστε το να επιλέξει μόνο του αν θα ήθελε να πάει. Τα παιδιά δεν πρέπει να προστατεύονται από την πραγματικότητα του θανάτου. Αποκλείοντάς τα, ενισχύουμε το συναίσθημα της μοναξιάς και τους δίνουμε την εντύπωση πως η ιδέα του θανάτου είναι κάτι το φρικτό, το οποίο δε θα μπορέσουν να αντιμετωπίσουν. Κάτι για το οποίο κανείς δεν επιθυμεί...