**ЯК ПОВІДОМИТИ ДИТИНІ**

**ПРО СМЕРТЬ БЛИЗЬКОЇ ЛЮДИНИ**

**Дуже часто дорослі не знають чи казати дитині правду, якщо хтось із її близьких помер. Як правильно вчинити?**

Варто казати дитині правду. Варіанти «бабуся поїхала в інше місто» або «тато у відрядженні» можуть зашкодити дитині. Дитина може відчувати, що від неї щось приховують, що навколо неї усі засмученні, може бачити як хтось плаче. Дитяча фантазія дуже багата, і створені нею страхи реальні для дитини. Дитина може подумати, що їй, або комусь з її рідних та близьких може щось загрожувати. Краще правда, ніж ті жахіття, які створюються фантазією дитини.

**Хто має повідомити дитині про те, що сталося?**

Це може зробити близька для дитини людина, яка проживала раніше з нею, і буде проживати надалі.

**Що і як сказати дитині, яка втратила близьку людину?**

Головне, щоб дорослий тримав себе в руках і говорив спокійно. Потрібно якийсь час побути поруч з дитиною, щоб вона могла усвідомити цю гірку новину.

Також важливо обрати безпечне для дитини місце, щоб якщо виникне така потреба, дитина могла побути наодинці.

Якщо це маленька дитина, її можна обійняти, посадити на руки. Якщо це підліток, можна обійняти за плечі, взяти за руку. Але головне, щоб цей контакт для дитини не був неприємним.

Якщо у вашій сім’ї не прийнято обійматися, краще цього не робити. Також важливо встановити контакт «очі в очі».

Треба сказати дуже просто і коротко. Наприклад: «У нас в сім’ї горе. Тато помер.» Потім витримати паузу, більше нічого не говорити. Якщо у дитини виникають запитання, вона сама вам їх задасть.

Якщо після того, як ви повідомили новину, дитина кудись тікає, не треба її переслідувати. Через деякий час перевірте чим вона займається, і чи потрібна дитині ваша присутність.

Можливо дитина буде гратися або малювати – приєднайтеся до неї. Але не треба вигадувати та нав’язувати їй якісь види діяльності. Грайтеся за її правилами.

Дитина може плакати, спробуйте її заспокоїти, обійняти. Якщо дитина відштовхує вас, скажіть їй «я буду поряд» і знаходьтеся поряд з дитиною. Не потрібно нічого говорити.

**Що відповідати дитині на запитання про смерть?**

Маленькі діти можуть запитувати «а як це помер», «а який він тепер».

Відповідайте згідно власних уявлень про життя та смерть, але в жодному разі не кажіть, що це «як заснув і не прокинувся». Дитина після цього може боятися засинати, або боятися, що ви або хтось інший з членів сім’ї не прокинеться.

Дитина може запитати, чи помрете ви. Відповідайте їй правду, але додайте, що це буде не скоро, що вона уже виросте буде досить дорослою.

*Програма «Безпечний простір»,*

*психологиння В. Кожушко*