

POVZETEK predavanja: "To, da ne rečeš nič, poveš veliko." Predstavitev programa Žalovanje otrok in mladostnikov, Slovensko društvo hospic

Otroku, ki izgubi bližnjo osebo, naj bo to sorojenec ali starš, se svet ustavi. Nikoli več ne bo tako, kot je bilo. Na izkušnjo izgube se odziva na različne načine. Otrok, ki žaluje, se lahko začne umikati vase. Lahko svojo stisko odigrava preko agresivnega vedenja, s čimer pokaže na jezo, ki se je v njem nakopičila ob izgubi. Pogosto se tudi zgodi, da nezavedno želi poskrbeti za starša, ki je ostal, saj ga je groza pred tem, da bi odšel tudi ta; tako postane pretirano priden, ustrezljiv, nezahteven. Na videz idealen otrok je v resnici znak za alarm. Ta otrok je sebe postavil na stranski tir, da bi si zagotovil preživetje, torej vsaj enega od staršev, brez katerega, kot čuti, ne bi preživel.

Pomembno je, da se otroku skušamo približati tam, kjer je; "tam" v čustvenem smislu, torej ob upoštevanju, da se s stisko spoprijema na zanj najboljši možen način. Za nekoga bo varen stik v skupnem nabijanju žoge, za drugega otroka v risanju družine, spet drugi bo sprostil svoje žalovanje v skupini, kjer udeleženci napišejo vsak svoje pismo umrlemu dragemu, itd.

Koliko in na kakšen način se otrok posveti spominu na umrlega dragega, je odvisno od njegove starosti, socialne mreže, njegovih načinov spoprijemanja s stisko. Tako se lahko zgodi, da otrok vzgojitelju v enem hipu omeni svojo pokojno mamo, spregovorita o njej dva, tri stavke, pokaže žalost ..., že naslednji trenutek pa se gre naprej igrat s prijatelji. Ko se z žalujočim otrokom srečamo v razredu, je vloga učitelja ali vzgojitelja ključnega pomena za to, da se bo otrok v šolskem okolju počutil varnega in sprejetega. Pri stiku z njim nam je lahko v vodilo to, da upoštevamo, kaj in koliko zmore slišati. Zato v pogovoru z njim spremljamo njegove zlasti neverbalne odzive: očesni stik, premolk, nemir ... Pomembno je, da ubesedimo, kar opazimo. Tako bo otrok čutil, da ga zares čutimo in je ob nas sprejet.

Ob misli na pogovor z žalujočim otrokom lahko tudi odrasli občutimo nelagodje, strah, tesnobo ... Do neke mere je to povsem naravno: nenazadnje govorimo z otrokom, ki se mu je ob izgubi porušil svet. Govoriti o izgubi je zahtevno že za odraslega, toliko bolj pa za otroka, ki se od odraslih šele uči spoprijemanja z življenjskimi izzivi. Pomembno je, da o smrti spregovorimo mirno in sočutno. Predhodno je dobro pri sebi preveriti, kje sem sam glede dožemanja smrti, kakšne so moje izkušnje prebolevanja lastnih izgub, kaj mi je bilo takrat v pomoč, kateri so stavki, ki dajejo moč in kateri tisti, ki so odveč ali celo razvrednotijo. Tako bomo na pogovor z otrokom bolj pripravljeni in dostopni zanj. Vsekakor pa je pomembno o smrti dragega z otrokom spregovoriti. Kot pravi naslov "Ko ne rečeš nič, poveš veliko"; v primeru da otrokovo izgubo bližnjega prezremo in o njej ne spregovorimo, bo to razumel kot sporočilo, da za druge njegova stiska ni pomembna, da tako rekoč ne sme izraziti, kar v resnici doživlja in da je v tem povsem sam in nemočen. Tabu izgube zaradi smrti pa se naseli tudi v samem razredu, kjer sošolci čutijo, da je nekaj narobe, a se o tem ne da govoriti. Odkrit in sočuten pogovor je zato v podporo celotni razredni skupnosti, najbolj pa seveda žalujočemu otroku samemu. Na ta način bo lažje predeloval izkušnjo izgube starša ali brata, sestrice, saj bo izkusil sporočilo, da v teh najtežjih trenutkih svojega življenja ni povsem sam; izkusil bo, da je sprejet v vsem, kar doživlja in ob podpori varnega odraslega ohranjal odprtost tako za vse težke občutke kot vse pogostejše ponovno tudi za lepo in dobro v življenju.

Slovensko društvo hospic izvaja več brezplačnih dejavnosti v okviru programa Žalovanje otrok in mladostnikov. Otroku in njegovi družini smo ves čas na voljo za individualen oz. družinski pogovor. Enkrat mesečno oblikujemo Levjesrčna druženja za žalujoče otroke. Dvakrat letno poteka večdnevni tabor za žalujoče otroke na Pohorju. Za šole prirejamo igrico Jesen listka Timija, ob kateri izvedemo tudi pogovorno-ustvarjalno delavnico. Za šolske kolektive vodimo različno dolga izobraževanja in



Hospic

Slovensko društvo

psihosocialne delavnice s področja žalovanja. Za podporo in informacije se lahko obrnete na Območni odbor Dolenjska, Posavje in Bela krajina na Rozmanovi 10 v Novem mestu, na mail dolenjska@hospic.si ali na GSM 051 454 845 (Maja Žagar). Za informacije o Taboru za Levjesrčne se lahko obrnete na vodjo programa Žalovanje otrok in mladostnikov, mag. Radmilo Pavlovič Blatnik na mail zalovanje.otrok@hospic.si. Za več informacij glede izobraževanj se lahko obrnete na vodjo programa Detabuizacija Andrejo Cilenšek na mail detabuizacija@hospic.si.

Maja Žagar,
strokovna delavka na odboru

