



ԿՈՐՈՒՍՏԸ ԵՐԵՒԱԾԻ ԿՅՎՆՁՈՒՄ

ԿՈՐՈՒՍՏԸ ԵՐԵՒԱԾԻ ԿՅՎՆՁՈՒՄ

- Մանկական տարիքում հոգետրավմատիկ իրադարձությունների շարքում առանձնահատուկ տեղ է զբաղեցնում նշանակալից անձի (ծնող, քույր, եղբայր, տատիկ, պապիկ և այլն) կորուստը կամ մահը, և նման դժվար իրավիճակի հաղթահարման գործընթացը բարդ է և տարաբնույթ:
- Մահն ինքնին ուժեղ տրավմատիկ իրողություն է, սակայն մահից ու կորստից հետո կարող են առաջ գալ «երկրորդային կորուստներ» կամ երկրորդային տրավմաներ, որոնք առավել կարեն երեխայի ապրումները և վիշտը:



ԵՐԿՐՈՐԴԱԾԻՆ ԿՈՐՈՒՍՏՆԵՐ

- Ապահովության զգացողության կորուստ-երեխան կորցնում է «հողը», որի վրա հստակ կանգնած էր մինչ այդ,
- Նպատակների և հավատի կորուստ-նա կարող է կտրուկ վերանայել և արժեզրկել մինչ այդ ունեցած իր ողջ նպատակներն ու ձգտումները,

- Ինքնաընկալման փոփոխությունը-մտերիմի, հատկապես՝ ծնողի մահը փոխում է երե խայի ինքնաընկալումը, սեփական անձի մասին պատկերացումները, նախկինում ունեցած դերերը և ընտանեկան սպասելիքները:

Երեխայի արձագանքը կորստին պայմանավորված է մի շարք որոշիչ գործոններով

1. **Դեմոգրաֆիական պայմանները** - Բազմապիսի սթրեսածին գործոնները, ֆինանսական և կենցաղային դժվարությունները և այլ նմանատիպ ինտրային վիճակները կարող են թույլ չտալ շրջապատին ճիշտ, համապատասխան և պատեհաժամ արձագանքել երեխայի կարիքներին:
2. **Մտերիմի մահվան պատճառները** - Երեխայի արձագանքները կարող են տարբերվել կախված նրանից, թե մտերիմն երկարատև հիվանդությունից հետո է մահացել, թե հանկարծամահ է եղել կամ ինքնասպանություն է գործել: Մեծ նշանակություն ունի նաև այն փաստը, թե երեխան ականատես է եղել մահվանը, թե՛ ոչ:
3. **Մահացած մտերիմի հետ հուզական կապի և փոխհարաբերությունների առանձնահատկությունները** - Որքան ավելի հուզականորեն մոտ էին միմյանց երեխան և մահացածը, այնքան ավելի մեծ է երեխայի վշտի խորը ապրման հավանականությունը:
4. **Շրջապատի հուզական արձագանքները և կորստի հաղթահարման ձևերը** - Որքան միջավայրն ավելի անկեղծ է, բաց է հույզերն





ու ապրումներն արտահայտելու հարցում, այնքան մեծ է երեխայի կորստի հաղթահարման հավանականությունը

ՎՇՏԻ ԱՊՐՄԱՆ ՓՈՒԼԵՐ

- **Մերժում:** Առաջնային, շոկային հակազդումն է, երբ անհնար է ընդունել իրականությունը, տեղի ունեցածն անհավատալի է: Կարծես՝ հետաձգելով փաստի գիտակցումը, ապա այն իրականությունն չի դառնա:
- **Բարկություն:** Այն կարող է ուղղված լինել շրջապատին, սեփական անձին, մահացածին, աշխարհին, Աստծուն: Այս փուլում ուժեղ անարդարության զգացում է արթնանում. երեխային թվում է, թե իր հետ սխալ, անարդար, անընդունելի բան է տեղի ունենում:
- **Բանակցություններ:** Հաճախ երեխաներին թվում է, որ եթե կարգապահ լինեն, անեն այն ամենը, ինչ իրենցից սպասվում է, հետ կբերեն մահացածին: Կարող են Աստծո հետ «բանակցությունների», յուրահատուկ «առևտրի» մեջ մտնել, սկսել անհիմն խոստումներ տալ, միայն թե վերադարձնեն մահացածին:
- **Տխրություն:** Հետզհետե գիտակցվում է մտերիմի կորուստը, այն, որ բաժանումը ժամանակավոր չէ: Որքան տարիքով ավելի մեծ է երեխան, այնքան կարող է ավելի հստակ գիտակցել առանց մտերիմ մարդու իր կյանքի և ապագայի անխուսափելիությունը և արձագանքել խորը տխրությամբ, դեպրեսիայով:
- **Ընդունում:** Այս փուլը, կարծես, նոր կյանքի սկիզբ դառնա, մի կյանքի, որտեղ այլևս չկա մտերիմ մարդը: Երեխան սովորում է ապրել առանց մտերիմի՝ կրելով տխրությունը և կարոտը, բայց և աստիճանաբար վերագտնելով կյանքի իմաստները:

Ցանկացած տարիքի երեխայի համար, վշտի որ փուլում էլ նա լինի, կարևոր է մտերիմ մեծահասակի առկայությունը, ով կհասկանա և կկիսի երեխայի հետ նրա ապրումները, կկարողանա նպաստել դրանց լիցքաթափմանը և հստակ ու մատչելի պատասխաններ կտա երեխայի հարցերին:

Թեմաներ, որոնք հարկավոր է քննարկել երեխայի հետ

1. Մահն անդառնալի է:
2. Մահանալուց հետո մարդու բոլոր կենսական ֆունկցիաները վերջնականորեն դադարում են:
3. Ամեն կենդանի էակ, ի վերջո, մահանում է:
4. Մահվան կարող են հանգեցնել տարբեր ֆիզիկական պատճառներ:

ԿԱՐԵՎՈՐ Է

- միշտ հասանելի լինել երեխայի համար
- սովորեցնել տարբերակել և անվանել զգացմունքները
- քննարկել ընտանիքում տեղի ունեցած և ունեցող փոփոխությունները
- հատուկ ժամանակ գտնել երեխայի հետ խոսելու համար



Այս նյութը ստեղծվել է Եվրոպական միության և ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի աջակցությամբ: Բովանդակության համար պատասխանատվություն է կրում մանկական և կրթության հոգեբանների հայկական ասոցիացիան, և պարտադիր չէ, որ այն արտահայտի Եվրոպական միության կամ ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի տեսակետները:





- հուզող հարցերի շուրջ համապատասխան տեղեկություն տալ երեխային
- երեխայի հետ միասին մահացածի վերաբերյալ դրական հիշողություններ ստեղծել
- ուշադիր լինել երեխայի ինքնամեղադրական մտքերի հանդեպ
- հետևել երեխայի ամենօրյա այլ զբաղմունքներին,
- նկատել և խրախուսել փոփոխությունները
- միշտ անկեղծ և տարիքին համապատասխան պատասխաններ տալ երեխայի հարցերին

Կորստի ապրման շրջանում հատկապես բարդ է տարելիցների, տոների, ծննդյան տոների նշելը: Առանձնահատուկ են առաջին տարելիցի, հիշատակի օրվան նվիրված իրադարձությունները, կամ առանց սիրելի մարդու ընտանիքում ընդունված տոների և ավանդույթների առաջին անգամ նշելը: Այդ իսկ պատճառով, կարևոր է այնպես կազմակերպել նմանատիպ օրերը, որպեսզի երեխաները չունենան երկրորդային տրավմաներ:

- Այդ օրերին նպաստավոր է խոսել երեխաների հետ նրանց ցանկությունների մասին. երեխան կարող է ունենալ որոշակի առաջարկություններ, մտքեր, ցանկություններ տվյալ օրվա հետ կապված:
- Ցանկալի է մանրամասն և երեխայի հետ միասին պլանավորել նմանատիպ օրերը, նախապես որոշել անելիքները, բաժանել պարտականությունները:
- Կարևոր է ուշադիր լինել երեխայի հանդեպ, նրա զգացմունքների, հակազդումների, պատրաստ լինել պատասխանելու նորանոր հարցերին: Կորստից հետո տոներ նշելիս (ամանոր, տարեդարձներ) արդյունավետ է հաստատել նոր ավանդույթներ, որոնք կարող են նոր կյանքի սկիզբ խորհրդանշել: