KE STAŽENÍ A KOPÍROVÁNÍ

Pro ZŠ a SŠ zpracovala Mgr. Kateřina Krtičková, uveřejněno v časopise PREVENCE, 2/2020. Text lze stáhnout k volnému užití z www.vycvikkvp.cz. Je uložen v záložce „Ke stažení“ po dobu tří měsíců od data vydání.

Projevy chování truchlících dětí, kterým je třeba věnovat pozornost

- **Výraznější změna prospěchu** (porucha koncentrace, zhoršené mnestické funkce, ale i ztráta smyslu něco se vůbec učit – vliv zážitku smrtelnosti člověka).
- **Viditelná změna nálady dítěte** (depresivní stavy a široká škála klinických projevů, stavy úzkosti, naopak přehnaně demonstrovaná dobrá nálada). Někdy se projevují paradoxně – „neukážu slzy, radši budu nadávat“ – vztek, podrážděnost, demonstrování zloby pro zástupné téma, záchvaty pláče, afektivní ataky.
- **Zvýšená nemocnost dítěte**, snížená imunita, psychosomatické projevy.
- **Časová neadekvátnost události a emočních prožitků a reakcí dítěte** (téma úmrtí rodiče může být kdykoliv aktivováno i po uplynutí jednotlivých fází truchlení, naopak časem může zesílit!, protože se z plně uvědomovaného traumatu stane méně uvědomovaným až potlačeným).
- **Změny v osobnosti dítěte** (u dospívajících cynismus, nedostatek empatie, slabý projev solidarity a účasti s událostmi, které obvykle vyvolávají emoční reakce vrstevníků, izolace, nezájem o dění kolem sebe).
- **Předčasné dozrávání** – v intelektuální podobě – tématy si nerozumí s bezstarostnými vrstevníky, rychlejší přechod do myšlenkového světa dospělých.
- Ve fyzické podobě – **předčasná sexualita** zejména dívek s dospělou osobou a s větším věkovým rozdílem (hledání otce).
- **Experimentování s psychoaktivními látkami**, alkoholem a jinými drogami.
- Extremismus a extravagance jako **projev vzdoru** (inklinace k extremistickým skupinám, hledání extravagance v ideologiích, inklinace k náboženské sektě jako k nové rodině).
- **Rozvoj závislosti na PC** a jiných médiích jako únik od reálného světa.
- **Zvýšený zájem o duchovní svět,** nebo naopak **odklon od víry** (na straně jedné zájem o spiritualitu, esoteriku až okultismus, na druhé straně odklon od víry u nábožensky praktikujících rodin – „Bůh mě zklamal“, „kdyby Bůh existoval, nikdy by nedopustil, abych byla bez maminky“).

Výše uvedené projevy je dobré pohovořit s učitelem, ke kterému má dítě důvěru a může se mu otevřít. V rozhovoru je důležité dítěti sdělit, že víme, co se mu stalo, projevit sdílení, účast a porozumění. Maladaptivní projevy dítěte a dospívajícího je důležité probrat v kontextu se ztrátou rodiče, a to i řadu let po události.

Nepodceňujme úvahy dítěte o smrti

Dětské pokusy o sebevraždu nejsou bohužel ojedinělým jevem, navíc dítě v roli pozůstalého může řešit krizi „jít za tím, kdo na mě čeká a kdo mě má rád“.

Nezatajujme okolnosti smrti

To se týká choulostivých úmrtí, jako je sebevražda a vražda (dítě se leckdy dozví „tvrdá fakta“ z médií nebo od spolužáků(. Krutost pravdy je třeba „obalit“ pro dítě únosným způsobem a odpovídajícím věku. Když jsme bezradní, je lépe říct „Nevím, co se přesně stalo“, je to lepší, než si vymýšlet báchorky), mohou se nepříjemně obrátit proti nám.

Časopis PREVENCE si lze objednat na e-mailové adrese: send@send.cz