

Jak wspierać dziecko w przypadku śmierci zwierzęcia.

1 Powiedz prawdę



Często rodzice, mając dobre intencje, czynią ze śmierci temat tabu. Chcą jak najdłużej chronić dziecko przed trudnymi emocjami, które wiążą się z żałobą.

Zamiast poinformować o śmierci zwierzęcia, wymyślają historię o jego zniknięciu („Azor uciekł”, „Mruczek się wyprowadził”) albo podmieniają martwe stworzenie żywym (praktyka wykorzystywana zwłaszcza w przypadku chomików, rybek, królików).

Jednakże pamiętaj, że dziecko to przede wszystkim człowiek i ma prawo do prawdy, do pożegnania się ze swoim przyjacielem i do żałoby. Warto to uszanować.

3 Pozwól na pożegnanie



Polskie prawo zakazuje pochówku zwierzęcia w miejscach do tego nieprzeznaczonych (choćby w ogródku). Możesz jednak skorzystać z ceremonii pożegnania (symbolicznego pogrzebu) w ośrodku Esthima.

Być może dziecko będzie chciało przez jakiś czas bawić się w pogrzeb swojego pupila. Nie zabraniaj mu tego. W tym przypadku zabawa staje się formą osvajania się z trudnymi emocjami i doświadczeniami.

5 Daj czas

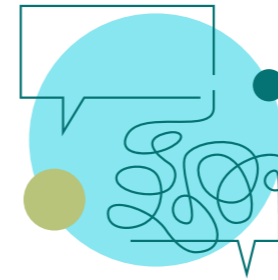


Pozwól dziecku na żałobę. Na smutek, złość, poczucie niesprawiedliwości, gniew, żal i płacz.

Nie zostawiaj dziecka samego z tymi emocjami i ich nie bagatelizuj („To tylko kot!”, „Daj spokój, będziemy mieć nowego chomika!”).

Bądź blisko.

2 Mów prostym językiem



Rozumienie przez dzieci śmierci zależy w głównej mierze od ich etapu rozwojowego. Dlatego im młodsze dziecko, tym bardziej skupiaj się w rozmowie na prostych komunikatach. Przykładowo możesz sięgnąć po biologiczne aspekty umierania:

„Nasz ukochany kot Łatek nie żyje. Jego serce już nie bije. Łatek nie oddycha. Już nic nie czuje. Nic go nie boli.”

Daj także dziecku przestrzeń na zadawanie pytań („A dlaczego umarł?”, „Kiedy ożyje?”, „Czy śmierć boli?”) i odpowiadaj na nie w zgodzie ze sobą:

- jeśli nie znasz odpowiedzi, przyznaj się do tego;
- jeśli rozmowa jest dla Ciebie trudna, poproś o wsparcie inną dorosłą osobę lub sięgnij po książki dla dzieci, które dotyczą śmierci zwierzęcia, by poprzez wspólną lekturę oswajać ten temat.

4 Nie bój się wspomnień



Zaproponuj dziecku wspólne stworzenie pudełka z pamiętkami po nieżyjącym zwierzęciu.

Możecie też przygotować album ze zdjęciami lub urządzić w mieszkaniu kącik wspomnień, w którym postawicie fotografię pupila i jego ulubioną zabawkę.

Jeśli straciliście psa, dobrym pomysłem mogą być spacer jego ulubionymi trasami. Podczas takich wypraw możecie wspominać śmieszne wydarzenia związane z ukochanym czworonogiem.

6 Zadbaj o siebie



Ty również masz prawo do żałoby po śmierci zwierzęcego członka rodziny.

Dlatego zadbaj o siebie: wypłacz się na ramieniu bliskiej osoby, daj sobie prawo do odczuwania trudnych emocji, poproś o pomoc (rodzinę, przyjaciół bądź profesjonalistę).

Możesz także dołączyć do grupy wsparcia dla osób przeżywających żałobę po śmierci zwierzęcia (np. Łąki Wspomnień).



Opracowanie merytoryczne:

Aneta Zychma

Aneta Zychma - żona ukochanego mężczyzny, mama cudownego chłopca, towarzyszka psiego seniora. Pedagożka, konsultantka kryzysowa, autorka bajek i artykułów eksperckich. Wspiera dzieci i ich najbliższych w sytuacji choroby i żałoby. Promuje Rodzicielstwo Bliskości, Porozumienie bez Przemocy i pedagogikę empatyczną. Prowadzi bloga Tulistacja.

www.tulistacja.pl



Przygotowanie:

Esthima

Esthima proponuje usługi godnej i pełnej szacunku kremacji zwierząt towarzyszących. Usługi adresowane są zarówno do lekarzy weterynarii, jak i właścicieli zwierząt. Usługa kremacji dotyczy zwierząt towarzyszących, czyli m.in. psów, kotów, gryzoni, płazów, gadów oraz ptaków. Esthima prowadzi także „Łąki Wspomnień” czyli działającą on-line grupę wsparcia dla opiekunów zwierząt, którzy są w żałobie po stracie ukochanego pupila.

www.esthima.pl

Patronat:

