

Кеї Кузма

**КАК ДА ПОМОГНЕМ НА
ДЕЦАТА ДА СЕ СПРАВЯТ
С ПРОБЛЕМА ЗА СМЪРТТА**

Издателство „Нов живот“
София, 2000

Helping Kids Deal With Death

Kay Kuzma

Copyright © 1987 by

Pacific Press Publishing Association

**Как да помогнем на децата
да се справят с проблема за смъртта**

Кей Кузма

Всички права запазени. Никоя част от тази книга не може да бъде издавана в каквато и да е форма без писменото съгласие на издателите.

© **Превод от английски:** Христомира Йорданова

Редактор: Людмила Младенова

Компютърно оформление: Издателство „Нов живот“

ISBN 954-719-073-3

СЪДЪРЖАНИЕ

Как да се справим с опечалението.....	6
Етапи на опечалението.....	12
Разясняване на смъртта.....	18
Когато децата укоряват Бога	25
Подготвяне на децата да преживеят смъртта на родителя	29
Бележка за опечалени родители.....	30

ПОСВЕЩЕНИЕ

В памет на Б. Дж. Зупан, починала на 4-годишна възраст при автомобилна катастрофа. Б. Дж., заедно с по-голямата си сестра Кристъл и майка си Дона, идваха редовно в офиса ми, като доброволно жертваха от времето си, за да ми помагат да изпращам материали на семействата. Б. Дж. беше най-младата ни помощничка. Никога няма да я забравим.

КАК ДА ПОМОГНЕМ НА ДЕЦАТА ДА СЕ СПРАВЯТ С ПРОБЛЕМА ЗА СМЪРТТА

Никога не ще забравя деня, когато бе убит президентът Джон Ф. Кенеди. Мигът, в който чух новината, е застинал в паметта ми. Беше на обяд. Стоях на вратата на класната си стая в очакване родителите да приберат децата си от детската градина. Една майка чу съобщението по радиото в колата си и ми извика: „Чухте ли? Президентът е мъртъв!“ Направо онемях.

Същото се случи, когато от телефонно обаждане научих, че баща ми е починал. Сега, осем години след това, все още мога да усетя студенината на пода в кухнята и да видя масата и телефона. Сцената се е гравирала в съзнанието ми.

А после и бедствието „Чалинджър“. Седем астронавти мъртви пред очите на милионите, вторачени в тях. Ако новината за смъртта може да окаже толкова дълготраен ефект върху един зрял човек, как ли са се чувствали децата, наблюдавали своя „учител“, един от астронавтите, как се взривява?

Не винаги е възможно да опазим децата „на завет“ от смъртта. Неотдавна две малки момичета летели с родителите си със самолет над неравен планински терен, когато ги връхлетяла неочаквана буря. Самолетът изгубил ориентация за височината. Бащата пикирал, за да възвърне скоростта, но един въздушен поток ги уловил. Следващото нещо, което шестгодишната Шели чула, било звука от метал, удрящ се в земята. Шели издърпала тялото на сестра си, която била почти в безсъзнание, изпод тялото на баща-

та, после се измъкнала надолу към една висока планина и започнала да вика за помощ. Туристите в областта чули виковете ѝ. Когато я открили, казала: „Самолетът ни се разби и мисля, че мама и татко са мъртви.“

Какво трябва да са ѝ казали родителите на Шели относно смъртта, че тя да е била в състояние да отреагира така разумно, като тийнейджер? Седмици по-късно, когато реалността на загубата на родителите била факт, тези момичета все още били в състояние да приемат смъртта на родителите си и да отправят поглед напред към бъдещето. Защо?

Ако ни се иска до голяма степен да предпазим децата си от болката и трагедията на смъртта, няма да е възможно да постигнем такива резултати. Смъртният случай може да възникне в семейството или сред приятели по всяко време. За децата дори загубата на любимото домашно животно може да се окаже страхотен шок. Ето защо е от голямо значение да се разговаря с тях за смъртта с цел те да бъдат подготвени за нея. Трябва да им помогнем и да преживеят времето на опечалението. Предвид това, че много от родителите ще прочетат тази книга за първи път, понеже искат да помогнат на децата си да преживеят някаква настояща ситуация на опечаление, да започнем от това място. По-късно ще обсъдим по какъв начин да подготвим децата за смъртта, преди да е настъпила.

Как да се справим с опечалението

Всяко действие или забележка, които блокират процеса на опечалението, само може да го затруднят. Например никога не казвайте на децата, че не бива да плачат или че трябва да се проявяват като големи момчета или мо-

мичета. Има няколко важни неща, с които трябва да се съобразим и които трябва да не забравяме, когато помагаме на децата да се справят със смъртта по положителен начин.

Първо: Когато детето ви преживява смъртта на близък роднина или приятел, или дори на любимото си домашно животно, със сигурност трябва да му помогнете да не изпитва неразумна вина за това.

Малките деца често се чувстват отговорни за събитията, които се случват около тях. По време на тези ранни години мисленето им е егоцентрично, насочено към тях самите. Те са центърът на своята вселена и чувстват, че със сигурност са причинили по някакъв начин случилото се, което е в пряка връзка с тях самите.

За едно дете този начин на мислене за смъртта крие голяма опасност. Може да се наложи да изминат години, преди детето да осъзнае, че татко не е починал при автомобилната катастрофа, тъй като то е вдигало прекалено много шум на задната седалка, или пък че баба не е починала, тъй като то ѝ се е било разсърдило и му се е приискало къщата ѝ да изгори до основи. Бременето на вината може да е отвратително голямо.

Неразумната вина може да се окаже проблем дори след като детето израсте незрелия си начин на мислене. Преживях това, когато бях в седми клас. Една приятелка от училището ми се обезкуражи, ядеше по няколко шоколадови бонбона, отказваше да си слага инсулин и почина, след като изпадна в диабетична кома. Сякаш никога не успя да се интегрира в групата. Докато бях любезна с нея, никога не изоставих линията на приятелското си държание. След смъртта ѝ съучениците ми и аз не преставахме да

си казваме: „Какво щеше да стане, ако...“, „Защо не направихме...“, „Трябваше да...“.

Мама ми помогна да се справя с тези чувства, като ми обясни, че това момиче доброволно си е било избрало да яде бонбони. Тя е осъзнавала страшните последствия от това, да не приема инсулин. Макар че това би могло да ни е за урок никога да не се отнасяме към хората по начин, за който по-късно ще съжаляваме, тя ми даде да разбера, че не сме отговорни за смъртта на момичето.

На децата и тийнейджерите трябва да им се казва, че съкрушителната вина води само до унищожаване на още един живот този на изпитващия вина. Можем да помогнем на децата да преодолеят това си състояние, като ги изслушваме. Ако детето е наистина отговорно за случилото се, не бива да отричаме чувствата му, като казваме: „Грешката не е била в теб“. Да отречем отговорността ще рече само да направим така, че вината да бъде потисната, като от това често пъти ще последват психологически проблеми. Здравословният процес на възстановяването включва отърсване от товара на вината чрез разговор, молба за прошка и приемане на прощението дори само то да е от Бога, а след това да изберем да се придвижим напред и да позволим на живота да си струва да се живее.

Много малките деца може и да не изразят съвсем открито чувствата си на вина. Дори може да не разберат, че изпитват такива чувства, но ще отминат години, когато ще установят, че все още се опитват да се справят с преживяната загуба. Често пъти те тълкуват смъртта като отхвърляне: „Татко ме напусна и никога няма да си дойде пак“ и несъзнателно започват да си мислят, че вината е в тях.

Понякога други хора спомагат детето да изпитва чувс-

тва на вина. Например Кара била на три годинки, когато майка ѝ починала от рак. По-големите ѝ братчета я дразнели, като ѝ казвали, че тяхното майче починало, понеже Кара оставила велосипедчето си във вътрешния двор и майката се спънала в него. Кара никога не изразила чувството си на вина. Но трябвало да изминат години, преди да осъзнае истината за смъртта на майка си.

Ето защо дори малките деца да не дадат външен израз на преживяванията си, от значение е да поговорим с тях, като им обясним ясно, че вината за смъртта не е тяхна ако наистина това е така.

Родителите са склонни да се справят с опечалението, като все си намират нещо, с което да са ангажирани. Тази заангажираност може да се окаже особено вредна за справянето на самото дете с подобно опечаление. Децата се нуждаят от това, да разговарят за чувствата си и да получават отговори на въпросите си. Ако родителите им са прекалено заети, за да ги изслушат и да им дадат точна информация, децата често страдат мълчаливо. Заделянето на време за разговор с децата през един такъв период на опечаление ще им помогне да осъзнаят, че родителите не ги укоряват че все още ги обичат! През това трудно време децата се нуждаят от уверението, което може да осигури единствено близостта с тях.

Много пъти загубата на любимото домашно животно е първото преживяване на детето със смъртта, а понякога това се случва, понеже то е забравяло да нахрани животното, забравяло го е навън на студа или не му е давало вода. Не използвайте този случай, за да наблегнете на безотговорността му и да му дадете един добър урок. Очевидно то се чувства виновно. Само ще го направите още по-нещастно и окаяно, като му кажете нещо от рода на: „Вината е изця-

ло твоя. Горката ти птичка! Умря заради тебе!“

Много по-добре е да попитате: „Мислиш ли, че може би имаш някаква вина за това?“ Когато детето се съгласи, бихте могли да кажете: „Не е приятно именно такива неща да са ти за урок, нали? Но вероятно можеш да научиш нещо от това преживяване, така че то да не е напразно.“

Второ: Не изключвайте децата от събиранията на семейството или от помените но не ги и насилвайте да участват в тях.

Един от начините да помогнем на децата да добият разбиране за смъртта е да ги включим в опечалението, което възниква непосредствено след даден смъртен случай, а също и да им позволим да отидат в моргата и да присъстват на погребението.

Опитите да отделим детето от преживяването на смъртния случай обикновено пораждат още по-голямо безпокойство, а накрая и негодувание. Децата, засегнати от смъртния случай, също имат нужда да скърбят като опечалени.

Въпреки това, не насилвайте детето да участва, ако то само не проявява някаква охота. Позволете му да бъде със семейството си, когато и ако иска това. Ако иска да погледне в ковчега или дори да пипне тялото, позволете му да го направи като начин на приобщаване към фактите. Ако се чувствате дълбоко засегнати от скръбта и сами отричате реалността на смъртта, поведението ви може да изплаши детето. Вместо това уговорете се с близък роднина или с доверен приятел да го придружава през това време, така че да можете да скърбите необезпокоявани от притеснението как ли може да подейства всичко това на детето.

След като се посъвземете, проведете разговор във връзка с чувствата си и починалия обичан. Децата се объркват и смущават, когато единия ден баба е тук, а после изведнъж вече никой не споменава нищо повече за нея.

Не забравяйте също, че те ще си останат деца в такива моменти. Може да видят нещо смешно в дома на погребвания, да започнат да се смеят или да се изкушават да тичат из стаите. Не би било полезно да ги заставяте да бъдат сериозни, мълчаливи и тихи. Оставете ги да си бъдат деца винаги, когато това е приемливо.

Трето: Позволявайте на детето в игрите да изразява открито страховете и измислиците си.

Първото преживяване на повечето деца със смъртта идва тогава, когато без да искат стъпват върху черупката на любимата си костенурка вкъщи, а после правят безуспешни опити да я прикрепят обратно; или пък когато открият, че златната им рибка плува с обърнато нагоре коремче; или пък когато намерят влетяла в прозореца птичка.

Колкото от по-голямо значение е била връзката на детето с животното, толкова повече то ще скърби, когато го изгуби. Именно заради моменти като тези смъртните ритуали и символи са необходими.

Ако детето пожелае да устрои погребение на мъртвото домашно животно, позволете му да го направи. Защо да не погребете домашния любимец в ъгъла на градината, като си намери подходящ възпоменателен знак? Ако изиграе смъртните ритуали, детето ви ще овладее страховете и въображенията си.

Често пъти след като то е посетило погребение, ще имитира погребения и смъртни случаи по време на игра. Това е здравословно. Децата репетират разрешенията и

изразяват чувствата си чрез игра, като по този начин превръщат страшното неизвестно в приемлива реалност.

Джийн Пиаджет, световно известен теоретик по познавателната способност и развитието, намерил веднъж дъщеря си да лежи по гръб с крака, тясно притиснати до гръбнака. Когато я запитал какво прави, отговорила: „Аз съм умряла патица.“

Тя току-що била наблюдавала как майка ѝ заколила и оскубала патица за печене и посредством играта намерила разрешение на въпроса как ли се чувствала патицата като мъртва!

Етапи на опечалението

По какъв начин се развива действителното схващане на детето за смъртта, както и начинът, по който то ѝ отреагирва, зависи от възрастта и зрелостта на развитието му. Прекалено малките деца срещат понякога трудности при разграничаване на живите от мъртвите предмети. Например, ако нещо се движи, малкото дете често вярва, че то е живо. Едно двегодишно дете може да се изплаши от падащото до него листо, понеже си мисли, че листото е живо. Или пък може да посади безжизнена пръчка, като смята, че ако я полива достатъчно, тя ще израсте.

До около седем или осемгодишна възраст децата срещат затруднения при разбирането, че смъртта има постоянни последици. Често се случва да кажат нещо от рода на: „Знам, че татко е мъртъв, но ще си дойде ли утре?“ Децата най-лесно научават за перманентността на смъртта, като сами я преживеят. Когато утре и другиден отминат, а татко не се връща, разбират, че няма да се върне вече. Децата се различават по нивото на развитието си, така че

ще забележите отчетливи различия в начините, по които отреагирват на смъртта.

Различават се също така в реакциите си спрямо нея съобразно собствения им стил като личности. Имам три деца и всяко едно от тях реагира по различен начин. Детето ми с темперамент на холерик е склонно да отчита фактите и да планира какво би могло да се направи във връзка с нежелана злощастна ситуация. Детето ми меланхолик плаче неутешимо, докато детето ми флегматик се прозява и казва: „Твърде лошо!“ Но не забравяйте, че фактът, че едно дете започва да планира, а пък друго се държи, сякаш много не го е грижа, не означава, че в съзнанието им не протича опечаление, също като това на детето, което изпразва пакетче салфетки, за да си духа носа и да подсушава сълзите си.

Съществуват няколко етапа на опечаление, през които преминават всички хора деца и възрастни при загубата на любим човек. Тези етапи може да се преживеят наведнъж, когато човек осъзнае, че смъртта е неминуема, или в известна последователност. Ето и самите етапи, както и това, което можете да направите, за да помогнете на детето си да се справи с тях.

Първи етап: Отричане. За дете, което не разбира истинското естество на смъртта, отричането е съвсем естествена реакция. „То не е умряло, мамо, само е счупено. Ти ще го наместиш“, казва детето, като поставя мъртвото птиче в скута ви. Като поотрасне и започне да осъзнава студената реалност на смъртта, за него отричането се превръща в начин за справяне с болката.

Бях на 12 години, когато умря жребчето ми. Първата ми реакция спрямо новината бе да отрека това, което чувам. „Човекът, който се е обадил, трябва да се е обърнал казах

си жребчето просто беше болно и си лежеше неподвижно мислех си сигурно е било някое чуждо жребче, а не моето.“ През цялото време по пътя за пашата смятах жребчето си за живо и здраво, като си представях как тича при майка си да се нахрани. Шокирах се от действителността, когато най-накрая видях онази неподвижна, покрита с платнище фигура, пипнах студеното тяло и го погребях в земята.

Отбягвайте да изразявате несъгласието си, когато детето отрича възникването на смъртта. Спорът само го кара да премине в отбранетлна позиция и да продължава още по-твърдо да държи на неразумното си убеждение. Приемете чувствата му и с нежност го накарайте да разбере реалността с думите: „Трудно е да се приеме. Не е честно това да се е случило в действителност. Предпочитай твоето любимо животно (или приятел, или роднина) да е все още сред живите. Понякога помага да си ги представяме живи. Тогава сякаш не ни боли толкова.“

В определен момент, ако приемете чувствата на детето, то само ще признае възникването на смъртта, макар цялостното приемане да не се появи на лицето му, докато не премине през следващите няколко етапа от опечалението.

Втори етап: Гняв. Нерядко сред децата се срещат случаи на проявяване на гняв, поради това, че им се случва нещо толкова ужасно. „Не е честно! Защо трябва да страдам?“ Спомням си колко бях ядосана, когато най-накрая разбрах, че жребчето ми бе умряло. Разгневих се на баща си затова, че не е следял дали жребчето със сигурност е било подходящо хранено, бях ядосана на самата себе си, задето не стоях на пашата при него, ядосана и на Бога, задето Той не направи чудо да го спаси от преждевременна смърт. Проснах се на леглото, зарових глава във възг-

лавницата, изкрещях и заудрях с юмрюци по дюшека. С това не промених нищо, но веднаха щом осъзнах тези си чувства, болката сякаш намаля.

Да предположим, че някой се беше доближил до мен, докато изразявах гнева си, с думите: „Глураво е да постъпваш така. Нищо няма да промениш с гняв. Съвземи се!“ Сигурна съм, че щеше да ми се прииска да удуша тази невинна душа.

Как щеше да помогне, ако някой ми беше казал: „Не изглежда справедливо за едно младо жребче да умре, нали? Лесно е да се разгневеш, когато се случи нещо толкова безсмислено.“ Всъщност това, от което се нуждаех, бе някой, който да ме изслуша и да приеме разгневените ми чувства, без оглед на това, колко безразсъдни може да са те. Това, от което със сигурност не се нуждаех, бе някой да ме критикува и да ме накара да се обвинявам затова, че изпитвам подобни чувства.

Ако гневът не се изразят, лесно би могло да се задържи вътре, като причини силни главоболия, неочаквани безпокойства, кошмари или фобии. Така че ако детето ви чувства гняв относно смъртта на любимо домашно животно, приятел или роднина, изслушайте го. Гневът се разсейва най-добре от безкритично настроен слушател. Не е време за теологически поучения или осъждане. Единственото уместно е търпеливото разбиране.

Трети етап: Депресия. Често пъти депресията идва като резултат от това, че детето насочва враждебността си спрямо загубата на любимата личност срещу себе си. Сред признаците за депресия, за които трябва да се следи, са загуба на апетит, понижен интерес и съсредоточаване в учението, цялостна апатия, изгубване на интереса към игрите, както и радостта от взаимоотношенията с връстни-

ците, безпомощност, обезнадеженост, раздразнителност, самоподценяване, отдръпване, а в някои случаи обземане от мисли за самоубийство.

Няма да е от помощ да изнесете лекция на детето си за това, колко е безсмислена депресията и колко важен оптимизмът. По-добре му позволете да изрази дълбоката си мъка, а после му помогнете да се ангажира с други неща.

Ако депресията се удължи, не се колебайте да потърсите професионална помощ. Една близка приятелка ми каза, че тя и съпругът ѝ включили заявление в завещанието си, според което ако те починат, на децата им да се осигури съветник във връзка с опечалението, дори и отначало да не изглежда, че имат нужда от това. Съветването в такива моменти може да предотврати по-лоши проблеми по-късно. Това е добра превантивна мярка.

Четвърти етап: Приемане. Приемането следва най-накрая, когато се утвърди реалността. Често пъти то настава, след като на детето му е било позволено да напредне от първия към третия етап. Възможно е да разберете, че то е стигнало до етапа на приемането, когато започне да изявява интерес към други неща, да отдава силите си в помощ на другите и когато започне да изгражда нов живот за себе си.

В допълнение към всички тези стадии на опечалението, децата може да отреагират на смъртта чрез показване на незряло или прибързано поведение.

Незряло поведение. Ако детето не е удовлетворено по време на травма, може да претърпи регрес към по-ранно ниво от развитието си с надеждата да намери удовлетворението, на което се е радвало на този етап. Незрелите реакции може да са явни при такова едно на-

задничаво поведение като например смучене на палеца, сприхавост, детинско говорене или симулиране на болест, зад което се крие желанието на детето да го сложат в леглото и да го погледят. Също така то може да прояви липса на зрялост, като се раздражнява и изявява слаба поносимост спрямо разочарования. Понеже родители и бавачки го съжаляват, когато е опечалено, не е трудно да затвърдят в него подобен тип поведение чрез прекалено глезене и угаждане.

Най-добрият начин за справяне с незрялото поведение е да не обръщате внимание на тази временна назадничавост. Проявете търпение. Не се разстройвайте. Не подценявайте детето си с въпроса: „Защо не се държиш както подобава на възрастта ти?“ Не го и дразнете, казвайки му, че е бебе. Колкото повече вниманието му се съсредоточава върху незрялото му поведение, толкова повече това поведение се затвърждава. В такъв момент детето се нуждае най-вече от приемане с любов.

Необмислено поведение. Смъртта на родител или по-голям брат или сестра може да наложат допълнителни отговорности върху детето. Възрастните трябва да внимават да не подхранват в него необмислено поведение, като го оставят да чувства, че трябва да се погрижи за скърбящия родител или за по-големия си брат или сестра. Ако то не бъде оставено да живее като дете, може да последват дълготрайни проблеми.

Необмисленото му поведение може да причини отхвърляне от страна на другите деца, особено ако детето се чувства задължено да приеме ролята на възрастен, като по този начин започва да гледа на връстниците си от позицията на родител или пък като на по-нископоставени от него самото, служейки си с типичните за родителите

маниери и терминология. Децата се дразнят от подобно поведение и често отхвърлят детето, което е узряло прекалено скоро.

Разясняване на смъртта

Никога не знаем кога може да възникне фатална болест или трагична катастрофа. От голямо значение е децата да бъдат подготвени за смъртта още преди тя да настъпи, като им се даде реалистично обяснение, без да се предизвиква какъвто и да било страх.

Разясненията ви трябва да са достоверни от библейска гледна точка, като се основават на прогресиращото разбиране на собственото ви дете. Въпреки това обаче, психолозите са склонни да се съгласят, че най-добре е да не се казва на прекалено малкото дете, съгласно езика на Библията, че смъртта е сън. То може да започне да се страхува да заспи, за да не престане да диша, или пък, по-неже знае, че сънят не е безкраен, може да сметне, че и смъртта е временна. Детето с такива убеждения може да се окаже опасно за останалите деца или за него самото, тъй като не изпитва здравословен страх от смъртта!

Не му давайте дълги философски или теологични отговори. Просто отговорете с точност на зададения въпрос. Децата не се нуждаят от проточващи се проповеди за състоянието на мъртвите. Нито пък трябва да им се казват неща, които да породят страхове в тях, като например: „Да умреш значи да изстинеш и да се вдървиш.“ Хора, които се занимават с неизлечимо болни деца родители, медицински персонал, съветници в педиатричните болници и т.н. трябва да са особено внимателни какви отговори дават на въпросите за смъртта.

Отговорите, които давате на въпроси на децата от такова естество, често зависят от начина, по който сте запитани. За тези от тях, които се вълнуват от темата, има няколко типични въпроса.

Какво е смърт? Един добър отговор на въпроса „Какво е смърт?“ е: „Това е, когато човек престане да диша.“ След този отговор изчакайте детето да попита още нещо. И то ще го направи, ако наистина е любопитно и ако сте му отговорили открито и искрено на въпроса. С израстването на децата и усложняването на по-нататъшните им въпроси трябва да сте готови да давате отговори от библийска гледна точка.

Как се случва това? Децата често пъти питат: „Какво става с умрелия?“ Ако им кажете, че веднага щом умре, той ще отиде на небето, те ще се изплашат. Мама и татко са тяхната сигурност. Те се страхуват да отидат където и да било самички. Кой ще пожелае да живее в някакво голямо имение, било то даже на небето, ако ще трябва да живее сам-самичък, или даже по-зле с непознати?

Ето защо при малкото дете много повече предпочитам простото обяснение, че „смърт е да спреш да дишаш, без да знаеш каквото и да било до идването на Исус. При това събитие цялото семейство ще преживее пробуждане своето възкресение! И тогава Исус ще вземе семейството ти на небето за да живеете заедно с Него завинаги.“

Какво чудесно обещание, към което да се придържаме! То дава истинска сигурност в свят, където загубата на близък човек е нещо често срещано.

Важно е самите родители да имат ясно разбиране за смъртта, така че да могат подходящо да отговарят на въпросите на подрастващите си деца. Може да ви се наложи да си преговорите какво казва Библията по темата, за да

проясните собственото си становище и да се подготвите да отговаряте на типичните въпроси.

Какво означава да умреш? Понякога детето ще запита: „Какво точно става, когато умираш?“ Винаги, когато чуя този въпрос, си спомням за историята с момченцето, което си казвало молитвата за лека нощ: „И сега отивам да си легна, като се моля Господ да пази душата ми; и ако трябва да умра...“ И наред молитвата неочаквано попитало баща си: „Татко, какво означава да умреш?“

Бащата, без да се замисли за последиците, които отговорът му можел да предизвика върху сина му, казал просто: „Тъмно е!“ И после изгасил лампата и оставил момченцето самичко.

Момчето никога не казало нищо, но същата нощ плакало неудържимо в леглото. Страхувало се от тъмното! Никога не забравило отговора на баща си и едва след като пораснало, успяло да преодолее неразумния си страх от смъртта.

При все това до известна степен бащата казал истината. Когато умреш, не можеш да видиш нищо. Тъмно е. Но дали няма по-добър отговор на въпроса какво означава да умреш?

Ако детето ви е достатъчно голямо, за да разбере (в късната предучилищна възраст или след това), може да ви се наложи да го запознаете с библейското схващане, че смъртта наподобява сън, макар тя да не е точно същото. Следните текстове може да са ви от помощ, когато се опитвате да обясните на детето си смъртта.

Започнете с историята за Лазар в Йоан 11, където Исус казва на учениците Си, че Лазар спи (стих 11), а после разяснете какво има предвид, като казва, че „Лазар умря“ (стих 14). Често пъти Исус се опитва да направи по-ясни

трудните, абстрактни схващания, като ги сравнява с нещо сходно с тях. Той сравнява смъртта със съня, понеже при здравия сън няма съзнание или осъзнаване на това, което се случва. А именно това стои и в основата на смъртта. Починалият човек не знае какво става наоколо му. Давид потвърждава тази представа за смъртта като несъзнателно състояние в Псалм 146:4. Той казва: „и духът му излиза, и той се връща в пръстта си; *в този същия ден погиват мислите му.*“ Соломон изразява подобна мисъл, когато казва, че „мъртвите не знаят нищо“ (Еклисиаст 9:5). Разяснете на детето, че смъртта наподобява сън, понеже в нея не знаеш какво става около теб, но тя не е и същински сън. Единствено Исус е способен да „събуди“ мъртвия човек.

Къде отиваш, когато умреш? Вече споменах, че ако се каже на малкото дете, че ще отиде на небето, това може доста да го изплаши, понеже повечето деца се страхуват да останат сами или сред непознати. А как стоят нещата с по-големите, които не се страхуват да останат сами? Какво да им отговорим? Смятам, че най-добрият отговор е: „Когато умреш, не отиваш никъде.“ Поне това ми се струва, че е библейският отговор.

Когато нещо умре, то се разлага, като накрая се превръща в пръст. Това е съвсем естествено схващане, особено ако децата са израснали научени да вярват в библейското описание на Сътворението. В началото „Господ Бог създаде човека от пръстта на земята и вдъхна в ноздрите му диханието на живота; и човекът стана жива душа“ (Битие 2:7). Когато човек умре, естествено е да се върне в земята. „И тогава пръстта ще се върне в земята, откъдето е; а духът ще се върне при Бога, Който го е дал“ (Еклисиаст 12:7).

Простото обяснение е, че тялото се връща в пръстта,

точно както е и излязло от земята, когато Бог създава Адам, а понеже Бог е единственият, Който може да даде жизненото дихание (или духа, както е наречен в Библията), то се връща при Бога на съхранение.

Обяснете на по-големите деца, че в деня на възкресението Бог ще вдъхне жизненото дихание (или духа) обратно в новите тела, които ще сътвори за хората, и оттогава нататък те ще живеят вечно. Тези нови тела ще изглеждат по същия начин или поне в достатъчна степен същите, така че хората да могат да се разпознаят един другия, но телата им ще бъдат съвършени. Никакви белези от рани или недостатъци, никакви осакатени крака, нито превити гърбове!

Идеята за душа, летяща из небето без тяло, не е библейска. Бог сътвори жива душа, когато обедини жизненото Си дихание с тялото, което бе сътворил. Само тяло плюс дихание може да образува жива душа или живо същество. (Виж Битие 2:7) Идеята за съзнателна вечна единица, която продължава да живее след смъртта, може да изплаши децата. Просто си помислете колко са стъписани те в деня на Все светии, когато чуват, че около тях има „призраци и таласъми“. Някои от най-страшните телевизионни програми са тези, които описват света на фантомите, за които зрителят бива заставен да повярва, че са мъртви души, летящи наоколо. А, разбира се, обикновено призраците, таласъмните и фантомите са представяни като зли и неспокойни.

Идеята, че непосредствено след смъртта душата „личност“ отива на небето, може да накара детето да извика във въображението си представата за мъртъв роднина, гледащ надолу към него и постъпките му, като по този начин може да си каже: „О, по-добре аз да си гледам какво ще

кажа и направя!“ Децата не се нуждаят от допълнителен товар на вина, който може да се причини, когато мислят, че поведението им би наранило чувствата на някой умрял роднина на „небето“.

Детето, което вярва, че умрелият му роднина е жив и е добре на небето, а същевременно преживява големи проблеми при преодоляване загубата на този близък, се поддава в особена степен на спиритизъм. Съществува естествена наклонност да искаме да се свържем с починалия любим човек, да се утешим и уверим, че той или тя е на небето, а не на някое друго място!

Утешително е за едно дете да повярва, че смъртта е това състояние, при което човек престава да диша и тялото му се връща обратно в пръстта, а той самият не знае нищо. Мъртвият ще примигне и веднага след това ще види Исус. Исус ще го възкреси със свършено тяло и веднага той ще се присъедини към своето семейство. Какво чудесно утешително схващане! И за да подчертаете колко чедесен ще е този ден, може да се наложи да прочетете на детето си библейското описание на възкресението в 1 Коринтяни 15:51-54 и 2 Солунци 4:13-18.

Какво ли би станало, ако кажем на дете, особено ако то страда от фатална болест, че веднага след смъртта си ще бъде с Исус? Това не би ли било утеха за него? Да, би могло да бъде. А и известна степен е вярно, понеже когато човек умре, следващото нещо, което ще види, е усмихнатото лице на Исус при възкресението. Разяснете на детето и това, че в този момент там ще бъде и семейството му!

Ще бъдат ли домашните ни любимци на небето? Библията не казва нищо за възкресението на любимите ни домашни животни, но наистина казва в Марко 10:27, че „за Бога всичко е възможно“. Ако детето ви чувства, че

не може да му бъде хубаво без Флафи, Ровър или Мафин, то защо да разваляте любовта му към небето с твърдото заявление, че Бог възкресява само хора? Все още си спомням надеждата си от времето, когато бях дете, моето малко жребче да е на небето и да ме очаква там. Защо пък не? Нали Бог може всичко?

Защо умираме? Един друг често задаван от децата въпрос е: „Защо трябва да умираме?“ Библията казва, че умираме, понеже сме съгрешили. „Заплатата на греха е смърт“ (Римляни 6:23). Дори и най-малките деца могат да осъзнаят, че са съгрешили чрез непослушанието си към мама и татко или като са излъгали. Но уверете детето си, че Исус направи възможно за нас да живеем вечно, понеже умря за греховете ни.

Това може да го обърка и смути, ако не му обясните, че Божието слово говори за два вида смърт. Всички ще преживеем първата, освен ако Исус не дойде преди да умрем. Но смъртта за умрелия е само като един миг, понеже от момента, в който умира, той не знае нищо до момента, когато Исус ще го възкреси.

В Библията се споменава и за един друг вид смърт втора (виж Откровение 20) тя смърт е вечна. Хората, които я преживеят, нямат втори шанс за живот. Исус умря, за да ни спаси от тази втора смърт. Ако Го приемем заедно с жертвата, която направи за нас, може да ни се наложи да умрем веднъж, но ни се дава уверението, че ще възкръснем, след което никога повече няма да умираме.

Ако правилно отговорим на въпросите на децата за смъртта, тези въпроси ще осигурят съвършена възможност да разясним с прост език Божия план за спасението от греха. Това би било също така възможност за нас да поговорим за края на света по един положителен начин,

като наблегнем на възкресението и красивия нов живот, приготвен от Бога за хората, които Го обичат. Смъртта не е красива и не бива да караме децата да мислят така, но можем да им покажем, че Бог има начин чрез Исус Христос да направи от едно нещо, съвсем грозно и лошо, нещо чудесно.

Когато децата укоряват Бога

Може би най-трудният въпрос, който детето може да зададе, е: „Аз се молих; защо тогава Бог не направи чудо, за да спаси човека (или любимото домашно животно), така че той (то) да не умре?“

Не е трудно за децата да укоряват Бога, когато са засегнати от трагедията. Начинът, по който им разясним трагедията, или ще разруши вярата им в Божиите обещания, или ще я засили. Със сигурност не искаме те да смятат, че Бог не Го е грижа за хората или че Неговите ангели хранители са в отпуск! Или дори нещо по-лошо, не трябва да казваме каквото и да било, което да хвърли укор върху Бога, като например: „Бог обичаше толкова много Джони, че го взе на небето.“ Можете ли да си представите как ще се почувства детето, когато чуе подобно обяснение? „Надявам се Бог да не обича мама, татко или мен чак толкова много!“ ще бъде естествената му реакция.

Цялостното схващане на детето ви за Бога може да се повлияе от начина, по който отговаряте на въпросите „защо“. Позволете ми да ви кажа по какъв начин една моя приятелка разяснила причината за случилата се трагедия, когато детето ѝ зададе подобни въпроси.

Д-р Питърсън бил скъп приятел, обичан от всички, особено от децата. Той обучавал клас деца в една църк-

ва и владеел ключовия похват да ги мотивира да учат. Вдъхновявал ги да правят най-доброто, на което били способни. И веднъж, точно няколко дни преди Коледа, по пътя за вкъщи след едно посещение на стар църковен член, прикован на легло, бил ударен от пиян шофьор. Починал на място.

Църквата била потресена, както и целият град. Д-р Питърсън практикувал медицина през целия си живот в тази област и около 1000 души посетили погребението му.

Децата на лекаря задали гласно въпроса, който минал през ума на толкова много възрастни: „Къде бяха ангелите хранители на татко? Бог защо не го запази? Той е бил на мисионска работа, когато е починал. Как е могъл Бог да позволи да умре? Просто никак не е честно!“

„Прави сте казала г-жа Питърсън на децата си никак не е справедливо. Вероятно няма да разберем защо Бог допуска да се случват подобни ужасни неща освен когато отидем на небето. Но нека ви запитам, обича ли ни Бог?“

„Да, казали децата й. Знаем, че Бог ни обича.“

„А знаем ли дали Бог е обичал татко?“

„Да, Бог обичаше татко.“

„Обещал ли е Бог да направи всичко да съдейства за доброто на тези, които Го обичат?“

„Да.“

„Тогава, казала майка им, най-важният въпрос е, ще се доверим ли на Бога?“

Никакъв отговор.

Г-жа Питърсън продължила да обяснява, че Бог наистина ни дава много обещания за закрила. Вероятно Той ни предпазва от опасности при много повече случаи, отколкото ще можем някога да разберем. Но никога не ни е обещавал, че лошите неща няма да се случват на добри-

те хора. В противен случай хората щяха да са християни просто за да не им се случва нищо лошо. Все още живеем в един твърде грешен свят, така че докато Исус не дойде, на Сатана му е позволена известна свобода на действие да върши зли неща. Това, което Бог ни е обещал, е, че ще е с нас винаги, когато дойдат неприятностите, за да ни даде сила и утеха. А Той ни е обещал и че един ден ще ни спаси на небето. Сатана може да нарани телата ни, дори да ги умъртви, но няма никаква власт над способността на Бога да ни възкреси.

„Бог няма да забрави татко, каза г-жа Питърсън. Докато желаем Той да е с нас, Бог държи всичко под Свой контрол. А това именно е най-важното. Ще трябва да почакаме, докато отидем на небето, за да попитаме Исус защо се случиха тези лоши неща. Но засега позволете ми да ви задам най-важния въпрос. Смятате ли да се доверите на Бога?“

„О, да!“, отговорили в един глас децата.

Надявам се, че сте достигнали до същото заключение като тях. Без значение какво се случва, нека приемем с доверие, че Бог прави в крайна сметка всяко нещо за наше добро за онези от нас, които Го обичаме. Когато самите вие достигнете до това заключение, ще ви бъде по-лесно да помогнете на децата си да се справят със смъртта.

Би било от помощ да споделите с по-голямо дете или възрастен идеята, че могат да са благодарни за това, че Бог ги е удостоил с тази опитност. Може да не са в състояние да Му благодарят за самата трагедия, но могат да Му бъдат благодарни за доверието, което им е гласувал, като е искал те да видят, че от това преживяване ще произлезе нещо хубаво.

И отново можете да се обърнете към Писанията за

ръководство. Във Филипяни 4:6 и 1 Солунци 5:18 ни се казва да сме благодарни при всякакви обстоятелства. При всякакви не само при добрите. Яков 1:2-4 ни напомня да се радваме, когато ни постигнат изпитания, така че да можем да развием вяра, постоянство и зрялост. Павел ни напомня във 2 Коринтяни 1:3,4, че „Бог на всяка утеха ... ни утешава във всичките ни неприятности, така че и ние самите да можем да утешим хората в затруднения с утехата, която сами сме получили от Бога“ (NIV).

Обяснете на децата си, че Бог може да им помогне да използват това преживяване в помощ на някого друго. Благодарете Му, че ви е гласувал достатъчно доверие да преживеете тази трагедия, а после Му кажете, че Му позволявате да използва това преживяване за Своя слава, в Негово име и по определения от Него начин.

Подготвяне на децата да преживеят смъртта на родителя

Най-травмиращото събитие, с което детето би могло някога да се сблъска, е смъртта на единия или и двамата родители. Дори и да има братя или сестри и добра подкрепяща система, загубата на родителите му може да му причини крайна несигурност.

Много родители се колебаят да проведат разговор с децата си относно това, което ще се случи, ако и мама, и татко умрат. Смятат това за прекалено ужасно и болезнено. „Защо да обезпокояваме децата с нещо, което може и никога да не се случи?“, казват те.

При все това детето се страхува най-много от неизвестното. Това, че просто не говори за възможността да умрете, не означава, че детето ви не си е мислело по този

въпрос и не се е тревожело за неща от рода на „Какво ще стане с мен? Кой ще се погрижи за мен? Ще се наложи ли да се преместя от къщи при приятелите ми?“ Подготвените деца съумяват да се справят със смъртта значително по-добре от неподготвените. А нали именно това е вашата цел?

Вярвам, че дори на децата от предучилищна възраст можете да кажете, че в случай на евентуална смърт вие сте изготвили план за тях. Трябва да са им известни поне две неща. Първо, кажете им, че имате завещание с подробно разяснение за начина, по който да се погрижат за тях, както и какви са надеждите и мечтите ви за тяхното бъдеще. Второ, кажете им кого сте избрали за техен настойник или осиновител. (Говорете със сигурност с този човек, за да получите съгласието му, преди да го включите в завещанието си.) А ако децата ви са достатъчно големи, осигурете си тяхното съгласие с вашето решение.

В завещанието си трябва да изразите своето намерение за бъдещето на децата си, колкото се може по-конкретно, така че хората, които евентуално ще отговарят за тях, да имат ясно напътствие и указание. Ето някои от аспектите на личностното развитие, които би трябвало да имате предвид: религиозно обучение (прикрепяне към църква, семейно богослужение и т.н.); образование (частно, държавно или християнско), както и доколко желаете децата ви да имат възможност да се развият до нивото на определени постижения; възможности за културно образование (пътувания, изкуство, уроци по музика, спорт и т.н.), както и ценностите, които бихте искали да им се внушат.

Вероятно те никога няма да опрат до необходимостта от тази информация. Но в случай, че се наложи, детето ви ще има по-добри шансове да привикне със смъртта

ви чрез уверението, че внимателно сте планирали благосъстоянието му.

Бележка за опечалени родители

Смъртта е част от живота. Но като че ли много по-лесно е да я приемем, когато настъпи в старческа възраст, отколкото когато покоси дете. Прекалено много хора в крайна сметка стигат дотам, че да укоряват Бога. В резултат от огорчението си те никога не преживяват утехата, дадена на разположение, ако човек погледне в бъдещето към мига, в който ще се съедини отново с друг свой любим човек.

Още по-трудно е да приемем смъртта на дете, когато отчасти чувстваме, че сме имали вина за това. Изпитваме както болката от загубата, така и агонията на вината.

Когато едно дете умре, а и останалите деца от семейството преживяват процеса на опечаление, от голямо значение е родителите да намерят утеха и подкрепа, така че да са в по-добро състояние и да помогнат на останалите си деца да се справят със смъртта по позитивен начин. Ето няколко помощни предложения:

1. Дайте воля на скръбта си.
2. Възползвайте се от съветник за скръбта, дори да не смятате, че ви е нужен.
3. Не правете драстични промени в живота си по това време.
4. Разговоряйте за хубавите спомени, които имате за детето си.
5. Въздържайте се да казвате: „Да бях прекарвала повече време с детето си“ или „Само ако не бях толкова остра с него“. Съжалението и вината пречат за излекуването.

6. Помнете обещанията, дадени в Библията. Посветете се отново на Исус Христос и приемете неговия дар на спасение. Щом направите това, небето ще добие ново значение за вас. Ще установите, че гледате с копнеж напред към Второто идване на Христос.

Неотдавна поплаках върху разказите на две различни семейства, когато ми споделиха историте около смъртта на синовете им. И двете семейства все още усещаха болката от загубата, но бях впечатлена от начина, по който са се справили с нея. Може би мнозина други биха могли да се поучат от тези разкази.

Синът на първата семейна двойка бил убит при автомобилна катастрофа. Бащата карал късно през нощта по дълга, усамотена магистрала и заспал на кормилото. Караваната се претъркулила, заклещвайки семейството отвътре. Сами страдащи от много наранявания, той и съпругата му намерили малката си дъщеричка, която била бебе, в останките на развалините наранена, но жива. Но малкото им момче изхвъркнало от колата и до момента, в който го намерили, то дишало много тежко. Успели да излязат на пътя, но магистралата била безлюдна. Изминал цял час, преди да спре един човек, но тогава вече било твърде късно.

Мъжът и съпругата му се бяха обучавали в Армията на спасението, когато ми разказваха историята си. Усмивки озаряваха лицата им и те излъчваха чувство на надежда. Зная, че има много страдащи семейства, претърпели подобна загуба. Чудех се дали това семейство можеше да ми каже нещо, което да е от помощ за останалите. „Трябва да сте се чувствали виновни за тази катастрофа, казах аз. По какъв начин успяхте да се справите с това?“

„Знам, че вината е моя, отговори бащата, „но Бог не

ме осъжда за грешката ми, така че и аз не го правя. В противен случай нямаше да съм ефективен в работата, която ми е дал да върша. Щеше да се наложи винаги да живея с последицата от загубата на сина си, но Бог казва: „Всичко съдейства за добро на тези, които любят Бога.“ Хващам се за това обещание и се опитвам да помогна на Христос да преобърне станалото в добро. Не знам дали щяхме да предприемем това обучение в Армията на спасението, ако не бяхме преживявали катастрофата. Искаме да се уверим, че синът ни не е умрял напразно!“

Делия беше един друг наранен родител. Болката ѝ все още си личеше след осем години, когато разговаря с мен за смъртта на сина си. Веднъж те се разхождали по улицата и се готвели да влязат в една църква за сватбата на братовчедка ѝ. Съпругът ѝ бил на отсрещната страна и преди да разбере какво става, Сами се затичал към татко си. Втурнал се на улицата, без да се огледа.

И двамата родители извикали, но било твърде късно. Удърът на колата го засрещнал на 20 фута. Майката била лекар и изтичала при детето, но нямала необходимото спасително оборудване. Детето починало в ръцете ѝ само няколко мига, преди да стигнат до болницата.

Делия сподели, че и тя, и съпругът ѝ изпитвали чувство на вина. Само ако таткото не бил застанал на отсрещната страна! Само ако... „Но този начин на мислене е нездравословен“, каза тя.

Делия установила, че най-много ѝ помогнало говоренето за Сами. По това време нямали други деца, така че сестрите му никога не го видели. Но пазели снимката му на гардероба и от време на време родителите го споменаваха, като казвали нещо от рода на: „Нямаше ли да е хубаво, ако Сами беше тук? Той имаше такова чувство за хумор.“

Въпреки това обаче, отбягвали да говорят прекалено много. Искали момичетата им да почувстват, че са специални за тях, че са на първо място в живота им. Не искали да остават с впечатлението, че Сами е по-важен.

„Имах приятелка, която ми даде много полезен съвет, сподели Делия. Тя ми каза да обърна специално внимание на децата, когато станат на възрастта на Сами и когато ги наблюдавам, да се моля за тях и да проявявам особен интерес към благосъстоянието им. Направих това и наистина почувствах голяма радост!“

Справянето със смъртта е болезнено, без значение обстоятелствата около трагедията. Но когато се опитвате да я преодолеете или да помогнете на другите да направят това, не потискайте чувствата си. Изразяването и приемането на чувствата от страна на слушателите трасира пътя за освобождаването им. Едва след като се справим с негативните си преживявания, може да настъпят нови, които да запълнят празното място. Едва тогава може да настъпи пълно излекуване.

И накрая не забравяйте да се държите здраво за Божието обещание: „Ето, правя всичко ново“ (Откровение 21:5).

НЯКОЛКО ДУМИ ЗА КНИГАТА

Често пъти родителите се страхуват да говорят за смъртта, дори когато са сами, така че избягват да правят това и с децата си. Предполагаме, че децата ни са прекалено малки, за да имат въпроси, засягащи смъртта, или в случай, че имат, просто избягваме да им дадем отговор.

„Това не е правилно казва Кей Кузма. Често пъти децата имат задълбочени въпроси във връзка с този проблем и се нуждаят от правилни отговори.“ Тя изтъква, че погрешните

обяснения могат да причинят страхове в умовете на децата, за изкореняването на които са необходими години. Тя съветва също така да се разговаря с тях за смъртта, преди нещо или някой скъп на сърцето им да почине, преди дори това да се очаква или предполага, така че те да бъдат по-способни да се справят, ако подобно нещо им се случи неочаквано.

Предложенията на Кей Кузма са както практични, така и библейски. Наложително е да се прочете от родители, учители и всички останали, свързани в тесни взаимоотношения с деца.

НЯКОЛКО ДУМИ ЗА АВТОРА

Кей Кузма доктор по образованието, специалист по развитието на децата, автор на много книги ръководства

за възпитанието на децата и говорител в ежедневната радиопрограма „Сцената на родителя“. Тя е основоположник и президент на Сцената на родителя, необлагодетелстваща се организация, която осигурява материали, семинари и представления по медиите с намерение да се подобрят способностите и уменията на родителите.