

# Jak se liší truchlení dětí od truchlení dospělých?

## Porozumění smrti

Porozumění tomu, co je to smrt, se vyvíjí stejně jako jiné další znalosti, které v životě získáváme. U dětí předškolního věku se zpravidla setkáváme s tím, že děti nerozumí dopodrobna tomu, co znamená, že někdo zemřel. Proto se opakovaně ptají a informace si postupně skládají. Může být užitečné se jich hodně doptávat, jak chápou to, co jsme jim právě řekli, nechávat si od nich popisovat své představy, abychom se ujistili, že si rozumíme. Toto je podobné i u dětí na prvním stupni základní školy. Na druhém stupni bývá porozumění smrti již komplexní a tématem, které se dostává do popředí, je zpracovávání vlastních emocí – jak jim rozumět, jak s nimi nakládat. U dospívajících se otázky života a smrti dostávají vývojově přirozeně do popředí, stejně tak spirituální otázky. Je tedy vhodné v tomto věku s dospívajícími podporovat blízký kontakt, zajímat se o ně a nenechat je ze vztahu s námi zcela zmizet – ač to někdy není lehký úkol. Nemusí však jít vždycky o společné povídání, ale třeba o čas strávený spolu v tichosti při nějaké činnosti.

## Oscilace v tématech

U dětí je velmi přirozené, že na rozdíl od nás dospělých v tématech života a smrti tzv. oscilují. Chvilku je hluboce zajímá téma smrti, o pár vteřin později mají stejně hluboký zájem o něco úplně jiného. Zejména u malých dětí je toto velmi časté a je to zcela přirozené. Jedná se o zdravý proces, kdy si samy dávkují množství intenzity, kterou chtějí v tématu smrti zažít. Pro dospělé toto může být náročné a někdy i zraňující – připraví se na nelehký rozhovor s dítětem, to u něj setrvá 10 vteřin a pak se dožaduje hraní s legem. Není to ale neúcta nebo nezájem. Je to jejich přirozená potřeba se od tématu vzdálit, protože pro jejich aktuální kapacitu ho bylo dost a pro tuhle chvíli to stačí.

## Postupný vývoj dítěte

Dítě je jedinec ve velmi intenzivním biopsychologickém vývoji. Proto není možné očekávat, že jeho truchlení se vyřeší během pár týdnů, měsíců a pak už se znovu neobjeví. Dítě má v rámci svého vývoje na každém vývojovém stupni nějaký „úkol“, něco nového se učí. Zpravidla také vždy reviduje své vztahy – k dospělým, k autoritám, k vrstevníkům, k sobě. V rámci těchto skupin zpravidla reviduje i svůj vztah k zemřelému. Je tedy přirozené, že téma vztahu s blízkých zemřelým se může u dítěte znovu otevřít i po letech od smrti. Nemusí to však v žádném případě značit, že je někde problém nebo je něco špatně. Dítě možná jen obyčejně došlo k tomu, že ho nyní zajímají nové informace k těm, které o zemřelém věděli dosud.

## Dospívající vs. dospělí

Ač můžeme mít pocit, že dospívající jsou vlastně téměř dospělí, není tomu tak. Prožívají období, kdy jsou na tom intelektově v zásadě stejně jako dospělí – rozumí tomu, co je to smrt, domluvíme se s nimi prakticky stejně. Nicméně emočně jsou ve velmi dynamickém období, stejně tak hormonálně a zároveň jsou v křehkém období, kdy vybudovávají svoji vlastní představu o světě. Už nepřijímají nekriticky tu, kterou jim předkládali dříve rodiče či jiné authority, ale hledají svoje vlastní uchopení reality. Toto může způsobovat jejich větší zmatek a nejistotu. Zároveň už často nechtějí být „jako malé děti“ a svěřovat se, být rodičům nablízku, ač by jim to třeba udělalo dobře. Často si sami se sebou nevědí rady. Je užitečné jim nabízet naši podporu, být jim blízko a velmi pečlivě si hlídat, abychom neposuzovali a nehodnotili jejich představy. Je to křehký čas, kdy hodně čerpáme z toho, jaký vztah jsme vybudovali s dítětem v předchozích obdobích. Někdy může být jednodušší, když má dospívající možnost mluvit s nějakým jiným důvěrným dospělým – s příbuznými, rodinnými přáteli, prarodiči apod.