

فهم الأطفال للوفاة في مختلف الأعمار

الأطفال الأصغر من سنتين

لا يستطيع الرضع والأطفال الصغار إدراك مفهوم الوفاة في هذه المرحلة من عمرهم، قبل وقت طويل من قدرتهم على الكلام، ومن المرجح أن يتفاعلوا مع الانزعاج والتغيرات في بيئتهم الناجمة عن غياب شخص مهم كان يلبي احتياجاتهم من الرعاية والتغذية بشكل يومي. كما أنهم سيتأثرون بالانسحاب العاطفي الذي قد يحدث في حالة وفاة أحد الوالدين أو مقدم الرعاية الرئيسي.

سيعاني الرضع، حتى سن 6 أشهر، من الشعور بالهجر وانعدام الأمان، مما قد يؤدي إلى زيادة البكاء واضطراب النوم والرضاعة. وبدءًا من سن 8 أشهر أو نحو ذلك، يبدأ الرضع في تكوين "صورة ذهنية" عن الشخص المتوفى ويشعرون بأنهم "يفتقدونه". قد يزيد معدل بكاء الرضع في هذا العمر أو يصبحون أكثر انسحابًا؛ يمكن أن يفقدوا الاهتمام بالألعاب أو الطعام، وبينما تتطور مهاراتهم الحركية واللغوية، فقد يقومون بالنداء على الشخص المتوفى أو البحث عنه. ويمكنك المساعدة من خلال إعطاء الكثير من الطمأنينة، والالتزام بالروتين العادي قدر الإمكان.

الأطفال من سن 2 إلى 5 سنوات

يكون لدى الأطفال الصغار اهتمامًا بفكرة موت الطيور والحيوانات. ويمكن أن يبدأون في استخدام كلمة "ميت" أو "متوفى" وتطوير الوعي بأن هذا المفهوم يختلف عن البقاء على قيد الحياة. ذلك مع العلم بأن الأطفال في هذا العمر لا يستطيعون فهم المفاهيم المجردة مثل "إلى الأبد" ولا فهم أن الموت دائم وأن الميت لن يعود إلى الحياة أبدًا. قد ينتج عن فهمهم المحدود نقص واضح في رد الفعل عند إخبارهم عن وفاة شخص ما، وقد يسألون العديد من الأسئلة حول مكان وجود الشخص المتوفى ومتى سيعود مرة أخرى.

يتوقع الأطفال في هذا العمر عودة الشخص المتوفى إلى الحياة. ويميل الأطفال الصغار إلى تفسير ما يقال لهم بطريقة حرفية وحسية؛ لذلك، فمن الأهمية بمكان تجنب تقديم تفسيرات للموت مثل "ضائع" أو "رحل" أو "ذهب للنوم" التي قد تسبب سوء الفهم والارتباك. قدّم إجابات صادقة على أسئلتهم، لكن لا تشعر بأنه يتعين عليك إخبارهم بكل شيء بالتفصيل أو دفعة واحدة. يمكنهم بناء المعلومات بمرور الوقت.

قد يعاني الأطفال من اضطراب النوم وتغير الشهية وقلة الاهتمام باللعب، وقد يصبحون أكثر قلقًا من الانفصال حتى عند تركهم مع أشخاص بالغين مألوفين. كما يمكن أن يحدث تراجع في مهارات مثل اللغة أو التدريب على استعمال المرحاض.

الأطفال في سن المدرسة الابتدائية

يبدأ الأطفال في سن 5 إلى 7 سنوات تدريجياً في تطوير فهم أن الموت دائم ولا رجعة فيه وأن الشخص الذي مات لن يعود مرة أخرى. سيتعين على الأطفال الذين فجعوا عندما كانوا أصغر سناً أن يعيدوا معالجة ما حدث مع تطور وعيهم بأن الموت شيء نهائي.

قد يعني خيال الأطفال و"تفكيرهم السحري" في هذا السن إمكانية اعتقاد بعضهم بأن أفكارهم أو أفعالهم هي التي سببت الوفاة، وبالتالي يمكن أن يشعروا بالذنب. وإذا لم يتم إعطائهم معلومات كافية بلغة مناسبة لعمرهم، فقد يقودهم ذلك إلى تعويض وسد الثغرات في معرفتهم.

يتزايد وعي الأطفال بأن الموت جزء حتمي من الحياة مفروض على جميع الكائنات الحية. ونتيجة لذلك، يمكن أن يصبحوا قلقين بشأن صحتهم وسلامتهم وصحة وسلامة الآخرين.

يحتاج الأطفال في هذا السن إلى إجابات صادقة على أسئلتهم يمكن البناء عليها بمرور الوقت، وفرص للتعبير عن مشاعرهم. كما يمكن أن يحتاجوا إلى الطمأنينة بأن الوفاة لم تحدث نتيجة لأي من أفعالهم أو أفكارهم.

المراهقون

مرحلة المراهقة هي فترة للتغيير الكبير وتأثيرات الحزن على المهمة الإنمائية للانتقال من التبعية إلى الاستقلال. ينتقل الشباب من الروابط الأسرية إلى زيادة المشاركة مع أقرانهم. وقد يصعب طلب الدعم أثناء محاولة إثبات الاستقلالية. كما لا يحب الشباب أن يشعروا بأنهم مختلفون عن أقرانهم بأي شكل من الأشكال، وقد يصبح لدى الشباب المفجوع ميل شديد للعزلة. وفي هذه الحالة، يمكن أن يكون دعم الأقران الذين لديهم تجارب مماثلة قويًا جدًا.

سيكون لدى المراهقين نفس إدراك البالغين لمفهوم الموت، لكن غالبًا ما يكون لديهم معتقداتهم الخاصة وآراءهم الراسخة، وقد يرفضون معتقدات وتفسيرات الآخرين.

قد يستجيب بعض الشباب للموت بأن يصبحوا أكثر انسحابًا، وقد تنعكس مشاعر الحزن على "تصرفات" البعض الآخر، بينما يتعامل الآخرون مع وعيهم بفكرة أن الموت قادم لا محالة من خلال سلوك المخاطرة في محاولة لاستعادة بعض السيطرة حيث تبدو الحياة لهم خارجة عن السيطرة. وقد يتولى آخرون مسؤوليات الكبار ويصبحون هم "مقدم الرعاية" لمن حولهم. جدير بالذكر أن الالتزام بالحدود المعتادة للسلوك المقبول يمكن أن يساعد في طمأنة الشباب المفجوعين.

قد يحتاج الشباب الذين فُجِعوا في سن مبكرة إلى إعادة معالجة حزنهم عندما يفكرون في مستقبلهم ويخططون له ويفهمون تمامًا تأثير الحياة بدون الشخص الذي توفى.