

## **Як повідомити дитині про те, що вона втратила когось із близьких?**

Тема втрати зараз дуже універсальна. Адже йдеться не тільки про втрату, коли хтось близький помер, а і про втрату дому, домашніх тварин, звичного життя. Ми всі стикаємося зі втратами. Але, звісно, втрата близької людини – найбільш болісна.

Насамперед треба розуміти, що дітям важливо бути включеними в процес жалоби, який є в родині. Дітям важливо, щоби вони знали про втрату, щоби їм пояснювали обставини того, що сталося. Жалобні ритуали також важливі, бо створені для того, щоби, з одного боку, ми усвідомили, що втрата відбулася. А з іншого – щоби могли прийняти, що людина завершила свою подорож у цьому тілі, але любов до цієї людини не завершується. Не дати дитині пережити жалобу – це не дозволити їй любити тих, кого вона любить.

Дітям важливо бути на похороні, дивитися фотографії, згадувати, сумувати. Коли вони сумують, їх треба обіймати, підтримувати, вибудовувати історії, берегти спогади, запалювати свічку в пам'ять, садити дерева в пам'ять, розповідати про життя людини. І, пам'ятаючи її, жити далі.