

## ÇOCUK VE ÖLÜM: SEVİLEN KİŞİNİN KAYBI

Küçük yaşlardaki çocukların ölüm korkusu biz yetişkinlerin ölüm korkusundan çok daha farklıdır. Okul öncesi ve ilkokul çağındaki çocuğun ölüm korkusunun altında yalnız kalma, koruyucusuz kalma korkusu vardır.

Çocuklar bizim sandığımızdan çok daha erken yaşlarda ölümü öğrenmeye başlarlar; izledikleri çizgi filmlerden (hayali ölümler de dahil), biz haber izleyip de onların oynadığını ve dikkatini televizyona vermediğini düşündüğümüz sırada ekrana gelen kaza-ölüm haberlerinden, dışarıda parkta oynarken yerde gördüğü ölmüş bir böcekten veya arabayla seyahat ederken yol kenarında duran ölü hayvanlardan...

Ölümü kendinden uzak bir canlıda gören çocuk merak eder ve anne babasına bununla ilgili sorular sorar; bu kuşa ne olmuş?, neden ölmüş?, artık uçmayacak mı?, yem de mi yemeyecek?.. gibi ölümü anlamlandırmaya yönelik sorduğu sorulara ebeveynlerin dikkatle cevap vermesi gerekir. Çünkü ölümle ilgili düşüncelerinin temelini sizin vereceğiniz cevaplar oluşturacaktır. “Bu kuş ölmüş, artık yaşamıyor, uçmayacak ve yem yemeyecek çünkü artık buna ihtiyacı yok acıkmayacak” gibi bir cevap o an için çocuğun merak ettiği temel soruları yeterli seviyede karşılamış olacaktır. Burada önemli olan sadece çocuğun sorduğu sorulara cevap vermek ve onun henüz anlayamayacağı soyut kavramları ona anlatmamak.

Çocuk sevdiği bir kişiyi kaybettiğinde eğer okul öncesi yaşlardaysa bu kişiyi tekrar görebileceğini, onun geri gelebileceğini düşünür. Bu durum çocukla konuşulurken “o uzaklara gitti, uyuyor” gibi sözler yerine “öldü” kelimesini kullanmak çocuğun ölen kişinin geri gelmeyeceğini anlamasına yardımcı olacaktır. Ayrıca ölünün “uyuyor” şeklinde anlatılması bu yaşlardaki çocuklarda uyumaktan korkma, gece korkuları gibi sorunlara neden olabilir.

Okul çağındaki çocuklar ölümün geri dönülmez bir şey olduğunu anlarlar. Ölümle ilgili korkular bu yaş çocuklarında görülebilir. Çocuğun sorduğu, ölümle ilgili merak ettiği sorular korkutucu kelimelerden uzak durularak cevaplanmalıdır.

Ergenlik yaşlarında sevdiği bir yakını kaybeden genç, ergenlik döneminin genel özellikleriyle birlikte içe kapanmaya, depresif duygu durum yaşamaya, sinirlenip öfkelenmeye başlayabilir. Kaybedilen kişiyle ilgili ailece konuşulması, eski güzel anıların hatırlanıp ergenin de duygularını ifade etmesine olanak tanınması bu süreci daha çabuk atlatmasına katkı sağlayacaktır.

Yaşanan kayıptan sonra çocuğunuzda gece korkuları, alt ıslatma, içe kapanma, tırnak yeme, öfke krizleri gibi sorunlar görmeye başladıysanız uzman desteği almanızda fayda var.

Klinik Psikolog Cem BERBER