



Travma Sonrası 2-6 Yaş Çocuklarında Kayıp ve Yas

Değerli Ebeveyn,
Bu broşür 2-6 yaş aralığındaki
çocuğunuzun şu anda yaşadığı
duyguları daha yakından
tanımanız için oluşturulmuştur.

Çocuğunuzun örnek aldığı
kişi ve en büyük destek
kaynağı sizsiniz.

Çocuğunuzun Göstereceği Olası Tepkiler:

- Eskisinden daha fazla temas etme veya sarılma isteği
- Parmak emme gibi yaşından daha küçük çocuk davranışında bulunma
- Konuşmak istememe
- Eskisinden daha hareketsiz veya aşırı hareketli olma
- Kötü şeyler olacak korkusu
- Uykusunda sorunlar ve kabuslar görme
- Yeme alışkanlığında farklılaşma
- Dikkatini toplamada zorluk çekme

Çocuğunuz sürekli sorular sorma döneminde. Ölümle ilgili sorduğu soruları geçiştirmeyin!

Çocuğunuz bu yaşta;

- Ölümün hayatı sona erdirdiğini anlayamazlar.
- Ölümle ilgili sürekli sorular sorarlar.
- Kaybedilen kişinin nerede olduğunu tekrar tekrar sorabilirler.
- Kaybedilen kişinin ne zaman geri geleceğini tekrar tekrar sorabilirler.
- Sık sık aynı sorular sorduklarında geçiştirmeden cevap verin.

Önce çocuğunuza neyi ne kadar bildiğini sorun, sonrasında anlayabileceği şekilde gerçekleri ona anlatın!

- Kaybedilen kişinin melek olduğunu, Allah'ın onu yanına aldığını, başka bir yere gittiğini **SÖYLEMEYİN**. Bunun yerine, çocuğunuzun anlayacağı şekilde ona gerçekleri anlatın.

Çocuğunuz ölümden kendini suçluyor olabilir (örneğin ben yaramazlık yaptım diye ablam öldü), çocuğunuza bunun doğru olmadığını uygun bir dille anlatın!

- Çocuklar için kayıp sonrasında eski rutinin devam etmesi çok önemlidir. Örneğin çocuk annesini kaybetmeden önce her gün annesi ile öğlen uykusundan önce parka gidiyorsa, annesini kaybettikten sonra da öğlen uykusundan önce parka götürülmelidir.

Kaybettiğiniz kişiye özleminizi çocuğunuzla paylaşın, zaman zaman çocuğunuzla sarılıp ona duygularınızı anlatmaktan kaçınmayın.