



Ο θάνατος ενός αγαπημένου προσώπου επηρεάζει πολύ τα παιδιά. Συχνά το πένθος των παιδιών δεν γίνεται αντιληπτό, αυτό συμβαίνει επειδή τα παιδιά θρηνούν με διαφορετικό τρόπο από τους ενήλικες. Κάθε παιδί είναι μοναδικό και έχει το δικό του τρόπο να θρηνεί. Δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος. Ο θρήνος είναι η απόλυτα φυσιολογική αντίδραση του παιδιού στο να αποδεχθεί την πραγματικότητα της απώλειας και να προσαρμοστεί σ' αυτήν.

Τα παιδιά θρηνούν κατά διαστήματα, καθώς δεν μπορούν να αντέξουν για μεγάλο χρονικό διάστημα τα οδυνηρά συναισθήματα. Έτσι, ενώ τη μια στιγμή μπορεί να είναι θλιμμένα, την αμέσως επόμενη μπορεί να παίζουν ή να γελούν. Αυτό δεν σημαίνει ότι αδιαφορούν ή ότι το έχουν “ξεπεράσει”. Ο θρήνος είναι μακρόχρονη διεργασία. Δεν έχει καθορισμένο χρονικό τέλος. Αναβιώνει σε επόμενα στάδια της εξέλιξης του παιδιού. Σημαντικές αλλαγές στη νοητική ανάπτυξη, στη συναισθηματική και κοινωνική ζωή, ξαναφέρνουν στην επιφάνεια το θρήνο, δίνοντας στο παιδί τη δυνατότητα να νοηματοδοτήσει διαφορετικά στην απώλεια που έζησε.

Τα παιδιά συνήθως εκφράζουν το θρήνο τους με έμμεσο τρόπο. Στα παιδιά η ικανότητα του λόγου δεν είναι τόσο ανεπτυγμένη, γι' αυτό εκφράζουν το θρήνο τους κυρίως μέσα από το παιχνίδι, τις ζωγραφιές και τις αλλαγές στη συμπεριφορά τους στον ύπνο, στο φαγητό, στο σπίτι ή στο σχολείο. Τα παιδιά δυσκολεύονται να ζητήσουν στήριξη. Συνήθως οι στενοί συγγενείς είναι απορροφημένοι από το δικό τους πόνο και, κατά συνέπεια, λιγότερο διαθέσιμοι. Τα ίδια τα παιδιά, σπάνια αναζητούν στήριξη από τους συνομήλικούς τους καθώς φοβούνται ότι θα απομονωθούν επειδή διαφέρουν. Για τους λόγους αυτούς πολλές φορές ο θρήνος των παιδιών μπορεί να παραγνωριστεί και να μην αντιμετωπιστεί με τον κατάλληλο τρόπο. Αξίζει να σημειωθεί τέλος ότι το πένθος των παιδιών δεν οφείλεται μόνο στο θάνατο ενός αγαπημένου προσώπου. Η απώλεια των γονέων ή ο αποχωρισμός από τον έναν εξ' αυτών λόγω της διάλυσης των μεταξύ τους σχέσεων (πχ διαζύγιο) αποτελεί επίσης συχνό φαινόμενο.

Ο θρήνος εκδηλώνεται μέσα από το σώμα, τη σκέψη, τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά του παιδιού. Τα παιδιά διαφέρουν σημαντικά μεταξύ τους ως προς την πρώτη αντίδραση τους στην είδηση ή την αναγγελία του θανάτου. Πολλά κλαίνε ασταμάτητα, άλλα αντιδρούν με φαινομενική αδιαφορία. Άλλοτε πάλι δεν ξέρουν πώς να αντιδράσουν, γιατί δεν καταλαβαίνουν τι ακριβώς συνέβη (αυτό συμβαίνει συνήθως όταν η είδηση του θανάτου δεν μεταφέρεται με ειλικρινή τρόπο).

Όταν γίνεται αναφορά για «επίλυση του πένθους» δε γίνεται λόγος για την επαναφορά του ατόμου σε μια πρότερη κατάσταση γιατί δεν μπορεί να «ξεγίνει» αυτό που συνέβη. Γίνεται, αντίθετα, λόγος για το πένθος που εντάσσεται στη ζωή με έναν λειτουργικό τρόπο, όπου παύει να είναι κυρίαρχο. Το σχολείο μπορεί σε μεγάλο βαθμό να βοηθήσει το παιδί να αντιμετωπίσει λιγότερο επώδυνα το θάνατο ενός αγαπημένου του προσώπου. Το παιδί στο σχολείο περνάει πολλές ώρες και το θεωρεί δεύτερο σπίτι του. Το σχολείο θα πρέπει να είναι έγκυρα ενημερωμένο για το συμβάν. Αυτό είναι απαραίτητο γιατί πρέπει να υπάρχει η δυνατότητα να ενημερωθεί το προσωπικό του σχολείου και οι υπόλοιποι γονείς, όπου αυτό είναι εφικτό, για να αποφευχθούν τυχόν σχολιασμοί μπροστά στο παιδί.

Το πώς το παιδί αντιμετωπίζει το πρόβλημα του θανάτου-αποχωρισμού ενός αγαπημένου του προσώπου, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το πώς χειρίστηκαν τα πρόσωπα γύρω του το γεγονός, καθώς και από τα ψυχικά αποθέματα που εκείνα διαθέτουν. Τα παιδιά έχουν πάντοτε την ανάγκη να μιλούν για μια «απώλεια» που συμβαίνει στο περιβάλλον τους, όπως είναι ο θάνατος ή το διαζύγιο. Επομένως, είναι απαραίτητη η ενημέρωση των ενηλίκων σχετικά με το θέμα «Θάνατος - Πένθος - Παιδί» και χρειάζεται πολλή προσοχή και ευαισθησία στο χειρισμό του. Μια σωστή διεργασία θρήνου βοηθάει ώστε να αποδεχτούν τα παιδιά το γεγονός του θανάτου, να μάθουν να ζουν με την απώλεια, να συνεχίζουν να ωριμάζουν και να ζουν με τρόπο ολοκληρωμένο και ικανοποιητικό.

Δεν πρέπει να διστάσει κανείς να απευθυνθεί σε κάποιον ειδικό ψυχικής υγείας για να βοηθήσει το παιδί να αντιμετωπίσει το πένθος του.