

## ما الذي يفهمه الأطفال وصغار السن عن الموت؟

يختلف مقدار ما يفهمه الأطفال عن الموت باختلاف الأعمار ومراحل النمو. هذه هي المفاهيم الأكثر شيوعًا لمعنى الموت من قبل الأطفال من مختلف الأعمار، لكن تذكر أن جميع الأطفال مميزون وفريدون، وبالتالي فإن رد فعلهم إزاء الموت وفهمهم لها سيكون بطريقتهم الخاصة والفريدة من نوعها.

## هل يفهم الأطفال الصغار دون سن الخامسة معنى الموت؟

لن يفهم الأطفال دون سن الخامسة حتمية اللاعودة بعد الموت. غالبًا ما يعتقد الأطفال الصغار جدًا أن الموت يمكن عكسه وأن أحد أفراد أسرته يمكن أن يعود. لهذا السبب من المهم استخدام لغة واضحة وبسيطة مثل "مات" و "توفي". يمتلك الأطفال في هذا السن فهمًا حرفيًا للغاية، لذا إذا قلنا "لقد فقدنا الجدة" فسيعتقد الأطفال دون سن الخامسة "أين يمكن أن نجدها؟"

لا يفهم الأطفال الصغار الفرق بين الأحياء والأموات ما لم نشرح لهم ذلك - ربما يمكنك الخروج إلى الحديقة والعثور على بعض الحشرات الحية والميتة ومقارنتها مع أطفالك.

من المهم تقديم معلومات واضحة وموجزة، والإجابة على أسئلة الأطفال الصغار والتأكد من فهمهم لما تقوله. ليس من الغرابة أن يكرر الأطفال قصة الموت أو يطرحون الكثير من الأسئلة المتكررة - هذا لا يعني أنهم لم يفهموا أو أنك لم تشرح الموت بما فيه الكفاية، فهذه هي الطريقة التي يكتشفون بها ما يحدث أمامهم.

## هل الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5-8 سنوات يفهمون الموت؟

يبدأ الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و8 أعوام في فهم أن الموت شيء نهائي، لكن قد يكون ذلك أمرًا مرعبًا أو مخيفًا. قد يكون من المفيد استخدام الكتب التي تشرح الموت ودورة الحياة كشيء طبيعي وعادي - [تجدون قائمة للقراءة هنا](#).

[<https://www.winstonswish.org/suggested-reading-list/>]

في هذا السن، يبدأ الأطفال في التفكير في أنفسهم وكيف يتناسب ذلك مع الموت - ما يسمى بـ "التفكير السحري". على سبيل المثال، قد يظن الأطفال أن وفاة الشخص هي ذنبهم - "لم أتناول إفطاري وبالتالي ماتت أمي". من المهم تزويدهم بمعلومات واضحة عن الموت ومساعدتهم على فهم أن الوفاة لم تحدث بسبب ذنب ارتكبه الأطفال.

يبدأ الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و8 سنوات في التفكير والاحساس بمشاعر قوية لكنهم لا يمتلكون المفردات لفهم الفكرة أو شرحها لنا. يمكنك مساعدتهم على فهم أن الشعور الغريب في بطنهم قد يسمى "قلق"، أو أن القبض على قبضة اليد وصرير أسنانهم قد يسمى "غاضب".

### هل الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 9-12 سنة يفهمون معنى الموت؟

في هذا العمر، يفهم الأطفال حتمية الموت وأن الشخص الميت لن يعود. هم أيضًا أكثر وعيًا بتأثير الموت عليهم، على سبيل المثال، لن يكون هذا الشخص المميز موجودًا في أعياد الميلاد أو الأحداث الهامة مثل الانتقال إلى المدرسة الثانوية.

بحلول هذا العمر، سيكون الأطفال قد امتلكوا مفردات لفهم أفكارهم ومشاعرهم، غير أنهم قد لا يرغبون في مشاركتها خوفًا من إزعاج الآخرين. غالبًا ما يؤدي عدم مشاركة مشاعرهم إلى إفرازات عاطفية كبيرة مثل الغضب أو الضيق. يمكنك مساعدتهم من خلال منحهم الإذن بالتحدث عن شعورهم تجاه الشخص الذي مات والتحدث معك عن مخاوفهم وقلقهم.

يدخل الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و12 عامًا فترة انتقالية ومن المرجح أن ينتقلوا إلى مدرسة جديدة. قد يكون الانتقال من مدرسة إلى أخرى صعبًا للغاية بالنسبة لبعض الأطفال الذين عانوا من فترة حزن. يمكنك مساعدتهم من خلال الاستماع إلى مخاوفهم وقلقهم وربما من خلال التحدث إلى المدرسة الجديدة لإبلاغهم بفترة الحزن التي ألمت بهم.

### هل يفهم المراهقون معنى الموت؟

المراهقون لديهم نفس فهم الأشخاص البالغين للموت وعملية الوفاة وهم أكثر وعيًا بكثير بحتمية الموت. إنهم يفهمون أيضًا ما الذي سيعنيه الموت بالنسبة لهم ولحياتهم، سواء الآن أو على المدى الطويل.

في هذا السن، يبدأ الشباب في التساؤل عن معنى الحياة وما بعد الحياة (الأخرة)، كما أن موت شخص مهم يمكن أن يدفعهم إلى التفكير أكثر في هذا أو التفكير في "ما الهدف (الفائدة) من الحياة؟".

من المهم إعطاء المراهقين معلومات واضحة وصادقة عن الوفاة والإجابة على أسئلتهم. يمكن للشباب أن يبحثوا عن الأشياء المتعلقة بالموت على الإنترنت، وقد يكون بعض هذا المحتوى غير مفيد - يجب أن تكون أنت مصدر الحقيقة والوضوح بالنسبة لهم.

يمكن أن ينتهي الأمر بالشباب برعاية آباءهم أو أشقائهم بعد وفاة شخص ما. قد يخافون من فقدان السيطرة على عواطفهم ويحتاجون إلى الدعم لاستكشافها. ربما يجدون أنه من الأسهل التحدث إلى شخص آخر بالغ موثوق به - ساعدهم في العثور على شخص يمكنهم الانفتاح عليه.