

## Kai miršta artimas žmogus



Kaip apie tai kalbėtis su vaikais ir kaip jiems padėti

# Kai miršta artimas žmogus

## Kaip apie tai kalbėtis su vaikais ir kaip jiems padėti

Nuoširdžiai užjaučiame Jus, Jūsų šeimos narius ir draugus, kuriuos nuliūdino ši skaudi netektis. Žinome, kaip būna skaudu ir sunku mirus mylimam žmogui

Mirtis gali ištikti bet kuriuo gyvenimo momentu. Kartais ji nebūna netikėta dėl mirties ar senyvo amžiaus. Kartais ji ištinka staiga, visiškai netikėtai.

Ši brošiūra skirta tėvams ir globėjams, norintiems išsiaiškinti, kaip vaikai ir paaugliai suvokia ir reaguoja į mirtį. Joje taip pat rasite patarimų apie tai, kaip padėti vaikams, kai miršta artimas žmogus.

Šią brošiūrą parengė įvairių specialistų grupė, dirbanti Belfasto sveikatos ir socialinės rūpybos treste (angl. Belfast Health and Social Care Trust); ji buvo paremta panašia brošiūra, kurią naudoti Karališkojoje Belfasto vaikų ligoninėje (angl. Royal Belfast Hospital for Sick Children) parengė klinikinės psichologijos konsultantė Nichola Rooney.

## Turinys

|                                                 | Puslapis |
|-------------------------------------------------|----------|
| Kaip vaikai suvokia mirtį                       | 4        |
| Kaip vaikams pasakyti apie artimo žmogaus mirtį | 8        |
| Kaip padėti vaikams atsisveikinti               | 10       |
| Vaikų poreikiai po mylimo žmogaus mirties       | 13       |
| Kur gauti pagalbos vaikams                      | 16       |

Nėra lengva su vaiku kalbėtis apie mirtį. Mylimo žmogaus mirtis vaikus paveikia labai giliai. Tačiau pasitelkę supratingumą tėvai ir globėjai gali padėti vaikams susitaikyti su mirties faktu ir įveikti netekties skausmą.

Suaugusiesiems gali atrodyti, kad vaikus reikia saugoti nuo mirties ir kad apie ją geriau nekalbėti. Įprasta, kad tėvai ar globėjai nėra tikri dėl to, ką sakyti vaikams, kai jiems reikia pranešti apie mylimo žmogaus mirtį. Tačiau tyrimai ir kitų šeimų bei pačių vaikų atsiliepimai rodo, kad vaikai lengviau ir greičiau susitaiko, jeigu atitinkama informacija jiems pateikiama kaip galima anksčiau.

## Kaip vaikai suvokia mirtį

Mirus artimam žmogui, vaikai išgyvena panašius jausmus ir emocijas kaip ir suaugę žmonės. Tačiau tuos jausmus ir emocijas jie neretai išreiškia visiškai kitaip, o tai gali trikdyti tėvus, globėjus ir kitus suaugusius žmones. Maži vaikai retai liūdi ilgesnį laiką, todėl vieną akimirką jie gali būti labai susikrimtę, o kitą - vėl žaisti ir juoktis. Gali atsitikti ir taip, kad jie lengvai priims mirties faktą pradžioje, bet vėliau pasijus labai nuliūdę. Jie tai pasineria į sielvartą, tai vėl iš jo ištrūksta. Tokia reakcija yra normali, todėl labai svarbu suteikti jiems galimybę savo sielvartą išreikšti tada, kai jiems patiems to norės. Suaugusiesiems gali būti sunku suvokti jų nuotaikų pokyčius, nes mes linkę liūdėti visą laiką. Tai, kaip vaikai suvokia mirtį, daugiausiai priklauso nuo jų amžiaus ir suvokimo sugebėjimų.

Tam, kaip vaikai reaguos į netektį, įtakos turės tai, kaip jie suvokia mirtį; apie tai ir kalbama šioje brošiūroje. Tačiau visi vaikai vystosi skirtingai, todėl nepaisant to paties amžiaus, vieni jų mirtį gali suvokti brandžiau, kiti - ne taip brandžiai.

## 0-2 metai

Maži vaikai ne itin aiškiai suvokia, kas yra mirtis, bet juos labai veikia juos supančių žmonių nusiminimas. Jie reaguos į mylimo žmogaus netektį ir gali jo ieškoti arba kalbėdami minėti jo vardą. Kūdikių ir mažų vaikų nusiminimas gali pasireikšti susierzinimu, didesniu negu įprasta nuovargiu, perdėtu prieraišumu ir išgąsčiu. Nors tokio amžiaus vaikai nesupranta, kas tai yra mirtis, vis tiek svarbu su jais apie tai kalbėtis. Augdami ir vystydamiesi, jie pamažu išsiaiškins, ką reiškia tie jiems nežinomi žodžiai.

## 2-5 metai

Šio amžiaus tarpsnio vaikai gali ir nesuprasti, kad mirtis yra visam laikui ir kad ji ištrunka visus gyvus organizmus. Dėl ribotų jų suvokimo sugebėjimų išgirdę, kad kas nors mirė, jie gali į tai akivaizdžiai ir nesureaguoti. Tokio amžiaus vaikai viską suvokia labai tiesiogiai, todėl labai svarbu apgalvoti apie tai, ką ir kaip kalbėti. Nereikėtų mirties aiškinti tokiomis sąvokomis kaip „išėjo“ arba „užmigo“, nes tai vaikus gali tik sutrikdyti. Geriau sakyti tiesiog „mirtis“ ir „miręs“, nors tokius žodžius mažiems vaikams ir sunku sakyti. Mažiems vaikams sunku suprasti, kad miręs žmogus jau niekada nebesugrįš, todėl jiems gali tekti kelis kartus pakartoti, kad kai žmogus miršta, jis nebegrįžta. Štai, ko jie gali klausti:

- Ar danguje galima važinėti dviračiu?
- Ar močiutė vis tiek mane matys?
- Ar mama (tėtė) bus ten, kai vyksime atostogauti?

Tokiu būdu vaikai bando išsiaiškinti, kas nutiko. Į tokius klausimus atsakyti gali būti nelengva, bet svarbu pasitelkti kantrybę ir į juos atsakyti kaip galima sąžiningiau, vis primenant vaikui, kad jų mylimas žmogus po mirties nebegrįš.

Visose šeimose pasitaiko barnių ir pasakoma skaudžių žodžių, todėl sunkiu metu vaikas irgi gali pasakyti, kad jis ko nors nekenčia ar kad norėtų kieno nors mirties. Tokio amžiaus vaikų labai laki vaizduotė, jie tiki savo žodžių galia, todėl gali įtikėti ir tuo, kad barnio metu ištarti jų žodžiai ar palinkėjimai ir prišaukė mirtį. Labai svarbu vaikams pasakyti ir juos įtikinti, kad nei mūsų žodžiai, nei mintys negali sukelti kito žmogaus mirties, nes vaikai neretai kaltina save, kai

miršta jiems brangus žmogus.

## 5-11 metų

Paaugę vaikai pamažu pradeda suprasti, ką reiškia amžinybė ir kad mirtis yra neatšaukiama. Tačiau jie vis tiek gali viltis, kad jiems kaip nors pavyks pakeisti tai, kas nutiko („Ar jeigu padarysiu tai, ką liepė mama, {vardas} pas mus sugrįš?“). Kaip ir mažesniems vaikams, jiems reikia pasakyti, kad nei mūsų žodžiai, nei mintys negali prišaukti mirties.

Vaikai pradeda daugiau suvokti nuo aštuonių iki dešimties metų amžiaus. Jie pamažu pradeda suprasti, kad kiekviena mirtis turi tam tikrą priežastį ir kad visi gyvi organizmai miršta. Normalu, kai jie klausinėja apie mirtį, net jeigu jiems ir neteko patirti artimo žmogaus netekties. Vaikams gali būti smalsu, todėl jie gali klausinėti apie tai, kas nutinka mirties metu ir po laidotuvių. Labai svarbu, kad į jų klausimus atsakytų žmogus, kurio šie klausimai per daug netrikdo. Jums patiems gali būti pernelyg sunku atsakyti į šiuos klausimus; gali būti paprasčiau, kad į juos atsakytų Jūsų šeimai nepriklausantis žmogus.

## Paaugliai

Paaugliai mirtį suvokia panašiai kaip suaugę žmonės. Paaugliui gali būti itin sunku išgyventi artimo žmogaus mirtį, nes jie dar nėra pasiekę suaugusio žmogaus brandos lygio. Jie supranta, kad mirtis neatšaukiama, ir suvokia, kaip ji paveiks jų ir jų šeimos gyvenimą. Būdami tokio amžiaus, paaugliai išgyvena reikšmingus fizinius, emocinius ir socialinius pokyčius, gali jaustis labai pažeidžiami, todėl jiems gali būti tikrai reikalinga jų šeimos narių ir kitų artimų žmonių parama. Neretai paaugliai apie savo jausmus ir išgyvenimus mieliau kalbasi su savo draugais, o ne su tėvais ar globėjais. Tėvams ir globėjams gali būti neramu dėl savo paauglių vaikų ir dėl to, kaip jie jaučiasi. Gali būti naudinga pasikalbėti su savo vaiko draugų tėvais, mokytojais ar kitais kaip nors su juo susijusiais suaugusiaisiais, idant (kad) būtumėte tikri, kad Jūsų vaikas su kuo nors apskritai apie tai kalbasi.

## Kaip vaikams pasakyti apie artimo žmogaus mirtį

Tėvai ar globėjai neretai sakosi nežiną, kaip vaikams pasakyti, kad kas nors mirė. Ir nors tam nėra universalaus recepto, tikimės, kad toliau pateiktos rekomendacijos bus Jums naudingos.

- Prieš kalbantis su vaikais, tėvams ar globėjams vertėtų aptarti, ką jie ketina vaikams pasakyti. Vadinasi, iš visų jiems svarbių žmonių vaikai išgirs tą patį.
- Su vaikais pasikalbėkite neatidėliodami. Jeigu lauksite per ilgai, jie apie tai gali sužinoti iš ko nors kito arba pajusti, kad kažkas yra negerai ir kelia susirūpinimą.
- Svarbu kalbėti kaip galima atviriau ir sąžiningiau, ir vaikams suprantama kalba paaiškinti, kas įvyko.
- Kiek informacijos pateikti, priklauso nuo vaikų amžiaus ir suvokimo sugebėjimų. Mažiesiems vaikams sudėtingų paaiškinimų nereikia; jiems užtenka pasakyti, kad mirusysis ilgai sirgo ir kad gydytojai bei slaugės tikrai stengėsi jam (jai) padėti, bet jis (ji) pernelyg sunkiai sirgo, todėl mirė. Vyresniems vaikams ir paaugliams gali teikti viską paaiškinti detaliau.
- Pradžioje išgirdus apie mirtį mažiesiems vaikams gali būti įdomu sužinoti mirties aplinkybes (kur ir kada). Šiek tiek vyresni vaikai gali pasiteirauti, kaip jų mylimas asmuo mirė, o dar vyresniems vaikams ir paaugliams gali būti svarbu sužinoti, kodėl.
- Vietoje tokių teiginių kaip „ilgam užmigo“, „mes jos netekome“ arba „išvyko į tolimą kelionę“, geriau vartoti žodžius „mirtis“ ir „miręs“. Tokie teiginiai gali trikdyti vaikus, ypač jaunesnio amžiaus, nes jie juos gali suprasti tiesiogiai, gali pradėti nerimauti ir bijoti užmigti, pasimesti arba išvykti į kelionę.
- Mažesniems vaikams reikia paaiškinti, kad kai žmogus miršta, jo kūnas nustoja veikti ir jam nebereikia oro kvėpuoti. Svarbu mažiesiems vaikams paaiškinti, kad mirusiojo kūnas nebejaučia alkio, troškulio, skausmo, karščio ar šalčio.
- Normalu, jeigu vaikai išreiškia susirūpinimą dėl savo ateities ir užduoda tokius praktiškus klausimus: „Ar dabar galėsiu eiti į savo draugo gimtadienio šventę?“ arba „Kas dabar mane pasiims iš plaukimo pamokų?“ Jeigu įmanoma, reikėtų juos patikinti, kad jų kasdienybė nepasikeis, arba suprantamai paaiškinti ateities planus.

## Kaip padėti vaikams atsisveikinti

Normalu, jeigu nesate tikri, ar verta leisti vaikams pamatyti jų artimą žmogų po mirties ir dalyvauti to žmogaus laidotuvėse. Tėvai ir globėjai paprastai šį sprendimą apibūdina kaip labai nelengvą, tuo labiau, kad jį tenka priimti tada, kai jie patys gedi. Visos situacijos yra skirtingos, be to, skirtingų žmonių požiūris į tai gali būti skirtingas. **Tačiau vaikams reikia suteikti galimybę atsisveikinti.**

Iš pokalbių su vaikais ir jaunuoliais, išgyvenusiais sielvartą, ir iš tyrimų tapo aišku, kad vaikams reikia suteikti galimybę pamatyti savo mylimą žmogų po mirties ir dalyvauti laidotuvėse. Svarbu, kad vaikas tam būtų gerai paruoštas ir jį lydėtų jam gerai pažįstamas suaugęs žmogus, kuriuo jis pasitiki, toks žmogus, kuris gali suteikti jam reikiamą paramą ir atsakyti į visus klausimus, kurie vaikui gali kilti. Vyresniems vaikams ir paaugliams gali norėtis pasikalbėti apie tai, kaip jie jautėsi matydami savo mylimą žmogų mirusį ir (arba) dalyvaudami laidotuvėse. Verta su jais aptarti privalumus ir trūkumus, ir padėti jiems priimti sprendimą.

## Ar vaikams verta pamatyti mirusį artimą žmogų

- Prieš leidžiant vaikams pamatyti mirusį jų mylimą žmogų, juos tam reikia gerai parengti. Jiems reikia aiškiai apibūdinti karstą, patalpą, kas joje bus ir kas bus su jais.
- Labai svarbu su jais pasikalbėti apie tai, kaip mirusysis atrodys (pvz., kuo jis arba ji vilkės), kad bus pasikeitusi jo (jos) odos spalva ir jis (ji) bus atšalęs.
- Kai kurie vaikai, ypač iš pradžių, yra linkę laikytis atokiai ir jiems svarbu žinoti, kad tai nėra blogai. Reikėtų jiems pasakyti, kad jeigu jie nori, jie gali paliesti ar pabučiuoti mirusį artimą žmogų, bet jeigu nenori, jie neprivalo to daryti. (Gali būti ir taip, kad dėl mirties priežasties Jums buvo rekomenduota prie mirusiojo nesiliesti).
- Leiskite vaikams ateiti ir išeiti, kai jie to panorės.
- Verta pasirūpinti, kad Jums, kaip šeimai, būtų leista pabūti kartu niekieno netrukdomiems. Suprantama, kad šis metas šeimai yra labai nelengvas, todėl visi gali būti nuliūdę ir verkti. Todėl svarbus šeimos privatumas ir kartu praleistas laikas.
- Nieko blogo, jeigu suaugusieji vaikų akivaizdoje neslėps savo tikrųjų jausmų (iki priimtino lygio) ir netgi verks, jeigu tik vaikams viskas bus tinkamai paaiškinta.
- Galima leisti vaikams į karstą įdėti ką nors, kas turi ypatingos reikšmės; tai gali būti atvirukas, žaisliukas, eilėraštis, piešinys ar dovanėlė. Jokiu būdu neleiskite dėti jų mylimo žaisliuko ar antklodės, nes jų jiems reikės ateityje; leiskite jiems parinkti ne tokius svarbus dalykus.
- Vaikas ar jaunuolis gali nuspręsti, kad nenori pamatyti mirusio artimo žmogaus. Labai svarbu pamėginti išsiaiškinti kodėl. Svarbu išsiaiškinti, ar toks sprendimas buvo priimtas iš baimės ir susirūpinimo (pavyzdžiui, dėl to, kaip mirusysis gali atrodyti, ar iš baimės, kad vaikas gali nuliūsti), ar dėl nuoširdaus troškimo prisiminti mylimą žmogų tokį, koks jis buvo gyvas. Jeigu tai pastarasis atvejis, galima jiems pasiūlyti paramą einant pamatyti mirusiojo.
- Jeigu mirties priežastis buvo trauminė ir kūnas buvo stipriai sudarkytas, reikėtų pasitarti dėl to, ar verta vaikams leisti pamatyti mirusįjį. Daugeliu atvejų, jeigu kūnas nebuvo sudarkytas, į jį galima žiūrėti ir jį galima liesti.

## Dalyvavimas laidotuvių apeigose

- Paprastai vaikus rekomenduojama atsivesti į laidotuvių apeigas. Vaikams svarbu žinoti, kas nutiks (pavyzdžiui, kas su jais bus, kur stovės karstas); jiems turi būti sudarytos galimybės užduoti rūpimus klausimus. Leiskite su vaikais būti suaugusiajam, kuriuo pasitikite ir kuris nesijaus nepatogiai atsakydamas į jų klausimus ir teikdamas jiems paramą.
- Galima vaikams pasiūlyti per laidotuvių apeigas atlikti ką nors konkrečiau (pavyzdžiui, padėkluoti eilėraštį arba į karstą įdėti gėlę), užrašyti atviruką arba parinkti labdaringą organizaciją, kurią būtų galima paremti.
- Jeigu Jūs arba vaikas turite savų, ypatingų įsitikimų apie gyvenimą po mirties, galima apie juos su vaiku pasikalbėti.

## Dalyvavimas laidotuvėse ar kremavimo apeigose

- Kai kurie suaugusieji jaučiasi geriau neleidami vaikams dalyvauti laidotuvėse ar kremavimo apeigose; kiti nori, kad vaikai ten dalyvautų. Jeigu norite, kad Jūsų vaikas dalyvautų, labai svarbu jį gerai tam paruošti, užtikrinti, kad jis gerai žinos, kas ten vyks, ir suteikti jam galimybę užduoti klausimus. Leiskite su vaikais būti suaugusiajam, kuriuo jie pasitiki ir kuris nesijaus nepatogiai, atsakydamas į jų klausimus ir teikdamas jiems paramą.
- Vyresniems vaikams ir jaunuoliams reikėtų pasiūlyti nuspręsti patiems, ar jie nori dalyvauti laidotuvėse arba kremavimo apeigose.

- Vaikams gali kilti klausimų apie laidotuves ir kremavimą. Normalu, jeigu vaikai domisi ir klausinėja apie tai, kas žmogui nutinka po mirties. Labai svarbu jiems priminti, kad žmogui mirus, jo kūnas daugiau nefunkcionuoja, jam nebereikia oro kvėpuoti, jis nebejaučia alkio, troškulio, skausmo, karščio ir šalčio. Taip pat labai svarbu, kad į jų klausimus atsakytų žmogus, kurio šie klausimai per daug netrikdo. Jums patiems gali būti pernelyg sunku atsakyti į šiuos klausimus; gali būti paprasčiau, kad į juos atsakytų Jūsų šeimai nepriklausantis žmogus.

## Vaikų poreikiai po mylimo žmogaus mirties

Gali būti nelengva rūpintis savo vaiko poreikiais po mylimo žmogaus mirties, kai ir Jūs patys gedite, o Jūsų emocinės ir fizinės jėgos yra ribotos. Todėl labai svarbu neužmiršti savo poreikių, per daug iš savęs nereikalauti ir prireikus kreiptis pagalbos. Gedintys vaikai turi daugybę poreikių, todėl tikimės, kad šios rekomendacijos Jums bus naudingos.

## Kaip padėti vaikams jaustis saugiems

Šiuo sunkiu metu vaikams gali būti sunku atsiskirti nuo tėvų ar globėjų. Jie gali sekti paskui tėvus ar globėjus namuose ir prašyti atsisėsti ant kelių.

- Reikėtų vengti bereikalingo išsiskyrimo, o jeigu tai neišvengiama, reikėtų vaiką tam paruošti.
- Neužmirškite vaikų apkabinti, paglamonėti, juos nuraminti. Vaikams būtina žinoti, kad nors Jūs ir gedite, vis tiek jais pasirūpinsite, kad jie Jums tebėra svarbūs ir mylimi.
- Vaikams naudinga grįžti į įprasto gyvenimo vėžes (pvz.: laiku eiti miegoti, įprastu metu valgyti, užsiimti įprasta kasdiene veikla). Vaikai jaučiasi saugiausiai, kai žino, ką jiems daryti ir ko tikėtis, o tam labai naudinga nustatyta dienotvarkė. Labai svarbu iš naujo nustatyti apribojimus ir įprastas taisykles, kad padėtumėte vaikams pasijusti saugiems.
- Dėl netekties vaikai gali pradėti prasčiau miegoti. Jiems gali sapnuotis košmarai apie tai, kad kažkas ateina jų pagrobti arba kad miršta kuris nors šeimos narys. Tokiu metu būtina juos patikinti, kad jie yra saugūs. Vakare, jiems einant miegoti, galima palikti įjungtą šviesą. Mažesni vaikai gali norėti miegoti Jūsų lovoje. Kadangi šį įprotį vėliau gali būti sunku išgyvendinti, verta pamėginti vaiką nuraminti ir padėti jam užmigti jo paties lovoje.
- Apie mirtį informuokite kitus Jūsų vaiko gyvenime svarbius žmones - mokytojus, prižiūrėtojus, vadovus - kad prireikus, jie galėtų pasiūlyti Jūsų vaikui paramą.

## Kaip padėti vaikams susidoroti su savo jausmais

Vaikai apie sielvartą sužino iš suaugusiųjų, todėl nieko blogo, jeigu tinkamai demonstruosite savo emocijas vaikų akivaizdoje, jeigu tik jiems bus tinkamai paaiškinta, kodėl liūдите arba pykstate. Vaikams reikia žinoti, kaip išreikšti savo jausmus, susijusius su jų mylimų žmonių gyvenimu ir mirtimi.

- Vaikams svarbu žinoti, kad liūdėti nėra blogai, bet lygiai taip gerai yra džiaugtis ir žaisti, net jeigu ir nutiko kažkas labai liūdna. Jie vis tiek gali švęsti gimtadienius ir kitas ypatingas progas. Įprasta, kad mažesni vaikai netekties išgyvenimus išreiškia žaisdami.
- Vaikų santykiai su šeimos nariais ir draugais yra unikalūs ir ypatingi; jiems būdinga didelė meilė, bet neretai juose netrūksta ir pykčio. Mirus artimam žmogui vaikai gali jaustis kalti dėl to, kad kažkada ant to žmogaus pyko, todėl svarbu juos patikinti, kad tai normalu. Jiems reikia priminti, kad nei mūsų žodžiai, nei mintys negali prišaukti mirties. Taip pat svarbu juos patikinti, kad mirusysis juos tikrai mylėjo. Priminkite vaikams apie tai, ką jie tam žmogui yra padarę gero, ir skatinkite juos daugiau galvoti apie gerus dalykus.
- Vaikai sielvartą gali išreikšti agresyviu elgesiu. Namuose tai gali pasireikšti pykčio priepuoliais arba ginčais su broliais ir seserimis; mokykloje - drausme klasėje arba kivirčiais su draugais. Todėl vaikai išreiškia pyktį dėl

netekties. Jie gali kaltinti Jus, kad leidote tam įvykti; gali pykti dėl to, kad buvo palikti. Skirkite jiems daugiau dėmesio, skatindami gerą elgesį, ir būkite atkaklūs dėl elgesio, kuris Jums atrodo nepriimtinas. Galite padėti jiems susidoroti su jų pykčiu apie tai su jais kalbėdamiesi.

## Kaip padėti vaikams dalytis prisiminimais

Vaikams labai svarbi galimybė prisiminti mirusįjį, apie jį (ją) kalbėtis, žiūrėti fotografijas, vaizdo įrašus ir kitus suvenyrus.

- Galima leisti vaikams apžiūrėti ir palaikyti mirusiojo drabužius ir daiktus. Praėjus kuriam laikui, kai būsite tam pasirengę, galite leisti vaikams pasirinkti ką nors iš mirusiojo daiktų pasilikti kaip prisiminimą.
- Kiti būdai mirusiajam prisiminti - surinkti jį ir ją primenančius daiktus į specialią dėžutę arba sukurti nuotraukų albumą.
- Labai svarbu vaikams išsaugoti nuotraukas ir ypatingus suvenyrus, ypač jeigu vaikai dar labai maži ir mirusįjį nelabai prisimins.

## Kur gauti pagalbos vaikams

Daugeliui šeimų padeda giminaičiai ir draugai; kitiems - bendruomenės ar bažnyčios grupės. Jeigu norite su kuo nors pasikalbėti apie tai, kaip Jūsų vaikas reaguoja į netektį, arba gauti daugiau informacijos, toliau rasite informacijos apie įvairias organizacijas, kurios gali pakonsultuoti ir nuraminti. Taip pat jeigu Jums atrodo, kad Jūsų vaiko elgesys ne visai įprastas, kad jam galėtų padėti kas nors, nesusijęs su šeima, šios organizacijos Jums pasiūlys tokią pagalbą.

Vietinės paramos organizacijos \*

### **Barnardo's Child Bereavement Support Service**

453 Ormeau Road

Belfast BT7 3GQ

Tel.: 028 9064 5899

[www.barnardos.org.uk/childbereavementservice](http://www.barnardos.org.uk/childbereavementservice)

*Patarimai ir informacija  
gedinčių vaikų  
tėvams*

### **Cruse Bereavement Care**

Regional Office

Graham House

Knockbracken Healthcare Park

Saintfield Road

Belfast BT8 8BH

Tel.: (028) 9079 2419

[www.cruseni.org](http://www.cruseni.org)

Pagalbos linija: 0844 477 9400

Remember our Child Tel.: (028) 9079 7975

*Parama visiems gedintiems*

### **Family Trauma Centre**

1 Wellington Park

Belfast BT9 6DJ

Tel.: (028) 9020 4700

*Staigi ar trauminė  
mirtis, susijusi su vaikais*

## Nacionalinės paramos organizacijos

|                               |                                                                                                    |                                                                              |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Childhood Bereavement Network | <a href="http://www.childhoodbereavementnetwork.org.uk">www.childhoodbereavementnetwork.org.uk</a> |                                                                              |
| Winston's Wish                | <a href="http://www.winstonswish.org.uk">www.winstonswish.org.uk</a>                               |                                                                              |
| Child Bereavement Charity     | <a href="http://www.childbereavement.org.uk">www.childbereavement.org.uk</a>                       | <a href="http://www.childbereavement.org.uk">www.childbereavement.org.uk</a> |

### „Belfast Health and Social Care Trust“ informacija

„Belfast Health and Social Care Trust“ savo viešojoje interneto svetainėje turi gedintiesiems skirtą puslapį. Jame rasite informacijos, kuri pateikiama šioje ir kitose brošiūrose šita tema. Interneto svetainės adresas:  
[www.belfasttrust.hscni.net](http://www.belfasttrust.hscni.net)

Mums, Tresto atstovams, labai svarbu suprasti, ką išgyvena mūsų pacientai ir jų artimieji, ir iš to pasimokyti. Jeigu turite ką pasakyti apie bet kurį Jums suteiktos priežiūros aspektą, savo pastabas siųskite šiuo adresu:

Trust Bereavement Coordinator  
1st Floor  
Bostock House  
Royal Group of Hospitals  
Grosvenor Road  
Belfast  
BT12 6BA

Jeigu Jūsų netenkina kuris nors Jums suteiktos priežiūros aspektas arba turite nusiskundimų, kreipkitės šiuo adresu:

Complaints/Patient Liaison Manager  
McKinney House  
Musgrave Park Hospital  
Stockmans Lane  
Belfast  
BT9 7JB