

بچه‌ها در سنین مختلف چه درکی از مرگ دارند؟

بچه‌ها در خردسالی تصویری از جدایی ندارند و مفهوم مرگ را درک نمی‌کنند.



بچه‌ها در خردسالی تصویری از جدایی ندارند و مفهوم مرگ را درک نمی‌کنند. پس از آن هم برداشت شان از مرگ فاصله زیادی با واقعیت دارد. اساساً توضیح واقعیت «فقدان» برای کودکان کار بسیار دشواری است، ولی آیا اصلاً چنین توضیحی ضرورت دارد؟ شاید بد نباشد این بار ما پای تفسیر آن‌ها از مرگ بنشینیم. شاید برای کنار آمدن با مرگ و فقدان باید، به جای آنکه مسئله را با روش‌های واقع‌بینانه و علمی از سر باز کنیم، علاقه و کنجکاوی کودکانه‌ی rlm& به مرگ، و البته زندگی، را بازیابیم. به گزارش ایسنا، روزنامه «جوان» در ادامه نوشت: یکی از دوقلوهای چهارساله‌ی rlm& ام خیلی به مرگ فکر می‌کند. دلش می‌خواهد همه rlm& چیز را درباره مردن بداند. دائم از من می‌پرسد وقتی آدم‌ها می‌میرند چه می‌شود. اول کمی تعجب می‌کردم که چه دل بستگی عمیقی، به قول خودش، به «مُرَدیده‌ها» دارد، ولی کم‌کم فهمیدم هر وقت ساکت بوده به مرگ فکر می‌کرده. هر شب قبل از خواب از من می‌پرسد «می‌شه بیشتر به من بگی وقتی آدم‌ها می‌میرن چی می‌شه؟» و من جواب می‌دهم «بدن شون از کار می‌افته. قلب شون دیگه کار نمی‌کنه.» کودکان پیش‌دبستانی فقط با مشاهده غم و غصه والدین مرگ را درک می‌کنند. این قضیه در مورد فرزندان من هم صادق است: برای فوت پدرم رفتن و بعد از مراسم یک هفته ماندم و اندوهم را از بچه‌ها پنهان نکردم. هم می‌خواهم بدانند پدر بزرگ شان درگذشته است و هم می‌خواهم دست‌کم از لایه لای خاطراتم، او را بشناسند. همین‌طور می‌خواهم نشان دهم صحبت از مرگ، که دوشادوش زندگی است، غیرطبیعی نیست، به خصوص که این روزها کل جهان درگیر بحران همه‌گیری بی‌سابقه‌ی rlm& است و فرزندانم بیشتر از قبل می‌بینند من و همسرم راجع به مرگ حرف می‌زنیم.

والدینی که کودکان را از واقعیت مرگ دور نگه می‌دارند

من عمیقاً به این موضوع واقفم که بزرگ‌ترها تمایل ندارند پیش‌بچه‌ها از مرگ صحبت کنند (حتی اجتناب هم می‌کنند) و معمولاً نمی‌گذارند کودکان وارد این گفتگوها شوند؛ می‌ترسند مبدا ناراحت یا وحشت‌زده شوند یا اصلاً مفهوم مرگ را نفهمند. پژوهشی در سال ۲۰۱۴ انجام شد که مبنای آن مصاحبه با والدین و معلمان کودکان سه تا شش ساله ایالت rlm& های غرب آمریکا بود. نتیجه تحقیق نشان داد برخی والدین امروزی معتقدند کودکان برای فهم مرگ بلوغ عاطفی لازم را ندارند. مؤسسه خیریه «وینستون ویش» بریتانیا تخمین می‌زند هر ۲۲ دقیقه کودکی در بریتانیا یکی از والدینش را از دست می‌دهد (یعنی تقریباً ۲۴ هزار کودک در سال). بر اساس اطلاعات این مؤسسه هنوز مشاهده می‌شود خانواده‌ها آشکارا رغبتی به گفتگو با فرزندان شان درباره مرگ ندارند و نمی‌دانند کودکان مرگ را چگونه تجزیه و تحلیل می‌کنند. والدین عوض آنکه به فرزندان خود بقبولانند مرگ جزئی طبیعی از زندگی است آن‌ها را از این واقعیت دور نگه می‌دارند.

تلاش برای توضیح زیستی مرگ به کودکان

از آنجا که تحقیقات نشان می‌دهد بهترین روش برای توضیح مرگ به کودکان زیر شش سال توسل به فرایندهای زیستی بدن است، تلاش می‌کنم مطالب را به صورت علمی و عملی شرح دهم و از واقعیات دور نشوم. در کتاب rlm& های می‌گردد که به دوقلوهای چهارساله rlm& ام کمک کند مرگ و فقدان را بهتر درک کنند. آنچنان تحقیقات قابل توجهی درباره تأثیر تربیت والدین بر دریافت کودکان از مرگ وجود ندارد. از طرفی، کم‌نیستند وب‌سایت‌های rlm& که نکاتی را درباره شیوه گفتگو با کودکان درباره مرگ پیشنهاد می‌کنند، اما بیشترشان غیر قابل اعتماد هستند و توجهی به رشد و تحول شناختی کودکان ندارند. در توییتر درخواستی منتشر کردم و چند کتاب مفید نیز پیدا شد، اما این درخواست بیش از هر چیز نشان می‌دهد برای کودکانی که از وجه عملی و واقع‌گرایانه درگیر قضیه مرگ هستند هیچ اثر نوشتاری درخوری وجود ندارد.

بدیهی است که دریافت ما از مرگ، از نظر زیست‌شناختی، در گذر زمان تغییر کرده است. سابقاً، تعریف بالینی مرگ توقف ضربان قلب بود، اما امروز دستگاه‌ها می‌توانند قلبی که متوقف شده است را مجدداً به کار بیندازند. پس تعریف فوق را به این صورت اصلاح کردند: «توقف غیر قابل تغییر همه عملکردهای کل مغز، از جمله ساقه مغز». در کشورهای غربی مرگ بالینی منوط به هشت شرط است: نبود واکنش rlm& خود rlm& به rlm& خودی به محرک‌ها؛ نبود هرگونه واکنش به حتی دردناک‌ترین محرک‌ها؛ نبود تنفس خود rlm& به rlm& خودی به مدت دست‌کم یک ساعت؛ نبود فعالیت پاسچرال، بلع، خمیازه یا تولید صدا؛ توقف حرکت چشم، پلک زدن یا واکنش‌های مردمک؛ نوار مغزی صاف به مدت دست‌کم ۱۰ دقیقه؛ نبود قطعی رفلکس حرکتی و عدم مشاهده تغییر در شرایط بالا به مدت ۲۴ ساعت. اما چه بسا تصویری که در فرهنگ‌ها دیگر از فرد «محتضر» وجود دارد انتزاعی‌تر و نامشخص‌تر باشد؛ مثلاً برخی اقوام جنوب اقیانوس آرام حتی کسی که خواب یا بیمار باشد را می‌گویند «مرده» است، از این رو شخص، قبل از

اینکه از لحاظ زیست‌شناسی، شناختی بمیرد، چندین بار می‌میرد و زنده می‌شود.

خردسالان درکی از مرگ ندارند

بار اولی را که بچه‌ها می‌فهمند «مردیده!» چیست به یاد داریم؛ در باغچه حیاط کفش دوزکی را دیدند که تکان نمی‌خورد، التماس می‌کردند بیدارش کنم؛ «مامان تکونش بده». تجربه بعدی فوت همسایه سالخورده‌ها؛ مان بود که دقیقاً قبل از آخرین قرنطینه سال ۲۰۲۰ اتفاق افتاد و به احتمال زیاد بچه‌ها حرف‌های ما را درباره او شنیده‌اند؛ بودند. یکی از آن‌ها پرسید «خانم همسایه جایی رفته؟»، ولی بعد فوراً موضوع را فراموش کرد. اما این بار سؤال‌ها؛ های شان تمامی ندارد.

کودکان هیچ درکی از مرگ ندارند. قبل از دوسالگی اگر خودشان شاهد قضیه نباشند، می‌توانند وانمود کنند مرگ اصلاً وجود ندارد. در واقع کودکان تا قبل از سه سالگی چیز زیادی از مرگ نمی‌دانند. شاید بتوانند احساس کنند شرایط تازه‌ای به وجود آمده، ولی درک خاصی از فقدان ندارند. مثلاً اگر یکی از اعضای خانواده‌ها فوت کند ممکن است تحت تأثیر واکنش‌های عاطفی خانواده ناراحت شوند.

فرآیند درک مرگ برای کودکان در ۳ مرحله

روانشناس، ماریا ناگی، در سال ۱۹۴۸ از پاسخ‌های حدود ۲۵۰ کودک سه تا ۱۰ ساله تحلیلی ارائه داد که امروز بسیار مورد استناد و ارجاع قرار می‌گیرد. او نشان داد کودکان تا رسیدن به فهم مرگ سه مرحله متفاوت را پشت سر می‌گذارند. کودکان سه تا پنج ساله هنوز تصور نمی‌کنند مرگ سفری است که شخص از آن بازمی‌گردد. آن‌ها احتمالاً تا این حد درمی‌یابند که بزرگ‌ترها مثل بازی دالی‌ها؛ موشه خودشان را قایم کرده‌اند و بعداً دوباره خود را نشان می‌دهند یا مثلاً والدین شان سفر کاری رفته‌اند و بالاخره زمانی بازمی‌گردند. کودکان زیر پنج سال تصور از جدایی ندارند تا از طریق آن دریابند مرده‌ها؛ کجا می‌روند. آن‌ها مرگ را در قالب مادی یا واقعی می‌ریزند، مثلاً گاهی تصور می‌کنند مثل «خوابیدن» است. درک مفهوم «استمرار» برای آن‌ها دشوار است. تحقیق ناگی نشان داد بچه‌ها؛ فکر می‌کنند مرگ موقتی است. آن‌ها توقف ضربان قلب را درک نمی‌کنند، ولی معمولاً نمی‌دانند در هر زمان بر بیش از یک مفهوم تمرکز کنند، از این رو استمرار مرگ را در نمی‌یابند. کودکان سعی می‌کنند استمرار را با دلایلی مثل «بهشت خیلی دور است» یا «در تابوت آن قدر محکم است که مرده نمی‌تواند برگردد» توجیه کنند. حدود شش سالگی، کم‌کم؛ ناپذیری مردن را درک می‌کنند و به تدریج علت اصلی را می‌فهمند؛ از دست دادن عملکردهای جسمی منجر به مرگ می‌شود.

چرخه اندوه در بزرگسالان شبیه کودکان است

بی‌دردی‌ترین راه برای من این بود که به فرزندانم بگویم بله، پدر بزرگ تان مرده است و دیگر هم بر نمی‌گردد؛ هیچ آدمی وقتی بمیرد دیگر بر نمی‌گردد، ولی خودم هنوز در موقعیتی نیستم که بتوانم از رفتن پدرم برای همیشه صحبت کنم. ظاهراً فرزندانم الان درگیر مفهوم استمرار مرگ هستند، چیزی که من هم به‌واسطه گفتگو با آن‌ها باید به خودم یادآوری کنم. پدرم قرار نیست برگردد. من فکر می‌کنم چرخه اندوه در بزرگسالان تا اندازه‌ای شبیه کودکان باشد. مرحله اول غصه و اندوه حس گناه است؛ دقیقاً مثل کودکان که گرفتار نگرش خودمرکزگرا هستند و تصور می‌کنند هر اتفاق بدی می‌افتد لزوماً تقصیر آنهاست، من هم خودم را ملامت می‌کنم که ای کاش با پدرم بیشتر تماس گرفته بودم... ای کاش از او پرستاری می‌کردم. ما همین طور این راه عذاب‌آور را ادامه می‌دهیم، خودمان را بازخواست می‌کنیم، به خودمان پرخاش می‌کنیم و سعی می‌کنیم حس درماندگی‌مان را کنترل کنیم. کودکان هم همین کار را می‌کنند، ولی نه فقط برای اینکه کنترل خود را مجدداً به دست بیاورند بلکه، چون تا شش یا هفت سالگی چرخه ارجاع شان بسیار محدود است. آن‌ها جهان را فقط از منظر خود می‌بینند و هنوز توان فهم این را ندارند که ممکن است افراد مختلف چیزها را به طرز متفاوتی ببینند.

تجربه کودکان درباره مرگ نسبت به گذشته تغییر کرده است

در خانواده‌ها؛ های امروزی تجربه مرگ نسبت به گذشته خیلی تغییر کرده، چون بسیاری از کودکان تا وقتی بزرگ می‌شوند هیچ یک از بستگان درجه یک خود را از دست نمی‌دهند. سابقاً، به دلیل نرخ بالای مرگ و میر و اینکه بیشتر مردم در اثر بیماری در خانه می‌مردند، مرگ واقعاً جزئی از زندگی روزمره بود. از آنجا که مردم عموماً در اجتماعات و خانواده‌ها؛ های بزرگ و نزدیک به هم زندگی می‌کردند، کودکان نیز خواه ناخواه بخشی مهم از مراسم مرگ افراد بودند. اما با جد شدن خانواده‌ها؛ ها و طولانی‌تر شدن عمر افراد شرایط عوض شد. امروز بسیاری از این مناسک سنتی جای خود را به رسوم تازه داده‌اند که بر دریافت کودکان از واقعیات مرگ اثر می‌گذارد. کودکان معمولاً تنها وقتی مفهوم استمرار مرگ را درمی‌یابند که دلتنگ فرد از دست‌رفته می‌شوند. این قضیه وقتی پیچیده می‌شود که کودکان مستقیماً متوجه مرگ شخص نمی‌شوند. توضیح و فهم فاصله‌ها؛ های بین ما و مرگ کسانی که خیلی کم به دیدارشان می‌رویم دشوار است چراکه وقتی شخص همواره از زندگی کودک غایب بوده، تصور «دلتنگی» محال است. فهم کودکان از مرگ را، تا اندازه زیادی، گفتگوهای آن‌ها با بزرگ‌ترها شکل می‌دهد. آن‌ها در خلال این گفتگوها فرصت می‌یابند پرسش‌ها؛ های خود را در میان بگذارند و بفهمند ممکن است برای سؤال‌اتشان درباره مرگ بیش از یک پاسخ وجود داشته باشد. چنین گفتگوهایی به کودکان می‌آموزد که در عین اعتقاد به توقف عملکردهای زیست‌شناسی، می‌توان به زندگی پس از مرگ نیز معتقد بود.

بازگشت به گفت وگویی کودکانه درباره مرگ پدربزرگ

- «شاید وقتی آدما میمیرن، می رن کره ماه. به نظر تو نانا رفته کره ماه؟»

با اینکه دلم می‌ریزد؛ خواهد معتقد باشم که بله، شاید پدرم (نانا) رفته کره ماه و از آنجا ما را تماشا می‌کند، محافظه‌کارم؛ دهم و چیزی نمی‌گویم.

- «چطوری رفته کره ماه؟ سوار موشک شده؟ کی موشک رو می‌رونه؟»

- آن یکی قل وارد میدان می‌شود: «خب شاید خلیان داشته باشه.»

می‌گذارم بین خودشان موضوع را حل کنند. ظاهراً این طوری آسان‌تر است. من چیزی نمی‌گویم بلکه خواب‌شان ببرد. در تاریکی اتاق دراز می‌کشم؛ از این دنده به آن دنده می‌شوم و سعی می‌کنم به گره‌های کوری که نسل اندر نسل در رشته‌های به‌هم‌ریخته‌ها؛ هم‌ریخته‌ها؛ یافته‌ها؛ برای مراسم روز دهم پدرم بافتیم؛ رشته‌ها دور کنم، رشته‌ها می‌پیچند و می‌پیچند مثل مهری که ما به یکدیگر داریم، حتی وقتی عشقی نمی‌ورزیم، حتی وقتی از آن چیزی نمی‌گوییم. نفس عمیقی می‌کشم و با خود می‌گویم آیا این تنها یک توهم است یا حقیقتاً تنها راه مواجهه با غصه‌ها؛ هم‌همین آرزوهای محال جادویی است، همین جهان جادویی که فرزندانم در خاطر زنده کرده‌اند؛ و درست همان موقعی که خیال می‌کنم من دارم به فرزندانم کمک می‌کنم مفهوم مرگ را بفهمند، چون حالا می‌دانم که این موضوع چقدر برای رشد طبیعی آن‌ها اهمیت دارد- کم‌کم پی می‌برم که شاید سؤالات آن‌ها حتی بیشتر به من کمک می‌کند با غم و اندوهم کنار بیایم و طوری آن‌ها را بیان کنم که ممکن نیست بتوانم با اطرافیان بزرگسالان به همان صورت در میان‌شان بگذارم.

نقل و تلخیص از: وب‌سایت ترجمان/ نوشته: پراگیا آگاروال/ ترجمه: عرفان قادری/ مرجع: ایان