
Obsah

ÚVOD 5

JAK TO ŘÍCT DĚTEM 7

Co říct 7

Být k dětem otevřený a upřímný 7

Kolik informací děti potřebují? 8

Odpovědět na otázky dítěte 8

Jak volit slova 9

Vysvětlit dítěti své pocity 9

POCITY A REAKCE DĚTÍ RŮZNÉHO VĚKU 10

Co dítě chápe 10

Pocity dítěte 10

PŘEDŠKOLNÍ DĚTI 11

Co mohou chápat předškolní děti 11

Možné reakce předškolních dětí 12

PRVNÍ STUPEŇ

ZÁKLADNÍ ŠKOLY 13

Co mohou chápat děti mladšího školního věku 13

Možné reakce dětí na prvním stupni základní školy 13

OD VĚKU 11 LET DÁL 14

Jaké pocity mohou mít dospívající 14

Možné reakce dospívajících 14

Jak být oporou dospívajícím 14

BÝT DĚTEM OPOROU 15

Jak zvládat reakce dětí 15

Zachovat řád 16

Požádat o pomoc a podporu 16

ŘÍCT O ÚMRTÍ DALŠÍM LIDEM, KTERÍ TRÁVÍ ČAS S VAŠÍM DÍTĚTEM 17

Informovat učitele, pečovatele a další 17

Informovat dětského lékaře 17

Říct o úmrtí rodičům jiných dětí 17

ZAPOJIT DĚTI 18

Možné způsoby, jak děti zapojit 18

Rozloučit se s miminkem 19

Krabička na památku 19

POHŘEB 19

Zapojit děti do dění kolem pohřbu 19

Vysvětlit, co se na pohřbu děje 19

Poprosit někoho, aby si během pohřbu vzal vaše dítě nebo děti na starost 20

Pokud se děti pohřbu nezúčastní 20

Rozptýlení nebo pohřbení popela 20

POZDĚJI 21

Navštívit hřbitov, vzpomínkovou zahradu nebo jiné místo 21

Výročí a vzpomínkové obřady 21

Rodinné oslavy 22

MLUVIT S DĚTI O DALŠÍM TĚHOTENSTVÍ? 22

Před dalším těhotenstvím 22

Během dalšího těhotenství 22

Kde čerpat oporu 23

Po narození dalšího miminka 23

DLOUHODOBĚJŠÍ HORIZONT 24

Sourozenci z téhož těhotenství a děti narozené po úmrtí miminka 24

Kdy a jak jim to říct 24

Proč může být důležité říct dětem o miminku 25

Možné reakce dítěte 25