

Útdráttur

Viðfangsefni þessarar ritgerðar er börn og áföll, sorgarviðbrögð barna og leiðir til að vinna úr áföllum. Áföll eins og skilnaður og sorg eru algengir atburðir í þjóðfélaginu en aftur á móti lítið rætt um það eins og til dæmis í leikskólum. Fólk gerir sér oft ekki grein fyrir hve mikil áhrif áföll geta haft á lítið barn. Fyrr á tímum var til að mynda sorg barna ekki viðurkennd eða reynt að „hlífa“ barninu við sorginni en í dag hefur þetta breyst og umræðan orðin opnari þó enn mætti gera betur. Jafnvel mætti koma með séráfangu inn í kennaranám um börn og áföll eins og er með börn með sérþarfir því miklar líkur eru á að leik- og grunnskólakennarar þurfi að takast á við þær aðstæður á vinnustað sínum að vinna með börn sem verða fyrir áfalli og því nauðsynlegt að hafa einhverja þekkingu um það málefni.

Niðurstaða okkar er sú að börn upplifi sorg ekki síður en hinir fullorðnu en hættan er sú að börnin vilji oft gleymast. Áföll skilja eftir sig djúp spor í sálarlífi barna og ef til vill dýpri ef ekkert er að hafst til að vinna úr því áfalli. Mikilvægt er að setja sig í spor barnanna, sýna þeim hlýju og stuðning, koma heiðarlega fram og eiga við þau mörg, stutt samtöl og leyfa þeim að leika sé inn á milli svo álagið verði ekki of mikið á þau. Með því að gefa börnunum kost á að glíma við hugsunina um dauðann, missinn og sorgina erum við að hjálpa þeim að upplifa eðlilegan tilfinningalegan þroska.

Við komumst að því að ýmislegt er til ráða til að hjálpa börnum að vinna úr sorginni. Til að mynda getur barnið tjáð tilfinningar sínar, reynslu og hugarheim með litum, leir og öðrum efnivið í umsjón leikskólakennara. Einnig getur lestur bóka um viðeigandi málefni þar sem hægt er að hafa umræður á eftir lestrinum gefið börnum tækifæri til að tjá hug sinn eða koma með spurningar sem brenna á þeim, þá er líka hægt að skoða með þeim myndaalbúm og fara í gegnum minningar.

Áðurnefndar tjáningarleiðir geta eftt sköpunargáfu, ánægju barnsins og þekkingu þess á umheiminum og ekki síst þekkingu þess á sjálfu sér.

Abstract

The subject of this essay is children and emotional trauma, children's reaction to loss and sorrow and ways for them to deal with emotional crisis.

In our society today, emotional ordeals such as divorce and loss of a loved one have become common situations but unfortunately they get minimal discussion, especially in pre-schools. People usually don't realize how much impact emotional trauma can have on a child. In the past it seemed the accepted norm not to recognize a child's grief or distress and everything was done to „spare“ the child from dealing with sorrow or loss. Fortunately this has changed but we can always do better. Children with special needs is a course that is already in educational programs, we believe that it would benefit everyone if a course that focused mainly on children's emotional trauma would be available as well and should even be mandatory since it is highly likely that both pre-school and elementary teachers will have to deal with that kind of crisis in their workplace. It is therefore crucial to have some knowledge on the subject.

Our findings have shown us that children experience grief and stress just as adults do but the danger is that children tend to be the forgotten part in those circumstances. Traumas usually leave invisible marks on children's emotional life and if they don't get any help on working their way through the situation and recognize their own feelings, those marks could become everlasting scars. It is important to try to empathize with the children, give them warmth and support, be honest towards them and have them partake in many but very brief conversations. It is also important to let them play in between those sessions so they feel relaxed and trust is easily built by giving children a chance to think about death, the loss and the sorrow as a normal part of life, we are helping them experience a natural emotional development.

Our findings also showed us that a lot can be done to help children work their way through emotional crisis. The child can be encouraged to express itself, its emotions, experiences and thoughts by using play, coloring or any other way that helps the child express itself in the presence and care of a pre-school teacher and also by the reading of books fitting to the circumstances at hand, followed by a

discussion where the children are encouraged to ask any questions they might have and also by looking at photographs and reminiscing.

The above mentioned ways of expression can enhance creativity, boost the child's happiness and increased its knowledge of the world and give the child the tools needed to gain self-awareness.