**Памятка по сопровождению информирования о смерти родственника ребенку, членам семьи. Вербальные формулы для психолога.**

Сопровождение информирования о смерти - это важный процесс, который требует от психолога особых знаний и умений. Перечислим несколько важных аспектов, которые психолог должен учитывать при сопровождении информирования о смерти.

Во-первых, знание протекания процесса горевания: смерть близкого человека вызывает различные эмоциональные реакции у семьи, включая шок, гнев, отрицание, грусть, чувство вины. Психологу важно знать и уметь распознавать фазы горевания и особенности помощи на каждой из них.

Во-вторых, необходимость работы в межведомственной команде с другими специалистами: военнослужащими, врачами, социальными работниками. Психологу важно быть готовым эффективно сотрудничать с другими членами команды и обеспечивать наилучшую поддержку для человека, которому сообщили о смерти близкого.

Во-третьих понимание культурных и религиозных особенностей: в разных культурах и религиях существуют различные традиции и обычаи, связанные со смертью. Психологу важно учитывать эти различия и адаптировать свою работу в соответствии с культурными и религиозными особенностями семьи.

Психологу, который сопровождает информирование о смерти близкого человека, нужно быть готовым к эмоциональной нагрузке, к различным реакциям от замирания и ступора до агрессии и отказа во взаимодействии, к реагированию на сложные вопросы о смерти.

**Задачи, которые стоят перед психологом при сопровождении информировании о смерти и процесса горевания.**

|  |
| --- |
| Слушать и поддерживать. Важно дать человеку возможность выразить свои эмоции и чувства, а также поддержать его в трудный момент. |
| Объяснить процесс. Психолог может рассказать о том, что происходит в процессе горя и показать, что это нормально. |
| Предоставить информацию. Психолог может предоставить информацию о том, как происходит процесс горя, какие могут быть физические и эмоциональные реакции, а также о том, что можно сделать, чтобы справиться с этим. |
| Помочь в выборе ресурсов. Психолог может помочь найти ресурсы, которые могут помочь человеку справиться с горем, например, группы поддержки или терапевтические услуги. |
| Следить за состоянием. Психолог может следить за состоянием человека после информирования о смерти близкого и оказывать поддержку в течение всего процесса горевания. |

Важным аспектом в работе с семьями погибших является выбор слов при консультировании в горевании, потому что это может оказать влияние на эмоциональное состояние клиента. Неправильно выбранные слова могут вызвать дополнительный стресс и усилить чувство горя. С другой стороны, правильно подобранные слова могут помочь человеку лучше понять и осознать свои эмоции, а также дать ему чувство понимания и поддержки. Кроме того, психолог должен уметь справляться с различными культурными и личностными особенностями клиента, чтобы его слова были понятны и эффективны. В целом, правильно подобранные слова могут сыграть значение в том, как быстро человек сможет перейти к процессу исцеления.

**Фразы табу**

|  |
| --- |
| «Не плачь»; «Держись»; «Возьми себя в руки» |
| «Бог посылает испытания сильным»; «Бог дал, Бог и взял» |
| «Bce oбpaзуeтcя! Bce будeт xopoшo!» |
| «Значит, в этом есть смысл» |
| «Сами виноваты»; «За грехи» |
| «Какие твои годы, еще кого-нибудь встретишь» |
| «Какой ужас! Как могло это произойти?» |

**Фразы помощники**

|  |
| --- |
| "Сегодня я хочу поделиться с вами очень тяжелой новостью." |
| "К сожалению, я должен сообщить вам, что ваш родственник погиб/умер" |
| "Я понимаю, что это очень трудно для вас и я готов выслушать ваши чувства и эмоции" |
| "Я хотел бы просто быть с вами и поддержать вас в этот трудный момент" |
| «Я хочу вам помочь. Что я могу для вас сделать?» |
| "Если вам нужна какая-либо помощь или поддержка, пожалуйста, не стесняйтесь обратиться ко мне" |
| "Я здесь, чтобы выслушать вас и помочь вам в любой возможной мере" |
| «Запишите, пожалуйста, телефон. Возможно, он вам пригодится в ближайшее время» |
| «Вы можете звонить нам в службу» |
| «По любому вопросу вы можете нам звонить. Мы постараемся вам помочь и поддержать» |
| «Если вы захотите поговорить, мы открыты» |
| «Если вы хотите, мы можем приехать к вам» |
| «Может ли кто-то побыть рядом с вами сейчас?» |
| "Я понимаю, что каждый человек проходит через процесс скорби по-своему, и мы готовы помочь вам в этом процессе" |
| "Вы можете рассказать мне о том, как вы себя чувствуете и что вам нужно в этот период" |
| "Помните, что вы не одни в этом процессе, и мы готовы поддержать вас и вашу семью" |
| "Я хочу сделать все, что в моих силах, чтобы помочь вам в этот трудный период." |