



## کودکان سوگوار در روزهای سخت: از دست دادن عزیزان جان باخته از کرونا

### داستان یک کودک واقعی

پدر و مادر مهتای دو و نیم ساله هر دو پزشک هستند و بسیار مشغول. با این حال همیشه برای کودک وقت می‌گذارند و به خصوص پدر با او زیاد بازی می‌کند. کودک از یک سال پیش پرستاری دارد که در خانه از او مراقبت می‌کند و رابطه عاطفی بسیار خوبی با او دارد. مهتا از نظر رشدی طبیعی است و از نظر تکاملی جلوتر از همسالان خود عمل می‌کند.



متأسفانه یک هفته است که پدر درگیر بیماری کرونا شده و در یکی از اتاق‌های خانه خود را قرنطینه و درمان را شروع کرده است. برای پیشگیری از ابتلای دیگران، پرستار به مرخصی فرستاده شده و مادر در خانه مانده و مراقبت از کودک و سایر کارهای خانه را به عهده گرفته است. مادر خود نیز علائمی از بیماری دارد اما نتایج کرونا هنوز مشخص نیست. خوشبختانه والدین ارتباط خوبی با یکدیگر دارند و از شرایط اجتماع یا اقتصادی مناسب و حمایت همکاران و بستگان برخوردارند.

در این مدت مهتا خیلی بهم ریخته، به شدت لجباز شده، دائم بهانه‌گیری می‌کند، گریه‌های بی‌پایان و ممتد دارد، و نمی‌خواهد، می‌گوید: «اصلاً دوست ندارم بفوایم». مهتا دائم می‌گوید: «دوست دارم بابام رو بغل کنم، بوسش کنم» و باز زیر گریه می‌زند و در حد ضجه زدن گریه می‌کند. مادر احساس استیصال دارد و حس می‌کند کنترل شرایط از دستش خارج شده ولی نمی‌تواند از کس دیگری هم کمک بخواهد. او مجبور شده است به خاطر شرایط فعلی خیلی از کارهایی را که قبلاً انجام نمی‌داده برای کودک انجام دهد و مهتا با گریه به خواسته‌اش می‌رسد در حالی که پیش از این کودک بسیار آرام و راحتی بوده است. این روزها مهتا خیلی مضطرب است و تمام بدن خودش را می‌خاراند. با پرخاشگری رو به تخت‌خواب می‌کند و سرش را به آن می‌کوبد. او حتی وقتی به کمک مادر هم تلاش می‌کند باز نمی‌تواند راحت بخواهد. شب‌ها دیر وقت وقتی مادر به مهتا می‌گوید که وقت خواب است مهتا می‌گوید: «من دوست ندارم، بره بره برا» حتی وقتی با سختی و ناراحتی به خواب می‌رود نیمه‌های شب بیدار می‌شود، بالش و پتو را دور خودش جمع می‌کند و می‌گوید: «فوای فوشگل نیست!» وقتی مادر از او می‌پرسد که ناراحت هستی؟ جواب می‌دهد: \*آره! و در پاسخ به چرای مادر می‌گوید: «به قاطر اینکه ... به قاطر اینکه ...» و بعد دوباره گریه سر می‌دهد. در این شرایط مادر نمی‌تواند او را آرام کند.

پدر برای اینکه کودک را به طور کامل از خود دور نکند ماسک می‌زند و دستکش می‌پوشد و روزها با او چند دقیقه‌ای در حیاط دنبال بازی می‌کند ولی اجازه تماس به او نمی‌دهد. مهتا دنبال پدرش می‌دود و می‌گوید: «بابا پشمهات را بیند ما فیلی ترسناک هستیم، ما فیلی هیولا هستیم».

یک روز که پدر در اطاق را باز کرد تا دخترش او را از دور ببیند، مهتا پاورچین پاورچین و با کمرخم به سمت پدر می‌آید و به او می‌گوید: «بابا بغلم کن!» و وقتی مادر مانع می‌شود با گریه می‌گوید: «دوست دارم بابامو، چونکه من عاشقشم، می‌فوام بغلش کنم، می‌فوام بوسش کنم».

پدر و مادر همیشه با آواز و شعر و بازی به او می‌گویند که باید دستها را بشوییم تا مریض نشویم، و این روزها وقتی پدرش به او می‌گوید که: «بابا بان من سرما فورم، الان نمی‌تونم بغلت کنم»، مهتا می‌گوید: «بابا دستت را نشستی؟»



**واکنش کودکان** به دور شدن و از دست دادن عزیزان به تناسب سن و توانمندی‌های شناختی و کلامی و ویژگی‌های سرشتی آنان، همچنین ارتباطی که با اطرافیان خود دارند می‌تواند متنوع و گاه غیرمعمول باشد. برخی در **خود فرو می‌روند و گوشه‌گیر** می‌شوند، برخی مشغول بازی و فعالیت‌های روزمره هستند و طوری رفتار می‌کنند گویی هیچ اتفاقی نیفتاده، بعضی دیگر بدرفتاری و پرخاشگری نشان می‌دهند، و بعضی اضطراب پیدا می‌کنند که سایر عزیزان خود را نیز از دست بدهند یا سر خودشان نیز بلایی بیابد. مهتای کوچک نمونه‌ای از یک کودک نوپا است که نشانه‌های اضطرابی و سوگواری را با هم نشان می‌دهد

و در فضایی قرار دارد که والدین خود نیز درگیر بیماری و پیامدهای ملموس روزمره‌ی آن و همچنین اضطراب از وخیم شدن بیماری و ابتلای کودک هستند. والدین به ویژه مادر در این شرایط باید از همسر و کودک مراقبت کنند و شرایط قرنطینه را نیز در نظر داشته باشند و با رفتارهای جدید کودک به صورت نافرمانی و پرخاشگری نیز کنار بیایند. مادر باید جای خالی پدر را برای کودک پر کند و مانع از تماس مهتا با پدر شود در شرایطی که پدر در اتفاقی دیگر و در چند قدمی او قرار دارد. برای خانواده مشخص نیست که این شرایط به کدام سو خواهد رفت و تا کی طول خواهد کشید. تنش و فشار ناشی از بیماری جسمی و تغییر شرایط زندگی بر والدین به کودک نیز منتقل می‌شود اما والدین برخلاف قبل از توان و آرامش کافی برای آرام ساختن کودک برخوردار نیستند.

**سوگ** در کودکان از مقوله‌هایی به شمار می‌آید که به دلیل درد و رنج همراه با آن، در بسیاری موارد با انکار و اجتناب اطرافیان همراه است. والدین و بزرگ‌ترها از توضیح دادن ماجرا و پاسخ‌گویی به پرسش‌های کودک ناتوان هستند و از آن فرار می‌کنند، و شاید به دلیل اندوهی که با دیدن یک کودک سوگوار در خود حس می‌کنند، ترجیح می‌دهند راجع به این سوگواران کوچک چیزی نزنند، با آنها روبرو نشوند و با منحرف کردن توجه آنان به موضوعی دیگر سئوال‌شان را بدون پاسخ رها بگذارند.

آنچه در بیشتر مواقع به سوگواری کودکان می‌انجامد، رخدادهایی غمگین و شایع است مانند مرگ مادر به دنبال حادثه یا بیماری، زندانی شدن پدر، طلاق و جدایی والدین، دوری از دوستان، همکلاسی‌ها و معلم‌ها، از دست رفتن خانه و کاشانه پس از زلزله و سیل .... ولی اکنون دوران خاصی از درد و اندوه را تجربه می‌کنیم که در برابر تنش و فشار آن، رنج‌های معمول سر خم کرده و زخمی تازه سرباز کرده که کودکان باید تنها تر از همیشه با آن روبرو شوند.

## واقعیت‌های دردناک سوگ کودکان وقتی عزیزی را در اثر ابتلا به کرونا از دست می‌دهند

### کودکان بیش از پیش تنها می‌مانند

وقتی کودکان به دلیل از دست دادن موقعیت یا شخص عزیزی دچار سوگ می‌شوند، معمولاً اطرافیان نقش حامی به خود می‌گیرند و با بودن در کنار کودک کمکش می‌کنند تا بتواند با این فقدان آسان‌تر کنار بیاید. در شرایطی که یکی از اعضای خانواده در اثر بیماری کرونا در بیمارستان بستری شده و یا فوت کرده، وضعیت ویژه‌ای ایجاد می‌شود، کودک نمی‌تواند با بیمار ملاقات داشته باشد، ملاقات‌های او منع یا شدیداً محدود می‌شود، و اطرافیان و اقوام نمی‌توانند برای همدردی و همراهی در کنار کودک باشند. حتی پس از مرگ عزیز از دست رفته به خاطر احتمال ابتلای سایرین، محدودیت تماس فیزیکی با اطرافیان و بازماندگان که خود نیز ممکن است مبتلا یا ناقل ویروس باشند تا چندین هفته ادامه می‌یابد، زمانی طلایی که از دست رفتن آن، فرایند حل سوگ را دچار مشکل می‌کند.



### مراسم و مناسک تسکین دهنده محدود می شود

مراسم و آداب خاکسپاری و سوگواری از مواردی هستند که اگر درست انجام شوند به گذار راحت تر از مراحل سوگ کمک می کند. از لحظه مرگ عزیز ازدست رفته به تدریج که پیش می رویم با انجام مناسک ویژه در هر مرحله باری از دوشمان بر زمین می گذاریم و سبک تر می شویم. می بینیم چگونه اطرافیان به عزیز از دست رفته ما احترام می گذارند، چگونه از او خداحافظی می کنند، چگونه در کنارمان هستند و ما را حمایت و همراهی می کنند تا به آهستگی به پذیرش مرگ نزدیک تر شویم. ولی تغییراتی که در روند سوگواری عزیز از دست رفته در



اثر ابتلا به کرونا ایجاد می شود برای کودک و اطرافیان ناملموس، غریب و دردناک است. آنها نمی توانند عزیزشان را به شیوه معمول به خاک بسپارند، نمی توانند سر بر شانه عزیزان باقی مانده بگذارند، او را تنگ در آغوش بگیرند و های های گریه کنند، دست مهربان و گرمی نیست که اشک هایشان را پاک کند، از زدن بوسه بر گونه شان دریغ می شود، نمی توانند پذیرای میهمانان سوگوار باشند، نمی توانند در همکاری با بستگان مقدمات مجالس یادبود و سوگواری را بچینند. تمام این محدودیت ها بر درد و اندوه کودکان و اطرافیان سوگوار آنها می افزاید و سوگشان را به از دست دادن های متعدد تبدیل می کند.

### فقدان ها متعدد هستند

پیش از آنکه کودکان عزیزشان را به دلیل بیماری کرونا از دست بدهند، به خاطر شرایط ویژه ثانویه به این بیماری فقدان های دیگری را نیز تجربه کرده اند. به دنبال ابتلای عضو خانواده به بیماری کرونا، برنامه های روزانه و معمول کودکان تغییر می کند، مدرسه تعطیل می شود، دوستان، همکلاسی ها و معلم هایشان را ملاقات نمی کنند و از حمایت و تسکین بخشی آنها نیز محروم می شوند، روابط اجتماعی و خانوادگی به حداقل ممکن می رسد، بزرگ ترها درگیر مسائل اقتصادی، اجتماعی، بیماری، ... و شدیداً مشغول هستند و ممکن است از کودک غافل شده باشند. در چنین شرایط غیر معمولی است که کودک عزیز خود را از دست می دهد. بدیهی است سوگی که با فقدان های متعدد همراه شده، ممکن است مسیر معمول خود را طی نکند.