

A Handbook for Community Health workers



**Оказание помощи
детям, затронутым
эпидемией ВИЧ**



Пособие для медицинских и санитарных
работников

Оказание помощи детям, затронутым эпидемией ВИЧ

Пособие для медицинских
и санитарных работников

(Стр.14)

Уганда провела большую работу по снижению распространения ВИЧ-инфекции. Так, например, количество ВИЧ-инфицированных беременных женщин снизилось до 6.1 % со времени начала проведения просветительских мероприятий по данному заболеванию. Однако, количество детей, затронутых эпидемией ВИЧ, постоянно растет. Так, общее число детей-сирот с диагнозом СПИД в Уганде составляет примерно 2.3 миллиона.

Эпидемия ВИЧ – одна из самых страшных проблем, отрицательно сказывающаяся на здоровье и развитии детей во многих странах мира. В Уганде постоянно увеличивается количество семей, затронутых проблемой ВИЧ, в которых, прежде всего, страдают дети. Родители сталкиваются со сложностями различного характера: обеспечение питания, медицинской помощи, ухода, образования, не говоря уже о важности социальной защиты и развития умственных способностей детей. Стигма и чувство безнадежности, ассоциирующиеся с ВИЧ-инфекцией, в значительной степени препятствуют оказанию помощи детям, живущим с ВИЧ, которые в обществе неминуемо сталкиваются с дискриминацией, пренебрежением и изоляцией.

Не все дети, затронутые эпидемией ВИЧ, имеют доступное медицинское обеспечение, образование и социальные гарантии. Доступное государственное

медицинское обслуживание – это только одна составляющая комплексного подхода, направленного на поддержку таких детей; оказание им психологической помощи, принятие их в обществе и отношение к ним на не дискриминационной основе также важно, как и помощь в решении материальных вопросов – обеспечение продуктами питания, жильем и одеждой.

Вследствие того, что все обозначенные проблемы необходимо решать комплексно, то целью данного пособия является предоставление руководства всем людям, которые, так или иначе, имеют отношение к оказанию помощи детям, живущим с ВИЧ, как ВИЧ-инфицированным, так и затронутым эпидемией ВИЧ.

Зо Бакоко Бакору

**Министр по Делах Семьи, Труда и Социального Развития
правительства Уганды**

(Стр.15)

Это пособие является справочным материалом для медицинского персонала и **людей, осуществляющих уход и поддержку (ЛОУ) ВИЧ-инфицированным детям или детям, затронутым эпидемией ВИЧ.**

Использование данного пособия

Применение на практике информации данного пособия должно способствовать снижению психосоциального давления эпидемии ВИЧ на детей в Уганде. Трудности, связанные с получением медицинских услуг плюс стигма и недоброжелательное отношение к людям, живущим с ВИЧ, - это состояние общества на сегодняшний день, поэтому домашний уход и консультации остаются самым эффективными формами оказания помощи и улучшения жизни ВИЧ-инфицированных детей. Кроме этого, данное пособие главным образом разработано с целью содействия людям, осуществляющим уход за детьми, инфицированным или затронутым эпидемией ВИЧ, в осуществлении домашнего ухода и консультировании.

Пособие также предназначено для медицинских работников, для ЛОУ и для людей, живущих с ВИЧ. Представленная информация поможет оказывать своевременную помощь по снижению физических и психологических проблем у детей, затронутых эпидемией ВИЧ. Министерство по Делах Семьи, Труда и Социального Развития Уганды активно пропагандирует использование данного пособия в качестве полезного информационного ресурса по оказанию помощи и поддержки различным категориям детей, включая детей-сирот и детей, затронутых данной проблемой.

Пособие включает в себя следующую основную информацию:

1. Основные сведения о ВИЧ/СПИДе, включая диагностику, пути передачи и профилактику.
2. Информация об уходе и лечении ВИЧ-инфицированных.
3. Консультирование и проведение тестов на определение ВИЧ среди детей.
4. Кормление и питание ВИЧ-инфицированных детей.
5. Соблюдение общегигиенических и санитарных норм в домашних условиях.
6. Иммунизация детей.
7. Осуществление ухода за ВИЧ-инфицированными детьми, оказание помощи при температуре, кашле, диарее, туберкулезе, болезнях ротовой полости, кожных заболеваниях и боли.
8. Эмоциональное здоровье детей, затронутых эпидемией ВИЧ.

Пособие помогает сформировать коммуникационные умения, необходимые членам семей и медработникам для осуществления психо-социальной помощи детям с ВИЧ.

Мы полагаем, что это пособие окажет содействие членам семей, медработникам и обществу в целом в формировании умений и навыков для оказания помощи по облегчению страданий детей, охваченных эпидемией ВИЧ..

Надеемся, что пособие будет широко использоваться среди нуждающихся. В будущих изданиях планируем поделиться своим опытом создания данного пособия, а также хотим перевести его полностью или частично на местные языки.

Др. Хусейн Мурсал
Директор представительства организации «Спасение Детей»
(Соединённое Королевство (Великобритании и Северной Ирландии)
Кампала, Уганда

ГЛАВА 3. УХОД ЗА ВИЧ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫМИ ДЕТЬМИ

3.3 Питание детей

Кормление детей

«У меня ВИЧ. Я боюсь, что могу передать это заболевание моему грудному ребенку, если буду кормить грудью, поэтому подумываю об искусственном вскармливании. Что вы думаете?»

Грудное вскармливание – самое лучшее для ребенка, но ВИЧ инфекция передается через грудное молоко. Однако вы можете снизить вероятность передачи ВИЧ-инфекции, если будете до трех месяцев вскармливать ребенка только грудным молоком. Это значит, что в этот период ничем другим, кроме, грудного молока, ребенка кормить нельзя. Второй альтернативой является искусственное вскармливание. Подобрать подходящую смесь для вашего ребенка вам помогут педиатры поликлиники.

Если вы являетесь ВИЧ-положительным, то грудное молоко содержит вирус ВИЧ, и есть вероятность передачи вируса младенцу. Если вы не можете позволить кормить ребенка молочными смесями или специально

приготовленным коровьим или козьим молоком, то вскармливайте исключительно только грудным молоком. (См. Часть 1. Путь передачи ВИЧ-инфекции от матери к младенцу).

Кормление только грудным молоком означает, что вы не будете кормить своего ребенка ничем другим (ни другой пищей или даже водой), кроме грудного молока, исключение составляют витамины, минеральные добавки и медикаменты в сиропах и таблетках. При таком способе кормления снижается риск передачи ВИЧ, нежели при комплексном вскармливании.

Все ВИЧ-положительные мамы должны получить консультацию, чтобы осознанно выбрать приемлемый для них способ кормления.

Если вы выбираете кормление только грудным молоком, помните следующее:

- Обрабатывайте соски, чтобы избежать трещин
- Кормите ребенка грудным молоком только до 6 месяцев
- Прекратите грудное вскармливание, когда ваш ребенок достиг 6-месячного возраста, т.к. ему уже необходим прикорм, и перейдите либо на молоко животных, либо на молочные смеси.

Кормящие мамы должны обрабатывать соски, чтобы избежать трещин.

Чтобы мама и младенец были здоровыми, ВИЧ-положительные мамы, кормящие грудью, должны принимать много жидкости, есть много питательной пищи, много отдыхать и не нервничать.

(Стр. 45)

Приготовление пищи для детей

При приготовлении пищи для детей помните, что кухонные принадлежности должны быть чистыми, а вода кипяченой. Также помните следующее:

Как приготовить молочную смесь для вашего малыша

- Используйте чистую прокипяченную воду
- Следуйте инструкциям на банке или пакете, если вы не уверены, проконсультируйтесь у медицинского работника
- Если ваш малыш не съел смесь до конца, не храните ее для дальнейшего употребления
- Если ребенок остается голоден после еды, то следует дать ему еще, увеличив рекомендованную дозировку

Как готовить питание на молоке животных для детей в возрасте 3-6 месяцев

При приготовлении детского питания из чистого неразведенного коровьего молока, следуйте данной инструкции:

- возьмите 250 мл чистой прокипяченной воды
- 500 мл коровьего молока
- 4 чайных ложки сахара

Прикорм грудничков

С 6 месяцев грудное молоко уже не отвечает всем потребностям растущего организма ребенка в питательных веществах. Следовательно, все груднички в возрасте 6-8 месяцев должны получать прикорм. Женщины, не являющиеся ВИЧ-положительными, могут продолжать грудное вскармливание. ВИЧ-положительным мамам следует безотлагательно прекратить грудное вскармливание, т.к. грудное молоко не является достаточно питательным для шестимесячного ребенка.

Когда вы прекратите грудное вскармливание, убедитесь, что ребенок получает от 0,5 до 1 литра молока ежедневно. Кроме этого, ребенку также

необходима другая пища, качество и количество которой будет влиять на его/ее общее состояние здоровья.

Питание детей (стр. 46)

Если дети не получают полноценного питания, то они более уязвимы к различным инфекциям, что способствует потере аппетита и диарее и, в свою очередь, ведет к отставанию в развитии. Всем детям, а особенно детям с ВИЧ, необходима сбалансированная диета, а именно - полноценное питание 3 раза в день. Диета должна способствовать росту и развитию организма и помогать ему бороться с инфекцией. Особое внимание следует уделить детям с ВИЧ инфекцией, т.к. их иммунная система ослаблена и подвержена оппортунистическим инфекциям.

Желательно, чтоб домашняя пища была более питательной и легко усваиваемой. Например, каша может быть калорийней, если в нее добавить растительное масло или арахис. В рацион питания могут также входить молоко, яйца и бобовые, которые будут легче усваиваться организмом, если их смешать с обогащенной ферментами кашей.

Особенные рекомендации по питанию детей с ВИЧ (стр. 48)

ВИЧ-инфицированные дети часто теряют аппетит и плохо растут, т.к. их организм не может полноценно усваивать питательные вещества, поступающие с пищей. Постоянные инфекции и диарея также не способствуют росту организма и хорошему аппетиту. Плохо питающиеся ВИЧ-инфицированные дети часто болеют, поэтому необходимо следить за полноценным питанием детей.

Соблюдайте следующие правила кормления детей:

- У ребенка должна быть отдельная посуда
- Если ребенок испытывает чувство голода, дайте ему/ей добавки. Дети не должны чувствовать себя голодными после еды
- Между приемами пищи можно предложить ребенку перекусить, например, фруктами

Кормление больных детей

Больные дети часто теряют аппетит, поэтому рекомендуется предлагать детям есть то, что они хотят - маленькими порциями и часто.

- Предложите ребенку теплую воду с лимонным соком или имбирем, если его/ее тошнит. Не кормите ребенка острой или жирной пищей, т.к. она усиливает чувство тошноты.
- Если у ребенка молочница или кандидозный стоматит, то дайте йогурт или обогащенную

ферментами кашу с добавлением кисломолочных продуктов для повышения аппетита

- Для хорошего пищеварения кормите ребенка, страдающего диареей, хорошо приготовленной и протертой пищей, из продуктов, типичных для вашего региона. Добавьте энергетически ценные продукты, например, маргарин или растительное масло. (См. раздел 3.4 «Диарея»)

Слабые и больные дети не могут есть самостоятельно, поэтому кормите его сами из ложечки, предварительно посадив ребенка, создав возможность опоры на подушку.

Кормление больного ребенка потребует много времени, особенно, если он/она слабый или трудно дышит. Необходимо сохранять терпение, постоянно подбадривая ребенка, например,

- В случае, если ребенок поправляется после болезни, дайте ему/ей больше еды, чтобы помочь набраться сил
- Чтобы набрать в весе и быстрее поправиться, увеличьте количество приемов пищи.

Больного ребенка нужно уговаривать есть



3.4 Распространенные заболевания: Что следует делать?

Кашель

Кашель является симптомом простуды или гриппа, но также может быть вызван более серьезными заболеваниями, такими как пневмония и туберкулез.

Что делать, если у вашего ребенка кашель

- Давайте ребенку много теплого питья, для облегчения боли в горле, для отхаркивания.

- Если кашель не прекращается и у ребенка затруднено дыхание, то посадите его/ее прямо или приподнимите голову при помощи подушек, чтобы дыхание было удобно и легко дышать.
- Если у ребенка заложен нос, то ему трудно дышать, принимать пищу и т.д. Вы можете прочистить его/ее нос ватным тампоном, смоченным в солевом растворе.

Вызовите врача, если ребенку

- трудно дышать
- больно дышать
- он/она дышит с присвистом/хрипит
- дышит быстрее, чем обычно
- трудно пить и глотать
- отхаркивает кровь
- отхаркивает неприятно пахнущую слюну или слезы

Туберкулез (ТБ)

ТБ вызывается палочкой, которая попадает в организм воздушно-капельным путем от инфицированного человека. У детей это заболевание сложно диагностировать, тем не менее, оно часто встречается у ВИЧ-положительных детей. Следует обратить внимание,

если ребенок кашляет более месяца и при этом температурит, плохо набирает или теряет вес.

ТБ может передаваться от родителей или ЛОУ детям. Если у вас дома есть больные туберкулезом, то им следует пройти курс лечения, а детей отвезти в больницу и проверить на наличие ТБ.

Курс лечения для ВИЧ-положительных детей тот же, что и для всех детей и проходит в две стадии:

- **начальная стадия**, при которой курс лечения составляет 2 месяца
- **стадия продолжения лечения**, при которой курс лечения длится еще 4 месяца

ЛОУ должны соблюдать следующие условия:

- Для полного излечения ТБ необходимо давать **лекарство в соответствии с дозировкой в течение всего периода лечения.**
- В большинстве случаев, если больной ТБ проходит курс лечения в течение, по меньшей мере, 2 недель, то он/она не является заразным.

Диарея

Для того чтобы оказать необходимую помощь при диарее, необходимо знать основные особенности данного заболевания.

- У ребенка диарея, если у него/нее жидкий стул наблюдается чаще, чем 3 раза в день.
- Диарея может стать причиной обезвоживания организма из-за вымывания воды и соли из организма.
- Диарея вызывает снижение аппетита, препятствует всасыванию питательных веществ и оказывает серьезные последствия на ВИЧ-положительных детей.
- Если испражнения не содержат кровь, то можно лечиться в домашних условиях.

Что делать, если у ребенка диарея

Важно делать следующее:

- Давать много питья, желательно чистую прокипяченную воду.
- При грудном вскармливании, прикладывайте ребенка к груди как можно чаще.
- Если понос усиливается или испражнения частые, а ребенок при этом отказывается пить воду, обратитесь к врачу по месту жительства.

- Чтобы восстановить баланс питательных веществ в организме нужно как можно чаще давать пить физиологический раствор, а именно: один стакан **раствора для пероральной регидратации (РПР)** или **раствора соли с сахаром (РСС)** после каждого жидкого стула.

Необходимо помнить следующее:

- Вам следует соблюдать спокойствие, когда даете РПР или РСС ребенку. Если ребенок отказывается больше принимать жидкость, подождите и предложите снова через 15 минут.
- Готовьте растворы РПР или РСС каждый день, не используйте вчерашние
- Когда даете растворы РПР или РСС, используйте чашку или ложку для введения жидкости небольшими порциями, чтобы не вызвать рвоту
- Медикаментозные средства детям принимать не обязательно.

Вызовите врача, если

- в испражнениях присутствует кровь
- водянистый стул держится более 3 дней
- у ребенка постоянная рвота
- ребенок плохо ест и пьет.

Рвота

Если у ребенка рвота, давайте ему обильное питье и растворы РПП или РСС (см. Диарея). Начните с чайной ложки каждые 2-3 минуты и постепенно увеличивайте дозировку.

Вызывайте врача, если

- неоднократная рвота в течение суток и более
- в рвотных массах присутствует кровь
- кроме рвоты у ребенка ригидность затылочных мышц (жесткие и напряженные мышцы) и сильная головная боль

Заболевания ротовой полости и горла

Дети с ВИЧ инфекцией очень часто болеют афтозным стоматитом, который проявляется в виде белых пятен на слизистой оболочке ротовой полости. Еще одним заболеванием ротовой полости является вирусный герпес - болезненные пузырьки в области рта и губ. Заболевания ротовой полости и горла вызывают у ребенка недомогание и температуру, провоцируют отказ от еды и питья.

Что делать, если у ребенка заболевание ротовой полости или горла

- Промокайте ротик младенца салфеткой, смоченной в теплом солевом растворе между приемами пищи и после них, по крайней мере, 4 раза в день. Если ребенок умеет полоскать горло, то разведите ему солевой раствор: 1 ч.л. соли на стакан теплой кипяченой воды, дайте ребенку прополоскать рот и горло.
- Давайте ребенку как можно больше жидкости: молоко, йогурт, суп и фруктовый сок. Для облегчения принятия пищи используйте соломку.
- Не давайте ребенку острую, соленую пищу и цитрусовые, т.к. они усилят болезненные ощущения во рту.
- Грудным детям давайте пищу в протертом виде, т.к. ее легче жевать и глотать.
- Если у ребенка стоматит, рекомендуется чистить язык и рот ребенка мягкой щеткой несколько раз в день.
- Используйте раствор генцианвиолета (бордового цвета) 3 раза в день для лечения пузырей в ротовой полости.
- Дети сильно переживают при таких заболеваниях, поэтому необходимо окружить ребенка любовью и заботой.

Обращайтесь к врачу, если:

- Ребенок совсем отказывается пить
- У него/нее очень сильные болевые ощущения.

Заболевания кожных покровов

У грудничков и детей старшего возраста, страдающих ВИЧ, на определенном этапе заболевания возникают заболевания кожи, включая: сыпь, зуд, болезненные язвы и гнойники, иногда присоединяются стригущий лишай и чесотка.

Что необходимо соблюдать для профилактики кожных заболеваний

- Ежедневно промывайте кожные покровы ребенка с теплой водой и мылом.
- Между гигиеническими процедурами кожные покровы должны быть сухими.
- Подстригайте ногти ребенка, чтобы он/она не мог поцарапаться.
- Если у ребенка сухая кожа, то не мойте ее часто, т.к. мыло и вода раздражают кожу ребенка. Мыть ребенка можно 2 раза в неделю по мере загрязнения. Можно также использовать масло и крем, например, вазелин или глицерин, растительное масло. **Избегайте использовать парфюмированные масла и кремы, т.к. они вызывают раздражение кожи.**

- Если ваш ребенок носит подгузники или у него/нее диарея, то нужно осуществлять особый уход за кожей. Во избежание опрелостей и сыпи необходимо держать ребенка без подгузников на свежем воздухе как можно чаще - принимать воздушные ванны. Подмывайте ребенка теплой водой, а затем нанесите на кожу защитный крем, например, вазелин. Не оставляйте ребенка в мокрых и грязных подгузниках, т.к. это вызовет сыпь и опрелости.

Опоясывающий лишай/герпес

- Опоясывающий лишай – это вирусное заболевание, которое проявляется в виде болезненных волдырей; часто встречается у детей с ВИЧ-инфекцией. За 3-4 дня до появления волдырей или сыпи, у детей начинают болеть кожные покровы, кроме того, может понадобиться несколько недель, чтобы они прошли. В домашних условиях очень сложно бывает вылечить крайние случаи этого заболевания, поэтому вам может потребоваться консультация врача.

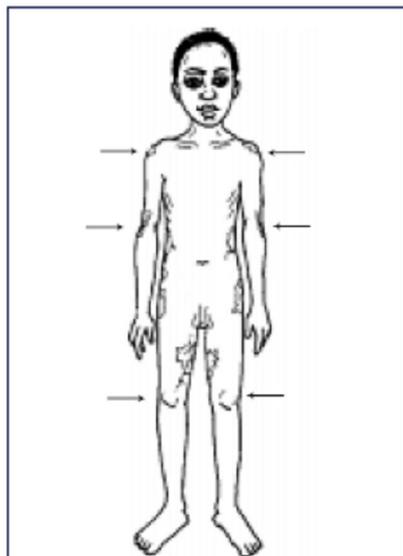


Пролежни

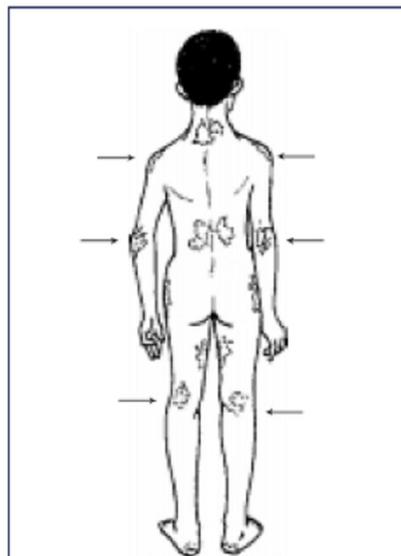
У больных детей, которые из-за слабости большую часть времени проводят в постели и движения которых ограничены, образуются пролежни, вследствие повреждения кожных покровов из-за плохого кровообращения и давления костной ткани на кожные покровы, например, в области колен, ягодиц, спины, бедер, локтей и плеч.

Как избежать пролежней

- Если ребенок не очень слаб, то попросите его встать и пройтись
- Если ребенок проводит в постели большую часть времени, то меняйте его/ее положение каждый час или два. Например, если ребенок лежит на боку, то можно положить ребенка на спину, а потом перевернуть на другой бок и т.д. Это усилит приток крови к разным частям тела.
- Возьмите ребенка к себе на колени на 15-30 минут. Он не только сменит положение, но также почувствует себя в любви и в безопасности
- Подложите подушки под те места, где образуются пролежни. Попросите медсестру показать вам, как это правильно делать.
- Можно предотвратить появление пролежней, если подкладывать к воспаленным местам мягкие простыни. Постельное белье должно быть хорошо отглажено и ровно застелено.
- Всегда меняйте постельное белье по мере загрязнения, а также, если ребенок вспотел, и оно намокло.



Места образования пролежней спереди



Места образования пролежней сзади

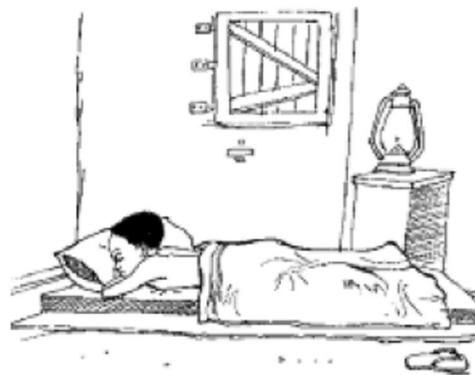
защитить области образования пролежней и ускорить процесс заживления.

- Мед, нанесенный непосредственно на пролежни, а не на кожу, способствует быстрому заживлению.

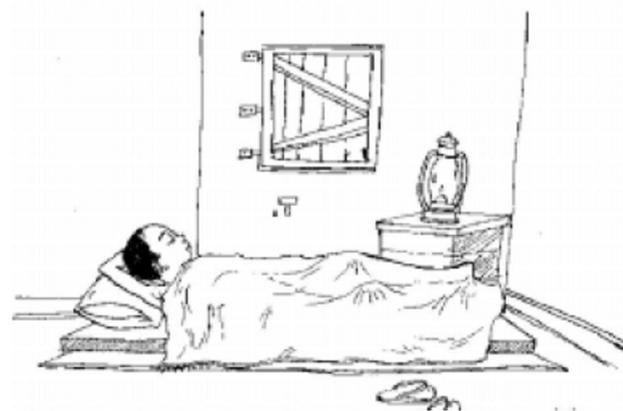
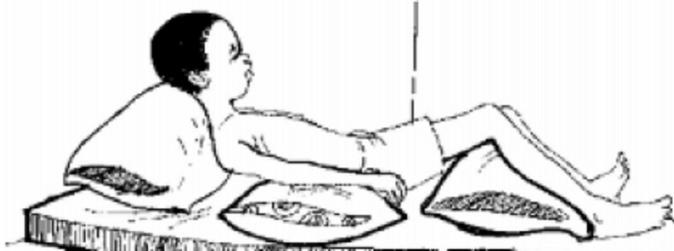
Что делать, если у ребенка пролежни

- Предотвращайте попадания инфекции в пролежни, промывая их теплой соленой водой 3 раза в день.
- В случае заражения, обрабатывайте антисептическим раствором перманганата калия (марганцовки). Растворите небольшое количество кристаллов перманганата калия на 0,5 л прокипяченной воды.
- Соблюдайте (продолжайте соблюдать) профилактику появления пролежней, чтобы

Что делать, если у ребенка пролежни



Постоянно менять положение



Подкладывать валики и подушки

Боль

Боль часто сопутствует заболеваниям, связанным с ВИЧ инфекцией. У ВИЧ-инфицированных детей боль может возникать снова, усиливаться и расти по мере увеличения стадии ВИЧ-инфекции, а на крайних стадиях боль становится частью жизни. Не менее важно избавить ребенка от болевого симптома, чем вылечить причину боли. Дети ни в коем случае не должны испытывать боль, ее нужно предотвращать и быстро устранять. Нельзя позволять ребенку страдать от боли, которую так или иначе можно контролировать.

ВИЧ-инфицированные дети испытывают тревогу и страх, пребывают в подавленном состоянии, что ведет к усугублению чувства боли. Боль усиливается, если дети боятся или чувствуют себя одиноко.

ЛОУ необходимо поддерживать и успокаивать детей, а это может быть частью устранения боли. Если ребенок испытывает чувство боли, поговорите с ним/ней. Это отвлечет больного, а также подбодрит его/ее и утешит. Можно включить музыку или рассказать сказку. Положите влажный холодный компресс на голову ребенка, сделайте ему массаж.

Следуйте следующим инструкциям, чтобы помочь ребенку избавиться от боли:

- Лекарства должны по возможности приниматься перорально.
- Обезболивающие средства должны приниматься в определенное время по инструкции. Прием лекарства продолжить, если боль возобновилась. Это позволит хоть как-то избавиться от постоянной боли.
- Начните с парацетамола, т.к. он безопаснее аспирина. Если этот препарат не снимает боль, проконсультируйтесь с врачом, возможно, вам выпишут более сильное обезболивающее средство.

Дозировка парацетамола

Младенцы до 6 месяцев	1/8 табл. (62 мг) 2-3 раза в день
Дети с 6 мес. до 2 лет	¼ табл. (125 мг) 3-4 раза в день
Дети с 3-7 лет	½ табл. 3-4 раза в день
Дети старше 7 лет	1 табл. 3-4 раза ежедневно

ГЛАВА 4

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие какой-либо болезни или недуга. Для того, чтобы считать ребенка здоровым, необходимо заботиться как о его физическом, так и о психическом здоровье, в противном случае у него возникнут проблемы в будущем.

Забота об эмоциональном состоянии

Детям необходимо чувствовать себя любимыми и защищенными, чтобы быть эмоционально здоровыми. Эмоциональная помощь начинается с того, что вы держите младенца на руках, следите за тем, чтобы он был сытым и сухим. Более взрослых детей также необходимо обнимать и подбадривать. Дети воспринимают вашу любовь через выражению вашего лица и вашу манеру говорить. Некоторые дети очень хорошо знают, что любимы, а некоторые не уверены. Их можно сбить с толку, если то, что говорит взрослый отличается от манеры говорить, например, если сурово говорить добрые слова. Детям будет сложно понять, чему верить словам или тону голоса?

Привлекайте детей к работе по дому и по хозяйству



Это поднимет их самооценку и чувство значимости

Детям необходимо знать, что их ценят. Единственный способ это сделать – дать им задания в соответствии с возрастом. Они будут приобретать умения, которые пригодятся им во взрослой жизни. Если вы возлагаете на них ответственность, то, по их мнению, вы им доверяете и верите, что они хорошо справятся с заданием. Похвала за хорошую работу поможет развить у них самооценку таким образом, что они будут ценить сами себя. Дети с низкой самооценкой могут плохо учиться в школе и плохо социализироваться.

Детям необходимо знать, что такое хорошо и что такое плохо. Лучше всего учить на своем собственном примере и объяснять, почему этого не следует делать. Маленьким детям сложно понять, что вы говорите, но если вы начнете учить их так с раннего возраста, то им будет легче потом. Не самым лучшим способом изменить поведение ребенка является критика и выставление ребенка в дурном свете.

Детям также необходимо давать возможность играть. Игра помогает им приобретать социальные умения, необходимые для общения. Смех и веселье благотворно влияют на всех.

Дети, которые чувствуют себя в безопасности и любви могут намного легче пережить потери и трудности, чем материально обеспеченные, но лишенные любви и опоры дети.

4.1 Разговаривайте с детьми

*«Поговорите с отчаявшимся ребенком, т.к. ему необходимо поделиться с нами наболевшим» -
взрослый из Касес.*

Когда дети задают сложные вопросы или хотят поговорить на сложные темы, очень легко попытаться избежать беседы. Взрослые владеют множеством приемов, как этого избежать: они могут притвориться, что не расслышали; намеренно не понять вопроса; попросить ребенка поговорить об этом позже; попросить их спросить об этом у кого-либо другого; попросить вообще не говорить о подобных вещах. Хотя разговор с ребенком на трудные темы не будет легким, избегая его, вы никому не поможете и ничего не измените.

В этом разделе будет идти речь о том, как наладить общение с ребенком.

Игра



Игра помогает детям сформировать навыки общения.
Играйте с детьми, охваченных эпидемией ВИЧ

На что нужно обращать внимание во время беседы с ребенком

- Прежде чем объявить ребенку неприятную новость, подумайте, как он на нее прореагирует: расстроится, разозлится или не поверит. Подумайте, как и когда вы ему ее объявите.
- Подумайте, как сохранить терпение, если ребенок поведет себя непредсказуемо для вас, и вы будете расстроены или шокированы?

- Какие вопросы он может задать? Возможно, будет удобно иметь под руками это пособие, если он задаст какой-либо медицинский вопрос.
- Как вы ответите на вопросы, касающиеся путей распространения инфекции, о смерти или о том, что его ожидает в будущем? Вы можете проиграть ситуацию сами с собой или с кем-либо, посмотрите, как вы реагируете. Это наведет вас на мысль о том, что ответить. Возможно, в реальной ситуации вы ответите по-другому, но, в любом случае, подготовка поможет вам.
- Помните, что честно отвечать на его/ее вопросы – это самый лучший способ завоевать доверие ребенка
- Ребенку будет легче общаться, если он/она знает, что может доверять вам и чувствовать, что вы поймете его/ее чувства
- Ребенок может выбрать одного взрослого, кому довериться, и отвергнуть попытки других поговорить с ним/ней. Уважайте выбор ребенка.
- Ребенку может быть сложно вести беседу со взрослым. Возможно, понадобится время, чтобы помочь ей/ему рассказать о том, что его/ее беспокоит. Постарайтесь предоставить ребенку как можно больше возможностей, так чтобы он/она сам заговорил, когда будет готов.

Любящий отец



Разговор с ребенком поможет вам лучше разобраться в том, что его/ее беспокоит.

Где говорить

Если у вас есть что-то такое, о чем бы вы хотели рассказать ребенку, лучше выбрать тихое место. Постарайтесь, чтобы вас не прерывали. Иногда дети начинают говорить о вещах, которые их беспокоят в неподходящих на ваш взгляд местах, например, когда вы делаете домашнюю уборку или идете вместе на рынок.

Если ребенку захотелось рассказать вам что-то здесь и сейчас, слушайте его. Не откладывайте, пытайтесь найти более подходящее место. Ребенок может передумать и больше не говорить с вами на эту тему.

Как позиционировать себя

Сядьте так, чтобы вы были на одном уровне с ребенком, чтобы ребенок чувствовал себя удобно и уверенно.

Общение



Слушайте детей. Им необходимо выговориться.

Как вы сидите

Ребенку важно знать, что вам будет интересно то, что он/она собирается сказать. Не отворачивайтесь от

ребенка. наклонитесь в его/ее сторону, покажите, что вы слушаете и хотите услышать, что он/она говорит.

Активное слушание

Расстояние между вами и ребенком также играет важную роль в установлении контакта. Некоторые дети хотят, чтобы их держали за руку, другие, наоборот, чтобы было некоторое расстояние, особенно, если они говорят о сложных вещах. Мимика и зрительный контакт также очень важны. Если вы будете выглядеть недовольно и равнодушно, то ребенку будет трудно с вами говорить. Смотрите на ребенка, даже если он отводит взгляд, этим вы покажете, что активно слушаете.

Дайте возможность ребенку самому с вами заговорить. Очень легко говорить за кого-либо, и если у ребенка возникнут трудности с поиском верных слов, вам, вероятно, захочется озвучить его мысли. Будьте терпимы и дайте ему/ей время, рассказать все так, как он/она сможет.

Чтобы помочь ему/ей, можно использовать одобряющие междометия, или повторить слово или предложение, сказанное ребенком. Вы также можете задать «открытые вопросы», на которые нельзя однозначно ответить «да» или «нет».



Вопрос открытого типа:

Ребенок: «Я беспокоюсь по поводу состояния здоровья своего отца».

Взрослый: «А что случилось?»

Вопрос закрытого типа:

Ребенок: «Я беспокоюсь по поводу состояния здоровья своего отца».

Взрослый: «Это потому что он все время болен?»

Не считайте, что вы знаете все, о чем вам собирается сказать ребенок. Скажите им, что вы думаете, что слышали уже от них, что они собираются сказать, но возможно, что-то не так поняли, поэтому вы еще раз с удовольствием послушаете его/ее.

- Разговаривайте на языке, понятном ребенку, в противном случае они вас не поймут. Если вы используете медицинский термин, то объясните его значение.
- Честно отвечайте на любой их вопрос. Возможно, вы не сможете ответить на некоторые вопросы. В этом случае, лучше честно сказать, что вы не знаете, чем притворяться, что знаете.

Ребенку будет сложно говорить, если его/ее выставляют в глупцом или заставляют думать, что они что-либо не так сказали. Ему/ей намного будет легче, если он/она будет думать, что вы понимаете, что он/она чувствует. Если он/она что-то не понимает, то не критикуйте его/ее. Помогите ребенку это понять, давая более простое объяснение.

Простой язык

Когда вы говорите на тему «Половое воспитание» или сообщаете, что вы ВИЧ-положительный, важно быть правдивым и использовать простой язык.

Конфиденциальность

Ребенок не поделится с вами сокровенным, только если будет уверен, что вы об этом никому не расскажете. Возможно, будет правильно рассказать другим членам семьи, что он/она чувствует. Прежде чем рассказать другим о том, о чем ребенок вам рассказал, подумайте, что будет чувствовать ребенок. Может быть необходимо, объяснить ребенку, почему вы хотите рассказать об этом другим. Ребенок может поделиться с вами своими переживаниями.

Уточните, правильно ли вы поняли ребенка

***Ребенок:** У меня проблемы в школе. «Учитель разозлился, потому что у меня не было с собой учебника».*

***Взрослый:** «Учитель разозлился, потому что ты забыл дома учебник?»*

***Ребенок:** «Нет. Он разозлился, потому что я не принес учебник».*

Молодые люди – практически взрослые. Если вы будете говорить с ними как с маленькими, не поможет разрешить проблему. По времени взросления дети учатся отвечать за свои поступки. Криком делу не поможешь. Покажите, что вы их уважаете. Если вам не нравится их поведение, скажите им это. Запрещать им делать что-либо без объяснения бессмысленно, и приводит к

обратному результату.. Молодым людям нравится, когда им советуют, что делать в доброжелательной манере, объясняя почему.

Другие формы общения

Дети не всегда могут озвучить свои мысли и чувства. Некоторые дети предпочитают нарисовать об этом. Вы можете их попросить нарисовать рисунок. Когда они закончат, спросите, что на картине. Описывая картину, они расскажут, что их беспокоит.

Разговор с подростком



Всегда сохраняйте спокойствие и терпение при обсуждении проблем подростка

Разговор с подростком



Подростку необходимо чувствовать к себе уважительное отношение со стороны взрослых

Игры или игрушки – другой способ понять, что на сердце у ребенка. Наблюдая, как он/она играет, вы сможете понять, что они чувствуют.

Майклу 9 лет. Ему нравится футбол, и он хороший командный игрок. Одно время он был кумиром детворы. А потом его дядя услышал, как некоторые мальчики жаловались, что не хотят больше играть с ним, т.к. он никому не пасует мяч, играет единолично, и даже два мальчика получили травмы из-за его опасной блокировки. Дядя удивлен, т.к. это на него совсем не похоже, но позже он понимает, что это стало происходить со времени болезни его отца.

Дядя решает поговорить с Майклом о том, что его беспокоит.

Некоторым детям легче проговорить ситуацию во время игры, например, играя с куклой.

Саре 7 лет. У нее есть кукла, которую ей подарили, когда она только родилась. Мама слышала, как девочка говорила кукле, чтобы та не беспокоилась, т.к. папа скоро поправится. Мама Сары решает поговорить с дочкой по поводу болезни отца.

4.2. Как вести беседу с детьми и подростками на тему сексуальных отношений

«Подозреваю, что моя дочь живет половой жизнью с мужчиной, но боюсь спросить ее об этом. Я беспокоюсь по поводу того, что она может подхватить ту же инфекцию, что и я».

ВИЧ-положительная мама

Всегда сложно начать разговор о сексе с молодежью, особенно, когда традиционная практика утеряна. Взрослые иногда чувствуют, что не могут этого сделать в силу принятых в этой стране традиций или по личным причинам и надеются найти какой-либо другой способ. Зачастую дети узнают о сексе из личного опыта, иногда попадая в сложное положение, которого можно было избежать.

Возможные сложные ситуации, в которые могут попасть молодые люди, вследствие отсутствия информации

- Неудачные отношения
- Незащищенный секс может привести к заболеваниям, передающимся половым путем, включая ВИЧ

- **Нежелательная беременность**

Молодежь, особенно девушки, начинают жить половой жизнью в раннем возрасте. Они могут выйти замуж, или иметь несколько связей, или заводить случайные связи. В поисках любви девушки уходят из дома, порой надеясь, что эта связь даст им независимость или благосостояние. К сожалению, зачастую такие связи только усугубляют их проблемы. К несчастью, сироты также подвержены опасным связям.

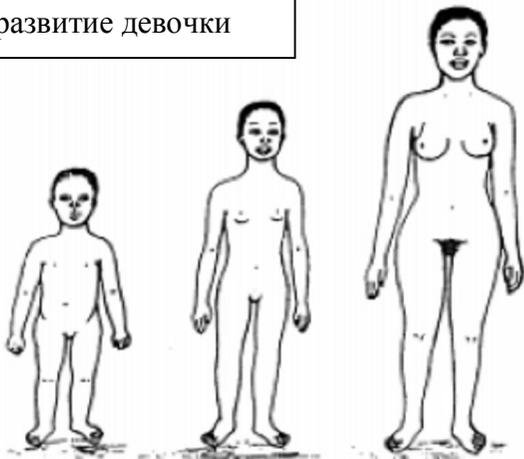
О чем нужно говорить с молодежью

Вам следует говорить с молодежью о физических изменениях, которые происходят в подростковом возрасте и о том, что происходит, когда люди вступают в половые отношения. Если молодые люди не знают элементарных вещей, то они подвергаются риску.

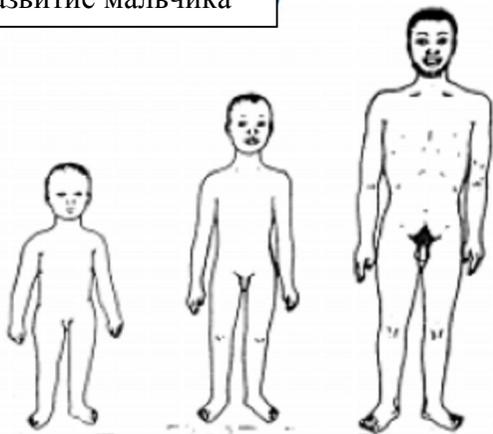
Вам нужно с ними говорить о взаимоотношениях. Очень важно вступать в них без принуждения, по желанию. Пусть они учатся говорить «нет» тогда, когда они не хотят в них вступать. Иногда они могут признаться, что их развратил сосед или член семьи. Сложно будет осознать, что произошло, но это поможет вам защитить их.

С ними нужно говорить о заболеваниях, передающихся половым путем, о нежелательной беременности и о том, как всего этого избежать, имея защищенный секс.

Рост и развитие девочки



Рост и развитие мальчика



Когда говорить на эту тему с детьми

Обсуждать тему сексуальных отношений с детьми – нормально.

Используйте любые ситуации, которые происходят ежедневно. Возьмите для примера эти три ситуации. У козы есть козленок. Можете сказать, как он появился на свет, а потом перейти к тому, как появляются на свет дети. Откройте неиспользованный презерватив, объясните для чего он, как его использовать и утилизировать. Если ходят слухи о девушке, у которой много сексуальных партнеров, можете предостеречь своих детей относительно опасности такого поведения. Чем раньше вы начнете говорить с детьми, тем лучше. Начните говорить об изменениях в пубертатном периоде. О сексе говорить в раннем возрасте не нужно, однако, если вы будете все время обсуждать смежные темы, то потом, когда ребенок подрастет, вам будет намного легче. Воспользуйтесь тем, что у детей в раннем возрасте высокий познавательный интерес.

Детям будет намного легче говорить с вами о сексе, если они будут знать, что вы их выслушаете. Если же вы покажете свой гнев или смущение, когда дети поднимут этот вопрос, то они больше к вам не обратятся ни за

советом, ни с вопросом.. Следовательно, вы потеряете возможность вести их и помогать избегать проблем.

Единственное, что нужно помнить, что вы ничего не теряете, если будете говорить на эту тему с детьми. У вас может и не получится это, однако, они будут знать, что вы беспокоитесь об их будущем.

4.3 Как помочь детям пережить болезнь своих близких

История Мишека

«Мне 11 лет. Я живу с родителями. В прошлом году умер мой грудной братик, а моя мама стала сильно уставать. Она часто лежит. Когда я ее спрашиваю, что с ней, она говорит, что просто устала. Тогда я спросил своего отца, что с ней, он сказал, что все хорошо. Слышал, как соседи говорили, что у нее СПИД. Я боюсь, что она скоро умрет.»

История мамы Мишека

«В прошлом году у меня умер грудной ребенок. В больнице мне сказали, что у него СПИД. Я сделала тест на ВИЧ, результат положительный. С того времени я часто болею. Мишек – хороший мальчик. Когда мне плохо, он все время проводит со мной. Он очень сильно расстроится, когда узнает, что я ВИЧ-положительная, поэтому ему лучше не знать.»

Как правило, взрослые хотят защитить детей от тех новостей, которые, по их мнению, травмируют их. Как и мама Мишека, многие взрослые считают, что лучше сделать вид, что ничего не происходит, а это в итоге лишь помешает ребенку. Дети могут потерять доверие ко взрослым и озлобиться, если им говорят, что нет проблем, которые на самом деле существуют. Они вынуждены остаться наедине со своими переживаниями и, в конечном счете, очень страдают.

Если вы не говорите ребенку всей правды, то он может услышать ее от посторонних, иногда в искаженном виде. Поэтому лучше рассказать ему все, как есть, в противном случае, он все равно будет страдать и не избежит воздействия эпидемии ВИЧ.

Кому следует говорить с ребенком

Лучше всего, чтобы ребенку рассказал о том, что его родитель- ВИЧ-положительный, близкий человек или тот, которому он/она доверяет. Это должен быть тот человек, который всегда рядом, с кем можно поговорить при необходимости. Родственник, которого ребенок видит только раз в год, не является подходящей кандидатурой, хотя они с ребенком могут хорошо ладить.

Когда следует говорить

Лучше сказать детям как можно быстрее, что родитель (родители) болен/больны. Следует помнить, что даже маленькие дети чувствуют, что что-то не так. Они видят, что взрослые чем-то расстроены и скрывают что-то очень важное и серьезное. Дети реагируют на напряженную обстановку в доме и начинают беспокоиться.

Не стоит ждать подходящего момента, т.к. он никогда не наступит. У ребенка может возникнуть вполне естественный вопрос, почему взрослый ждал год или больше, чтобы рассказать о такой важной новости. Взрослым же, в свою очередь, со временем будет все труднее и труднее сообщить об этом ребенку. К сожалению, иногда больной умирает раньше, чем ребенок узнает о его болезни.

Что нужно говорить ребенку ВИЧ-положительным родителям

Взрослым, как правило, сложно решить, что говорить ребенку, а что скрыть от него. Не волнуйтесь по поводу мелочей, главное – излагайте факты простым языком

небольшими частями для легкости восприятия. Следует помнить, что:

- чем проще, тем лучше. Рассказывайте им о случившемся понемногу. Возможно, следует сначала сказать, что что-то произошло, не вдаваясь в подробности;
- не следует говорить все сразу. Сначала скажите, что их родитель/брат/сестра нездоров. Некоторым этого бывает достаточно для первого раза;
- Иногда дети не желают вас слушать, т.к. могут испугаться того, о чем вы им собираетесь сказать. Запомните: если они не хотят слушать, то не пытайтесь навязать им этот разговор. Просто скажите, что можно поговорить об этом позже. Это даст им возможность самому начать разговор, когда будут готовы к этому;
- Дети могут задавать вопросы, на которые у нас не хватит духу ответить. Один из них – умрет ли ВИЧ-положительный человек. У ребенка может сложиться представление, что взрослый скоро умрет. Если это не тот случай, когда больной уже умирает, то вы можете разубедить его, говоря, что смерть случится не скоро. Здесь важно быть честным, ведь никто не знает, когда умрет;
- Некоторые дети захотят узнать больше о самой болезни. В этом случае, вы можете использовать это пособие, чтобы ответить на их вопросы. Дайте детям возможность спросить о том, чего они не

знают. Если вы затрудняетесь с ответом, то проконсультируйтесь у специалистов, больничного персонала или патронажных работников;

- Ребенок может задавать одни и те же вопросы по многу раз. Постарайтесь не выходить из себя, а расскажите им о том, что они хотят узнать. Сделав это вы, наверняка, сможете успокоить ребенка;
- Ребенок может отреагировать непредсказуемо: демонстрировать полное равнодушие или же неприкрытый гнев, направленный на вас или же самого больного. Не злитесь на ребенка в ответ и не расстраивайтесь. Он может быть настолько шокирован новостью, что станет все отрицать. Сохраняйте хладнокровие и спокойствие, дайте ему время смириться с новостью. Возможно, придется подождать, чтобы ребенок отошел от первого шока, прежде чем он начнет с вами говорить об этом. Если необходимо, то придется сказать еще раз, т.к. иногда люди не помнят плохих известий и отрицают, что их слышали. Пусть ребенок воспринимает известия в таком режиме, который ему необходим;
- Иногда дети могут винить в причине заболевания себя, что они что-то сделали не так или не сделали. Убедите их, что они не явились причиной болезни;
- Детям легче справиться с болезнью взрослого, если они знают, что происходит. Они будут меньше волноваться, если будут говорить с вами о своих

страхах. Поэтому не беспокойтесь, если дети будут спрашивать о болезни, ведь, вполне очевидно, что ребенок переживает, видя страдания их любимого человека;

- Возможно, детям придется столкнуться с переменами в жизни: дома может не хватать еды, или будет сложно оплачивать обучение в школе. С переменами по началу сложно справиться, однако детям будет легче их пережить, если они поймут причину происходящего.
- Если родственник находится в больнице, то возможно, ребенок захочет его навестить. Особенно важно ребенку попрощаться с близким. Больницы могут произвести на ребенка ужасное впечатление, особенно, если он там никогда не был. Попробуйте подготовить ребенка к посещению, расскажите, что собой представляет больница, палата и т.д. Если родственник сильно изменился внешне, предупредите об этом ребенка. Ребенок, может быть, будет находиться в больнице совсем недолго, не принуждайте его оставаться еще, т.к. посещение может действовать на него подавляюще.
- Своевременное оповещение ребенка поможет адаптироваться к ситуации, особенно это важно, когда его близкий умирает.

4.4 Дети и горе

«Люди, как и все остальные Божьи создания, смертны. Причины смерти могут быть самыми разными, однако, самой распространенной являются болезни» Человек, осуществляющий уход за ВИЧ-инфицированными

Люди горюют, когда теряют близких людей или лишаются важных для себя вещей, например, таких как, возможность ходить в школу, полноценно питаться, иметь свое жилье или просто быть здоровым. Некоторые начинают сильно переживать задолго до потери близкого. У детей реакция на происходящее будет зависеть от возраста и особенностей их характера.

Реакции ребенка на несчастье меняются в зависимости от возрастных особенностей и уровня развития, однако у некоторых детей поведение может не совпадать с возрастными особенностями, т.к. дети одной возрастной группы развиваются по-разному.

Реакция детей на горе в зависимости от возраста

У грудных детей до 6 месяцев нет долговременной памяти, поэтому они могут и не понять, что их близкого

человека уже больше нет. Вследствие этого они не будут расстраиваться из-за потери матери, если кто-то другой заменит ему ее.

В возрасте с полугода до 2 лет дети уже помнят близких и теряют тех, когда их нет рядом. Они очень сильно привязываются к людям, ухаживающим за ними, однако не могут понять, что такое смерть, даже если они видели собственными глазами мертвого близкого или животного, поэтому они не поймут, что их любимый человек больше не вернется. В поведении детей этого возраста вы можете заметить следующее: они могут

- протестовать и плакать, демонстрируя гнев и отчаяние;
- отказаться от общения;
- замкнуться в себе, раскачиваться из стороны в сторону или тихо долго сидеть, находясь в полном отчаянии;
- стать очень активными, а иногда даже агрессивными по отношению к другим людям или раскидывать вещи, которые напоминают им об умершем человеке.

Дети в возрасте от 3 до 5 лет могут не показывать свое горе, если они чувствуют себя защищенными. Им необходимо говорить, что они не одни и о них есть, кому заботиться.

В возрасте 5-8 лет дети уже понимают, что такое смерть и могут винить себя в смерти близкого человека. Они могут предположить, что какой-то их поступок или проступок стал причиной смерти. Плохое поведение можно объяснить гневом или тем, что дети чувствуют, что их надо наказать за смерть родителя. Одни дети могут отрицать факт смерти и все время спрашивать, где их родитель. Другие – вести себя так, как будто ничего не произошло; они не хотят думать о том, что их родитель больше никогда не вернется.

К 8 годам дети очень хорошо начинают понимать, что такое смерть, а именно, что это естественный процесс. Они знают, что его нельзя избежать, и что это может произойти с кем угодно, включая их самих.

Дети 8-9 лет, так же как и взрослые, слишком остро реагируют на смерть близкого. Они плачут, замыкаются в себе, ни на что не реагируют, могут злиться на умершего или на других. Гнев не очень характерен для детей, но часто присущ взрослому, который потерял близкого. Существует несколько стадий гнева (см. «Отрицание и неверие»). Некоторые дети проходят все стадии, но в обратной последовательности, другие – только несколько.

Отрицание и неверие

Дети могут не верить тому, что им говорят и вести себя так, как будто ничего не произошло, отрицать факт смерти близкого или то, что им сказали о смерти.



Осознание потери

Ребенок может попытаться разобраться в случившемся, задавая вопросы. Чувство вины в смерти близкого, или в том, что он/она не смог ее предотвратить. Пусть вас не пугает то, что дети говорят неразумные вещи - это нормально.

Тревога и беспомощность

Ребенок может беспокоиться о своем будущем, у некоторых может возникнуть страх, что у них его нет.

Гнев

Ребенок может сердиться на умершего или на себя за то, что допустил смерть близкого. Дети также могут озлобиться на тех, кто на их взгляд, явился причиной смерти или допустил ее.

Печаль

Ребенок может безутешно плакать. Или может казаться совершенно спокойным, но при этом отказываться делать то, что он/она обычно делает. Ребенок может также изолировать себя от окружающих.

Принятие случившегося

Со временем дети свыкаются с мыслью, что близкого им человека больше нет, и они привыкают жить без него, однако иногда могут грустить или даже плакать.

Переживания детей могут проявляться в виде головной боли или боли в животе. Кроме того, у них могут возникнуть проблемы с концентрацией внимания, что негативно скажется на успеваемости в школе.

Как уменьшить душевные страдания детей

Как уже было отмечено ранее, взрослым сложно вести беседы с детьми об их проблемах. Ниже приведено несколько советов, как помочь ребенку справиться с возникшими трудностями.

- Будьте искренны с детьми и расскажите им, что случилось на понятном им языке. Некоторые дети будут задавать вопросы о смерти, отвечайте на них, используя простые слова. Если вы не знаете ответа на вопрос, то так и скажите, не стараясь ничего выдумывать.
- Постарайтесь понять и принять чувства ребенка. Все их проявления - будь то плач, гнев на умершего или отказ верить, в то что он/она умер – естественны.
- Говорите ребенку, что все будет хорошо, отвечайте на вопросы о его дальнейшей судьбе.
- Соблюдайте прежний уклад жизни, насколько это возможно. Ребенок будет чувствовать себя безопаснее, если будет продолжать выполнять свои повседневные обязанности.

- Говорите об умершем, вспоминайте светлые и веселые моменты из прошлого, но не заставляйте ребенка говорить об этом, если он не готов. Пусть ребенок участвует в траурных церемониях – похоронах, поминках и т.д., на которых обычно собираются взрослые. Если это невозможно, то проведите сами траурную церемонию специально для ребенка.
- Позвольте ребенку взять какую-нибудь вещь, принадлежавшую родителю, например, что-то из одежды, которая бы напоминала ему/ей о прежней жизни.
- Пусть ребенок хранит мелкие вещи в коробочке или корзиночке в память об умершем.
- Попросите ребенка написать об родственнике, нарисовать его, описать то, что они чувствуют или написать ему/ей письмо.
- Поминайте усопшего тогда, когда традиционно вся семья собирается вместе, например, по праздникам или дням рождения.
- Время лечит. Будьте терпеливее по отношению к ребенку, поддерживайте и ободряйте его/ее.

Моисею 14 лет. 5 лет назад у него умерли оба родителя, и ему пришлось переехать жить в другую деревню к родственникам, которых он не очень хорошо знал. Несмотря на то, что они к нему очень хорошо относятся, мальчик иногда грустит по умершим родителям и плачет по ночам. Однако он хочет закончить среднюю школу и стать юристом. Моисей надеется, что в будущем у него все будет хорошо.

Связанные с горем проблемы и отношение взрослых

Взрослым сложно рассказать ребенку о смерти его/ее родителей, они могут либо скрывать правду, либо говорить неправду из самых благих побуждений, чтобы не травмировать ребенка. Однако они не понимают, что, делая это, они причиняют ребенку еще больший вред. Дети очень хорошо понимают, что происходит, и лучший способ помочь им – это быть с ними честными. Если они поймут, что взрослый им лжет, то они перестанут ему доверять.

Депрессия

Очень немногие дети подвержены депрессии, которая проявляется в потере аппетита и, следовательно, и веса. Такие дети, как правило, подавлены и печальны или встревожены, теряют сон: не могут заснуть или просыпаются раньше обычного, быть. В крайних случаях могут говорить, что хотят умереть. В этом случае необходимо постоянно наблюдать за ребенком и обратиться к врачу.

Проблемы с поведением

Некоторые дети могут реагировать недопустимым образом, нарушая нормы приличия: распивать спиртное или употреблять наркотики, чтобы снять боль. В конечном счете, из-за озлобленности и агрессивности они могут просто попасть в беду. Чувствуя вину, они делают все, чтобы доказать, что плохие, например, занимаясь воровством.

Сложно выразить сочувствие трудному подростку. Продолжайте их любить, и говорите, что они много для вас значат, но выразите недовольство их поведением. Ребенку, у которого есть крепкая любящая семья, легче исправиться, чем тому, кого отвергли.

4.5 Воспитание сирот

Многодетные семьи всегда брали на воспитание сирот и относились к ним как к собственным детям. У многих из них удачно сложилась жизнь в новых семьях.

Проблемы возникают в тех семьях, в которых тети и дяди, взявшие на воспитание сирот, также охвачены эпидемией ВИЧ. Это означает, что остается мало родственников, которые смогли бы взять под опеку сирот. Остаются только престарелые бабушки и дедушки, которым тоже необходим уход и поддержка.

Если есть возможность не переезжать на другое место и не менять школу, то лучше остаться там, т.к. детям сложно приспособиться к новым условиям жизни, особенно после смерти близкого им человека.

Сложным бывает процесс адаптации к городской или, наоборот, деревенской жизни. Если переезд неизбежен, то необходимо подготовить ребенка к трудностям, с которыми он столкнется. Расскажите о том, какая их ждет жизнь и отвечайте на все их вопросы.

[...]

«Дети-сироты сталкиваются с проблемой отсутствия необходимого материального и финансового обеспечения. В ряде случаев опекуны не так богаты, как покойные родители, и не могут обеспечить детей необходимой одеждой и жильем.»

Педагоги из г. Кисинга

Дети, у которых умерли родители от СПИДа, сталкиваются с еще одной проблемой – с клеймом позора или стигмой. Это, в свою очередь, ведет к снижению самооценки, к плохой успеваемости и иногда приводит к депрессии. Говорите об умершем родителе только хорошее, хвалите ребенка за удачно совершенные дела, что способствует повышению его самооценки. Окружающие дети могут быть очень жестокими по отношению к ребенку, у которого умерли родители от этой болезни, т.к. сам ребенок может быть или считаться ВИЧ-положительным.

Покажите детям на собственном примере, что отвергать такого ребенка - плохо, а играть и дружить с ним - хорошо.

По словам опекунов, их подопечные часто бывают тихими и печальными – это нормально, т.к. необходимо время, чтобы ребенок перестал горевать по своим

родителям, однако это не означает, что приемные родители плохо о них заботятся.

Тем не менее, есть семьи, в которых с сиротами плохо обращаются: детей заставляют делать тяжелую работу по хозяйству, их бьют или игнорируют. Обычно мачехи плохо обращаются с пасынками или падчерицами, отдавая предпочтение своим детям. Ни один ребенок не должен страдать! Жестокое обращение с детьми незаконно, и влечет за собой ответственность!

Принятие



Приучайте своих детей играть с сиротами и принимать их в свой круг общения

4.6 Осуществление опеки за детьми в школе

Все дети должны посещать школу, особенно это касается тех детей, у которых возникли проблемы дома. Именно в школе они почувствуют себя детьми и забудут на мгновение о своих бедах.

Посещение школы



ВИЧ-положительные дети должны посещать школу и общаться с другими детьми

Больные СПИДом дети

Дети, которые себя неплохо чувствуют, должны посещать школу, т.к. для них важно вести обычный образ жизни. В настоящее время значительно улучшилось лечение больных ВИЧ/СПИДом, поэтому нельзя точно сказать, сколько ребенок будет жить.

«Когда сын плохо себя чувствует, он не ходит в школу, а когда ему становится лучше, то ходит, однако в школе возникают проблемы с концентрацией внимания.»

Родитель больного, Касиз Кисунгу.

У детей и даже взрослых может возникнуть страх передачи ВИЧ-инфекции. В этом пособии говорится, что ВИЧ-инфекция не передается при общении.

«В силу своего возраста и воспитания, школьники могут смеяться над больным и срывать дисциплину на уроках, что негативно скажется на их успеваемости.»

Взрослые из Буера Киквасо

Необходимо пресекать все случаи запугивания одних детей другими. Положительный пример хорошего обращения должны давать, прежде всего, учителя. Больным детям необходим индивидуальный подход, т.к. им нужно периодически отдыхать и пить много жидкости.

Учителя должны соблюдать санитарные нормы, чтобы избежать передачи вируса при кровопотере.

Дети, охваченные эпидемией СПИДа

Дети, у которых дома кто-то из близких болен СПИДом, сталкиваются с рядом проблем, влияющих на школьную жизнь. Прежде всего, это финансовая проблема, т.к. у родителей может уже не быть средств, чтобы купить школьную форму, книги или платить за учебу. Кому-то придется пропустить семестр, или вовсе уйти из школы. Все это является дополнительным стрессом для детей.

Возможно, детям придется начать работать вместо взрослых, что приведет к усталости или снижению концентрации внимания. В некоторых семьях за больными родителями могут ухаживать только их дети: кормить их, осуществлять санитарно-гигиенические процедуры и т.д. Вследствие чего, они могут опаздывать на уроки, а в школе думать о больном родителе.

Не являющиеся ВИЧ-положительными, но имеющие инфицированных близких дети могут нести клеймо позора (стигму), т.к. окружающие будут бояться от них заразиться. Это может привести к тому, что ребенок никому не будет рассказывать о своих проблемах, а учителя могут и не знать о стигматизации ребенка. Однако педагоги могут внести свой положительный вклад, рассказывая школьникам о ВИЧ-инфекции и о необходимости изменить свое отношение к таким детям.

Кроме того, необходимо запомнить, что, оказывая внимание таким детям, мы очень сильно им помогаем.

4.7 Оказание помощи ЛОУ

ЛОУ – люди, осуществляющие уход за больными и поддержку - это медсестры, члены семьи или соседи - . Этот раздел посвящен тем, кому не платят за работу, т.к. именно им необходима помощь, ведь окружающие подчас забывают, что помимо заботы о больном, ЛОУ нужно помнить и о себе.

Здоровье ЛОУ

Осуществление ухода за больными может повлиять на физическое и эмоциональное здоровье ЛОУ, т.к. им приходится поднимать больного, что ведет к проблемам с позвоночником. Также они могут быть лишены отдыха, потому что вынуждены сутками находиться с больным. Если вы осуществляете уход за больным и переворачиваете или поднимаете его/ее, помните, что вы не должны надрываться и можете повредить позвоночник!

Вам также необходимо придерживаться здоровой диеты, избегать инфицирования и много отдыхать. Прежде всего, вы должны заботиться о себе, чтобы быть в состоянии оказать помощь больному.

Беспокойство по поводу болезни

ЛОУ могут бояться заразиться ВИЧ, высказывать опасения по поводу своего бессилия оказать помощь больному по мере усиления болезни.

Кроме информации, данной в этом пособии, медицинские работники могут также разъяснить вам, как осуществлять курс лечения.

Финансовые заботы

В семьях, в которых болеет член семьи, всегда возникают дополнительные финансовые затраты, поэтому может не хватать средств для оплаты обучения в школе, покупки вещей первой необходимости, еды и лекарств.

Страхи о будущем

В силу сложившихся традиций и предрассудков, ЛОУ могут бояться говорить о смерти больного и о том, что будет после его смерти. Сам больной также может беспокоиться о будущем детей, но в силу указанных выше причин, бояться говорить на эту тему.

Дать возможность ЛОУ высказаться, позволит им чувствовать себя менее напряженными, что, в конечном счете, скажется положительно на их деятельности.

Горе и депрессия

Считается естественным, что взрослые, как и дети, расстраиваются и начинают задолго думать о скорой кончине больного. Если человек сталкивается с чередой смертей, то высока вероятность возникновения депрессии.

Как и у детей, у взрослых симптомами тяжелой формы депрессии являются: потеря аппетита, сопровождаемая явной потерей веса; нарушение сна; отказ от привычного образа жизни и, что вызывает наибольшее опасение, разговоры о суициде. В этом случае необходимо все время быть рядом с ребенком и при необходимости обратиться за помощью к специалисту.



Дети, осуществляющие уход (ДОУ) за больным

Детям приходится брать на себя обязанности взрослого, если нет другой альтернативы. Иногда нужно проводить подчас непосильные санитарно-гигиенические процедуры, которые, тем не менее, ребенок выполняет, т.к. этим хочет показать свою любовь к родителю.

Более взрослым детям иногда приходится заботиться как о младших братьях и сестрах, так и о больном родителе, подчас совмещая это с ведением домашнего хозяйства и школой. Безусловно, чтобы приспособиться к такой нагрузке, необходимо время.

В подобных случаях детям необходима помощь со стороны равнодушных к их судьбе взрослых. Однако следует помнить, что полностью стараться оградить ребенка от помощи больному взрослому нельзя, т.к. это вызовет его протест. Вместо этого спросите у ребенка, чем и как ему можно помочь.