

Az emberek elvesztik az életüket véletlenül...

– Beszélgetések óvodásokkal és szüleikkel a halálról

Tóth Anett

Szegedi Tudományegyetem Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ,
Gyermekgyógyászati Klinika és Gyermekegészségügyi Központ,
Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Osztály,
tanácsadó szakpszichológus

Jelen tanulmányban 3–7 éves korú gyermekekkel és szüleikkel lezajlott beszélgetések nyomán igyekszem összefoglalni az óvodás korosztályra jellemző halálkonceptió, halálattitúd sajátosságait, kísérőjelenségeit. Az idézett szülők részint a részletezett viselkedésformák, „tünetek” jobb megértése érdekében kértek segítséget pszichológiai tanácsadás keretében, részint önként jelentkeztek egy, a halállal való viszony témáját körbejáró interjúra, mert úgy érezték, szívesen dolgoznának ezzel a kérdéssel. A gyermekek nyilatkozatai részint spontán módon hangzottak el, részint a szülői beszámolók alapján rögzítettem őket, részint pedig néhányan – szülői beleegyezést követően – az elmúlás témáját érintő irányított beszélgetés során tették megállapításukat.

Kulcsszavak: kisgyermekkor, halálfogalom, tünetképzés

Zoli négyéves, okos, érdeklődő kisfiú. Az utóbbi néhány hétben gyakran riad fel éjszaka sírva, rossz álomból. Napközben viszonylag kiegyensúlyozott, de időnként ijedten kérdegeti szüleitől: „Ugye, nem fogtok meghalni? Ugye én se fogok meghalni, sose?” – Édesanyját nagyon megijeszti Zoli kérdése és, nyugtalan éjszakái, hiába keresi a kisfiú viselkedésének okait. Tanácstalan, abban, milyen válaszokat adjon: igyekszik mindenben őszinte lenni hozzá, de ijedt arcát látva inkább kitérni próbál a válaszadás alól, elterelni Zoli figyelmét.

Zoli esete nem egyedi: nagyon sok óvodás, kisiskolás korú gyermeket nevelő szülő találkozik hasonló nehézségekkel. Óhatatlanul felmerül a kérdés bennük: mi zaklatta fel a gyermeket, mi ijesztette meg, mi tette nyugtalanná? Mi történt az óvodában, iskolában, milyen megterhelő esemény zajlott az életében, hogy ilyen súlyos kérdések foglalkoztatják? – A válasz az esetek többségében igen egyszerű, szülőként mégis nehezen elfogadható: a gyermekek ebben az életkorban előbb-utóbb konfrontálódnak az élet végének tényével, és ez a találkozás szükségképpen megterhelő (Polcz, 2001; 2007). Hogy mennyire az, milyen érzelmeket, megoldási módokat mozgósít és milyen átmeneti viselkedésváltozásokat hoz, az már gyermekeként változó, és nagyban függ a szülők halálviszonyától, a téma családon belüli kommunikációjától (Hatzor és Matalon, 1998).

A 3–4 éves gyermeket már komolyan foglalkoztatja saját eredete, ez előbb-utóbb óhatatlanul felveti az elmúlás problémáját is. Míg az előbbi témában ma már jó eséllyel kaphat kielégítő és pontos válaszokat – akár kortársaktól is –, addig a halál sok családban tabunak tűnik (Nagy, 1997; Kolosai, 2008). Pedig a gyermekek figyelnek, tapasztalnak és fogalmat alkotnak róla – a kapcsolódó tanulmányok nagyjából egyetértenek abban, hogy 5–7 éves korú gyermekek már a felnőttekéhez hasonló, az irreverzibilitást, az univerzalitást és a testi működések megszűnését is magába foglaló halálfogalommal rendelkeznek (Speece és Brent, 1984; Speece, 1985). Mint ahogy

azonban az egzisztenciális pszichoterápia arra rámutat, a gyermek legfontosabb fejlődési feladata halálszorongásának leküzdése, és a halállal való viszonyunk rendezetlensége az egyéni fejlődéstörténet folyamatában könnyen okozhat megtorpanásokat, pszichés problémákat, akár pszichiátriai betegségeket is (Yalom, 2003).

Miközben az elmúlás közvetlen tapasztalata és az ehhez kapcsolódó rituálék mintha nem lennének jelen a gyerekek életében, közvetett csatornákon folyamatosan eljuthat hozzájuk olyan tartalom, mely a halállal konfrontál. Híradóból, esti filmből, felnőttek beszélgetéseiből újra és újra beszűrődik a halál témája (Polcz, 2007), a gyermek azonban sokszor nem rendelkezik mintával a veszteséggel való megküzdéshez. A szülőket aggodalommal töltheti el, ha az elmúlással kapcsolatban kell beszélgetést folytatniuk a gyermekükkel: jogosan merülhet fel a kérdés, hogy a súlyos téma bevihető-e a gyerekkel való párbeszédbe, nem ró-e rá nehezen viselhető terhet? Szülőként ugyanakkor nehéz, ha nem éppen megoldhatatlan probléma a saját egzisztenciális szorongásunk és a gyermekünkkel kapcsolatos aggodalom szétválasztása.

A 4 és fél éves *Botond* édesanyja egy álom kapcsán fogalmazza meg ezt a dilemmát: „Azt álmodtam, hogy egy óriási, szőrös, fekete pók követ. Furcsa módon mintha nem akarna megtámadni, de lerázni sem tudom, szorosan a sarkamban jár. Próbálom elpusztítani, agyonütni, eltaposni, de semmi nem árt neki. Jeges rémületet érzek, de nem tudom szétválasztani, hogy saját magam miatt, vagy a fiamat félttem tőle inkább. – Utána gondolkodtam rajta, hogy olyan ez pont, mint a halál. Most nem mar még belém, de elpusztíthatatlanul követ. És nem egyértelmű, hogy magamat félttem, vagy a fiamat, talán éppen attól a halálfélelemtől, amit akaratlanul átplántálok belé. Nagyon «felül volt» ez a téma bennem, amikor ezt álmodtam.”

Nagyon pontos ez a megfogalmazás. Valóban úgy tűnik, hogy a gyerekek átveszik szüleik halálszorongását, halállal kapcsolatos attitűdjeit, ha másként nem: épp az elhallgatásokon keresztül. Ha egy gyermek úgy érzi, szülei zavarban vannak, kerülnek a témát, nem adnak határozott válaszokat, ezáltal egyre inkább fenyegetőnek, bizonytalan rossznak fogják érezni a halál kérdését. Kulcsfontosságúnak tűnik tehát a gyerekek halálszorongásának szempontjából, hogy szülei miként dolgozzák fel saját halálfélelmüket, mennyire mernek szembenézni egzisztenciális szorongásaikkal, és – ezzel szoros összefüggésben – be tudják-e emelni ezt a témát a gyerekekkel folytatott beszélgetésbe (Hatzor és Matalon, 1998; Kübler Ross, 1988).

A halállal kapcsolatos kommunikáció kisgyerekekkel

Több empirikus kutatás született annak vizsgálatára, hogy a gyerekek halálkonceptióját, illetve a családon belüli beszélgetéseket miként befolyásolja a szülők halálviszonya. *Thalia Hatzor-Matalon* 6–9 éves gyermekek szüleivel készített interjúk alapján azt találta, hogy a magas halálszorongással jellemezhető édesanyák kevesebbet beszélgetnek gyermekeikkel az elmúlásról, illetve hogy azok a gyerekek, akik rendszeresen beszélgetnek szüleikkel a halálról, sokkal pontosabb, érettebb halálkonceptióval rendelkeznek, mint hasonló korú társaik (Hatzor-Matalon, 1998).

Saját vizsgálatom során összesen 20, felhívásra önként jelentkező, jelenleg legalább egy 3 és 7 év közötti gyermeket nevelő szülővel (19 nő és 1 férfi) készítettem félig strukturált interjút, amely a válaszadó saját halálattitűdjére, halállal kapcsolatos gyermek- és felnőttkori tapasztalataira, illetve gyermekének halállal kapcsolatos kérdéseire, tapasztalataira egyaránt, a halál témájának családon belüli megközelítési módjaira. Minden résztvevő szülő kitöltötte továbbá Lester Halál Iránti Attitűd Kérdőívét (Lester, 1991), amely a szülők halálszorongásáról nyújtott információt. Amennyiben az interjú

után a szülő beleegyezését adta, óvodás korú gyermekét is bevontam a vizsgálatba: a résztvevő gyermekekkel egy a WISC-IV. Gyermek-intelligenciateszt (Wechsler, 2003, 2007) Szókincs próbájának egy általam módosított változatát vettem fel, ahol a meghatározandó szavak között szerepelt a *születés*, a *temetés* és a *halál* fogalma is. Az eredeti szókincsteszt instrukciójától eltérő módon itt a válaszadást igyekeztem facilitálni, a gyerekek által adott feleleteket „kibontani”, mélységében körüljárni, megérteni. A szülői interjúkn résztvevők közül egy édesanya (a Lester-skála alapján ő jellemezhető egyébként a legmagasabb halálszorongással a kitöltők közül) zárkozott csak el gyermekének vizsgálatától. Ekképpen összesen 19 gyermeket (11 fiú és 8 lány) sikerült bevonnom a vizsgálatba. A vizsgálatban résztvevő szülők átlagéletkora 36, 1 év (SD=5,8), a gyermekeké 54,3 hónap (SD=9,5) volt.

A magyar édesanyákkal készített interjúk azt mutatják, hogy 3–4 éves kor között a legtöbb gyermek érdeklődik szüleinél a halállal kapcsolatban, és leginkább az erős halálszorongást mutató szülők nyilatkoznak úgy, hogy gyermeküket nem érdekli a téma, nem tesz fel kérdéseket az elmúlásról és játékában sem jelenik meg a halál témája. A vizsgálati módszer természetéből adódóan nem egyértelmű, hogy a negatívabb halálattitűddel rendelkező szülők ritkábban beszélgetnek gyermekeikkel az elmúlásról, vagy csupán egy felidézési torzításról van szó; ugyanakkor mindkét lehetőség a tabuképzés irányába hat. Úgy tűnik, hogy bizonyos kérdéseket gyakrabban tesznek fel a gyerekek: még a halál témájával keveset foglalkozó családokban is előbb-utóbb érdeklődnek az iránt, hogy az idős emberek meg fognak-e halni, míg a gyermek a saját halandóságára vonatkozó kérdések inkább a pozitív halálattitűddel rendelkező családokban fordulnak elő (Temesváry, 1996; Tóth, 2014).

Személyiségtől, szocializációs hatásoktól, vallásgyakorlástól stb. függően nagyon komoly különbségek tapasztalhatók a szülők és általában a felnőttek legszemélyesebb halál-fantáziái között is. Ezek a teljes megsemmisülésbe vetett rendíthetetlen hittől, az ambivalens, reménykedő attitűdön át, a materiális jellegű túlvilágképig igen széles palettán mozognak.

Néhány szülői vélekedés, attitűd óvodás korú gyermeket nevelő szülőktől (a vizsgálatba bevont válaszadóktól), a teljesség igénye nélkül:

„Egyszer volt egy álmom, hogy csak nagyon rossz van utána, volt egy álmom vele: luciferes, poklok, kínok, szenvedjél egy sort. Egy másik meg olyan, hogy felhőn csücsülős, szárnyakkal, tök megkönnyebbülés, minden gond, baj nélkül, újra találkozhatok a családtagokkal, akiket szerettem. Csak mosoly és kacagás volt. Nagyon változó, amikor problémák, bajok vannak, tornyosul [...], akkor a másik, mikor teljesen helyreálltak a dolgok, akkor vannak a jobbik variációk. Billeg bennem, egyikből a másikba, minden, ami a halálhoz kötődik.” (29 éves nő)

„Hiszem, hogy van valami nagyobb erő, valami nagyobb értelem, az Úristen, az Öreg... Úgy képelem, hogy van neki fent egy nagy asztala, ami körül már igen sokan ülnek azok közül, akik nekem fontosak. Mind ott vannak, nagyszüleim, nagybátyám, barátaim, tanárain, egyre többen most már Viktor kutyám, Thálész kutyám, mindenki, aki számít. És lesz majd egy hely nekem is az asztaltársaságban.” (51 éves férfi)

„Hiszek abban, hogy akik meghaltak, valahova elkerülnek fel... Van, aki mennyországnak hívja, van, aki másképp. Hiszek abban, hogy találkozom velük egyszer. Bennem is van némi halálvágy, valamiféle elvágódás, kíváncsiság, hogy milyen utána...” (35 éves nő)

„Nem félek a haláltól – a szenvedéstől, az odavezető úttól félek. Sok formában tapasztaltam: az borzasztó, ha bele vesszük a mai magyar egészségügyet... Az borzasztó.

Attól rettegek. A haláltól, végességtől nem félek. Van olyan tudásom, hogy az egy új hely lesz, valami új hely megnyitása. Nyugalomérzet van bennem valami miatt, ez jó. Nem élem meg ezt ilyen tragikusnak. Nem feltétlenül istenhitre gondolok, arra is, de csomó más kapcsolódási pontra, természeti lényegekre: nap, hold, földanya – és ezeknek egymáshoz való kötődésére. És a művészetre. [...] Hiszem, hogy minden verssor az egy ilyen imádság. Egy üzenet odaátra. Úgy érzem, nem egyoldalú kommunikáció, úgy érzem, visszaküldetik, befogadtatik.” (43 éves nő)

„Én nagyon egyszerű vagyok, a hitem is egyszerű... Lehet persze, hogy ez csak egy gyermeki fantázia továbbélése, de alapvetően azt hiszem, amit gyerekkoromban is tanítottak, az isteni igazságszolgáltatásról, hogy megmérettetsz, és amilyen életed volt a földön, annak megfelelő lesz odaát. És nem az, hogy örök élet meg ilyenek, hanem ez azt jelenti nekem, hogy akkor kap értelmet, jelentést az életed, amit éltél.” (37 éves nő)

„Jó lenne hinni ebben, abban, amabban, de sajnos gyógyíthatatlanul materialista vagyok. Nem tudom nem azt gondolni, hogy a lélek a testi folyamatok, megragadható, ha még nem is ismert fiziológiai jelenségek terméke, azaz ha az egyiknek vége, akkor a másiknak is. És ez az egy, ami a halálban megijeszt, hogy nem leszek tudatában. Van, akit ez vigasztal, engem ez borzaszt. Túlságosan ragaszkodom a nyamvadt kis tudatomhoz. De hát ez van, ez egy ilyen játék, ezt dobta a gép, mindannyian ezt kaptuk. És ez a gondolat tulajdonképpen vigasztal is, segít felülemelkedni dolgokon.” (28 éves nő)

„[A halál] nem nagyon érdekel. Nem szeretnék sokat szenvedni. Jó lenne elaludni, és ne mondjuk, egy busz üssön el. Az az egy bánt, hogy utána soha többé nem lesz semmi. Ha valaki fizikailag is be tudná bizonyítani, hogy valamelyik verzió létezik, mennyország, lélekvándorlás, nyugodtabb lennék. Néha kiborít, hogy, basszus, utána semmi, csigaként se élhetek újra. Szóval nem a halál vagy az attól való félelem... ha élnék 85 éves koromig, valószínűleg már várnám.” (35 éves nő)

„Szeretném azt hinni, hogy olyan világba, vagy olyan tudatállapotba kerülsz, ami mindig is az álmod volt, de félek nagyon attól, hogy csak puff, vége lesz, és semmi. [...] Nem jutottam arra a pontra, hogy elfogadjam. Keresem a kikapukat.” (30 éves nő)

„Igazából nem könnyű elfogadni, nem is tudom... Ez olyan lenyomjuk a gondolatát, és minél később foglalkozni vele típus.” (35 éves nő)

„Erről nem igazán gondolkodtam. Nekem egyelőre az elmúlást jelenti, hogy nem tudok vele többet érintkezni, kapcsolatba lépni.” (39 éves nő)

Stb.

Látható e néhány példa alapján a legszemélyesebb felnőtt halálmetaforák, halálról való képzetek sokszínűsége; jó részükben – vallásgyakorlástól függetlenül – megjelenik valamiképpen a léleknek a továbbélése, az elhunyt szeretteinkkel való találkozás lehetősége, vagyis a végleges szeparáció tagadása stb. Fejlődépszichológiai vizsgálatok azt mutatják, hogy a halálfogalom megértése egy hosszú idő alatt fokozatosan kialakuló fejlemény, mely az elmúlás több aspektusának megértését foglalja magába. A szakirodalomban leggyakrabban emlegetett sajátosságai az elmúlásnak, melyek elengedhetetlenek ahhoz, hogy érett, „felnőtt” halálfogalomról beszélhessünk: a fiziológiai és a kognitív folyamatok megszűnése, az irreverzibilitás (a halálból nem tér vissza senki), az univerzalitás (mindenki meghal egyszer) és az elhunyttól való végleges szeparáció elfogadása (aki meghal, azzal nem találkozhatunk újra) (Nagy, 1936/1997; Kane, 1979; Anthony és Bhana, 1988).

Noha a felnőttek a racionalitás síkján valóban rendelkeznek mindezzel a „tudással”, személyes fantáziáik mégis sok olyan vonással rendelkeznek, melyek ellentmondanak ennek a halálkoncepciónak. A legtöbben gyermekeiknek is olyan értelmezéseket, magyarázatokat adnak, mely valamiképpen implikálják a lélek továbbélésének lehetőségét, a kognitív folyamatok fennmaradását; kevés az a szülő, aki – legyen bár vallásos vagy ateista – pusztán materialista magyarázatot ad gyermeke halállal kapcsolatos kérdéseire (például: *felment az angyalokhoz, a mennyországba, a felhők fölé költözött, az égben van* helyett: *meghalt, eltemették, és a testéből fű nő*). Még egyébként nem vallásos szülők is élnek ezekkel a magyarázatokkal, meghagyva a „fogódzót” gyermekeiknek, hogy feldolgozhatóbbá, barátságosabbá, kevésbé fenyegetővé alakíthassák saját halálképüket. Ha pedig a felnőttek magyarázatai implikálják a lélek továbbélését, ésszerű, hogy a gyerekek pszichés működéseket tulajdonítanak az elhunytak a biológiai test halála után is; az úgynevezett „felnőtt halálfogalomtól” való eltérések tehát nem feltétlenül a gyermekek kognitív kapacitáskorlátait jelzik, fakadhatnak a szülőktől kapott magyarázat-panelek felhasználásából is (Piaget, 1978).

Álljon itt ízelítőül néhány halál-magyarázat 3–5 éves gyermekektől is:

„Meghalni azt jelenti, hogy kijön a szívünk a szánkon, és eltörünk, és bibisek leszünk.” (4 éves fiú)

„Azt jelenti, hogy elmész a sírjához, virágot vinni, locsolni.” (5 éves fiú)

„Azt jelenti, hogy el kéne vinni a temetőbe, és hozni neki koszorút.” (4 éves lány)

„Azt jelenti, hogy fölköltözik az angyalokhoz. [Kérdésekre:] Nem tudunk újra találkozni veled, csak születnek új emberek.” (4 éves lány)

„Aki meghal, annak megáll a szíve és nem mozog az agya, és elássák a földbe. Ott lejön a bőre, és csak a csontja marad. [Kérdésre:] Nem tud enni, nem tud lélegzeni, nem tud aludni, nem tud beszélni, nem tud kakilni, pisilni is nem tud. Nem tud érezni.” (4 éves fiú)

„Azt jelenti, hogy elfárad a szívünk.” (5 éves lány)

„Meghalni azt jelenti, hogy meghalunk, aztán megcsókolja valaki és újra feléled.” (4 éves lány)

„Ha meghal valaki, lány lesz belőle, aki nem hal meg, az fiú lesz. (4 éves fiú)

„Aki meghal, hát azt eltemetik. Van, amikor egy ember hal meg. És mi is meg fogunk halni valamikor.” (4 éves lány)

Stb.

Szinte minden szülőről elmondható, hogy a halál témáját érintve legfontosabb szándéka, hogy őszintén, mégsem félelemkeltően meséljen gyermekének. Ha a szülő saját félelmei miatt – akár kíméletből – kerüli a témát, a gyermek annál fenyegetőbbnek fogja érezni a halál kérdését, saját képzeletéből táplálkozva, töltve ki hézagos ténytudását. A vallás sok esetben adhat fogódzókat azzal kapcsolatban, mit mondhat a szülő gyermekének az elmúlásról, milyen halálfogalmat tud továbbadni számára. A részletekbe nem menő, túl általános, megfoghatatlan magyarázatok (például: „A nagypapa elment messzire.”) fokozhatják a gyermek kétségeit, szorongását – miközben esetleg hiába várja vissza a nagypapát. Elképzelhető, hogy a szülőnek vigasztaló a

gondolat, hogy elhunyt szerette a túlvilágról figyel, kíséri őt, ez azonban megint csak lehet félelemkeltő a gyermek számára. *Polcz Elaine* (2001) amellett foglal állást, hogy óvodás kortól célszerű a természet körforgásán keresztül, egyszerű gyakran látott, ismerős példák mentén közelíteni a gyermekhez az elmúlás fogalmát, kitérve arra, hogy az elhunyt testéből hogyan serkenhet új élet, miként táplálhatja a növényeket stb. Akármilyen magyarázatot választunk is, a kulcsszó valóban az őszinteség, a hitelesség lehet: a szülő a gyermek számára meggyőző, elfogadható módon azt tudja képviselni, ami a saját maga számára is hihető, nem idegen; nem hamis reményt adó, de nem is elrettentő.

Nagyon megoszlanak azzal kapcsolatban a szülők nézetei, hogy temetésre elvinnék-e magukkal gyermeküket. Számos érv szólhat amellett, hogy ezt adott esetben nem teszik: sokan óvodás gyermeküket túl fiatalnak találják, félnek, hogy megterheli őket az esemény, vagy éppen megzavarják azt, láb alatt lesznek stb. Mások nem tulajdonítanak nagy jelentőségek a szertartásnak, úgy vélik, tudják megfelelően helyettesíteni otthoni, személyes rituálékkal, mely során elbúcsúznak a halottól. Gyakori, hogy a szertartás mikéntje vált ki ellenérzést a szülőből, akár egyházi, akár világi jellege miatt: személytelennek, elidegenítőnek érzik, és nem szívesen tennék ki neki gyermeküket. Ezzel együtt sokan nyilatkoznak úgy, hogy megfelelő körülmények között, közeli hozzátartozó halálakor elvinnék óvodás gyermeküket a temetésre, míg egy másik nagy tábor álláspontja szerint 8–10 éves kor előtt nem kívánatos a gyermek részvétele hasonló szertartáson.

A kutatásban szereplő egyik felnőtt gyermeke Liza 4 és fél éves. Halálfogalma életkorához képest meglepően árnyalt – a családon belül nem tabu a téma, édesanyja legjobb tudása szerint válaszol minden kérdésére. Szülei erős vallásos szellemben nevelik Lizát, halálattitűdjük meglehetősen pozitív, erős a túlvilági létbe vetett hitük; ennek megfelelő magyarázatokat adnak Lizának is. A lélek továbbélését magába foglaló, igen materialisztikus túlvilágkép ugyanakkor valamiféle ellentmondásban áll a temetés szertartásával, mely a fiziológiai végességet, szeparációt sugallja. Ennek megfelelően Liza édesanyja úgy véli, lánya túl kicsi ahhoz, hogy magával vigye temetésre, ha a családban haláleset következne be; sőt ettől függetlenül sem szívesen vinné el temetőbe.

Ha a halál jelenségére megnyugtató, ugyanakkor kielégítő válaszokat is sikerül adnia egy szülőnek, gyakran jelentkezik dilemmaként, hogy a temetés eseményét hogyan magyarázza. Ha a nagymama felment az égbe, az angyalokhoz, miért kell eltemetni a földbe? És hol van akkor a nagymama: a felhők között, vagy lent a korporsóban? – jogosak a gyermeki kérdések, a szülő pedig gondban van a válasszal. Gyakran előfordul, hogy ha egy gyermek halálkonceptiója életkorához képest érett is, a temetés jelenségére nehezen tud magyarázatot adni, összemosza a halál fogalmával, bizonytalan, alacsonyabb színvonalú válaszokat ad.

Néhány temetés-magyarázat óvodásoktól:

„Amikor kettévágják a szobrot, és beteszik a földbe. Mamával virágot viszünk a szoborra és lesöprögetjük. Én szeretném kettévágni a szobrot, hogy lemenjek a dédihez.”
(4 éves fiú)

„Azt jelenti, hogy eltemessük, akinek balesete van; megírjuk, hova temettük el, és elültessük. [Kérdésre, hogy ez pontosan hogyan történik, mit csinálnak ilyenkor:] Rosszul van a fülem. Meddig beszélgetünk még?” (4 éves lány)

„Eltemet valakit a temető. Nem szeretem, hogy embert eltemetnek.” (3 éves fiú)

„Ha valaki meghalt, csinálunk neki koszorút, és kivisszük a temetőbe, és rákötjük.”
(4 éves lány)

„Amikor egy halott embert elvisznek egy sírba, és oda eltemetik, de nem tudom, milyen mélyre.” (5 éves fiú)

„Temetés az, amikor eltemetik a virágokat.” (4 éves fiú)

„Temetés? Azt úgy is mondják, hogy meghal.” (4 éves lány)

„Ha eltemetünk valamit, mert el akarjuk temetni.” (4 éves lány)

Stb.

Polcz Elaine (2007) nagyon következetesen foglal állást amellett, hogy egészen kicsi gyermekkorban is lehetséges, sőt célszerű elvinni a gyermeket temetésre, amennyiben olyan közeli hozzátartozó, barát hunyt el, akihez a gyermeknek lehet kötődése. A temetés szertartása a búcsúzásra ad lehetőséget, a lezárásra, a szeparáció elfogadásában, kézzel foghatóvá tételében segít. Felnőttek elbeszéléseiben visszatérő motívum, hogy valaki nem tudja a szíve mélyén elhinni a szeretett személy halálát, várja a visszatértét – és hosszú távon emiatt megreked a gyászmunkában -, ha nem tudott részt venni a temetésén. Óvodás gyermeket fel lehet készíteni arra, hogy mivel találkozhat a temetésen: ha szülei előzőleg beszélgetnek vele arról, hogy mi a szertartás funkciója, és hogy láthat majd szomorú, síró embereket, de ez természetes, hiszen mindenkinek hiányzik az elhunyt – akkor a tapasztaltak nem fognak váratlanul vagy félelemkeltően hatni rá (*Polcz, 2001; 2007*). Hozzá kell tenni, hogy amennyiben a család létrehoz magának egy, a temetéssel egyenértékű, személyes rituálét, mely során a saját szokásaik, igényeik szerint közösen búcsút tudnak venni a halottól, az betöltheti a temetésen való részvétel szerepét (*Kolosai, 2008*).

A halál motívuma a gyermeki játékokban, tevékenységekben

Kisgyerekek legtermészetesebb, ösztönös önkifejezési formája a játék. Ha nincsenek is minden esetben szavaik, szabatos mondataik az őket foglalkoztató problémákra, kérdésekre, sok mindent képesek megfogalmazni a szerepjáték vagy éppen a rajz nyelvén. Nem idegen tapasztalat óvodás gyermeket nevelő szülőknek, ha a halál témája valamiképpen felbukkan gyermekeik játékában. Különösen igaz ez fiúk szerepjátékokra, harcot, küzdelmet megelevenítő szerepjátékaira: legyőzöm a gonosz varázslót, levágom a sárkány mind a hét fejét stb. Ezekben a helyzetekben a halál sokszor csak a küzdelem megoldása, a hős diadalmának a kifejeződése: nem feltétlenül jelenik meg az elmúlás, a pusztulás valódi jelentése, problematikája. A legyőzött földre rogy, majd felpattan: *Most én vagyok a királyfi, és te a sárkány!* – a halál visszafordítható, a játék megy tovább. Nem ritkán bekúsznak a virtuális világ, a számítógépes játékok megoldásai: *Már csak egy életed van! Most jól lekardozlak! Stb.* Érezhető, hogy ezekben a jelenetekben a halál csupán egy meséből ismert fordulat, megoldás-panel, nem pedig a játék főtémája – előfordul azonban, hogy a gyermek éppen az élet végével való konfrontációját jeleníti meg, dolgozza fel ilyen formában.

Balázs 3 és fél évesen az édesapja születésnapjára egy kis előadással készül, amit a függöny mögül előbújva adnak elő 3 évvel idősebb testvérével, Misivel. A rövid jelenet lényegében egy temetés: Balázs Misi segítségével eljátssza, hogy meghal, és a földre ássák. A gyermekek felszabadult természetességgel mutatják be a „produkciót”, míg a

felnőttek döbbenetesen figyelnek. Mindkét kisfiú egyébként érdeklődik az elmúlás kérdése iránt, s bár Balázs születése óta nem volt haláleset a családban, a szülők elég sok veszteséget éltek át a korábbi évek során.

Látható, hogy a fenti játék főtémája a halál, a temetés: a fiúk egy őket foglalkoztató problémát tesznek megfoghatóvá, feldolgozhatóvá: azáltal, hogy megjelenítik, oldják annak feszültségét. A szóban forgó szülőpár halál iránti attitűdje meglehetősen elfogadó és pozitív volt, a gyerekek a kérdéseiket gyakran fogalmazták meg verbálisan, és részletes válaszokat kaptak. A születésnap ajándékként bemutatott jelenet mégis annyira váratlan és naturalisztikus volt, hogy elgondolkodtatta, megdöbbentette a szülőket – miközben a gyerekek szemmel láthatóan nem tekintették többnek a szituációt egy átlagos játékhelyzetnél.

A halál játékban való ábrázolása persze nem minden esetben ennyire egyértelmű és direkt; sokkal áttételesebben, metaforikusabban is megjelenhet, miközben mégis központi témája az adott helyzetnek:

A 4 éves Zalán egyik legkedvesebb időtöltése a kertészkedés. Édesanyja a következő jelenetről számol be: A gyermek színes madártollakat fog össze csokorba és a feje tetejéhez tartja, és közli, hogy ő most egy virág. Ezután kéri az anyukát, hogy csukja be a szemét: aludjon. Mikor kinyithatja a szemét, látja, hogy a kisfiú fején a tollbokrétá lekönyult. Az anya beszáll a játékba, hozza a locsolókannát, „megöntözi” a virágot. A tollcsokor helyreáll, a kisfiú pedig összeszorított ujjait felemeli a magasba: a virág bimbót hoz. Az anyának ismét „aludnia” kell. Mikor „felébred”, látja, hogy a kisfiú csukott szemmel fekszik a földön, körülötte elszórva a színes tollak.

– Jaj, elhervadt a virágom!

A gyerek ismét arra kéri az anyukát, hogy aludjon, most sokáig. Mikor kinyithatja a szemét, a kisfiú újra áll, tollakkal a fején.

– Semmi baj, anya, magból kihajtottam újra.

Az édesanya úgy idézi fel ezt a közös szerepjátékot, mint egy nagyon pozitív emléket. Elmondása szerint a jelenet lezajlása körüli időszakban nagyon gyakran került szóba közöttük a halál témája, amit a gyermek elhullott madarak tetemeivel kapcsolatos élményéhez, illetve a szomszéd néni halálához köt (aki egyébként a paneltömb melletti virágágyást gondozta – ezt a feladatot „vállalta át” a kisfiú spontán módon).

Nguyen és Gelman gyermeki halálkonceptiókkal kapcsolatos vizsgálataikban (Nguyen és Gelman, 2002) a halál megértését egyebek mellett az állati, illetve növényi élet végességének megértéséhez kötik. A saját vizsgálatom során elhangzott szülői beszámolók alapján a 3-6 éves korú gyermekeknek jelentős hányada (kertes házban és panelban élők egyaránt!) figyelemreméltó érdeklődést tanúsít a kertészkedés, a virágok ápolása, magok csíráztatása stb. iránt. Sokszor a szülő spontán módon kapcsolja össze a kérdést a múlandóság megértésével: a virágok ápolása, ültetése kapcsán elmondható a gyermekeknek, hogy mik a növény életfeltételei (és hogy elpusztul, ha letépik), hogy miért hervad el, és hogy nem kelthető újra életre.

Az 5 éves Dani az utóbbi időben letépett, leszakadt virágokat, lehullott faleveleket gyűjt. Utcáról, óvodából hazahordja, és otthon a kertben elássa ezeket, azzal a céllal, hogy ismét életre keltse őket. Sok sikertelen próbálkozás után fogadja el, hogy a begyűjtött virágok nem fognak kinyílni újra, minden gondoskodás ellenére sem. Ezután figyelme a kertben lévő növények gondozása, ápolása felé fordul.

Úgy tűnik, mintha a növényi élet körfogásának, a lombjukat vesztő, majd tavasszal újra kihajtó fák ciklikus életének, a magból kicsírázó friss hajtásoknak a megfigyelése egyfajta reparatív funkcióval bírna, mely segít megbirkózni az élet végességének tényével (Kübler-Ross, 1988; Kolosai, 2008).

Anna szintén 5 éves, erősen foglalkoztatja a halál témája. Édesanyja úgy érzi, akkor tud hitelesen válaszolni a kérdéseire, ha az elmúlás materialisztikusabb oldaláról beszél Annának: elmondja a kislánynak, hogy sokan hisznek abban, hogy a túlvilágon továbbélhetünk, hogy valamiképpen az égbe juthatunk, de annyi biztos, hogy a testünk a földre kerül majd, sejtjeink újra hasznosulnak, virágokat, fákat éltetnek. Édesanyja beszámolója szerint ez a gondolat váratlanul felvillanyozza Annát: – Ugye, ha akarom, lehetek majd tulipán? – kérdegeti anyát, és a következő napok ezzel a képzeletbeli játékkal telnek: kiből milyen fa, virág lesz majd, ha meghal. Eközben Anna kíváncsisága, úgy tűnik, alábbhagy, egyelőre számára kielégítő válaszokat kapott, a kérdések ritkulnak, majd elmaradnak.

Az élet végével való konfrontáció elkerülhetetlen, a gyermeki fejlődés normatív részének tekinthető. Van, akiben mélyebb nyomot hagy ez a rádöbbenés, van, akiben kevésbé – de minden esetben egy érzelmileg és mentálisan is óhatatlanul megterhelő információról van szó. Ha egy gyerek elegendő támogatást és a téma iránt nyitott légkört érzékel, valamiképpen – szóban vagy játékban – meg fogja fogalmazni kétségeit, gondolatait, félelmeit. Ezek a kérdések, játékok a szülő számára lehetnek meghökkentők, aggasztóak, hosszú távon mégis az egészséges halálattitűd kialakulását, a potenciálisan megterhelő információ feldolgozását szolgálják. Annak, hogy ez a folyamat jó irányban halad, megbízható jelzése lehet, hogy a kezdetben talán feszültséggel terhelt kérdések, játékok egy idő után ritkulnak, a gyermek érdeklődése csökken, és a mindennapi élet szokványosabb, érzelmileg közömbösebb témái felé fordul (Hatzor és Matalon, 1998; Kübler Ross, 1988; Kolosai, 2008; Tóth, 2014).

A gyermekek halálszorongásának néhány egyéb kifejeződése

Az elmúlás egyik sarkalatos tulajdonsága, mely ijesztővé, fenyegetővé teheti a gondolatát, az az, hogy halálunk pillanatában szükségképpen egyedül vagyunk. A meghalás még barátoktól körülvéve is magányos aktus, a végső egyedüllét, végső szeparáció momentuma. Éppen ezért a halálfélelem elleni védekezés egyik leggyakoribb, leghatásosabb eszköze a társas kapcsolatok keresése, a szeretett személyekkel, fontos másokkal együtt töltött minőségi idő. Felnőtteknél sem ritka jelenség, hogy az egzisztenciális szorongása elől valaki társaságba menekül – nem meglepő, hogy gyermekeknél is tapasztalhatunk hasonlót.

Kata 7 éves, csendes, visszahúzó, nagyon értelmes kislány. Néhány hónapja foglalkoztatja saját halandóságának gondolata, igyekszik a kérdésben megnyugtató válaszokat találni szüleitől. Míg korábban szívesen eljátszott egymagában, mostanában nagyon igényli mások jelenlétét, társaságát: nem kell együtt játszaniuk vagy beszélgetniük, de ragaszkodik hozzá, hogy valaki mindig legyen mellette a szobában.

Gyerekeknél a halállal kapcsolatos félelem egyik megnyilvánulása lehet a szeparációs szorongás hirtelen megjelenése, felerősödése. Polcz Elaine a 4–6 éves kor között kialakuló halálfélelmet a csecsemőkorban átélt szeparációs szorongásból eredteteti (Polcz, 1989). Nem törvényszerű, hogy a szeparációs szorongás hátterében minden esetben halálfélelem áll, de nem is példa nélküli. Ha egy gyermeket veszteség ér, vagy csupán elkezdti őt foglalkoztatni saját halandósága, szeretteinek halandósága, fokozott félelmet élhet át a számára fontos emberek elvesztésétől; gyász esetén

ez akár patológiás mértéket is ölthet (Barta, 1993; Simkó, 2009). Ez az aggodalom gyakran nem tudatos, de végső soron fokozott kontrolligényben, az elválásoktól, külön töltött időtől való félelemben nyilvánulhat meg. Hiszen a gyermeki fantázia felnagyítja a lehetséges veszélyeket, és minden, a szülőtől távol töltött idő potenciális fenyegetés, mely alatt bármi rossz történhet – a gyermek egyedül védtelen a külvilággal szemben. Már a preverbális korú, beszélni nem tudó gyermek is fél az anya eltűnésétől, mely által kiszámíthatatlanná, bizonytalaná válik a világ – s, ahogy Polcz Alaine írja: fél saját maga eltűnésétől is. Veszteséget követően az egyedülléttől való félelem lehet a mély gyász jele is (Polcz, 2007). – Hasonló szorongásokkal küzdő gyermek, ahogyan a fenti példában is látható, fokozottan igényelheti a szülő társaságát, előfordulhat, hogy sír, regresszíven viselkedik, ha el kell válnia tőle, akár rövid időre is. A szeparációs szorongás átmeneti megjelenése bár figyelmet érdemel, önmagában nem feltétlenül jelent problémát, sok esetben spontán oldódik, főleg ha a háttérben álló tudattalan félelmeket sikerül felszínre hozni, játékban vagy beszélgetések során feloldani, enyhíteni. Ha azonban állandósul vagy fokozódik, tartósan ronthatja mind a gyermek, mind a szülő életminőségét, hangulatát, és komolyabb problémák kialakulásához vezethet (például generalizált szorongás, iskolafóbia stb.).

A szülői interjúk tanúsága szerint úgy tűnik, kisgyermekkorban a halálszorongás beszédes fokmérője lehet az is, hogy mennyire tart a gyermek a – bármilyen apró, jelentéktelennek tűnő, elsősorban tárgyi jellegű – veszteségtől. Óvodáskorú gyermekek szülei közül sokan felfigyelnek gyermeküknél fokozott – számukra esetleg túlzottnak vagy értelmetlennek tűnő – ragaszkodásra kisebb vagy elhanyagolható emocionális funkcióval bíró tárgyak iránt. Ennek a ragaszkodásnak többféle formáját említik:

1. kétségbeesés, érzelmi vihar, ha a szülő ki szeretne dobni egyébként funkcióval nem bíró, értéket nem képviselő tárgyakat (jégkrémpálca, csokipapír, fadugó stb.);
2. gyakori ellenőriztetés, kérdeztetés azzal kapcsolatban, hogy nem vesztek-e el semmit, pl. útközben, óvodába menet stb.;
3. a gyermek más gyermekek társaságában nem játszik, rendes körülmények között nem különösebben óvott vagy akár használt ingóságait magához szorítja, aggodalmat vagy haragot fejez ki azzal kapcsolatban, hogy mások veszélyeztethetik a tulajdonát;
4. rémálmok, melyeknek témája, hogy valaki elvette a gyermek minden játékát, nem hagyott neki semmit.

Csenge közel 4 éves, édesanyja elmondása szerint kb. 3 éves kora körül feltűnően ragaszkodni kezdett minden aprósághoz, papírfecniket, szemetet nem engedett kidobni, és állandóan aggódott, hogy valami elveszít. Anya elmeséli, hogy Csengének volt egy plüssjátéka, melyet egyszer a bölcsődébe vezető úton elvesztettek. Ez a veszteség azóta is gyakran szóba kerül, a gyermek idézi fel aktuális félelmei kapcsán. Egy alkalommal arról kérdezgette az édesanyját, hogy miért vesznek el a tárgyak, és megtalálják-e mindig őket. Az anya igyekezett megnyugtatni, hogy általában előkerülnek az elveszett játékok. Erre a gyermek ismét felemlégette az elveszített plüssfigurát, ezzel érvelve, hogy van, amit az emberek elveszítenek, és nem találnak meg többé. Majd spontán hozzátette a következő megfigyelést: „Ez olyan, mint az emberek elvesztése. Elvesztik az életüket véletlenül.”

Hogy ezek a gyermeki félelmek a tárgyi jellegű veszteségtől milyen szorosan kapcsolódhatnak össze a halál gondolatával, arra az 5 éves, apróságokhoz szintén nagyon ragaszkodó Niki édesanyjának története talán még inkább rávilágít: Niki aggodalmairól beszélve maga is összefüggésbe hozza őket az elmúlás, múlandóság témájával, majd megszót velem egy hirtelen bevillanó emléket:

5 éves korában az óvodában elkezdte nagyon rosszul érezni magát, szorongott, mindig úgy érezte, elveszített valamit, de nem tudta, hogy micsodát. Úgy emlékszik vissza, hogy nyár volt, mert kevés gyerek volt az óvodában, a csoportokat összevonták, idegen gyerekek és idegen óvó nénik közt, a megszokottól eltérő helyen kellett lennie, amitől még elveszettebbnek érezte magát. Végül az ajtó alól kipiszkált porcicákkal tömte meg a zsebeit, ez oldotta szorongását: arra gondolt, hogy bármit veszített el, ezért nincs meg, mert már elporlott, porcica lett belőle – de ebben a formában mégis meg tudja őrizni. A porcicákat az édesapja találta meg, és nagyon leszidta: azt mondta neki, hogy ha a koszt gyűjti, olyan beteg lesz, mint az öccse (egy évvel fiatalabb testvére ekkortájt fulladások miatt szinte állandóan kórházban volt). —Mint a beszélgetésből kiderül, ezen a nyáron hunyt el egy gyors lefolyású betegségben a nagyapja, akivel igen szoros kapcsolatban állt – ennek az édesanyának ez volt az első találkozása a halállal.

Figyelemre méltó, hogy itt a konkrét veszteségélmény összekapcsolódik egy fenyegetettséggel (hasonló korú, súlyos beteg gyermek a családban, és az apai intelem: te is ilyen beteg leszel, ha szemetet gyűjtögetsz), illetve az aktuális óvodai frusztrációval, elhagyatottsággal. A szülő, elmondása szerint, az emlék felidézésekor átérezte az azt kísérő gyermekkori érzelmet, amit elárasztóként, bénítóként jellemzett.

Az tárgyakhoz, hulladékokhoz való túlzott ragaszkodás szélsőértékét képviseli a hoarding, vagyis kóros gyűjtögetés, ami szintén az életvitelt súlyosan befolyásoló jelenség, és általában szakember segítségét igényli (*American Psychiatric Association, 2013; Nordsletten et al, 2013*). Veszteséget átéltek körében különösen gyakori a hoarding (*Saxena et al, 2011; Cromer, Schmidt & Murphy, 2007, Hartl et al, 2005*), ami azt jelzi, hogy a túlzott, céltalan gyűjtögetés az elakadt gyász munka egyik tünete is lehet.

*

A tanulmány írásának idején heti rendszerességgel vezetek támogató csoportokat a Szegedi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Karának Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Osztályán, az ott kezelt gyermekek szülei számára. Az egyik alkalommal egy frissen csatlakozott, fiatal édesanyja sokáig csendben hallgatta a többieket, nem szólt bele a beszélgetésbe, nem nyilvánított véleményt. Végül konkrétan neki kellett címezniem az egyik kérdést, hogy bevonjam a csoportban kialakult társalgásba. Ekkor a korábbi témához kevéssé kapcsolódva, de egyre inkább megnyílván, szemmel láthatóan gondterhelten kezdett beszélni az egyik problémáról, amely akkor különösen foglalkoztatta: arról, hogy négyéves kislánya az utóbbi időben sokat beszél a halálról, kérdez róla, eljátssza, foglalkozik vele. Az édesanyját nagyon aggasztotta, hogy nem kóros-e ez egy ekkora gyermeknél, nem korai-e még, és hogy egyáltalán: hogyan kezelje ezt, miket válaszoljon a felmerülő kérdésekre. A szót a csoport egy másik tagja vette át tőle, aki harcban álló ikerfiai miatt jár a szülőcsoportba. Elmesélte, hogy szintén 4 év körüliek voltak a fiai, amikor egyszer autóval vitte őket valahová, és az egyik gyermeke megkérdezte: – *Anyá, te meg fogsz halni?* – majd választ sem várva folytatta: – *Igen, egyszer meg fogsz halni, meg apa is, és én ettől nagyon szomorú vagyok. Nem akarom, hogy meghaljatok.* – *Majd a mellette ülő ikertestvéreére mutatva így zárta le: – És ez még erre a hülyére is vonatkozik.*

Az édesanya története felszabadító hatással volt a csoportra. Sharingjével (érzéseinek, tapasztalatainak megosztásával) nemcsak választ adott a másik szülő nehezen megfogalmazott félelmeire, de megteremtett egy olyan légkört, amelyben a csoport tagjai már hozzá mertek nyúlni a témához, és egy nagyon izgalmas beszélgetés alakult ki ennek kapcsán. Nem mellékesen a hozzászóló szülő eredeti problémájára – az ikerfiúk viszonyára – is sikerült egy újabb szempontból rátekintenünk.

A fentiek során bemutatott példák arra világítanak rá, hogy óvodás korban a gyermekek előbb-utóbb óhatatlanul szembesülnek az élet végességének tényével, és ez a szülőket – vagy akár a pedagógusokat – egy sor nehéz kérdés elé állítja. Gyermeki viselkedéses jelenségek egész sora hökkentheti meg, töltheti el aggodalommal a szülőket, akik lázasan kutatnak a kiváltó okok után, holott sok esetben egy normatív jelenségről van csupán szó: a gyermek találkozik a halál fogalmával, megérti saját halandóságának lehetőségét, és e potenciálisan megterhelő információ feldolgozásához mozgósítja saját – bizonyos esetekben a felnőttek számára ijesztő – eszköztárát. Szülőként a legfontosabb feladatunk ebben a helyzetben az lehet, hogy kísérjük, támogassuk ebben a gyermeket, felülkerekedve saját szorongásainkon őszinte és hiteles válaszokkal szolgáljunk számukra. Ahogy a neves fejlődépszichológus, Erik H. Erikson írja: „Egészséges gyermek nem fél az élettől, ha szülei nem rettegnek a haláltól.” (Erikson, 1950. 269. o.)

Irodalom

- American Psychiatric Association (2013): *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5*. American Psychiatric Publishing, Washington DC.
- Anthony, Z., Bhana, K. (1988): An exploratory study of muslim girls' understanding of death. *Omega*, 19, 215–227.
- Barta Anna (1993): Szeparációs szorongás és gyermeki gyász II. In: Gerő Zsuzsa (szerk.): *A gyermek-pszichoterápia elmélete és gyakorlata I-II-III.*, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- Cromer, K. R., Schmidt, N. B., Murphy, D. L. (2007): Do traumatic events influence the clinical expression of compulsive hoarding? *Behaviour Research and Therapy*, 45, 11, 2581–2592.
- Erikson, E. H. (1950): *Childhood and Society*. Norton & Co., New York.
- Hartl, T. L., Duffany, S. R., Allen, G. L., Steketee, G., Frost, R. O. (2005): Relationships among compulsive hoarding, trauma, and Attention-deficit/Hyperactivity Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 2, 269–276.
- Hatzor-Matalon, T. (1998): *The relationship among children's conceptualization of death, parental communication about death, and parental death anxiety*. ETD Collection for Fordham University. Paper AAI9960950.
- Kane, B. (1979): Children concepts of death. *The Journal of Genetic Psychology*, 134: 141–153.
- Kolosai Nedda (2008): Gyermekünk halálképe: Gondolatok Mindenszentek után. In: *Kisgyermek, nagy problémák*, XVI. kiegészítő kötet, RAABE Kiadó, Budapest. 2–10.
- Kübler Ross, Elizabeth (1988): *A halál és a hozzá vezető út*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- Lester, D. (1991): The Lester Attitude Toward Death Scale. *Omega*, 23, (1)
- Nagy Mária Ilona (1997): *A gyermek és a halál*. Pont Kiadó, Budapest
- Nguyen, S. P., Gelman, S. A. (2002). Four and 6-year olds' biological concept of death: The case of plants. *British Journal of Developmental Psychology*, 20 (4), 495–513.
- Nordsletten, A. E., Reichenberg, A., Hatch, S. L., de la Cruz, L. F., Pertusa, A., Hotopf, M., Mataix-Cols, D. (2013): Epidemiology of hoarding disorder. *BJPsych*, 206. 3, 1–8
- Piaget, J. (1978): *Szimbólumképzés gyermekkorban*. Gondolat, Budapest.
- Polcz Alaine (1989): *A halál iskolája*. Magvető, Budapest.
- Polcz Alaine (2001): *Élet és halál titkai*. Pont Kiadó, Budapest.
- Polcz Alaine (2007): *Meghalok én is?* Jelenkor Kiadó, Budapest.
- Saxena, S., Ayers, C. R., Maidment, K. M., Vapnik, T., Wetherell, J. L., Bystritsky, A. (2011): Quality of life and functional impairment in compulsive hoarding. *Journal of Psychiatric Research*, 45 4. 475–482.
- Simkó Csaba (2009): Hogyan segítsünk gyermekünknek elfogadni az elfogadhatatlant? *Kharón Thanatológiai Szemle*, 13 4. 1–40.
- Speece, M. W. (1985): Children's Concepts of Death. *Michigan Family Review*, 1 1. 57–69.
- Speece, M. W., Brent, S. (1984): Children's understanding of death: A review of three components of a death concept. *Child Development*, 55, 1671–1686.

- Temesváry Beáta (1996): A halálfélelem néhány aspektusa. *Orvosi Hetilap*, **137.** 26. sz. 1419–1425.
- Tóth Anett (2014): *Akarsz, akarsz-e játszani halált...? – Óvodás korú gyermekek és szüleik halálszorongásának és halállal kapcsolatos kommunikációjának vizsgálata*. ELTE PPK Tanácsadó szakpszichológus képzés, szakdolgozat.
- Wechsler, D. (2003): *Wechsler Intelligence Scale for Children – 4th Edition (WISC-IV®)*. San Antonio, TX, Harcourt Assessment.
- Wechsler, D. (2007): *WISC-IV – Technikai és értelmező kézikönyv*. OS Hungary Tesztfejlesztő Kft., Budapest, 101–102.
- Yalom, I. D. (2004): *Egzisztenciális pszichoterápia*. Animula, Budapest.