



Hogyan búcsúzzak el?

Hogyan búcsúzzak el?

Megosztás

- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)
- [`<?xml version="1.0" encoding="UTF-8"?>` E-mail \(opens in new window\)](mailto:uhiskas@uhiskas.hu)

Noha egy macskatárs elvesztése nagyon fájdalmas lehet, segít, ha tudjuk, hogy ez a fájdalom természetes érzés – és hogy idővel könnyebb lesz.

Az emberek és az állataik közötti érzelmi kötődés nagyon erős lehet. Ezt az erős kötődést általában a macskákkal és kutyákkal kapcsolatban szoktuk emlegetni, de valójában bármilyen kedvenc, a lovaktól a madarakon át a hörcsögökig, sőt még halak is képesek erős ragaszkodást kiváltani az emberből.

Ragaszkodásuk miatt az emberek erőteljesen reagálnak arra, amikor kedvencük elpusztul. Ha macskája jobb létre szenderül, ne legyen sokkolva vagy ne zavarodjon össze a bánat miatt. Engedje önmagának, hogy elbúcsúzzon a macskától, és ne feledje, hogy mások – különösen a gyerekek – teljesen eltérően is reagálhatnak kisállatuk halálára.

Engedje önmagának, hogy elbúcsúzhasson

Sok ember meglepődik azon, hogy milyen mély érzéseket okoz számukra egy kedvenc távozása. Elfelejtik azt, hogy egy szeretett kedvenc több egyszerű társaságnál – a család tagja, és mindennapi életük részese.

Sok gazdinak kell elbúcsúznia elhunyt vagy még haldokló kedvencétől. Ha a macskát elaltatják, akkor a gazdi kérheti azt, hogy a kedvencével maradhasson, amíg lezajlik a folyamat. A legtöbb állatorvos megengedi, hogy Ön jelen lehessen, de még ha nem is lehet ott, később láthatja még, és valószínűleg némi időt is eltölthet majd vele. Így Ön elbúcsúzhat, és van ideje felfogni, hogy drága kisbarátja már valóban a mennyországban van.

Ne nyomja el bánatát!

Kedvence távozásakor különféle érzelmek keríthetik Önt hatalmukba: a sokk, a hitetlenkedés, a fájdalom, a düh, a bűntudat, a depresszió, az aggodalom, és végül az elfogadás. Ne nyomja el ezeket az érzelmeket – ezek természetesek. Csak úgy egyezhet ki

végül a halállal, ha átengedi magát a bánatnak. Idővel a szomorúság enyhülni fog.

Ha nehézségei vannak, akkor keresse családjá, barátai segítségét és támogatását. Ez azonban gyakran nem jelent megoldást – sok ember nem érti, hogy lehet az, hogy ennyire hatással van valakire egy állat elvesztése, míg mások megzavarodnak, mert nem tudják, hogyan reagáljanak. Ne zárja magába az érzéseit, beszélje meg valakivel, aki átérzi őket. Beszélhet az állatorvosával, aki ismeri kedvence betegségének és halálának körülményeit. Még az is lehet, hogy segítségével kapcsolatba léphet egy helyi segítő csoporttal.

Ha nem könnyen nyílik meg – mert inkább egyedül éli meg a bánatot, vagy úgy érzi, hogy senki sem értené meg – akkor gondolatait leírhatja egy naplóban vagy akár egy versben.

Fokozatosan elkezdi majd megszokni az életet kedvence nélkül. A bánat után némelyeknek rosszul esik az, ha folyamatosan a kedvencükre emlékezteti őket valami, ezért inkább megszabadulnak cicájuk tárgyaitól – vagy csak félreteszik őket egy időre. Mások jobban szeretik életben tartani kedvencük emlékét azzal, hogy fényképeket és más emlékeztetőket tesznek ki.

Amikor már képes arra, hogy inkább örömmel és szeretettel emlékezzon a cicájára, mint szomorúsággal és bánattal, akkor kezd túljutni a veszteségen. Hamarosan ismét a rendes kerékvágásban élheti életét, és talán meghozza azt az ésszerű döntést, hogy befogad egy új kisállatot

Gyerekek

A gyerekeknek gyakran különösen szoros kapcsolatuk van a kedvencükkel. Az állatok fontos szerepet játszhatnak egy gyermek érzelmi fejlődésében, és ez a társas viszony, a nem-ésszerűen alapuló vonzódás, a biztonság és a stabilitás forrása lehet számukra. Amikor egy kedvenc végleg eltávozik, a gyerek reakciója nem csak a köztük lévő érzelmi kötődés mélységén múlik, hanem a gyerek életkorán is, és azon, hogy miként kezeljük a halált.

Hozzávetőleg öt éves koráig a legtöbb gyermek nem érti a halál fogalmát. Megértik, hogy a halál valami rossz, de jellemzően azt gondolják, hogy a helyzet csak átmeneti, és a szeretett állat végül visszatér. Akárhogy is, nagyon szomorúak lesznek a kedvencüktől való fizikai eltávolodás miatt, ezért nagy adag szülői támogatásra és megnyugtatóra lesz szükségük.

Öt és kilenc éves koruk között a gyerekek már tudatában vannak annak, hogy a halál végleges. Hihetnek valamilyen túlvilágban is. Mivel képesek megérteni a halál jelentését, a gyerekektől el kell fogadni azt, hogy kinyilvánítják a veszteség feletti érzelmeiket, és nem szabad rájuk legyinteni, mondván, hogy túl fiatal ahhoz, hogy megértse.

Kilenc év felett a legtöbb gyerek képes megérteni a halál és a bánat fogalmát. Kedvencük elvesztésével kapcsolatban ugyanazokat az érzéseket élhetik meg, mint a felnőttek.

Szélsőséges esetben a gyermekek bánata fizikai, és/vagy viselkedési problémákhoz vezethet. A depresszióknak ugyanazokat a jeleit tapasztalhatják magukon, amelyeket a felnőtteken is megfigyelhetünk, ehhez társulhat még az alvászavar vagy olyan viselkedésminták, mint például a ragaszkodás, az ágybavizelés, a rémálmok, az engedetlen viselkedés vagy a koncentrációra való képtelenség az iskolában.

Bátorítsa a gyermeket arra, hogy beszéljen az érzéseiről – ha akar –, vagy hogy fejezze ki

azokat rajzok vagy mesék formájában. Legyen őszinte vele a kis barát halálával kapcsolatban, és használjon olyan nyelvezetet, amelyet megért. Engedje neki, hogy osztozzon a család fájdalmában.

Ha euthanázia szükséges kisállata számára, akkor próbálja meg bevonni a gyermeket a döntéshozási folyamatba, ha elég idős ahhoz, hogy megértse, miről van szó. A gyermek neheztelhet a szülőre az állat "megölése" miatt, ha nem érti, miért szükséges az euthanázia – magyarázza el, hogy mit jelent a gyógyíthatatlan betegség és az életminőség ilyen mértékű romlása az állat számára. Legyen óvatos az "elaltatni" szóval, amikor az euthanáziát magyarázza, mert ez félreértést okozhat, és félelmet alakíthat ki a gyerekekben, hogy az alvás egyenlő a halállal.

Idősebb emberek

Egy kisállat elvesztése elsőpró érzés lehet bármely gazdi számára, beleértve az idősebb embereket is. Sokaknak, különösen akik egyedül élnek, mély érzelmi kötődésük alakult ki kedvencükkel kapcsolatban, és a cél elvesztését érezhetik, amikor az végleg itt hagyja őket. A kisállat elmúlása a néhai házastárs, más rokon vagy egy barát elvesztésével kapcsolatos bánatot is a felszínre hozhatja. Mint mindenkinek, az idősebb embereknek is támogatásra, és a körülöttük lévők megértésére van szükségük ezekben az időkben.

A kisállat pótlása különösen nehéz döntés lehet az idősebb emberek számára. Ha ön az idősebbek közé tartozik, akkor tegye fel magának a kérdést, hogy változott-e a helyzete, amióta utoljára befogadott egy kisállatot. Gondolja végig, hogy milyen testmozgásra van szükség ahhoz a bizonyos fajta kisállathoz, mennyi hely és milyen helyiségek állnak az Ön rendelkezésére, mekkorák a költségek és milyenek a fizikai követelmények, amelyek az adott állat ellátásához szükségesek. Arra is gondolnia kell, hogy az állat túlélheti Önt. Ezeket a körülményeket kell figyelembe venni, amikor a helyettesítő állat fajáról, koráról és fajtájáról dönt. Ne felejtse el, hogy a döntésében a legfőbb szempont az állat jóléte kell, hogy legyen.

Egy emlékmű

Ha a kimúlás hirtelen vagy váratlanul történt, a megzavarodott gazdi nem biztos, hogy tudja, mit tegyen az állat testével. Készüljön fel ideje korán erre az esetre. Beszélje meg a családjával, az állatorvosával, amikor kedvence még él. A szóba jöhető lehetőségek négy kategóriába sorolhatóak:

Temetés otthon.

Temetés egy kisállat temetőben.

Egyéni hamvasztás, amikor is a kisállat hamvait visszaadják Önnek.

Közös hamvasztás – az állatorvosok általában így járnak el a kisállatok esetében.

A döntését befolyásolhatják bizonyos dolgok, mint például a költségek, a törvények vagy a helyhiány, de bármi mellett is dönt, a legjobb, ha megbizonyosodik arról, hogy a döntés minden érintett számára elfogadható

[Vissza a felnőtt cikkekhez](#)

Source URL: <https://www.whiskas.hu/felnott/altalanos-gondoskodas/hogyan-bucsuzzak-el>