

育儿百问 | 给孩子一生
亲子经典 | 最好的礼物



死是什么？

有一天你们也会死吗？

死了之后，身体会去哪里呢？

这些事
越早向孩子
解释越好

妈妈， 外婆去哪里了？

(法) 米歇尔·哈努斯 (Michel Hanus)

(法) 伊莎贝尔·哈努斯 (Isabelle Hanus) 著 李军 译

北京联合出版公司

这些事
越早向孩子
解释越好



妈妈， 外婆去哪里了？

(法) 米歇尔·哈努斯 (Michel Hanus)

(法) 伊莎贝尔·哈努斯 (Isabelle Hanus) 著 李军霞 译

北京联合出版公司

图书在版编目(CIP)数据

妈妈, 外婆去哪里了? / (法) 哈努斯等著; 李军
麋译. —北京: 北京联合出版公司, 2012.10

(这些事越早向孩子解释越好)

ISBN 978-7-5502-1097-4

I. ①妈… II. ①哈… ②李… III. ①儿童教育—家
庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第251498号

北京市版权局著作权合同登记号 图字: 01-2012-7556号

copyright 2008. by Éditions Nathan - Paris, France.

Édition originale : LA MORT.

Simplified Chinese translation copyright © 2012 by Shanghai Xiron Media Co., Ltd.

This version (simplified chinese) is arranged by Garance SUN Agency.

ALL RIGHTS RESERVED.

妈妈, 外婆去哪里了?

作 者: (法) 哈努斯等

译 者: 李军麋

选题策划: 北京磨铁图书有限公司

责任编辑: 李 征 孙志文

封面设计: 伍 霄

版式设计: 刘碧微

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京慧美印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数42千字 787毫米×1092毫米 1/32 印张3

2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-1097-4

定价: 75.00元(全5册)

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82069000

内容介绍 ... 1

Chapter 1

孩子怎样想象和理解死亡？

我带着6岁的女儿来到墓地，在我母亲的墓碑前，女儿问我外婆去了哪里。在她这个年龄，她会怎样去想象和理解死亡呢？ ... 4

我们能谈论对死亡的认知吗？ ... 6

如果6岁的孩子明白死亡是不可逆的，这意味着孩子能够接受死亡这个事实了吗？ ... 7

死亡的概念在游戏或漫画里常常表现为“假死”。在现实生
活里，孩子是否认为死亡并不意味着真正的失去？ ... 8

在孩子经历真实的死亡前，需要和他讲述死亡这件事吗？ ... 9

妈妈，外婆去哪里了？

因为小猫死了，我4岁的儿子一直沉浸在巨大的悲伤中，我
该怎样安抚他呢？ ... 10

孩子们的问题

“那么，你也会死吗？” ... 12

“我的小猫还会回到我身边吗？” ... 13

Chapter 2

面对身边亲人的离世，帮助孩子作好准备

我们能帮助孩子“作好准备”来面对死亡吗？ ... 16

孩子的父亲患癌症住院治疗，治愈前景不明确。我应该从什
么时候开始向孩子讲述这件事呢？ ... 18

我可以告诉孩子身边有位亲人得了重病也许会死去吗？ ... 19

我应该把孩子带到他病重的外婆床前吗？我很犹豫，我怕这
会让孩子忧虑不安。 ... 21

如果病人自己不愿意见孩子呢？ ... 23

怎样帮助身患重病的孩子作好准备去面对他自己的死亡？ ... 24

需要对婴儿讲述死亡吗？他能明白吗？对他讲些什么呢？用怎样的语言呢？... 26

孩子们的问题

“为什么爸爸总也治不好，要一直躺在医院里呢？”... 28

“外婆都这么老了，她是不是不久后就会死了？”... 29

Chapter 3

死亡的宣布

怎样宣布亲人的死亡？如何表达呢？... 32

遇到突然离世的情况，应当怎样告诉孩子？... 34

怎样安抚孩子？... 35

在孩子面前，我应当把悲伤隐藏起来吗？如果我无法做到呢？... 37

我4岁女儿的父亲自杀了。我应该把事实的真相告诉她吗？怎样做好呢？

还是过一段时间后再讲给她，这样做会更好一些吗？... 39

妈妈，外婆去哪里了？

孩子们的问题

“他为什么把自己杀死了？” ... 42

“他不过是个小孩子，就这样死了对他不公平！” ... 44

Chapter 4

和死亡说再见

应该避免让孩子经历那些难以承受的时刻吗？ ... 46

我4岁孩子的奶奶刚刚过世，我应该带他去参加葬礼吗？这会使他心灵遭受创伤吗？ ... 48

对孩子来说，火化会严重伤害到他们的感情吧？ ... 50

怎样和孩子解释：根据是否相信上帝的存在，人们对“另一边”的样子有不同看法？ ... 52

孩子们的问题

“外婆死了，她再也听不到我们说话了，但我们可以和她说再见！” ... 54

“你相信妈妈在天上吗？” ... 55

“死了之后，身体会去哪里呢？” ... 56

Chapter 5

怎样陪伴孩子度过服丧期？

孩子深爱着他外公，但没有流露出悲伤，这正常吗？ ... 58

家里每个人都以自己的方式度过服丧期，这当中存在一个“不可避免的阶段”吗？ ... 62

对于一个处在服丧家庭里的孩子，我们能减轻他身上的沉重感吗？ ... 66

我应当经常对孩子讲起他已经死去的父亲吗？ ... 67

我的小女儿马农今年4岁了，她每晚必须抱着妈妈的纱巾才能入睡。对孩子来说，保存着那些痕迹和纪念物是不是很重要？ ... 68

孩子的父亲在孩子6岁那年去世，这种伤痛有可能给孩子心理上带来怎样具体的后果？ ... 70

孩子和他父亲已经好几年没有在一起生活了，他将怎样接受父亲的骤然离世？ ... 74

妈妈，外婆去哪里了？

一个失去哥哥或姐姐的孩子怎样能经受住这种考验？ ... 76

重新布置家里的摆设，替换死去亲人的物品，这会让孩子感到更加悲伤吗？应该怎样做？ ... 77

怎样发觉孩子身上的焦虑迹象，那时应该怎样做？ ... 80

怎样一起为未来作好准备？在怎样的基础上，我们可以重新出发了？ ... 82

孩子们的问题

“我再也想不起来爸爸了，我把我们曾在一起的时光都忘掉了。这是为什么呢？” ... 84

参考书目 ... 86

内容介绍

对死的探讨如同对生的解读一样自然，因为死亡是生命必不可少的组成部分。但是，由于人们无法从内部了解死亡，因此，它让人们感到害怕，说起死亡时总不像谈论活着那样容易。那么，我们要和孩子去谈论死亡吗？怎样向他们解释呢？

和孩子谈论死亡，首先是回答他们的问题。孩子几乎总在提出各式各样的问题，但我们真的听到这些问题了吗？当孩子在现实生活中面对疾病、事故、自杀事件时，或在书籍、电子游戏、电影里遇到有关死亡的描述时，他们会更容易提及这个话题。回答孩子的问题并不容易，他们的提问有时会非常直接，无法

妈妈，外婆去哪里了？

预料，让人很苦恼，尤其此时如果父母本身也深陷痛苦之中。

父母当然可以告诉孩子他们也不是很了解这个问题，需要思考一下再和他探讨。但是，这个方法并非次次奏效。父母很有必要独自思考一下孩子提出的问题，并一定要回复他；否则，孩子会以为我们不愿意回答他的问题。

当我们在孩子提出的问题面前感到无所适从时，当我们希望和孩子谈论一下某位亲密朋友的死亡但自身却无法从痛苦的深渊中抽身时，我们可以向身边的朋友或其他家庭成员寻求建议。然而，这些建议有时并不适合。这时，我们就要向专业人士寻求帮助了。

Chapter 1

孩子怎样想象和理解死亡？

孩子看待死亡的视角和成年人不同。他们想象出来一些东西，并长久地印在脑海里。此时，我们把客观知识告诉他们，他们会一点点慢慢地理解并接受死亡。

妈妈，外婆去哪里了？

我带着6岁的女儿来到墓地，在我母亲的墓碑前，女儿问我外婆去了哪里。在她这个年龄，她会怎样去想象和理解死亡呢？

准确地说，小孩子对死亡这个概念的想象成分远大于他能理解的部分。孩子越小，对死亡的想象就越多，这些想象都不是来自现实存外婆着孩子和周围环境的接触以及自身的成长，他会慢慢变得现实。

父母不需要刻意“委婉”地回答孩子的问题，可以直接告诉他：“外婆已经去世七年了，发生在你出生的前一年。我们永远都不会再见到她。她埋在我们面前，就在那里。回家后，我们一起看她的照片。”

年龄很小的孩子会本能地认为死亡不是自然发生，而是由其他人引起的。因此，人可以逃避死亡。

有的小孩子认为死亡会“传染”：比如，妈妈去世后，孩子单独和爸爸一起生活，他常会担心爸爸是否也会死，同时他也会联想到自己的死亡。这种现象在单亲家庭中很常见。有些年幼的孩子也经常以为死亡是可逆的，他们一直在等待死者的归来。

这种不现实的想法和成年人的观点在根本上差得并不远。别忘了，在所有的传统文化中，都把死亡当作通向另一个新生命的必经之路。

妈妈，外婆去哪里了？

我们能谈论对死亡的认知吗？

当然可以。此外，孩子通常会在自己的主观想法上一点点叠加学到的客观知识，但他不会去思考这些观点对错与否。这种现象解释了我们为何会觉得孩子的立场常常自相矛盾。根据自身的年龄、心理成熟程度、生活中的所闻所见，特别是自身经历，孩子会以一种循序渐进的方式接受死亡。

年龄很小的孩子不明白死亡，他们只能理解：不存在了。大一点的孩子（4岁左右）会理解为：“当我们死了，就再也不能动、不能跑，我们既不能吃饭也不能说话，等等。”通常到了6岁，当孩子开始了解时间的运动规律后，他们会明白死亡的不可逆。安托尼在一次服丧孩子的聚会中这样说道：“当我们死去，我们再也不会回来。”对所有孩子来说，大家都认为死亡是老人的事，每个人都觉得自己会最后一个死去。8岁左右，孩子能够接受死亡是普遍存在的。9到10岁时，他们会把死亡看作生命不可分割的一部分。

如果6岁的孩子明白死亡是不可逆的，这意味着孩子能够接受死亡这个事实了吗？

确切来讲，并不能这样等同。尽管孩子已经明白死亡的概念，也知道死去的人不可能再回来，但这并不等同于他接受了这个事实，这需要时间。知道、明白与理解、接受这两组词并不是一回事。朱利安的爸爸死去两年后的一个晚上，已经8岁的朱利安问妈妈：“爸爸今晚要很晚才能回来吗？”面对妈妈一脸的不知所措，他继续说，“我知道，当人死了，就再也不会回来了！”

孩子会去适应成年人的世界，他不愿一直被当作小孩子看待，但在内心世界中他依旧还保留着不少自己的想法（那些想象出来的不现实的事物），也依旧会在父母面前讲述，或和同学、伙伴及同龄孩子讨论。

妈妈，外婆去哪里了？

死亡的概念在游戏或漫画里常常表现为“假死”。在现实生活里，孩子是否认为死亡并不意味着真正的失去？

即使是三四岁的小孩子，也知道在电影、漫画及电脑游戏里的人并不是真的死亡。

孩子也许会被画面震撼，却能很好地把它与现实世界区分开。玩打仗游戏并假装杀死敌人，这能帮助孩子释放出内心的敌对情绪，缓解他们的好斗性。

游戏提供了一种不同寻常的自由权，表现为游戏中的杀死和复活。从8岁起，孩子就知道死亡意味着结束，无法逆转，死去的人不会再回来。但在游戏中，他们热衷于杀死敌人再让他们复活。