

# Kukabiliana na Kifo Kyenye Hakikuzibitishwa ku Batoto na Familia Benye balihamishwa Kwa Kulazimishwa: Ushauri ku Balezi



1

## Kifo kyenye hakikuzitibitishwa ni nini?

Kifo kyenye hakikuzitishwa kina kuwa hali yenye ahuna uhakika kama mwanafamilia au mutu muhimu, kama vile mwalimu, rafiki, au mwanajamii, ame kufa Hii pia inaweza kujulikana **kama hasara yenye haijasuluhishwa**, yenye haijulikani, au yenye utata. Hasara yenye hahikuzibitishwa inaweza kuhusishwa na batu baliopotea ndani ya Marekani (kama vile batu wasio na hati au bale banaokabiliwa na kukosa makazi) au, kwa bale benye bamehamishwa kwa lazima, batu baliopotea katika nchi za asili.

2

## Kifo kyenye hakikuzibitishwa inahusiana aye na kulazimishwa kuhama?

Kuhamishwa kwa kulazimishwa kuna kuwa hali ya mutu wowote anayelazimishwa kukimbia nyumba yake kutoroka vita, migogoro, mateso, au majanga ya asili au yanayosababishwa na binadamu. Mara nyingi, batoto na familia zinazopitia uhamisho wa kulazimishwa huhamia nchi nyingine chini ya hadhi za uhamiaji kama vile mkimbizi, muhomba hifadhi, mwenye visa maalum ya wahamiaji, au msamaha ya kibinadamu. Uhamishaji mara nyingi huambatana na upotezaji ya jamii na hali ya kuhusishwa, haswa katika miezi na miaka ya mwanzo ya kujumuika katika jamii mupya.

Kifo kyenye hahikuzibitishwa inaweza kutokea kabla na wakati wa kuhama wakati batu banaweza kutenganishwa au kukosa kwa sababu ya migogoro, maafa au vurugu. Inaweza pia kutokea baada ya kuhama ikiwa mawasiliano na familia au bapendwa yatapotea bila njia wazi ya kuzibitisha hali ya mutu huyo na kama bado iko hai. Hii inaweza kuwa ngumu hasa wakati mgogoro au mzozo haujatatuliwa.

3




## Kwa nini kifo kyenye hakikuzibitishwa ni kiwewe ku batoto?

Kifo kyenye hakikuzibitishwa ku batoto baliohamishwa kinaweza kuwa kiwewe kwa sababu ya:

- Kutoko kuwa na uhakika juu ya maisha ya mutu aliyepotea. Ikiwa mutu huyo alikufa, hahukuweza kupata habari kuhusu jinsi alivyokufa.
- Kujisikiya kukosa uwezo ya kusaidia au kubadilisha hali hiyo.
- Mukazo ya ziada inayosababishwa na uzoefu wa kuwa katika hali isiyo salama ambayo walilazimika kuzikimbia na kisha kulazimika kuzoea mazingira mupya..
- Wasiwasi inayo endelea na wasiwasi kuhusu mzozo ambayo haujatatuliwa au vurugu na jinsi hii itaingilia kati kupata majibu kuhusu wale ambao wamepotea au ambao bamekufa.
- kukosekana kwa usalama kwa mutoto, familia au bapendwa bengine na batu muhimu. Kwa mfano, kwa bale balio na statues ya uhamiaji wala immigration isiyo ya hakika au ya muda, boga ya kufukuzwa na kurudi kwenye chanzo ya hatari baliyokimbia hapo awali.
- Kupotea kwa mifumo wala systeme za usaidizi na rasilimali wala resource zinazojulikana ambazo kwa kawaida zingesaindia familia na vijana kukabiliana na kutokuwa na uhakika wao.
- Bitu bya kuchocheya na bya kukumbusha batu, mahali, na bitu byenye bina byohusiana na hasara na uzoefu wao ya msiba. Kwa mfano, kuona mutu mwenye anafanana na mutu aliyepotea/amekufa, au kusikia sauti inayofanana na mutu huyo.

## Batoto banaweza kuhitikia aje kifo kyenye hakikuzibitishwa?

Kila mutoto ataitikia na kujibu tofauti kwa uzoefu ya kifo kyenye hakikuzibitishwa. Yenye inafuata ni baazi ya atari za kawaida ambayo batoto banaweza kupata. Ni muhimu kutambua kwamba batoto banaweza kuonyesha dalili zinazofanana za shida katika hali tofauti. Kwa mfano, baazi ya batoto banaweza kuitikia vivyo hivyo banaporekebisha maisha yao mupya baada ya kuhamishwa na vilevile wanapokuwa na shida na hasara ambayo hahikuzibitishwa. Ili kumsaidia mutoto wako, zingatia wakati ishara zozote zinaanza na ikiwa zinabadilika kwa kasi au marudio. Kumbuka majibu ya batoto yatatofautiana kwa umri.

MAJIBU	MIFANO
<p><b>TABIA</b></p> 	<p>Bana ugumu ya kuzoea mabadiliko katika maisha na familia zao, kama vile kwenda shule au kazi zingine za batoto</p> <p>Kuepuka shughuli zinazowakumbusha mpendwa wao aliyepotea</p> <p>Kujihusisha kidogo na au kujitenga na batu au matukio yanayotokea karibu nawao</p> <p>Kuwa rafiki zaidi au kutegemeya walezi wao</p> <p>Kuonyesha tabia ya uchokozi, au hasira</p> <p>Kwa batoto bakubwa, kujihusisha na tabia hatari au yenye inaweza bahumiza wao benyewe au bengine</p>
<p><b>MAWAZO NA HISIA</b></p> 	<p>Kukataa kuzingatia uwezekano kwamba mutu alikufa</p> <p>Kuhisi kutokokuwa na usalama na kuwa na hofu ya kukutana na hali hatari</p> <p>Ku batoto bakubwa, kupoteza imani yao katika dini au mifumo mingine ya imani</p> <p>Kuendelea kutumaini, kufikiria, au kupanga kurudi kwa mutu huyo</p> <p>Kujiona kuwa na hatia au kutokuwa mwaminifu, haswa wakati wa kushiriki katika mila kama vile kusherehekea likizo bila mutu huyo.</p> <p>Kuhisi huzuni au kukufa moyo mara mingi</p> <p>Kuwa na ndoto mbaya na kumbukumbu za matukio magumu ya hapo nyuma.</p>
<p><b>MWITIKIO WALA JUBU YA KIMWILI</b></p> 	<p>Kuwa na maumivu ya kichwa au tumbo kwa kukosekana kwa ugonjwa</p> <p>Anakabiliwa na mabadiliko katika hamu ya kula; kula zaidi au kidogo kuliko kawaida</p> <p>Kuwa na shida kuanguka au kukaa usingizi, au kulala sana</p> <p>Kushtuka kwa urahisi, kurukaruka zaidi</p> <p>Kuongezeka kwa kilio</p> <p>Kupoteza uwezo uliyokuwa nao hapo nyuma, kama vile kukojoa kitandani</p>

## 5

## Ninawezaje kumsaidia mutoto kukabiliana na kifo kyenye hakikuzibitishwa?

Ili kumsaidia mutoto kukabiliana na atari hizi tata, fikiria kumsaidia mutoto wako kwa njia zifuatazo:

NIVEAU AU KIWANGO YA MUTOTO	NIVEAU AU KIWANGO YA FAMILIA NA JAMII	MAZINGIRA, IMANI, NA UTAMADUNI
<p><b>Dumisha hisia ya uhusiano na mutu.</b> Ni sawa kuzungumza juu ya mutu aliyepotea na kushiriki hadithi na kumbukumbu za kupendeza. Baadhi ya batoto banaweza kutaka kumkumbuka mpendwa wao kwa kubeba kitu cha maana, ishara, picha, au mchoro ambao mutoto alitengeneza kutoka kwa mutu huyo bila kuwepo kwa vitu vyovyote vinavyoonekana.</p> <p><b>kuzibitisha hisia za mutoto.</b> Banafamilia Banaweza kuhanza kueleza hisia kuhusu kifo kyenye hakikuzibitishwa kwa njia tofauti, na hisia zinaweza kubadilika baada ya muda. Mutoto wako anaweza kujisikia hatia kwa kutoweza kusaidia na kwa kuwa salama. Ingawa inaeleweka na asili kuwa na hisia hizi, zinaweza kuhisi chungu sana.</p> <p><b>Himiza wala encourager heshima na kumbukumbu ya mutu aliyepotea.</b> Batoto banaweza basiwe na mali yoyote iliyoachwa kutoka kwa bapendwa wao lakini banaweza kuhimizwa kutafuta vitu au kushiriki katika matambiko ambayo yanawakumbusha mutu huyo. Kwa mfano, batoto banaweza kutengeneza vyakula banavyovipenda, kwenda mahali pa maana kama vile mahali pa ibada, au kushiriki katika shughuli ambazo zilifanywa hapo zamani na mupendwa wao.</p>	<p><b>Shiriki katika mawasiliano ya wazi na yanayolingana na umri ambayo yanashughulikia upotezaji wa mutu, jamii yao, na nchi yao ya asili.</b> Batoto badogo bana ugumu zaidi wa kuhanza kuhelewa kwamba mutu amepotea na hatarudi, au kwamba hawezi kurudi nyumbani kwao. Batoto Bakubwa na wa miaka kumi na zaidi banaweza kuhitaji usaidizi wa kukabiliana na kutokuwa na uhakika na Banaweza kuwa na hasira ku batu bazima kwa kutotoa majibu wazi au kufanya zaidi ili kumsaidia mupendwa.</p> <p><b>Unda taratibu mpya.</b> Batoto Banaweza kuhangaika kujisikia salama kutokana na hali ya kiwewe na kutokuwa na uhakika ya hasara, hali ngumu waliyoacha, na marekebisho ya mazingira mupya. Kuunda taratibu mupya zinazojumuisha desturi zinazojulikana kutoka ku nyumba yao ya zamani na vipengele vya eneo yao ya mpya kunaweza kuongeza hisia za udhibiti wa maisha ya mutoto.</p> <p><b>Ongeza miunganisho.</b> Tafuta njia za kuwasiliana na barafiki na familia kutoka nchi yako na utafute njia za kuwasiliana na batu ya karibu nawe. Kuwaalika Batoto Bachore picha au kuwaandikia barua Bapendwa ambao Banaweza kutengwa nao kunaweza kuwasaidia kuhisi Bameunganishwa kutoka mbali. Tafuta usaidizi kama vile Balimu, Bakocha, au biongozi ya imani ambao banaweza kuwasaidia Batoto kuzoea jumuiya yabo mupya na desturi za mahali pamoja na kuunda burafiki mupya.</p> <p><b>Chukua muda wa</b> kushiriki katika shughuli ambazo wewe na mutoto wako mnafurahia kama vile kucheza na barafiki, kushiriki chakula, kucheza michezo, kusoma, au kuimba na kucheza. Kushiriki katika shughuli walizozoea kufurahia kunaweza kuwa faraja na ukumbusho mzuri ya wakati mzuri balio ishi kabla ya kupoteza.</p> <p><b>Jitunze. Mawazo ya kifo kisichozibitishwa</b> haiko ku Batoto tu. Kukabiliana na hisia zako mwenyewe zinazohusiana na kutokuwa na uhakika kutaimarisha uwezo Yako ya kumutunza na kumtegemeza mutoto yako. Kwa mfano, pata muda wa kuwasiliana na rafiki, kushiriki katika shughuli unayofurahia, au kuzungumza na mshauri au mshauri anayeaminika.</p>	<p><b>Zuia ufichuaji ya batoto kwa ripoti za byombo bya habari zinazohusiana na hasara</b> (kama vile habari za TV, mitandao ya kijamii, hadithi za magazeti, n.k.) kwani inaweza kuwachanganya na kuudhi, hasa ku Batoto Badogo. Ku Batoto Bakubwa, utangazaji ya byombo bya habari na ripoti zinapaswa kujadiliwa pamoja wakati zinatumwa au kuonyeshwa kwao. Kwa hasara inayotokea nje ya Marekani, wakati mwingine ufichuaji wa byombo bya habari unaweza kuwa mojawapo ya njia pekee za kupata taarifa kuhusu bapendwa, na hii inaweza kufanya kuzuia ufichuaji ya media kuwa ngumu zaidi. Kwa kuzingatia hili, fikia media ambayo inatoka kwa chanzo kinachoaminika. Tafadhali tazama orodha ya nyenzo hapa chini ili kupata taarifa kuhusu batu banaokosekana nje ya America</p> <p><b>Tumia tahadhari unapo ongeya hasara na batu bengine bazima.</b> Batoto ni wadadi kiasili na banataka kusikiliza mazungumzo ya batu bazima. Kumbuka kwamba mutoto yako anaweza kusikia mambo yenye kuhuzunisha au asielewe kikamili kile kinachosemwa.</p> <p><b>Fanya maana ya kifo kinachowezekana,</b> ikijumuisha kuelewa kwa nini mutu huyo alikufa au ni nini kingetokea. Kushiriki katika sala na desturi kunaweza kukuruhusu weye na familia yako kushiriki hisia na bengine, hata wakati kifo hakikuzibitishwa. Kwa mfano, dini nyingi huamini maisha ya baada ya kifo na uhusiano na batu walioaga dunia.</p> <p><b>Kuunganishwa na usaidizi wa jumuiya, kitamaduni au kidini kunaweza kutoa faraja,</b> muunganisho na maana. Baadhi ya mifano ni pamoja na kuunganishwa na mshauri wa shule au kutafuta wakala wa kitamaduni, imani au jamii.</p>

Ukiona mutoto yako ana maoni mengi, hafanyi vizuri shuleni, anatatizika kupata au kuwa na marafiki, au halale au kula vizuri, tafadhali tafuta usaidizi wa kitaalamu kutoka kwa mshauri au mtaalamu wa afya ya akili, usaidizi ya kidini, usaidizi kutoka kwa jumuiya. viongozi au rasilimali wala resource ingine katika mtandao wako. Kwa maelezo kuhusu jinsi ya kupata usaidizi, **angalia**

**Tableau 1: Rasilimali wala Resource zingine zaziada**

## Tableau 1. Rasilimali wala Resource zingine

Shirika wala organisation	Njia wala habari ya mawasiliano
Kamishna Mkuu wa Umoja wa Mataifa wa Kuhudumia Wakimbizi (UNHCR ao HCR)	Rasilimali wala Source za lugha mingi <a href="https://www.unhcr.org/us/">https://www.unhcr.org/us/</a>
Kituo cha Dougy	Rasilimali wala Source za lugha mingi (Kichina, Kiingereza, Kikorea, Kirusi, Kisomali, Kihispania, Kivietnamu) <a href="https://www.dougy.org/#">https://www.dougy.org/#</a>
Muungano wa Kitaifa wa uzuni ya Batoto	Rasilimali ao source za lugha mingi (Kiarabu, Kichina, Kiholanzi, Kifaransa, Kijerumani, Kiitaliano, Kireno, Kirusi, Kihispania, Kiingereza) <a href="https://nacg.org/">https://nacg.org/</a>
Mtandao ya Kitaifa ya Mafazaiko ya Mutoto (NCTSN)	<a href="https://www.nctsn.org/what-is-child-trauma/trauma-types/traumatic-grief/nctsn-resources">https://www.nctsn.org/what-is-child-trauma/trauma-types/traumatic-grief/nctsn-resources</a> NCTSN inatoa ressource pana na za kina kuhusu kusaidia kiwewe ya batoto na PTSD.
Utawala ya Matumizi ya dawa za kuleweshwa na Huduma za Afya ya Akili (SAMHSA) Kituo cha Kitaifa cha Taarifa za Afya ya Akili	<a href="https://findtreatment.gov/">https://findtreatment.gov/</a> 800-789-2647 link wala lien k+u adresse ya eneo ya Huduma ya Afya ya Akili ya jimbo kwa jimbo na viungo zaidi vya nyenzo zingine Español   繁體中文   Tieng Viet   한국어   Tagalog   Русский   العربية   Kreyòl Ayisyen   Français   Polski   Português   Italiano   Deutsch   日本語   عسراف   English

Ilianzishwa na Congress katika 2000, Mtandao wa Kitaifa wa Mfadhaiko ya Mutoto (NCTSN) ni ushirikiano wa kipekee wa vituo vya huduma vya kitaaluma na kijamii ambavyo dhamira yake ni kuinua kiwango ya utunzaji na kuongeza ufikiaji wa huduma ku batoto walio na kiwewe na familia zao kote Umoja. Mataifa. Ikichanganya maarifa ya ukuaji ya mutoto, utaalumu katika anuwai kamili ya benye kuwa na uzoefu ya batoto benye kutatizwa na kiwewe, na umakini kwa mitazamo ya kitamaduni, NCTSN hutumika kama rasilimali ya kitaifa ya kukuza na kusambaza afua zinazotegemea ushahidi, huduma za habari za kiwewe, na elimu ya umma na ya kitaaluma.

**Suggested Citation:** Obaid, S., Zahra, L., Dalpe, J., Riveria, S., Goodman, R., Epstein, C., Brymer, M., & Cohen, J. (2024). Coping with Unconfirmed Death for Forcibly Displaced Children and Families: Tips for Caregivers. Los Angeles, CA & Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress.

Shukrani za pekee kwa wale waliotoa michango ya ziada kwa nyenzo hii: Marisol Acosta, Rocio Chang, Hector Chaidez Ruacho, Jenna Salek, & Kristine Louie.

Mradi huu ulifadhiliwa na Utawala wa Matumizi ya Dawa za kulewasha na Huduma za Afya ya Akili (SAMHSA), Idara ya Afya na Huduma za Kibinadamu ya Marekani (HHS). Maoni, sera na maoni yaliyotolewa ni ya waandishi na si lazima yaakisi yale ya SAMHSA au HHS.