

ÚMRTÍ RODIČE Z POHLEDU NEZAOPATŘENÉHO DÍTĚTE

Bc. Pavla Kohoutová

Diplomová práce
2015



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Pavla Kohoutová**
Osobní číslo: **H13983**
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Úmrtí rodiče z pohledu nezaopatřeného dítěte**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti thanatologie, sociální pomoci a krizové intervence.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovoru.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

BOWLBY, John. Ztráta: smutek a deprese. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0355-1.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. Thanatologie: nauka o umírání a smrti. Praha: Galén, 2000. ISBN 80-726-2034-7.

MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. Děti, rodina a stres: [vybrané kapitoly z prevence psychické zátěže u dětí]. Praha: Galén, 1994. ISBN 80-858-2406-X.

VODÁČKOVÁ, Daniela. Krizová intervence. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-717-8696-9.

WORDEN, J. Children and grief: when a parent dies. New York: Guilford Press, 1996. ISBN 15-723-0148-1.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Radana Kroutilová Nováková, Ph.D.

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce:

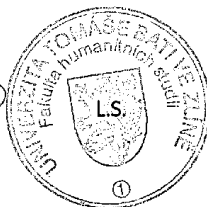
7. ledna 2015

Termín odevzdání diplomové práce:

17. dubna 2015

Ve Zlíně dne 7. ledna 2015


doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.
děkanka




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- беру на ве́домии, же дипломová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 9. 9. 2015

Kolářová

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací;

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výtisky, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).*

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělků jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností ať do jejich skutečné výše; přitom se přihlíží k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá problematikou úmrtí rodiče z pohledu nezaopatřeného dítěte se zaměřením na prožívání truchlení a způsoby možné formy pomoci. Práce je rozdělena na teoretickou část, která vymezuje základní pojmosloví, vnímání smrti z pohledu dítěte, způsoby prožívání smutku a truchlení dle věkové kategorie. Druhá, empirická část, se zaměřuje na kvalitativní výzkum. Dle výsledků budou sjednoceny způsoby prožívání truchlení a formy nejvhodnější pomoci.

Klíčová slova: rodina, dítě, úmrtí, ztráta, truchlení, pomoc

ABSTRACT

The thesis deals with the death of a dependent child from the parents perspective, focusing on the experience of bereavement and ways of possible forms of relieve. The thesis is divided into a theoretical part, which defines the basic terminology, the perception of death from the perspective of the child, the ways of experiencing sadness and mourning according to the ages. Second, the empirical part, focuses on qualitative research. According to the results they will be unified ways of experiencing bereavement and the most appropriate forms of assistance.

Keywords: family, child, death, loss, mourning, help

Děkuji vedoucí mé diplomové práce Mgr. Radaně Novákové Kroutilové, Ph.D. za odborné vedení, cenné rady a připomínky, které přispěly ke vzniku této práce.

Upřímně děkuji všem respondentům za jejich důvěru, ochotu, otevřenost a upřímnost.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD.....	10
I TEORETICKÁ ČÁST.....	12
1 RODINA.....	13
1.1 FUNKCE RODINY.....	14
1.2 ROLE V RODINĚ.....	15
1.2.1 Role matky.....	15
1.2.2 Role otce.....	16
2 ÚMRTÍ RODIČE.....	18
2.1 PŘEDSTAVA SMRTI U DĚTÍ.....	21
2.2 JAKÝM ZPŮSOBEM INFORMOVAT DÍTĚ O ÚMRTÍ RODIČE?.....	23
3 SMUTEK A TRUCHLENÍ.....	25
3.1 FÁZE TRUCHLENÍ.....	27
3.2 PRŮBĚH TRUCHLENÍ DLE VĚKOVÝCH KATEGORIÍ.....	29
4 POMOC POZŮSTALÝM.....	31
4.1 KRIZOVÁ INTERVENCE.....	32
4.2 PRÁCE SOCIÁLNÍHO PEDAGOGA.....	33
4.3 HOVOR PRACOVNÍKA LINKY DŮVĚRY S DÍTĚTEM.....	34
4.4 METODY PORADENSTVÍ VHODNÉ PRO POZŮSTALÉ DĚTI.....	36
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	38
5 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU.....	39
5.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	39
5.2 CÍL VÝZKUMU.....	39
5.3 VEDLEJŠÍ VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	39
5.4 VÝZKUMNÝ VZOREK.....	40
5.5 METODY VÝZKUMU A SBĚRU DAT.....	41
5.6 REALIZACE VÝZKUMU.....	41
5.7 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	42
6 INTERPRETACE DAT.....	43
6.1 VZNIKLÉ KATEGORIE.....	43
6.2 KTERÉ SILNÉ STRÁNKY LZE NEJVÍCE VYUŽÍT?.....	43
6.2.1 Rodina.....	43
6.2.2 Přátelé.....	44
6.2.3 Odborná pomoc.....	45
6.2.4 Posílení.....	45
6.2.5 Čas.....	46
6.2.6 Doba smíření se ztrátou.....	46
6.3 KTERÉ SLABÉ STRÁNKY BY MĚLY BÝT ODSTRANĚNY?.....	47
6.3.1 Rodina.....	47
6.3.2 Přátele.....	47
6.3.3 Podpora.....	48
6.3.4 Odborná pomoc.....	48

6.3.5	Emocionální strádání.....	48
6.4	KTERÉ PŘÍLEŽITOSTI BY MĚLY BÝT VYUŽITY?.....	49
6.4.1	Posílení.....	49
6.4.2	Rodina.....	49
6.5	KTERÝCH HROZEB BYCHOM SE MĚLI VYVAROVAT?.....	50
6.5.1	Emocionální strádání.....	50
6.5.2	Posílení.....	51
6.5.3	Podpora.....	51
7	VÝSLEDNÉ SHRnutí VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	52
	ZÁVĚR	55
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	57
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	59
	SEZNAM TABULEK.....	60
	SEZNAM PŘÍLOH.....	61

ÚVOD

Cílem mé diplomové práce bylo alespoň částečné navázání na bakalářskou práci – Názory studentů vysokých škol na problematiku euthanasie. Důvodem zaměření se na psychosociální aspekty pozůstalých dětí je spíše nedávná osobní zkušenost. Nicméně v oboru sociální pedagogiky lze předpokládat střetnutí s obdobnými situacemi, a jakožto sociální pedagogové, bychom měli být schopni, minimálně na základní úrovni, poskytnout pozůstalým příslušnou péči a dokázat jim v určité míře pomoci.

Smrt je v dnešní době velmi tabuizovaným tématem a lidé jen obtížně přijímají smrt jako přirozenou součást života. Je to i pochopitelné, jelikož se jedná o ukončení života někoho, na kom nám záleželo a koho jsme měli rádi a v životě potřebovali. Hovoří se o tom, že nejbolestivější je, když rodiče přežijí své děti. Srovnatelná však může být i bolest, kterou prožívají děti při ztrátě rodiče. Jedná se o někoho, kdo jim daroval život, vychovával je, provázel životem a vždy byl jejich oporou a jistotou v životě.

Právě rodič, především matka, je jedinou osobou, která vždy pozná, jestli je dítě smutné, zklamané, šťastné, zamilované apod. Dokáže ve většině případů rozpoznat emoce svých dětí. Právě dotyky a objetí rodiče, ve kterém dítě pocítí lásku, pocit jistoty a bezpečí, jsou jedinou útěchou. Rodič je jedinou osobou, která své dítě vždy podpoří, nemělo by jej ani odsoudit. Dítě vědělo, že rodič je jedinou osobou, která mu ze srdce přeje jen štěstí.

Při ztrátě takto blízkého milovaného člověka, dítě zažívá největší pocity zoufalství a smutku. Často dítě pocítuje, že ztratilo svůj smysl života. Přestože ve většině případů, má dítě ještě druhého rodiče, drží se představy, že rodina již není kompletní a nemůže fungovat tak jako dříve.

Není jednoduché říci, která ztráta je horší, jestli náhlé úmrtí rodiče (například při autonehodě) nebo po dlouhodobé nemoci. Je pravdou, že při náhlém úmrtí si dítě může vyčítat, že se s rodiči nestihlo rozloučit a je to především velký šok, se kterým se dítě velmi špatně smiřuje. Při dlouhodobé nemoci se děti mohou částečně připravit na tu skutečnost, že smrt nastane, avšak jedná se o zdoluhavý proces, který je velmi psychicky náročný. Přesto je potřeba si uvědomit, což je pro dítě velmi náročné, že se jedná o součást koloběhu života a jeho život tím nekončí.

Teoretická část diplomové práce je zaměřena především na úmrtí rodiče, na způsoby prožívání a fáze truchlení nezaopatřených dětí. Také je zde zmíněna forma pomoci dětem a

kým by měla být pomoc poskytována. Při studiu oboru sociální pedagogiky např. jako sociální pracovník je velmi pravděpodobné, že se v praxi můžeme s takovou situací setkat. To vše je rozděleno do několika kapitol. Nebylo také opomenuto téma rodina a její hlavní funkce, které jsou následně po úmrtí jednoho z rodičů narušeny.

Výzkumná část práce je prováděna formou kvalitativního výzkumu, jehož cílem je ověření teoretických poznatků v praxi. V empirické části se práce zaměřuje především na individuální prožívání zármutku a následné vyhodnocení nejvhodnějších forem pomoci na základě provedených rozhovorů s respondenty.

„Ztratil jsem blízkého člověka. On tu není a já jsem tu zůstal sám. Vím, že musím žít dál, ale jak? Jsem bezradný, unavený a prázdný. Je těžké uvěřit, že někdy budu schopen žít normálně a spokojeně...“

(z letáčku Poradny Alej In Špatenková, 2008)

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 RODINA

Rodina je základním přirozeným prostředím každého jedince. Dle Krause (s. 79, 2008) je rodina nezastupitelná především při předávání hodnot z generace na generaci, funguje jako nejvýznamnější socializační činitel. Stojí na počátku rozvoje osobnosti a má možnost ho v rozhodující fázi ovlivňovat.

Pojem rodina definovalo již několik dalších autorů. Řada z nich se vyhýbala přímé definici a omezují se na ne příliš exaktní vyjádření. Rodina je všeobecně známá jako malá skupina lidí, která vznikla uzavřením manželství a umožňuje soužití mezi partnery, rodiči a dětmi, příbuznými manželů a v neposlední řadě rodiny a společnosti.

Kramer (1980) vymezuje rodinu jako skupinu lidí se společnou historií, současnou realitou a budoucím očekáváním vzájemně propojených transakčních vztahů. Členové jsou často (ale ne nutně) vázáni hereditou, legálními manželskými svazky, adopcí nebo společenským uspořádáním života v určitém úseku jejich životní cesty. Kdykoli mezi blízkými lidmi existují intenzivní a kontinuální psychologické a emocionální vazby, může být užíván pojem rodina, i když jde například o nesezdaný pár, o náhradní rodinu, atd. (Sobotková, 2001, s. 22)

Definování, vymezení rodiny jako primární sociální skupiny v dnešní době je obtížné. Tradiční kritéria se již často nedají aplikovat. Především zákonné uzavření manželství již není podmínkou rodinného života. Výrazněji přibývá soužití párů s dětmi mimo legitimní manželství. Avšak i taková soužití mohou fungovat jako rodina na základě jiných charakteristik rodiny. (Kraus, 2008)

Dle Přadka (1983) se jedná o přirozené prostředí, do něhož se člověk rodí, aniž si mohl vybrat jiné, a přejímá to, co mu připravili rodiče. Dle Plaňavy (1994) na základě výše uvedeného lze rodinu vymezit jako strukturovaný celek (systém), jehož záměrem a náplní je utvářet relativně bezpečný, stabilní prostor a prostředí pro sdílení, reprodukci a produkci života lidí. (Kraus, 2008, s. 80)

Každý rodinný systém se skládá z několika subsystémů, jehož základem je manželský (partnerský) subsystém. Hraje roli ve všech vývojových fázích životního cyklu rodiny. Není pochyb, že fungování rodiny závisí do značné míry na schopnostech ženy a muže vypracovat fungující vztah. Soužití páru, řešení konfliktů aj. ovlivňuje i vývoj dětí.

Subsystem rodič – dítě vzniká již těhotenstvím u ženy a rozšiřuje hranice původního manželského systému. Narození dítěte do rodiny představuje bohatou životní zkušenost, přináší radost, ale také nestabilitu rodiny. Mezi další základní subsystemy se řadí sourozenecký, ve kterém se dítě učí spolupráci, soupeření, vzájemné podpoře, apod.

Pro fungování rodiny jsou důležité hranice mezi jednotlivými subsystemy. Vnější hranice rodinného systému chrání integritu rodiny a vnitřní oddělují jednotlivé subsystemy, které by měly být pevné, avšak flexibilní. (Sobotková, 2001)

1.1 Funkce rodiny

V dnešní moderní, uspěchané společnosti již rodina neplní své funkce dostatečně. Na straně druhé současná doba posílila význam rodiny jako útočiště před veřejným světem. Rodina vystupuje jako jediný opěrný bod v moderním světě, kam se její členové, především děti, mohou uchýlit. Rodina je stále nenahraditelnou institucí, přestože během let proběhlo několik změn v plnění funkcí rodiny.

Kraus (2008) v jedné ze svých publikací popisuje základní funkce rodiny a jejich vývoj v souvislosti s ovlivněním vyvíjející se společnosti. Primární funkcí rodiny je *biologicko-reprodukční* funkce, která má význam jak pro společnost jako celek, tak také pro jedince, kteří tvoří rodinu. Společnost potřebuje stabilní reprodukční základnu, z toho důvodu je v jejím zájmu, aby se rodil takový počet dětí, který tyto perspektivy naplní. Tato funkce se v podstatě nemění, avšak v současnosti se ve většině vyspělých zemí upřednostňuje profesní růst a seberealizace. Další roli také hrají finance. Početí dítěte je často považováno za přepych. Starší generace pocházejí minimálně z pětičlenné rodiny. Avšak v dnešní době převažují spíše tříčlenné nebo čtyřčlenné rodiny. Dokonce stále více partnerů vůbec neuvažují o početí dítěte. Největším důvodem jsou samozřejmě finanční prostředky, které je nezbytné mít pro zajištění kvalitního vývoje dítěte po všech stránkách.

Neméně důležitou funkcí rodiny je *sociálně-ekonomická* funkce, která zahrnuje řadu aspektů. Rodina je neopomenutelný prvek v rozvoji ekonomického systému společnosti. Její členové se v rámci společenských rolí zapojují do výrobní i nevýrobní sféry a sama rodina se stává významným spotřebitelem, na němž je závislý nejen trh. Poruchy ekonomické funkce mají za důsledek nezaměstnanost nebo také zvyšování životních nákladů. Další funkcí je *ochranná*, která spočívá v zajišťování životních potřeb. Během několika let

došlo ke změnám. Tuto funkci zčásti zastával stát (preventivní prohlídky, očkování, apod.), avšak nyní je více zainteresována rodina. Například očkování, preventivní lékařské a zubní prohlídky již neorganizují školy, je vyšší finanční spoluúčast na zdravotní péči apod. Rodina je taktéž sociální skupinou, která učí dítě přizpůsobovat se životu, osvojovat si základní návyky a chování běžné ve společnosti. Rodina je také institucí umožňující rekreaci, relaxaci a zábavu. V neposlední řadě je však nezastupitelná a zásadní ve funkci emocionální. Žádná podobná instituce nedokáže poskytnout podobné a potřebné zázemí, pocit lásky, bezpečí a jistoty. Bohužel postupem času přibývá rodin, které tuto funkci téměř neplní. Narůstá počet dětí citově deprivovány nebo i týrány.

Aby rodina plně vykonávala všechny své funkce, je nezbytné, aby rodina byla kompletní. Někdy tomu bohužel tak není ať už v důsledku rozpadu rodiny (rozvodu) nebo úmrtí jednoho z rodičů.

1.2 Role v rodině

Každý člověk hraje určitou roli ve společnosti a společnost od něj dle dané role očekává určité chování. Stejně je tomu i v rodině. Od dítěte se očekává, že bude jistou dobu na rodičích závislé a bude přijímat jejich péči. Naopak od rodičů se očekává, že dítěti tuto péči poskytnou, budou emočně i sociálně dostatečně zralí, ekonomicky nezávislí atd. Svou nenahraditelnou roli v rodině mají samozřejmě i prarodiče.

1.2.1 Role matky

Matka je prvním člověkem, ke kterému si dítě vytváří citový vztah a to již v době těhotenství. Jedná se o mateřskou lásku, která je nepodmíněná, tzn. miluje své dítě za všech okolností, takové jaké je. Matky rozumí potřebám svého dítěte. Jejich výchovné role jsou založeny na péči o dítě, zajištění základních životních potřeb, socializaci, budování pocitu jistoty a bezpečí aj.

Chování v roli matky je individuální a nelze přímo škatulkovat, přesto Jan Vymětal (2004) vymezil krizové typy matek. Kromě nezralých matek, které se jimi staly příliš mladé, nedůsledné s proměnlivým postojem, uvádí také typ *úzkostných matek*. Tyto matky věnují svým dětem přehnanou péči, velmi se o ně obávají a příliš je rozmazlují. Strach dítěte vy-

volává u matky iracionální obavy a vzpomínky z dětství. Má to i zpětnou vazbu, tzn. že matky u dětí vyvolávají úzkost svým chováním a brzdí jejich rozvoj osobnosti. Způsobují, že dítě je na nich závislé, nesamostatné a má problémy s adaptací v dětském kolektivu.

Dále uvádí *citově chladné matky*, které jsou opakem úzkostných matek. Chová se k dítěti odmítavě až nepřátelsky, přísně jej trestá. Dítěti se tak nedostává toho základního, co od narození pro svůj zdravý osobnostní vývoj potřebuje, tj. vřelé objetí, pocit ochrany a mateřské lásky.

Poslední typ, který Vymětal zmiňuje, jsou *Histrionské matky*, které na sebe rády strhávají pozornost, jsou nevyrovnané a zaměřené samy na sebe. Lze to zpozorovat i v rozhovoru s nimi, kdy hovor rychle odkloní od dětí na sebe, své problémy apod. K dítěti se chovají dle momentální nálady, postrádají trpělivost a mateřskou obětavost. V jedné chvíli dítě zaplavují obdivem, přemírou lásky a za chvíli jej odhání od sebe a zahrne malichernými výtkami.

1.2.2 Role otce

Již při narození dítěte se mužova předsevzetí či vědomosti zatemňují úžasem nad zrozením nového člověka. V této době pozorně naslouchají ženě a snaží se jí být k ruce, tj. něco podají, nachystají, vyřídí, aj. Kolem novorozence chodívají opatrným obloukem, který se postupně zmenšuje. Dítě prozatím na kontakt mezi matkou a otce nereaguje. Tato fáze se dostaví později, kolem tří let, kdy se projeví žárlivost. Poté může nastat problém u určitých typů otců.

Farková (2009, s. 76) ve své publikaci specifikuje rizikové otcovské varianty:

K *první typu* patří otcové, kteří v předcházejících fázích svého vývoje měli těžkosti, a dosud se jim je nepodařilo zvládnout. (Například manžel, který vyrůstal v péči své matky, bez muže. Synovi se plně obětovala a věnovala i v době jeho dospívání. Manžel však nedozrál v muže. Ve své nynější manželce hledá spíše pečující maminku. Avšak po narození dítěte již manžel nebyl jediným, o kterého se již manželka musela starat. To manželovi bylo na obtíž.)

Druhým typem jsou otcové, kteří chodí kolem matky s dítětem výrazněji větším obloukem než ti druzí. Není velice vidět ani znát, že vlastně nějaký otec existuje. Na svého potomka však nežárlí, nepřekáží jim péče je věnovaná dítěti, jelikož tento typ otce to vůbec neregis-

truje. Avšak za nepřístupné považují omezení své svobody způsobené tím, že by měli párkrát pohlídat své dítě. Ti lepší z tohoto typu se věnují především svému podnikání a vydělávání peněz. Výsledek je však stejný. Nejen otcovská, ale postupně také i manželská či partnerská role ztrácí funkci.

Třetí typ problematického otce je trochu odlišný. Je to spíše teoretik. Přesně ví, jak a kdy dítě je potřeba nakrmit. Je velice pečlivý a důsledný. Dohlíží na to, aby manželka postupovala podle jejich pokynů. Moudrá manželka vše vyslechnou, avšak koná dle svého.

Čtvrtý typ otců vykazuje nejméně potíží. Jsou to otcové, kteří se tlačí do role matky. Tento typ otce dokáže dítě samo vykoupat, přebalit, nakrmit. Tento typ se začíná vyskytovat, je cenným svou užitečností, avšak je namístě, aby si matka udržela svou roli. Otec se pak stane vhodným pomocníkem.

Většina otců je však ve svých vzorcích chování nezařaditelná. Výše uvedené pouze poukazuje na neobvyklost vzorce chování.

Ve všech případech je jisté, že role otce je v rodině nezastupitelná, přestože primární osobou je matka. Role otce je specifická, svébytná a s rolí matky komplementární. Otec projevuje specifické verbální i neverbální komunikační dovednosti, ovlivňuje jazykový vývoj, způsob interakčního chování dítěte a vývoj jeho pohlavní identity. Otec učí dítě zkoumat, riskovat, avšak zároveň také nést následky za své chování. To vše lze zpozorovat na osobitých hrách, které jsou odvážnější.

2 ÚMRTÍ RODIČE

Smrt je neoddělitelnou a nevyhnutelnou součástí života, přesto ji lidé odmítají akceptovat a snaží se ji vytlačit ze života. Ztráta blízké osoby je pravděpodobně tou nejhorší a nejbolestivější změnou, jaká člověka může v životě potkat. Tato ztráta vyvolává těžkou krizi, zpochybňující vlastní identitu jedince, který přestává rozumět sobě i svému světu.

Smrt blízkého člověka představuje extrémní zásah do života pozůstalých. V jediném okamžiku se radikálně změní celý jejich život. Doposud existující jistoty se z jejich života náhle vytratily, jejich svět je smrtí milovaného člověka navždy změněn. (Špatenková,

H. Haškovcová (2000, s. 74) definuje smrt jako „individuální zánik organismu a konstatuje, že tatáž definice tedy platí i pro smrt člověka.

Z lidského pohledu lze smrt chápat jako „konec osobního životního příběhu“. Nejedná se pouze o selhání biologického organismu, ale také zde patří určité minimální uvědomění a zkušenosti nabyté během života jedince vůbec.

H. Haškovcová (2000, 74-76) rozlišuje několik druhů smrti: *přirozená smrt*, kdy jedinec umírá na „sešlost věkem“ a to v domácím prostředí; *lékařská smrt* je spojována se smrtí, která nastává v důsledku onemocnění a ke které dochází, až na výjimky, v nemocnici či jiných institucích. *Avizovaná smrt* je smrt, jež se ohlašuje v určitém, relativně dlouhém čase. Ohlášení přichází prostřednictvím nejrůznějších zdravotních obtíží. Umírající strádá a tento způsob umírání je vnímán jako nesmírné utrpení. *Neavizovaná smrt* je smrt náhlá a rychlá. V dnešní době si takovou smrt přeje většina lidí, jelikož nedochází během umírání k velkému a zdlouhavému utrpení. Dříve tomu bylo spíše naopak, jelikož lidé se během této doby modlili a prosili o odpuštění a očistu.

Smrt v dnešní době není příliš akceptovatelným tématem, avšak je potřeba si uvědomit, že se jedná o nedílnou součást života.

Nejhorší trauma ze ztráty prožívají děti, které v brzkém věku ztratili jednoho z rodičů. V dnešní době je natolik častým jevem ztráta některého z rodičů rozvodem, že ostatní podoby ztrát mizí z obecného podvědomí. Velký podíl na úmrtí jednoho z rodičů nebo obou mají dopravní nehody. Postupem času však také přibývají úmrtí způsobená vážným onemocněním nebo naopak náhlou nečekanou smrtí, způsobena infarktem myokardu nebo mozkovou mrtvicí. S tím je spojena také změna prostředí, ve kterém blízký člen rodiny umírá.

Dříve se jednalo o rodinnou událost, všichni se museli účastnit a doprovázet člena rodiny. Truchlení mělo svou vnější formu, svůj čas a řád. V dnešní době se však úmrtí člena rodiny přesunulo do prostředí nemocnice a institucí s pobytovými a sociálními službami. Projevy smutku a sympatií se zredukovaly na minimum a víceméně se staly intimní záležitostí. Pro dítě je pak nepoměrně psychicky náročnější tuto situaci pozitivně zvládnout. (Matějček, Dytrych, 1994)

V Harvardských studiích dětí, kteří ztratili rodiče, Worden (1996) a Silverman (2000) sledovali 125 dětí ve školním věku ze sedmdesáti rodin dva roky po úmrtí jednoho z rodičů. Tyto rodiny byly z komunit s diferenciovanými demografickými charakteristikami. V průběhu studií taktéž sledovali netruchlící děti určitého věku, pohlaví, výsledků ve škole, náboženství a komunity. Během výzkumu sledovali jak děti, rodiče tak i rodinu. Z této studie zjistili:

- Většina truchlících dětí (80%) se při prvním a druhém výročí vyrovnala se ztrátou dobře. Zbývajících 20% dětí, které se neměly dobře, překračovaly procento dětí z kontrolní skupiny, které se během tohoto období taktéž neměly dobře. Rozdíly mezi dětmi, které se neměly dobře a jejich kontrolní skupinou byly po dvou letech větší než po roce, což dokazuje možnost pozdějšího vlivu ztráty na tyto děti.
- Děti, které se měly dobře, pocházely z kohezních rodin, kde bylo snadnější hovořit o mrtvém rodiči, a kde došlo k menšímu počtu životních změn a zlomů. Rodiny, které se vypořádávaly spíše aktivně než pasivně a které našly něco pozitivního na těžké a náročné situaci, měly děti, které se lépe adaptovaly na ztrátu.
- Děti, které se neměly příliš dobře, pocházely z rodin, které v důsledku úmrtí prožívaly velké množství stresu a změn a pozůstalý rodič byl mladý, depresivní a nevypořádával se s tím dobře. Tyto děti měly méně sebevědomí a cítily být se méně schopné kontrolovat to, co se jim v životě děje.
- Úroveň fungování rodiče byla nejsilnějším ukazatelem přizpůsobení se dítěti na smrt rodiče. Děti, které měly špatně fungujícího rodiče, vykazovaly více úzkosti a deprese a také i problémů se spánkem zdravím.
- Ve všeobecnosti byla pro většinu dětí ztráta matky horší než ztráta otce. To obzvláště platilo v druhém roce truchlení. Smrt matky se sebou nese více každodenních životních změn a pro většinu rodin i ztrátu toho, kdo se emočně stará o rodinu. Ztráta matky byla spojená s většími emocionálními problémy a problémy v chová-

ní, včetně zvýšené úzkosti, více agresivního chování, nižšího sebevědomí a méně důvěry ve vlastní schopnosti.

- Většina dětí dostala možnost zúčastnit se na pohřbu a zvolila si to. Lepší výsledky byly zpozorovány u dětí, které se předtím na obřad připravily. Schopnost vybavovat si vzpomínky na pohřeb a mluvit o nich se časem zlepšovaly. Pozitivní efekt mělo zahrnutí dětí do plánování pohřbu, cítily se důležité a užitečné v čase, kdy mnozí se cítí být přetaženi a unavení.
- Mnohé děti zůstaly spojené se zesnulým rodičem tím, že si s ním povídaly, cítily se s ním být pozorované, přemýšlely o něm, snívalo o něm a umísťovaly si ho na speciální místo. Děti se silnými vazbami k zesnulému rodiči lépe projevovaly emocionální bolest, lépe hovořily s druhými o zemřelém a přijímaly podporu od rodiny a přátel.
- Tři věci, které děti po úmrtí rodiče potřebují, jsou podpora, starostlivost a kontinuita. Rodič může mít problémy toto dítěti poskytnout obzvlášť otec. Zármutek děti nejlépe zvládají v přítomnosti konzistentního dospělého, který je schopný naplnit jejich potřeby a pomoci jim vyjádřit pocity ze ztráty.
- Truchlící dospívající se často kvůli ztrátě cítí odlišně od svých přátel a mají pocit, že přátelé nerozumí, jaké to je, když zemře jeden z rodičů. Zvlášť citlivou skupinou jsou dospívající dívky, kterým zemře matka, a zůstanou s otcem.
- Když se rodič s někým sblížoval během prvního roku od ztráty, bylo to u dětí spojené se stáhnutím, agováním a tělesnými symptomy, obzvlášť když se jednalo o otce. Zasnoubení či svatba po určitém vhodném čase truchlení měly na děti pozitivní vliv, vedly ke zmírnění úzkosti, deprese a obav o bezpečí rodiče. (Worden, 2013, s. 207)

V této studii Worden a Silverman identifikovali mnoho potřeb, které mají truchlící děti. Děti potřebují vědět, kdo se o ně postará. Úmrtí rodiče vyvolá v pocitech dítěte primární úzkost, že bez rodiče nepřežijí. Jedná se o něco, co je pro dítě pravdou, ale je to i pocit, se kterým se může setkat dospělý jedinec. Některé děti, aby zjistily, zda je o ně postarané, zkoušejí tzv. acting out neboli předvádění. (Worden, 2013)

Často také může dojít k tomu, že si děti dávají za vinu smrti rodiče. Potřebují vědět, že nepůsobily smrt svým hněvem nebo chybami. Jsou si vědomy, že silné pocity mohou druhé zranit. Příležitostné rozhovory o zesnulém mohou způsobit projevení této viny. Obzvlášť

děti kolem 5 až 6 roku mají sklony k sebeobviňování, jelikož v tomto věku se rozvíjí fantazie a děti věří v kouzla a že mají moc způsobovat různé věci.

Děti také potřebují informace o smrti, jejich příčinách a okolnostech. Může to být pro ně velice matoucí. Především malé děti si mohou klást otázky typu „Stane se to i mě?“ V případě, že rodiče nepodají dětem informace adekvátní jejich věku, často si vymyslí příběh, mnohdy bizarnější a hrozivější než je skutečnost. Děti se také potřebují cítit potřebné. Důležité je, aby děti byly začleněny do rozhodování o pohřbu či do zařizování trachty. Děti, které se ještě nezúčastnily pohřbu, by měly být přibližně připravené na to, co se bude dít a co uvidí. Vše je samozřejmě přizpůsobeno věku dítěte. Když dítě zahrnete do rozhodování o svátku, výročí či návštěvě na hřbitov, budou se cítit důležité a potřebné.

Jedno z nejdůležitějších kroků, které truchlící děti potřebují, je navázání na rutinní aktivity. Denní rutinu je potřeba udržovat tak, jak jen to je možné, např. čas jídla, čas spánku, domácí úlohy, domácí práce apod. Důležité je, aby rodina nestagnovala, děti se pak lépe vyrovnávají se ztrátou, třeba i prostřednictvím hry. Stejně tak je i potřeba naslouchat dětem při pokládání neustálých otázek dokola. Děti se potřebují ujistit, zda odpověď dospělého je konzistentní, jelikož bojují se svými vlastními pocity. Mladší děti můžou být obtěžující svými otázkami pro truchlící rodinu, avšak je nezbytné, aby dospělí i sourozenci odpovídali s respektem. Poslední neméně důležitým krokem je najít způsob, jakým si truchlící děti zapamatují mrtvého. Výborný způsob, jak to udělat, je vytvořit vzpomínkovou knížku, do které děti můžou vložit fotografie, příběhy, obrázky či jiné předměty připomínající blízkého, který zemřel a události, které s ním prožilo.

2.1 Představa smrti u dětí

Představa smrti u malých dětí neexistuje. Fyzická nepřítomnost matky, otce či jiné blízké osoby, která mu poskytuje péči nutnou k přežití, prožívá bezpochyby jako ztrátu. Až do pěti šesti let si dítě představuje, že smrt se dá zvrátit. Vyklání se z okna a myslí si: „Můžu vyskočit za kočkou, spadnout a umřít. Hasiči pro mě přijedou, odvezou mě do nemocnice a já se vrátím domů, abych si hrál s kočkou.“ Smrt pro ně není skutečná. Když mu oznámíme, že někdo zemřel, stává se, že se dítě ptá, kdy se vrátí, protože, je-li někdo dnes mrtvý, zítra nebo hned za chvíli může oživnout. Okolo šesti let věku se pro dítě smrt stává tím, čím skutečně je – nevratnou ztrátou. Když si to dítě uvědomí, mohou se u něj objevit tiky,

problémy se spaním, strach z nemocí nebo mikrobu. Dítě chápe, že každý jednou zemře – jeho rodič stejně jako ono samo. (Rufo, 2009, s. 81)

Když k tomu dojde v dětství nebo adolescenci, dítě nemusí adekvátně truchlit a později v životě se u něho můžou projevit symptomy deprese či neschopnosti vytvářet blízké vztahy. (Worden, 2008, s. 206) V tomto případě je nezbytné, aby se intervence zaměřovala na reaktivování procesu truchlení, symptomy klienta se zlepší a poté jsou schopní převzít své životní úlohy, které byly dříve uzavřené.

Roky existovaly značné kontroverzní názory na to, zda jsou děti schopné truchlení nebo ne, vycházející nejméně z psychoanalytických škol. Na jedné straně Martha Wolfenstein (1966) tvrdí, že děti nemohou truchlit do doby, než mají kompletně zformovanou identitu, k čemuž dochází na konci adolescence, kdy je osobnost plně diferencovaná. Na straně druhé, autoři jako Erna Furman (1974) zaujímají opačnou pozici a tvrdí, že děti můžou truchlit už od třech let. (Worden, 2008)

Worden spadá do třetí skupiny lidí, kteří zastávají názor, že děti truchlí. Potřebný je popis modelu truchlení, který jim vyhovuje. Klíčovým komponentem v zármutku dětí je jejich emocionální reakce na separaci. Takové reakce se objevují velmi brzy a můžou předcházet realistické koncepci smrti. Již malé děti vykazují chování podobné zármutku v případě, kdy se přetrhne vazba, nemusí být dostatečně kognitivně vyvinuté, aby porozuměli smrti. (Worden, 2008)

Freud tvrdí, že strach je fyziologické onemocněné raného dětství, nevyhnutelná nemoc a známka zdravého vývoje. (Rufo, 2009, s. 81) Během prvních let dítě zažívá různé formy strachu: ze tmy, z vlka, pavouků, vody, strašidel apod. Takový strach vymizí ve chvíli, kdy ho někdo uklidní. Tyto druhy strachu svým způsobem posilují imunitu dítěte podobně jako dětské nemoci. Strach ze smrti toto období uzavírá a nahrazuje všechny ostatní formy strachu, které se vedle něj zdají směšné. V tomto věku dítě opouští oidipovskou fázi, tzn., že sexuální pudy přechází do latentní fáze a energie, kterou mobilizovaly, je nyní investována do učení. Na smrt tedy pohlíží s vědeckým zaujetím, fascinuje ho lidské tělo, kostry, nemoci, dinosauři a jiné vymřelé druhy. S tím to poznáním se seznamuje s myšlenkou smrti a učí se vyrovnávat se strachem z ní. (Rufo, 2009)

Během dospívání představa o smrti nabývá na intenzitě a dostává nové rozměry. Ve snaze mít nad smrtí kontrolu ji dospívající pokoušejí rizikovými formami chování, např. rychlou jízdou, experimenty s návykovými látkami apod. Zemřít nebo spíše zahrávat si se smrtí je

v tomto věku způsobem, jak vůči okolí, projevit svou nezávislost a dát najevo, že je pánem svého těla. (Rufó, 2009)

Dospívajícího smrt může až v některých případech fascinovat, avšak dítě smrt děsí. Přesto postupem času se musí vyrovnat sám s představami o smrti a bude pouze záležet na blízkém okolí, jak mu pomůže se s tím vypořádat.

2.2 Jakým způsobem informovat dítě o úmrtí rodiče?

Je důležité si uvědomit, že lež není nikdy správná a to ani v tomto případě. Zatajení či odložení pravdy v těchto případech situaci dítěti neulehčuje, nýbrž naopak zatěžuje.

Matějček a Dytrych (1994, s. 108) zastávají názor, že dítě lépe prožívá fázi otřesu, protestu i beznaděje v blízkosti těch, kdo jsou stejně naladěni a kdo je mu v dané chvíli oporou. Svou empatií sdílí s dospělými (pokud dovedou svůj smutek volně projevit) jejich city, a to v ochranné atmosféře semknutého společenství. Jestliže se o pravém stavu věcí dozví až později, samo, a v době, kdy už ochranná atmosféra prvotní semknutosti ochabla, je stejně nuceno vyrovnat se s novou situací, navíc však za méně příznivých emocionálních podmínek.

V takových případech je u dětí předškolního věku větší pravděpodobnost se setkat s nepřiměřeným napětím, děsivými sny, nezdravou fantazijní produkcí, která zřetelně pramení z nejistoty, co se vlastně stalo. Někdy také dochází k transformaci úzkosti a nejistoty do agresivního postoje vůči těm, kdo mu skutečnost zatajili, kdo je „podvedl“, „lhal mu“ apod. Objevuje se zde známý princip pravdy ve výchově, o kterém podrobněji pojednáváme v souvislosti s osvojením. (Matějček, Dytrych, 1994)

V dnešní době se však děti, ale také i dospělí, nesetkávají tak často se smrtí blízkého člověka. Je to způsobeno především tím, že většina umírajících je v péči různých institucí a smrt se tak stává čím dál více tabuizovaným tématem, o kterém se těžko mluví. Pro děti je nesnadné tuto situaci pochopit, a proto poté může docházet k popírání smrti. Je to způsobeno právě definitivností a bolestí ztráty milovaného člověka. Je tedy zřejmé, že pro nynější společnost, která potlačuje vědomí přirozenosti smrti, bývá mnohem snadnější vést děti k tomu, aby i ony vlastní reakce na smrt potlačovaly. Děti však potřebují přímé a férové odpovědi na své otázky, jak je i výše uvedeno dle Wordena a jeho studie společně se Silvermanem.

Často i dospělí se těžko vyrovnávají se ztrátou a nedokáží o ní tedy hovořit ani s dítětem. Pokud však dospělý vnímá smrt jako bolestnou, avšak přirozenou součást života, je schopen tuto informaci předat dál dítěti. Pokud nebude dospělý k dítěti upřímný a to uvidí dospělého truchlit a plakat, může ho to velice zmást. Pokud však k němu bude přímý a otevřený, dítě bude vědět, že pocity smutku a pláče, když někdo zemře, jsou v pořádku.

Rodiče by měli děti na ztrátu připravit, avšak k tomu dochází jen zřídka. Toto opomíjení není způsobeno nějakou necitelností, avšak ze základní potřeby své dítě chránit a tím dosáhnout tak, že je ponechají v nevědomosti o smutných aspektech života tak dlouho, jak jen to bude možné. Rodiče mohou být také k dítěti neupřímní pouze ze strachu, že při rozhovoru s dětmi se zhroutí přímo před jejich očima a celou situaci jen více zkomplikují.

Často se rodiče spoléhají na to, že děti vědí jenom tolik, kolik jim sami řeknou, chovají se jako by mohli mít stav jejich poznání pod kontrolou. Rodiče se trápí, co všechno by dětem měli, a co by jim naopak říci neměli, a přitom by se možná měli nejdříve zeptat sami sebe na to, na co jsou jejich děti připravení a co jsou ochotny slyšet. (Kübler – Rossová, 2003, s. 291)

Dospělí se mnohdy mylně domnívají, že dítě takovou zdrcující zprávu, nezvládne přijmout a z toho důvodu se rozhodnou sdělení této informace odložit na později. Je důležité si uvědomit, že zatajování či odkládání pravdy dítěti neulehčí ba spíše naopak, dítěti situaci spíše ztěžuje. Dítě rozumí tomu, že se v rodině něco děje a snaží se tomu porozumět, avšak bez vysvětlení je to pro něj velice matoucí. Má zájem být součástí dění a proto je nejlepší variantou dítěti vysvětlit, samozřejmě přiměřeně dle jeho věku, co nejdříve danou situaci a připravit jej tak na pohřeb.

3 SMUTEK A TRUCHLENÍ

Smrt, se kterou umírá i naděje na návrat a opětovné shledání, je jediným definitivním odloučením. Ztrátou milované bytosti je svět ubohý a prázdný, jak napsal Freud, a jen čas a vynaložená energie pomohou truchlícímu žít znovu naplno. Tento čas a tuto energii uvádí do pohybu práce se smutkem, která umožní přiznat si pomalu ztrátu a integrovat vzpomínky na zesnulého, ke kterému máme stále vztah, i když tu už není. (Rufo, 2009)

Po smrti milovaného člověka nastává pro pozůstalé významná etapa truchlení. Je to proces, v němž se oddělujeme od ztraceného člověka, v němž docházíme k možnosti žít svůj vlastní život. (Vodáčková a kol., 2002, s. 312)

Specifickým projevem smutku je truchlení. Je reakcí na ztrátu osobně významné hodnoty, lze je chápat jako proces vyrovnávání s takovou újmou. (Vágnerová, 2005, s. 223)

Smutek, který je řazen mezi tzv. primární emoce, které má u člověka vrozený základ a je možné jej pozorovat i u zvířat.

M. Vágnerová (2005, s. 223) popisuje smutek jako negativní emoční prožitek, který vychází z aktuální nepříznivé bilance. Je běžným emočním stavem, který lze chápat jako signál negativního hodnocení situace.

M. Nakonečný (2000, s. 251) popisuje *smutek* jako stav jakési rezignace, v níž se prolíná zoufalství s okamžiky vzdoru a dalších pocitů, které jsou určeny předmětem smutku. Jeho lehčí formou je *zarmoucení*, vyvolané třeba ztrátou nějakého předmětu či drobným neúspěchem, silnější formou je *žal*, vyvolaný zážitkem velkého neštěstí, jako je třeba ztráta blízké, milované osoby. Obecně platí, že smutek je reakcí na ztrátu něčeho, co bylo ztraceno, pak tento pocit zabarvuje onou specifickou neverbalizovatelnou kvalitou, jak je tomu u všech ostatních citů. Extrémní formou smutku je *hoře*, vyznačující se průvodními motorickými a verbálními reakcemi jako jsou naříkání, hořekování provázené pláčem, spínáním rukou a dalšími reakcemi). *Hluboký smutek* je tichý, odevzdaný, je to stav, v němž se člověk světu uzavírá a který obvykle přichází poté, co se hoře utišilo.

Podle W. Witwického (1963) žal v sobě zahrnuje bezvýhodnou touhu zaměřenou do minulosti, touhu po návratu toho, co bylo ztraceno, a je to ovšem především reakce na ztrátu blízké osoby. (In Nakonečný, 2000, s. 251)

Člověk, který je zasažen takovou ztrátou pocituje silnou touhu, aby k tomu nedošlo, a je zoufalý z její neodvratitelnosti. Tuto ztrátu prožívá jako bezvýchodnou, definitivní a trýzní se myšlenkami, zda byla či nebyla neodvratitelná. K tomu se mohou připojovat i další pocity jako jsou například pocity viny (měl-li podíl na této ztrátě) nebo nenávisti (v případě, že ztrátu zavinil někdo jiný).

Nakonečný (2000, s. 253) rozlišuje smutek vyvolaný ztrátou blízké osoby do tří fází:

1. Bolestné pocity.
2. Aktivní vzpomínky na různé, společně se ztracenou osobou prožité události.
3. Pokusy o nové interakční vzorce a vztahy, jež by alespoň částečně nahradily funkci zemřelého, kterou hrál v životě pozůstalého.

Dle Matějčka, Dytrycha (1994, s. 104) symptomatologie truchlení je velmi pestrá, takže pro diagnostiku neposkytuje jednotné spolehlivé vodítko. Z dlouhého výčtu příznaků, které uvádějí jednotliví badatelé, jsou nejčastější: zavřenost do sebe, skleslost, apatie, nechutenství, vývojová regrese, fobie různého druhu, neurotické obtíže, lpění na někom z dospělých, ale také předvádivé nebo provokativní chování, zdánlivě nesrovnatelné s prožívaným smutkem (následkem tohoto nesrozumitelné sociálního okolí a provokující k nevhodným výchovným zásahům).

Psychologickou charakteristikou ztráty rodičovské osoby úmrtím je definitivnost a neodvolatelnost této události na rozdíl od rozvodu či jiných „ztrát“. Plné pochopení této okolnosti lze předpokládat až u dětí staršího školního věku. Tento předpoklad však mnohokrát zatemňuje představy laické veřejnosti o smutku a truchlení mladších dětí a vede k některým nežádoucím praktikám. Na jedné straně dospělí soudí, že předškolní děti, jestliže si ještě nemohou plně uvědomit dosah ztráty, nemohou ani procítit všechn žal. Tudíž je možné je rychleji přivést do normálního stavu a přimět je, aby na všechno co nejdříve zapoměly. Na straně druhé se mnoho dospělých domnívá, že dítě nutně prožívá to, co prožívají oni. Avšak dítě by takovou zprávu nemuselo unést a proto je nutné, aby se dítě takovou zprávu nedozvědělo vůbec nebo dozvědělo později, v době kdy všechno utichne a dítě bude mít lepší rozum. Poté je vhodné informovat dítě o okolnostech a sdělovat mu to po částech a co nejšetněji. (Matějček, Dytrych, 1994)

3.1 Fáze truchlení

Období truchlení je také nesterjné dlouhé a jeho projevy mají velmi různou intenzitu. U většiny dětí se dají rozlišit čtyři klasické fáze: *ohromení* (šok), *protest*, *beznaděj* (zoufalství) a *uklidňování* (vyrovnávání, smíření). U některých dětí dochází k velmi silným emocionálním poruchám, ty však trvají jen krátce a uzdravení je úplné a trvalé. U jiných naopak relativně slabší obtíže a nápadnosti přetrvávají měsíce a léta. Jestliže u některých dětí nezaznamenáme prakticky žádnou reakci na ztrátu rodičovské osoby, nelze z toho ještě jednoznačně usuzovat, že jde o patologický projev nebo o známku minimální emoční vazby k ztracené osobě. (Matějček, Dytrych, 1994, s. 104)

Je potřeba si uvědomit, že truchlení nesouvisí pouze se smrtí blízkého člověka, ale je také spojeno s rozchodem člověka, který měl velký význam, nebo s odchodem dětí z rodiny či se ztrátou zaměstnání.

Vodáčková a kol. (2002, s. 312) se zmiňuje o fázích truchlení, které popisuje švýcarská analytička V. Kastová (2000):

1. *Fáze: Popření* – to nemůže být pravda, člověk ztrácí schopnost vnímat a prožívat, zamrzá, musí žít dál, jako by smrt nenastala. Pokud se ztráta odštěpí, nastává prázdnota. Chybou je snaha vyhnout se zármutku.
2. *Fáze: Propukání chaotických emocí* – bolest, vztek, úzkost, strach, hněv, radost, pocity viny, neklid, poruchy spánku, náchylnost k infekcím, snaha najít viníka. Emoční chaos je nutno vydržet a vyjádřit. Chybou je neakceptované emoce potlačit, přicházejí pak v podobě pocitů viny a hněvu. Emoční zmatky je nutno akceptovat v celém procesu truchlení, nejen na jeho začátku.
3. *Fáze: Hledání, nalézání a odpoutávání* – člověk nemyslí na nic jiného než na zemřelého, hledá fotografie, upomínky, je s ním ve fantaziích i ve snech. Pozůstalý postupně nachází, co předal zemřelému a co může zastat sám, co z toho, co zemřelý představoval, je současně vlastností pozůstalého a co v něm zemřelý probudil k životu. Problémy vznikají, když se člověk vyhýbá nutnosti se odpoutat a pracuje pouze na hledání sebe samého. Chybou je rovněž ztraceného člověka nahradit bolestí.

4. *Fáze: Vytváření nového vztahu k sobě a ke světu* – ztráta je akceptována, je možné vzdát se bolesti, je možné vstupovat do nových vztahů. Vzniká pnutí mezi touhou navázat plný vztah a strachem znovu se vázat po zkušenosti, že ztráta blízkého člověka přináší zármutek a utrpení.

Jedná se o obecné fáze truchlení a je potřeba si uvědomit, že se jedná o velice individuální proces nejen vzhledem k pohlaví a věku, ale obecně. Každý jedinec se vyrovnává se zármutkem svým způsobem.

Také M. Vágnerová (2005, s. 224) se zmiňuje ve své publikaci o truchlení, které má svou dynamiku a prochází určitými fázemi u dětí, které signalizují postupné vyrovnávání se ztrátou (dle Matějčka, 1994):

1. Fáze šoku, ochromení, a strnutí – dítě není schopné ztrátu přijmout, zejména pokud byla neočekávaná, nebo odmítá tak závažnou eventualitu připustit. Šok trvá obvykle jen krátce.
2. Fáze protestu – dítě si uvědomuje, že se něco tak hrozného skutečně stalo, a odmítá trápení přijmout, aktivně se proti němu bouří. Může se po určitou dobu chovat nepřijatelně, útočně zkratkovitě apod. Rizikem může být nepochopení příčině a aplikace tvrdších výchovných opatření, která nemají příliš velký smysl.
3. Fáze zoufalství a beznaděje je projevem vyčerpání a signálem pochopení marnosti aktivního odporu. Dítě má pocit, že je všechno ztraceno a že se nedá nic dělat. Často ztrácí o vše zájem, odmítá kontakt s lidmi, nemá motivaci k žádné činnosti. Bývá skleslé a apatické, uzavřené do sebe. Ve škole samozřejmě nepracuje stejně dobře jako předtím. Projevy zoufalství a skleslosti bývají pro učitele srozumitelnější, a pokud znají příčinu dětského smutku, chovají se obvykle ohleduplně. Důležité je, aby dítěti umožnili překlenout dobu truchlení a nesnažili se je násilně rozveselit či jinak aktivizovat. Smutek je třeba prožít a nechat odeznít, protože i tato zkušenost je pro další rozvoj dětské osobnosti důležitá.
4. Fáze vyrovnání a smíření se situací je signálem, že dítě zátěž ztráty zvládlo. Lze očekávat, že situačně podmíněné potíže upraví.

Lze tedy srovnat fáze truchlení probíhající u dospělého jedince a u dítěte. Tyto fáze nejsou příliš odlišné. Ochromení a šok nastává jak u dítěte a dospělého jedince. Ve třetí fázi se dospělí již snaží odpoutat od zemřelého. U dítěte se stále projevují pocity zoufalství, bývá

stále apatické a uzavřené do sebe. Lze tedy upozorovat, že vyrovnání se ztrátou milovaného člověka je časově náročnější spíše u dětí, u kterých trvá delší dobu zpracování této skutečnosti než u dospělých.

Chování dítěte je většinou dobře srozumitelné. Dle vlastní zkušenosti, dospělý správně usoudí, že v tomto případě „lěčí čas“. Pokud by dětský smutek přetrvával nepřiměřeně dlouho, jevil se nadměrný a neovlivnitelný, eventuálně pokud by k němu dítě nemělo závažnější důvod, může jít o projev deprese.

V případě výraznějších projevů smutku, úzkosti až deprese, je na místě pomoc psychiatrická.

Nejen z literatury ale především ze zkušeností je známo, že ve velké většině případů symptomatologie truchlení po určité době vymizí a případné přetrvávající následky u dítěte je nutno hledat pod diagnostickými kategoriemi psychické deprivace či subdeprivace. V této souvislosti se u batolat a dětí předškolního věku je možné setkat s přetrvávajícími pocity viny, v některých případech ve velmi intenzivní podobě, ale také i s obranou proti těmto pocitům. Toto chování v podstatě odpovídá uvedenému vývojové fázi, ve které dítě všechno dění ve svém okolí vztahuje k sobě.

Větší pravděpodobnost se setkat s psychickými následky úmrtí rodiče je v případech, kdy pozůstalý rodič naváže novou známost, případně hodlá uzavřít nový sňatek (mnohdy právě kvůli dětem) a naráží na jejich nepochopení či přímý odpor. Nejproblematičtější období k přijetí nové matky či otce je střední školní věk. Dítě má tendenci idealizovat si zemřelého rodiče do takových rozměrů, že nesnáší srovnání s nikým žijícím.

Dětské emoce jsou velmi expresivní, přestože jsou poměrně mělké a labilní. Dítě v raném věku ještě plně nechápe význam smrti a na úmrtí blízkých osob reaguje intenzivněji až mnohem později, kdy si uvědomí, že smrt je definitivní nepřítomnost.

3.2 Průběh truchlení dle věkových kategorií

Průběh a intenzita truchlení je úzce spjata s věkem dítěte. Hloubka uvědomění a chápání pojmu smrt a jejich důsledků je závislá na věku dítěte. Colorosová (2008) vymezila podoby truchlení dle jednotlivých věkových kategorií.

Pro *kojenče* je úmrtí rodiče, především matky, největší ztrátou. Dítě je v tomto věku extrémně závislé na rodičích, potřebuje mít pocit jejich bezpečí, útěchu a klid. V případě nedostatku těchto potřeb je dítě nevrle, pláče a nařiká, je neklidné.

Batole prozatím nemá žádnou představu o smrti, avšak cítí odloučení a pociťují silnou ztrátu. Batolata obvykle truchlí v pětiminutových až desetiminutových záchvatech a často se vrací k dřívějšímu chování (př. cumlání palce). Děti v tomto věku potřebují pocítit bezpečí a útěchu od důvěrně známých lidí.

Předškolní děti si již uvědomují, že se stalo něco hrozného, avšak samotné představě o smrti prozatím nerozumí. Především nechápu její nezvratnost a definitivnost. Mají tendence pohlížet na tuto situaci jako na dočasnou. Pociťují zoufalství, ztrátu, jsou smutní a zmatení, jelikož předpokládají, že se mrtvý kdykoliv může navrátit. Své pocity často vyjadřují prostřednictvím hry.

Děti od pěti do devíti let už chápou pojem smrt a to, že je nevratná a nevyhnutelná. Jsou již schopny vyjádřit svůj strach a přemýšlí nad tím, jakým způsobem se tato ztráta dotkne jejich vlastního života.

Děti od deseti do dvanácti let umí již rozlišit fantazii od skutečných vzpomínek, stejně tak dokáží rozlišit i odchod od umírání. Jsou si vědomy, že smrt nelze zvrátit. Předvádějí, často tručují a tvrdí, že nic necítí. Pokoušejí se zakrytí svého žalu.

Dospívající jsou schopni plně chápat realitu smrti a všechny její možná následky. To ovšem neznamená, že jsou schopni se s touto skutečností smířit. V tomto období jsou emoce dospívajících rozbouřené a mírně labilní, prudce se mění, proto také může docházet k velmi závažným krizím v době truchlení. Často své pocity sdílejí s nejbližšími kamarády nebo se uzavírají do sebe, uchylují se k návykovým látkám a pochybují o cíli a smyslu života.

4 POMOC POZŮSTALÝM

„Cesta žalu, nářku a slz bývá klikatá. Nevíte, co skrývá příští zákruta. Můžeme Vás kousek doprovodit...“ (z letáčku Poradny Alej In Špatenková, 2008)

Ztráta blízké osoby vyvolává zcela mimořádnou krizi. V jediném okamžiku pohltí celou naši existenci. Touto ztrátou je otřesena vlastní identita, člověk už nechápe, jak sám sebe prožívá, a také přestává rozumět světu.

Podle Špatenkové (2008, s. 9) obecně ztráta blízkého člověka nevyvolává u pozůstalých pouze silné emoční reakce, nabourává takého jejich:

- Pocit vlastní identity (*„Jsem ještě manželka, když mi zemřel manžel? Ne, už nejsem, jsem vdova.“*)
- Pocit vlastní integrity (*„Něco ve mně zemřelo, jako bych ztratil kus svého já.“*)
- Vztahy s jinými lidmi (*„Není mi dobře samotné, ale není mi dobře ani mezi lidmi.“*)
- Přesvědčení o stabilitě a bezpečnosti světa (*„Jak to jen Bůh mohl dopustit?“*)

Pozůstalí v takové situaci potřebují pomoc a podporu, která se jim často nedostává. Hlavním zdrojem pomoci by měli být především jejich nejlepší – rodina, příbuzní, přátelé či známí. Avšak smrt zasahuje významným způsobem do struktury i fungování celé rodiny a rodinný systém může být smrtí a truchlením natolik narušen, že se stává dysfunkčním. (Špatenková, 2008)

Ani lidé ze sociálního okolí, nebývají dostatečnou oporou. Může dojít k tomu, že se raději vyhýbají setkání s pozůstalými, jelikož obvykle nevědí, jak se k nim chovat, co udělat nebo říci. Pozůstalí si často kladou otázky typu: „Co se mnou teď bude dál?“ „Proč se to muselo stát právě jemu? A proč mě?“. Potřebují na své otázky nalézt odpověď a ostatní ji obvykle dávají najevo, že jim nemohou pomoci při hledání odpovědi. Pozůstalí často slyší útěchy typu:

- *„Netrap se tím!“* Tato odpověď je absurdní, jelikož právě ztratili milovaného člověka.
- *„Nesmiš na to myslet, život jde dál!“* Avšak pozůstalí mají právě pocit, že se jim zhroutil svět a že jejich život ztratil smysl.

- „*Všichni tam musíme...*“ To je sice pravda, ale pro pozůstalé, to není žádná velká útěcha.
- „*Co se stalo, to se stalo...*“ Pozůstalí však tuto skutečnost odmítají. Toto se stát nemělo.
- „*Ted' se nemůžeš zhroutit.*“ Okolí se snaží dodat síly, avšak kdy jindy se člověk může zhroutit, když ne po smrti někoho blízkého?
- „*Vzmuž se trochu!*“ Jak se má třeba taková pozůstalá žena „pochlapit“?
- „*Všechno musí jednou skončit...*“ Tato odpověď vyvolává další otázky typu: „Proč právě teď a proč zrovna takto?“
- „*Už o tom nemluv, stejně to nikomu nepomůže...*“ Naopak, pozůstalým může velmi pomoci, mohou-li o tom, co se jim stalo a co prožívají, s někým hovořit.

To je důvod proč truchlící vyhledávají raději pomoc u pracovníků v pomáhajících profesích, například u lékařů, sociálních pracovníků, duchovních, nejrůznějších poradců, pracovníků hospicových či jiných poraden nebo u psychologů. (Špatenková, 2008, s. 10-11)

Zármutek je pro pozůstalé zdrcující, jelikož se cítí zoufale osamělí. Potřebují však podporu, potřebují někoho, kdo je na „*cestě žalu, nářku a slz alespoň kousek doprovodí*“.

Stále častěji vyhledávají pomoc formalizovaných institucí, kostkují například některou z poraden nebo linek důvěry. Pro pozůstalé může být mnohem přijatelnější hovořit o bolestivých a zraňujících záležitostech s „cizím“ člověkem, odborníkem na danou problematiku, než s členem vlastní rodiny.

Péče o pozůstalé může mít nejrůznější podobu – od soucitné a empatické komunikace, přes krizovou intervenci, nejrůznější poradenství až po psychiatrickou péči. Pomoc pozůstalým tedy zahrnuje poměrně široké spektrum – od laické pomoci až po profesionální aktivity. (Špatenková, 2008, s. 13)

4.1 Krizová intervence

Dle Vodáčkové a kol. (2002, s. 60) je krizová intervence odbornou metodou práce s klientem v situaci, kterou osobně prožívá jako zátěžovou, nepříznivou, ohrožující. Krizová intervence pomáhá zpřehlednit a strukturovat klientovo prožívání a zastavit ohrožující či jiné kontraproduktivní tendence v jeho chování. Krizová intervence se zaměřuje jen na ty prvky klientovy minulosti či budoucnosti, které bezprostředně souvisejí s jeho krizovou

situací. Krizový pracovník klienta podporuje v jeho kompetenci řešit problém tak, aby dokázal aktivně a konstruktivně zapojit své vlastní síly a schopnosti a využít potenciálu přirozených vztahů. Krizová intervence se odehrává v rovině řešení klientova problému a překonává konkrétní překážky.

Špatenková (2004) vymezuje krizovou intervenci jako odbornou pomoc orientovanou na osoby, které se ocitly v krizi. Je tvořena z různých druhů pomoci, jejichž cílem je navrátit jedince do psychické rovnováhy, která byla narušena kritickou životní událostí. Krizová intervence zahrnuje především psychologickou, lékařskou, sociální a právní pomoc.

Nejedná se tedy o stav, ale proces interakce pracovníka v krizové intervenci s klientem.

Špatenková (2004) uvádí třífázový model krizové intervence, jehož základním cílem je navázání kontaktu krizového pracovníka s klientem a zajištění bezpečí. Dále zaměření na budování emocionálního kontaktu, shromažďování informací, vytvoření plánu jakým způsobem bude krize řešena a následně samotná fáze realizace. Jakmile bude prokázáno, že je krize překonána, může být krizová intervence ukončena.

V tomto případě probíhá krizová intervence v praxi zřídka bezprostředně po ztrátě. Pozůstalí vyhledávají pomoc po delším čase a stěžují si především na psychosomatické potíže.

Truchlení je proces, kterým se odpoutáváme od člověka, kterého jsme ztratili, a který nás opět přivádí k tomu, abychom žili svůj vlastní život. Krizové intervence v procesu truchlení znamená zejména provázení. Provázení znamená, že truchlící v přítomnosti druhé osoby vyjadřují a formulují své pocity. Provázení může provádět pouze ten, kdo smrt akceptuje jako součást života.

4.2 Práce sociálního pedagoga

Sociální pedagog by měl být připraven na práci, respektive rozhovory s dětmi a měl by být dostatečně vzdělaný a informovaný. Při práci s dětmi je nutné, aby pracovník měl níže uvedené vědomosti.

D. Vodáčková a kol. (2002, s. 264) popisuje, co vše by měl pracovník linky důvěry vědět:

1. *Měl by znát vývoj dítěte – specifika jednotlivých vývojových etap a odchylky od normy.*

- Pro praktickou práci „linkaře“ se doporučuje znalost vývojové teorie E. Eriksona: Osm věků člověka a Piagetovu kognitivní teorii vývoje.
 - Odborným výrazům a vývoji dítěte by měl rozumět natolik, aby je mohl v hovoru využít jednoduchým a srozumitelným jazykem.
 - Norma v dětském věku je dosti široká. Vývoj se děje ve skocích a každé dítě se vyvíjí jinak – díky své genetické výbavě, prostředí, ve kterém vyrůstá, a mnohdy dalším vlivům. Pracovník Linky důvěry by měl znát i odchylky od normy – mj. specifické vývojové poruchy učení, zvláštnosti ve vývoji dětí a jejich reakce na náhlé životní události (např. úmrtí v rodině, rozvod, náhlá nemoc, ztráta zvířátka, nový partner a další)
2. *Pracovník linky důvěry by se měl seznámit s vývojovými etapami rodiny, s životním cyklem rodiny.*
- Klienti volají často právě v období přechodu rodiny z jedné etapy do druhé a řeší tak otázky spojené s tranzitorní krizí rodiny.
3. *Pracovník linky důvěry by měl znát vývojové krize v manželství, jejich projevy a zákonitosti.*
- Když zavolá dítě nebo rodiče či jiní dospělí, pracovník slyší nejen jejich hlas, se kterým v tu chvíli je a na který musí reagovat citlivě, ale také je známo, že každý z členů rodiny se nachází v určité fázi svého individuálního vývoje, že rodina je v určité etapě svého životního cyklu a že manželé možná řeší svoji manželskou krizi. Takový pohled, že každý člen rodiny ovlivňuje rodinu jako celek a zároveň je jím sám ovlivňován, pomůže pracovníkovi i při individuálních hovorech na lince.

Důležitou součástí této práce je sebereflexe, která pomáhá porozumět životu klienta, aniž by se do hovoru vměšovaly osobní témata. Zároveň také slouží jako dobrá prevence syndromu vyhoření.

4.3 Hovor pracovníka linky důvěry s dítětem

Hovor s dětmi má svá specifika. Jsou dána věkem, životními zkušenostmi dítěte a také tím, že dítě za sebe nenesé právní zodpovědnost. Dítě považuje často pracovníka linky důvěry za autoritu. Dítě někdy žádá o jednoznačnou radu, v jiném případě se chce jen svěřit. Často

se lépe vyjadřují prostřednictvím pohybu těla a svým jednáním než slovem. Z toho důvodu může být pro ně obtížné začít hovor nebo vyjádřit to, co skutečně chtějí. Děti mladšího věku dovedou spíše mluvit o chování a jednání než o pocitech. (Vodáčková a kol., 2002)

Jak bylo již výše řečeno, hovor s dětmi je specifický, proto jsou dány zásady pro telefonování s dětmi a technika hovoru, které popisuje Vodáčková a kol. (2002):

- Každý hovor s dítětem je potřeba brát vážně. To, co zpočátku se jeví jako legrace, může při třetím zavonění vést k otázce: „A s čím k vám lidé volají?“ Odtud je to již jen krůček od rozhovoru o dítěti samotném. Pokud si dítě opakovaně dělá legraci, je třeba mu vysvětlit, že tuto danou chvíli se nemůže dovolat někdo jiný, více potřebný. Takový argument děti většinou přijmou.
- Hned z počátku je hovor se zeptat na věk dítěte, případně, do které třídy chodí.
- Je vhodné se zeptat i na křestní jméno.
- Klást otázky typu: „Co tě přivedlo k tomu, že voláš?“ spíše, než „Jaký máš problém. Dítě může mít zájem se na něco zeptat, avšak otázka, vyvolávající dojem, že by „měl mít nějaký problém“, ho může zaskočit.
- Tempo řeči je potřeba přizpůsobit tempu řeči dítěte. U rychlé řeči dítěte je vhodné mluvit pomaleji než dítě.
- Prostředkem, kterým je možné navázat kontakt je uvážení jazyka dítěte. Výrazy dítěte, které jsou nespisovné, se nedoporučuje opravovat. Například na jeho výrok „To bylo blbý“ následuje otázku „A co bylo blbý?“ a ne „Co bylo blbé“? Ojedinelé vulgární výrazy je lepší přejít, ale určitě je vhodné je zaznamenat.
- Samozřejmě je na místě otázka, co by dítě od pracovníka potřebovalo.
- U dítěte, častěji než u dospělého, je součástí rozhovoru zjištění kontextu situace, ve které se dítě právě nachází – obzvlášť, když z hovoru lze poznat naléhavost. Hledá se tedy spojenec, který by mu mohl pomoci, a otázky jsou směřovány například:

Odkud voláš? (z domova, z budky, od kamaráda...); Jsi tam sám, nebo je tam ještě někdo s tebou?; Ví někdo o tom, že sem voláš?; Ví někdo o této „starosti, problému?“ – použijte se formulace dítěte; Komu bys to mohl říci?; Kdo by ti v tom mohl nejspíš pomoci?

Je důležité, aby se pracovník nenechal odbýt odpovědí „nikdo“ a pomohl mu hledat osobu, kterou by mohl požádat o pomoc. Kromě rodiny můžou dítěti pomoci sou-

sedé, učitelé nebo i lékař. Ochotní bývají i rodiče kamarádů, už jen z toho důvodu, že jejich dítě by mohlo být v podobné situaci.

- Je důležité dítěti připomenout dětské jistoty, např. nějaká, jemu blízká, hračka.
- Spíše je vhodné se ptát na dění než na pocity.
- Podstatné je také nenechat dítě dlouho mlčet. Když na otázku neodpoví, je potřeba klást alternativní otázky, ve kterých budou dítěti vnuknuty nové nápady.

Následují ještě další zásady, podle kterých by měl pracovník linky důvěry postupovat při hovoru s dítětem. Podstata však spočívá v tom, dotazovat se opatrně, aby se dítě nevyplašilo a pokud s ním bude mluvit s humorem, je to jen kladné a v žádném případě nesmí na dítě tlačit.

Avšak je potřeba si také uvědomit, že se jedná pouze o jakýsi návod, jelikož každý hovor je originální nejen podle odlišných situací, ve kterých se dítě nachází, ale také proto, že každé dítě je individuální svým chováním a svou osobností

4.4 Metody poradenství vhodné pro pozůstalé děti

Metody poradenství pro pozůstalé jsou zaměřeny na tři hlavní cíle. *První* je facilitovat ventilaci toho, co pozůstalí prožívají. *Za druhé* uvědomit si ztrátu a její dopady a na základě toho *za třetí* umožnit katarzi. (Špatenková, 2008)

K tomu mohou být využity různé nástroje, instrumenty neboli techniky. Je důležité, aby poradce v danou chvíli pro daného klienta v daném kontextu využíval to, co je efektivní.

Často používanou metodou u dětí je *kresba*. Námětem kresby může být momentální prožívání dítěte nebo určitě zážitky prožité s milovaným člověkem.

Špatenková (2008) zmiňuje známou psychologickou techniku, tj. *začarovaná rodina*, která se dá velmi dobře aplikovat na poradenství pro pozůstalé děti. Především na základě symbolik kresby lze získat informace o vzájemných rodinných vazbách a vztazích a o tom, jak dítě vnímá momentální situaci. Charakter kresby nebývá založen na náhodách, ale na zkušenostech, zážitcích a představách dětí. Z toho tedy vyplývá, že kresba je projekcí vědomých i nevědomých přání, představ, tužeb a cílů.

Worden (2013) stejně i tak Špatenková (2008) zastávají názor, že je vhodné, aby pozůstalý ať už dospělý či dítě si sestavilo *album vzpomínek*. Může obsahovat příběhy, zážitky prožité se zemřelým, případně nějaké předměty s ním spojené.

Jelikož je hra u dětí nejčastější aktivitou, neměla by být opomíjena ani jako metoda při truchlení dítěte. Prostřednictvím hry dítě vyjadřuje své pocity, komunikuje s okolím a poznává svět. Hra také pomáhá dítěti zvládat zátěžové situace, dodává mu odvalu a posiluje jejich nedůvěru.

Špatenková (2008) uvádí jako efektivní techniku gestalt terapie tzv. *Prázdnou židli*. Výhodou této techniky je, že pozůstalý může v přítomném čase hovořit bezprostředně k zemřelému. V místnosti je připravena jedna volná židle a pozůstalý má tak možnost si představit, že zemřelý na této židli sedí a může jej oslovit a hovořit o myšlenkách, pocitech a bolestech v souvislosti se ztrátou a vztahu k němu.

Mezi metodami poradenství by neměla také chybět muzikoterapie či arteterapie. U každé metody je však důležité vhodné načasování.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU

Na základě zpracování výše uvedených poznatků byl realizován kvalitativní výzkum, který se zaměřuje na osobní zkušenosti jednotlivých respondentů s úmrtím rodiče. Cílem výzkumu je zaměřit se na jejich chování v době zármutku a jeho prožívání vzhledem k odstupu času. Následně posoudit a vyhodnotit nejvhodnější formu pomoci. Pro hlubší porozumění a nahlédnutí do případu je nezbytný užší kontakt s osobami, se kterými je prováděn rozhovor. Výsledky kvalitativního výzkumu nelze zobecnit, jelikož každý případ vyniká svou jedinečností. Lze pouze určit některé společné prvky, které budou pozorovány při zpracování dat. Proto byla záměrně, vzhledem k citlivosti tématu, zvolena kvalitativní metoda.

5.1 Výzkumný problém

Způsoby prožívání zármutku u nezaopatřeného dítěte v závislosti na věku a určení nejvhodnějších forem pomoci.

Jedná se o popisný výzkumný problém, který je dále členěn na dílčí výzkumné otázky.

5.2 Cíl výzkumu

Cíl výzkumu je závislý na formulaci výzkumného problému. Hlavním cíle bylo zjistit, jakými způsoby se nezaopatřené děti vyrovnávali s úmrtím rodiče a co jim k tomu pomohlo, aby pak bylo následně možné sestavit nejvhodnější postupy efektivní pomoci.

V závislosti na cíl práce hledáme odpověď na hlavní výzkumnou otázku.

HVO: Jaké jsou nejvhodnější postupy efektivní pomoci nezaopatřeným dětem, kterým zemřel rodič?

5.3 Vedlejší výzkumné otázky

Při stanovení vedlejších výzkumných otázek se vycházelo z principu SWOT analýzy.

VVO1: Které silné stránky lze nejvíce využít?

VVO2: Které slabé stránky by měly být odstraněny?

VVO3: Které příležitosti by měly být využity?

VVO4: Kterých hrozeb bychom se měli vyvarovat?

5.4 Výzkumný vzorek

Cílovou skupinou pro výzkum diplomové práce byli vybráni jedinci, kterým zemřel rodič v době, kdy byly nezaopatřenými dětmi. Vybráno bylo celkem 5 respondentů, kteří ztratili rodiče v době nezaopatřenosti. Způsoby prožívání truchlení se zkoumají u nezaopatřených dětí v době úmrtí v rozmezí věku od 15 do 19 let. Rozhovor s vybranými respondenty dle kritérií probíhá 4 až 5 let od úmrtí rodiče. Předpokládá se, že je to doba vhodná pro komunikaci a otevřený rozhovor na dané téma.

Respondentům, se kterými probíhal rozhovor, bylo v rozmezí 19 – 24 let. Z důvodu zachování anonymity, byla záměrně zaměněna jména.

Respondent	Současný věk	Věk v době úmrtí	Rodič	Diagnóza úmrtí
Tereza	20	16	Otec	Po roční léčbě rakoviny tlustého střeva
Michaela	22	18	Otec	Zápal plic, selhání metabolismu
Jana	24	19	Matka	Po pětileté léčbě zemřela na rakovinu vaječníků
Andrea	23	18	Otec	Autonehoda
Miroslav	19	15	Matka	Po půlroční léčbě rakoviny slinivky

Tabulka 1 Vlastní výzkumný vzorek

5.5 Metody výzkumu a sběru dat

Pro výzkum způsobu prožívání zármutku u nezaopatřeného dítěte byla zvolena metoda kvalitativního výzkumu. Téma se týká úmrtí jednoho z rodičů a období truchlení, jenž je jedno z nejnáročnějších životních situací v životě člověka. Jedná se o velmi citlivé téma, proto bylo nezbytné osobní setkání s respondenty a rozebrání tématu do hloubky, což je typické právě pro kvalitativní výzkum.

Pro sběr dat byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru. Chráska (2007) uvádí, že polostrukturovaný rozhovor napomáhá k lepšímu navázání komunikace s respondenty výzkumu a k hlubšímu ponoření se do problémů a postojů dotazovaných.

Polostrukturovaný rozhovor je nejrozšířenější metodou, který je považován za jeden z nejdělejších prostředků kvalitativního výzkumu. Přestože tazatel stanoví závazný seznam zaměřených otázek, není pořadí ani formulaci nezbytné dodržovat. Je možné přecházet i do volného rozhovoru a respondenta motivovat a klást doplňující otázky. (Miovský, 2006)

5.6 Realizace výzkumu

Výzkum byl uskutečněn v měsíci březen 2015. Výzkumu se zúčastnilo celkem 5 respondentů. S každým dotazovým probíhal polostrukturovaný rozhovor jednotlivě. Nejprve byli kontaktováni telefonicky či elektronicky, aby jim byl sdělen cíl výzkumu a způsob, jakým bude rozhovor probíhat. Zároveň byli upozorněni na možnost odmítnutí rozhovoru či ukončení během rozhovoru. Snahou bylo se setkat s respondentem vždy na klidném místě. Pokud s tím dotazovaný souhlasil, místo setkání bylo u něj doma, jelikož se tak nachází ve známém prostředí bez rušivých elementů. Před zahájením rozhovoru, byl respondent požádán o souhlas s nahráváním celého rozhovoru na diktafon. Pouze jeden respondent vyjádřil svůj nesouhlas. Rozhovor byl tedy uskutečněn v domácím prostředí a trval přibližně 20 – 40 minut. Přestože byly otázky předem připraveny, sám respondent je neznal, byly pokládány podle toho, jak se vyvíjel rozhovor. Následně pak získaná data byla přepsána, analyzována a interpretována.

5.7 Způsob zpracování dat

Nejprve bylo nutné se získanými daty provést transkripci rozhovorů, které byly nahrány na diktafon. Jelikož byla vybrána technika, která je pro kvalitativní výzkum osvědčená, tj. otevřené kódování, bylo nutné odstranit tzv. slovní vaty a dále v textu vyhledávat datové fragmenty neboli indikátory související se zkoumanými jevy. Hendl (2005, s. 247) uvádí, že otevřené kódování odhaluje v datech určitá témata. Mají vztah k položeným výzkumným otázkám, k přečtené literatuře, k pojmům používaným účastníky nebo jde o nové myšlenky vznikající, jak výzkumník proniká k textu. V každém případě tato fáze vede k seznamu témat, jenž pomáhá výzkumníkovi vidět témata v celku a stimuluje ho při hledání dalších témat. Výzkumník tento seznam postupně třídí, organizuje, kombinuje a doplňuje v další analýze. Následně dochází k utváření kategorií, do kterých jsou přiřazeny významově podobné kódy.

Tyto kategorie, jsou poté zpracovány dle SWOT analýzy do čtyř oblastí shodných s vedlejšími výzkumnými otázkami.

6 INTERPRETACE DAT

V této kapitole budou prezentovány výsledky výzkumného šetření. Pro analýzu dat byla zvolena technika otevřeného kódování. Švaříček a Šedřová (2007, s. 211) definují kódování jako operaci, pomocí níž jsou údaje rozebrány a nazpět složeny novým způsobem. Po vytvoření kategorií na základě kódů, budou tyto kategorie zkoumány dle SWOT analýzy v souvislosti s vedlejšími výzkumnými otázkami. Na závěr budou výsledky výzkumu prezentovány v kontextu s hlavní výzkumnou otázkou.

6.1 Vzniklé kategorie

- Rodina
- Přátelé
- Podpora
- Emocionální prožívání
- Odborná pomoc
- Doba smíření se ztrátou
- Posílení
- Čas

6.2 Které silné stránky lze nejvíce využít?

Tato oblast je stanovena na základě vzorce SWOT analýzy, dle které byla sestavena i první vedlejší výzkumná otázka. Do této oblasti byly zařazeny kategorie s obecně pozitivním pohledem či dojmem. Jedná se tedy o odpovědi respondentů, které mohou být představeny jako určitý vzor chování či přístupu k nezaopatřeným dětem v době truchlení po úmrtí jednoho z rodičů.

6.2.1 Rodina

Podle rozhovorů, které byly analyzovány, jednoznačně vyplývá, že hlavní oporou a podporou pro nezaopatřené dítě v době truchlení bylo vše, co je zahrnuto do kategorie rodina. Jedná se především o jejich nejbližší, které jim mohlo překonat smutek, tj. matka/otec,

sourozenec, teta, babička... Také uvádějí, že v této době došlo ke stmelení rodiny či posílení vztahů v rodině. Co nejvíce pomohlo nebo kdo byl nejvíce oporou v době truchlení, uvádí respondenti následovně. (Tereza): „*Oporou mi byla samozřejmě mamka a babička, která se tehdy k nám nastěhovala...*“ (Michaela): „*Největší podporou mi byla určitě máma, babička a můj přítel...dalo by se říct, že jsem se u ní schovávala před světem.*“ (Jana): „*Jednoznačně teta...*“ (Mirek): „*chtěl jsem být především s rodinou*“ „*Nejvíce jsem byl s otcem...a staral jsem se o mladšího bratra*“

Jednalo se především o dobu bezprostředně po pohřbu a v tomto období respondenti odpovídali vcelku jednoznačně. Čas chtěli nejvíce trávit s rodinou. Avšak jeden respondent byl spíše opačného názoru. (Andrea): „*Nebyla jsem vlastně s nikým v kontaktu...byla jsem tenkrát raději sama...*“

Lze tedy zpozorovat, že o způsob zpracování dané skutečnosti se každý respondent pokoušel jiným postupem. Jedni vyhledávali pomoc a podporu v rodině a jiní naopak měli zájem být spíše sami a také sami se s touto skutečností chtěli vypořádat nebo především vůbec zpracovat tuto skutečnost.

6.2.2 Přátelé

Jedná se o další pozitivní hledisko, které je důležité při truchlení nezaopatřeného dítěte nad ztrátou rodiče. V odpovědích respondentů se blízcí přátelé objevovali spíše ve střednědobém časovém horizontu po pohřbu (tedy období několik týdnů po pohřbu). Někteří respondenti však ocenili přítomnost přátel a jejich podporu již bezprostředně po pohřbu. Klady se opakovaly především ve formách společenských aktivit, trávení společného času, pokus o změnu myšlenek...(Tereza): „*Hlavně kamarádi, kteří mě chtěli rozptýlit a přivést na jiné myšlenky...*“ (Michaela): „*Kamarádi se mě snažili vytáhnout ven...*“ (Jana): „*Byla jsem často s přáteli, kteří se mě snažili vytáhnout mezi lidi...*“ (Andrea): „*Snahou vrátit se do reality bylo vyhledávání zábav, takže jsem nejvíce byla asi s kamarády...vyhledávala jsem i starší kontakty...*“ (Mirek): „*Schválně jsem se vyhýbal rodinným sešlostem, které mi připomínaly matku. Snažil jsem se co nejdříve zapomenout na bolest, a proto jsem si začal víc užívat s kamarády a rodinu a školu jsem odsunul na druhou kolej.*“

Je tedy jednoznačné, že pár týdnů po pohřbu, respondenti měli velkou oporu u blízkých přátel. Vyhledávali především zábavu nebo spíše nějakou formu odreagování, díky které by zapomněli na danou skutečnost. Hlavním cílem však bylo, nestránit se společnosti a pokusit se navrátit do běžného fungování v životě. Lze však zpozorovat jeden extrém a to u

respondenta Mirka. Ostatní respondenti neodstříhli od sebe rodinu, stále si byli s rodinou vzájemně podporou. Mirek cíleně s rodinou netrávil čas, přímo se jí vyhýbal. Dalo by se říci, že v tomto období zármutek nesl velice špatně a jeho forma zpracování byla poněkud divočejší.

6.2.3 Odborná pomoc

K odborné pomoci si většina respondentů vyjádřila negativně nebo spíše neměla pocit potřeby. Avšak jeden z respondentů odborné pomoci využil. (Jana): „*Nakonec jsem odborné pomoci využila asi po 2 -3 měsících, přesně si to už nepamatuju. Měla jsem záchvaty breku a hlavně pocit neuvěřitelného osamocení... Jelikož jsem se do té doby o mamku starala, měla jsem pocit, že najednou jsem ztratila smysl života a nevěděla jsem, co mám dál dělat. Sezení s psycholožkou mi domluvila sestra.*“ Respondent dále zkráceně popisuje průběh sezení a také své dojmy, které si odtud odnesl a co mu to dalo. (Jana): „*...je pravda, že jsem se cítila lépe...ten pocit říct to někomu úplně cizímu, postěžovat si a vyplakat...to bylo ale asi vše co mi to dalo...nedostalo se mi žádných rad ani odpovědí, tak jsem na další sezení už nešla.*“

Respondent očekával nějaké odpovědi, ale podstata sezení právě vyplývá z toho, že psycholog víceméně naslouchá a utěšuje. Podstatné ale je, že respondentovi to pravděpodobně pomohlo a ulevilo se mu, což sezení svůj účel splnilo.

6.2.4 Posílení

Jako i jiné kategorie i tato lze dle SWOT analýzy přiřadit do více oblastí. V odpovědích od respondentů se často objevovala jistá forma pomoci, konkrétně svépomoci. Respondenti si uvědomovali, že velká část překonání zármutku závisí právě na nich samotných. (Tereza): „*...snažila jsem se být silná...*“ (Michaela): „*Musela jsem být silná a nějak to zvládnout, protože jsem se musela soustředit na zařizování pohřbu a všeho okolo.*“ (Andrea): „*...pak mi došlo, že musím jít dál a musím fungovat. Takovéto nějaké přesvědčení mě táhlo dopředu a snažila jsem se žít jako předtím, ale samozřejmě, že to bylo hrozně těžké.*“

I tady se všichni respondenti neshodli. Často záleží na okolnostech. V jednom případě se respondentovi nejprve tajili vážné onemocnění matky, proto poté jako první pocítoval především vztek. V druhém případě respondent nebyl schopen svépomoci a dokonce ze začátku využil medikamentů na uklidnění.

6.2.5 Čas

Jakým způsobem se vyrovnat se ztrátou blízké milované osoby? Přestože nejhorší, co lze zarmoucené osobě, která ztratila velmi blízkou osobu, říci, je „Chce to čas“, „Čas vše vyléčí“. Avšak je potřeba přiznat, že je to pravda. Člověk se těžko smíruje s tím, že ztratil otce či matku, obzvláště dítě, avšak časem se s touto zkušeností sžije, jelikož v podstatě ani nic jiného mu nezbyvá. Toto si také uvědomili i sami respondenti. (Tereza): „*Samozřejmě to chtělo čas...*“ (Jana): „*Přestože nikdo nechce v takové situaci slyšet tu nejloupejší větu „chce to čas“, je to pravda.*“ (Andrea): „*Na tohle není návod. Byl to čas...časem se vše ustálilo.*“

V dalších dvou případech si vysvětlovali, že důvodem proč překonali období zármutku, je jednak období vzdoru, kterým tehdy respondent procházel a druhý respondent se v podstatě uklidňoval tím, že se má už líp a netrápí se.

6.2.6 Doba smíření se ztrátou

Tuto kategorii lze zařadit do více oblastí dle metody SWOT analýzy. Všichni respondenti se shodli na tom, že smířit se se ztrátou milované osoby nikdy nelze. Avšak je možné tuto skutečnost postupem času přijmout. Respondenti si uvědomovali definitivnost a neodvratitelnost úmrtí a s touto skutečností se smířili. To mohlo být důvodem, který jim pomohl tuto skutečnost přijmout a v životě se pohnout dál. Někteří byli schopni specifikovat přibližnou dobu srovnání se skutečností. (Michaela): „*Nedokážu asi časově upřesnit, kdy jsem se nějak vrátila zpět do běžného fungování.*“ (Jana): „*nakonec jsem se naučila s tím nějak žít...Trvalo mi to asi rok a půl než jsem zvládla sama být v obýváku...*“ (Andrea): „*Ta největší bolest a ta doba, kdy to bylo asi nejtěžší, trvala asi tak 3 měsíce.*“ (Mirek): „*S její ztrátou jsem se smířoval velmi těžce...a taky hodně dlouho.*“

Z odpovědí lze tedy zpozorovat, že každý respondent tuto skutečnost přijímal odlišně dlouhou dobu. Vše samozřejmě záleží i na okolnostech a na čase, který mu rodina případně umožnila truchlit.

6.3 Které slabé stránky by měly být odstraněny?

Do této oblasti, zpracované taktéž dle SWOT analýzy, byly zařazeny kategorie, které měly negativní vliv na prožívání v době ztráty. Byly zde zařazeny projevy chování, které komplikovaly či znesnadňovaly bezpečné a efektivní zpracování zármutku.

6.3.1 Rodina

Kategorie rodina byla zařazena již do oblasti silných stránek, avšak je potřeba upozornit na určité nedostatky, které se u některých jedinců objevily. Jak je výše zmiňována především pomoc rodiny a posílení vztahů, tady je to naopak. Z odpovědí některých respondentů je zřejmé, že došlo spíše k absenci nebo spíše k nedostatku pomoci ze strany rodiny. (Tereza): *„Možná bych více uvítala, kdyby mě mamka držela více mimo dění, od toho všeho zařizování kolem pohřbu...přece jen mi bylo 16 let a více jsem byla oporou já pro ni než ona pro mě.“* (Jana): *„Možná mi chyběla větší podpora nebo zájem ze strany otce...potřebovala jsem druhého rodiče, když jsem o jednoho přišla.“* (Mirek): *„Možná bych ocenil větší pochopení ze strany rodiny.“*

Jeden respondent odpověděl zcela odlišně. Vzpomíná na úmrtí jiné blízké milované osoby, kterou stále postrádá a v případě jeho přítomnosti, by byl on ten, kdo by byl pro ni největší podporou. (Michaela): *„...silně věřím, že kdyby tu byl se mnou zrovna on, byl by pro mě největší podporou.“*

6.3.2 Přátele

Taktéž na kategorii přátel lze pohlížet částečně jako na negativní vliv na prožívání v době truchlení nezaopatřeného dítěte. Již výše je zmiňováno, že někteří respondenti měli spíše potřebu se s danou situací a se samotným zármutkem nejprve vypořádat sám. V případě, že se přátelé v dobré víře pokoušeli o znovu zapojení truchlícího do společností, mohlo docházet tak ke znemožnění zpracování zármutku či minimálně tím došlo k jeho prodloužení. (Tereza): *„...neměla jsem chuť se stýkat s lidmi.“* (Michaela): *„...byla jsem trochu uzavřenější, než obvykle.“* (Jana): *„Myslím, že jsem se ze začátku hodně uzavřela.“* (Andrea): *„...takové účelné vyvádění do společnosti a podobně, to nebylo nic pro mě. Byla jsem tenkrát raději sama...“*

Z odpovědí většiny respondentů lze zpozorovat, že měli potřebu, především ze začátku, trávit čas o samotě. O snahu přátel o nějakou formu návratu do reality či trávení času s nimi ve společnosti neměli v době bezprostředně po pohřbu zájem.

6.3.3 Podpora

Podpora v takové těžké životní situaci je nesmírně důležitá. Obzvláště u nezaopatřených dětí je nezbytná opora rodiny a také pochopení jejich chování. Je důležité s dětmi o úmrtí a zármutku mluvit, komunikovat s nimi. Rodina by měla nechat své děti vyjádřit zármutek svým vlastním způsobem. Nejhorší co mohou příbuzní způsobit je vyvolat pocity nejistoty a mlčení u nezaopatřených dětí. (Tereza): „*bylo pro mě náročné být silná kvůli matce. Možná bych uvítala, kdyby mě mamka držela více mimo dění.*“ (Jana): „*Možná mi chyběla větší podpora a zájem ze strany otce.*“ (Andrea): „*Okolí se mi snažilo pomáhat...ale možná bych naopak přivítala tenkrát víc času pro sebe. Chtěla jsem to řešit sama, překonat a tak...proto mi asi vadila přehnaná snaha okolí, řekla bych až nucená pomoc.*“ (Michaela): „*...soustředila jsem se na zařizování pohřbu a všeho okolo a tak jsem neměla tolik možností truchlit.*“ (Mirek): „*Možná bych ocenil větší pochopení ze strany rodiny.*“

Z odpovědí respondentů lze vyčíst, že od rodiny očekávali větší pochopení jejich chování nebo také více tolerance. Někteří respondenti ve svých odpovědích uvádějí, že pomáhali pozůstalému rodiči se zařizováním pohřbu a potřebných záležitostí okolo. Právě toto částečně vytýkají, jelikož pravděpodobně na to nebyli psychicky připraveni. Dále zmiňují, v souvislosti také s tolerancí k potřebě truchlit, že jim rodina neposkytla dostatek času pro sebe, který by využili ke zpracování zármutku.

6.3.4 Odborná pomoc

Jak je již výše zmíněno o odbornou pomoc většina respondentů neměli zájem nebo spíše potřebu využít této formy pomoci. Jeden z respondentů však zpětně usoudil, že na základě svého chování a projevu, by mu odborná pomoc mohla být ku prospěchu. V této těžké životní situaci neprožíval jako většina emocí vyznačující se pro danou skutečnost, jako jsou bolest, smutek apod., ale také pociťoval obrovský vztek vůči rodičům, kteří mu onemocnění matky tajili. (Mirek): „*...možná by to přišlo vhod a ušetřil bych si několik malérů.*“

Lze předpokládat, že otec zde neplnil svou roli rodiče zcela správně. Byl velmi zarmoucen nad ztrátou manželky, což je samozřejmé, avšak nevěnoval přílišnou pozornost projevům chování syna a takřka ignoroval „volání o pomoc“.

6.3.5 Emocionální strádání

Emocionální strádání je spíše řazeno do oblasti hrozeb dle rozdělení SWOT analýzy. Měla by být však zmíněna i v oblasti slabých stránek, jelikož se jedná o pocity a projevy chová-

ní, které působí na dítě negativně a brání tak ke zvládnutí zármutku. Více o emocionálním strádání je zmíněno v hlavní oblasti, tj. oblasti hrozeb.

6.4 Které příležitosti by měly být využity?

Jedná se o nejtěžší oblast SWOT analýzy, do které měly být zařazeny určité kategorie. Velmi těžko se na takové krizové životní situaci hledá něco pozitivního, něco co člověka posílilo. Je však jisté, že po prožití takové krizové situace, se nezaopatřené dítě změní.

6.4.1 Posílení

Tato kategorie je již zmíněna v silných stránkách, avšak je zaměřena spíše na svépomoc. Do této skupiny lze však zahrnout i kódy, které významově představují posílení osobnosti po prožití zármutku. Tato událost respondenty do určité míry ovlivnila a oni na to reagovali tím, že změnili svůj postoj k životu nebo změnili své chování. (Tereza): *„Po tom všem...co se stalo...jsem se snažila zařizovat si věci sama. Víc jsem se začala zajímat i o chod domácnosti a pomáhala jsem mamce.“* (Jana): *„Tak hlavně...musela jsem se úplně osamostatnit...začít si hledat práci.“* (Andrea): *„...uvědomila jsem si, že bych mamce hodně pomohla, kdybych si našla brigádu. Chtěla jsem být pro ni co nejmenší přítěží.“* (Mirek): *„Myslím, že jsem byl hodně přítěží pro tátu. Už ani nevím, čím to bylo...ale jednou se to ve mně zlomilo a já si to uvědomil. Začal jsem tátovi pomáhat s úklidem a hlavně s bráškou. Hlídal jsem ho a pomáhal mu s úkoly...myslím, že to tátovi hodně ulehčilo. Snad i od té doby, jsem se začal chovat zodpovědně...jo asi jo.“*

6.4.2 Rodina

Také do oblasti příležitostí lze zařadit kategorii rodina. Po prožití takové smutné až tragické události, je sice nejprve oslabena, avšak následně členové rodiny utuží vzájemně vztahy mezi sebou. (Andrea): *„Začaly jsme spolu trávit i víc času...hodně jsem si oblíbila naše procházky se psem a večerní sedánky u televize.“* (Mirek): *„Po čase jsme se myslím dali zase nějak dohromady jako rodina...i když už bez mámy. Doted' chodíme pravidelně jednou za 14 dní na fotbalový zápas...hm... je to fajn.“*

6.5 Kterých hrozeb bychom se měli vyvarovat?

Této oblasti se zřejmě nelze vyhnout, obzvlášť týká-li se to takové krizové životní situace, jako je úmrtí rodiče. Oblast hrozby zahrnuje vše, co by mohlo dítě ohrožovat a bránit ve zpracování zármutku nad ztrátou rodiče.

6.5.1 Emocionální strádání

Jedná se o jednu z nejdůležitějších kategorií. Dostatek citového projevu vůči dětem, je řazeno mezi základní životní potřeby. V případě jeho nedostatku dítě strádá a to se projeví na jeho chování. V důsledku ztráty rodiče, ať už matky či otce, dochází k velkému citovému strádání. Dítě si uvědomuje nebo alespoň vnímá nepřítomnost rodiče, především matky, na kterou je obzvlášť v útlém věku, velmi závislé. Postupně si uvědomují, že přicházejí o pocit bezpečí a jistoty, kterou jim zajišťovali oba rodiče. Právě z toho důvodu pozůstalý rodič by si měl tuto skutečnost uvědomit a být nezaopatřenému dítěti na blízku v době truchlení. Projevit dostatečné pochopení a být oporou, být k dispozici, když dítě bude potřebovat obejmout, poplakat si apod. V této situaci se jedná především o emoce typu bolest, smutek, pláč, šok, pocit samoty aj. (Tereza): „*Brečela jsem, pláč byl neutišitelný...nedokázala jsem přijít na jiné myšlenky. Byla jsem smutná, unavená...vůbec jsem neměla chuť se stýkat s lidmi.*“ (Michaela): „*...byla jsem smutná, cítila jsem bolest a byla trochu uzavřenější. Ten pocit, že už nemám otce, byl... byl... cítila jsem se opuštěněji.*“ (Jana): „*V prvním okamžiku to byl neuvěřitelný šok...zhroutila jsem se. Měla jsem pocit, že se mi zhroutil svět a přišla jsem o všechno důležité...kdo to nezažije...nepochopí. Nemluvila jsem...pokud jsem nemusela...připadala jsem si jako tělo bez duše.*“ (Andrea): „*V první chvíli jsem tomu samozřejmě nemohla uvěřit...nebo spíše nechtěla. Byl to šok...nikdo to nečekal. První dny to bylo opravdu k neuvěření... člověk si ještě vlastně pořádně neuvědomuje, co se stalo a že je to nevratné.*“ (Mirek): „*Byl to pro mě šok. Byl jsem hodně naštvaný, mohl jsem s ní trávit více času, kdybych to věděl...nemohl jsem tomu uvěřit. Cítil jsem velkou bolest a vztek.*“

Z odpovědí respondentů lze zpozorovat a v podstatě i vycítit, že dodnes po těch letech si pamatují tu bolest, kterou prožívali. Je pravdou, že na to, jak se člověk cítil a co to pro něj znamenalo, na to asi nikdy člověk nezapomene.

6.5.2 Posílení

Ve své podstatě i kategorie posílení se může nacházet v oblasti hrozeb dle SWOT analýzy. Konkrétně ve formě svépomoci může být pro nezaopatřené dítě hrozbou. (Tereza): „*Mamka na tom byla dost špatně a já jsem se snažila být silná kvůli ní, abych ji přidělávala co nejmíň starostí.*“ (Michaela): „*Musela jsem být silná a nějak to zvládnout, protože jsem se musela zaměřit na zařizování pohřbu a všeho okolo.*“ (Jana): „*Protože jsem zařizovala se sestrou a v podstatě hned v ten den, co jsem se to dozvěděla, jsem musela fungovat a zařizovat věci.*“

Z výše uvedených odpovědí lze vyčíst, že děti se snažily být silní a zármutek překonat co nejdříve především proto, aby nebyly přítěží pozůstalému rodiči nebo proto, že si uvědomovali své povinnosti, které jim nyní vznikají. Tím je myšleno, že pomáhaly se zařizováním pohřbu a s tím spojenými náležitostmi.

6.5.3 Podpora

Jak již blíže specifikováno v podkapitole 6.3.3., v případě, že se nedostává dostatečné podpory a pochopení ze strany rodiny, může být nezaopatřené dítě citově ohroženo. Tím se myslí, že v případě nedostatku podpory rodiny, dítě může zármutek prožívat mnohem hlouběji nebo déle, než by tomu bylo v opačném případě. (Mirek): „*Těžko říct, vyrovnal jsem se s tím nějak po svém...možná bych ocenil větší pochopení ze strany rodiny.*“ (Tereza): „*...byla jsem víc oporou já pro ni než ona pro mě.*“ (Jana): „*Možná mi chyběla větší podpora nebo zájem ze strany otce...potřebovala jsem druhého rodiče, když jsem o jednoho už přišla.*“

7 VÝSLEDNÉ SHRNUÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

Již podle názvu diplomové práce je zřejmé, že hlavním tématem výzkumu bylo úmrtí rodiče nezaopatřeného dítěte. Kvůli citlivosti tématu a za účelem probádání tématu do hloubky, byl vybrán kvalitativní výzkum, konkrétně metoda polostrukturovaného rozhovoru. Tyto rozhovory, které byly se souhlasem zaznamenány na diktafon, byly následně přepsány, použila se metoda otevřeného kódování a poté na vybrané kategorie byla uplatněna metoda SWOT analýzy. Úkolem této kapitoly je tedy shrnout výsledky výše uvedeného výzkumného šetření a odpovědět na hlavní výzkumnou otázku, která zní „jaké jsou nejvhodnější postupy efektivní pomoci nezaopatřeným dětem, kterým zemřel rodič.“

Dle odpovědí respondentů bylo znatelné, že nejdůležitější je podpora rodina a její soudržnost. Pro nezaopatřené dítě v kterémkoliv věku je nezbytné, aby mu rodina dávala pocit jistoty a bezpečí. Právě tento pocit jistoty dítě ztrácí po úmrtí jednoho z rodičů. Uvědomuje si, že rodina není úplná a již nikdy to nebude jako dřív. Dítě pociťuje smutek, bolest, osamělost, zoufalství i vztek. Avšak rodina, rodič, sourozenci aj., vyjadřující podporu dopomáhají k překonání zármutku. Z výzkumu je zřejmé, že nejen rodina ale také hned v druhé řadě přátelé pomáhají dítěti zpracovat zarmoucení z úmrtí rodiče. I v tomto případě může škodit přehnaný zájem. Přehnaná starostlivost nebo nucené začleňování nezaopatřeného dítěte do společnosti, zaměření na společenské aktivity. I tyto faktory mohou vést k prodloužení doby zpracování zármutku či v některých případech dokonce k jeho znemožnění, což však není případ u našich respondentů. Dalším podstatným faktorem při vyrovnávání se s úmrtím je komunikace. Velmi podstatné je, že děti mají potřebu o této tragické události mluvit. Mají spoustu otázek, na které potřebují odpovědi. Je pochopitelné, že pozůstalý rodič sám velmi truchlí a pravděpodobně je pro něj náročné o tom mluvit, avšak i jemu to může pomoci překonat zármutek. Pro některé rodiče je přesto toto téma tabu a děti jsou tak zmatené, mají spoustu nezodpovězených otázek, což se následně projevuje na způsobu chování. Toto lze reflektovat na respondentovi Mirkovi, kterému rodiče dlouho tajili onemocnění matky. Měl uvěřitelné pocity zlosti a vzteku, kvůli špatné komunikaci mezi rodiči i následně po úmrtí s otce, což se projevilo na jeho zhoršení chování a průměru ve škole apod. Lze tedy upozorovat, že komunikace v rodině je velice podstatná a může ovlivnit děj v rodině. Prvním krokem vedoucím k překonání takovéto těžké životní situace je fungující rodina.

Další pomocí je odborná pomoc, o kterou jak bylo zjištěno z výzkumného šetření, není příliš zájem. Většina respondentů se spíše vyjadřovala ve smyslu, že nad odbornou pomocí nepřemýšlela nebo neměla potřebu, jelikož měli dostatečnou podporu ze strany rodiny a přátel. Pravděpodobnější spíše budou obavy z předsudků, které jsou spojeny s institucemi, jež poskytují odbornou pomoc. Přestože v dnešní době již existuje anonymita uživatelů, můžou se zde vyskytovat i obavy z nálepkování. Respondentům výzkumného šetření bylo v době úmrtí od 15-ti do 19-ti let. Jedná se o komplikovaný věk, kdy nezaopatřené děti se v tomto období hledají, dospívají, jsou velmi závislí na své vrstevnické skupině a proto nepřemýšlí o této formy pomoci.

Problémem také může být, že tato forma pomoci selhává v informovanosti veřejnosti. Především, co se týče práce s dětmi, nelze očekávat jejich aktivitu. Jelikož jsou to profesionálové, měli by jim nabídnout pomoc, jelikož oni jim můžou do velké míry pomoci se vyrovnat se ztrátou milované osoby a ovlivnit tak jejich následující osobnostní vývoj a budoucí život.

POZITIVUM (silné stránky)	Rodina Přátelé Odborná pomoc Posílení Čas Doba smíření se ztrátou
NEGATIVUM (slabé stránky)	Rodina Přátelé Podpora Odborná pomoc Emocionální strádání
PŘÍLEŽITOSTI	Posílení Rodina
HROZBY	Emocionální strádání Posílení Podpora

Tabulka 2 Výsledky výzkumného šetření

ZÁVĚR

Úkolem teoretické části bylo blíže specifikovat základní teoretické poznatky, definice a celistvý přehled. Počínaje nutnosti orientace v základních pojmech rodina a jejich funkcí, přes přehled o představě a prožívání smrti a úmrtí blízké milované osoby, konkrétně rodiče až po možnosti pomoci a její průběh.

Empirická část byla zaměřena na zjištění efektivních postupech pomoci nezaopatřeným dětem, kterým zemřel rodič. Výzkum probíhal prostřednictvím rozhovorů a to především z toho důvodu, že se klade důraz na přímý kontakt s respondenty. Je to zdůvodněno citlivostí tématu, hlubšího a autentičnosti poznání příběhu každého respondenta.

Smrt je možné vidět několika různými způsoby, ale sami se můžeme rozhodnout, jaký postoj k smrti budeme v sobě kultivovat. Není příliš vhodné přistupovat k tématu smrti zcela negativisticky a odmítavě. Je potřeba si uvědomit, že se jedná koloběh života. Člověk v takovém případě hůře snáší úmrtí, pohřeb apod., obzvláště u blízké milované osoby. U nezaopatřených dětí toto však nelze očekávat, je to na rodičích. Psychologové doporučují, aby rodiče dětem hned ze začátku říkali pravdu, samozřejmě způsob rozhovoru je nutné upravit a přizpůsobit věku dítěte. Je přirozené, že dítě je zvědavé a neustále bude klást otázky, jelikož se bude snažit tomu porozumět. Předpokládá se, že většině rodičů, je to nepříjemné a sami se vyrovnávají se ztrátou, avšak v této době je potřeba se obzvláště „obrnit“ trpělivostí. To samé lze říci i o sourozencích. Je to podstatné pro utužení rodinných vztahů, jelikož dítě si plně uvědomuje, že rodič už nežije a je to nezvratitelné, samozřejmě bavíme-li se o věkové kategorii našich respondentů. Hlavní myšlenka, která mu utkvěla v hlavě je, jakým způsobem bude rodina od teď fungovat. Uvědomuje si, že rodina již nebude kompletní a nebude tedy plnit zcela svou funkci. Úmrtí blízké milované osoby je velký zásah do života, který jej poznamená i do budoucnosti. Proto je nezbytné se s touto ztrátou co nejlépe vyrovnat nebo naučit žít.

Cílem práce bylo poukázat na kreativní přístupy k pomoci nezaopatřeným dětem v době truchlení. Také dále vyvrátit zažitý způsob v souvislosti zapírání či oddalování pravdy ve spojitosti s úmrtím rodiče a zvrátit názor, že dítě je příliš malé na pochopení. Také poukazuje na trpělivost, kterou je nutné s dětmi mít, na potřebu pochopení a tolerance vůči výkyvům chování a rozlišnému způsobu truchlení a projevům zármutku. Jak je také zřejmé z výsledků výzkumného šetření, v této krizové životní situaci by měli být nezaopatřeným

dětem zejména jejich nejbližší. Jedná se především o rodinné příslušníky a také osoby z nejbližšího sociálního okolí.

Domnívám se, že tato práce by mohla sloužit jako jistý přehled informací o dané problematice. Byla bych ráda, kdyby byla přínosem pro ty, kteří mají zájem pochopit dětské truchlení, prožívání ztráty, způsobů pomoci a také, kteří mají zájem pochopit nezaopatřené děti v těchto těžké životní situaci.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BARKER, Philip., 2012. *Rodinná terapie*. 1. vyd. Praha: Triton, Psyché (Triton). ISBN 978-80-7387-530-5.
- [2] COLOROSO, Barbara., 2008. *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adopce*. Vyd. 1. V Praze: Ikar, ISBN 978-80-249-1027-7.
- [3] CULLEY, Sue a Tim BOND., 2008. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-7367-452-6.
- [4] DRYDEN, Windy., 2008. *Poradenství*. Vyd. 1. Praha: Portál, Stručný přehled. ISBN 978-80-7367-371-0.
- [5] HAŠKOVCOVÁ, Helena., 2000. *Thanatologie: nauka o umírání a smrti*. 1. vyd. Praha: Galén. ISBN 80-726-2034-7.
- [6] HENDL, Jan., 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Vyd. 1. Praha: Portál, ISBN 80-7367-040-2.
- [7] CHRÁSKA, Miroslav., 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1369-4.
- [8] KRAUS, Bohuslav., 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
- [9] KÜBLER – ROSSOVÁ, E., 2003. *O dětech a smrti*. [z anglického originálu přeložil Jiří Královec]. Praha: Ermat. ISBN 80-9030-86
- [10] MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z., 1994. *Děti, rodina a stres: Vybrané kapitoly z prevence psychické zátěže u dětí*. 1. vyd. Praha: Galén, ISBN 80-85824-06-x.
- [11] MIOVSKÝ, Michal., 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.
- [12] MINUCHIN, Salvador., 2013. *Rodina a rodinná terapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, ISBN 978-80-262-0371-1.
- [13] NAKONEČNÝ, Milan., 2000. *Lidské emoce*. Vyd. 1. Praha: Academia, ISBN 80-200-0763-6.

- [14] RUFO, Marcel., 2009. *Pusť mě, ale neopouštěj!:* utváření zdravé vazby mezi rodiči a dětmi. Vyd. 1. Praha: Portál, Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-616-2.
- [15] RUPPERT, Franz., 2008. *Trauma a rodinné konstelace: psychické disociace a jejich léčba.* Vyd. 1. Praha: Portál, Spektrum (Portál). ISBN 978-80-7367-367-3.
- [16] SOBOTKOVÁ, Irena., 2001. *Psychologie rodiny.* Vyd. 1. Praha: Portál, ISBN 80-7178-559-8.
- [17] ŠPATENKOVÁ, Naděžda., 2008. *Poradenství pro pozůstalé.* Vyd. 1. Praha: Grada Publishing, ISBN 9788024717401.
- [18] ŠPATENKOVÁ, Naděžda., a kol., 2004. *Krizová intervence pro praxi.* Praha: Grada Publishing, ISBN 80-247-0586-9.
- [19] ŠVARŤÍČEK, R., ŠEĎOVÁ, K., a kol., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.
- [20] VÁGNEROVÁ, Marie., 2005. *Školní poradenská psychologie pro pedagogy.* Vyd. 1. Praha: Karolinum, ISBN 80-246-1074-4.
- [21] VODÁČKOVÁ, Daniela., 2002. *Krizová intervence: krize v životě člověka: formy krizové pomoci a služeb.* 1. vyd. Praha: Portál, ISBN 80-7178-696-9.
- [22] VYMĚTAL, Jan., 2004. *Úzkost a strach u dětí: jak jim předcházet a jak je překonávat.* Vyd. 1. Praha: Portál, ISBN 80-7178-830-9.
- [23] WORDEN, J., 2013. *Smútkové poradenstvo a smútková terapia: príručka pre odborníkov z oblasti duševného zdravia.* Trenčín: Vydavateľstvá F, ISBN 978-80-88952-73-2.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

SWOT Strength (silné stránky), weaknesses (slabé stránky), opportunities (příležitosti), threats (hrozby)

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Vlastní výzkumný vzorek	40
Tabulka 2 Výsledky výzkumného šetření.....	54

SEZNAM PŘÍLOH

P I – Rozhovor s respondentem

P II – Poučený souhlas

PŘÍLOHA P I: ROZHOVOR S RESPONDENTEM

T: Tazatel

A: Andrea (respondent)

Současný věk: 23 let

Věk v době úmrtí: 18 let

Rodič: otec

Diagnóza úmrtí: autonehoda

T: Jakým způsobem jsi prožívala období před pohřbem (vč. doby, když ses to dozvěděla)?

A: „*No...v první chvíli jsem tomu nemohla uvěřit...nebo spíš nechtěla. Byl to šok... nikdo to nečekal. První dny to bylo opravdu k neuvěření...člověk si ještě vlastně pořádně neuvědomuje, co se stalo, a že je to nevratné. Pak mi došlo, že musím jít dál, a prostě musím nějak fungovat. Takovéto nějaké přesvědčení mě táhlo dopředu...snažila jsem se začít žít tak jako před tím. Samozřejmě to bylo hrozně těžké, z počátku jsem viděla otce všude, vše mi jej připomínalo a pořád jsem na to myslela.“*

(musím jít dál, snaha začít žít, vzpomínky)

T: Co ti pomohlo nebo s kým jsi byl/a nejvíce v kontaktu bezprostředně po pohřbu za účelem zmírnění zármutku?

A: „*Hm...nebyla jsem vlastně s nikým v kontaktu. Okolí se mi snažilo pomáhat, ale ono to pro mě bylo ještě horší. Takové účelné „vyvádění“ do společnosti a podobně, to nebylo nic pro mě. Asi mi to tenkrát ještě víc připomínalo...připomínalo co se stalo, protože člověk přece jen pozná, že nad ním ostatní cítí lítost. No...byla jsem tenkrát raději sama, pomáhala mi jakákoli činnost. Hlavně práce, kdy člověk nemusí myslet na nic okolo a tak trošku zapomene. Zapojit mozek a myšlenky něčím jiným.“*

(uzavřenost, samota, nucená společnost)

T: S kým jsi trávila/a nejvíce času ve střednědobém časovém horizontu po pohřbu za účelem zmírnění zármutku či pokusu o návrat do reality?

A: „*Takovou nějakou snahou vrátit se do reality bylo vyhledávání zábavy, takže jsem nejvíce byla asi s kamarády. Vzpomínám si...že tehdy jsem vyhledávala i starší kontakty. Ozývala jsem se lidem, které jsem roky neviděla, obnovovala kontakty a vzpomínala na to hezké.“*

(přátelé, trávení času, společné aktivity)

T: Jak se tvé pocity projeví na tvém chování?

A: „*Jak jsem říkala...chtěla jsem být hodně sama, to pro mě bylo hodně důležité. Normálně jsem otevřený a veselý člověk, ale tenkrát se to asi nejvíce projevilo v tomto směru. Byla jsem tichá...zamyšlená...řekla bych téměř až nespolečenská.“*

(samota, uzavřenost)

T: Po jak dlouhé době jsi se dokázala smířit se ztrátou rodiče?

A: „*Nevím, jestli bych zvolila zrovna slovo smířit. Musím na to myslet dodnes, na to člověk opravdu nezapomíná, ani se s tím asi nesmíří. Ta největší bolest a ta doba, kdy to bylo asi nejtěžší, trvala asi tak 3 měsíce. To jsem ještě řešila okolnosti, které s tím souviseli. Pak už jsem se snažila opravdu vrátit do normálního života a žít v realitě. Neznamena to ale, že jsem na to nemyslela nebo zapomněla. Jen jsem začala prostě znova fungovat.“*

(bolest, časové období, snaha začít žít)

T: Jakým způsobem jsi toho docílila?

A: „*No...asi žádným. Na tohle není žádný návod. Byl to čas...časem se vše ustálilo. Navíc člověk musí fungovat, nelze zamrznout na nějakém zármutku. Takže to byl asi fakt jen čas a přesvědčení že „musím jít dál“.“*

(časový úsek, snaha začít žít)

T: Kdo ti byl v této těžké době nejvíce oporou?

A: „Samozřejmě přítel a kamarádi, lidi, které jsem měla okolo sebe.“

(přátele)

T: Kterou odbornou pomoc jsi využila?

A: „Hm...žádnou.“

(žádný)

T: Proč ne?

A: „Hm...ne. Nikdy mě to ani nenapadlo, nemůžu proto ani říct proč ne. Nikdy jsem nad tím nepřemýšlela.“

(svépomoc)

T: Při zpětném vzpomínání, co ti chybělo k překonání zármutku? (př. Forma pomoci, podpora okolí, apod.)

A: „Tak to fakt nevím. Okolí se mi snažilo pomáhat...měla jsem vše. Možná bych naopak ocenila tehdy více času pro sebe. Chtěla jsem to řešit sama... sama překonat a tak. Spíš mi proto teda asi vadila přehnaná snaha okolí, řekla bych až nucená pomoc. To ale fakt jen z počátku, kdy jsem chtěla být sama.“

(samota, nucená společnost, podpora, volný čas)

T: Jakým způsobem tato událost ovlivnila tvůj dosavadní život?

A: „Po této události jsem si uvědomila, že bych mamce pomohla, když bych si našla brigádu. Chtěla jsem pro ni být co nejmenší přítěží. Začaly jsme spolu trávit i víc času. Chodily jsme se psem na procházky...dívaly se spolu na televizi.“

(volný čas, samostatnost)

PŘÍLOHA P II: POUČENÝ SOUHLAS

Poučený souhlas

s poskytnutím rozhovoru a s pořízením záznamu rozhovoru

Úmrtí rodiče z pohledu nezaopatřeného dítěte

Jméno osoby zodpovědné za provádění rozhovoru: Bc. Pavla Kohoutová, studentka FHS UTB ve Zlíně

Účel rozhovoru: Hlavním cílem zkoumání je zjistit postupy efektivní pomoci nezaopatřeným dětem v době truchlení.

Účel záznamu: Bez pořízení záznamu nelze provést výzkum spolehlivě. V případě použití pouhých poznámek na papír není možné zachytit jazykové projevy řeči aj.

Důvěrnost získaných informací: Se získanými informacemi bude nakládáno v soulasu s platnými zákony České republiky o ochraně osobních údajů. Osoby byly poučeny o průběhu rozhovorů, o využití těchto rozhovorů, o dobrovolnosti a možnosti odmítnutí rozhovoru či odpovídání na určité otázky a především o zachování anonymity.

Souhlasím, aby rozhovor se mnou byl nahráván a zaznamenáván na diktafon.

.....
Datum

.....
Podpis respondenta

.....
Podpis tazatele