

Doprovázení rodičů po úmrtí dítěte

Radka Bužgová

*Lékařská fakulta, Ostravská univerzita
Mobilní hospic Ondrášek, Ostrava*

Současné pojetí truchlení

- TRUCHLENÍ = normální, očekávatelné období přechodu v životním cyklu, které je spojeno nejen se silnými emocemi, ale i se změnou (*Firthová, 2007*).
- Zármutek není „uzdraven“ – pozůstalý se **adaptuje, přizpůsobuje a mění**. Vytváří nové vztahy k sobě i k ostatním.
- Pozůstalí potřebují **ÚTĚCHU, OPORU A POMOC** neformální x formalizovaná pomoc.

Smrt jako ztráta / krize

SMRT



KONFUZE



TRUCHLENÍ

- Ztráta blízkého člověka nabourává:
 - ✓ pocit **vlastní identity** („*Jsem ještě matka, když mi zemřelo dítě?*“),
 - ✓ pocit **vlastní integrity** („... 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.

Kdo truchlí?

- Rodiče
- Ostatní příbuzní – intenzita vztahů v rodině
- **Sourozenci**
- Přátelé rodiny
- Zdravotníci poskytující péči

Projevy truchlení

- ✓ šok, smutek a žal, pláč,
- ✓ **pocity viny**, hněv, strach,
- ✓ pocit opuštěnosti, beznaděj, ztráta smyslu života,
- ✓ dezorientace,
- ✓ poruchy koncentrace, halucinace,
- ✓ psychosomatické reakce, sensorická přecitlivělost,
- ✓ nespavost, únikové reakce,
- ✓ změna stravovacích návyků,
- ✓ změny v sexuálním životě..... (Špatenková, 2004).

- Základním pocitem při truchlení je **OSAMĚLOST**.
(Praško et al., 2012)

Doprovázení rodičů

OBDOBÍ PÉČE

- ✓ Zapojit rodinu do péče.
- ✓ Zajistit kvalitní péči o dítě.
- ✓ Vyrovnávat se s postupnými ztrátami.
- ✓ Postupně se připravovat na úmrtí.
- ✓ Pomoc rodině vzájemně mluvit o smrti.
- ✓ Identifikovat rizikové rodinné příslušníky.

Multidisciplinální tým

SMRT

- ✓ Možnost mrtvé dítě vidět a zůstat s ním.
- ✓ Péče o mrtvé tělo podle přání rodičů.
- ✓ Důstojné rozloučení.
- ✓ Normalizace emocí.
- ✓ Zodpovědět dotazy ohledně smrti a nemoci.
- ✓ Zhodnotit potřebu dalších služeb.
- ✓ Následná návštěva po úmrtí.

Multidisciplinální tým

TRUCHLENÍ

- ✓ Neformální pomoc.
- ✓ Poradenství pro pozůstalé (včetně distanční formy).
- ✓ Příručky a vzdělávací materiály, knihy.
- ✓ Svépomocné skupiny.
- ✓ Vzpomínkové akce.
- ✓ Terapie pozůstalých.

- ✓ **Komunita**
- ✓ **Poradce pro pozůstalé**
- ✓ **Terapeut**

Poradenství pro pozůstalé

- Laické x odborné.
- Cílem je zmírnit zármutek prostřednictvím:
 - ✓ ustavení podporujícího vztahu,
 - ✓ pomoci identifikovat a vyjádřit pocity pozůstalých,
 - ✓ ujištění o normálnosti a obvyklosti prožívání zármutku,
 - ✓ asistence při řešení problémů,
 - ✓ poskytování průběžné a spolehlivé podpory.

Svépomocné skupiny

- Otevřené skupiny, zpravidla 1x za měsíc.
- Sdělování zkušeností a životních příběhů.
- Umožňují poznat rolové modely pro identifikaci a socializaci v pozdějších fázích procesu truchlení.
- Vzájemná pomoc a podpora lidí, kteří prožili stejnou zkušenost.
- Snížení pocitu izolovanosti, osamělosti a zoufalství.
- Dobrovolná účast ve skupině.

Poradenství pro pozůstalé děti

- Individuální i skupinové intervence.
- Cílem poradenství dětem je zajistit, aby:
 - ✓ zesnulý zůstal dítěti v paměti,
 - ✓ dítě rozumělo tomu, co cítí, a umělo to vyjádřit,
 - ✓ prožitky dítěte byly normalizovány a dítě nebylo izolováno.
- Podpora škol při úmrtí učitele nebo žáka.

Děkuji vám za pozornost.

*„To, že pro někoho truchlíme, znamená,
že jsme měli štěstí potkat člověka,
kterého milujeme srdcem....“*

(J. Králová)