



PSYCHOLOGICKÉ PÉČE O RODINY S DĚTMI NA KONCI ŽIVOTA

Naděžda Špatenková

POSTOJE K PSYCHOLOGICKÉ PÉČI

Neoprávněná **obava**
vůči psychologickým
a psychiatrickým
službám

Neoprávněný
optimismus vůči
psychologickým
a psychiatrickým
službám

PODOBY PSYCHOLOGICKÉ PÉČE

❖ Doprovázení

❖ Poradenství

❖ Terapie

❖ Diagnostika

❖ Edukace

„ZAKÁZKA“ NA PSYCHOLOGICKOU PÉČI

1. Od zdravotníků

„Máme tady psychologa. Měli byste si s ním pohovořit...“

2. Od klienta samotného

„Já už nemůžu, je to příliš těžké...“

3. Od psychologa samotného

„Když je člověk na dně, může být úlevné o tom s někým hovořit. Citlivé naslouchání je v tomto ohledu zásadní.“

4. Od někoho dalšího

„Už by se sebou měla něco udělat, je to hrozné.“



**KDY JE PSYCHOLOGICKÁ PÉČE
DŮLEŽITÁ** |

- ❖ **Dlouhodobé problémy se spaním** (nespavost, děsivé noční můry aj.).
- ❖ **Nadužívání léků, alkoholu, drog**, příp. výskyt jiného rizikového chování.
- ❖ **Značné snížení nebo zvýšení tělesné hmotnosti.**
- ❖ **Psychické problémy** (nadměrný strach, fobie, emoční labilita, agrese apod.).
- ❖ **„Uváznutí“ či uniknutí** (např. v regresi).
- ❖ **Komplikovaný smutek.** (Reakce mohou být chronické, odložené, přehnané a larvované). Někteří pozůstalí si jasně uvědomují, že se jejich zármutek zkomplikoval, cítí, že *„už to trvá moc dlouho“*, že *„to nechce skončit“*, ví, že uvázli v procesu truchlení a že *„sami už nemohou dál“*.)
- ❖ **Sebevražedné myšlenky**, úvahy, tendence.
- ❖ **Deprese.**
- ❖ **Posttraumatická stresová porucha.**



**KDY MŮŽE BÝT PSYCHOLOGICKÉ PÉČE
UŽITEČNÁ** |

POMOC PŘI IDENTIFIKACI EMOCÍ A PŘI JEJICH VYJÁDŘENÍ

Zlost, hněv, vztek, agrese

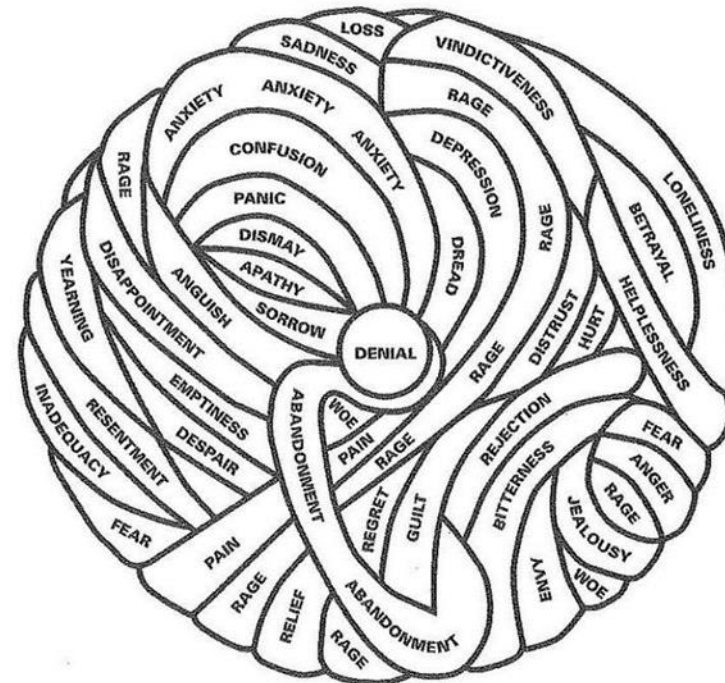
Bezmoc

Pocit viny, opuštěnosti, ztráta smyslu života

„Nic“

Somatické problémy

BALL OF GRIEF
A TANGLED "BALL" OF EMOTIONS



PODPORA RODINY

Vyrovnání se se šokující zprávou

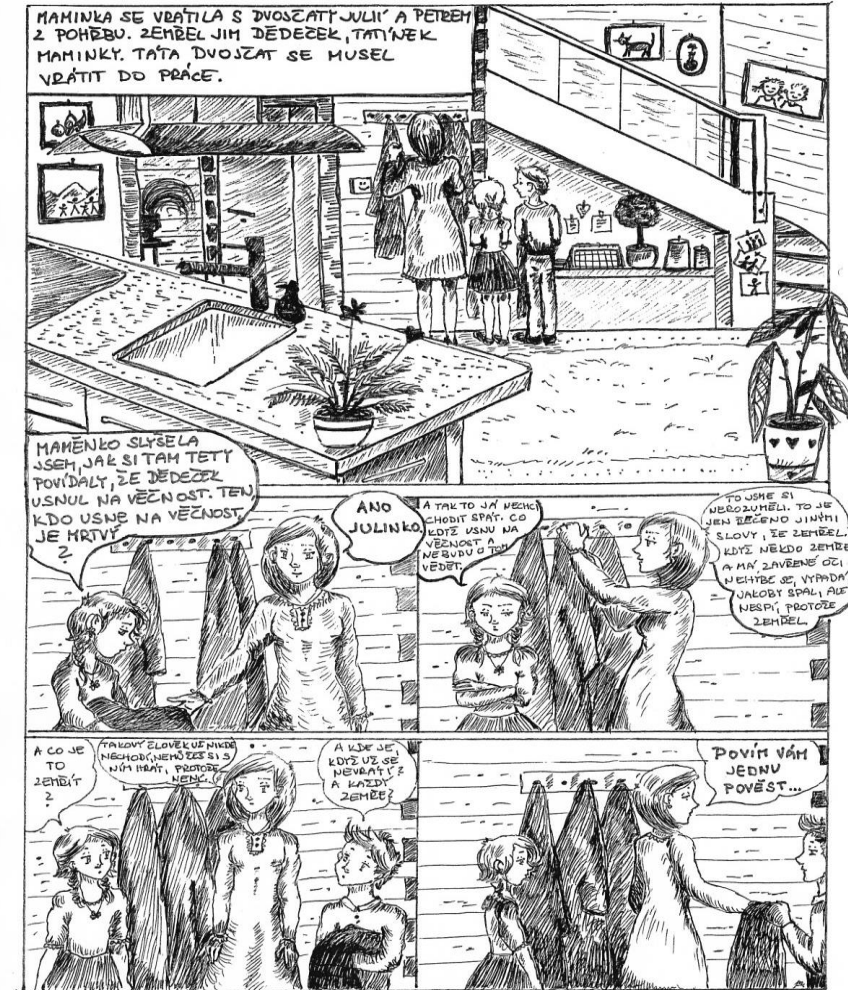
Restrukturalizace pozic a rolí v rodině

Možnosti vnější pomoci

Podpora členů rodiny v péči o sebe sama

Stres odhalí způsob zacházení se stresem v rodině

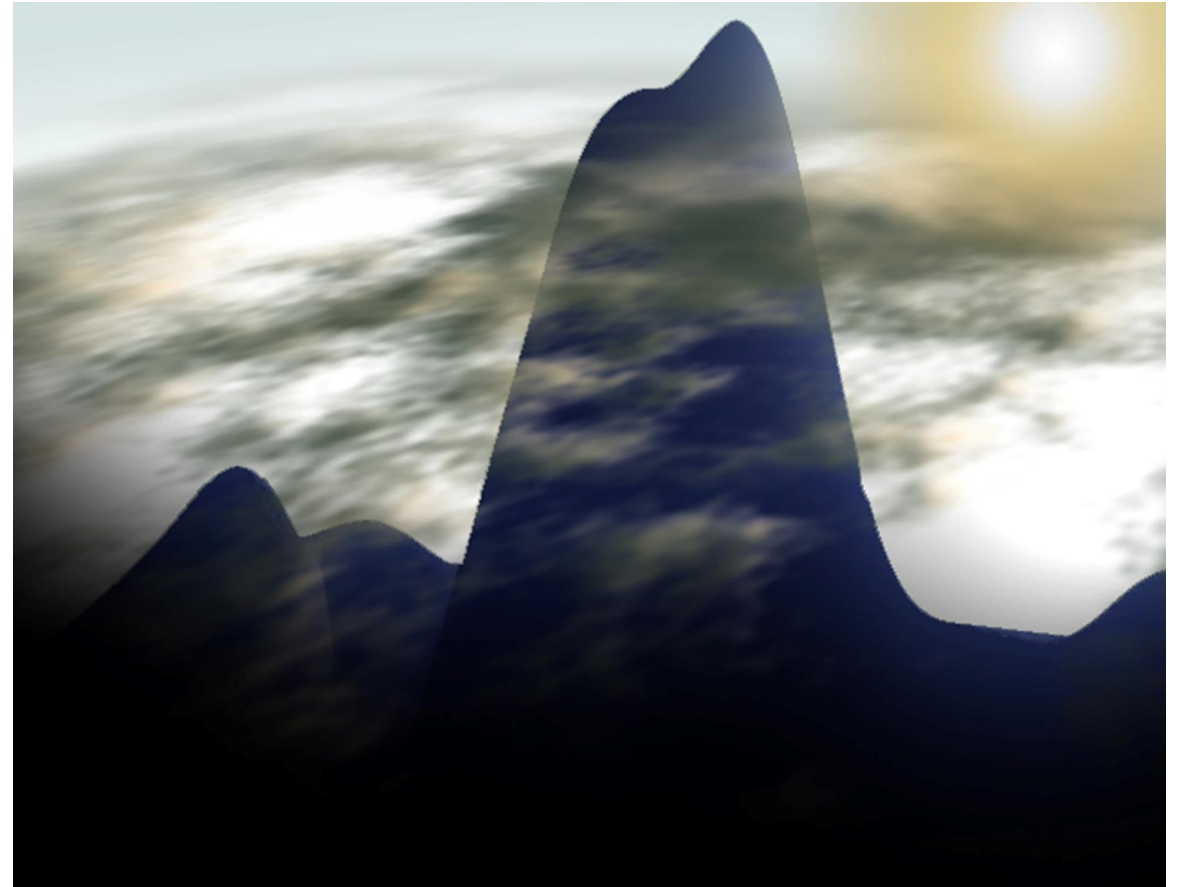
Pomoc s komunikací v atmosféře smrti (jak to sdělit ostatním?)



PODPORA RODIČŮ JAKO PARTNERŮ

Partnerské problémy (75-90% párů)

- intimní problémy, nevěra
- problémy v komunikaci
- problémy s poskytováním opory (instrumentální, emocionální pomoc)
- rozchod, rozvod
- nesynchronizace (každý je jinde)



PRINCIPY PÉČE

Pomoci rodině při adaptaci na danou situaci

Pomoci při ventilaci emocí

Pomoci žít dál, pomoc při překonávání různých překážek v procesu adaptace na nový způsob života

Aktivizovat efektivní obranné mechanismy a copingové strategie

Přijmout a dovolit truchlení

Interpretovat „normální“ reakce na ztrátu

Prozkoumat a zhodnotit vztahy

Respektovat individuální rozdíly

Pomoci při znovunastolení pocitu identity a integrity

Poskytovat kontinuální podporu



PSYCHOLOG NENÍ SPASITEL! |

VZKAZ PSYCHOLOGŮM

*„Věřte mi, že pokud skutečně posloucháte, nemůžete se splést. Jen dejte najevo, že se zajímáte. O mně. Jako člověka. O moje pocity. O moji duši. Dejte mi najevo, že se o mně opravdu zajímáte. To opravdu hledám. Můžete se ptát, ale já vlastně ani nechci hledat žádné odpovědi...
Bud'te se mnou. Neopouštějte mě...“*

Zarmoucená maminka

DĚKUJI ZA POZORNOST.

ŠPATENKOVÁ, N. *Krize a krizová intervence*.
Praha: Grada, 2017.

ŠPATENKOVÁ, N., KRÁLOVÁ, J. *Strážní
andělé života a smrti*. Benešov: RUAH, 2017.

ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *O posledních věcech
člověka*. Praha: Galén, 2014.

ŠPATENKOVÁ, N. *Poradenství pro pozůstalé*
Praha: Grada, 2013.

ŠPATENKOVÁ, N., BOLOMSKÁ, B.
Reminiscenční terapie. Praha: Galén, 2011.

