



# 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

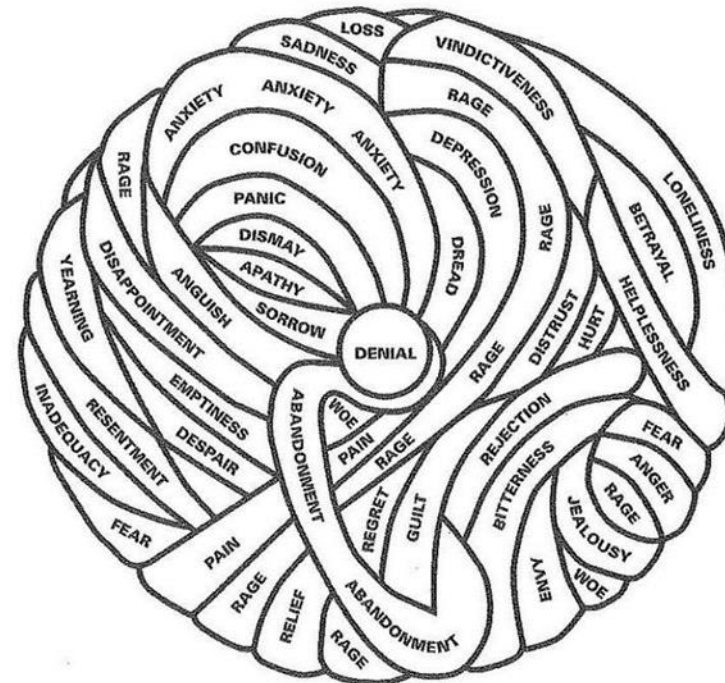
Bezmoc

Pocit viny, opuštěnosti, ztráta smyslu života

„Nic“

Somatické problémy

BALL OF GRIEF  
A TANGLED "BALL" OF EMOTIONS





# PODPORA RODINY

Vyrovnaní se se šokující zprávou

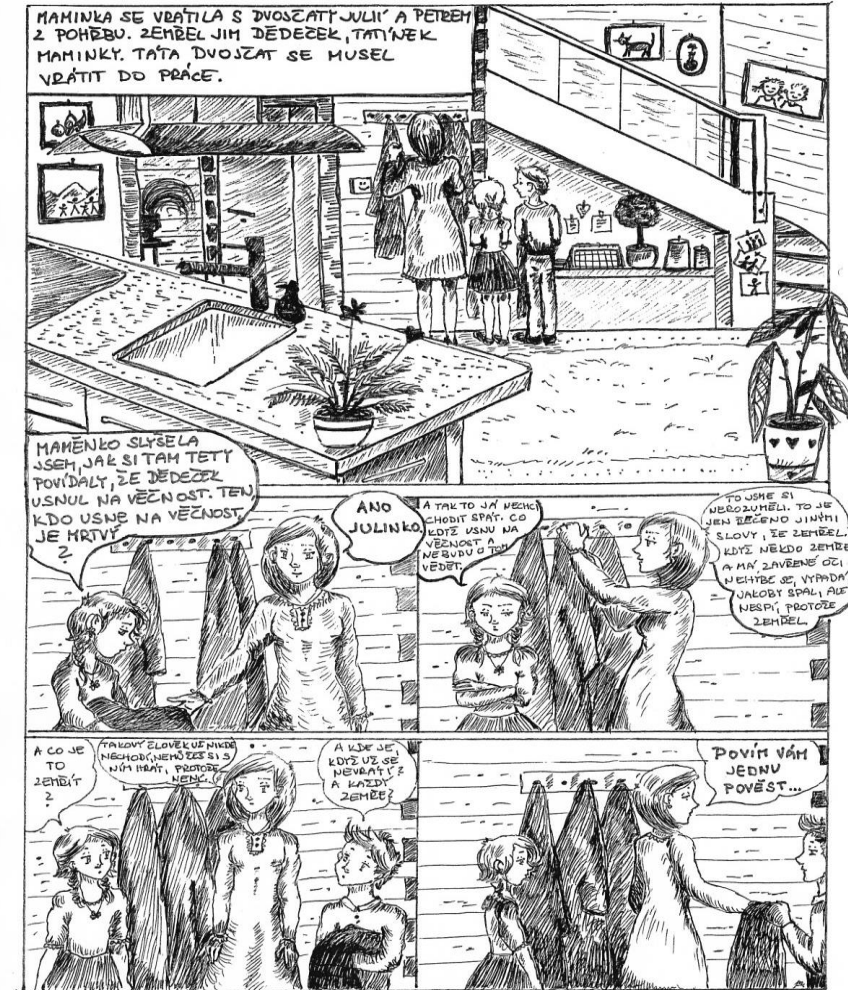
Restrukturalizace pozic a rolí v rodině

Možnosti vnější pomoci

Podpora členů rodiny v péči o sebe sama

Stres odhalí způsob zacházení se stresem v rodině

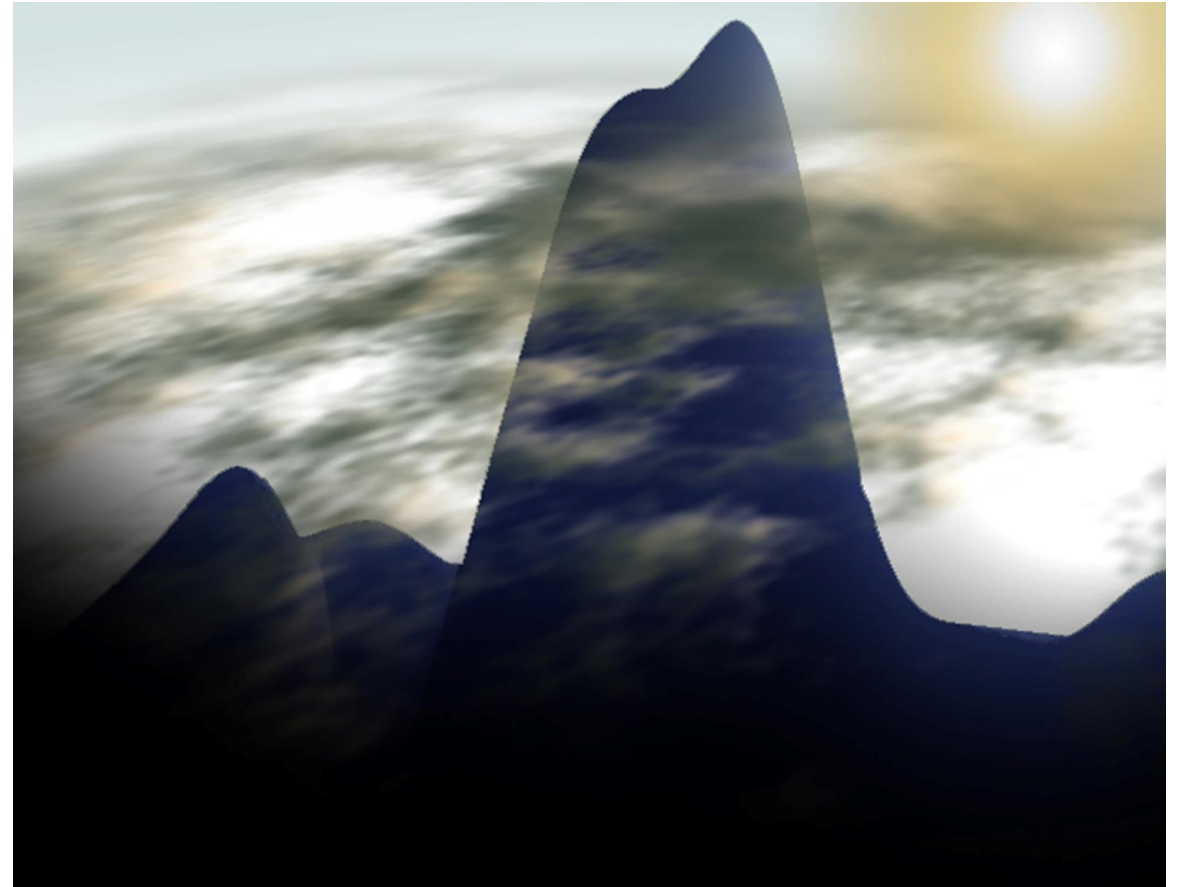
Pomoc s komunikací v atmosféře smrti (jak to sdělit ostatním?)



# 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.

