



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Název projektu	Rozvoj vzdělávání na Slezské univerzitě v Opavě
Registrační číslo projektu	CZ.02.2.69/0.0./0.0/16_015/0002400

Truchlení a pomoc truchlícím

Průvodní list studijního materiálu

Naděžda Špatenková

Opava 2020



**SLEZSKÁ
UNIVERZITA
V OPAVĚ**

Obsah

1	TRUCHLENÍ A POMOC POZŮSTALÝM.....	3
1.1	Definice základních pojmů.....	5
1.2	Model E. Kübler-Rossové.....	6
1.3	Třífázový model.....	6
1.4	Pomoc truchlícím.....	6
2	PEDAGOGICKO DIDAKTICKÉ POZNÁMKY.....	8
	POUŽITÁ LITERATURA.....	10
	PŘEHLED DOSTUPNÝCH IKON.....	11

1 TRUCHLENÍ A POMOC POZŮSTALÝM

PRŮVODCE STUDIEM – STUDIJNÍ PŘEDPOKLADY



Studijní materiál poskytuje základní informace o truchlení jako reakci na ztrátu u umírajících a jejich blízkých, resp. pozůstalých a o možnostech psychosociální intervence v této situaci. Text reflektuje i uvažovanou novelu zákona o sociálních službách a připravované nové sociální služby, včetně doporučených postupů k těmto základním činnostem.

Základní studijní předpoklady: elementární znalost psychologických procesů v reakci na náročné životní situace v rozsahu stávajícího učiva, základní znalosti propedeutických předmětů (zaměřených na osvojení znalostí a dovedností z oblasti psychologie, sociální práce, poradenství, komunikace apod.) v rámci oboru, přístup do IS SU, základní orientace v IS SU výhodou, ICT zdatnost na uživatelské úrovni.

RYCHLÝ NÁHLED STUDIJNÍHO MATERIÁLU



Studijní materiál vymezuje jeden z klíčových pojmů - a to truchlení jakožto reakce na ztrátu. Pojem je vymezován jak ve vztahu k umírajícím, tak ve vztahu k pozůstalým. Jsou popsány fáze truchlení a naznačeny možnosti intervence u truchlících osob v kontextu sociální práce, resp. sociálních služeb. Jsou identifikovány faktory determinující proces truchlení, tzv. „normální“ reakce truchlení na kognitivní, somatické (tělesné), emocionální úrovni i na úrovni chování.

S ohledem na charakter studia a profil absolventa oboru Sociální patologie a prevence jsou akcentovány psychosociální aspekty truchlení.

Stručně je také nastíněna možnost uplatnění absolventů zmiňovaného oboru - a to v oblasti doprovázení umírajících a pozůstalých, resp. v oblasti poradenství pro pozůstalé (v kontextu Národní soustavy kvalifikací a Národní soustavy povolání). Studijní materiál poskytuje základní informace o truchlení jako reakci na ztrátu u umírajících a jejich blízkých, resp. pozůstalých a o možnostech psychosociální intervence v této situaci. Text reflektuje i uvažovanou novelu zákona o sociálních službách a připravované nové sociální služby, včetně doporučených postupů k těmto základním činnostem.



CÍLE STUDIJNÍHO MATERIÁLU

Po prostudování studijního materiálu by měli posluchači **znát**:

- definici truchlení,
- „normální“ reakce na ztrátu na jednotlivých úrovních,
- faktory determinující truchlení,
- fáze procesu truchlení dle Kübler-Ross, resp. jiné členění fází truchlení,
- základní informaci o existenci profesních kvalifikacích *Doprovázení umírajících a pozůstalých* a *Poradce pro pozůstalé*.

Posluchači **získají**:

- základní informace o možnostech intervence u truchlících osob v kontextu sociální práce, resp. sociálních služeb;
- povědomí o podpoře umírajících v kontextu doporučených postupů v kontextu sociální práce, resp. sociálních služeb.

Posluchači **budou schopni**:

- implementovat doporučené postupy pro doprovázení umírajících a truchlících do praxe, a to především v kontextu sociálních služeb, resp. v kontextu pomáhajícího poradenství.



KLÍČOVÁ STUDIJNÍHO MATERIÁLU

Truchlení, fáze truchlení, psychosociální podpora při umírání, podpora umírajících, sociální služby poskytované osobám v terminálním stádiu, doprovázení umírajících a pozůstalých, pomoc truchlícím, determinanty truchlení, normální reakce na kognitivní úrovni, normální reakce na tělesné úrovni, normální reakce na úrovni chování, normální reakce na emocionální úrovni.



ČAS POTŘEBNÝ KE STUDIU

Stopáž studijního materiálu: 44:24

Doporučený čas ke studiu: 90 minut

DALŠÍ ZDROJE – DOPORUČENÁ LITERATURA



ŠPATENKOVÁ, N. *Poradenství pro pozůstalé. Principy, proces, metody*. 2. aktualizované a doplněné vydání Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-3736-2

DALŠÍ ZDROJE – ROZŠÍŘUJÍCÍ LITERATURA



KUBÍČKOVÁ, N. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: Nakladatelství ISV, 2001. ISBN 80-85866-82-X

ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *O posledních věcech člověka*. Praha: Galén, 2014. ISBN 978-80-7492-138-4

1.1 Definice základních pojmů

Truchlení je komplexní psychologická, sociální, somatická a spirituální reakce na ztrátu. Truchlení prožívají umírající i jejich blízcí, resp. pozůstalí (Špatenková, 2017; Kubíčková, 2001).

Ztráta je jednou z univerzálních lidských zkušeností – každý z nás někdy zažil nějakou ztrátu něčeho (nějaké věci, např. hračky, ale také třeba ztrátu domova apod.) nebo někoho (ztrátu milovaného člověka – například v důsledku rozvodu, rozchodu nebo smrti).

Ztráty prostě k našemu životu patří, lidský život je plný rozmanitých ztrát - nepřetržitého hledání, ztrácení a nalézání – a to už od raného dětství. Rozhodující význam pro prožívání ztráty jako významné má vztah, resp. emocionální vazba ke ztracené věci, člověku nebo činnosti („*Nemůžu bez toho/bez něho žít!*“). Nejzávažnější ztrátou je pak smrt milovaného člověka (Špatenková a kol., 2017).

Truchlení je přirozenou, normální reakcí na každou uvědomovanou ztrátu. Truchlení je intenzivní, normální a dlouhotrvající prožitek vztahující se ke ztrátě. Projevuje

se na všech úrovních - na biologické, psychologické, sociální i spirituální rovině. Čím byl vztah truchlícího ke ztracené věci, činnosti nebo člověku intenzivnější, tím výraznější a delší jsou projevy zármutku.

1.2 Model E. Kübler-Rossové

V odborné literatuře se popisuje řada modelů truchlení – různí autoři popisují různé stupně, stadia nebo fáze, nepanuje jednotnost v tom, kolik těchto fází, resp. stupňů je. Nejčastěji je prezentován **model dle Kübler-Rossové** (2015), který popisuje následující fáze:

1. **NEGACE (Šok, popírání).** „*Ne, já ne, pro mne to neplatí. To není možné. To je určitě omyl. Zaměnili výsledky.*“
2. **AGRESE (hněv, vzpoura).** „*Proč zrovna já? Či je to vina? Vždyť mi nic nebylo.*“
3. **SMLOUVÁNÍ (vyjednávání).** Hledání zázračných léků, léčitelů a diet či pověr. Nemocný či jeho blízký je ochoten zaplatit cokoliv.
4. **DEPRESE (smutek).** Smutek z utrpené ztráty, smutek z hrozící ztráty, strach z účtování, strach o zajištění rodiny.
5. **SMÍŘENÍ (souhlas).** Zde by mělo dojít k vyrovnání, nastává pokora, končí boj, čas loučení.

Ne všichni lidé ale projdou všemi fázemi, navíc v tomto pořadí. Někteří se „zaseknou“ v některé z fází, jiní do některé fáze vůbec nedospějí.

1.3 Třífázový model

Existuje i jiné členění fází truchlení, např. Špatenková (2013, 2017) preferuje tzv. **třífázový model truchlení**:

1. **Úvod**
2. **Stat'**
3. **Závěr** (srov. Kubíčková, 2001).

1.4 Pomoc truchlícím

Truchlící potřebují pomoc. Novela zákona o sociálních službách by měla přinést kromě celé řady dalších změn nový druh služby, a to **Sociální služby poskytované osobám v terminálním stavu**. Těmto osobám by měly být sociální služby poskytovány ve speciálních lůžkových zdravotnických zařízeních hospicového typu nebo v přirozeném sociálním prostředí umírající osoby terénní formou služby. Nedílnou součástí služby by měla být také pomoc osobám blízkým, včetně péče o pozůstalé (Chrastina, Špatenková, Hudcová, 2020).

Národní soustava kvalifikací (2021) obsahuje popis profesní kvalifikace **Doprovázení umírajících a pozůstalých** a **Poradce pro pozůstalé**. Tyto profesní kvalifikace představují výzvu také pro absolventy našeho studijního oboru.

SHRNUTÍ



Truchlení je komplexní psychologická, sociální, somatická i spirituální reakce na ztrátu. Truchlení prožívá nejen umírající, ale i jeho blízcí. Paliativní péče nekončí smrtí klienta, ale pokračuje ve formě pomoci pozůstalým. Nedílnou součástí péče o rodinu klienta, je doprovázení rodiny, resp. blízkých osob klienta ve fázi *prea finem* (před smrtí), *in finem* (ve smrti), *post finem* (oblast péče o pozůstalé). Péče o umírající a pozůstalé může být naplňována prostřednictvím pomáhajícího poradenství (tzv. poradenství pro pozůstalé). V novele zákona o sociálních službách je uvažováno o sociální službě poskytované osobám v terminálním stavu. Tato služba by měla zahrnovat nejen pomoc umírajícím, ale i pomoc truchlícím, resp. pozůstalým. V Národní soustavě kvalifikací a Národní soustavě povolání jsou popsány dvě profesní kvalifikace, a to Doprovázení umírajících a pozůstalých a Poradce pro pozůstalé (Špatenková, 2013; 2014).

2 PEDAGOGICKO DIDAKTICKÉ POZNÁMKY



PRŮVODCE STUDIEM

Materiál je určen pro posluchače kurzu Paliativní a hospicová péče oboru Sociální patologie a prevence kombinované formy studia na Slezské univerzitě v Opavě v prostředí IS SU. Lze ho využít také pro výuku dalších oborů, např. 090-Zdravotní a sociální péče, péče o příznivé životní podmínky – obory d. n., 091-Zdravotní péče, 0319-Sociální práce, věda o lidském chování.

Po prostudování tohoto studijního textu a shlédnutí videa, budou studenti uvedeni do problematiky truchlení, která je pojmána jako reakce na ztrátu – a to jak ztrátu umírajícího (ztrácí své zdraví, svůj životní styl a způsob, život jako takový), tak pozůstalého (ztratili milovaného člověka). Je zde prezentováno vymezení truchlení v kontextu normality (nikoliv např. patologického truchlení). Taktéž jsou prezentovány informace o nových sociálních službách postihujících oblast péče o umírající i pozůstalé.

Doporučuje se nastudování předchozích studijních materiálů a videí pro zajištění kontinuity a orientace v problematice.



ÚKOL K ZAMYŠLENÍ

Dokážete si představit, že byste se stali poradci pro pozůstalé? Pokud ano, co Vás k tomu vede? A co potřebujete (jaké specifické kompetence, dovednosti, znalosti) k naplnění této vize? Pokud ne, zamyslete se nad tím, co Vám v tom konkrétně brání, např. jaké jsou Vaše postoje k problematice umírání, smrti a truchlení, resp. jaký je Váš osobní a profesní cíl.



NÁMĚT NA TUTORIÁL

Zamyslete se nad tím, co všechno pozůstalí ve fázi *prea finem*, *in finem* i *post finem* potřebují. Můžete uvést konkrétní příklad.

KONTROLNÍ OTÁZKA



1. Co je to truchlení?
 2. Jak vypadá model E. Kübler-Rossové?
 3. Jak vypadá tzv. třífázový model?
 4. Jak je v kontextu sociálních služeb, resp. novely zákona o sociálních službách, koncipována péče o umírající nebo pozůstalé?
-

KORESPONDENČNÍ ÚKOL



Ověřte možnosti poskytování pomoci zmirajícím a pozůstalým ve Vašem regionu. Funguje zde nějaká poradna pro pozůstalé, resp. poradce pro pozůstalé? Pokud ano, jak se jmenuje a jak funguje, resp. v jakém režimu služby?

SAMOSTATNÝ ÚKOL



Ověřte možnosti poskytování paliativní péče ve Vašem regionu. Existuje zde kamenný hospic? Pokud ano, jak se jmenuje a kde má sídlo? Funguje zde mobilní paliativní péče? Pokud ano, jak se jmenuje? Je v nemocnici ve Vašem regionu poskytována paliativní péče – je zde např. paliativní jednotka, paliativní tým či paliativní ambulance?

POUŽITÁ LITERATURA

CHRASTINA, J., ŠPATENKOVÁ, N. *Sexualita a intimita v závěru života*. Olomouc: VUP, 2018. ISBN 978-80-244-5304-0

CHRASTINA, J., ŠPATENKOVÁ, N., HUDCOVÁ, B. *Náročné, krizové a mimořádné situace v kontextu rezidenčních služeb. Umírání, doprovázení a smrt uživatelů se zdravotním postižením*. Olomouc: VUP, 2020. ISBN 978-80-5725-3.

KÜBLER-ROSS, E. *O smrti a umírání*. Praha: Portál, 2015. ISBN: 978-80-262-0911-9

KUBÍČKOVÁ, N. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: Nakladatelství ISV, 2001. ISBN 80-85866-82-X

ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *Krize a krizová intervence*. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN: 978-80-247-5327-0























ŠPATENKOVÁ, N. a kol. *O posledních věcech člověka*. Praha: Galén, 2014. ISBN: 978-80-7492-138-4.

ŠPATENKOVÁ, N. *Poradenství pro pozůstalé*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1740-1

ŠPATENKOVÁ, N. *Poradenství pro pozůstalé. Principy, proces, metody*. 2. aktualizované a doplněné vydání Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-3736-2

Poradce pro pozůstalé [online]. Národní soustava kvalifikací, ©2021. [cit. 20.1.2021]. Dostupné z: https://www.narodnikvalifikace.cz/kvalifikace-475-Poradce_pro_pozustale/revize-2277

PŘEHLED DOSTUPNÝCH IKON

	Čas potřebný ke studiu		Cíle kapitoly
	Klíčová slova		Nezapomeňte na odpočinek
	Průvodce studiem		Průvodce textem
	Rychlý náhled		Shrnutí
	Tutoriály		Definice
	K zapamatování		Případová studie
	Řešená úloha		Věta
	Kontrolní otázka		Korespondenční úkol
	Odpovědi		Otázky
	Samostatný úkol		Další zdroje
	Pro zájemce		Úkol k zamyšlení

Název: **Truchlení a pomoc truchlícím**

Autor: **PhDr. Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D., MBA**

Vydavatel: Slezská univerzita v Opavě
Fakulta veřejných politik v Opavě

Určeno: pedagogickým zaměstnancům SU

Počet stran: 11

Tato publikace neprošla jazykovou úpravou.