



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

KATEDRA PEDAGOGIKY A PSYCHOLOGIE

Bakalářská práce

Vnímání smrti u předškolních dětí

Perception of death in preschool children

Vypracovala: Michaela Hnojská

Vedoucí práce: Mgr. Veronika Plachá

České Budějovice, 2022

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací. Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 4. 7. 2022

.....

Poděkování

Ráda bych poděkovala na prvním místě paní Mgr. Veronice Plaché, vedoucí mé práce, za její pomoc, čas, trpělivost a cenné rady. Zároveň vyslovuji poděkování všem kolegům v zaměstnání zastupujícím mě v době mé nepřítomnosti a hlavně celé své rodině za pochopení a podporu.

Upřímně také děkuji všem respondentům za jejich důvěru, otevřenost, upřímnost a ochotu se mnou spolupracovat.

Abstrakt

Má bakalářská práce se zaměřuje na problematiku vnímání smrti u dětí předškolního věku, jejich vlastních zkušeností se smrtí a schopnost komunikace s dětmi na toto téma v rodinách.

Teoretická část objasňuje pojmy: rodina, funkce a typy rodin. Charakterizuje rodičovské role, hlouběji se věnuje vnímání smrti, její příčině a úmrtí. Dále průběhu, fázím truchlení a dětskému porozumění smrti. Okrajově hovoří o tématu smrti v knihách pro děti.

Praktická část představuje výzkumnou sondu mapující jak se 6 dětí v předškolním věku setkalo a vyrovnávalo se smrtí svého otce. Představuje, jak matky s dětmi komunikovaly a jak moc se jejich život od této události změnil.

Ukázalo se, že svou roli ve vyrovnávání hrál způsob smrti; děti, jejichž otcové umírali na závažnou nemoc, byly svědky postupného zhoršování jejich tělesného stavu a přijaly smrt jako určité přirozené vyústění. Naopak děti, jejichž otec zemřel násilnou smrtí (sebevražda a vražda), reagovaly silněji. V jednom případě, kde matka dceři po nějaký čas úmrtí otce tajila, je patné náročnější truchlení.

Ve sledovaných rodinách se dodržuje zavedený řád dne a na tatínka děti vzpomínají pomocí hodinek či prohlížení si společných fotografií. Ke komunikaci někdy využívají dětskou literaturu - Lentilka pro dědu Edu, Špunťa a já anebo plyšáka, který je prostředníkem těchto hovorů. V některých případech si děti vytvořily určité rituály, které jim nepřítomnost otce pomáhají překonat.

Klíčová slova: Úmrtí, otec, dítě, předškolní věk, truchlení

Abstract

My bachelor thesis focuses on the issue of perception of death in preschool children, their own experience with death and the ability to communicate with children on this topic in families.

The theoretical part clarifies the concepts: family, functions and types of families. It characterizes parental roles, delving deeper into the perception of death, its cause and death. Furthermore, the course, the phases of mourning and the child's understanding of death. He speaks marginally about the topic of death in children's books.

The practical part is a research probe mapping how 6 children met and coped with the death of their father in preschool age. It represents how mothers and children have communicated and how much their lives have changed since this event.

It turned out that the manner of death played a role in the settlement; children whose fathers were dying of a serious illness witnessed a gradual deterioration in their physical condition and accepted death as a kind of natural outcome. On the contrary, in children whose father died a violent death (suicide and murder), they reacted more strongly. In one case, where the mother kept her daughter a secret during the time of her father's death, a more difficult grieving is evident.

In the monitored families, the established order of the day is observed and the children remember their father with a watch or looking at their joint photos. They sometimes use children's literature to communicate - Lentilka for Grandpa Eda, Špunča and me or a stuffed animal who is the mediator of these conversations. In some cases, children have developed certain rituals that help them overcome the absence of their father.

Keywords: death, father, child, preschool age, grieving

Obsah

TEORETICKÁ ČÁST

ÚVOD.....	8
1 RODINA.....	9
1.1 Definice rodiny.....	9
1.2 Funkce rodiny.....	10
1.3 Typy rodin.....	11
1.4 Rodičovské role.....	12
2 ZTRÁTA V RODINĚ.....	14
2.1 Smrt.....	15
2.2 Příčiny smrti.....	15
2.3 Úmrtí rodiče.....	16
2.4 Truchlení.....	16
2.4.1 Fáze truchlení.....	17
2.4.2 Průběh truchlení dle věkových kategorií.....	19
3 DĚTSKÉ POROZUMĚNÍ TÉMATU SMRTI.....	21
3.1 Kognitivní procesy.....	21
3.2 Vývoj emocí.....	23
3.3 Jak děti rozumí smrti.....	23
3.4 Jak s dětmi mluvit o smrti blízkého.....	25
3.5 Děti a pohřeb.....	28
4 TÉMA SMRT V KNIHÁCH PRO DĚTI.....	30
4.1 Pohádky o smrti pro děti předškolního věku.....	30

PRAKTICKÁ ČÁST

5	Uvedení do metodologie výzkumného šetření.....	34
5.1	Předmět a cíle výzkumného šetření.....	34
5.2	Výzkumný přístup a metody výzkumu.....	34
5.3	Organizace a průběh výzkumného šetření.....	35
5.4	Témata otázek pro výzkum.....	36
5.5	Představení respondentů.....	37
5.6	Shrnutí informací o respondentech.....	37
6	Zjištění výzkumu.....	38
6.1	Konkrétní otázky pokládané rodičům.....	38
6.2	Doslovné odpovědi maminek na otázky č. 10 - 15.....	38
6.3	Výzkumná zjištění.....	47
	Odpovědi na výzkumné otázky.....	47
7	SEBEREFLEXE.....	49
	ZÁVĚR.....	50
	Seznam použité literatury.....	54
	Elektronické zdroje.....	59

ÚVOD

Svoji bakalářskou práci na téma „Vnímání smrti u předškolních dětí“, jsem si vybrala proto, že jsem se osobně setkala s tragickou smrtí svého přítele, po kterém zde zůstala jeho 6ti-letá dcera z prvního manželství. Tahle životní zkušenost změnila můj dosavadní pohled na smrt jako takovou. Téma bakalářské práce jsem si tedy zvolila na základě vlastní zkušenosti. Sama jsem nevěděla, jak se se smrtí blízké osoby vyrovnat, jak přijmout fakt, že již nikdy nic nebude stejné jako dřív a že na tomhle světě zůstal někdo mnohem mladší než já bez otce. Přemýšlela jsem, jak komunikovat s dítětem, abych mu neublížila. Toto téma bylo, je a vždy bude kolem nás a skrývá v sobě mnoho otázek, které si zaslouží naši pozornost. Mnozí dospělí hledají odpovědi, jak s dětmi na toto téma hovořit. Mají obavu, že řeknou něco špatného, či že jsou děti „příliš malé na to, aby smrt pochopily“. Dnešní společnost žije v paradoxním vnímání smrti. Na jedné straně se o smrti otevřeně nehovoří a na straně druhé je smrt součástí mnoha skutečností a jevů, které člověka obklopují. U dospělých panuje zdravá potřeba dítě chránit od „hrůz“ vnějšího světa a mezi ně patří i téma smrti.

Cílem práce bylo shromáždit poznatky z odborných literatur a zmapovat zkušenosti rodičů, kteří doprovází dítě, kterému zemřel blízký člověk.

Má bakalářská práce je rozdělena do dvou částí. V první, teoretické, se snažím charakterizovat základní pojmy – rodina, funkce a typy rodiny, rozdělení rodičovských rolí, hlouběji se věnuji tématu smrti, dělení smrti a jejím příčinám. Věnuji se průběhu truchlení dle věkových kategorií a fázím truchlení u dětí. Okrajově se věnuji tématu smrti v knihách pro děti.

Ve druhé, praktické části, popíši kvalitativní výzkum několika rodin, jejichž děti se setkaly v předškolním věku se smrtí rodinného příslušníka – rodiče.

Budu sledovat, jak příčiny úmrtí otce a způsoby komunikace o ní, vzpomínání a rituály ovlivňují vyrovnávání se dítěte s touto ztrátou.

TEORETICKÁ ČÁST

1 RODINA

Hlavním tématem bakalářské práce je vyrovnávání dětí se ztrátou rodiče, konkrétně otce. Jde tedy o zásah do rodinného zázemí dětí a fungování rodiny jako takové. Nejprve proto vymezím téma rodiny, její funkce a přínos role otce a matky, které jsou pro dítě tím největším vzorem.

1.1 Definice rodiny

Rodina je základní buňka společnosti, která je velice důležitá pro vývoj jedince, i celé společnosti. *„Rodina ve svém souhrnu zajišťuje mnoho činností – zabezpečuje své členy hmotně, pečuje o zdraví, výživu a kulturní dědictví, vštěpuje jim morální postoje, ovlivňuje je, usměrňuje, chrání a podporuje. Rodina plní určité role i ve vztahu ke společnosti – je to především reprodukce obyvatelstva, a to jak reprodukce biologická, tak i kulturní.“* (Kraus, Poláčková, 2001, s. 79)

Každý člověk se narodí do nějaké rodiny. Vývoj jeho dalšího života záleží na rodinném zázemí, ve kterém bude vyrůstat. Rodina je první model společnosti, se kterým se dítě setkává. Pod pojmem rodina si každý z nás představí něco jiného. Mnozí si představí pouze rodiče a sourozence, další do tohoto slova zahrnuje i celé širší příbuzenstvo. Všichni se ale shodnou, že rodina pro každého z nás znamená mnoho. Rodina primárně patří k nejdůležitější sociální skupině a instituci, kterou nalézáme ve společnosti. Pomocí výchovy a vlivů dochází v rodině k formování jedince. Představuje dítěti hodnotové vzory, vzorce chování a pomáhá mu se začleněním do společnosti. Snaží se formovat dítě podle vlastních tradic a norem, které daná rodina dodržuje. Dítě zrcadlí způsoby chování a jednání svých nejbližších rodinných příslušníků. Rodina by měla pro dítě zajišťovat také pocit citové jistoty, uspokojovat potřebu bezpečí, rozvíjet jeho osobnost a uspokojovat přiměřeně všechny potřeby dítěte.

1.2 Funkce rodiny

V dějinném vývoji společnosti se řada funkcí rodiny měnila. Se změnami společenských podmínek některé ustupovaly do pozadí, nebo zcela zmizely, jiné nabývaly na závažnosti. V současné době určuje místo rodiny ve společnosti několik základních funkcí.

a) Funkce biologicko – reprodukční (rozmnožovací). Jde o udržení života a pokračování rodu, kdy je uspokojována biologická a sexuální potřeba, která zabezpečuje psychické potřeby muže a ženy.

b) Funkce sociálně – ekonomická (vyživovací). Znamená materiální zabezpečení rodiny. Tuto funkci shledáváme z minulosti k nejdůležitějším.

c) Funkce ochranná (zaopatřovací, pečovatelská). Tato funkce spočívá v zabezpečování životních potřeb (zdravotní, hygienické, biologické) pro všechny členy rodiny a dětem zejména. V této funkci si děti vytvářejí budoucí model k péči o své rodiče.

d) Funkce socializačně výchovná. Rodina je pro každého z nás sociální skupinou, kde jak již bylo zmíněno, probíhá primární socializace dítěte. Skrze rodinné vztahy si dítě vytváří hodnotový žebříček a sociální komunikaci. Sociálně výchovná funkce působí na členy rodiny ať už v ekonomických, sociálních, kulturních, mravních, estetických či zdravotních nebo jiných procesech. (Kraus, Poláčková, 2001, s. 80). Při socializaci dítěte uplatňuje také své zájmy, přání či orientaci.

e) Funkce emocionální vytváří pro dítě zázemí, jistotu, uznání a citové zázemí. Jakým způsobem rodina projevuje své city k dítěti, má pro budoucí citové prožívání tohoto jedince významnou roli. Emocionální funkci řadíme mezi nejdůležitější a nezastupitelné. Kraus, Poláčková (2001) uvádějí, že stabilně pozitivní citové klima, je závažné nejen pro dítě, ale pro všechny členy rodiny. V případě selhání v této funkci se mohou projevit různé psychické poruchy, které mohou vést k sociálně deviantnímu chování. V případě, že rodina tyto základní funkce neplní, hovoříme pak o poruchách funkcí rodiny. Nedostatečně funkčních rodin dnes přibývá naším úkolem je donutit rodiče k řádnému plnění rodičovských povinností. (Matoušek; Kroftová, 1998, s. 40).

1.3 Typy rodin

Nikdo z nás neovlivní, s jakými geny a do jaké rodiny se narodí. Co však předáme svému dítěti, to si ponese celý život. Z hlediska funkčnosti rodiny rozlišujeme čtyři typy rodin. (Dunovský, 1986, s. 28)

- a) **Funkční rodina.** Takovou rodinu lze definovat, jako rodinu, kde je zajištěn správný vývoj jedince, který dostává nezbytnou péči, zázemí, výchovu a emocionální potřeby. V této rodině se dodržují dobré mravy a dbá se na vývoj dítěte. Nemůžeme říci, že funkční rodina musí být vždy tvořena dvěma rodiči. Může se stát, že matka či otec jsou schopni nahradit i opačnou rodičovskou roli. Tím pak nedochází k poškození vývoje dítěte.
- b) **Problematická rodina.** V této rodině se vyskytuje krátkodobé strádání v některých funkcích rodiny. Při tomto problému děti nejsou nikterak v ohrožení. Tato rodina se snaží vzniklý problém řešit nebo ho jakkoliv kompenzovat.
- c) **Dysfunkční rodina.** Tato rodina je pravým opakem funkční rodiny. V této rodině dochází k problému v nefunkčnosti jedné či několika funkcí rodiny, což má za následek špatný vývoj dítěte. Rodina sama není schopna problémy vyřešit, proto je nutná pomoc zvenčí. Vztah mezi rodiči bývá často velmi konfliktní. V dysfunkční rodině, mnohdy dochází ke zbavení rodičů, rodičovských práv.
- d) **Afunkční rodina.** Tato rodina nesplňuje (nevykonává) žádné základní funkce, které jsou důležité pro mravní vývoj jedince. Rodiče se často dopouštějí zanedbání péče, které vede k citové deprivaci. Takovým rodičům jsou ve většině případů děti odebrány do náhradní péče.

Dále dělíme na:

a) Úplná rodina

Počty úplných rodin dnes z velké části klesají. V dnešní době dochází ke zvyšování se čísel rozvodů. Pod pojmem úplná rodina je především myšleno uzavření sňatku dvou dospělých osob. Do úplné rodiny se ale počítá i zastoupení rodin, kdy spolu dospělí žijí „na hromádce“ či registrovaná partnerství. Jak ve své knize uvádí Matějček (1994, s. 98) rodiče jsou ti, kdo se

podílejí na výchově dítěte, ti, kteří s ním tráví volný čas a sdílí s ním přání a starosti.

b) Neúplná rodina

Neúplnou rodinou se nazývá rodina, ve které chybí jeden z rodičů. Tyto rodiny nejčastěji tvoří matky s dítětem. Neúplná rodina však nemusí vzniknout pouze následkem rozchodu partnerů, což bývá čím dál častější, ale například i uvězněním, emigrací či úmrtím jednoho z partnerů.

1.4 Rodičovské role

Velmi důležitou součástí identity každého člověka jsou rodičovské role. Pojem role v odborném jazyce se týká vztahu mezi jednotlivcem a společenským řádem, například společensky definovaných očekávání, která člověk plní v souvislosti s určitou společenskou pozicí (Gjuričová, Kubička, 2003).

Rodičovské role jsou rozdělené do pěti skupin:

- a) rodič jako vzor
- b) rodič jako průvodce sebezpoznáním dítěte
- c) rodič jako podporovatel
- d) rodič jako zprostředkovatel reality
- e) rodič jako nositel informací.

Mužský i ženský prvek je ve výchově dětí velmi důležitý. Od dítěte se očekává, že bude do určitého věku na svých rodičích závislé, bude přijímat jejich péči, vnímat jejich vzory a respektovat nastavená pravidla soužití v rodině. Od rodičů se naopak očekává, že dítěti poskytnou tu nejlepší péči. Budou mít zdravé sebevědomí k výkonu rodičovské role, osobní zralost a připravenost plnit roli rodiče. Budou dětem naslouchat, povzbuzovat je, vychovávat, stanovovat hranice a zajišťovat dětem bezpečné a stabilní rodinné zázemí.

Dítě potřebuje matku i otce, jejich společnou péči, která je pro ně nejjistějším zázemím. I přesto, že jsou role obou rodičů funkčně odlišné, nacházejí spojení v rodičovské lásce a péči, kde se vzájemně doplňují tak, aby dětem připravovali co nejhezčí život. Vztah mezi rodiči by měl být pro dítě prvním příkladem mezilidských vztahů a lásky (Brtníková, 1991).

Již mezi druhým a třetím rokem dítě důkladněji poznává role všech členů rodiny. Rozpozná, že tatínek mluví jiným hlasem než maminka, jinak se mazlí, nad něčím jiným se zasměje a pro něco jiného se rozzlobí. Poznává, že jinou roli v rodině má matka a jinou otec (Matějček, 2017).

Role matky - ženské role jsou emocionální a expresivní. Jejich úkolem je zabezpečovat příznivé emoční klima a každodenní péči. Dávat dětem nepodmíněnou lásku. Matka je dítěti první učitelkou, vychovatelkou i přítelkyní. Úlohou ženy jako matky je pečovat o domácnost, o vztahy mezi rodinnými příslušníky, naplňovat je láskou, soucitem a vzájemností. Její péče, empatie, laskavost, ochrana, životní bezpečí a útočiště domova jsou životní potřebou každého dítěte.

Mateřství je významnou součástí identity žen a žena je na jeho základě hodnocena, ať už se matkou stane, nebo ne. *„Matka, která se raduje ze své mateřské role – a většina matek to činí po většinu času – zná hlubokou zkušenost sebe přesahující lásky“* (Vodáková a Vodáková, 2003, str. 101). Sobotková (2001) uvádí, že základem lidské rodiny je vztah matka – dítě.

Dle Říčana (2007) matka zpočátku reprezentuje pro dítě celé lidské prostředí. Matějček (1986) tvrdí, že matka má nejvíce předpokladů k tomu, aby uspokojila duševní potřeby malého dítěte, Matoušek (1997) zastává názor, že pečující matka v dětství rozvíjí jen ty nejlepší kladné vlastnosti, schopnosti a dovednosti. Kontext, v němž se ženy stávají matkami, se vzhledem ke zkušenosti minulých generací změnil, ale mnoho rysů zůstalo stejných (Gjuričová, Kubička, 2003).

Role otce – dříve otcové hráli spíše roli živitele a autority. Ještě v generaci našich rodičů se stávalo, že právě otec byl ten, který udával rodině řád, vydělával peníze a volný čas trávil v dílně nebo sledováním sportovního utkání. Postupem času se otcové dostali do porodních sálů, naučili se správně přebalovat a spousta „typicky“ mužských aktivit získala jinou tvář. Zatímco se otcové nejčastěji zaměřovali na to, aby splnili především materiální zajištění rodiny, dnes se setkáváme s tatínky, kteří jsou již mnohem aktivnější, co se výchovy potomků týče.

„Muži byli určeni k tomu, aby se starali o lidi, které milují, a to i tehdy, kdy přináší osobní oběť. Pokud tento úkol plní, žijí jejich manželky i děti ve větší harmonii a spokojenosti“

(Sobotková, 2001, str. 90). Otec ve výchově dítěte představuje a reprezentuje mužský prvek, který je pro vývoj dítěte velmi důležitý a nepostradatelný. Zejména pak v době dospívání. Otcovské vedení usměrňuje charakter dítěte, jeho jednání, je pro dítě ochranou, bezpečím i oporou. V předškolním věku bývá otec pro dítě představitelem světa mužů a seznamuje ho s mnoha jinými činnostmi než matka.

Dnešní děti hledají v otci především autoritu, ale i kamaráda, za kterým mohou kdykoliv přijít pro radu i pro pomoc (Brtníková, 1991). Muži zabezpečují rodinu finančně a udržují vztah rodiny s širší společností (Gjuričová, Kubička, 2003). Jak uvádí Matoušek (1997), aktivita otců má trochu jiný charakter než aktivita matek. Již od útlého věku předává dětem vzor mužského chování. Mužské role jsou racionální a instrumentální.

2 ZTRÁTA V RODINĚ

V životě nejsme schopni se vyhnout ztrátám. Každá bolí a každý z nás potřebuje jinou dobu na to, aby se s ní vyrovnal. Nejtěžší ztrátou, která nás může postihnout, je smrt blízkého člověka, ale i ta bohužel k životu patří. Lidský život je plný nepřetržitého hledání, ztrácení a nalézání (Špatenková, 2004). Jak uvádí Křivohlavý (2003), čím více byla daná osoba milována, tím větší je i smutek a deprese po jejím odchodu. Psychologové hovoří o zármutku a duševním procesu truchlení. Každá situace ztráty je provázena intenzivními emocemi (samozřejmě podle míry závažnosti). Základní emocí spojenou se ztrátou je smutek, pocit bolesti, lítosti a prázdnoty. Přirozenou reakcí člověka je obrana proti těmto nepříjemným prožitkům – snažíme se je vytěsnit a rozumově vysvětlit. Proto také proces vyrovnávání se se ztrátou probíhá postupně a někdy velmi dlouho – hlavně v případech úmrtí člena rodiny.

„Ztráta je stav, kdy nás smrt připravila o někoho milovaného“ (Moody, 2005, str. 55).

Ztrátu můžeme vymezit jako náročnou životní situaci, která je charakterizována dlouhodobým, ale zejména nezvratným odloučením. Naše bolest je o to větší, když ztratíme nenávratně někoho, kdo je nám ze všech nejbližší – rodiče. Taková ztráta přináší dítěti obrovskou psychickou zátěž, která může mít pozdější vliv na jeho vývoj.

2.1 Smrt

Smrt patří k životu a nelze ji od života oddělit. V jediném okamžiku se mění celý život, nikdy už nic nebude stejné a doposud existující jistoty se náhle vytrácí. Smrtí milovaného člověka se pozůstalým zhroutí celý svět. Život pro ně najednou ztrácí smysl, jsou hluboce zarmoucení a truchlí. Smrt člověka představuje vždy bolestivou záležitost pro všechny jeho blízké osoby. Jak uvádí Špatenková (2008) smrt významným způsobem zasahuje do struktury i fungování celé rodiny a rodinný systém pak může být smrtí natolik narušen, že se stává dysfunkčním.

2.2 Příčiny smrti

Jak uvádí Colorosová (2008), každé úmrtí přináší trápení, ale mnohdy jsou okolnosti smrti tak bolestné, že vše ještě zkomplikují: příčina (sebevražda, vražda, nehoda), způsob (krutá smrt či taková, které šlo zabránit), pozůstalé osoby (rodiče, děti), když chybí tělo nebo je nalezeno mnohem později, když ji doprovázejí jiné katastrofy a tragédie. Taková úmrtí je nesmírně těžké přijmout, protože žal se mísí se spoustou dalších protichůdných emocí. Vztek, smutek, úleva a bolest, zklamání a ztráta.

Kubičková (2001) uvádí následující okolnosti úmrtí: Náhlá smrt – označuje situaci, kdy došlo k úmrtí neočekávaně, bez předchozího varování. Náhlá smrt má na děti zvláště nebezpečný dopad, neboť zraní jejich důvěru v okolní svět. Často mívají sny, z nichž se budí nejistí, zda rodič, který zemřel, není ještě stále naživu (Kyriacou, 2005). Násilná smrt – jedná se o zvláště tragickou smrt jako je sebevražda, vražda. Anticipované úmrtí – smrt nepřichází náhle a nečekaně, ale je ohlašována řadou příznaků a postupným zhoršováním zdravotního stavu.

2.3 Úmrtí rodiče

Smrt rodiče je nejzávažnější ztrátou, která může dítě v životě postihnout a na kterou se nemůže nijak připravit. Jde o nevratnou změnu celé jeho rodiny. „Úmrtí je ztráta definitivní a neodvolatelná. Mrtvý člověk se už nevrátí. Ze života dítěte mizí fyzicky navždy“ (Matějček, 2002, str. 90). Děti a dospělí projevují zármutek nad smrtí blízké osoby velmi odlišně. Dospělý člověk může své pocity bolesti vyjádřit slovy či se obrátit na pomoc odborníka. Má možnost mluvit o stesku, bolesti, úzkosti, zoufalství a strachu z budoucnosti. Je schopen pochopit, že někdo blízký zahynul, i když pocitově to přijmout nedokáže. Bohužel malé dítě neumí říct, jak se cítí, co prožívá, neumí přemýšlet o budoucnosti. Pro většinu dětí jsou rodiče nejdůležitější lidé v jejich životě. Jejich smrtí najednou zmizí ze světa člověk, který ho přivedl na svět, dával mu něhu a péči.

2.4 Truchlení

Děti potřebují naši pomoc a podporu po celou dobu vyrovnávání se s onou ztrátou. Podpora rodiny pro dítě, které se vyrovnává se smrtí svého blízkého, je velmi důležitá. Dítě má z nové situace velmi smíšené pocity a my mu různými způsoby můžeme toto období pomoci překonat. Truchlení je životní období, kterým si projdeme v našem životě všichni, kdo o někoho přijdeme. Je to tzv. adaptační proces na ztrátu blízké osoby. Může se jednat o velmi těžkou a dlouhou dobu, kdy se vyrovnáváme se ztrátou někoho blízkého. Truchlení je souhrnný proces, který se projevuje na mnoha úrovních – emocionální, somatické, kognitivní či jednání druhých osob. Při truchlení má každý jedinec své individuální tempo. To, jak každé dítě truchlí, když odejde někdo, koho miluje, závisí na mnoha věcech – na stáří jedince, vývojové fázi, osobnosti, způsobu, jakým obvykle reagují na stres a emoce, vztah s osobou, která zemřela, dřívější zkušenosti se ztrátou nebo smrtí, rodinné poměry, jak ostatní kolem nich truchlí a také množství podpory kterou získá.

2.4.1 Fáze truchlení

Členění procesu truchlení můžeme v odborné literatuře najít hned několik. Tři fáze (Kubíčková, 2001), čtyři fáze (Pera & Weinert, 1996; Kast, 2015; Bowlby, 2013), či pět fází (Kübler-Ross & Kessler, 2014) až po mnoho dalších. Všechny procesy se však v mnoha věcech podobají. Hartl a Hartlová (2010, s. 626) definují truchlení jako přirozenou reakci, „která spolu se smutkem provází ztrátu blízkých; zpracování ztráty probíhá vyrovnáváním se s danou situací, přičemž doba truchlení závisí na síle vazby ke ztracenému objektu, na osobnosti truchlícího i na kulturních zvyklostech.“

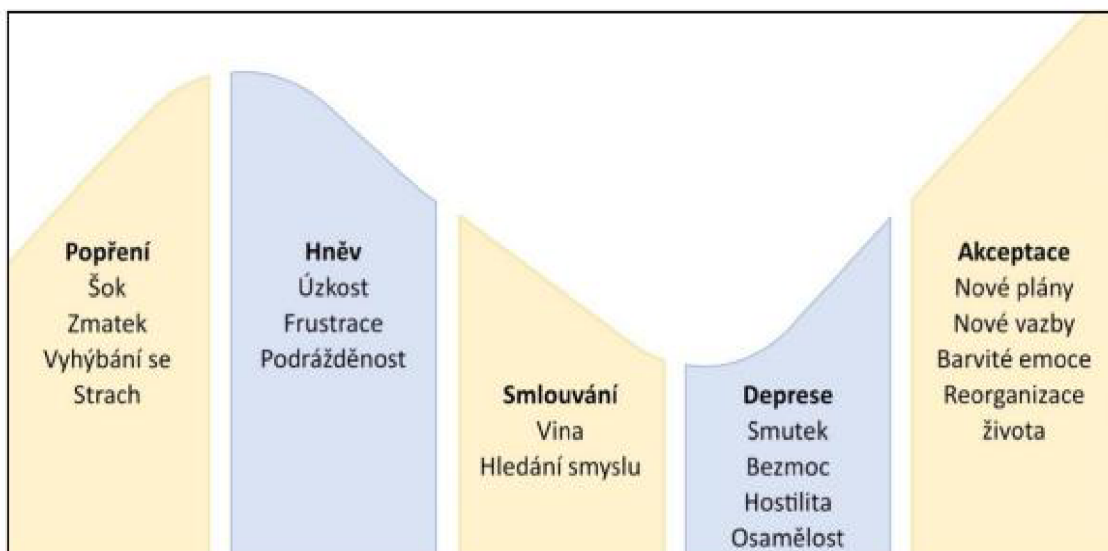
Model třech fází dělí Kubíčková (2001), na:

- 1) Konfuzi – kdy jde o krátké období šoku, otřesu a zmatku.
- 2) Expresi – intenzivní období, kdy jedinec dává prostor svému zármutku a žalu.
- 3) Adaptaci – pozůstali se pozvolna navracejí k normálnímu fungování. Zvykají si na život bez milované osoby.

Elisabeth Kübler – Ross, americko-švýcarská psychiatrická, rozděluje truchlení do pěti fází:

- popírání
- hněv
- smlouvání
- deprese
- přijímání

Upozorňuje na to, že neexistuje žádný správný nebo špatný způsob, jak překonat svůj zármutek. Těchto pět fází tvoří učení se, jak žít se ztrátou. Je nutné podotknout, že ne každý si projde všemi těmito fázemi v předepsaném pořadí. Každé truchlení je jedinečné a každý potřebuje svůj vlastní čas. Jak uvádí autorka, každý si projde alespoň dvěma fázemi. Fáze se mohou také různě prolínat či dokonce opakovat.



Zdroj: (Kübler-Ross & Kessler, 2014).

1. fáze odmítnutí/popírání

Tato fáze pomáhá překonat bolest ze ztráty. Hlava a srdce spolu stále bojují, snaží se překonat emocionální bolest. Svět kolem nás nám přijde nesmyslný. Jsme v šoku a popíráme danou situaci, do které jsme postaveni. U dětí se až může zdát, že nic nepocítují. Život se v jednom okamžiku naprosto změnil. Popírání pomáhá utiřit pocity smutku. Smutek raději popíráme, nepřijímáme a naprosto se ho snažíme potlačit. Popírání je obranný mechanismus našeho těla. Ve chvíli, kdy popírání a šok začnou mizet, začíná proces hojení a na povrch začínají vycházet pocity, které jsme se snažili potlačit.

2. fáze hněvu

Hněv je nezbytnou součástí léčebného procesu. V tuhle chvíli dítě může hledat příčinu smrti u ostatních a hněv může přesměřovat na své blízké. Jinými slovy hledá viníka v druhých. Ve fázi hněvu se snažíme přizpůsobit nové realitě a zažíváme extrémní emoční nepohodlí. Bohužel, hněv bývá první věcí, kterou cítíme, když začneme uvolňovat emoce související se ztrátou. Čím více dáme hněvu volný průchod, tím dříve se člověk uzdraví. Právě hněv je emoce, kterou jsme nejvíce zvyklí zvládat. Podle Kübler – Ross není zdravé potlačovat své pocity hněvu.

3. fáze smlouvání

V tuhle chvíli se zdánlivě vracíme o stupeň níže. Snažíme se zaměřit svoji pozornost na to, jak bychom docílili původního stavu. Pokoušíme přesvědčit sami sebe, že se vše ještě vrátí. V tuhle chvíli se dítě může začít obracet k bohu a začít smlouvat, že „už nikdy nebudu zlobit“ nebo že si „budu pořád uklízet hračky“...

4. fáze deprese

Deprese je přijímaná forma smutku. Představuje pocit prázdnoty. Dítě se může stranit všech kolem. Nechce si s nikým hrát. Podle Rossové nezažít depresi po smrti blízké osoby je velmi neobvyklé. Proto je deprese jedním z mnoha nezbytných kroků v procesu vyléčení se.

5. fáze přijetí

Poslední fázi identifikuje Kübler – Ross jako přijetí. Není to přijetí v tom smyslu, že je vše v pořádku. Je to postupné zjištění, že bolest polevuje a začínáme přijímat fakt, co se stalo. Přijímáme realitu, že náš milovaný je pryč a uvědomujeme si, že tato situace je trvalou realitou. Střídají se dobré dny s těmi špatnými, ale dobré dny začínají převyšovat ty špatné.

2.4.2 Průběh truchlení dle věkových kategorií

Fáze truchlení u dětí se snažilo definovat již mnoho odborníků. Dohnalová a Musil (2008) průběhy definují takto.

Jak truchlí miminka a batolata (0 – 2 roky)

Tyto děti ještě nerozumí pojmu smrt. Mohou však reagovat na změnu prostředí. Prožívají pocity ztráty, nejistoty či opuštění, pokud jim odejde významná osoba. Tyto děti zdaleka ještě neumějí pomocí jazyka vyjádřit, jak se cítí. Reagují pouze neverbálně. Ačkoliv samy nemluví, velmi intenzivně vnímají dění kolem nich. Pro tyto děti je nejlepší, když jsou nablízku svým obvyklým pečovatelům. Běžnou reakcí na truchlení může být zvýšený pláč, podrážděnost, hledání osoby, která zemřela, strach z cizích lidí, stažení se do sebe, menší zájem o hru či fixace na pečujícího blízkého.

Jak truchlí předškoláci (3- 6 let)

Předškolní děti mají problém pochopit, že smrt je trvalá. Zájemem o smrt ptáků a dalších zvířat si rozvíjejí pochopení, že být naživu je něco jiného nežli být mrtvý. Tato věková skupina dětí se vyznačuje „magickým myšlením“, kdy si mohou myslet, že dotyčná osoba či zvíře může opět ožít, nebo že ony samy udělaly něco, co způsobilo tuto smrt. Je běžné, že mladší dítě řekne, že rozumí, že se tatínek nevrátí, ale pak se zeptá, zda se zúčastní jeho příštích narozenin. Je důležité jim neustále dávat najevo, že o ně bude postaráno a ujišťovat je v pocitu bezpečí. Předškoláci mohou na ztrátu běžně reagovat pláčem, strachem, hledat osobu nebo volat osobě, která zemřela, mít záchvaty vzteku, být podráždění. Možná je i dočasná vývojová regrese – např. noční pomočování, návrat k plazení či opětovný návrat k pití z lahve.

Jak truchlí děti školního věku (7 – 10 let)

U některých dětí bude ale stále přetrvávat myšlenka, že smrt je dočasná, nebo že osoba, která zemřela, se bude cítit osamělá nebo hladová. Čím je dítě starší, tím více si uvědomuje, že smrt je nevyhnutelnou součástí života. Uvědomují si i svoji smrtelnost, a proto začínají mít obavy o své vlastní zdraví a bezpečí. Děti se začínají zajímat, co se s člověkem stane po smrti a kde se po ní nachází. Mohou klást otázky, co se stane s tělem dané osoby. Jak jsem již zmínila, je důležité odpovídat na otázky upřímně a poskytnout jim dostatek informací, aby dětem nezůstaly mezery ve znalostech. Jejich porozumění se časem rozvine a možná se k tomuto tématu budou chtít za čas vrátit, aby dostatečně pochopily všechny své otázky. Běžná reakce této věkové skupiny na ztrátu je obviňování se, rozptýlenost či zapomínání, mývají zvýšenou obavu o svoji bezpečnost a bezpečnost lidí okolo sebe, nechtějí chodit do školky či školy, často se objevují fyzické potíže – bolesti břicha, hlavy, problémy s chováním jako je třeba agrese, záchvaty vzteku, změna stravovacích a spacích návyků apod.

3 DĚTSKÉ POROZUMĚNÍ TÉMATU SMRTI

Kapitola je zaměřená na vývoj porozumění smrti - nejprve přiblížíme vývoj jednotlivých oblastí u dětí v předškolním věku.

3.1 Kognitivní procesy

„Vývoj kognitivních procesů je v předškolním období velmi intenzivní a umožňuje dítěti stále důkladněji poznávat svět kolem něho. Vývojové zvláštnosti jsou ve vnímání prostoru i času, paměti, obrazotvornosti i myšlení. Charakteristické odlišnosti odpovídají vývoji nervové soustavy i zkušenosti dítěte.“ (WEDLICOVÁ, 2010)

Myšlení a řeč

Typickým znakem pro tento věk jsou otázky „Proč?“ „Jak?“ a „Co?“. Díky těmto zvědavým otázkám dětem pomáháme pochopit svět. Jejich myšlení se rychle rozvíjí. Poznají, když tvrdíme nesmysl, což je signál začátku pro logické uvažování. Předškolní věk je stále o konkrétním, názorném myšlení, které je spojené s věcmi, situacemi a činnostmi. Je zde velký rozvoj procesů analýzy, syntézy, srovnávání a myšlenkových operací.

Řeč, která je spjatá s myšlením, se v průběhu předškolního věku nemálo zdokonaluje. Na počátku období dítě disponuje slovní zásobou okolo 1000 slov, která se na konci rozšíří přibližně k 3500 slov. Na počátku je schopno tvořit jednoduché věty, kdežto na konci období dokonce tvoří věty až o šesti slovech. Vzhledem k tomu, že děti často opakuji slova po dospělých, je důležité, aby měli správný mluvní vzor.

Vnímání

Jde o poznávací proces, kdy si dítě začíná více všimnout detailů. Všimá si barev, začíná je pojmenovávat a postupem času je umí od sebe rozlišit. Při vnímání prostoru mají děti tendenci určitý prostor zvětšovat, proto se jim někdy zdá místnost mnohem větší než dospělému. Taktéž mají problém s odhadem vzdálenosti a posloupností času.

„Dítě měří čas prostřednictvím určitých událostí a opakujících se jevů, zejména pokud jsou nějak subjektivně významné.“ (WEDLICOVÁ, 2010).

Vnímání prochází třemi stádii:

1. Vnímání předmětu
2. Vnímání činnosti – 4-5 let
3. Vnímání vztahů – 5-6 let

Paměť

V tomto období se procesy dějí hlavně mechanicky. Nejlépe si dítě pamatuje věci, které na něj nějak citově působí, vyvolávají v něm radost, nadšení nebo je má spojené s citovými zážitky, jak s těmi negativními, tak s pozitivními. Ke konci období už si dítě dokáže úmyslně zapamatovat věci, aniž by se ho citově dotýkaly. S rozvojem paměti si šesti leté dítě dokáže zapamatovat šest čísel a určitá pravidla, co se sní a nesmí.

Pozornost

Pozornost dětí nejlépe upoutáme tím, co je nejnápadnější. Jde o věci, které zaměří koncentraci dítěte na určité podněty a jevy. K posílení stability pozornosti a zvyšování její záměrnosti pomáhají – konstruktivní hry, jednoduché povinnosti, rozumné sledování televize nebo poslech čtených pohádek.

Emoce

Emoce jsou projevy, které lidé prožívají jako reakci na různé podněty. Různé emoce spouští okolnosti, které člověk prožívá. Člověk zažívá radost, když dostane dobrou zprávu nebo naopak zažívá strach, když je jakkoliv ohrožen. Může se zdát, že různé typy emocí vládnu našemu každodennímu životu. Každý z nás se rozhoduje podle toho, zda je smutný, naštvaný, šťastný či znuděný. Podle toho si také vybíráme činnosti a koníčky. Emoce jsou velmi úzce propojené s fyziologickými funkcemi. Jedná se o to, že silné emoční prožitky vyvolávají fyzické reakce, např. při afektivém vzteku může mít člověk pocit dušnosti a třes rukou. Oproti tomu jedinec, který prožívá úzkost, může cítit tlak v žaludku či svírání se hrdla. Každé projevy jsou individuální, a proto nikdo nemá ani stejnou intenzitu těchto prožitků a reakcí. Paul Ekman se roku 1972 pokusil klasifikovat šest základních typů emocí – strach, znechucení, hněv, překvapení, štěstí a smutek.

V roce 1999 zavedl do jeho seznamu další emoce jako stud, pýchu, uspokojení, opovržení a další.

Kübler-Ross (2013) se zmiňuje o tom, že emoce nám napomáhají akceptovat a řešit zátěžové situace. „*To, co prožíváte, vždycky směřuje k hojení těch oblastí vašeho nitra, které jsou nějak zraněné. Pokrok ale není vždycky zřejmý na první pohled a často také nebývá nijak hladký a plynulý. Láska uchopí všechno, co s ní neladí a nesouzní, co se jí nepodobá, a položí to na váš práh, abyste se s tím museli vypořádat a napravit to.*“

3.2 Vývoj emocí

V předškolním věku se objevuje prosociální chování, které pomáhá chápat druhé. Tyto děti zvládají projevit empatii a pokouší se druhým pomoci. Díky rodině a nejbližšímu sociálnímu prostředí se dítě učí tlumit okamžitou emoční reakci. Celkově toto období zahrnuje větší porozumění svým emocím, mluvení o svých emocích či emocích různých postav např. v pohádce a kontrolu a ovládání svých prožitků.

Vzhledem k přetrvávajícímu egocentrickému období je třeba brát ohled na dětské pocity viny, které se vztahují i na okolnosti, které nemá ve své moci.

3.3 Jak děti rozumí smrti

Pochopení smrti závisí na věku a vývoji. Na různých vývojových úrovních děti chápou smrt různě. Téma smrt by jim mělo být vysvětlováno jednoduchým a jasným jazykem. Dříve děti vyrůstaly ve světě, který přirozeně zahrnoval zdravé i nemocné, o umírající se starali příbuzní. Proto se od nejútlejšího věku dětem stávalo, že prožívaly smrt svých blízkých. Mohly tak přirozeně vnímat a přijímat fakt, že smrt je neustále přítomná a přirozená součást života. Mohly vnímat chování dospělých v takových situacích i poznávat rituály, které kolem úmrtí v rodině byly běžné a potřebné, které dávaly lidem možnost ztrátu emočně prožít. Dle E. Cleve (2004) dnešní děti bezpochyby nejsou na smrt milovaného člověka dobře připravené.

Odborná literatura uvádí, že děti jsou schopné porozumět smrti už ve velmi útlém věku. Vždyť smrt se v současné době objevuje v celé řadě pohádek i dětských seriálů. Úroveň, na které jsou děti schopné pochopit smrt, závisí do jisté míry na stupni jejich vývoje a především na věku.

Dvouleté dítě rozumí smrti jinak než předškolák a zcela jinak než dospívající teenager. *„Způsoby reakcí se u jednotlivých dětí značně liší. Dítě reaguje v závislosti na svém věku, náhlosti úmrtí, typu vztahu se zemřelou osobou i s žijícími příbuznými. Typickou reakcí je počáteční směs šoku, zloby a nedůvěry, postupně následují pocity zármutku, lítosti, zoufalství.“* (KYRIACOU, 2005)

V porozumění smrti hraje velkou roli kognitivní vývoj. Smrt dětem není neznámá. Marie Nagy (1948) se v polovině 19. století podrobně zabývala tématem smrti. Svou studii zaměřila na děti ve věku od 3- 10 let. Zkoumala, jak děti vnímají otázky smrti a jak tématu rozumí. Shromáždila písemnou kompozici, kresby a rozhovory od dětí sobě věkově blízkých a rozdělila vývojová stádia do tří skupin - vývoje konceptu smrti.

První skupina byly děti ve věku od 3 do 5 let. Tyto děti měly s přijetím smrti největší problém. Nechápal, že smrt je definitivní. Jinými slovy tyto děti smrt zcela odmítaly. Smrt viděly pouze jako odchod, spánek či odloučení. V toto období dle Nagy je dětské myšlení hodně egocentrické a nerozlišují živé od neživého.

Druhá skupina dětí ve věku od 5 do 9 let dokáže vnímat smrt jako konečnou a nevratnou událost. Jak potvrdil i Matějček, a Dytrych (1994) Děti ve školním věku chápou smrt realističtěji. Velice dobře si uvědomují, že smrt je definitivní. Tyto děti smrt personifikovaly do osoby. Dětská fantazie ji přirovnala ke kostlivci, strašákovi či klaunovi. Podle nich tyto osoby mohou být neviditelné, schovávat se, chodit potmě a být nebezpečné. Na druhou stranu si děti myslí, že když budou dostatečně rychlé či chytré, dokážou smrti utéci. Významnou roli zde hraje egocentrický pohled na svět. V tuto chvíli se formuje artificialismus a animismus. Nejen že děti přikládají smrti, že nosí nemoci či bacily, ale smrt je podle nich také jakýsi trest.

Poslední skupina dětí nad 9 let dokáže vnímat smrt jako definitivní, nevratné ukončení života každého živého tvora. Postupně začínají přijímat přirozenou nezbytnost smrti

a chápat, že ji nikdo z nás neunikne. Kolem 12 roku teprve děti začínají vnímat smrt jako dospělí lidé.

Dle Virginia Slaughter a Maya Griffiths (2007) dítě mezi 5. až 10. rokem lépe porozumí smrti, když pochopí jednotlivé dílčí komponenty.

1. Nevyhnutelnost – kdy dítě pochopí, že všichni jednou zemřeme.
2. Univerzálnost či také použitelnost – smrt se týká všeho živého
3. Nevratnost – smrt je konečný stav
4. Nefunkčnost – mrtvému přestanou fungovat všechny tělesné orgány, nemůže se hýbat
5. Příčinnost – dítě si uvědomí, z jakých důvodů může zemřít. Tento komponent je poslední k pochopení.

3.4 Jak s dětmi mluvit o smrti blízkého

O smrti bychom s dětmi měli mluvit od útlého věku, i když je toto téma velmi citlivé a bolestné. Dospělým často docházejí slova a mnohdy se stává, že rodič dítěti ohledně smrti lže nebo se snaží pravdu zaobalit ve snaze, že dítě ochrání.

„Často se spoléháme na to, že děti vědí jenom tolik, kolik jim sami řekneme, chováme se jako bychom mohli mít stav jejich poznání pod kontrolou. Trápíme se tím, co všechno bychom dětem měli, a co bychom jim naopak neměli říci, a přitom bychom se možná měli nejdříve zeptat sami sebe na to, co jsme od svých dětí připraveni a ochotni slyšet.“ (Kübler – Rossová, 2003).

Toto opomíjení však nepramení z necitelnosti, ale z pocitu, že pro děti je nejlepší, když setrvávají v nevědomosti o smutných aspektech života tak dlouho, jak jen to bude možné. I rodiče, kteří chtějí být vůči svým dětem upřímní, to považují za velmi obtížné, jelikož jejich vlastní smutek jim brání hovořit s dětmi otevřeně.

Bojí se, že se mohou zhroutit přímo před očima svých dětí a celou situaci tak ještě zkomplikují. Proto se zpravidla vyhýbají tomu, říci dítěti pravdu a často upřímně věří, že ji před ním utají, aniž by v něm vzbudili podezření či ještě silnější obavy. Zdůvodňují si to tím, že takové zprávy dítě rozruší, nebo že je příliš malé na to, aby se s tímto vědomím

dokázalo vyrovnat (Kübler – Rossová, 2003). Dítě se však dokáže vyrovnat s čímkoli, pakliže mu řekneme pravdu a ono se může se svými nejbližšími podělit o pocity, které jsou přirozené. Pakliže jim budeme v jejich zármutku oporou, naučíme je, že i ony jsou schopny projít žalem a zvládat silné emoce. I dítě má své city, svůj svět a chce být součástí dění. Pokud budeme plakat, všichni v rodině budou smutní, bez nálady a budou se chovat jinak než doposud, bude mít dítě v sobě zmatek. Nebude chápat příčinu našeho chování a bude se cítit smutné a osamocené.

Jak uvádí Colorosová (2008) děti vnímají svět kolem sebe, naše pocity smutku, zloby a bolesti. Slyší naše tiché rozhovory, vidí nás plakat. Vědí, že se něco stalo a snaží se uhodnout co vlastně.

Dle mnoha odborníků bychom měli ocenit, že dítě klade otázky týkající se smrti. Pokud dítěti odpovíme složitě, může se dítě cítit zahlceno informacemi, které ani nepotřebovalo, pokud je naopak naše odpověď velice stručná, může se domnívat, že toto téma je tabu. Dítě si například nedokáže vysvětlit větu: „Tatínek usnul“. Různí psychologové se shodli, že děti potřebují pravdivé informace, které jsou jasně formulované a pro ně srozumitelné, od toho, kdo je mu nejbližší – od rodiče. Tak se posiluje vztah mezi rodičem a dítětem. Fráze „tatínek usnul“ v nich může vyvolat strach ze spánku. Je-li to možné, děti by měly být o realitě konečnosti (smrti) informovány. Nedostatek informací v nich pak může vyvolat úzkostné stavy, pocity méněcennosti, v nejhorších případech se může samo dítě cítit přímo odpovědné za to, že někdo zemřel.

„Dítě by mělo být o všech neblahých událostech v rodině informováno včas. Nic nezapírat a zbytečně neodkládat! Platí to o úmrtí někoho z rodičů stejně jako o jiných ztrátách a tragických událostech. Dítě lépe prožívá fázi otřesu, protestu i beznaděje v blízkosti těch, kdo jsou stejně naladěni, takže v danou chvíli jsou mu přirozenou oporou.“ (MATĚJČEK, DYTRYCH, 2002).

Děti v každém období prožívají ztrátu jinak a my bychom měli jejich věku přizpůsobit způsob naší podpory a komunikace.

0-2 roky

Reakce dítěte v tomto věku má podobu **separační úzkosti**.

U nejmladších dětí ve věku od 0 do 2 let je potřeba být dítěti na blízku a mazlit se s ním. Je vhodné s nimi mluvit klidně a případně jim poskytnout různé příkrývky, ze kterých si mohou vytvořit „schovku“ a dávat oblíbené plyšáky.

3-7 let

Důležité je stále dodržovat pravidelné rituály rodiny. Udržovat je v bezpečí, používat slova, která popisují pocity, přínosné jsou doteky, objetí či držení za ruku. Každé dítě potřebuje, aby se mu v takovou chvíli ostatní blízcí věnovali a podporovali jeho kreativní hry a cvičení, které je pro něj změnou myšlenek a pocitů. Před spaním si společně s dětmi můžeme číst dětské knihy o smrti a smutku. Společně můžeme vytvořit krabici plnou vzpomínek, která bude věnovaná památce na zemřelého.

Co je však nedůležitější, vysvětlit dítěti, že smrt je součástí života a případně je zapojit do příprav na pohřeb – nakreslit obrázek, který se vloží do rakve. V tuhle chvíli bude dítě nejspíš zajímat, kdo by se o ně staral v případě naší smrti. Na všechny takové otázky je důležité dětem odpovědět.

Důležité tedy je:

- a) odpovídat stručně a jednoduše

Malé děti ještě neudrží přísun mnoho informací. Je lepší nezabíhat do složitých detailů průběhu nějaké těžké nemoci. Vždy je nutné používat konkrétní slova jako „zemřel“ nebo „byl zabit“. Pokud bychom použili výraz „odešel“ nebo „ztratili jsme“, malé dítě nabývá dojmu, že se zemřelý člověk vrátí.

- b) vyjadřovat své vlastní emoce

Dětem by se mělo vysvětlit, že nejen ony, ale i dospělí potřebují plakat, když je jim smutno, protože se jim po dané osobě stýská a na pláči či smutku, není nic špatného a plakat při zármutku je dobré a přirozené. Smutek má být prožit. Není dobré se snažit děti násilně rozptýlit, rozveselit, vozit je někam za zábavou. Dobře prožitý smutek je důležitým krokem při utváření osobnosti.

c) Vzpomínat na zesnulého

Neměli bychom se bát otevřeně mluvit o zesnulém. Mnohdy samotná slova stačí k pocitu, že je stále s námi. Často pomáhá připomenutí nějakého společného zážitku, které dítě s danou osobou prožilo. Způsobů je mnoho. Přiznat vzpomínky na zemřelého je správné a pro dítě naprosto přirozené.

d) Zachovávat řád a zvyklosti

Po úmrtí blízké osoby prožíváme život jako chaotický, nejistý a nepředvídatelný. Stejně tak jej prožívají děti. Zachování obvyklých rituálů a zvyků pomáhá v pocitu stability.

e) Naslouchat dětem

Děti často potřebují po úmrtí blízkého člověka vyprávět svůj příběh – co se stalo, kde byly, když se dozvěděly o úmrtí. Je důležité naslouchat dětskému vyprávění bez hodnocení či vyjadřování vlastního názoru.

3.5 Děti a pohřeb

Každá kultura a doba se s odchodem blízkého vyrovnává jinak. V Česku se s mrtvými loučíme během obřadu v krematoriu nebo na hřbitově. Otázku zda vzít nebo nevízt děti na poslední rozloučení s blízkou osobou si pokládá většina rodičů, pokud je u nich v rodině toto téma aktuální. Rodiče v dnešní době se často snaží své děti před tímto obřadem chránit a vyhnout se tak otázkám smrti. Přitom si rodiče neuvědomují, že rituály a obřady mají léčivou moc a dokážou přispět k tomu, abychom smrt pochopili, přijali ji a lépe se s ní vyrovnali. Kaufmannová – Huberová (1998) a DiGiulio a Kranzová (1997) se shodují v názoru, že pohřeb je pro děti jako rituál velmi důležitý. I v případě, že se jedná o domácího mazlíčka. Proto by každé dítě, mělo mít možnost se samo rozhodnout, zda se chce či nechce pohřbu zúčastnit. Můžeme dětem nabídnout i náhradní individuální rozloučení – napsat zesnulému dopis, zapálit mu svíčku, jít na výlet, kde to měl dotyčný nejraději či namalovat nějaký obrázek. Na druhou stranu, pokud se dítě rozhodně pohřeb absolvovat, přinese mu poznání reality života a smrti.

„Pohřeb nám umožňuje dát veřejně najevo, jak důležitý pro nás zesnulý člověk byl a jak moc svým životem obohatil naše životy. Pohřební rituál je poděkováním zemřelému, vyjádřením naší úcty k němu. Je veřejným sdílením žalu a bolesti, útěchy a naděje“ (KÚBLER – ROSSOVÁ, 2003).

Jak uvádí Vávrová (2010), rituál pohřbu nám slouží jako prostředek vyrovnávání se s umíráním a smrtí. Je nezpochybnitelným potvrzením nezvratného ukončení životní dráhy člověka. Pohřby poskytují pozůstalým příležitost zamyslet se nad tím, jak se život zesnulého dotýkal jich samotných, poskytuje jim příležitost truchlit nad ztrátou, kterou utrpěli. Jak uvádí Matějček a Dytrych (1994): *„ Pohřeb člena rodiny byl v dřívějších dobách rodinnou slavností, které se děti samozřejmě účastnily.“* Je zajímavé, jak se v současné společnosti názory na přítomnost dětí na pohřbu mezi rodiči a odborníky liší. Matějček a Dytrych (2002) k této problematice uvádí, že účast dítěte na pohřbu by měla být víceméně samozřejmostí, stejně jako návštěvy hrobu či fotografie zemřelého v domácnosti. Být účastno takového společného rozloučení znamená pro dítě prožívat vše se svými nejbližšími a poznávat, co se při takovém rozloučení děje, neboť jinak je jeho fantazie může zavést k daleko drastičtějším představám, než si ti, co jej chtějí chránit, dovedou vůbec představit. Parkes (2007) uvádí: *„Strach rodičů, že dětem ublíží, když před nimi budou hovořit o smrti a dovolí účastnit se pohřbu anebo pohlédnout na mrtvého, se často nezakládá na pravdě. Pokud jsou děti dobře připraveny a dostane se jim náležitě podpory, mohou takovou situaci zvládnout a obvykle je to obohatí stejným způsobem jako dospělí.“*

„Nenuťme děti, aby se těchto obřadů účastnily, ale zároveň jim tu možnost neodpírejme. Povzbudme je a rozhodnutí nechejme na nich. I malé děti se mohou účastnit obřadů, mohou nakreslit obrázek pro zemřelého, napsat mu dopis nebo pomoci s výběrem květin na hrob. Je důležité s dětmi komunikovat, respektovat jejich myšlenky, pocity a názory.“ (CLEVE, 2004)

4 TÉMA SMRT V KNIHÁCH PRO DĚTI

Smrt se často objevuje v knihách pro děti a je jejich běžnou součástí. Smrt antihrdiny je dokonce téměř samozřejmostí a vítanou událostí. Jednou z hlavních zásad pohádek je potrestání zla a výhra dobra nad zlem. Ale co smrt kladných postav? Smrt v pohádce může potkat téměř kohokoli. V některých pohádkách je smrt prezentována jakoby mimochodem, se samozřejmostí a bez zvláštní pozornosti. V jiných pohádkách je skonu věnována významná pozornost, provází ji například smuteční rituál, truchlení.

Způsobů skonu je v pohádkách nemálo. Umírá se klasicky, tedy stářím či na nemoc, ale i smrtí násilnou, úkladnou. Motiv smrti se často objevuje i v pohádkách Andersena. Andersen vkládá smrt do pohádek jako přirozený prvek, jako druhou stranu mince života, nerozlučně s ním spjatou.

Smrt si můžeme rozčlenit rovněž do několika kategorií. Například smrt dočasná, kdy je zabitá postava znovu přivedena k životu, ale také se může stát, že k usmrcení hlavní postavy ani nedošlo, jako je tomu u pohádky „Červená Karkulka“. Smrt jako neúspěch je příkladná v pohádce „Šípková Růženka“.

4.1 Pohádky o smrti pro děti předškolního věku

Krátký výčet literatury pro děti, která je zaměřena přímo na zvládání smrti v běžném životě dětí:

➤ **„Smrt – moje malá proč“** - Stéphanie Duval

Tato kniha pomáhá dětem porozumět tomu, proč se vše na světě děje. Pravdivě odpovídá na otázky, jež se dotýkají životů dětí, jelikož ne všichni rodiče si ví rady, když se jich děti na smrt zeptají. Tato citlivá knížka podává pomocnou ruku.

Co je to smrt? Probudíme se po smrti někde jinde? Nebudeme se jako mrtví nudit? Aliččin dědeček zemřel a Alice si právě pokládá tyto otázky. Smrt působí smutek, máme z ní strach, přináší černé myšlenky, probouzí v lidech hněv. Tato knížka z řady "moje malá proč" pomůže porozumět tomu, proč to tak je.

➤ **„O smrti smrtoucí“** - Stalfelt Pernilla

Může si člověk vzít do hrobu koně nebo mobil? Umí zmrzlina připomenout člověka, který zemřel? Co to znamená, když je vlajka na půl žerdi? Má strašidlo někdy ponožky? Je duše neviditelná? Každému někdy začne vrtat hlavou, co je to smrt... Švédská spisovatelka píše pro děti o tom, že život je konečný a lidé časem umírají. Těžké téma je zobrazeno překvapivě svižně a s milým humorem, zároveň i s něhou a důstojností. Knížka je plná kouzelných obrázků a nebude děti lekat ani strašit. Je určena čtenářům přibližně od 7 do 12 let a také jejich rodičům, prarodičům a vychovatelům jako branka, která dětem otevře nelehké téma smrti.

➤ **„Anton a Jonatán“** - Jostein Gaarder

Anton je plyšový medvídek, který vzpomíná, jak ho kluk Jonatán vozil s sebou na kole a ukazoval mu svět. Pak ale Jonatána srazilo auto a Anton zůstal sám. Zajímavě působí pozorování z perspektivy neživé hračky, která uvažuje typickým gaarderovským způsobem o tajemství života a smrti.

➤ **„Když dinosaurům někdo umře“** – Laurie Raskin Brown

Tato kreslená kniha se věnuje rovněž tématu smrti. Pomáhá dospělým odpovídat dětem na těžké otázky okolo této smutné události. Ukazuje více možností, jak mohou lidé vnímat smrt. *„Dinosaurům někdo umřel. Vám ne? Ale ano. Naše rodiny vypadají velmi podobně. Nikdo nejsme na světě napořád a každý se několikrát v životě setkáme s tím, že nám zemře někdo milý a hodně blízký. Ztratí se nám člověk, jehož život byl s naším hodně propleten, a teď nám moc chybí a neumíme to pochopit.“*

➤ **„Je smrt jako duha“** – Jeanette Bresson Ladegaard Knox

Emilce se nelíbí Smrt, která si přichází odvést její babičku. Smrti se zas nelíbí, že když zahlédneme světlo z krásné zahrady, utečeme jí za ním. Knížka dánské spisovatelky klade s Emilkou otázky, které si (nejen) děti kladou, a odpovídá na ně něžně i otevřeně zároveň, nenabízí recept, neničí tajemství. Tato kniha čerpá

ze zkušeností z hospice. Pomáhá rodičům, jakým způsobem o smrti mluvit, jak dětem smrt vysvětlit a nelhat. Jak dětem odpovědět na otázky a nebýt příliš tvrdí. Kniha je určena pro malé děti a především pro jejich rodiče, kterým může pomoci odstartovat rozhovor na téma „Co je to vlastně smrt“.

➤ **Špunťa a já** – Acosta, Alicia

Kniha vypráví o holčičce, které umřel milovaný pes Špunťa. Pejsek byl už moc starý a unavený. Doma byli smutní všichni, ale nejvíc holčička, protože ji začal pronásledovat temný mrak, v očích ji štípalo jako po mýdle a kolem srdce jí tlačilo, jako by ji svírala chobotnice. Knížka je pro malé děti o ztrátě, zármutku, síle vzpomínek a o tom, jak se s tím vším naučit zacházet.

➤ **„Čekání na Vlka“** – Sandra Dieckmann

Tato kniha pomáhá dětem odbourat stesk, který člověka sužuje poté, co někdo odejde, zmizí nebo zemře. Půvabná a upřímná obrázková kniha o přátelství i ztrátě a o tom, jak se naučit žít dál. Kniha pojednává o Lišce a Vlkovi, kteří společně běhávali bok po boku, chodívali společně plavat a spolu se podívovali krásám světa kolem. Jednoho dne ale Vlk zmizel...

➤ **„Nemůžu usnout“** – Stein Erik Lunde

„Klučičí“ knížka o truchlení. Chlapec, který nemůže v noci spát, nachází bezpečí v tátově náruči. Tehdy se odváží a ptá se na věci, které ho trápí. Spí ptáci v noci? A lišky? A co maminka, která umřela: kdy už se probudí a vrátí se domů? Táta a chlapec na noční procházce řeší otázky plné úzkosti. Táta podává laskavé a jasné odpovědi plné jistoty a klidu pod hvězdami.

➤ **„Návštěva malé smrti“** – Kitty Crowther

Tato kniha pojednává o Malé smrti, která je nešťastná, protože ji nikdo nemá rád. Všichni se jí bojí, lidé, které převádí do svého království, jsou smutní, vzdychají a je jim zima. Jednoho dne si ale Malá smrt dojde pro Evelínu a od té doby je všechno jinak. Tato kniha je vodítkem, jak s malým dítětem mluvit o smrti, co mu říct. Kitty Crowther je přirozená vypravěčka, nebojí se dětem otevřít tak složité téma, jako je konec života, a dělá to s vrozeným citem pro dětský svět.

➤ **„Děvčátko s kosou“** – Michael Stavarič

Kniha vypráví o malé holčičce, jejíž tatínek je pan Smrt. Jednoho dne se rozhodne, poslat ji do světa, aby se tam naučila všechno podstatné o životě. Malé děvčátko bloudí ve velkém světě, hledá cestu, neví co si počít s tátovou velikánskou kosou. Naštěstí se brzy ukáže, že stačí mít oči dokořán a pořádně se dívat kolem sebe. A tak černou kutnu nahradí po pádu do kbelíku se žlutou barvou veselé šaty, které jsou den ode dne kratší, jak je děvčátko s kosou den za dnem větší a dospělejší.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 Uvedení do metodologie výzkumného šetření

5.1 Předmět a cíle výzkumného šetření

Předmětem výzkumného šetření bylo mapování, jak se šest dětí předškolního věku vyrovnává se smrtí svého otce.

Cílem bylo zjistit, jak maminky dětí a další blízké osoby děti touto zkušeností provázejí a jak plyne další rodinný život.

Výzkumné otázky

1. Jakým způsobem otec zemřel a jak se to dítě dozvědělo
2. Jak dítě bezprostředně reagovalo na tuto událost
3. Jak děti na tatínka vzpomínají
4. Jakým způsobem se proměnil či zůstal zachovaný denní režim a rituály rodiny

5.2 Výzkumný přístup a metody výzkumu

Při výzkumném šetření pomocí kvalitativní sondy bylo využito dvou metod:

1. **Metoda rozhovoru.** Osobní rozhovor probíhal individuálně s rodiči vybraných rodin v průběhu celého výzkumu. Umožnil navázání blízkého osobního kontaktu. Strukturovaný rozhovor umožnil získat data. Polo-strukturovaný rozhovor poskytl větší prostor rodičům a jejich odpovědím. Tyto rozhovory byly zaznamenávány prostřednictvím diktafonu a následně zapsány do připravených záznamových archů.
2. **Metoda pozorování.** Sledování sociálního kontaktu mezi pozůstalým rodičem a dítětem. Přímé pozorování bylo systematicky zaznamenáváno do záznamových archů – pozorovacích listů a následně srovnáváno s předem získanými odpověďmi respondentů. Po srovnání bylo vyhodnocováno písemnou formou. Pozorování umožnilo získat povědomí o tom, zda dítě vnímá smrt jako nevratnou situaci, co pro dítě znamená, že někdo zemře a jak je pro dítě důležité zachovat řád a zvyklosti i po smrti jednoho z rodičů.

Díky pozorování bylo možné sledovat, jak se liší doba a projevy truchlení u dětí, v souvislosti s příčinou úmrtí rodiče. Do každé rodiny jsem chodila vícekrát, na odpolední návštěvy. Toto pozorování navazovalo na rozhovor s matkou a mělo mimo jiné za cíl doplnit či pozměnit její sdělení. [REDACTED]

Některé mě objaly a daly najevo, že mají z mé návštěvy radost. Jiné jen z pokojíku zavolaly a trvalo jim delší dobu, než si ke mně při návštěvě našly cestu a chtěly si povídat. Jedno z počátku odmítalo jakýkoliv kontakt, stala jsem se tedy tichým hostem a jen ho pozorovala. Děti byly celkově uzavřené, chvíli se bez příčiny smály, následně bylo slyšet vzlykání. Pověštinou si děti hrály v pokojíku. Stavěly si skryše, kreslily, povídaly si s plyšáky, nebo jen tak seděly a zamyšleně ťukaly do stolu. Jiné byly s maminkou v kuchyni a na moji návštěvu se viditelně těšily.

5.3 Organizace a průběh výzkumného šetření

Výzkumné šetření se realizovalo v šesti vybraných rodinách. Probíhalo v rozmezí desíti měsíců od září 2021 do června 2022. Všech šest rodin bylo vybráno z mateřských škol. Výzkumného šetření se spolu s šesti pozůstalými rodinami zúčastnilo 6 dětí předškolního věku, které navštěvují heterogenní třídy. [REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Třem dětem zemřel rodič na následky dlouhodobé nemoci, dva otcové se rozhodli pro sebevraždu a jeden byl zavražděn.

Výzkumné šetření bylo tvořeno nejprve sběrem rozhovorů, na které pak navázaly mé návštěvy v rodinném prostředí. Návštěvy v rodinách byly opakovaně realizovány v odpoledních hodinách. Šlo zejména o pozorování činností, kterým se děti nejvíce věnovaly, pozorování komunikace mezi rodičem a dítětem a reakce dětí na emoce dospělého (smutek, zoufalství, lítost).

Návštěvy v rodinném prostředí poodhalily, zda si děti volily raději činnosti individuální (vyhledávaly samotu) či preferovaly činnosti s dospělou osobou, zda se při komunikaci děti dožadovaly hovořit o zesnulém a trvaly na rituálu, který s ním zesnulý rodič dělal a jak děti reagovaly na vyjadřování emocí dospělého.

5.4 Témata otázek pro výzkum

1. Hovoří vaše dítě o zesnulém rodiči?
2. Dotazuje se vaše dítě, za jakých okolností a proč rodič zemřel?
3. Vyptává se vaše dítě na to, co je po smrti a zda je smrt nevratná?
4. Odpovídáte dítěti pravdivě na jeho otázky týkající se smrti partnera?
5. Vyžaduje vaše dítě nějaký nový rituál po smrti rodiče?
6. Prohlížíte si s vaším dítětem fotografie zesnulého partnera?
7. Zachováváte řád a zvyklosti rodiny i po smrti partnera?
8. Umožňujete vašemu dítěti návštěvu hřbitova?
9. Vyjadřujete před dítětem své emoce? (smutek, zoufalství, lítost)
10. Jak dítě mluví o zemřelém?
11. Jaký nový rituál dítě vyžaduje po smrti otce?
12. Jak vzpomínáte a co vám v tom pomáhá?
13. Jak se dítě vrací k pohřbu otce?
14. Jak se dítě doptává na smrt?
15. Jaké rituály a denní režim máte?

5.5 Představení respondentů

Uvádím zde pouze stěžejní informace – jméno dítěte, jeho věk v současnosti, jeho věk v době úmrtí rodiče, jakým způsobem otec dítěte zemřel. Všechny děti spadaly do stejné věkové skupiny 3 - 6 let a vyrůstaly před úmrtím jednoho z rodičů v úplné rodině. Společným faktorem všech 6 rodin je ztráta otce.

Jméno Dítěte	Věk dítěte v době úmrtí otce	Věk dítěte v současnosti	Způsob smrti otce	Sourozenci (počet)	Rodina před událostí
Daniela	5 let	6 let	██████████	ne	úplná
Jiří	5 let	6 let	██████	ne	úplná
Pavel	6 let	6,5 roku	██████████	ne	úplná
Nela	4 roky	5 let	██████████ ██████	ano (1)	úplná
Lukáš	4,5	5,5 roku	██████████ ██████	Ne	úplná
Ema	4 roky	5 let	██████████ ██████	ano (2)	úplná

5.6 Shrnutí informací o respondentech

- ✓ všech šest rodin bylo úplných
- ✓ jedna druhotně vzniklá
- ✓ všechny sledované děti byly předškolního věku 4 – 6 let
- ✓ čtyři děti byly jedináčci
- ✓ jedno dítě mělo jednoho sourozence (novorozeně)
- ✓ jedno dítě mělo dva sourozence (15 let, 10 let)

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Pavlík

[REDACTED] Zpočátku byl při mých návštěvách v jeho domácím prostředí zamlklý, neustále si hrál s autíčky a odmítal jakoukoliv konverzaci se mnou – [REDACTED]

Patrně to Pavlík vnímal tak, že se na něj neupíná tolik pozornost. [REDACTED]

[REDACTED]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

[Redacted text block]

k [redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

Zpočátku mě jen tak okukoval a dělal, že nejsem. Při dalších návštěvách se začal předvádět, patrně, aby na sebe upoutal pozornost. Postupem času jsme si společně s maminkou povídali, až došlo ke zlomu a chtěl být se mnou sám.

[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]
[redacted]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

6.3 Výzkumná zjištění

Odpovědi na výzkumné otázky

1. Jakým způsobem otec zemřel a jak se to dítě dozvědělo

Tři otcové zemřeli na následky dlouhodobé nemoci a všechny jejich děti [REDACTED] je viděly, jak se jejich zdravotní stav zhoršuje. Tyto děti se o smrti dozvěděly ihned od svých matek, bezprostředně po této smutné události.

Dva tatínci se zabili – [REDACTED]

V případě vraždy otce maminka [REDACTED] syna pravdivě informovala bezprostředně.

2. Jak dítě bezprostředně reagovalo na tuto událost

Všechny děti reagovaly bezprostředně na tuto událost emoční reakcí - pláčem. Své pocity spojené se ztrátou tatínka vyjadřovaly různě. Ve dvou případech [REDACTED] se objevil vztek, v jiném případě [REDACTED] objetí maminky a sourozenců. Kromě toho [REDACTED] navíc reagovala křikem, vztekem, mlácením hlavy do polštáře a strkáním do maminky. Další reakcí [REDACTED] bylo schování se pod postel, držení maminky za ruku, [REDACTED] smutek, kopání do hraček, schování se do skříně, [REDACTED] objetí maminky a pusa. V jednom případě [REDACTED] doprovázel oznámení této zprávy smích.

3. Jak na tatínka děti vzpomínají

Pět dětí [REDACTED] vzpomínají nad fotografiemi. Prostřednictvím prožitých zážitků vzpomínají dvě děti [REDACTED] Ve dvou případech [REDACTED] prostřednictvím tatínkovy písničky, [REDACTED] prostřednictvím videa. V jednom případě se dítě [REDACTED] dívá na oblohu a hledá tatínkovu hvězdu.

4. Jakým způsobem se proměnil či zůstal zachovaný denní režim a rituály

Všech šest dětí má doma zachovaný denní režim a rituály. [REDACTED] zachovávají společné stolování, ukládání ke spánku, pravidelnou dobu večeře. Rituál Večerníček zachovává pět dětí ([REDACTED] - pusa na čelo před spaním, [REDACTED] - poslech písničky před spaním, [REDACTED] - drbání na zádech.

Nalezené společné faktory doslovných odpovědí maminek

Všech šest rodin hovoří s dětmi o smrti tatínka otevřeně. Dvě děti [REDACTED] mluví o tatínkovi jako o Andělovi, dvěma dětem [REDACTED] je poskytována kniha pro děti s tématem smrti, dvě děti [REDACTED] mají jako prostředníka k rozhovorům oblíbenou hračku – plyšáka. O tatínkovi vypráví v MŠ dvě děti [REDACTED]

Všech šest maminek hovoří s dětmi o pohřbu tatínka a pokládá přítomnost dítěte na pohřbu za důležitou z důvodu nutnosti rozloučení se. Všech šest dětí se rovněž pohřbu zúčastnilo. Tři děti [REDACTED] se vrací k pohřbu tatínka prostřednictvím vzpomínek na černé oblečení, dvě děti [REDACTED] vzpomínají na poslední kytičku pro tatínka a ve dvou případech [REDACTED] mají děti vzpomínky na dárek pro tatínka (obrázek, dudlík, plyšák).

Maminky vždy používají věcné vysvětlení smrti. Ve třech případech [REDACTED] - kdo zemře, nedýchá. Ve třech případech [REDACTED] – kdo zemře, netluče mu srdíčko a nemluví. Čtyři děti [REDACTED] se doptávají, kde má tatínek po smrti tělo, zda všichni zemřeme. Dvě děti [REDACTED] – kam šel tatínek po smrti a [REDACTED] - kde spí ten, co umře.

Nalezené rozdílné vzorce doslovných odpovědí maminek

Děti se dotazují - kam šel tatínek po smrti [REDACTED], zda umře i maminka a kdy, zda smrt bolí [REDACTED]. Maminky používají rozdílné, věcné vysvětlení smrti - tatínek umřel, protože mu dotlouklo srdíčko, nefunguje tělo – proto má křídla. U dítěte [REDACTED] vysvětlení - ne všichni lidé respektují slušné chování, setkáváme se s nástrahami, které se nedají ovlivnit. Každý člověk je jiný. Představa dětí o tatínkovi [REDACTED] - má duši v nebi, tatínek je pod zemí [REDACTED] - tatínek je na mráčku.

7 SEBEREFLEXE

Velice mě v rodinách překvapilo **pravidelné vzpomínání na zemřelého tatínka. Ať už během rozhovorů, hraní či při obyčejných, každodenních činnostech.** Z rozhovorů i pozorování vyplynulo, že se rodiny dětem po smrti jejich tatínka hodně věnují, tráví s nimi veškerý volný čas a snaží se jim vynahradit jejich ztrátu. Společně s nimi prožívají svůj smutek, o kterém i hovoří.

Pozorované rodiny byly různorodé. Každá z nich měla svoji prioritu a upínala pozornost dítěte na něco jiného. Souhlasím s názorem některých rodin, že společná chvíle s dítětem je pro ně velmi důležitá. **Velmi mě překvapilo, že i když děti často vyžadovaly fyzický kontakt s matkou,** neměly problém odloučit se od ní a navštěvovat po úmrtí tatínka mateřskou školu a udržovat i nadále kontakt s vrstevníky.

Překvapivý pro mne byl [REDAKCE] maminky, která následně během pozorování v rodinném prostředí uznala, že neměla uhýbat odpovědi o pravé příčině smrti tatínka, měla být více upřímná a otevřená již od začátku a sdělit informaci o sebevraždě co nejdříve. Uvědomila si, že komplikovala truchlení dítěte, které mohlo tímto postojem nabýt dojmu, že se dospělým nedá věřit. Pochopila, že děti potřebují znát pravdu. V důsledku toho se mohlo dítě uzavírat do sebe, bylo by citlivější a mohly by se u něj i narušit vztahy s vrstevníky. [REDAKCE]
[REDAKCE]
[REDAKCE]

Přesvědčila jsem se také o tom, že **blízkost matky je pro děti velmi důležitá.** Dítě se tak cítí být v bezpečí, přijímané, je přirozené a klidné. Také jsem se přesvědčila o tom, že pokud má dítě dané hranice a ví, co bude v daný okamžik následovat, zachovává se mu již zavedený řád a zvyklosti rodiny i po tragické události, která ho potkala, je vyrovnanější a spokojené.

Líbilo se mi, jakým stylem maminky s dětmi hovořily, braly děti jako rovnocenného partnera a umožnily jim podílet se na zajištění pohřbu a přípravě smuteční hostiny, čímž je nevyčlenily a ukázaly jim, jak je jejich pomoc a vzájemná podpora důležitá. Oceňuji, že bylo dětem umožněno prožívat vše společně, ač to byly velmi smutné chvíle.

ZÁVĚR

Bakalářská práce je zaměřená na výzkum vnímání smrti u předškolních dětí, mapování vyrovnání šesti dětí předškolního věku se smrtí svého otce a zjištění, jak maminky a další blízké osoby děti touto zkušeností provázejí a jak plyne další rodinný život.

V teoretické části se věnujeme rodině, její funkci, rodičovským rolím, hovoříme o ztrátě člena rodiny, smrti a truchlení, hovoříme o dětském porozumění tématu smrti, kognitivních procesech a stručně hovoříme o smrti v knihách pro děti.

Praktická část práce obsahuje představení šesti respondentů. Předmětem výzkumného šetření bylo mapování vyrovnání šesti dětí předškolního věku, se smrtí svého otce a ověření, zda dotazované rodiny mají stejný pohled na to, jak s dětmi o smrti mluvit a jak působí na dítě samotná příčina smrti. Jak maminky a další blízké osoby děti touto zkušeností provázejí a jak plyne další rodinný život. Dále se zabývala tím, zda příčina smrti hraje u dětí důležitou roli pro vyrovnání se s touto těžkou situací.

[REDACTED]

Z výsledků je patrné, že příčina smrti tatínka, hraje u dětí důležitou roli pro vyrovnání se se smrtí. Děti, jejichž tatínek tragicky zemřel [REDACTED] ač byly [REDACTED] [REDACTED] procházely složitým procesem truchlení. Tragická smrt jejich tatínka pro ně byla velkým otřesem. Všechny tři děti měly k otci silný citový vztah, příčina smrti byla pro ně těžko pochopitelná.

Daleko hůř přijímaly tuto nevratnou situaci, častěji se u nich střídaly emoce a dotazovaly se, za jakých okolností a proč jejich tatínek zemřel. Takle nenadálá situace byla pro ně něco nečekaného, náhlého. Děti vnímaly i reakce nejbližšího okolí, těžko a dlouho se s touto situací vyrovnávaly. Byly velice psychicky rozhozené, zpočátku se stáhly do sebe, občas se projevovaly agresivně, nesoustředěně, z ničeho nic se rozplakaly, byly mazlivější, nepozorné, skleslé. Dost dlouho se vyrovnávaly s tím, že tatínka už nikdy neuvidí, nechápaly, proč se to muselo stát. Postupem času se vyrovnaly se situací a opět mohly „normálně“ fungovat.

Jejich doba truchlení byla však zřetelně delší, než u dětí, jejichž tatínek zemřel na následek dlouhodobé nemoci. Děti [REDAKCE] snadněji přijaly informaci o smrti tatínka a rychleji se s ní vyrovnaly. Počítaly i s variantou, že se nemusí tatínek uzdravit a že může zemřít, čili navždy je opustit. Tyto děti byly mnohem smířenější. Situace s dlouhodobou nemocí otce byla pro ně v tu chvíli samozřejmou součástí jejich života, která se postupně vyvíjela, i když v neprospěch všech. Milovaly tátu a radovaly se i z toho, když je dokázal jednou rukou pochovat, když se probudil z kómatu a učil se znovu mluvit, že na ně promluvil a oslovil je.

Dokázaly o situaci mluvit, nadále fungovaly v kolektivu a neměly problém navštěvovat mateřskou školu. Byly přesvědčené, že po smrti tatínka bude jeho duše svítit na nebičku jako hvězdička, a tak bude stále s nimi. Naprosto přirozeně vnímaly nevratnost situace. Měly vysvětlení od matky, která jim nic netajila. Postupem času se připravovaly na to, že smrt může přijít a jejich otec navždy odejde.

Výsledky ukazují, že maminky dětí a další blízké osoby děti touto zkušeností provázely velmi citlivě. Snažily se, aby se děti necítily opuštěné, aby si tuto situaci nebraly za vinu a nikdy se nesnažily za každou cenu dítě rozveselit. Nechaly jim možnost prožít si svůj smutek.

Výzkum ukazuje, že se děti v pěti případech dozvěděly pravdu o smrti tatínka od maminky ihned po této smutné události. Jejich bezprostřední reakce byly různé. Děti, jejichž tatínek tragicky zemřel, většinou reagovaly pláčem, vztekem, šokem z nečekané události, kopáním do hraček, útekem – schovat se do „svého“ úkrytu. Postupné uvolnění z této napjaté situace přišlo později. Předcházelo mu „vrácení se v čase“, kdy se děti začaly chovat jinak. Nechtěly se odloučit od matky, častěji se mazlily.

Pouze [REDACTED] se o tragické smrti tatínka dozvěděla až po několika dnech, [REDACTED]. Bezprostřední reakce tohoto dítěte byla daleko bolestnější. Křik, pláč, vztek, pocit zrady, mlácení hlavou do polštáře, odmítání matky. Děti, jejichž otec zemřel na následky dlouhodobé nemoci, většinou reagovaly pláčem a tulením se k mamince. Pro všech šest dětí nebylo jednoduché vyrovnávat se s emocemi, rodiny dětem umožnily prožít si zármutek, rozloučit se a věnovaly svým dětem patřičnou pozornost. Úmrtí tatínka znamenalo pro všechny rodiny velké změny. V domácnosti najednou někdo chyběl.

Další rodinný život přinesl nové rituály, častější prohlížení rodinných fotografií, návštěvy hřbitova, důslednější zachování řádu a zvyklostí rodiny. Bezpochyby se u všech utužil vzájemný vztah.

Všech šest dětí vyžadovalo po smrti otce nový rituál. Tři z nich [REDACTED] jej vyžadovaly téměř denně. Jako hlavním byl zástupný předmět, který patřil tatínkovi (hodinky, triko), bez kterého nešly spát. Nechyběla ani tatínkova oblíbená písnička před spaním. V jednom případě se holčička nemohla dočkat setmění, aby se podívala na oblohu a hledala, která z hvězdiček je ta tatínkova.

Výsledky rovněž ukazují, že všech šest rodin má stejný pohled na to, jak s dětmi o smrti mluvit. Pravdivě odpovídat na jejich dotazy, nic netajit a trpělivě vysvětlit, co to znamená, když někdo zemře. [REDACTED]

[REDACTED] Po návštěvě dětského psychologa svoji odpověď změnila na pravdivou.

Všech šest rodin vnímá účast dítěte na samotném pohřbu rodiče za velmi důležitou. Jak z hlediska rozloučení se, tak i pochopení, že jedna životní etapa končí a další začíná. Rovněž všechny rodiny vnímají, že jsou důležité návštěvy u hrobu zemřelého a patří k životu.

Dvě rodiny [REDACTED] jejichž tatínek zemřel tragicky a tři rodiny [REDACTED], jejich tatínek zemřel na následky dlouhodobé nemoci, měly ve všech položených otázkách 100% pravdivé odpovědi. Po celou dobu výzkumu plně spolupracovaly s dětmi, klidně reagovaly na jejich dotazy a spolu s nimi prožívaly všechny emoce. Pouze Danielka podala v jenom případě nepravdivou odpověď.

Nalezené společné faktory doslovných odpovědí maminek, které se nejčastěji objevovaly při standardizovaných otázkách s možností doplnění. Maminky mluvily s dětmi o příčině smrti tatínka prostřednictvím dětských knih, které se touto tematikou zabývají. Maminky rovněž využívaly při rozhovorech jako prostředníka oblíbenou hračku dítěte.

Dalším společným faktorem byly nové rituály, které po úmrtí rodiče děti vyžadovaly. Jedním z nich byl poslech tatínkovi oblíbené písničky a usínání s předmětem tatínka. Ke vzpomínce na zemřelého, maminky a děti často využívaly rodinné fotografie, videa a vyprávění zážitků, které prožily s tatínkem. 100% shoda v nalezených faktorech, byla v případě pohledu rodiny na účast dítěte při pohřbu. Všech šest maminek pokládalo tento smuteční obřad za velmi důležitý pro potřebu dítěte se rozloučit.

Společné faktory se rovněž objevily při rozhovorech, kdy maminky vysvětlovaly dětem, co to znamená, když někdo zemře. Nejčastější odpovědi se týkaly biologické stránky člověka – člověk nedýchá, netluče mu srdíčko. Posledním nalezeným faktorem bylo dodržování již zavedeného rituálu, převládalo pravidelné sledování Večerníčka.

Bakalářská práce celkově ukazuje na důležitost naslouchání dětem po úmrtí rodiče, komunikování s dětmi, odpovídání na otázky, zachování řádu, rituálu a zvyklostí, na důležitost společného vzpomínání a vytvoření bezpečného prostředí domova, ve kterém může dítě truchlit a vyjadřovat všechny druhy emocí.

Seznam použité literatury

1. BOWLBY, John. *Ztráta: smutek a deprese*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0355-1.
2. BRTNÍKOVÁ, Marta. *Svět muže, ženy a jejich dětí*. Praha: Horizont, 1991. ISBN 80-7012-044-4
3. CLEVE, Elisabeth. *Drž tátu za ruku: krizová psychoterapie s dvouletým chlapcem*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2004. ISBN 80-7106-804-7.
4. COLOROSO, Barbara. *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adoptce*. V Praze: Ikar, 2008. ISBN 978-80-249-1027-7.
5. COTTON, C.R., RANGE, L.M. (1990): Children's Death Concepts: Relationship to Cognitive Functioning, Age, Experience With Death, Fear of Death, and Hopelessness. *Journal of Clinical Child Psychology*. Vol. 19, No. 2, s. 123-127.
6. COULDRICKOVÁ, A./ PARKES, C.M./ RELFOVÁ, M. (2007): *Poradenství pro smrtelně nemocné a pozůstalé*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu
7. CUNGI, Ch., *Jak zvládat stres*. Praha: Portál, 2001. ISBN: 80-7178-465-6.
8. DIGIULIO, Robert a Rachel KRANZ. *O smrti*. Přeložila Eva KLIMENTOVÁ. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 1997. Linka důvěry. ISBN 80-7106-210-3.
9. DOHNALOVÁ, Z., MUSIL, L. 2008. *Přínos sdružení Dlouhá cesta pro matky a rodiny vyrovnávající se se ztrátou dítěte*. Sociální práce/Sociální práca., 2008. roč. 8
10. DUNOVSKÝ, Jiří. *Dítě a poruchy rodiny*. Praha: Avicenum, 1986. Hálkova sbírka pediatrických prací (Avicenum).
11. FREDMAN, G. (1997): *Death Talk: Conversation with Children and Families*. New York: Karnac.
12. FRIESEN, J. D. *Promoting Health in Families: Applying Family Research and Theory to Nursing Practice*. 3. vydání. Philadelphia: Saunders 1990. ISBN 0-7216-0115-4.
13. GJURIČOVÁ, Šárka a Jiří KUBIČKA. *Rodinná terapie: systemické a narativní přístupy*. Praha: Grada, 2003. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0415-3.
14. GOODMAN, Benny. *Psychology and Sociology in Nursing*. 2. London: Sage, 2015. ISBN 978-1-4739-1644-3.

15. GROLLMAN, Earl A. *Slon v pokoji: o smrti a zármutku pro dospívající*. Přeložil Lenka KAPSOVÁ. [Praha]: Cesta domů, 2016. ISBN 978-80-88126-13-3.
16. GOLDMAN, Linda. *Jak s dětmi mluvit o smrti*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0819-8.
17. GUÉNON, Z. *Krize moderního světa*. 1. vydání. Praha: Herman a synové, 2002.
18. HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Ilustroval Karel NEPRAŠ. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.
19. HELUS, Z. *Psychologie pro střední školy*. Praha: Fortuna, 2003. ISBN 80-7168-876-2
20. HRÍCHOVÁ, M., NOVOTNÁ, L., MIŇHOVÁ, J.: *Vývojová psychologie pro učitele*. PedF Plzeň, 2000.
21. KAST, Verena. *Truchlení: fáze a šance psychického procesu*. Praha: Portál, 2015. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-262-0789-4.
22. KAUFMANN-HUBER, G. *Děti potřebují rituály*. 1. vydání. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-203-3.
23. KAUFMANN-HUBER, Gertrud. *Děti potřebují rituály*. Praha: Portál, 1998. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-203-3.
24. KOHLBERG, L. *Stage and sequence: The cognitive-developmental approach to socialization*. In: D. A. Goslin (Eds.). Chicago: Rand McNally, 1969. *Handbook of socialization theory and research*
25. KOHOUTEK, R. *Psychologie duševního vývoje*. 1. vydání. Brno, Mendelova zemědělská a lesnická univerzita, 2008. ISBN 978-807-375-185-2.
26. KRAUS, B.; POLÁČKOVÁ V. et al. *Člověk-prostředí-výchova*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.
27. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003. ISBN 8071787744.
28. KÜBLER – ROSS, D. (2014). *On Grief and Grieving* (UK ed.). Simon and Schuster Ltd.
29. KÜBLER-ROSS, Elisabeth a David KESSLER. *Lekce života: o tajemstvích lidského bytí*. Brno: Jota, 2013. Populárně naučná. ISBN 978-80-7462-327-1.

30. KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O dětech a smrti*. Přeložil Jiří KRÁLOVEC. Praha: ERMAT, 2003. ISBN 80-903086-1-9.
31. KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Přeložil Jiří KRÁLOVEC. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0911-9.
32. KYRIACOU, Chris. *Řešení výchovných problémů ve škole*. Praha: Portál, 2005. Pedagogická praxe (Portál). ISBN 80-7178-945-3.
33. LANGMEIER J. KREJČÍŘOVÁ, D.: *Vývojová psychologie*. 2. vydání. Havlíčkův Brod: Grada, 2006. ISBN 978-80-247-1284-0,
34. MARIE, Macková. *Potřeba sociálního kontaktu v průběhu umírání*. Praha: Ibalance s.r.o, 2015. ISBN 978-0-9542022-3-1.
35. MATĚJČEK, Z. *Co děti nejvíc potřebují*. 4. vydání. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-272-0.
36. MATĚJČEK, Z. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-085-5.
37. MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada, 2002. Pro rodiče. ISBN 80-247-0332-7.
38. MATĚJČEK, Zdeněk. *Děti, rodina a stres: Vybrané kapitoly z prevence psychické zátěže u dětí*. Praha: Galén, 1994. ISBN 80-85824-06-X
39. MATĚJČEK, Zdeněk. *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. 98 s. Praha: Portál, 1994. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-85282-83-6.
40. MATĚJČEK, Zdeněk. *Rodiče a děti*. Třetí, upravené vydání (ve Vyšehradu první). Praha: Vyšehrad, 2017. ISBN 978-80-7429-797-7.
41. MATOUŠEK, Oldřich a Andrea KROFTOVÁ. *Mládež a delikvence: [možné příčiny, současná struktura, programy prevence kriminality mládeže]*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-226-2.
42. MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 1997. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-85850-24-9.
43. MERTIN, V., GILLERNOVÁ, I. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-627-8.

44. MOODY, Raymond A. a Dianne ARCANGEL. *Život po ztrátě*. V Praze: Knižní klub, 2005. ISBN 80-242-1363-X.
45. MOŽNÝ, I. *Sociologie rodiny*. Praha: Slon 1999. ISBN 80-85850-75-3.
46. Nagy, M. (1948): The child's theories concerning death. *Journal of Genetic Psychology*, 83, s. 199-216.
47. NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2020. ISBN 978-80-7553-842-0.
48. PERA, Heinrich a Bernd WEINERT. *Nemocným nablízku: jak pomáhat v těžkých chvílích*. Praha: Vyšehrad, 1996. ISBN 80-7021-152-0.
49. PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., Mareš, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál 1995. ISBN 80-7178-729-4.
50. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. 1. vydání. Praha: Panorama, 1989. ISBN 80-7038-078-0.
51. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-829-5.
52. ŘÍČAN, P. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2006. ISBN: 80-7367-124-7.
53. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: [obor v pohybu]*. Praha: Grada, 2007. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1174-4.
54. Slaughter, V., & Griffiths, M. (2007). Death understanding and fear of death in young children. *Clinical child psychology and psychiatry*, 12(4), 525-535.
55. SOBOTKOVÁ, I. *Psychologie rodiny*. Praha: Portál, 3. Vyd. 2007. ISBN: 978-80-262-0217-2.
56. SOBOTKOVÁ, Irena. *Psychologie rodiny*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-559-8.
57. STODŮLKOVÁ, E., ZAPLETALOVÁ, E. *Pedagogika pro SŠ*. Beroun: Machart 2011. ISBN 978-80-87517-22-2.
58. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Krizová intervence pro praxi*. Praha: Grada, 2004. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0586-9.
59. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: ISV, 2001. Sociologie (ISV). ISBN 80-85866-82-X.
60. ŠULOVÁ, L. *Význam rituálů pro současnou rodinu*. In: 13. celostátní kongres k sexuální výchově v ČR. 1. vyd. Mitröhner, M. Pardubice: SPRSV, 2005. ISBN 80-86559-41-6

61. TRPIŠOVSKÁ, D.: *Vývojová psychologie pro studenty učitelství*. ÚJEP, 1998.
62. VACEK, P. *Rozvoj morálního vědomí žáků: metodické náměty k realizaci průřezových témat*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-386-4.
63. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie pro pomáhající profese*. 1. vydání. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-717-8678-0.
64. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie I., /Dětství, dospívání/*. Praha: Karolinum 2005. ISBN 978-802-462-153-1.
65. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., /Dospělost a stáří/*. Praha: Karolinum 2008. ISBN 978-802-461-318-5.
66. VODÁKOVÁ, Alena a Olga VODÁKOVÁ. *Rod ženský: kdo jsme, odkud jsme přišly, kam jdeme?*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003. Sociologické aktuality. ISBN 80-86429-18-0.
67. VYMĚTAL, J., *Úzkost a strach u dětí: jak jim předcházet a jak je překonávat*. Praha: Portál, 2004. ISBN: 80-7178-830-9.
68. WEDLICOVÁ, Iva. *Vývojová psychologie*. V Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2010. ISBN 978-80-7414-320-5.
69. ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva. *Dětské pojetí smrti*. Brno: Masarykova univerzita, 2015. ISBN 978-80-210-8104-8.

Elektronické zdroje

1. <http://www.rodina.cz/clanek23.htm>.
2. <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/82588/smrt-je-prirozenou-soucasti-zivota>
3. <https://practically-dying.com/wp-content/uploads/2019/10/Stages-of-Childrens-Concepts-Nagy-Speece-10-4-19.pdf>
4. <https://psychologie.cz/dite-smrt/>
5. <https://sancedetem.cz/o-detech-smrti-truchleni>
6. <https://vesmir.cz/cz/casopis/archiv-casopisu/2011/cislo-7/je-truchlit-normalni.html>
7. <https://www.cestadomu.cz/publikace/kdyz-dinosaurum-nekdo-umre>
8. <https://www.databazeknih.cz/knihy/cekani-na-vlka-481895>
9. <https://www.databazeknih.cz/knihy/devcatko-s-kosou-249116>
10. <https://www.databazeknih.cz/knihy/navsteva-male-smrti-159816>
11. <https://www.databazeknih.cz/knihy/nemuzu-usnout-384754>
12. <https://www.fi.muni.cz/~qprokes/socka/socka3.html#Predskolni>
13. <https://www.healthychildren.org/English/healthy-living/emotional-wellness/Building-Resilience/Pages/How-Children-Understand-Death-What-You-Should-Say.aspx>
14. <https://www.chop.edu/conditions-diseases/childs-concept-death>
15. <https://www.knihydobrovsky.cz/kniha/anton-a-jonatan-642597>
16. https://www.knihydobrovsky.cz/kniha/o-smrti-smrtouci-422750204?gclid=CjwKCAjw77WVBhBuEiwAJ-YoJL_qSd-vTkQFUpAbHDiMcwU2ilr_e8JjtjJuCl0MGwWDoc_6ZxQl4BoCRmsQAvD_BwE
17. <https://www.kosmas.cz/knihy/236172/je-smrt-jako-duha/>
18. <https://www.kosmas.cz/knihy/506957/spunta-a-ja/>
19. <https://www.svojtka.cz/smrt-moje-mala-proc/>
20. <https://www.umirani.cz/poradna/jak-vnimaji-deti-umirani-a-smrt-taty>