

**Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrilometodějská teologická fakulta**

Katedra křesťanské sociální práce

Bakalářská práce

2014

Ivana Andrýsková

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Charitativní a sociální práce

Ivana Andrášková

*Práce s truchlícími v podpůrných skupinách,
přenos slovenského modelu do českého prostředí*

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Miluše Hutýrová, Ph. D.

2014

Prohlášení:

„Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.“

V Olomouci dne 20. 3. 2014

.....

Poděkování:

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce, paní Mgr. Miluši Hutýrové, Ph. D., za trpělivé a inspirativní vedení při zpracování práce. Děkuji paní Mgr. Natálii Kacianové, Ph. D., za zodpovězení mých dotazů a poskytnutí některých literárních zdrojů. Děkuji dotazovaným moderátorkám podpůrných skupin pro truchlící a duchovním za umožnění výzkumu a poskytnutí rozhovorů. V neposlední řadě děkuji svým dětem a manželovi za pochopení a podporu. Děkuji Bohu za dostatek sil a zdraví.

Obsah

Úvod.....	1
1 Truchlení a truchlící	2
1.2 Vymezení pojmů.....	2
1.2.1 Smutek, truchlení, období zármutku, ztráta	2
1.2.2 Nekomplikovaný a komplikovaný smutek	4
1.2.3 Poradenství pro truchlící	6
1.2.4 Terapie pro truchlící.....	7
2 Podpora pro osoby v období truchlení po významných ztrátách	9
2.1 Tabuizace a individualizace truchlení	9
2.2 Význam podpory truchlících	10
2.3 Formální a neformální zdroje pomoci a podpory truchlícím.....	11
2.2 Individuální pomoc truchlícím	13
2.3 Truchlení v kontextu skupiny	15
2.3.1 Silné a slabé stránky skupinového poradenství pro truchlící.....	16
2.3.2 Uzavřené a otevřené skupiny	17
2.3.3 Různé formy práce skupinového poradenství pro truchlící	17
2.4. Pastorce truchlících a osob v krizových situacích	19
2.4.1 Církev a období zármutku.....	19
2.4.2 Náboženská výchova jako pomoc v krizové intervenci.....	22
3 Služba doprovázení SLZA a podpůrné skupiny pro truchlící na Slovensku.....	23
3.1 Motivace zakladatelky pro vznik Služby sprevádzania a její samotný vznik	23
3.2 Služba sprevádzania (SLZA) na Slovensku	24
3.3 Studijní program SLZA jako vzdělávací podpora pro dobrovolníky	25
3.4 Individuální a skupinová forma Služby doprovázení SLZA	25
3.4.1 Individuální forma Služby doprovázení (Befriending).....	26
3.4.2 Podpůrné skupiny pro truchlící (Grief Support Groups) na Slovensku.....	27
II PRAKTICKÁ ČÁST	31
4 Výzkumný problém a cíle, výzkumné otázky	31
4.1 Výzkumný problém	31
4.2 Cíle výzkumu.....	31
4.3 Výzkumné otázky	32

5 Popis použitých metod a popis výzkumného vzorku	33
5.1 Skryté zúčastněné pozorování na Slovensku a v České republice	33
5.1.1 Charakteristika vzorku, podpůrná skupina na Slovensku	34
5.1.2 Charakteristika vzorku, podpůrná skupina v České republice.....	35
5.2 Strukturované rozhovory s facilitátory a duchovními	36
5.2.1 Fáze rozhovorů s facilitátory	37
5.2.2 Charakteristika vzorku, facilitátoři podpůrných skupin.....	38
5.2.3 Fáze rozhovorů s duchovními	39
5.2.4 Charakteristika vzorku, duchovní	39
6 Způsob zpracování dat a jejich příprava pro analýzu.....	40
6.1 Skryté zúčastněné pozorování	40
6.1.1 Způsob fixace dat a kritéria pozorování.....	40
6.1.2 Způsob zpracování dat pro analýzu	40
6.2 Strukturované rozhovory	41
6.2.1 Způsob fixace dat rozhovorů a kritéria rozhovorů.....	41
6.2.2 Způsob zpracování dat získaných rozhovory.....	42
7 Výsledky a jejich interpretace	43
7.1 Charakteristika účastníků podpůrných skupin.....	43
7.1.1 Účastníci na Slovensku	43
7.1.2 Účastníci v České republice	43
7.2 Pozorované odlišnosti podpůrných skupin na Slovensku a v České republice	44
7.3 Příběhy účastníků podpůrných skupin na Slovensku a v České republice.....	46
7.3.1 Interpretace výsledků	47
7.4 Rozhovory s facilitátory	48
7.4.1 Oblast vzdělání a všeobecných předpokladů facilitátorů pro vedení podpůrných skupin.....	48
7.4.2 Oblast motivace facilitátora pro vedení podpůrné skupiny	53
7.4.3 Pozitiva a negativa práce facilitátora	55
7.4.4 Význam transferu slovenského modelu do českého prostředí.....	58
7.5 Rozhovory s duchovními.....	59
7.5.1 Současná nabídka církevních sborů pro truchlící jako protiváha podpůrných skupin.....	59
7.5.2 Přínosy a možnosti práce s truchlícími v podpůrných skupinách.....	62
7.5.3 Limity moderovaných podpůrných skupin pro truchlící	65

8 Diskuse a závěr výzkumu.....	68
8.1 Diskuse	68
8.2 Závěr výzkumu	73
Závěr.....	75
Seznam použité literatury	77
Seznam zkratk	79
Seznam příloh.....	79
9 Přílohy	80
9.1 Tabulka č. 1 Účastníci podpůrné skupiny na Slovensku	80
9.2 Tabulka č. 2 Účastníci podpůrné skupiny v České republice.....	80
9.3 Tabulka č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin	81
9.4 Tabulka č. 4 Duchovní.....	82
9.5 Tabulka č. 5 Pozorované odlišnosti podpůrných skupin na Slovensku a v České republice.....	83

Úvod

Smutek, i když je přirozenou reakcí na prožívanou ztrátu, se v moderní společnosti nenesí. Přesto je přítomný všude kolem nás. Téměř denně jej potkáváme sami v sobě nebo v druhých, kteří nás obklopují. Umíme o něm mluvit a poradit si s ním? Víme, kde hledat pomoc? Někteří z nás dokážou smutek zpracovat za pomoci zdrojů ve svém nejbližším okolí, jiní potřebují podporu zvenčí. Velikost ztráty, jedinečnost naší osobnosti a reakce našeho sociálního okolí rozhoduje o tom, jaký způsob zpracování ztráty zvolíme, pokud si ji vůbec připustíme. Jako pomáhající profesionálové na poli sociální práce určitě potkáme truchlíci, kteří budou svůj žal prožívat svým jedinečným způsobem. Někteří to zvládnou sami, a některým budeme moci v těžkých chvílích smutku stát po boku a jít kus cesty s nimi.

Ve své bakalářské práci se zabývám způsobem pomoci a podpory osobám v procesu zpracování smutku, konkrétněji pak službou doprovázení a především podpůrnými skupinkami pro truchlíci, jimž služba doprovázení pomohla ke vzniku. Vycházím přitom ze slovenského modelu podpůrných skupinek pro truchlíci, který v několika církevních sborech Evangelické církve na Slovensku založila pastorka Natália Kacianová. Setkala jsem se s ní při realizaci mezinárodního projektu Grundtvig-Partnerství v letech 2009–2011 zabývající se tématikou mobilní hospicové služby. Kacianová lektorovala o problematice práce s truchlícími. Její téma tehdy zaujalo mnohé, a tři posluchačky přijaly pozvání k účasti na jednoročním kurzu Služby sprevádzania SLZA, který Kacianová vede. Na sklonku roku 2013 stály tyto tři české absolventky kurzu u zrodu prvních podpůrných skupinek pro truchlíci na Slezsku. Osobní motivací pro náhled do tématu smutku je má účast v projektu Partnerství a zkušenost se ztrátou zdraví jednoho z mých dětí.

Cílem bakalářské práce je poukázat na význam, zákonitosti a pozitiva podpůrných skupin pro emoční podporu osob ve fázi truchlení po významných ztrátách, a to především v kontextu skupiny. Práce se dále zabývá motivací zakladatelky Služby doprovázení SLZA na Slovensku pro šíření myšlenky práce s truchlícími, samotným vznikem a kontextem realizace facilitovaných svépomocných skupin. Práce rovněž představuje vzdělávací podporu pro dobrovolníky, kteří facilitaci podpůrných skupinek pro truchlíci realizují. Vzdělávací program SLZA a podpůrné skupinky pro truchlíci na Slovensku vznikly přenosem know-how z amerického prostředí. Praktická část bakalářské práce osvětluje význam a proces transferu tohoto modelu podpůrných skupinek ze slovenského do českého prostředí a pokouší se zjistit potenciál pro aplikaci a další šíření této myšlenky práce s truchlícími.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 Truchlení a truchlící

Každý člověk prochází během svého života situacemi, které se pojí se smutkem, úzkostí a ztrátou. Daly by se nazvat krizí. Patří k nim např. „rozchod, rozvod, úmrtí, odchod do důchodu, choroba, nevěra, nechtěné těhotenství, impotence, potrat, závislosti, živelná pohroma a mnohé další.“ (Špatenková, 2000, s. 200) Tyto situace postihují všechny oblasti lidského života a jejich vlivem se mění jak osobní, tak sociální vztahy postiženého. Smrt, která je součástí života každého z nás (Hanzalíková, Levická, 2012, s. 43), „je extrémním zásahem do života pozůstalých a radikálně mění celý jejich život, nečekaně a navždy.“ (Špatenková, 2008, s. 9) Pokud někoho hluboce milujeme, nejsme schopni se stoprocentně zotavit ze ztráty. „Zotavení ze zármutku znamená, že se se svou ztrátou dokážeme smířit a dokážeme ji unést.“ (Skopalová, 2010, s. 70) Tato bakalářská práce se zabývá některými z možných cest k takovému zotavení.

1.2 Vymezení pojmů

Pro správné pochopení tématu smutku nejdříve vymezuji důležité pojmy, které ve své práci používám. Následující odstavce osvětlují pojmy smutek, truchlení, období zármutku a ztráta. V souvislosti se službami, které jsou nabízeny truchlícím, vysvětluji také pojmy nekomplikovaný a komplikovaný smutek, poradenství, doprovázení a terapie pro truchlící.

1.2.1 Smutek, truchlení, období zármutku, ztráta

Worden ve své knize vysvětluje čtenářům obsah těchto tří vzájemně zaměnitelných pojmů: smutek, truchlení a období zármutku. Smutek (bereavement) chápe jako „zkušenost jedince, který ztratil milovaného člověka smrtí.“ (2002, s. 10) Sděluje dále, že smutek může být užíván i v souvislosti s jinými ztrátami. Termín truchlení (mourning) podle něj znamená „proces, kterým procházíme, když se přizpůsobujeme ztrátě člověka.“ Období zármutku (bereavement) definuje jako „ztrátu, které se člověk snaží přizpůsobit.“ (2002, s. 10)

Podobné chápání slova smutek vidíme u Pera a Weinert. Vnímají jej jako „přirozenou citovou reakci na smrt milované osoby. Smutek však vyvolává také dlouhé odloučení a rozvod, ztráta domova a vlasti, ztráta zaměstnání, ideálů nebo hmotných statků.“ (1996, s. 169)

Německá autorka Lammer používá ve své publikaci souhrnný německý pojem Trauer. Z kontextu knihy vyplývá, že tento výraz v sobě skrývá smutek, žal i truchlení. V úvodu své knihy cituje definici smutku podle S. Freuda, která zní: „*Smutek je zpravidla reakcí na ztrátu milované osoby nebo tuto osobu zastupující abstraktní pojem, jako je vlast, svoboda, nějaký ideál, atd.*“ (1916, podle Lammer, 2004, s. 9) V dalším odstavci pak definici smutku podle S. Freuda Lammer upravuje tím, že ji zjednodušuje a zevšeobecňuje, přičemž zohledňuje novější poznatky. Uvádí, že člověk netruchlí za ztracenou osobou jen tehdy, pokud ji měl rád. Přichází tak s novou definicí: „*Smutek je normální reakcí na významnou ztrátu.*“ (2004, s. 9)

Lammer uvádí čtyři přednosti takto definovaného pojmu:

1. Pozitivní a smysluplná funkce smutku, který slouží k překonání zkušenosti ztráty. Uvádí dále příklady významných ztrát, které nevznikají úmrtím: „*rozchod, rozvod, ztráta mládí, zdraví, pracovní místo, vlast, atd.*“ (2004, s. 9) Podobné ztráty jmenuje také Worden v souvislosti se smutkem (grief): „*rozvod, amputace, ztráta práce, ztráty, které prožívají oběti násilí, atd.*“ (2002, s. 4) Na druhou stranu Lammer zmiňuje, že v případě smrti nemusí vždy smutek automaticky nastat. Podle ní přijde „*jen v takovém měřítku, jak dalece je smrt prožívána pozůstalými jako ztráta. Reakce může být zanedbatelná, pokud zemřelý znamenal pro pozůstalé málo. Smutek nastává tehdy, když je užíván, a sice ve službách překonávání ztráty.*“ (2004, s. 10)
2. Smutek jako něco normálního. Lammer navrhuje názor, že „*smutek je nemocí, katastrofou, projevem špatné funkce či znakem psychické nebo charakterové slabosti.*“ (2004, s. 10)
3. Existují rozmanité formy projevu smutku. Jedná se o změny v oblasti psychiky, ducha, těla a chování, včetně sociálního. Zvolená definice pojmu je dost široká na to, aby obsáhla všechny tyto formy (reakce).
4. Použití dvou klíčových slov v definici, tedy reakce a ztráta, umožňuje vznik dvou klíčových kategorií, do kterých je možné rozdělit existující rozsáhlý a nepřehledný materiál novějšího výzkumu k tématu truchlení. První kategorie se týká reakcí, tedy jak truchlíme. Teoretická větev výzkumu se zabývá ztrátou. „*Co znamená ztráta a jakou má kvalitu, tedy proč a za čím přesně truchlíme, vysvětlují různé teorie truchlení různě.*“ (Lammer 2004, s. 10–11)

Pro doplnění ještě definuji smutek, jak jej chápe Elder. Smutek je podle ní „*lidský proces, který je nutno prožít. Smutek není nemocí, kterou je nutno léčit.*“ (2002, s. 163)

Jülicher pak ve své knize o doprovázení ve smutku nazývá smutek „*patinou každého loučení*.“ (1999, s. 12) „*Každé loučení může vyvolat menší či větší reakci smutku*,“ říká Klessmann (2008, s. 403). Pokračuje pak tezí, kterou zastupuje vývojová psychologie, že individualita existuje pouze za cenu oddělení se. Uvádí příklad rození člověka jako proces uvolnění se od symbiózy s matkou nebo opouštění rodičovského domu dospělým člověkem. „*Kdo se k takovému kroku neodváží, zůstává celý život závislý*.“ (Klessmann, 2008, s. 403) Klessmann zdůrazňuje úkol každého člověka vědomě vnímat nevyhnutelná loučení v životě a vědomě prožívat smutek. Uvádí, že díky takovým prožitkům člověk zraje (2008, s. 403). O tom, že skrze žal můžeme růst, píše ve své publikaci také Alan Wolfelt (2004, s. 8).

1.2.2 Nekomplikovaný a komplikovaný smutek

„*Normální smutek, kterému se někdy říká nekomplikovaný, v sobě skrývá celou řadu pocitů a chování, která jsou běžná po ztrátě*,“ uvádí Worden (2002, s. 10). V dalších odstavcích se pak věnuje popisu jednotlivých projevů normálního smutku, ke kterým patří různé druhy pocitů, fyzických projevů, myšlení, a chování. Jednu kapitolu své knihy věnuje diagnostice komplikovaného smutku. Podle něj se patologický smutek dá diagnostikovat dvěma způsoby. V prvním případě přichází pacient za odborníkem a sám mu diagnózu sděluje. V druhém případě pacient přichází a svěřuje své zdravotní nebo psychiatrické problémy odborníkovi a netuší, že spouštěčem problémů je nevyřešený smutek (2002, s. 95). Worden definuje dále čtyři kategorie projevů komplikovaného truchlení, pro které je terapie pro truchlící nejvhodnější: 1. dlouhotrvající smutek; 2. opožděný smutek; 3. přehnané reakce na smutek (těžká deprese, úzkost); 4. skrytý, somatický nebo behaviorální symptom.

Dětský psychiatr Bowlby se ve své knize *Ztráta v souvislosti s patologickým smutkem* odvolává na Lindemanna. Ten je přesvědčen o tom, že identifikovat patologickou verzi smutku je možno díky obrazu, který v sobě nosíme o zdravém zármutku. Patologické varianty smutku vidí jako „*výsledek obranných procesů, které se zdravému smutku postavily do cesty a zvrátily jeho průběh*.“ (1960, podle Bowlby, 2013, s. 36) Bowlby dále ve svém titulu uvádí, že riziko vzniku chronického zármutku existuje u osob, jejichž vnímání, prožívání a jednání ovlivňují určité modely vztahu mezi jejich vlastním já a vazebnou postavou. Vazebnou postavou Bowlby míní zemřelého, který měl těsnou vazbu s truchlícím (2013, s. 209).

Bowlby rovněž poukazuje na pozorování Wolffa a jeho spolupracovníků. Podle nich je míra otevřeného projevení emocí nanejvýš zavádějícím ukazatelem toho, jak člověk reaguje na

umírání nebo smrt blízkého. Emoce, jako např. úzkost, plačtivost, podrážděnost a zabývání se vlastními pocity namísto zaměření se na skutečný průběh odcházejícího nebo zemřelého blízkého, spíše odvracejí pozornost truchlícího od stresujícího faktu umírání. Zdravý zármutek je podle těchto autorů o zabývání se umíráním, smrtí a jejich přijetím. Otevřený projev emocí se pak může zmírnit. Hlavní změnu tedy vnímají v tom, jakou kvalitu emoce mají. Kvalitní emoce se projevují smutkem, hezkými vzpomínkami na umírajícího nebo zemřelého. Takové vzpomínky jsou sice smutné, avšak příjemné. Nekvalitní emoce spatřuje Wolff a jeho spolupracovníci za jednu z příčin vzniku chronického truchlení (1964b, podle Bowlby, 2013, s. 128–129).

Parkes, Relfová, Couldricková používají pojem chronického smutku jako formu truchlení, *„které je od začátku bolestné a přetrvává po abnormálně dlouhou dobu, někdy i po dobu několika let“* a obvykle je doprovázeno depresí a úzkostí (2007, s. 155).

K rozlišování pojmu nekomplikovaný a komplikovaný smutek nebo truchlení se Lammer staví rezervovaně, i když si uvědomuje, že dělení truchlení na normální a patologické je obsahem mnoha učebnic a vzdělávacích kursů. Uvádí, že podobně jako v případě truchlení, také v jiných oblastech psychopatologie problém spočívá v tom, že *„hranice toho, co je normální, jsou pohyblivé a že úsudek je v tomto případě závislý na kulturních a sociálně podmíněných konvencích. To platí především pro oblast chování.“* (2004, s. 35) *„Na rozdíl od psychopatologie,“* jak uvádí, *„v případě truchlení neexistuje žádná jednotná definice normálního truchlení.“* (2004, s. 36) Navíc vidí Lammer dělení truchlení na normální a patologické jako problematické z toho důvodu, že vede ke stigmatizaci přirozených symptomů truchlení. Říká například, že *„náchylnost k onemocnění truchlících patří k nejčastějším projevům smutku.“* (2004, s. 36) Dává tedy přednost pojmu „ztižené truchlení“ před „patologickým truchlením“, a ve své publikaci definovala rizikové faktory ztiženého procesu truchlení takto: 1. potlačování, oddalování a vyhýbání se smutku; 2. obzvlášť traumatizující okolnosti smrti; 3. velmi intenzivní nebo komplikovaný vztah k zemřelému; 4. životní okolnosti, které nedovolují truchlit; 5. další nezpracované ztráty a krize; 6. chybějící sociální podpora okolí; 7. chybějící osobní zdroje; 8. chybějící přístup k systémům pomoci (2004, s. 38).

1.2.3 Poradenství pro truchlící

„*Poradenství pro pozůstalé možná není úplně nejvýstižnější název,*“ uvádí Špatenková v úvodu své publikace (2008, s. 7). Uvědomuje si, jak těžké je radit těm, kteří ztratili milovaného člověka. Od slova průvodce pak odvozuje slovo doprovázet, které podle ní vystihuje to, „*o co v poradenství pro pozůstalé jde.*“ (2008, s. 8) Cílem doprovázení podle Špatenkové je, „*aby se pozůstalí cítili mnohem lépe než na počátku, aby dokázali na svého zemřelého vzpomínat, aniž by se zalykali slzami. Aby si uvědomili, že život stojí za to, aby byl žit.*“ (2008, s. 8)

V jedné kapitole své publikace Špatenková rozlišuje mezi pomocí a podporou pozůstalým a poradenstvím pro pozůstalé. Pomoc a podporu podle ní může realizovat kdokoli, poradenství „*vyžaduje víc.*“ (2008, s. 34) Poradce doprovází pozůstalého procesem truchlení, „*vytváří bezpečný prostor, pomáhá, vysvětluje, ubezpečuje, poskytuje potřebné informace, povzbuzuje, umí posoudit závažnost situace a doporučit jiné formy pomoci.*“ (2008, s. 34) Poradce má tedy disponovat jak teoretickou, tak praktickou přípravou (2008, s. 33), a „*nemusí být bezpodmínečně pomáhající profesionál.*“ (2008, s. 35) Předpokladem efektivního poradenství laika (např. příbuzný, který prožil roli truchlícího a dokázal se vypořádat se ztrátou) je znalost „*procesu truchlení a vedení poradenského procesu*“, stejně jako kontinuální udržování těchto znalostí a zručností (2008, s. 36). Podle Špatenkové může být poradce pro pozůstalé vhodným iniciátorem, facilitátorem, konzultantem nebo supervizorem a školitelem skupinové práce s truchlícími (2008, s. 49).

O konceptu laického poradenství píše také Kopřivová, když představuje *Laickou poradnu Alej*, která „*pomáhá pozůstalým najít novou cestu.*“ (2010, s. 21) Uvádí, že laik neznamená amatér. Nedisponuje sice vysokoškolským vzděláním, ale má zkušenosti jak profesní, tak osobní a také určité znalosti. Výhodu poradce laika spatřuje v tom, že „*k nim lidé mají blíž,*“ (2010, s. 22), a to jednak díky organizaci, která je zastřešuje – Hospicové hnutí Vysočina, ale také díky tomu, že se jim lidé více otevírají (2010, s. 22).

Balogová, Levická se v souvislosti s poradenstvím pro pozůstalé v oblasti sociální práce zmiňují o metodách, které poradce při své práci využívá. Jde o „*podmiňování, posilňování, učení, nácvik, trénink, modelování, instruování, přesvědčování, zaplavování či paradoxní techniky.*“ (2010, s. 101) Volbu té které metody dělá klient ve spolupráci s poradcem, přičemž důraz kladou na existenci „*emocionálně naplněného lidského vztahu.*“ (2010, s. 101)

Parkes a kol. uvádějí, že „*cílem poradenství pro pozůstalé je projít si svým zármutkem, vyrovnat se se zkušeností ztráty někoho blízkého a zmírnit zármutek.*“ (2010, s. 131)

Podle Wordena zahrnuje poradenství pro truchlící „*pomoc lidem facilitovat nekomplikovaný nebo normální smutek do fáze zdravého dokončení úlohy truchlení, a to v rozumném časovém rámci.*“ (2002, s. 51) Cíl poradenství pro truchlící spatřuje v „*pomoci pozůstalým dokončit jakoukoliv neuzavřenou záležitost se zemřelým a být schopen říci na shledanou tomu, co odešlo.*“ (2002, s. 52)

O poradenství pro pozůstalé píše Bajer v souvislosti s jeho autorizací v rámci České republiky. Zákon č. 179/2006 Sb., o uznávání výsledků dalšího vzdělávání, předepisuje rámec kvalifikačního a hodnotícího standardu Poradce pro pozůstalé. Tento standard je zveřejněn v Národní soustavě kvalifikací a ve Věstníku MŠMT. Pokud byly u plnoletého kandidáta na Poradce pro pozůstalé ověřeny autorizovanými osobami jeho skutečné znalosti a dovednosti nezávisle na tom, kde, jak a kdy je získal, získá tento kandidát osvědčení o získání kvalifikace (2010, s. 18).

1.2.4 Terapie pro truchlící

Terapii pro truchlící Worden striktně odděluje od poradenství a představuje ji jako „*speciální techniky, které jsou užívány k pomoci lidem vykazujícím abnormální nebo komplikované reakce na smutek.*“ (2002, s. 51)

Cíl terapie pro truchlící Worden vidí v „*identifikaci a vyřešení konfliktů, které brání dokončení úkolů spojených s truchlením u osob, u kterých zármutek chybí, zpozdil se, je nadměrný nebo dlouhotrvající.*“ (2002, s. 101)

Pojmem terapie pro truchlící se Špatenková ve své publikaci nezabývá. Zmiňuje však práci poradců s klienty, kteří vykazují projevy komplikovaného truchlení, jak je definoval Worden. Uvádí, že klinický nebo poradenský psycholog by takové komplikované truchlení bez velkého problému zvládl. Pokud by byl poradcem pouze vyškolený laický poradce, doporučuje odeslat klienta k odborníkovi (2008, s. 95).

Jerneizig, Langenmayr, Schubert uvádějí, že jak poradenství, tak terapie jsou vhodnými prostředky pomoci pro truchlící, u kterých se projevuje problematický průběh nebo se v odůvodněném případě takový průběh dá přepokládat (1994, s. 73).

Když Kacianová představuje práci s truchlícími v podpůrné skupině, mluví o „*způsobu skupinové terapie, která je postavena na principu vzájemného sdílení a společného překonávání žalu.*“ (2008, s. 132) Zdá se tedy, že mluví o terapii spíše jako o kýženém výsledku skupinové práce, než o metodě práce s truchlícím.

V první kapitole své bakalářské práce jsem postavila základnu pro pochopení tématu smutku. Vymezila jsem pojmy, které zaznívají napříč prací a představila je z různých úhlů pohledů autorů publikací, které při zpracování tématu používám.

2 Podpora pro osoby v období truchlení po významných ztrátách

V článku Kopřivové sdílí sociální pracovnice mobilního hospice Ondrášek toto: „*Trápí mě absence péče pro pozůstalé v České republice. Je to strašně opomíjená služba. Přitom vím, jak je z pozice pozůstalého těžké se s tou situací vyrovnat.*“ (2010, s. 10)

2.1 Tabuizace a individualizace truchlení

Stejně, jako se utrpení, smrt a umírání v naší společnosti stalo tabu, bývá také truchlení vytěšňováno z našich myslí a životů. Důvodem může být všudypřítomná výmluva na nedostatek času pro zdánlivé nicnedělání. Nezbytnost dostatečného časového prostoru pro léčbu a uzdravení u fyzické nemoci těla je všeobecně známá. Worden vidí paralelu v procesu truchlení a procesu uzdravování. Uvádí, že „*jak smutek, tak fyzická nemoc zahrnují emoční i fyzické aspekty.*“ (Worden, 2002, s. 4) Přirovnává žal k fyzické nemoci a odvolává se na Starý Zákon, knihu proroka Izaiáše. V ní sám prorok píše, že byl poslán, aby „*ovázal srdce ztrápeným.*“ (Iz 61,1) Prorok tak zprostředkovává dojem, že hluboký žal může určitým způsobem poznamenat fyzickou kondici srdce (Worden, 2002, s. 4).

K tabuizaci truchlení bezesporu přispívá upouštění a rušení rituálů a zvyků, podobně jak se rituály a zvyky vytrácejí z jiných oblastí společenského života (Lammer, 2004, s. 13). Jak uvádí Pera a Weinert, jsou to „*pevně stanovené způsoby chování a řada zvyků a obyčejů, které dříve pomáhaly truchlícím překonat jejich osamění. Z toho dnes zbývá jen torzo.*“ (1996, s. 172) O tom, že v současné společnosti vhodné podpůrné rituály pro truchlící stále ubývají, se zmiňuje také Alexandrová, Kabelka, Hájková a Prokop (2009, s. 32). Panuje nejistota v tom, co se v případě smutku dělá, co se říká, jak se k truchlícímu chovat. Vystavení těla zesnulého ve smuteční síni nebo hřbitovní kapli se téměř nepraktikuje. Od posledního prokazování úcty, jako je oblékání a uložení zemřelého do rakve rodinnými příslušníky, vynášení rakve sousedy a přáteli se upouští, a tyto záležitosti jsou stále častěji delegovány na profesionály. Také účast na pohřbu ve smutečních síních, psaní kondolencí a jiných způsobů prokazování účasti ztrácí na samozřejmosti, stejně jako nošení smutečního oblečení a držení smutku po určité období (Lammer, 2004, s. 13).

V této souvislosti mluví Lammer o „*privatizaci a individualizaci životních situací.*“ (2004, s. 14) To má za následek, že sociální společnost je v oblasti truchlení stále méně trénovaná a vyučená, a truchlící osoby odpovídajícím způsobem zůstávají bez sociální podpory. Zvyšují

se požadavky na výkon individuálního zpracování a tím také potřeba individuálního doprovázení truchlících (Lammer, 2004, s. 14).

2.2 Význam podpory truchlících

Ztráta strategické osoby v nás způsobuje celou řadu reakcí na prožívaný žal. Jsou demonstrovány různými pocity, fyzickými projevy, myšlením a chováním. Většina z nás je schopna poradit si s těmito reakcemi sama, bez plánované pomoci projít obdobím žalu a přizpůsobit se ztrátě. Někteří však pocity spojené se ztrátou nedokážou zpracovat, nejsou schopni projít jednotlivými kroky procesu smutku a znovu začít normální život (Worden, 2002, s. 51).

Špatenková uvádí, že „*truchlíci prožívá specifický typ chaosu, který je zčásti předvídatelný, vykazuje určité pravidelnosti a může být definován omezeným počtem proměnných.*“ (2008, s. 102) Truchlíci se snaží najít v chaosu řád či rovnováhu, a činí tak snahou obnovit řád starý. Ten však obnovit nelze a nastává období destabilizace. Špatenková popisuje truchlení jako velmi intimní, bolestivou a osamělou cestu, po které by pozůstalý neměl kráčet zcela opuštěný a osamělý. „*Poradce doprovází pozůstalého kamkoliv, kam je chaos zavede. Ví, že společně najdou a přijmou nový řád.*“ (2008, s. 102) DiGiullio a Kranzová jsou přesvědčeni o tom, že „*každý, kdo prodělává bolestnou ztrátu, potřebuje nějakou pomoc – z tohoto pravidla neexistuje žádná výjimka.*“ (1997, s. 90) „*Kvalita a kvantita pochopení, které se ti ve smutku dostane, bude mít zásadní vliv na míru tvého uzdravení. Neměl by ses raději ani pokoušet projít žalem sám,*“ říká Alan Wolfelt, známý poradce, lektor a ředitel centra poradenství ve smutku (Wolfelt, 2004, s. 7).

Jak dalece se nám podaří zpracovat významné ztráty, závisí z velké míry na tom, zda si je dokážeme přiznat, zda je bereme vážně a uvědomujeme si míru jejich dopadu na náš každodenní život (Jerneizig a kol., 1994, s. 47). Neméně důležité je povědomí o pomoci, kterou je možno v tomto těžkém období v našem okolí získat (Parkes a kol., 2007, s. 125).

Bezpečné zázemí pro zpracování ztrát nabízí jak profesionální pomoc, tak pomoc vyškolených dobrovolníků. Důležité pro truchlíciho je zjištění, že doprovázející, na rozdíl od ostatních, které každý den ve svém okolí potkává, nemá strach z jeho reakcí, nýbrž se snaží je pochopit (Jerneizig a kol., 1994, s. 47). Stává se však, že truchlíci pomoc odmítnou (Parkes a kol., 2007, s. 125). Bowlby uvádí, že „*ztráta milované osoby vede nejen k volání o pomoc, ale někdy také k odmítnutí těch, kdo zareagují.*“ (2013, s. 37) Sociální pracovnice mobilního

hospice Ondrášek vysvětluje, že pozůstalí zemřelého pacienta se často „*chtějí s jeho smrtí vyrovnávat sami*.“ (Kopřivová, 2010, s. 9) Nechtějí se totiž potkávat se zaměstnanci a spolupracovníky hospice, protože jim připomínají jejich blízkého (tamtéž, 2010, s. 9).

Pomoc truchlícím by měla být dostupná jak místně, tak také s ohledem na kapacitu a kompetence těch, kteří dokážou truchlícího doprovodit (Parkes a kol., 2007, s. 132). Hanzalíková a Levická ve svém příspěvku zdůrazňují, že každý člověk nese znaky různorodosti a jedinečnosti. Je proto nutné hledat pro každého jednotlivce vhodný způsob pomoci, které on sám dá přednost. Důležitou roli při výběru správného postupu hraje také dostupnost pomoci a její dostatečnost. Potenciální uživatel ji musí rovněž vnímat jako užitečnou a nápomocnou (2012, s. 45).

V dalších úsecích této kapitoly představují některé formální a neformální koncepty pomoci a podpory osobám ve fázi truchlení, a to v členění na individuální doprovázení a doprovázení v kontextu skupiny. Kapitola se dále zabývá existujícím potenciálem církve, která může sehrát významnou roli při zpracovávání ztrát v období žalu napříč generacemi.

2.3 Formální a neformální zdroje pomoci a podpory truchlícím

Sociální podpora poskytovaná truchlícímu patří k pozitivním činitelům, které mohou ovlivnit nepříznivý dopad životních ztrát na zdraví jednotlivce. Kromě toho je zdrojem ke zmírnění úzkosti a osamocení. Je přirozené a nejběžnější, pokud pozůstalí hledají oporu a podporu primárně v neformálních zdrojích, tj. ve své rodině a nejbližším okolí. Stává se však, že ji nenalézají, protože sami příbuzní, známí a přátelé pociťují strach. Neví totiž, jak se správně zachovat a z této obavy zůstanou raději pasivní. Problematická se jeví také skutečnost, pokud jeden z členů rodiny truchlí a prožívá ztrátu jinak než ostatní členové rodiny. Sociální podpora v rámci nejbližšího okolí pak nezafunguje, i když se zdá být nejvhodnější pro všechny zaangażované (Hanzalíková, Levická, 2012, s. 43–44). V případě, že se truchlíci obrátí na odborníka s prosbou o formální sociální oporu, doporučují proto ve svém příspěvku Hanzalíková a Levická, aby takový profesionál nejprve prozkoumal „*všechny možné dostupné zdroje sociální opory*“ pro truchlícího (především rodinu) a zjistil, „*kdo a jak truchlícímu pomáhal doposud*.“ (2012, s. 44) Autorky dělí sociální podporu do čtyř rovin: 1. emocionální; 2. informačně-sociální; 3. podpora úcty a sebevědomí; 4. konkrétní/skutečná podpora (2012, s. 44).

Worden uvádí, že lidé truchlí od nepaměti, tedy dávno předtím, než existovali odborníci nejrůznějších pomáhajících profesí. Lidé se zpravidla obraceli na náboženské vůdce a náboženské instituce. Spousta lidí však dnes nejsou členy žádné náboženské instituce. Proto se truchlíci obracejí na odborníky. Dříve žila rodina pohromadě a sousedé tvořili soudržné vazby, které lidem pomáhaly zpracovat ztrátu v přirozeném prostředí. Poukazuje také na problém rozsáhlé mobility osob, která přispěla k trendu užívání služeb odborníků, když si truchlíci neví rady se svým žalem (2002, s. 4).

Ideální podporou pro zpracování ztrát je tedy přirozené sociální prostředí. V případě, že takovým prostředím truchlíci není obklopen nebo je z různých příčin součástí nefunkčního sociálního okolí, může nabídnout pomoc formální sociální prostředí.

Parkes a kol. uvádějí celkem šest typů formálních služeb pro truchlíci, které považují za obvyklé a které se „*navzájem dosti překrývají*“: 1. psychologické a psychiatrické služby; 2. svépomocné skupiny; 3. nápomocné služby; 4. sociální aktivity; 5. dobrovolnické poradenské služby; 6. skupinové poradenství (2007, s. 125).

V souvislosti s poradenstvím pro truchlíci Worden uvádí tři základní typy pomoci: 1. profesionální služby poskytované vyškolenými lékaři, zdravotními sestrami, psychology nebo sociálními pracovníky pro osoby, které utrpěly významnou ztrátu; 2. služby poradenství ve smutku poskytované školenými a vybranými dobrovolníky, které jsou podporovány profesionály; 3. svépomocné skupiny s podporou nebo bez podpory profesionála. Tyto služby mohou mít formu individuální nebo skupinovou (Worden, 2002, s. 52).

Špatenková uvádí, že podpora pozůstalým může probíhat formou „*laické pomoci až po profesionální aktivity*.“ (2008, s. 13) Nástroje pomoci pro pozůstalé pak rozděluje takto: 1. pomoc a podpora pozůstalým, kterou může poskytnout prakticky kdokoli – zdravotnický personál, duchovní, přátelé, příbuzní a známí, zaměstnanci pohřební služby, členové svépomocných skupin, jiní pozůstalí, aj.; 2. poradenství pro pozůstalé, které poskytuje teoreticky a prakticky připravený poradce. Měl by znát (odborná kompetence), umět (praktická kompetence) a mít osobnostní kompetence (2008, s. 33).

Alexandrová a kol. z Domu léčby bolesti s hospicem sv. Josefa Rajhrad poukazují ve svém článku na různé formy pomoci, které jejich instituce připravila a realizuje pro pozůstalé. Podpora pro truchlíci je nabízena kolektivem zaměstnanců již ve fázi umírání blízkého, a to formou letáků, internetové poradny, osobního poskytování informací, rozhovorů. K dalším

formám a možnostem jejich nabízené podpory patří sociální poradenství, psychologické poradenství a psychoterapie, somatická pomoc, specifická farmakoterapie, duchovní péče, internetové poradenství (2009, s. 33–34).

V následujících kapitolách představuji význam a vhodnost použití pomoci a podpory pro truchlící v členění na individuální a skupinovou.

2.2 Individuální pomoc truchlícím

Individuální doprovázení truchlícího, tedy mimo kontext skupiny jiných truchlících, nabývá na významu především v období po bezprostřední ztrátě. Tehdy truchlící potřebuje sdílet svůj smutný příběh, svoji opuštěnost, trápení či hněv (Kacianová, 2008, s. 128). Cílovou skupinou individuálního poradenství podle Špatenkové je pozůstalý především v „*období akutního zármutku*.“ (2008, s. 43) Připouští však, že tento typ pomoci může posloužit také truchlícím, kteří se nacházejí v jiné fázi procesu smutku (tamtéž, s. 43).

Dříve definované, tzv. fázové modely pro truchlícího jedince představovaly výčet nejčastěji se vyskytujících reakcí na ztrátu a jejich rozdělení do skupin (fází), z nichž každá popisovala jasně vymezený symptomatický obraz. Jednotlivé fáze pak byly seřazeny do časové posloupnosti. Předpokládalo se, že dosažením poslední nejvyšší fáze truchlící ztrátu zpracoval. Tím byla cesta truchlením víceméně předepsána.

Lammer se přiklání spíše k úkolovému modelu truchlení jako k lepší alternativě. Uvádí, že úkolový model redukuje komplexní fenomény truchlení a poskytuje lepší přehled, strukturu a orientaci v procesu truchlení (2004, s. 102). Také Worden považuje úkolový model truchlení za užitečnější. Podle něj definované fáze nechávají truchlícího pasivním, zatímco u úkolového modelu se truchlící stává aktivním a podniká určité kroky (2002, s. 26).

Truchlící a jeho doprovázející mají často tendenci přidržet se jednotného obrazu procesu truchlení tak, jak je vyvinuly různé fázové modely. Ty představují jakousi předvídatelnost a strukturu v tom, co ještě přijde a co je ještě nutno překonat. Podle současného stavu poznání jsou však definované fázové modely neudržitelné (Lammer, 2004, s. 31). Lammer uvádí, že „*v odborném jargonu se mix reakcí na ztrátu, a to bez pevně stanovené časové posloupnosti, nazývá diverzitou*“ a „*že je nejdůležitějším objevem nejnovějšího výzkumu*.“ (2004, s. 31) Dále Lammer uvádí, že reakce spojené s truchlením jsou enormně různorodé, a to na poli somatickém, psychickém a na úrovni chování. Tradované fázové modely jsou dle Lammer

známým mýtem o tzv. fázi šoku na samém počátku truchlení po ztrátě, přičemž „*truchlíci se má generálně chovat jako zkamenělý, omráčený, neschopen se vyjádřit, vnímat své okolí a komunikovat.*“ (2004, s. 98)

Odpovídajícím způsobem byl zprostředkován laické i odborné veřejnosti názor, že doprovázení truchlího v takové fázi šoku není možné ani nutné. Bylo doporučováno počkat, až truchlíci přejde z fáze šoku do fáze, kterou dokáže kontrolovat. Dodnes se terapeutům doporučuje začít s terapií až po několika měsících, nejdříve však šest až osm týdnů po ztrátě (Lammer, 2004, s. 100). S podobným názorem, že doprovázení truchlího může smysluplně začít teprve až po uplynutí delší doby po ztrátě, přichází Jerneizig a kol. V prvních dnech a týdnech, tedy ve fázi prvního šoku, je možná pouze lidská vřelost a blízkost (1994, s. 47). Lammer však uvádí: „*Všeobecně definovaná fáze šoku je mýtem, který škodí. Oddaluje a tím zpožďuje proces doprovázení jednotlivce, což, podle současného bádání, může vést k rizikovým faktorům ztíženého procesu truchlení.*“ (2004, s. 101) Osoba, která doprovází truchlího podle úkolového modelu, má toto poslání: 1. pomáhá připustit a pochopit smrt; 2. dává prostor reakcím truchlího; 3. uznává ztrátu truchlího; 3. podporuje přechody pomocí rituálů; 4. povzbuzuje vzpomínky a vyprávění; 4. posuzuje rizika a zdroje (2004, s. 107).

Výše popsané chce zdůraznit důležitost a vhodnost podpory truchlího již v rané fázi smutku. Podpora v akutní fázi smutku bude mít tedy spíše formu individuální. Truchlíci totiž není schopen vnímat druhé a jejich potřeby, a proto bude chtít, aby se poradce věnoval pouze jemu (Gabura, Pružinská, 1995, s. 92).

Parkes a kol. se zmiňují o dvou způsobech poradenské podpory jednotlivci. V prvním způsobu sehrává dominantní úlohu odborník, který poskytuje rady, informace a útěchu. Ve druhém způsobu přebírá důležitější roli potřebný klient, a specialista má spíše úlohu podpůrnou. Pomoc se v druhém případě orientuje spíše na poradenství a nápomoc (befriending), pokrývá emocionální, sociální a praktické potřeby klienta a „*zahrnuje více prvků sdílení a reciprocity než poradenství.*“ (2007, s. 53)

Ve své práci se zabývám spíše druhým způsobem individuální a skupinové pomoci. Ta nabízí postupy, při kterých sehrává významnější roli sám truchlíci. Odborník nebo školený laik pak hraje spíše podpůrnou úlohu. Hanzalíková a Levická jsou přesvědčeny o tom, že doprovázení a poskytování sociální pomoci je možné jen tehdy, když se mezi doprovázejícím a truchlícím vytvoří vztah. Pokud pomáhající vstupuje do tak intimní oblasti druhého, jakou je umírání a smrt, vzniká „*pomáhající proces, který se časem a svou intenzitou práce mění na vztah.*“

(2012, s. 45) Doprovázející aktivně naslouchá, je mu vlastní empatický přístup a stává se oporou truchlícímu (tamtéž, s. 45). Parkes a kol. uvádějí, že doprovázení truchlícího je o balancování mezi přátelstvím a poradenstvím (2007, s. 127).

V kapitole 3.2 představuji konkrétní koncept Služby doprovázení SLZA (Befriending) na Slovensku, která nabízí individuální pomoc truchlícím. Je realizována školenými dobrovolníky bez nároku na finanční odměnu. Dobrovolník se stává osobou, která trpícího doprovází. Svou službu a přítomnost poskytuje a nabízí všude tam, kde je potřeba vyslechnout trpícího člověka. Služba doprovázení je konceptem aktivního naslouchání a vyslechnutí trpících, kteří „*sdílejí smutný příběh svého života, aniž by měli strach, že je doprovázející bude posuzovat, že je odsoudí, zkritizuje a nakonec vystaví proudu zdánlivě cenných rad.*“ (Kacianová, 2007, s. 128)

2.3 Truchlení v kontextu skupiny

Poradenství v kontextu skupiny může nejen dobře fungovat, ale také nabídnout účinnou emoční podporu, kterou truchlíci hledá. Kromě emoční podpory skupiny poskytují také podporu vzdělávací nebo sociální. Stává se, že skupina začne fungovat za účelem jednoho typu podpory a později pokryje také jiné oblasti potřeb. Worden sice uznává, že každý z těchto účelů v sobě skrývá svoji hodnotu, staví se však za skupiny, které vznikají za účelem podpory emoční (2002, s. 71). Jak Breen a O'Connor uvádějí, sociální podpora v rovině emocionální zahrnuje „*poskytování vroucnosti a empatie.*“ (2011, podle Hanzalíková, Levická, 2012, s. 43)

Špatenková míní, že skupinová forma pomoci pro truchlíci v sobě skrývá všeobecné zákonitosti fungování skupiny a uvádí následující podoby práce s truchlícími ve skupině: 1. skupinové poradenství; 2. skupinová terapie; 3. svépomocné a podpůrné skupiny; 4. práce s přirozenou skupinou, např. školní třídou (2008, s. 45).

Mnohé podpůrné skupiny podle Wolfelta kombinují prvky vzdělávání a podpory, a jsou vedeny buď vyškolenými laiky, nebo profesionálními poradci. Svépomocné skupiny jsou vedeny osobami, které dokázaly pozitivně zpracovat ztrátu milované osoby. Terapeutické podpůrné skupiny jsou vedeny profesionálními terapeuty, přičemž počet účastníků ve skupině je značně omezen. Účastníkem sociální podpůrné skupiny je podle něj většinou člověk, který dokázal zpracovat ztrátu milovaného a chce využít sociální kontakty ke sdílení zkušeností (2004, s. 12).

Cílem následujících statí v rámci kapitoly Truchlení v kontextu skupiny je stručně představit silné a slabé stránky skupinového doprovázení pro truchlící, objasnit princip otevřených a uzavřených skupin a představit některé z forem skupinového poradenství pro truchlící.

2.3.1 Silné a slabé stránky skupinového poradenství pro truchlící

Skupinové poradenství není nevhodné pro problematické a patologické případy truchlení. „*Agresivní, destruktivní a příliš manipulující klienti*“ nejsou vhodnými kandidáty pro skupinovou práci (Špatenková, 2008, s. 45). Podle Parkese a kol. je skupinové setkání a skupinové poradenství zcela nevhodné i pro osoby v raných fázích truchlení. Důvod spatřují v nutnosti truchlícího opustit domov a setkat se s cizími lidmi, ke kterým zpočátku chybí důvěra. Vědomí toho, že všechny členy skupiny postihla nějaká významná ztráta a že tyto ztráty budou tématem setkání, může také plaché osoby či osoby mající strach vyjádřit své pocity, odradit (2007, s. 130). Stává se ovšem také, že člověk odmítne účast na skupince pro truchlící v určité fázi svého prožívání smutku, později však projeví o tento typ doprovázení zájem (Worden, 2002, s. 77). Worden uvádí příklad ženy, která nečekaně ztratila syna, a které byla nabídnuta pomoc členem svépomocné skupiny pro truchlící. Setkání se zúčastnila jednou a více se neukázala. Po roce své rozhodnutí přehodnotila a byla připravena skupinu navštěvovat a profitovat z ní (2002, s. 78).

Rovněž Jerneizig a kol. uvádějí důvody nevhodnosti skupinového poradenství pro osoby v raných fázích truchlení. Podle nich hrozí reálná možnost kolektivního vyhnutí se truchlení nebo naopak chronického truchlení. Skupina samotná se totiž může stát náhradním objektem truchlení. Je také pravděpodobné, že praktické problémy budou upřednostňovány před problémy emocionálními, což zabrání samotnému zpracování ztráty (1994, s. 46–47).

Podle Wolfelta lidé nejsou připraveni na účast na podpůrné skupině dříve, než po uplynutí alespoň tří měsíců po smrti milované osoby, i když připouští výjimky a varuje v tomto ohledu před strnulostí. Uvádí, že truchlící je dobře připraven na skupinovou pomoc přibližně po pěti až sedmi měsících po ztrátě blízkého.

Velká přednost skupinového poradenství však spočívá v příležitosti učit se od osob, které se ocitly v podobné životní situaci. Nejlépe funguje homogenní skupina, jejíž členové mají něco společného a mohou se navzájem učit. Naopak nesourodost skupiny a pocit účastníků setkání, že jim ostatní členové skupiny nerozumí, může mít za následek, že skupinu opustí. Větší

města jsou předpokladem pro vytvoření homogenní skupiny s vhodnými členy, např. vdovci, vdovy, rodiče po ztrátě dítěte, apod. (Parkes a kol., 2007, s. 130).

2.3.2 Uzavřené a otevřené skupiny

Skupinové poradenství může mít formu uzavřených nebo otevřených skupin. Uzavřené skupiny existují omezený čas a každý účastník do ní vstupuje a opouští ji ve stejnou dobu jako ostatní (Worden, 2002, s. 71). Vychází se z očekávání, že se jedinec účastní pevně stanoveného počtu setkání. Taková setkání nabízejí vznik atmosféry vzájemné důvěry, ve které mohou účastníci sdělovat své „*pocity a tajemství*.“ (Parkes a kol., 2007, s. 131) Skupina může být rozdělena na několik menších, které umožní práci na různých typech problémů (tamtéž, s. 131).

Naproti tomu otevřené skupiny jsou přitažlivé pro ty, kteří se nechtějí zavazovat a setkání se účastní příležitostně. Typická je menší pravidelnost a delší doba setkávání. Může se ovšem stát, že skupinu začnou ovládat ti, kteří do skupinky patří již delší dobu. Přijetí nových účastníků se tak může stát obtížnější a pravidelní účastníci ztratí motivaci (Parkes a kol., 2007, s. 131). Otevřené skupiny nemají jasně stanovený konec setkávání a lidé přicházejí a odcházejí po naplnění svých individuálních potřeb. V takových skupinách může dojít k situaci, když bude těžké přivést a zapojit nové členy, protože neznají důležité mezníky skupiny před svým příchodem. Navíc si musejí získat důvěru jakožto nově příchozí členové (Worden, 2002, s. 71).

Zkušenost mnohaleté práce s truchlícími ve skupině přivedla Wolfelta k přesvědčení, že členové skupiny se cítí lépe, když vědí, kdy skupina začne a kdy skončí (2004, s. 14). Také samotný fakt, že členové skupiny se musí jednou rozloučit, že skupina skončí a účastník je propuštěn, je podle Wolfelta důležitým krokem ke smíření se ztrátou blízkého. Autor se všeobecně přiklání k názoru, že velmi dobře fungují skupinky uzavřené, obsahující aspekt vzdělání a poskytující členům prostor pro otevřenou diskusi (2004, s. 39–41).

2.3.3 Různé formy práce skupinového poradenství pro truchlící

Poradenství ve skupinách nabízí nejen emocionální podporu, ale také praktickou pomoc zaměřenou na všední život truchlícího, jehož průběh a struktura se odchodem blízkého značně změnila. Spojení emocionální a praktické podpory popisuje např. Jerneizig a kol., když představuje podpurný program pro truchlící, který je chápán jako krizová intervence a funguje

v rámci Červeného kříže v USA. Poradenství je vedeno ve dvou krocích. První krok nabízí psychologické a psychoterapeutické poradenství, ale také praktickou pomoc pro všední život truchlícího. Na setkáních vystupují dva vedoucí. Jedním z nich je profesionální terapeut, druhým je spolupracující dobrovolník, např. vdova či vdovec se vzděláním v oblasti skupinové dynamiky, který plní roli ostatních účastníků skupiny. Návazné skupiny pak představují druhý krok a zabývají se pak spíše otázkami a problémy sociálních kontaktů, rodičovství samoživitelů, sexuality apod. (1994, s. 55).

Svépomocné skupiny neboli skupiny vzájemné pomoci jsou otevřenými skupinami. Pomoc je poskytována lidmi, kteří „*sami zažili trauma, jež se daná skupina pokouší řešit. Žádnými jinými výcviky tyto osoby ve skupině nedisponují,*“ uvádí Parkes a kol. (2007, s. 126). Autoři uvádějí dvě nevýhody takové skupiny. Tou první je nerozlišování mezi pomáhajícím a klientem, absence školení a rekrutace pomáhajících, a nepřítomnost jakékoliv standardizace služby. Druhou nevýhodou je potenciální možnost, že si lidé navzájem neporozumí, nepomohou si a budou „*nuceni přijmout skupinovou identitu, která jim nevyhovuje.*“ (tamtéž, s. 126)

Koordinátorka klubu Podvečer Hospicového občanského sdružení Cesta domů představuje v rozhovoru s J. Kopřivovou nabídku svépomocné skupinky pro truchlící. Vysvětluje přínos, ale také úskalí této konkrétní skupinky, která je otevřená, probíhá spíše nepravidelně a je přístupná jak bývalým klientům domácí hospicové péče, tak lidem přicházejícím z venku (2010, s. 50–51). Setkávání nemá pevnější strukturu, „*průběh večera se nedá předem příliš plánovat. Správný přístup se stále hledá.*“ (tamtéž, s. 51)

Jerneizig a kol. uvádějí, že na jedné straně mají svépomocné skupiny nepochybnou hodnotu v tom, že truchlící mohou svůj smutek otevřeně vyjádřit, když na veřejnosti je smutek často tabuizován. Na druhé straně jsou ovšem přesvědčeni o tom, že svépomocná skupina nepřináší pozitivní změnu u truchlících automaticky. Naopak se může stát, že s sebou přinese dodatečné problémy. Rozdílné reakce členů svépomocné skupiny na smutek nemusí podpořit individuální potřebu účastníků. Pokud se účastník aktivně neúčastní dynamického procesu skupiny a nevykonává neformální vedoucí funkci, nemusí u truchlícího dojít k pozitivní změně a neúspěšně prožitá účast v ní může způsobit nárůst depresivních symptomů účastníků (1994, s. 59).

Silvermans ovšem poukazuje i na odlišný model práce ve svépomocné skupině, jejichž vedoucí se alespoň neformálně vzdělávají. Říká, že „*nejlepší podporu pro vdovu může zajistit vdova*“ a dále popisuje tzv. program vdova vdově, který byl na tomto principu založen (1969,

podle Jerneizig, 1994, s. 57). Vedoucími skupiny jsou sociálně angažované vdovy, které jsou obeznámeny s problematikou truchlení a účastní se dalšího vzdělávání v této oblasti. Setkání jsou typická facilitací rozhovorů účastnic ve skupině zkušenými vdovami a poskytováním praktických rad (tamtéž, s. 57).

Jednou z možných forem práce s truchlícími formou skupinového poradenství je i slovenský model podpůrných skupin. Osoby v procesu zpracování zármutku po ztrátě blízkého v nich mohou zpracovávat svůj nekomplikovaný a nepatologický průběh smutku. „*Jde o způsob skupinové terapie založený na principu vzájemného sdílení a společného překonávání žalu,*“ jak tento model charakterizuje jeho zakladatelka na Slovensku (Kacianová, 2008, s. 132). Vychází z předpokladu, že „*mít možnost prožít pochopení přátel a těch, kteří sami truchlí, není slabost, ale přirozená a zdravá lidská potřeba.*“ (Wolfelt, 2004, s. 7) Tato podpora pro pozůstalé je realizovaná v uzavřeném typu skupinek, organizovaná vyškoleným knězem či laickým pastoračním pracovníkem církevního sboru. Skupinka pak má svého vedoucího, tzv. facilitátora (moderátora), který podpůrnou skupinku v církevním sboru „*zakládá, organizuje, vede a zabezpečuje její program a průběh.*“ (Kacianová, 2008, s. 132–133)

Posledně zmíněný model podpůrných skupin je realizován v církevním prostředí na Slovensku. V praktické části této bakalářské práce se věnuji jeho přenosu do českého prostředí církevních sborů. Z těchto důvodů věnuji následující kapitole pastorační truchlících a osob v krizových situacích.

2.4. Pastorační truchlících a osob v krizových situacích

V této kapitole charakterizují současnou společenskou náladu v užívání služeb církve v období zármutku po ztrátě blízkých a potenciál církve pro duchovní doprovázení osob při zpracování ztrát, jak ji popisuje Lammer. Rovněž popisují, jakým způsobem může preventivní pastorační péče u mladých lidí přispět k nepatologickému truchlení v pozdějších obdobích života.

2.4.1 Církev a období zármutku

Církevní pohřeb a pastorační péče vlastních členů církevního sboru patří k obvyklé nabídce křesťanských církví. Nabízená pomoc v případě smrti a období truchlení má svůj dobrý důvod a patří k základním kompetencím církve (Lammer, 2004, s. 15). Důvodem je podle Lammer fakt, že otázky týkající se Boha a světa vůbec jsou tématem církve, a že jsou kladeny právě

v období, kdy je člověk konfrontován se smrtí. Uvádí, že „každé z existujících náboženství chce těmto otázkám porozumět, srozumitelně je vyjevit a také oslavit.“ (2004, s. 15)

V dřívějších dobách hledali lidé v rozhodujících a krizových bodech svého života doprovod církve, a to i v případě, že stáli na jejím okraji, církvi se vzdálili nebo z ní jednou vystoupili. Dříve ukázkový církevní životopis, který představoval „*křest, konfirmaci, zamilování, zasnoubení, sňatek, zrod dítěte, smrt*“ se rozchází s životním cyklem většiny současníků dnešní doby, kteří se chtějí stát autory vlastního života (Lammer, 2004, s. 16). Obsah jejich života se neshoduje s obsahem církevních knih. „*Problém nastává u poslední kapitoly, kterou nejsou schopni sami napsat.*“ (tamtéž, s. 16) Lammer si tak pohrává s předpokladem, že v rámci oficiálních aktů církve by pohřeb mohl být jedním z mála biografických mezníků života, které by mohly být postiženy společenskými změnami (tamtéž, s. 16).

Na statistikách realizovaných v letech 1970–2000 v tzv. bývalých spolkových zemích Německa poukazuje Lammer na to, že poptávka členů dvou největších německých církví (katolická a evangelická) po uspořádání církevního pohřbu silně klesla a církev stojí ve velkém konkurenčním boji. Roste počet těch, kteří nabízejí služby pohřebnictví a doprovázení v truchlení. Jsou přitom rychlejší než církve, nabídka je dokonce vysoce kvalitní a komplexnější. „*Zjevně se také dobře prodává.*“ (2004, s. 17) Církev se vzdaluje místu a času smrti a „*jiné profesní skupiny, především zaměstnanci pohřebních ústavů se etablojí jako první pomoc v období zármutku.*“ (tamtéž, s. 14–15). „*Přitom se svými zdroji a kompetencemi se církve nemusí před konkurencí skrývat,*“ říká Lammer a uvádí, že církve disponuje personální sítí dobře vzdělaných pastorů, kteří podle dotazovaných ještě stále požívají velmi dobré pověsti a vysoké důvěry (tamtéž, s. 17–18).

Velkým potenciálem církve, který je často podceňován, jsou podle Weiße její členové. Weiß nazývá církevní sbory strukturovanými společenstvími lidí, kteří se mohou stát aktivní v pomoci pro druhé. Jako příklad uvádí návštěvy nemocných a lidí v jejich strádání, a nabídku pomoci, přičemž rozhovory považuje za součást pomoci. Také lidé stojící na okraji mohou být integrováni do společenství církve. Společenství o sebe navzájem pečují, pomáhá si a tato pomoc se stává samozřejmostí. Struktura takových společenství zahrnuje muže, ženy, mladé, staré s rozmanitým povoláním, činnostmi a dary. Důležité však je, aby se členové takového společenství dokázali navzájem vnímat a kulturu vzájemného vnímání vytvářeli. Tehdy se církevní sbor stane nabídkou pomoci, kterou je možné v případě potřeby okamžitě poptat.

„Církevní společenství se může stát prostorem pro psychohygienu a působit preventivně pro vytváření pohody, duchovního, duševního a tělesného zdraví.“ (2012, s. 149)

Lammer jmenuje tři jedinečné kombinace kompetencí církve pro doprovázení obdobím zármutku:

1. dogmatická kompetence (schopnost interpretace), když v období zármutku přicházejí otázky po smyslu smrti a života;
2. pastorační kompetence spočívající v pomoci lidem pochopit sebe sama a jejich momentálně prožívanou skutečnost;
3. liturgicko-rituální kompetence. Představují schopnost vyjádřit a dát tvar ohromujícímu zážitku formou bohoslužby, a rituály, které jsou společně s truchlícími vytvářeny v jejich jedinečné situaci. Církev tedy může v období zármutku nabídnout více než jen pouhý pohřební akt (2004, s. 18–19).

Podle Lammer, může církev svoji zodpovědnost a společenský úkol naplnit tím, že rozšíří nabídku doprovázení obdobím truchlení a pokusit se tak zastavit pokračování privatizace a individualizace smutku. Nabídka k doprovázení smutkem bude muset dorazit za jednotlivcem také na místa, kde se v současnosti umírá, to znamená především do nemocnic, domů s pečovatelskou službou a domovů důchodců (2004, s. 20). *„Moderní společnost hospitalizovala smrt a smutek,“* uvádí Lammer (2004, s. 13). Společenské podmínky způsobily, že člověk neumí zacházet se smrtí a smutkem, a roste potřeba individuálního doprovázení smutkem (tamtéž, s. 15). To platí také v případech, kdy ztráta je v sociálním kontextu málo vnímána, uznána a doprovázena, neboť jde o tzv. sociálně neviditelné vztahy. Příkladem může být ztráta dítěte při samotném porodu nebo krátce po něm; ztráta milovaného partnera v předmanželském či mimomanželském vztahu, kdy pozůstalému není umožněno podílet se na organizaci pohřbu, nemá právo dědit a nedostává se mu žádné sociální pozornosti a podpory. Doprovázení truchlícího „druhým“ pak ještě více nabírá na nezbytnosti a důležitosti. Lammer se tedy snaží sdělit, že pokud onen „druhý“ je duchovním, pak validace dostává přídatnou dimenzi. Důvodem je podle ní to, že *„co onen doprovázející navenek vyjadřuje, zároveň odkazuje na samotného Boha.“* (2004, s. 112–113) *„Nikdy tě neopustím a nikdy se tě nezřeknu.“* (Žd 13,5b) *„Já jsem Hospodin, tvůj Bůh, držím tě za pravici...“* (Iz 41,13a)

2.4.2 Náboženská výchova jako pomoc v krizové intervenci

Rabbi Roberts píše o náboženské víře, která dokáže pomoci lidem vidět smysl krize navzdory prožitkům v dnešním bouřlivém světě. Podle něj se v období krizí vracíme k víře, která nám odkrývá smysl katastrof a pomáhá chápat smrt milovaných. Zvláště v těžkých obdobích, když se nám svět zdá záhadným a cítíme, že situaci nejsme schopni sami řídit, hledáme odpovědi. Potřebujeme věřit, že svět, ve kterém žijeme, dává smysl, že existuje nějaké schéma, kterým se můžeme řídit. Roberts míní, že náboženské instituce jsou jedním z míst, kde je možno řešit krize. Mluví o nutnosti hledání způsobů, jak církve, synagogy a mešity mohou pomoci lidem již v mladém věku řešit nejasnosti a zmatky, se kterými jsou v dnešním světě tak často konfrontováni (2002, s. 70).

V dalších odstavcích své kapitoly pak Roberts rozvíjí myšlenky o tom, jak náboženství jako součást školního curricula může a mělo by se dotknout problematiky zvládání krizí v životě. Krizi chápe jako „*nejistotu, nebezpečí, hrozbu zkázy, překážky v životních cílech, pocit bezmoci.*“ (2002, s. 70) Uvádí, že celý život se skládá z malých a velkých krizí. Ty mohou vzniknout změnou v zaběhnutém způsobu života nebo smrtí či náhodnými událostmi, jakou je např. akutní či chronické onemocnění, nehoda, smrt, válka nebo násilné vystěhováním rodin. Lidé by každopádně měli být včas zplnomocňováni k tomu, aby dokázali používat nejcennější dar, který Bůh dal lidstvu: „*Schopnost zvládat životní změny a změny životních schémat.*“ (2002, s. 70) Je přesvědčen o tom, že duchovní, učitel nebo učitel v prostředí náboženských škol, jež stojí žákům po boku, pečuje o ně a stává se jejich vnímavým průvodcem v pravý čas, může mít mnohem významnější vliv než léta poradenství, které se děje po prožitku krizové události (2002, s. 73). Náboženství podle něj nabízí lidem skálu, na které je možno stát a postavit se zítřkům. Takovou skálu vidí v rituálech, modlitbách, příbězích, tradici, zvycích a naději (2002, s. 71).

Ve druhé kapitole jsem představila význam podpory jednotlivce v období zármutku a také konkrétní nabídky individuální a skupinové pomoci. Poukázala jsem rovněž na smysl preventivní i následné pastorační služby církve v souvislosti s problematikou zpracování významné ztráty.

3 Služba doprovázení SLZA a podpůrné skupiny pro truchlící na Slovensku

V poslední kapitole teoretické části této bakalářské práce představuji motivaci zakladatelky Natálie Kacianové pro vznik vzdělávacího programu Služby sprevádzania SLZA (Befriending) pro dobrovolníky na Slovensku a jak tento program umožnil zakládání podpůrných skupin (Grief Support Groups) pro osoby, které touží najít „*bezpečný prostor pro hledání smyslu smrti a utrpení, nechat se motivovat k chuti do života a přijmout naději do budoucna.*“ (Kacianová, 2010, s. 44) Dále poukazují na to, jakou roli hraje vyškolený dobrovolný facilitátor podpůrných skupin pro truchlící a jakou úlohu a pravidla tyto podpůrné skupiny mají. V závěru popisují model setkání podpůrné skupiny pro truchlící na Slovensku.

3.1 Motivace zakladatelky pro vznik Služby sprevádzania a její samotný vznik

V úvodu své dizertační práce Kacianová zmiňuje dva faktory, které v ní probudily hlubší zájem o problematiku žalu a motivaci k pomoci truchlícím. Prvním z nich byla smrt vlastní matky, která jednak poznamenala život rodiny, ale také výrazným způsobem změnila životní osudy několika jejich členů. Tehdy Kacianová zkoumala svůj vlastní žal, pozorovala jednání dalších členů své rodiny a nabyla dojmu, že „*problematika žalu je důležitým pastoračním tématem, které vyžaduje hlubší zkoumání potřeb a řešení.*“ (Kacianová, 2008, s. vi) Pochopila zároveň, co asi prožívá člověk, který doprovází a zároveň truchlí (Kacianová, 2012, s. 51).

Druhým motivačním faktorem byla její profesní praxe kaplanky v jednom církevním sboru na Slovensku, kde pravidelně potkávala pozůstalé, kteří byli konfrontováni se ztrátou blízkého a vyrovnávali se s ní po svém. Jejich potřeby, hloubání o tom, co pozůstalý svým žalem vyjadřuje, jaké pastorační výzvy s sebou přináší a jak se k nim staví teologie, jsou základním tématem dizertační práce Kacianové. V jejím závěru uvádí, že právě „*Služba sprevádzania (Befriending) a podpůrné skupiny pro pozůstalé (Grief Support Groups) jsou praktickým přínosem pastorační péče, hlavně na půdě církevních sborů.*“ (2008, s. 135)

Intenzivní studium v USA Kacianové pomohlo ke konkrétní představě, jak by mělo vypadat vzdělávání doprovázejících dobrovolníků. Kromě toho získala finanční prostředky na vzdělávací program pro dobrovolníky na Slovensku na období tří let prostřednictvím zahraničních partnerských církevních sborů Biblické školy v Martine. Tak byl zahájen

vzdělávací program Služba sprevádzania SLZA. Poté nastartovala sérii přednášek a setkání na Slovensku, aby motivovala lidi ke studiu a „*uplatnění získaných zkušeností a dovedností ve svých církevních sborech, pomáhajících profesích a vlastních rodinách.*“ (2012, s. 51)

3.2 Služba sprevádzania (SLZA) na Slovensku

Nápomocná služba (Befriending), jak ji nazvali Parkes a kol., si nenárokuje víc než schopnost porozumět trpícímu, který prožil ztrátu. Zároveň autoři uvádějí, že většina těch, kteří nabízejí přátelství s cílem doprovodit truchlícího, většinou nedisponují žádnou odbornou přípravou a mohou v průběhu poskytování pomoci „*ztratit půdu pod nohama.*“ (2007, s. 127)

Právě ve snaze nabídnout a poskytnout odbornou pomoc doprovázejícím se liší koncept nápomocné služby Kacianové od konceptů jiných. Její osobní zkušenost s prožíváním hlubokého žalu a potřeba členů církevního sboru, kde sloužila jako kaplanka, ji motivovala k hledání pomoci pro truchlící a založení studijního programu SLZA (2012, s. 51).

SLZA vznikla na Slovensku v roce 2008 jako „*pastoračně psychologický studijní program zaměřený na pastorační péči o těžce nemocné, umírající a truchlící.*“ (Kacianová, 2012, s. 51) Zájemcům je nabízen Biblickou školou v Martine v rámci dvousemestrálního dálkového studia. Studenti absolvují celkem 102 vyučovací hodiny a duchovního doprovázení v hospici nebo instituci pro těžce nemocné a umírající (tamtéž, s. 52).

Účelem studia programu SLZA je nabídnout pomoc pro ty, kteří chtějí smysluplně pomáhat a stát po boku těm, kteří se učí akceptovat a smířit s těžkou nemocí nebo ztrátou blízkého. Jinou motivací studenta programu může být hlubší zájem o problematiku, protože vyplývá z vlastního prožitku žalu (Kacianová, 2012, s. 51). Získané, zatím neakreditované, vzdělávání se tak může stát nástrojem v rukou klienta, ale také zprostředkovatele pomoci – dobrovolníka.

Vedlejším produktem studia je spirituální růst studentů a jejich porozumění sama sobě. Otevírají se jeden druhému, vzájemně se obohacují, vyjadřují své pocity, hledají kořeny své víry a snaží se přijímat druhé v jejich přirozenosti. Program se soustřeďuje na individualitu studenta, jeho osobní příběh, osobní konfrontaci s bolestí a smutkem, a získanou životní zkušenost a moudrost. Studijní podpora dobrovolníků umožňuje sloužit a pomáhat druhým v boji se smutkem (Kacianová, 2012, s. 51–52).

3.3 Studijní program SLZA jako vzdělávací podpora pro dobrovolníky

Převážná část studentů a absolventů programu SLZA jsou lidé z praxe, které motivuje láska ke klientům. Zároveň v sobě nesou touhu naučit se čelit vlastním zraněním a smutkům. Každý běh kurzu počítá s maximálně 15 studenty. Důvodem je zážitková forma vyučování. Povinností zájemce o studium SLZA je zaslání přihlášky a životopisu včetně motivačního dopisu (Kacianová, 2012, s. 51).

Na prvním setkání si studenti programu definují očekávání od studia, která pak velmi úzce korespondují s tématy, jež volí vedoucí programu. Jak ve svém příspěvku Kacianová uvádí, očekávání studentů se pojí k tématům „*smrti, obav a strachu z ní, přístupu k umírajícímu a truchlícímu, rodině, účasti Boha na našem utrpení, doprovázení těch, kteří nevěří v Boha, komunikace s dítětem v utrpení, omylů při doprovázení a jejich předcházení, očekávání druhých od doprovázejících atd.*“ (2012, s. 51)

Studijní program SLZA nabízí a zprostředkovává potřebnou podporu dobrovolníkům, kteří chtějí nabídnout svou pomoc při zpracování smutku individuální nebo skupinovou cestou. V centru studia stojí „*jedinec, jeho životní příběh, jeho zkušenost s bolestí a žalem, jeho moudrost, kterou získal životním poznáním.*“ (Kacianová, 2012, s. 51–52) Aby se student programu SLZA mohl cítit bezpečně, existuje takto definovaný bezpečný prostor, ve kterém se může sdílet „*právo mýlit se, aktivně naslouchat, právo mlčet, respektovat názor druhých, nevyvíjet sdílené záležitosti mimo skupinu atd.*“ (Kacianová, 2012, s. 52)

Na vzdělávání v rámci programu SLZA se podílejí „*odborníci z oblasti praktické a biblické teologie, psychologie, psychiatrie, psychoterapie, hospicové a paliativní péče.*“ (Kacianová, 2012, s. 52)

3.4 Individuální a skupinová forma Služby doprovázení SLZA

V následujícím textu popisují dvě formy Služby doprovázení SLZA na Slovensku, a to individuální a skupinovou. Pro obě formy je typický tzv. bezpečný prostor pro doprovázení smutkem. O bezpečném prostoru píše také Špatenková, a to že umožňuje účastníkům „*ventilovat emoce a hovořit o svých problémech.*“ (2008, s. 33) Worden míní, že bezpečné prostředí podporuje stanovení určitých pravidel chování a vystupování (2002, s. 73).

Když Kacianová zmiňuje bezpečný prostor při individuální službě doprovázení, mluví o tzv. posvátné půdě, o které se píše v 2. Mojžíšově. Bůh rozkázal Mojžíšovi: „*Zuj si opánky, neboť místo, na kterém stojíš, je půda svatá.*“ (3,5). V prostředí, ve kterém se trpící člověk otevírá průvodci smutkem, je zapotřebí zachovat diskretnost a důvěru (Kacianová, 2008, s. 130).

O vzniku důvěry a bezpečí ve skupině mluví Kacianová v souvislosti se stanovenými pravidly pro účastníky skupinové formy Služby doprovázení SLZA. „*Pravidla jsou zároveň první známkou vzájemné komunikace a je potřebné, aby je všichni respektovali.*“ (2008, s. 134)

3.4.1 Individuální forma Služby doprovázení (Befriending)

Smyslem Služby doprovázení truchlícího dobrovolníkem, jak ji představuje Kacianová, je vyslechnutí smutného příběhu trpícího bez toho, aby byl posuzován, odsuzován, tutorován či vystavován kritice (2008, s. 128). Tato služba je jednou z forem laické pastorační služby a dobrovolník je v ní vzděláván také v rámci úvodního kurzu vzdělávacího programu SLZA (Kacianová, 2012, s. 51). Je nabízena jak v rámci církve, tak vně. Dá se využít tam, kde truchlící projeví zájem o sdílení svého utrpení (Kacianová, 2008, s. 128).

Koncept této služby vznikl v roce 1953 v Anglii. Tehdy zorganizoval reverend Chad Varah první setkání lidí v pastorační nouzi s laiky ochotnými vyslechnout trpící s patřičnou empatií a pochopením. Dobrovolníci (Befrienders) byli rekrutováni z církevní komunity, ale pomoc poskytovali i mimo rámec církve (Kacianová, 2008, s. 128). Mezinárodní síť s názvem Befrienders International pak vznikla v roce 1966 a dodnes podporuje vznik nových center po celém světě. Služba je zastřešována církví a představuje účinnou pomoc členům církví na národní a ekumenické úrovni, stejně jako široké veřejnosti, která takový typ služby vyškolených církevních dobrovolníků akceptuje a žádá o ni. Je prakticky realizována telefonáty, formou dopisu, e-mailu nebo přímou interakcí mezi dobrovolníkem a truchlícím. „*Registrovaná centra Služby doprovázení své dobrovolníky vzdělávají, formují a podporují.*“ (Kacianová, 2008, s. 129)

Jak individuální, tak skupinová služba truchlícím prostřednictvím dobrovolníků by měla být zastřešována církevním sborem. Kacianová uvádí, že službu dobrovolných průvodců smutkem vidí jako velmi potřebnou součást pastorační pomoci o pozůstalé, zvláště v době, která je poznamenána nedostatkem času. Chápe takovou podporu utrápených a nešťastných lidí jako projev Boží lásky a zájmu o člověka (Kacianová, 2008, s. 132).

Svůj elán a odhodlání zabezpečit pomoc pro truchlící však Kacianová projevila osobním angažmá v dalším efektivním způsobu pastorační péče o truchlící – v podpůrných skupinách pro pozůstalé. Jejich význam popsala ve své dizertační práci. Jak jsem již zmínila, nazvala je „*způsobem skupinové terapie založené na principu vzájemného sdílení se a společného překonávání žalu.*“ (2008, s. 132) V roce 2009 takovou skupinku na Slovensku poprvé zorganizovala a facilitovala. V dalších kapitolách své práce popisují význam podpůrných skupin pro truchlící, jejich pravidla a obsah a také roli dobrovolníka v těchto skupinách.

3.4.2 Podpůrné skupiny pro truchlící (Grief Support Groups) na Slovensku

Podpůrné skupiny pro truchlící jsou jednou z forem skupinové pomoci (Kacianová, 2008, s. 132). Jsou „*součástí péče o fyzické, duševní a duchovní potřeby truchlících,*“ uvádí Kacianová, která udělala první osobní zkušenost účasti na podpůrné skupince pro truchlící během svého pobytu v USA (2010, s. 44). Účast na této podpůrné skupince naplnila její potřebu být vyslechnuta druhým a vyplakat se (tamtéž, s. 44). Kromě toho získala cenné informace, které jí pomohly při zakládání a facilitaci podpůrných skupinek pro truchlící, z nichž ta první se konala v církevním sboru v Martine v roce 2009. Tehdy měla skupinka sedm účastníků a dvě facilitátorky (Kacianová 2010, s. 45–46).

V dalších bodech své práce představují slovenský model podpůrné skupiny pro truchlící, úlohu podpůrné skupiny, její pravidla a způsob facilitace.

3.4.2.1 Úloha a pravidla

Kacianová se ve svém příspěvku o podpůrných skupinkách pro truchlící drží Wolfeltova vymezení úloh těchto skupinek, a to následně:

1. spojit lidi s podobnými zážitky, myšlenkami a pocity;
2. odstranit nepochopení a izolaci, kterou v kultuře vyhýbající se smrti a žalu truchlící pociťují;
3. vytvořit bezpečné prostředí a nabídnout fyzickou, duševní a také duchovní podporu;
4. umožnit lidem, aby podporu přijali a zároveň měli účast na žalu druhých;
5. vytvořit bezpečný prostor pro duchovní otázky, pro hledání smyslu smrti a utrpení, nabídnout naději;
6. povzbudit účastníky, aby se dokázali o sebe opřít;
7. učit je přistupovat k sobě a ke své ztrátě novým způsobem (Wolfelt, 2004, s. 7–8).

Podpůrná skupinka pro truchlící si tedy klade za úkol „*inspirovat člověka k boji s žalem, k tomu, aby ho dokázal projevít, sdílet a najít jeho místo v příběhu svého života.*“ (Kacianová, 2010, s. 134) Jejím úkolem není odejmout truchlícímu jeho žal tím, že by už dále neexistoval. Cílem účasti na podpůrné skupině je „*mít možnost vyjádřit svou bolest, sdílet žal druhých a společně růst ve víře.*“ (tamtéž, s. 134) Kacianová shrnuje zkušenosti z facilitace své první podpůrné skupiny a říká, že „*sdílení pocitů, otevřenost vůči bolesti a vyjádření hněvu mělo u účastníků za následek duchovní růst a přijetí naděje.*“ (tamtéž, s. 46) O tom, že skrze žal můžeme růst, píše také Wolfelt. Růstem autor míní odkrytí a využití našich darů a našeho potenciálu a jeho využití v životě druhých (2004, s. 9).

Kacianovou přivedla její praxe ve vedení podpůrných skupin pro truchlící k vytýčení sedmi nejdůležitějších pravidel, která jsou podle ní základem pro vytvoření důvěry a bezpečí:

1. Jedinečnost žalu. I když zkušenost ztráty je podobná, každý prožívá ten svůj jinak. Je proto nutné respektovat společné prožitky, ale rovněž ty jedinečné.
2. Bezpečný prostor pro sdílení znamená, že sdílet je možno jakékoliv pocity.
3. Aktivní naslouchání znamená nepřerušovat a neklást otázky člověku, který právě sdílí svůj smutek se skupinou.
4. Důvěra. Vypovězené věci na setkání skupinky jsou důvěrné a nevynášejí se mimo její teritorium.
5. Stejný časový prostor na sdílení se. Sám účastník si určí, jaký objem informací bude sdílet anebo zda bude mlčet.
6. Přesný příchod a pravidelná účast. Začátek a konec setkání má přesně stanovenou hodinu a stanovený limit trvání jednotlivých setkání zůstává stále stejný.
7. Přijímání druhých takovými, jací jsou a respektování jejich názorů (2010, s. 45).

3.4.2.2 Dobrovolník jako facilitátor podpůrné skupiny pro truchlící

Protože vzdělávací podpůrný program SLZA je určen budoucím dobrovolníkům různých profesí a zájmů s cílem doprovázet truchlícího, nabízí se otázka, zda podpůrné skupinky pro truchlící vedené takovými vyškolenými dobrovolníky mohou být v rámci poradenství pro truchlící efektivní.

Worden v jedné kapitole své knihy uvádí výsledek srovnání čtených výzkumných studií, který byl prezentován Parkesem v článku „*Funguje poradenství pro truchlící*“ v jednom z čísel Britského časopisu pro lékaře. Parkes se pokusil odpovědět na otázku, zda poradenství pro

truchlíci má smysl, zda funguje. Porovnával služby nabízené truchlícím profesionály a také dobrovolníky prostřednictvím svépomocných skupin. Podle Parkese ukazují výsledky výzkumu jasně, že *„jak profesionální služby, tak dobrovolnické a svépomocné služby podporované profesionály jsou schopny snížit riziko psychiatrických a psychosomatických poruch pramenících z truchlení.“* (1980, podle Worden, 2002, s. 80)

Koncept podpůrných skupinek pro truchlíci, které Kacianová na Slovensku nastartovala, vychází z předpokladu existence laických pastoračních pracovníků církevního sboru a jejich angažmá při zakládání, organizaci, vedení, programové náplni a facilitaci těchto skupin (Kacianová, 2008, s. 132–133).

Kromě toho, že jsou doprovázející (Befrienders) zastřešováni církevním sborem, ve kterém službu konají, nikdy nepracují osamoceně. *„Scházejí se pravidelně s ostatními doprovázejícími v rámci skupinového procesu,“* a díky takovým setkáním, vykonávané službě, příběhům, kterým naslouchají, dále *„formují a obohacují svoji vlastní víru.“* (Kacianová, 2008, s. 131) *„Pocit sounáležitosti a týmové práce spolupracovníků“* je podle Tošnera, Sozanské podpůrným faktorem dobrovolnické práce (2002, s. 55). Naopak brzdou je neuspokojivá podpora a absence osobního růstu spolupracovníků (tamtéž, s. 55).

Ve své dizertační práci Kacianová uvádí: *„Vedoucí skupinky, facilitátor by měl projít profesionálním školením v oblasti pastoračního doprovázení pozůstalých, měl by být hluboce věřícím člověkem, absolvovat biblické vzdělání a speciální kurz zakládání a vedení podpůrných skupinek.“* (2008, s. 135) V tomto případě je ideálním odborným vzdělávacím nástrojem již zmíněný dvousemestrální program Služba doprovázení SLZA. Tošner, Sozanská uvádějí, že právě v závislosti na charakteru dobrovolnické činnosti může jít i o *„dlouhodobou přípravu“* dobrovolníka (2002, s. 79). Díky ní pak může dobrovolník vykonávat klíčové aktivity podpůrného programu pro truchlíci. Chod takové aktivity je tedy přímo závislý na dobrovolnících a tím je, podle Tošnera, Sozanské, vymezena jejich rozhodující role (2002, s. 39).

Podle Kacianové dobrovolník-facilitátor: připravuje místnost, zahajuje a ukončuje setkání; motivuje účastníky k otevření se a nalézání vlastních řešení; usměrňuje sdílení, reflektuje to, co zaznělo a udržuje zdravou atmosféru; nenabízí správné odpovědi, nepřesvědčuje, nepůsobí autoritativně a vyhýbá se přehnané lítosti a ujišťování; nepoužívá klišé; neklade zbytečné otázky a umí akceptovat mlčení; stává se průvodcem truchlícího ve spleti jeho pocitů, které pojmenovává a pomáhá přijmout (2010, s. 45).

Facilitátor v roli vedoucího skupiny rovněž podniká kroky k přípravě skupinky. Příprava spočívá v oslovování lidí, podávání informací, případně zpracování a vyvěšení plakátu na informační tabuli či zpracování a distribuci letáku nebo informací v bulletinu církevního sboru, zasílání pozvánek a/nebo přímo v telefonickém kontaktování přihlášeného účastníka (Kacianová, rozhovor z 31. 10. 2013).

3.4.2.3 Model setkání podpůrné skupiny pro truchlící

Setkání podpůrné skupiny pro truchlící má tento organizační rámec:

1. Místo setkání: příjemná a tichá místnost dostatečně osvětlená, židle umístěné v kruhu, uprostřed malý stolík s květinou, Biblí, případně svíčkou.
2. Ideální počet facilitátorů: 2.
3. Ideální počet účastníků ve skupině: 6–12.
4. Uzavřený typ skupinky.
5. Četnost setkání: 1x/týden v délce 6 týdnů; ideální délka trvání jednoho setkání: 1 ½ až 2 hodiny s 15 minutovou přestávkou.
6. Podmínky pro přijetí do skupiny: minimálně 3 měsíce po úmrtí blízké osoby, ideál je 5–7 měsíců; přihláška s vyplněným dotazníkem (jméno, telefonní číslo, datum a způsob úmrtí zesnulé osoby).
7. Indikace pro odmítnutí účastníka: pokus o sebevraždu nebo zmínky o takové pokusu; příchod pod vlivem alkoholu nebo drog; vážná mentální porucha; úzkosti a deprese, které ohrožují zdraví člověka; neschopnost ovládat se; vymezování se; nepřičetnost, projevy fobie; projevy chronického žalu (Kacianová, nedatováno).

Jednotlivá setkání podpůrné skupinky mají tuto strukturu programu: přivítání; úvod (vhodně vybraný biblický příběh, báseň k probíranému tématu aktuálního setkání, zkušenost); modlitba; téma; přestávka; sdílení o tématu; závěrečná modlitba; praktické informace o příštím setkání (Kacianová, nedatováno).

Službu doprovázení SLZA a podpůrné skupinky pro truchlící Kacianová vnímá jako účinný nástroj pro zpracování smutku, který zasadila do církevního prostředí, a to především z důvodu její profesní orientace a jejího působení v církvi.

II PRAKTICKÁ ČÁST

4 Výzkumný problém a cíle, výzkumné otázky

4.1 Výzkumný problém

Pro vyjádření výzkumného problému použiji slova zakladatelky podpůrných skupinek pro truchlící na Slovensku, která zazněla v osobním rozhovoru. Velmi dobře vystihuje význam podpory pozůstalého v prostředí podpůrných skupin:

„Jako evangelická farářka jsem dělala asi čtyřicet pohřbů za rok. Rázem jsem měla ve sboru sto truchlících. Jedinou věc, kterou jsem mohla pro pozůstalé udělat, byl důstojný pohřeb a v kostele se za ně pomodlit. Neměla jsem totiž prostor, abych všechny navštívila. Při pohřbu a modlitbě je ale rodina zcela pasivní. Povídám pouze já. Uvědomila jsem si, že truchlící člověk potřebuje prostor pro vyjádření žalu. Pokud pozůstalý pláče na pohřbu, je to v pořádku. Pokud i nadále pláče každou neděli v kostele, už to není v pořádku. Potřebuje se vyjádřit. Potřebuje říct, že se hněvá, že ztratil víru. Kde a komu to má říct? Podpůrná skupinka mu může poskytnout takový prostor. Funguje na bázi toho, že účastníky něco spojuje, že jako truchlící nejsou jedinými svého druhu. Účastníci skupinky mohou být sami sebou. Na skupince neuslyší: „Mami, už nemůžeš plakat...“ (osobní rozhovor z února 2014)

4.2 Cíle výzkumu

Praktická část bakalářské práce se pokouší zmapovat proces přenosu podpůrných skupin pro truchlící (podpůrných skupin) ze slovenského prostředí do českého, a to kvalitativní analýzou dat. Má také za úkol také zjistit potenciál pro práci s truchlícími v podpůrných skupinách v českém prostředí církevních sborů.

Výzkum je opřen jednak o výpovědi slovenských a českých facilitátorek (moderátorek), které vedly podpůrné skupiny na Slovensku a v České republice (ČR), a to jedenkrát za týden po dobu 6 týdnů na podzim roku 2013. Facilitátorky se vyjadřují k absolvovanému a doporučenému rozsahu vzdělání a zkušeností pro vedení skupinek, k motivaci pro vedení skupinky, k pozitivním a negativním aspektům práce facilitátora a k významu transferu slovenského modelu do českého prostředí. Vyjádření sedmi duchovních z celkem šesti různých církevních denominací jsou dalším příspěvkem této výzkumné části. Zkoumané

oblasti se dotkly nabídky církevních sborů pro zpracování ztráty jejich členů a pohledu duchovních na přínosy, možnosti, limity a šance podpůrných skupin. Výzkum je dále podepřen mou osobní účastí na podpůrných skupinách na Slovensku a v ČR v závěru roku 2013.

Cílem této práce je poukázat na jednu z možných forem pomoci a podpory pro truchlící v církevním prostředí a na její význam a šanci zakotvit v českém prostředí.

4.3 Výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka:

Za jakých podmínek proběhl přenos slovenského modelu podpůrných skupinek pro truchlící do českého prostředí a jaký měl přenos dopad na možný rozvoj práce s truchlícími v církevních komunitách v českém prostředí?

Dílčí výzkumné otázky:

1. Jaký je způsob práce s truchlícími v podpůrné skupině podle slovenského modelu a jaké zdroje a podmínky existovaly v době přenosu do českého prostředí?
2. Jakým způsobem reagují duchovní v církevních sborech na potřeby svých truchlících členů a jaká je odezva duchovních na skupinový model práce s truchlícími?

5 Popis použitých metod a popis výzkumného vzorku

Tato bakalářská práce má dvě části – teoretickou a praktickou. Teoretická část čerpá z odborné literatury a je rozdělena do tří kapitol. Jednotlivé kapitoly se zabývají vymezením nejdůležitějších pojmů předložené práce, existujícími formami podpory a pomoci pro osoby v období truchlení po významných ztrátách, Službou sprevádzania SLZA a podpůrnými skupinami pro truchlící na Slovensku.

Praktická část práce obsahuje informace získané skrytým zúčastněným pozorováním a dále analýzou strukturovaných rozhovorů dvou cílových skupin respondentů: 1. facilitátorky, které vedly podpůrné skupiny v době přenosu slovenského modelu; 2. duchovní různých církevních denominací, které jsou registrovány Ministerstvem kultury ČR a nacházejí se na teritoriu přenosu slovenského modelu do českého prostředí.

Pro zpracování empirické části jsem zvolila kvalitativní výzkumné paradigma. Důvodem mé volby byla citlivost zpracovávaného a zkoumaného tématu, dále nízký počet existujících podpůrných skupin a teoreticky a prakticky připravených moderátorů, a ambice dosažení stanoveného cíle práce.

5.1 Skryté zúčastněné pozorování na Slovensku a v České republice

Zúčastněné pozorování je jednou z extrospektivních metod, které spolu s introspektivními metodami patří k metodám pozorování (Miovský, 2006, s. 142). Miovský také uvádí celkem šest obecných kategorií pozorování podle Maršálové a Mikšíka. Vycházela jsem z deskripce těchto metod autorů a při zúčastněném pozorování jsem věnovala pozornost obsahovým znakům verbálního chování, úkonům činnosti a aktům chování a situačním dějům (1990, podle Miovský, 2006, s. 151). Zúčastněné pozorování umožňuje bezprostřední zkušenost výzkumníka s pozorovanou situací, vzájemné působení verbálních i neverbálních projevů, lepší pochopení a popis toho, jak účastníci věci dělají a proč (tamtéž, s. 152). Při výzkumu jsem použila skryté zúčastněné pozorování, které je zvláštní formou zúčastněného pozorování. Účastníci „*nejsou o výzkumu informováni*.“ (Miovský, 2006, s. 153) Byla jsem součástí běžných interakcí, měla určitou roli a místo ve skupině až do konce kontaktu. Miovský píše jak o výhodě, tak nevýhodě tohoto typu pozorování. Výhodu spatřuje v nevědomosti účastníků, která se projevuje jejich přirozeným chováním a akceptací pozorovatele jako přirozené součásti situace. Jako nevýhodu Miovský uvádí klamání

účastníků a „závažné porušení etických norem.“ (2006, s. 153) Etické normy Miovský rozděluje do tří základních rovin: 1. vliv výzkumníka na výzkumné pole a naopak; 2. ochrana účastníků výzkumu; 3. ochrana výzkumníka (2006, s. 277).

V závěru roku 2013 jsem se osobně zúčastnila vždy šesti setkání podpůrných skupinek pro truchlící, které probíhaly s posunem jednoho týdne jak na Slovensku, tak v ČR. Mým záměrem bylo zjistit, zda se způsob práce facilitátorů, skladba účastníků a obsah setkání podpůrných skupinek na Slovensku nějakým způsobem odchyloval při přenosu know-how do českého prostředí.

Data, která uvádím v empirické části své práce, neobsahují tzv. osobní údaje. Osobní údaje jsou dle Miovského „*informace, které se týkají konkrétního, žijícího, identifikovatelného jedince.*“ (2009, s. 282) Jejich absence ve výzkumné části práce patří k etickým pravidlům, která chrání účastníky výzkumu, konkrétně jejich soukromí a osobní údaje (tamtéž, s. 280–282). Informace o účastnících podpůrných skupinek jsou v této práci zevšeobecněny na pohlaví, přibližný věk, druh prožívané ztráty a existenci či neexistenci blízkého sociálního okolí (Tabulka č. 1 a 2, kapitola 9). Údaje o místě konání zúčastněného pozorování podpůrných skupinek v církevních sborech jsou zúžena na velikost církevního sboru, v rámci kterého skupiny probíhaly, a na velikost obce, ve které církev působí.

5.1.1 Charakteristika vzorku, podpůrná skupina na Slovensku

Facilitátorky slovenské podpůrné skupiny věděly o mém výzkumném záměru. Podmínkou mé účasti na facilitované podpůrné skupince pro truchlící bylo písemné předložení mé vlastní zkušenosti s truchlením, sdílení mého příběhu ve skupině, zapojení do všech aktivit skupinky a závazná účast na všech jejich setkáních. Miovský uvádí, že při skrytém zúčastněném pozorování účastníci nevědí o „*pravém účelu jednání pozorovatele, nemusí vysvětlovat účastníkům výzkumu, v čem výzkum spočívá, nemusí je motivovat k účasti na něm, atd.*“ (2009, s. 153) Účastníkům jsem byla představena jako studentka zakladatelky podpůrných skupin na Slovensku, která se zajímá o skupinovou práci s truchlícími.

Podpůrná skupina proběhla na půdě jednoho církevního sboru, který čítá 2 000 členů a působí ve městě s téměř 60 000 obyvateli. Potenciální účastníci byli osloveni sekretářkou faráře církevního sboru nejdříve telefonicky. Pokud oslovení projevíli zájem, obdrželi zvací dopis. Obsahoval tyto informace a údaje: smysl setkání, jména facilitátorů, délka a frekvence setkání, den a hodina setkání, telefonický kontakt pro zodpovězení případných dotazů.

5.1.1.1 Charakteristika docházky

- Období konání podpůrné skupiny: 7. 11. – 12. 12. 2013
- Intenzita a počet setkání: 1 setkání / týden po dobu 6 týdnů
- Počet truchlících: 6
- Věkové rozpětí truchlících: 26–80 let
- Celkem žen: 6
- Celkem mužů: 0
- Počet facilitátorů: 2 (ženy)

5.1.1.2 Charakteristika truchlících účastníků podpůrné skupiny

Účastníci podpůrné skupiny na Slovensku splňovali tyto podmínky:

- minimální odstup od úmrtí blízkého 6 měsíců;
- závazek účasti na všech setkáních.

Tabulka č. 1 Podpůrné skupiny na Slovensku v kapitole 9.1 poskytuje podrobnější informace o účastnících, kteří mají přiřazený kód v podobě TSK (truchlíci, Slovensko) a čísla od 1 do 6.

5.1.2 Charakteristika vzorku, podpůrná skupina v České republice

Podmínkou moderátorek podpůrné skupiny v České republice pro mou účast na této aktivitě byla moje závazná účast na všech setkáních a sdílení mého příběhu ztráty, zapojení v rámci jednotlivých diskusí a praktická pomoc při realizaci skupinky (příprava občerstvení a místnosti). Účastnice podpůrné skupiny neznaly pravý účel mé účasti na skupince. Protože pracuji ve stejné organizaci jako dobrovolné moderátorky a podpůrné skupinky byly realizovány touto organizací jako dobrovolná aktivita, byla jsem představena jako jejich pomocnice.

Podpůrná skupinka byla zrealizována v jednom církevním sboru na Slezsku. Někteří z jejich členů se dříve zúčastnili seminářů k tématu umírání a truchlení v rámci programu Služba doprovázení a SLZA. Služba doprovázení připravuje dobrovolníky pro práci s umírajícími, program SLZA poskytuje teoretickou a praktickou přípravu dobrovolníkům pro doprovázení osob ve fázi truchlení. Oba programy fungují v rámci jedné nestátní neziskové organizace, jsou financovány projekty a otevřeny široké veřejnosti.

Zájem o realizaci podpůrné skupiny v církevním sboru tedy vyšlo jednak z řad jeho členů, jednak od duchovního vedení. Jedna z vyškolených facilitátorek podpůrných skupin pak v rámci nedělní bohoslužby prezentovala smysl a obsah podpůrných skupin. Zájemci o účast na podpůrné skupině se poté mohli přihlásit u duchovního sboru, který následně účastníky prvního setkání podpůrné skupinky osobně pozdravil, vyjádřil podporu sboru a pomodlil se. Sbor čítá 2 500 členů a nachází se v obci s téměř 6 000 obyvateli.

5.1.2.1 Charakteristika docházky

- Období konání podpůrné skupiny: 13. 11. – 18. 12. 2013
- Intenzita a počet setkání: 1 setkání / týden po dobu 6 týdnů
- Počet truchlících: 5
- Věkové rozpětí truchlících: 38–80 let
- Celkem žen: 5
- Celkem mužů: 0
- Počet facilitátorů: 3 (ženy)

5.1.2.2 Charakteristika truchlících účastníků podpůrné skupiny

Účastníci podpůrné skupiny v ČR splňovali tyto podmínky:

- minimální odstup od úmrtí blízkého 6 měsíců;
- závazek účasti na všech setkáních.

Tabulka č. 2 Účastníci podpůrných skupinek v ČR v kapitole 9.2 sumarizuje informace o jednotlivých účastnících podpůrné skupinky. Ve sloupci „Prožívaná ztráta“ se objevují vícečetné ztráty. Výskytem tohoto jevu se zabývám v kapitole 8.2 Interpretace výsledků. Jednotlivým účastníkům jsem přiřadila kód v podobě TCR (truchlící, Česká republika) a čísla od 1 do 5.

5.2 Strukturované rozhovory s facilitátory a duchovními

Strukturované rozhovory, které jsem použila při dotazování moderátorů skupinek pro truchlící a pastory, měly pevně dané schéma a byly pro respondenty závazné. Při jednotlivých rozhovorech nedocházelo ke změnám a úpravám připravených otázek pro rozhovor. Pevné zůstalo rovněž pořadí otázek a jejich znění. Také strukturované rozhovory mají své přednosti a limity. Protože jsem ve výzkumu chtěla srovnat vzdělání, negativa a pozitiva práce

moderátora skupin pro truchlící a motivaci respondentů pro tento druh dobrovolné činnosti, využila jsem přednost této metody, kterou je možnost interpersonálního srovnání. Miovský se zmiňuje také o limitu strukturovaného rozhovoru. Podle něj jde například o omezenou možnost rozvíjení zajímavého tématu s respondentem, menší prostor pro projev dotazovaného, limitovaná šíře otázek, nebezpečí nesprávného pochopení otázek, atd. (2006, s. 162–163).

Pro zodpovězení vytyčených výzkumných otázek jsem zrealizovala strukturované rozhovory s dvěma odlišnými cílovými skupinami. Všichni dotazovaní facilitátoři vedli podpůrné skupiny v době přenosu modelu a pocházeli jak ze Slovenska, tak z ČR. Dotazovaní duchovní patří k šesti různým církevním denominacím na území ČR, které jsou registrovány Ministerstvem kultury ČR. V následujících částech této kapitoly popisují průběh fáze rozhovorů a charakteristiku vzorku v členění na cílové skupiny dotazovaných.

5.2.1 Fáze rozhovorů s facilitátory

Cílem rozhovorů s moderátory bylo zachytit podmínky, za kterých se děje přenos modelu práce s truchlícími v podpůrných skupinkách ze slovenského do českého kontextu.

Miovský se zmiňuje o třech fázích rozhovoru. Přípravnou a úvodní část popisuje jak v širším pojetí – příprava otázek, tak v užším – aktivity vedoucí k zahájení rozhovoru (2006, s. 163). V přípravné fázi interview jsem jednak formulovala otázky, ale také kontaktovala facilitátory s žádostí o poskytnutí rozhovoru. Při získávání respondentů jsem využívala osobních vazeb a kontaktů. Tento způsob je podle Miovského jeden z legitimních při získávání potenciálních účastníků rozhovorů (2006, s. 164). Přesto jsem byla při výběru moderátorů omezena. Počet připravených facilitátorů k vedení podpůrných skupin je stále nízký. Důvodem je zahájení vzdělávací aktivity pro laické moderátory takových skupin teprve v roce 2008 prostřednictvím Služby sprevádzania SLZA na Slovensku. V roce 2009 pak proběhla první podpůrná skupinka pro truchlící na Slovensku. České facilitátorky byly vyškoleny teprve v letech 2011 a 2012.

Díky tomu, že jsem všechny dotazované moderátorky znala, nebylo nutné hrát formální začátek rozhovoru – šlo o přirozenou komunikaci. Při kontaktování respondentek s žádostí o rozhovor jsem pokládala za nevyhnuté jim sdělit účel rozhovoru, jeho přibližný časový rozsah, způsob fixace získaných dat. Od facilitátorek jsem získala ústní souhlas k provedení rozhovoru, formě zachycení podaných informací a navrhla jim místo konání rozhovoru. Tyto

aspekty realizace rozhovorů představují technické, etické a komunikační předpoklady pro realizaci interview (Mioviský, 2006, s. 164). Rozhovory s respondenty proběhly v zázemí jejich pracoviště, konkrétně v jejich kancelářích.

Také fáze „*vzestupu a upevnění kontaktu*“ během interview, jak ji definuje Mioviský (2006, s. 165), nebyla stěžejní pro průběh rozhovoru díky tomu, že respondentky osobně znám. Jádrem rozhovoru pak byly tři okruhy otázek. Otevřené otázky jsem proložila doplňujícími otázkami, konkrétně zájmem „*proč*“. Dotazované si tak mohly ověřit, že se „*odpovědi nevyhnuly*.“ (Mioviský 2006, s. 171) Strukturovaný rozhovor jsem obohatila také uzavřenými otázkami s výběrem z několika variant odpovědí. Po skončení rozhovoru jsem facilitátorkám poděkovala za jejich čas i ochotu zapojit se do výzkumu a rozloučila jsem se s nimi. Většina z nich mě požádala o přečtení dokončené bakalářské práce.

Při rozhovoru jsem si plně uvědomovala etické pravidlo tzv. empatické neutrality, které je součástí „*obecných etických pravidel*“ interview (Mioviský 2006, s. 280). Protože se některé facilitátorky navzájem znaly, ptaly se mě, jak jejich kolegyně odpovídaly (otázky po motivaci, negativech a pozitivěch) a jak hodnotím úroveň české verze podpůrných skupinek pro truchlící ve srovnání s původním slovenským modelem. Srovnávání a hodnocení, jsem se vyhýbala, abych získala platná výzkumná data.

5.2.2 Charakteristika vzorku, facilitátoři podpůrných skupin

Při výběru facilitátorek podpůrných skupin pro rozhovor jsem použila metodu totálního výběru vzorku, kdy „*výběrový soubor se rovná souboru základnímu*.“ (Mioviský 2006, s. 131) Mioviský uvádí dva důvody takto zvoleného výběru: „*extrémně malý počet prvků základního souboru a provedení totálního výběru je možné či výhodné; hrozí nedostatečná teoretická saturace*.“ (2006, s. 131) Prvním důvodem, proč jsem zvolila totální výběr vzorku, byl malý existující počet vyškolených moderátorů skupin. Druhým byl fakt, že všechny dotazované moderátorky vedly podpůrné skupiny v době přenosu slovenského modelu do českého prostředí. Tabulka č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin v kapitole 9.3 obsahuje informace o státě, ve kterém facilitátorka vedla podpůrné skupiny, jejím věku, vzdělání, absolvovaných kurzech k problematice smutku a doprovázení truchlících (pokud není explicitně uveden jiný specifický název) a délku praxe facilitátorky v době přenosu modelu. Kód facilitátorky je označen písmenem F a přiděleným číslem od 1 do 7.

5.2.3 Fáze rozhovorů s duchovními

Cílem rozhovoru s duchovními bylo zjistit, zda ve svých církevních sborech cíleně pracují s truchlícími, jaké přínosy, limity a šance vidí v podpůrných skupinách pro truchlící a zda rozvíjející model skupinek pro truchlící má z jejich pohledu šanci realizace v církevních sborech. Rozhovor byl členěn do tří oblastí.

Přípravná fáze rozhovoru s duchovními se lišila od přípravné fáze rozhovoru s facilitátory především v potřebě získat důvěru a motivaci pro rozhovor. Až do příslibu duchovních k účasti na rozhovoru byli pouze potenciálními účastníky. Většinu duchovních se mi podařilo motivovat pro rozhovor především tím, že jim před rozhovorem představím zajímavou, a v českém prostředí novou, metodu práce s truchlícími v prostředí církevních sborů.

Podobně jako facilitátorky se také duchovní dověděli o účelu rozhovoru, jeho časovém rozsahu a způsobu fixace dat. Získala jsem ústní souhlas každého respondenta k rozhovoru a pro anonymní zpracování dat. S duchovními jsem se také dohodla na místě konání rozhovoru. Pět rozhovorů proběhlo v kanceláři duchovního, dva rozhovory v jejich domácím prostředí. Obecně lze říct, že rozhovor s duchovními proběhl v pro ně známém prostředí. Na rozhovor si vyhradili speciální čas a eliminovali případné rušivé momenty.

Před zahájením rozhovoru jsem každého duchovní nejříve informovala o vzniku podpůrných skupinek na Slovensku a jejich způsobu vedení, charakteristice skupiny, formě skupinové práce, kontextu, obsahu a smyslu realizace, cílové skupině a frekvenci setkání.

5.2.4 Charakteristika vzorku, duchovní

Výběr duchovních pro strukturovaný rozhovor proběhl metodou záměrného výběru. Tato metoda znamená „*cílené vyhledávání účastníků podle jejich určitých vlastností.*“ (Mioviský 2006, s. 135) Konkrétně šlo o prostý záměrný výběr, kdy účastník výzkumu splňoval kritérium duchovního církve, která je registrovaná Ministerstvem kultury ČR a nachází se na teritoriu přenosu slovenského modelu. Získala jsem rozhovory s celkem 7 duchovními ze 6 různých církevních denominací. V tabulce č. 4 Duchovní v kapitole 9.4 jsou respondenti charakterizováni pohlavím, věkem, vzděláním a počtem členů církevního sboru, kde duchovní působí. Kód duchovních je uveden písmenem D a číslem od 1 do 7.

6 Způsob zpracování dat a jejich příprava pro analýzu

6.1 Skryté zúčastněné pozorování

V následujících odstavcích této kapitoly zmiňuji způsob, jakým byla data získaná při výzkumu zachycena, jakých oblastí pozorování se týkala a jakým způsobem jsem data zpracovávala pro analýzu.

6.1.1 Způsob fixace dat a kritéria pozorování

Fixace kvalitativních dat může mít několik základních metod. Miovský uvádí audiozáznam a videozáznam, dále záznamový arch a práci s existujícími dokumenty (2006, s. 197–204).

Vzhledem ke skutečnosti, že jsem od zakladatelky podpůrných skupin již dříve obdržela materiály k jednotlivým setkáním, vytvořila jsem si v předstihu podle svých potřeb strukturu pro poznámky. Šlo o typ záznamového archu pro terénní poznámky, jak o něm píše Miovský (2006, s. 203). Protože šlo o skryté zúčastněné pozorování, provedla jsem záznam z každého setkání skupiny jak na Slovensku, tak v České republice až po jeho ukončení. Všimla jsem si výrazných rozdílů ve vedení podpůrných skupin a vyjádření účastníků k otázkám diskuse. Vyjádření účastníků k tématům diskuse jsem zaznamenala v takové míře, v jaké jsem si je stačila zapamatovat.

Díky pevně stanoveným tématům jednotlivých setkání podpůrných skupinek a dobře promyšleným, cíleným a pevně stanoveným diskusním otázkám, se mi podařilo zachytit celkem 5 příběhů účastnic skupinky na Slovensku a 6 příběhů účastnic skupinky v ČR. Záznamy obsahovaly také mé subjektivní pozorování atmosféry jednotlivých setkání.

6.1.2 Způsob zpracování dat pro analýzu

Fixováním dat ze skrytého zúčastněného pozorování vznikl textový materiál, který byl časově rozlišen datem konání setkání a obsahoval jednotlivé odpovědi na diskusní otázky. Kódování interpretovaných odpovědí na diskusní otázky se shoduje s kódováním účastníků v tabulce č. 1 a v tabulce č. 2.

Na základě informací získaných skrytým zúčastněným pozorováním jsem se při analýze dat zaměřila jednak na strukturu účastníků podpůrných skupin a na výrazné rozdíly ve způsobu vedení podpůrné skupiny na Slovensku a v České republice v době přenosu. Zajímalo mě

rovněž rozsah vypovězeného příběhu účastníky. Každý příběh účastníka podpůrné skupiny jsem zpracovala na základě otázek kladených během diskusí. Domnívám se, že tyto diskusní otázky mohou být oním způsobem, jak uvádí Chrz, jak naložit s „*životní událostí, aby se vinula odněkud někam.*“ (2004, podle Miovskeho, 2006, s. 243) Diskusní otázky jsou pro každé setkání v rámci zpracovaného modelu podpůrných skupinek pevně stanoveny, byly tedy identické jak ve slovenském, tak v českém prostředí. Miovský nazývá tento způsob práce s kvalitativními daty narativní analýzou, kdy „*posluchač příběhů je de facto intuitivním interpretem.*“ (2006, s. 241) Narativní analýza podle něj „*zachycuje určitý příběh nebo jeho části a narativním materiálem může být také například zachycená běžná konverzace, deníky, atd.*“ (tamtéž, s. 242) Jednotlivé příběhy účastníků podpůrných skupin na Slovensku a v ČR nejsou součástí této práce z důvodu zachování jejich anonymity. Mnou zachycené příběhy mi však pomohly přemýšlet o tom, proč jejich vypovězený rozsah byl v českém prostředí rozsáhlejší než na Slovensku. Své úvahy konkretizuji v kapitole zabývající se interpretací výsledků zúčastněného pozorování a v diskusí.

6.2 Strukturované rozhovory

6.2.1 Způsob fixace dat rozhovorů a kritéria rozhovorů

Strukturované rozhovory s moderátorkami podpůrných skupin a s duchovními jsem zachytila na záznamovém archu, který měl podobu dotazníku. Takový záznamový arch nevyplňuje účastník výzkumu, ale sám výzkumník (Miovský, 2006, s. 199). Vyplňovala jsem jej tedy vpisováním krátkých odpovědí respondentů nebo zaškrťováním připravených variant uzavřených odpovědí. Z důvodu lepší přehlednosti jsem záznamové archy přepsala do elektronické podoby. Každému z respondentů jsem pak přiřadila kód pro zachování jejich anonymity. Rozhovor s facilitátory podpůrných skupin byl rozčleněn do čtyř kritérií: 1. vzdělání a všeobecné předpoklady facilitátorů pro vedení podpůrných skupin; 2. původní a současná motivace facilitátorů; 3. pozitiva a negativa práce facilitátora; 4. význam přenosu slovenského modelu do českého prostředí.

Rozhovor s duchovními obsahoval celkem tři oblasti kritérií: 1. mapování existujících metod práce s truchlícími v daném církevním sboru; 2. přínosy a možnosti podpůrných skupin pro truchlící; 3. limity podpůrných skupin pro truchlící.

Jednotlivé rozhovory s facilitátory podpůrných skupin a duchovními probíhal přibližně 45 minut.

6.2.2 Způsob zpracování dat získaných rozhovory

Rozčleněním rozhovoru pro facilitátory a duchovní do oblastí (kategorií), vytvořením a přiřazením otázek rozhovoru k těmto oblastem a realizací samotného rozhovoru jsem získala potřebná data pro kvalitativní analýzu. V kapitole 7 pak analyzuji jednotlivé odpovědi respondentů zařazením do následujících typů odpovědí: shodné; rozporuplné; originální.

Kódování respondentů rozhovorů se shoduje s kódováním v Tabulce č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin a v Tabulce č. 4 Duchovní.

Zvolený typ výzkumu formou strukturovaného rozhovoru přinesl odpovědi respondentů spíše stručné a výstižné, často heslovité. Při přepisu rozhovorů do elektronické podoby z důvodu lepší přehlednosti nebylo zapotřebí data redukovat.

7 Výsledky a jejich interpretace

Zúčastněné skryté pozorování mi umožnilo získat data o účastnících podpůrných skupin na Slovensku a v ČR, o způsobu vedení podpůrných skupin a v elektronicky zpracovaném záznamu také zachytit statický příběh účastníků v určitém časovém rámci. V dalších kapitolách interpretuji charakteristiku účastníků setkání na Slovensku a v České republice a představuji pozorované rozdíly podpůrných skupin na Slovensku a v ČR v době přenosu. Předestírám rovněž témata jednotlivých setkání podpůrných skupin a diskusní otázky, ke kterým se účastníci vyjadřovali.

S facilitátory podpůrných skupin a duchovními jsem vedla rozhovory. Rozhovory s facilitátory byly rozděleny do čtyř stěžejních témat, rozhovory s duchovními do třech oblastí. Text následujících kapitol pak analyzuje odpovědi na otázky v rámci jednotlivých oblastí rozhovorů v členění do tří kategorií odpovědí.

7.1 Charakteristika účastníků podpůrných skupin

7.1.1 Účastníci na Slovensku

Z Tabulky č. 1 v kapitole 9.1 je zřejmé, že všech šest účastníků podpůrné skupiny na Slovensku byly ženy. Pět z nich dosáhlo v době konání podpůrné skupiny seniorského věku (TSK1, TSK2, TSK3, TSK5, TSK6), a z nich čtyři truchlily po ztrátě manžela (TSK1, TSK2, TSK3, TSK5) a jedna po ztrátě syna (TSK6). Pouze jedna účastnice byla mladšího středního věku a zpracovávala ztrátu svého dědečka (TSK4). Zajímavý je údaj o tom, zda účastnice žily v domácnosti obklopeny rodinou nebo samy. Pouze dvě účastnice (TSK3, TSK4) z šesti žily v domácnosti s rodinou, z toho jedna ve věku seniorském (TSK3) a jedna v mladším středním věku (TSK4). Zbývající čtyři účastnice (TSK1, TSK2, TSK5, TSK6) žily v domácnosti samy.

7.1.2 Účastníci v České republice

Účastníci podpůrné skupinky v ČR jsou znázorněni v Tabulce č. 2. Tato tabulka poskytuje údaje o pěti ženách, z toho byly tři v seniorském věku (TCR1, TCR4, TCR5), jedna v mladším středním věku (TCR3) a jedna ve starší dospělosti (TCR2). V kolonce prožívané ztráty jsou uvedeny ztráty vícečetné. O tomto jevu se více zmiňuji v kapitole 8.2. Strategickou osobou, po které účastnice truchlily, byl vždy muž, konkrétně manžel, syn, otec, bratr nebo kombinace těchto mužských rolí. V době prožívání ztráty dvě účastnice žily v domácnosti

s rodinou (TCR1, TCR3), z toho jedna byla mladšího středního věku (TCR3). Tři ženy žily osamoceně (TCR2, TCR4, TCR5). Dvě účastnice, které truchlily po svém otci, byly ve věku mladšího (TCR3) a staršího středního věku (TCR2).

Interpretace výsledků

Účastníky podpůrných skupin pro truchlící, které probíhaly téměř paralelně na Slovensku a v České republice, byly pouze ženy. Z celkem jedenácti účastnic byly dvě mladšího středního věku, dvě staršího středního věku a osm věku seniorského. Všechny účastnice truchlily po strategické osobě, jak Worden (2002, s. 51) pojmenoval osoby blízké. Konkrétně šlo vždy o osoby mužského pohlaví. Čtyři účastnice z jedenácti sdílely domácnost s rodinou, sedm jich žilo osamoceně. Nabízí se otázka, zda těchto sedm osaměle žijících účastnic přišlo zpracovat ztrátu z důvodu absence přirozeného sociálního prostředí, o kterém píšou Hanzalíková s Levickou, nebo zda se samy rozhodly právě pro skupinovou formu podpory, nebo zda podpůrné skupiny pro truchlící byly jediné dostupné v jejich okolí. Podle Kacianové, Wordena i Parkese a kol. by to měla být osoba truchlící, která si vybírá pro ni vyhovující způsob pro zpracování ztráty. Za zmínku rovněž stojí fakt, že ztrátu zpracovávalo osm vdov z celkem jedenácti účastnic skupiny. Účastnice tedy něco spojovalo. V tomto případě nešlo pouze o ztrátu blízkého jako takovou, ale rovněž o druh prožívané ztráty, a životní roli, kterou účastnice ztratila. Právě faktem, že proces truchlení zahrnuje oblast prvotních a druhotných ztrát (např. ztrátu rolí), se zabývá téma druhého setkání podpůrných skupin pro truchlící podle slovenského modelu.

7.2 Pozorované odlišnosti podpůrných skupin na Slovensku a v České republice

V této kapitole se poukazuje na rozdíly, které jsem při skrytém zúčastněném pozorování podpůrných skupin na Slovensku a v ČR zaznamenala. Facilitátorky používaly shodné materiály vytvořené zakladatelkou podpůrných skupin v církevních sborech na Slovensku. Materiály pro české prostředí byly přeloženy a obsahovaly modlitby, úvahy, básně, témata jednotlivých setkání, diskusní otázky, včetně pevné struktury jednotlivých setkání. Přesto se podpůrné skupiny na Slovensku a v ČR v době přenosu nepatrně lišily. Pozorované rozdíly jsou zachyceny v Tabulce č. 5 v kapitole 9.5 a členěny do tří oblastí: 1. způsob vedení; 2. průběh setkání; 3. vztah moderátorek církevnímu sboru v době přenosu. Levý sloupec tabulky uvádí místo průběhu podpůrných skupin (SK, ČR).

Interpretace výsledků

V následujícím textu interpretuji výsledky svého pozorování odlišností, které jsem se zobrazila ve zpracované Tabulce č. 5 Pozorování odlišností podpůrných skupin na Slovensku a v ČR v kapitole 9.5. Především, že jak slovenské, tak české facilitátorky znám osobně, včetně jejich profesního a církevního kontextu. Ke způsobu interpretace výsledků přispěla bezesporu také má osobní účast na setkáních podpůrných skupinek na Slovensku a v ČR na podzim 2013.

To, že se české facilitátorky na začátku a na konci setkání modlily vlastními slovy, zřejmě nelze přisuzovat pouze skutečnosti, že jsou praktikujícími křesťankami. Spíše v tom vnímám jejich vlastní iniciativu zahájit a ukončit setkání členů církve tak, jak je zvyklostí v jejich vlastních církevních sborech. Užívání neverbálních projevů facilitátorek během setkání podpůrné skupiny mohl ovlivnit jejich vztah k církevnímu sboru, kde se podpůrná skupinka konala. Důvodem mohla být ovšem také délka jejich praxe v roli moderátorek, viz Tabulka č. 3, a s tím spojené suverénnější vystupování a dále např. kultura společnosti a církevního sboru. Dotaz na kvalitu vedení podpůrné skupinky v českém prostředí zřejmě souvisel s potřebou zpětné vazby k počátkům práce s truchlícími v podpůrných skupinách v ČR.

Užívání místního nářečí v komunikaci českých moderátorek s truchlícími jsem během setkání vnímala jako velmi pozitivní element. České moderátorky tak měly k účastnicím skupinky blízko a užívání nářečí se stalo pomyslným komunikačním mostem. Pozorovala jsem, že pro české účastnice bylo snadnější vyjádřit své nejnítěrnější pocity právě v nářečí, které užívá v běžné komunikaci s rodinou a místním kontextu hlavně starší generace. Možná, že právě užívání nářečí účastníky české podpůrné skupiny vedlo k obsáhlejšímu sdílení příběhů, než tomu bylo na Slovensku. Souvislost v rozdílném rozsahu sdílení je však možné vidět také v tom, že české účastnice sdílely vícečetné ztráty. To znamená, že se k diskusním otázkám často vyjadřovaly z pohledu více ztrát ve svém životě. Důvodem byl fakt, že příběh ztráty moderátorky, která sdílení zahájila, obsahoval výčet několika jejích ztrát v životě. Další účastnice převzaly vzor sdílení příběhu a uváděly více významných ztrát během života. V tomto okamžiku se také vracím k Tabulce č. 2 a sloupci Prožívaná ztráta, ze kterého je zřejmé, které ztráty účastnice v podpůrné skupině sdílely.

Na bohoslužbu, která je součástí závěrečného setkání, pak účastnice podpůrné skupiny v ČR přinesly více fotografií svých blízkých, které ztratily. Vzpomínková bohoslužba na Slovensku a v ČR nepatrně lišila od doporučené verze. Text bohoslužby v originální verzi je rozdělen na

úseky, které čtou střídavě facilitátor a všichni účastníci najednou. Poté bere každý účastník do ruky připravenou svíčku, zapaluje ji, vysloví jednu vlastnost blízkého, které si vážil, a pokládá svíčku na stůl. Následuje prohlížení fotografií blízkých. Na posledním setkání podpůrné skupinky v ČR četla facilitátorka svoje pasáže. Pasáže určené pro skupinu truchlících byly rozděleny mezi účastnice a zazněly vždy v podání pouze jedné z nich. Svíčky hořely již na začátku samotné vzpomínkové bohoslužby. Účastnice podpůrné skupinky na Slovensku zapalovaly svíčky po čtení textu teprve v okamžiku, kdy vyslovily jednu vlastnost, které si na svém blízkém vážily. České účastnice podpůrné skupinky v ČR přinesly více fotografií svých blízkých, protože na setkání nemluvily pouze o jedné ztrátě. Kromě toho se při prohlížení fotografií navíc sdílely o tom, co během společných šesti setkání prožily.

V závěru lze říct, že realizované podpůrné skupinky jak na Slovensku, tak v ČR splnily úlohu, kterou mají ambici řešit. Úloha podpůrných skupinek pro truchlící je specifikovaná v kapitole 3.4.2.1 této práce. Nejvýraznější změnou v realizaci podpůrné skupinky v době přenosu byl užívaný jazyk a sdílení vícečetných ztrát v životě. Stejně tak jako zakladatelka podpůrných skupin na Slovensku přizpůsobila americký model slovenskému a církevnímu prostředí, došlo také při přenosu modelu do ČR k nepatrným přizpůsobením. Kreativita facilitátorek jistě přispěje k tomu, že český model bude v budoucnu „ušit na míru“ konkrétnímu prostředí, ve kterém budou podpůrné skupinky probíhat.

7.3 Příběhy účastníků podpůrných skupin na Slovensku a v České republice

Každé ze šesti setkání podpůrných skupin mělo své hlavní téma. Kromě toho byl během každého setkání dán prostor všem účastníkům vyjádřit se k pevně stanoveným diskusním otázkám. Pomocí diskusních otázek se před účastníkem podpůrné skupiny rozvinul příběh každé z účastnic. Protože všechny vyprávěné příběhy byly velmi specifické a jedinečné, nebylo by možné zachovat anonymitu jejich vlastníka. I když jsem si reakce na otázky truchlících zapisovala do připraveného elektronicky zpracovaného záznamového souboru tak, jak jsem si je stačila zapamatovat, záměrně nepoužiji mnou zpracovaný záznam pro tuto bakalářskou práci. Uvádím jen témata jednotlivých setkání a diskusní otázky.

1. Setkání

Téma: Vzájemné představení účastníků a sdílení příběhů

Diskuse: Vyprávějte svůj příběh ztráty

2. Setkání

Téma: Co je smutek? Smutek jako proces. Co nás v procesu smutku čeká?

Diskuse: Co bylo pro mě v prožívání smutku nejtěžší? Jak si připomínám zesnulého?

Kdo nebo co bylo pro mě ve smutku největší oporou?

3. Setkání

Téma: Prvotní a druhotné ztráty

Diskuse: Jak jste se vypořádávali se ztrátou své identity? Tím, že jste ovdověli, ztratili životního partnera, své rodiče, své dítě? Který z vašich snů byl pro vás největší ztrátou?

4. Setkání

Téma: Uzdravení skrze víru

Diskuse: Jak Vám po smrti blízkého člověka pomáhá víra? Jaké nástroje víry využíváte pro zmírnění svých bolestí?

5. Setkání

Téma: Smíření se ztrátou

Diskuse: Jak se v mém životě projevuje smíření se ztrátou? Kde a v jakém prostředí se cítím nejbezpečněji, sám/sama sebou, tak říkajíc smířený/á se svým smutkem?

6. Setkání

Téma: Truchlení během Vánočních svátků, připomínková bohoslužba

Diskuse: Jak budu slavit Vánoce bez svého blízkého, kterého jsem ztratil/a? Které vlastnosti jsem si na svém blízkém vážil/a?

7.3.1 Interpretace výsledků

Z elektronicky zpracovaných záznamových souborů, které jsem po jednotlivých setkáních podpůrných skupin na Slovensku a v ČR zpracovala, je možné sledovat rozdílný rozsah sdílení účastnic. Tento fakt může souviset jednak se sdílením poslední nebo vícečetné ztráty v rámci podpůrné skupiny. Rozdíly můžeme ovšem také přisuzovat například osobnosti té které účastnice, její sdílnosti a otevřenosti. Mohlo by jít rovněž o určitý přítomný stupeň důvěry mezi účastníky, který vznikl či nevznikl při formování skupiny. Důvodem většího rozsahu sdílení by mohl být také užívaný komunikační jazyk (dialekt versus spisovný jazyk) účastnic.

7.4 Rozhovory s facilitátory

Následující text analyzuje odpovědi moderátorek podpůrných skupin v členění do čtyř oblastí, které jsou zpracovány v samostatných kapitolách.

7.4.1 Oblast vzdělání a všeobecných předpokladů facilitátorů pro vedení podpůrných skupin

Podle Tabulky č. 3 dosáhlo stejného stupně vzdělání, tj. vysokoškolského, šest respondentek ze sedmi. Na tom, že se moderátorky zúčastnily dalšího vzdělávání formou dvousemestrálního studia SLZA na Slovensku, se shodly čtyři respondentky (F3, F4, F6, F7). Stejně výpovědi celkem šesti moderátorek (F1, F3, F4, F5, F6, F7) o dalším vzdělávání se týkaly absolvování seminářů, přednášek a tréninků k tématu práce s umírajícími.

O rozporuplné odpovědi v souvislosti s dosaženým vzděláním a absolvovaným dalším vzděláváním pro vedení podpůrné skupiny spíše nelze mluvit. Pouze snad v souvislosti se všeobecným doporučením zakladatelky slovenského modelu podpůrných skupin. Při takovém chápání rozporuplné odpovědi je možné uvést odpovědi respondentek F1 a F5, které neabsolvovaly dvousemestrální studium SLZA. „*Samostudium a studium materiálů programu SLZA, semináře a výcviky k problematice umírání a truchlení.*“ (F1) „*Účast na dvouletém mezinárodním projektu o práci s umírajícími a truchlícími a semináře k tomuto tématu.*“ (F5)

Jako originální uvádím odpověď respondentky F2: „*Trénink pro facilitátory podpůrných skupinek v USA a kurz doprovázení dětí a rodin v období žalu.*“ Za originální je možné považovat také odpovědi dvou absolventek dvousemestrálního studia SLZA: „*Dvouletá Biblická škola a kurz Efektivní vyučování dětí.*“ (F6) „*Kurz Léčba uměním.*“ (F7)

Na otázku, zda respondentky považují rozsah svého vzdělání nebo výcviku za dostatečný, odpověděly F3, F5, F6 a F7 shodně: „*Ano, ale považuji za nutné si další vzdělávání a praxi doplňovat, a to průběžně, neustále a po celý život.*“

Vzhledem k předchozí shodné odpovědi čtyř respondentek je možno chápat odpovědi F1, F2 a F4 za rozporuplné. Uvedly, že rozsah svého vzdělání a přípravy pro vedení podpůrné skupinky považují za dostatečný. Originální odpověď jsem nezaznamenala.

Dále jsem se dotazovala, zda jsou pro absolvování vzdělávací aktivity nebo tréninku pro dobrovolníka-facilitátora nutné nějaké **osobnostní, studijní, morální vlastnosti nebo nějaké zkušenosti**. Respondentky F3, F4 a F6, které jsou absolventkami dvousemestrálního studia SLZA na Slovensku, odpovídaly stejně, když uvedly motivační dopis, z nich F3 a F6 také shodně uvedly ukončené středoškolské vzdělání. F6 ještě dodala podmínku životopisu. Na tuto otázku reagovaly shodně či velmi podobně respondentky F2, F3, F5 a F7, když do předpokladů řadí osobní ujasnění si otázky smrti a umírání, vyrovnanost se svou vlastní smrtelností, vlastní kladně zpracovanou zkušenost s truchlením, chápání smrti jako součásti života a osobní zkušenost se smutkem.

Respondentka F1 se vyjádřila rozporuplně, když uvedla, že formálně nejsou stanoveny žádné předpoklady pro absolvování vzdělávací aktivity nebo tréninku pro dobrovolníka. Nezmiňuje přitom žádné další morální ani osobnostní předpoklady pro výcvik nebo výkon role moderátora.

Za originální můžeme považovat odpovědi respondentek F2, F5 a F7, protože každá z nich uvádí jiné zdravotní, morální a osobnostní předpoklady pro absolvování vzdělávacích aktivit a následného výkonu role facilitátora.

F2 uvádí, že *„takový člověk by měl být psychicky zdravý. Není nutné, aby byl člověk nábožensky založený. Jsem věřící. Účastnila jsem se skupinky pro truchlící v USA, kterou vedl nevěřící moderátor. Byla výborná. Účastníci skupinky byli lidé, kteří nějakým způsobem patřili do církve. Curriculum na Slovensku je přizpůsobeno církevní komunitě. Obsahuje například aspekt naděje, vzpomínkovou bohoslužbu.“*

Respondentka F5 zmiňuje z osobnostních předpokladů *„důvěryhodnost, umění naslouchat, sdílet se a porozumět.“* Facilitátorka pod kódem F7 vidí *„kladný vztah k slabšímu, truchlícím a starým lidem, a schopnost vést kolektiv a mít organizační schopnosti“* jako rozhodující předpoklady budoucího moderátora.

Čtvrtá otázka rozhovoru, týkající se **vzdělání a tréninku moderátora**, se zaměřovala na stěžejní oblasti vzdělání a tréninku. Respondentkami jmenované stěžejní oblasti vzdělávání se částečně překrývaly s otázkou předchozí, tedy s předpoklady facilitátora. K nim patřily shodné odpovědi F1, F3 a F6 a týkaly se pozitivního zpracování vlastní zkušenosti se ztrátou a vnímání vlastní smrtelnosti, a dále práci s empatií. F1 a F3 shodně uvedly nácvik komunikačních dovedností a technik vedení rozhovorů, včetně specifických situací

a nedirektivního přístupu. Na potřebě základních informací o teorii smutku, truchlení a jeho fázích a akceptaci různých způsobů truchlení, a teoretických znalostí o práci s pozůstalými se shodly respondentky F1, F4 a F7. Simulaci skupinek pro pozůstalé považují za důležité F4 a F5. O podpůrném materiálu pro práci s truchlícími ve skupině, který umožní pracovat s truchlícími tak, jak to zakladatelka zamýšlela, se zmínily respondentky F5 a F6.

Rozporuplnou odpověď na kladený dotaz jsem nenašla.

Originální odpověď uvádí F2, když zmiňuje pouze dvě ucelené nabídky vzdělávání pro facilitátora podpůrných skupin: „*1. Služba sprevádzania – SLZA na Biblické škole Martin, ktorý je veden ve slovenštině. 2. Sprevádzanie detí a rodin v smútení, Detský hospic Plamienok Bratislava. Kurz pořádají Španělé a je veden v angličtině. Problém může nastat při schopnosti vyjádřit nejhlubší pocity v cizí řeči.*“

Odpovědi na otázku, **zda poslední zkušenost moderátorek s vedením podpůrné skupinky, byla jejich první**, rozdělila respondentky na dvě části. Dvě účastnice rozhovoru odpověděly kladně, pět účastnic záporně.

F1, která získala svou první zkušenost facilitátorky v době přenosu slovenského modelu do českého prostředí, pracovala pod vedením zkušené facilitátorky. F5 uvedla, že nepracovala pod vedením, ale v týmu. „*Každý člen týmu měl na starost jedno setkání. Po každém setkání následovala schůzka týmu, na kterém jsme reflektovali ukončené dílčí setkání.*“ Odpovědi obou respondentek je proto možno považovat za originální a přitom rozporuplné. Na otázku jak svoji první zkušenost zvládly, odpověděly obě dotazované, že byly se svým výkonem spokojeny.

Pokračování odpovědi F5 je originální, když říká, že „*šlo o stres. Uvědomila jsem si, že nesmím mluvit rychle, nesmím používat cizí slova. Zjistila jsem, že dodaný podpůrný materiál nelze vždy přesně aplikovat, důležitá jsou ale vodítka. Materiál je nutno přizpůsobit regionu, složení skupinky. Bylo pro mě důležité vědět, kdo se skupinky zúčastní.*“

Respondentky, pro které poslední dobrovolná facilitace podpůrné skupinky nebyla jejich první zkušeností, odpovídaly dále na otázku, **zda je podle nich délka zkušenosti přímo úměrná zdařilé či efektivní facilitaci**.

Na záporné odpovědi se shodly respondentky F4 a F6. Dotazovaná F4 považuje za důležité spíše to, „*jak se moderátor připraví a jakým způsobem komunikuje a vede.*“ F6 si myslí, že „*více záleží na skladbě skupiny. Každý rok jsem měla jinou zkušenost.*“

Jako kladné je možné chápat níže uvedené odpovědi, které jsou však zároveň rozporuplné vzhledem k odpovědím respondentek F4 a F6, tedy že délka praxe je přímo úměrná zdařilé a efektivní facilitaci. „*Částečně ano.*“ (F7) „*Každá zkušenost je dobrá v tom, aby člověk dokázal reagovat na různé situace. Čím více zkušeností, tím lepší připravenost a menší stres.*“ (F3)

Za rozporuplnou a zároveň originální lze považovat sdělení F2: „*Získala jsem za ty roky hodně zkušeností. Ve skupince mívám osoby s tragickými příběhy. Už se jich neobávám. Zkušeností se stres a vyčerpanost zmenšuje. Dříve jsem po skupince nebyla schopna nic dělat. Dnes přijdu domů a píšu ze skupinky deník. Dokážu ty těžké příběhy ještě zpracovávat v sobě a dát je na papír. Po těch letech si už nekladu otázku, jestli to má nebo nemá smysl. Odezva je totiž vždy velmi pozitivní.*“

Na otázku, **zda facilitátorka někdy vede skupinku sama**, se čtyři zkušené facilitátorky shodly na odpovědi „*nikdy.*“ F7 rozporovala tuto odpověď, když sdělila, že podpůrnou skupinku vedla sama již dvakrát. Originální odpověď jsem nezaznamenala.

O výhodě tandemového vedení podpůrné skupinky se shodně vyjádřily respondentky F2, F3, F7, kdy za výhodu považují vzájemnou podporu. Dotazované F2, F3, F4, F6 považují za výhodu možnost střídání se ve vedení programu a přípravě občerstvení v rámci jednoho běhu. F2, F4 a F7 se shodly na tom, že zastupitelnost pro případ nemoci nebo jiné překážky je přínosem týmového vedení. Možnost poradit se před začátkem, zhodnotit průběh skupinky, vyměnit si názory a práci neustále vylepšovat, uvádějí shodně F2 a F7.

Originální odpověď poskytla F2: „*Některé příběhy mi připomenou něco z mého života a nechci se k nim vyjádřit. Tehdy se vyjádří druhý facilitátor.*“ K podobnému názoru se přiklání F6, když uvedla, že výhodu tandemového vedení vidí „*v možnosti lepší reakce na danou situaci.*“

Zajímala mě také odpověď na otázku, **jestli existuje nějaká podmínka, kterou moderátor musí splnit, pokud chce vést podpůrnou skupinku v dané chvíli**. Na odpovědi, že facilitátor se v danou chvíli nemůže nacházet v období truchlení, se shodly respondentky F1, F2, F3, F4, F5 a F6, z toho F1 a F2 mluví o odstupu minimálně jednoho roku od úmrtí strategické osoby. Shodu jsem našla také v odpovědích respondentek F1, F3, F6, ve kterých

zmiňují potřebu dostatečného časového prostoru pro vedení podpůrné skupinky. Psychickou pohodu a psychickou zdatnost k unesení sdílených příběhů a k naslouchání uvádějí stejně F1, F5 a F7.

Rozporuplně se tváří odpověď respondentky F6, která jako podmínku uvedla osobní zkušenost s procesem truchlení. Především osobní zkušenost s truchlením totiž už v dřívějších odpovědích uvedly čtyři facilitátorky (F2, F3, F5 a F7) jako předpoklad pro vedení podpůrných skupinek v budoucnu, a to již při prvotním zájmu o vzdělávací podporu.

Jako jedinečnou odpověď spatřuji sdělení F4: *„Facilitátor musí být napojen na místní církevní sbor a spolupracovat s ním. Kontaktní osoba z místního církevního sboru osloví členy církve. Sbor se pak podílí na finančních nákladech (občerstvení, kapesníky) a poskytuje prostor pro scházení skupinky.“*

Interpretace výsledků

Z analýzy rozhovorů je zřejmé, že všechny čtyři moderátorky skupin pro truchlící, které jsou absolventkami slovenské SLZY (F3, F4, F6 a F7), se účastnily také dalších podpůrných všeobecných nebo cílených vzdělávacích aktivit pro práci s truchlícími.

Respondentky F1, F2 a F4 považovaly rozsah absolvovaného vzdělání, výcviků a seminářů za dostatečný, i když pouze dotazovaná F4 byla absolventkou slovenské SLZY. Respondentka F2 má ovšem za sebou odbornou speciální přípravu, dokonce v zahraničí. Kromě toho má pětiletou praxi ve vedení podpůrných skupin pro truchlící.

Rozpor v předpokladech pro absolvování dvousemestrálního studia SLZA na Slovensku u odpovědi F1 lze spatřovat ve skutečnosti, že moderátorka F1 není absolventkou tohoto typu studia na Slovensku a na rozdíl od respondentek F3, F4, F6 a F7 neznala podmínky pro přijetí ke studiu. Při rozhovoru F1 mluvila o cíleném oslovení takových osob pro výkon moderátora skupin pro truchlící v českém prostředí, které již absolvovaly dvousemestrální studium nebo semináře a výcviky k problematice doprovázení umírajících a truchlících. Je tedy zřejmé, že moderátorky F3, F4 a F6 se vyjadřovaly spíše k formálním podmínkám přijetí k dvousemestrálnímu studiu SLZA na Slovensku, zatímco F1 spíše k seminářům a výcvikům existujícím v současné době v českém prostředí. Respondentka F1 také jmenovala stěžejní oblasti přípravy budoucího facilitátora. Jsou téměř shodné s reakcemi respondentek F2, F3, F5 a F7, které se při otázce po osobnostních a jiných předpokladech pro studium, semináře a výcviky, vyjadřovaly spíše k předpokladům, které ony samy doporučují. Zarážející je fakt,

že i když je F7 absolventkou studia SLZA na Slovensku, neuvedla stanovené formální předpoklady pro toto studium.

Dvě moderátorky (F1, F5) ze sedmi uvedly, že jejich poslední zkušenost facilitátorky byla první a obě se domnívaly, že svou roli zvládly. Jejich výpověď koresponduje s vyjádřením facilitátorek F4 a F6, které si myslí, že délka zkušenosti moderátora nesouvisí s efektivní a zdařilou facilitací. Facilitátorka F2 s pětiletou praxí, F3 s jednoroční praxí a F7 s pětiletou praxí naopak vidí souvislost mezi délkou praxe a efektivní a zdařilou facilitací.

Všechny dotazované moderátorky se domnívaly, že vedení skupinky v týmu má své přednosti. Podle šesti respondentek je podmínkou pro vedení podpůrné skupinky v danou chvíli to, že se moderátor sám nenachází v procesu truchlení. Podmínku dostatečného časového prostoru a psychické pohody navíc uvedlo šest moderátorek. Originální odpověď moderátorky F4, že facilitátor by měl být v dané chvíli napojen na církevní sbor, považují za velmi důležitou, protože její názor je součástí filozofie práce s truchlícími v podpůrných skupinkách.

7.4.2 Oblast motivace facilitátora pro vedení podpůrné skupiny

Považovala jsem za smysluplné zeptat se respondentek na možnou **souvislost mezi jejich profesí a dobrovolnou činností facilitátora podpůrných skupin**. Všechny odpovědi byly kladné. Respondentky F1, F3, F4 a F6 prokázaly shodu v tom, že svoji dobrovolnou práci s truchlícími dávají do souvislosti se svým profesním oborem sociální práce jako pomáhající disciplínou, i když každá z nich na jiné pracovní pozici. Pastoraci jako součást své profese uvedly shodně také respondentky F2 a F4. Rozporuplnou odpověď jsem nezaznamenala.

K originálním výpovědím dotazovaných řadím dvě: „*Uvědomila jsem si, že jako farářka nenaplňuji potřeby truchlících a pastor církevního sboru by měl minimálně vytvořit prostor, aby takové skupinky mohly fungovat.*“ (F2) „*Všichni jako lidé bez profesního zaměření vykazujeme souvislost s možností angažmá moderátora podpůrných skupin. Totiž, celý život je vlastně o loučení, smrti a truchlení nad ztrátami.*“ (F5)

Shodné odpovědi k **osobní motivaci podílet se na práci s truchlícími** uvádí respondentky F1, F2, F3, F5, F6 a F7. Šlo o zjištění, že církevní sbor, kam respondentky patřily, byl v této oblasti zcela nepřipraven. „*Pravidelně se účastním života církevního sboru. V osobních rozhovorech zjišťuji, že lidé o truchlení nechtějí a neumějí mluvit.*“ (F1) „*Když mi zemřeli rodiče, lidé se mi vyhýbali. Nevěděli, o čem mají se mnou mluvit. Přitom truchlíci jsou*

normální lidé. Procházejí jen těžkou etapou svého života. Chybí osvěta.“ (F5) *„Když mi zemřel můj malinký bratr, zažila jsem divnou reakci mého církevního sboru. Bylo mi řečeno, že bychom se měli radovat, když je u Boha.“* (F6)

Poněkud rozporuplnou odpověď dává F4, když uvádí, že na webových stránkách Biblické školy Martin hledala nějaký obor, který by mohla studovat. Služba sprevádzania SLZA se jí zdála zajímavá a časově nejkratší. *„Ke konkrétní práci s truchlícími mě motivovaly až další absolventky SLZY.“*

Originálně se vyjádřila F2, když řekla, že začala v jednom okamžiku uvažovat takto: *„Spíše než ukazovat všem kolem, jak jsem silná, když mi zemřela maminka, by mi pomohlo ukázat emoce a být slabá.“*

Shodné odpovědi k otázce **jak motivovat druhé k práci moderátora podpůrných skupin** se objevily u respondentek F3 a F7. Mluvily o obohacení vlastního života. O smysluplnosti a potřebnosti této práce hovořily shodně F1 a F6. Dotazované F2 a F3 se zmínily o tom, že by motivovaly takové lidi, kteří svou povahou a předpoklady vykazují dar k této službě. *„Pokud umíš naslouchat, nebojíš se, že jde o těžkou formu pastorače, že nejsou na všechno odpovědi, pokud umíš unést beznaděj člověka, neposuzuješ ho a neradíš mu, pak máš pravděpodobně dar pro tuto službu.“* (F2)

Odpověď respondentky F4 byla spíše rozporuplná. *„Motivovat pro práci s truchlícími spíše nejde. Člověk musí mít tu motivaci sám nebo udělat zkušenost, která ho motivuje.“*

Originálně se vyjádřila respondentka F6: *„Tím, že pomůže druhým projít fáze truchlení, pomůže zároveň nastavit lepší vztahy v církevním sboru. Jde o podporu soudržnosti. Umírání patří k životu.“*

Dále jsem se ptala na to, co u respondentek hraje **nejdůležitější roli v motivaci uspořádat další podpůrnou skupinku**. Vědomí smysluplnosti práce s truchlícími uvedly shodně všechny respondentky. Pozitivní nastavení nebo podporu církevní komunity uvedly respondentky F1, F2, F3, F4. Facilitátorky F4 a F5 se shodly na tom, že důležitou roli by hrálo vyjádření alespoň jednoho z účastníků podpůrné skupiny, že mu setkávání pomohlo. Vzhledem k tomu, že šlo o uzavřené odpovědi, neuvádím ani rozporuplnou ani originální odpověď.

K **momentální motivaci vést příští podpůrnou skupinu** uvedly shodně motivaci velkou respondentky F1, F2, F7. O středně velké motivaci mluvily F3, F5 a F6. Shodně uváděným důvodem takové motivace bylo časové hledisko.

„V práci se setkávám s tolika potřebnými lidmi a slyším tolik příběhů, že jsem téměř přehlcena,“ řekla F4 a tuto odpověď vnímám jako rozporuplnou.

Odpověď respondentky F6 řadím do kategorie originální odpovědi: *„Zanedlouho se vdám a změním církevní sbor. Musím si v něm prošlapat cestičku. Zatím nevím, jak by na takovou nabídku zareagovali.“*

Interpretace výsledků

Všechny moderátorky, které pracovaly s truchlícími v podpůrných skupinách v době přenosu modelu, pracovaly buď v oblasti sociální, církevní nebo pastorační. Z celkem sedmi dotazovaných šest uvedlo, že pro práci s truchlícími je motivovalo nepřipravené prostředí církevních sborů, kam patřily. Šlo tedy o prožitou **zkušenost**. Moderátorka F4 uvedla, že to byli **lidé**, kteří ji ke službě motivovali (ostatní moderátorky). Moderátorka F2 navíc vzpomněla určitý **moment**, který ji přiměl ke zjištění, jak důležité je projevit emoce.

Šest facilitátorek ze sedmi si myslí, že lze různou formou motivovat druhé pro práci s truchlícími v podpůrných skupinách. Facilitátorka F4 si spíše myslí, že je nutné s podpůrnou skupinkou získat zkušenost, která pak jednotlivce motivuje k samotné práci.

Nejdůležitější roli v motivaci dotazovaných uspořádat další skupinku, bylo vědomí smysluplnosti práce s truchlícími. U třech respondentek je momentální motivace velká, z časového hlediska je u dalších tří motivace střední. Odpověď F4 jsem uvedla jako rozporuplnou. Respondentka totiž dříve uvedla, že vidí smysluplnost práce s truchlícími a navzdory tomu je její současná motivace malá. Z jejího vyjádření je jasné, že v této chvíli potřebuje od facilitace spíše odstup.

7.4.3 Pozitiva a negativa práce facilitátora

Dotazování po **pozitivech práce s truchlícími** nepřineslo jednoznačně shodné odpovědi facilitátorek. Pouze odpovědi respondentek F3 a F6 měly podobný význam. Jako pozitivum uvedly *„uvědomění si, co je v životě důležité a uvědomění si skutečných hodnot.“* Rozporuplná odpověď se neobjevila.

Uvádím dále některá originální sdělení: „*Práce mě naplňuje pokorou. Často žiji v tomto světě jako malý bůh. Zjišťuji, že se mi život může změnit během sekundy. Podpůrná komunita může do tmavého údolí vnést světlo.*“ (F2) „*U mě jde o rozvoj. Zintenzívnilo se mi vnímání potřeb těch nejbližších a musela jsem si otevřít spoustu svých osobních zážitků.*“ (F1) „*Vděčnost za to, v jaké situaci se momentálně nacházím. Nejde o povýšenost.*“ (F4) „*Umím se i v soukromém životě k truchlícím lépe chovat.*“ (F7) „*Uvědomila jsem si, že truchlení má velký smysl a význam. Moje víra nemusí být za všech okolností silná.*“ (F2)

K **nevýhodám podpůrných skupinek** se respondentky vyjádřily následovně. Respondentky F5 a F7 uvádějí shodně, že jde o náročnost na čas. F1 a F2 mluvily o tom, že jde o reálnou hrozbu vyhoření, když facilitátor má být empatický a citlivý.

Rozporuplně vnímám odpověď respondentky F4: „*Zvýšená poptávka po vedení další skupiny.*“

K originálním odpovědím patří tyto: „*Kdybych žila pouze facilitací, obzor se mi zúží na negativní životní zkušenosti.*“ (F1) „*Nevytvářím návaznost, jde o omezené období.*“ (F3) „*Členové církevní komunity, kam patřím, se mohou na mě dívat, že jsem nějak lepší než oni, když pracuji v tzv. bezpečném prostoru.*“ (F5)

Na tom, že **při práci moderátora podpůrných skupin všeobecně hrozí vyhoření**, se shodly všechny respondentky. Jako preventivní opatření vidí shodně F3, F5 a F6 týmovou práci facilitátorů, která zahrnuje společné sdílení, přípravu a hodnocení. Respondentky F1 a F2 uvádějí shodně důležitost nepracovat pod stresem jiných okolností. O promyšlené, pestré a pevné struktuře volného času se zmínily respondentky F2, F3 a F4.

Rozporuplně odpověděla dotazovaná F4, když ví o hrozbě syndromu vyhoření, a říká, že „*se zatím pouze pokouší změnit strukturu svého volného času.*“

Cituji originální odpověď dvou moderátorek: „*Konkrétně mně vyhoření nehrozí. Skupinku vedu jedenkrát ročně.*“ (F7) „*Po skupince si nepouštím film se stejnou tematikou a hned také nenavštívím kamarádku, které někdo zemřel.*“ (F3)

K doporučení **frekvence skupinek** pro moderátora se shodně vyjádřily F1, F3, F4, F5, F6. Hovořily o dvou běžích v různých ročních obdobích, např. před Velikonocemi a Vánocemi.

Pro mne rozporuplnou odpověď dala facilitátorka F7, když z Tabulky č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin je zřejmé, že má pětiletou zkušenost ve vedení podpůrné skupiny: „*Nevím.*“

Respondentky se také vyjadřovaly k tomu, **jak jejich nejbližší okolí vnímá jejich dobrovolné angažmá v podpůrné skupince**. Na pozitivní reakci rodiny se shodly F2, F3, F5, F6 a F7. Pozitivní reakci spolupracovníků zmínily respondentky F1 a F6.

K rozporuplné odpovědi řadím reakci respondentky F4. Její rodina vnímá z pohledu času její angažmá negativně. Na druhé straně však vidí smysluplnost této aktivity.

„Blízcí se podivují, nerozumí tomu, kde jsem k takové dobrovolnické práci přišla,“ řekla F3 a tuto odpověď řadím mezi originální.

Na otázku, **zda facilitátoři vnímají životní příběhy**, které zaznívají na podpůrných skupinkách, **pozitivně nebo negativně**, jsem zachytila shodné odpovědi. Respondentky F1, F4 a F5 se shodly na tom, že vyprávěné příběhy vnímají neutrálně: *„Ve své praxi slyším mnoho příběhů.“* (F4) *„Trápí mě spíše fakt, jakým způsobem truchlící danou osobu ztratil, než to, že se mu stalo něco zlého.“* (F1)

Shodně a přitom rozporuplně se vyjádřily respondentky F2, F3 a F7. Jednou příběh vnímají pozitivně, jindy negativně: *„Pozitivně, když člověk prožívá alespoň malou chuť do života. Negativně, když vidím beznaděj člověka.“* (F3) *„Pozitivně proto, že mě obohacují, případně v nich najdu i poučení. Negativně z důvodu těch těžkých životních příběhů.“* (F7)

K originální odpovědi řadím výpověď respondentky F5: *„Každý příběh je jiný. Neznám jeho začátek ani konec.“*

Interpretace výsledků

Všechny dotazované se domnívají, že práce s truchlícími v podpůrných skupinách přináší pozitiva. Tato pozitiva se dotýkají těchto charakterových rysů respondentek: pokora, vděčnost, empatie. Spirituální růst moderátorek se projevuje takto: uvědomění si, co je důležité a co má hodnotu; osobnostní rozvoj; vnímání potřeb druhých; otevření vlastních nezpracovaných zážitků; uvědomí si smyslu a významu truchlení.

Empatie a citlivost, jak uvádějí respondentky, však na druhou stranu může vést k vyhoření, stejně jako častá facilitace s nasloucháním negativním zkušenostem. K nevýhodám zapojení do facilitace podpůrných skupin respondentky řadí především náročnost aktivity na čas. Překvapila mě reakce F4, když uvedla zvýšený zájem o realizaci skupinek.

Na způsobu prevence syndromu vyhoření u moderátorek se shodly tři z nich. Doporučují práci v týmu. Další dvě moderátorky mluvily o vyhýbání se stresu a tlakům. Způsob trávení volného času považují za protiváhu vyhoření tři moderátorky. Podle moderátorky F7 může prevenci vyhoření zabránit frekvence realizace jednoho běhu setkání v průběhu jednoho roku.

To, že jsou moderátorky angažovány v podpůrných skupinách, vidí jejich rodinné a pracovní okolí spíše pozitivně. Pouze jedna dotazovaná ze sedmi uvádí negativní reakci rodiny, která se váže ke spotřebě času.

Vnímání životních příběhů účastníků skupiny není jednoznačně pozitivní nebo negativní. Tři respondentky se k příběhům staví spíše neutrálně, tři je vnímají jednou tak a podruhé jinak.

7.4.4 Význam transferu slovenského modelu do českého prostředí

Na poslední dvě položené otázky týkající se již samotného přenosu slovenského modelu do českého prostředí, odpovědělo sedm dotazovaných respondentek takto:

Šest dotazovaných ze sedmi odpovědělo kladně na otázku, **zda se nějakým způsobem podílely na myšlence nebo přímo na přenosu.**

Respondentky, které odpověděly kladně, byly dále dotázány na to, **jakým způsobem byly do přenosu zapojeny.**

Dotazované F3, F5 a F6 shodně uvedly, že spolupracovaly na zpracování projektové žádosti Mobilní hospic, který se zabývá doprovázením umírajících a truchlících.

Originální odpověď podaly dvě respondentky jako jediné, které odpovídaly zcela jinak. F1 uvedla, že *„spolupracovala s lektory, kteří vzdělávali dobrovolníky v programu Služba doprovázení (podpora umírajícím) a programu SLZA (podpora truchlícím).“* F2 sdělila: *„Školila jsem některé budoucí facilitátory buď v programu SLZA na Slovensku, nebo v rámci seminářů organizovaných neziskovou organizací na Slezsku.“*

Na otázku, **v čem facilitátorky spatřují význam transferu,** odpovídalo všech sedm dotazovaných. F1 a F4 shodně uvedly, že se v českém prostředí doposud nesetkaly s tak inovativní a přínosnou formou práce s truchlícími. O tom, že přenos *„podpoří otevření tématu truchlení v církvi, včetně povšimnutí si truchlících a lámání tabu,“* se stejně zmínily respondentky F3, F5 a F6.

Rozporuplnou odpověď nepodala žádná z dotazovaných. Předkládám ještě originální odpověď F2: „*Český a slovenský národ si je velmi blízký společnou historií a podobnými rysy. Pokud má tento model někde fungovat, tak především v České republice. Proč vynalézat něco nového v České republice, když na Slovensku už model funguje. Věřím, že bude přijat pozitivně.*“ Originální odpověď uvedla také respondentka F5: „*Při přenosu a prvním běhu můžeme jako účastníci i pozorovatelé poukázat na negativa a pozitiva. Pak už jen nastát opodál a pustit se do práce.*“

Interpretace výsledků

Šest dotazovaných facilitátorek ze sedmi se podílelo na přenosu podpůrných skupin pro truchlící ze Slovenska do České republiky. Důvodem nezapojení do přenosu facilitátorky F7 je skutečnost, že facilitaci realizuje výhradně na Slovensku a nepodílela se na školení českých facilitátorů, na rozdíl od slovenské moderátorky F2. Ostatní české respondentky se zapojily do transferu modelu zpracováním projektové žádosti k tématu doprovázení umírajících a truchlících, lektorováním a spoluprací s lektory, kteří školili dobrovolníky v doprovázení truchlících.

Všech sedm moderátorek vidí v přenosu slovenského modelu do českého prostředí nějaký význam. Hovořily o inovativní a přínosné práci, podpoře tématu truchlení v církevním prostředí a přítomném potenciálu modelu pro jeho úspěšné fungování v českém prostředí.

7.5 Rozhovory s duchovními

Otázky pro strukturovaný rozhovor s duchovními jsem rozdělila do tří oblastí, které korespondují s rozdělením této kapitoly.

7.5.1 Současná nabídka církevních sborů pro truchlící jako protiváha podpůrných skupin

První sadou otázek jsem chtěla zjistit, zda respondenti a potažmo jejich církevní sbor nějakým způsobem pracuje s truchlícími, jaké nabídky pro své truchlící členy mají a kdo konkrétně a s jakým vzděláním je zabezpečuje. Chtěla jsem tak dát do kontrastu existující či neexistující způsob doprovázení duchovním církeve a nabídku podpůrné skupinky pro truchlící.

První otázka, **zda dotazovaní duchovní přicházejí s cílenou nabídkou pomoci při zpracování ztráty blízkého**, rozdělila respondenty na ty, kteří nabídku mají a ty, kteří nabídku nemají.

Respondenti D1, D2 a D4 shodně odpověděli, že s nabídkou přicházejí, z toho u D1 a D2 jde o práci v podpůrných skupinách pro pozůstalé SLZA. Pro formulaci shodných, rozporuplných a originálních odpovědí pak zbyli už pouze tito dva respondenti D1 a D2. Výsledek výzkumu je tedy spíše irelevantní. D1 a D2 se dále shodli na tom, že truchlíci jsou osobně informováni před pohřbem nebo těsně po pohřbu o možnosti účastnit se podpůrné skupiny, a že informace je pak znova zopakována v rámci oznámení po bohoslužbách. Rozporuplně se tito dva respondenti vyjádřili k otázce, **jak dlouhá je prodleva mezi pohřbem blízkého a pozváním truchlícího k účasti** na podpůrné skupině. Respondent D1 uvedl, že se jedná minimálně o půl roku a maximálně jeden a půl roku po pohřbu. Respondentka D2 sdělila, že v církevním sboru oslovili pozůstalé rodiny, kterým zemřel blízký v posledních třech letech.

Za originální lze považovat odpověď respondenta D4, který nabízí dva typy pomoci pro truchlícího: „*vzpomínkový diagram s určitým časovým posunem od pohřbu blízkého*“ a „*modlitbu za právě zemřelého blízkého a modlitbu za zemřelé blízké v určitých intervalech během roku, nezávisle na konaných pohřbech.*“

Duchovní pod kódem D2 a D4 **absolvovali ještě jinou než jen teologickou přípravu pro práci s truchlícím**, a to formou seminářů, speciálních kurzů. Originální odpověď podali dva duchovní. D4: „*Absolvoval jsem seminář k uzdravení vzpomínek. Jde o práci s vyjádřením citů formou dialogu, odpuštění a smíření. Truchlíci vypráví, co dobrého a co špatného se zemřelým prožili. Pak napíšíou zemřelému dopis a při modlitbě ho spálíme. Jde o odpuštění sobě a zemřelému.*“ D1: „*Na službu jsem se nepřipravoval. Zastřešují ji pracovnice jedné neziskové organizace a také členové našeho církevního sboru, kteří mají v dané oblasti určité vzdělání.*“

Duchovní, kteří ve svých sborech s nabídkou pomoci pro truchlíci nepřicházejí, odpovídali dále následovně. Na otázku, **zda se ve své praxi setkali s požadavkem pomoci při zpracování ztráty blízkého**, odpověděli D3, D5, D6 a D7 shodně, že ne. Respondenti pak ještě iniciativně rozvinuli možný důvod, proč je prozatím nikdo z truchlících nepožádal o pomoc. Všechny tři odpovědi byly originální: „*Potřeba mluvit o ztrátě vyplynula až z jednoho rozhovoru přirozeně, když jsem se na bolest toho člověka zeptal.*“ (D3) „*Problém je možná v tom, že jde o členy církve a rodinné příslušníky zemřelých, kteří do sboru nechodí*

pravidelně a udržují vůči sboru odstup,“ dodal ještě D5. Respondent D7: *„Spíš pozoruji, že se členové naší církve mezi sebou kontaktují, když v tomto smyslu pozorují potřebu.“*

Duchovním jsem dále položila otázku, **zda znají nějakou formu pomoci pro truchlíci.** Pokud znají, pak **kde v jejich okolí je možné takovou pomoc využít.** Respondenti D3, D5 a D7 neznají ani neslyšeli o nějaké organizované formě pomoci pro truchlíci, znají spíše pastorační rozhovory duchovních s jednotlivci. Rozporuplné odpovědi jsem nezaznamenala. Respondent D6 uvedl: *„Vím o podpůrných skupinkách v našem regionu.“* Uvádím také pokračování jeho vyjádření, které považuji za originální: *„Navštěvoval jsem nedaleko odsud terapeutickou skupinu, ve které se zpracovávaly různé druhy prožitků, čili také ztráty.“*

Dále jsem se dotazovala respondentů D3, D5, D6 a D7, kteří ve svých církevních sborech nenabízejí cílenou pomoc pro truchlíci. Otázka se týkala **důležitosti, jakou respondenti přisuzují individuální nebo skupinové pomoci truchlícím.** Duchovní D3 a D7 hovořili o důležitosti střední, D5 a D6 se shodli na důležitosti velké. Pokud by tito dotazovaní duchovní dostali nabídku vyškoleného moderátora na vedení skupiny pro truchlíci, pak se všichni čtyři se shodli na tom, že by aktivitu podpořili propagací. D3, D6 a D7 také shodně uvedli, že by oslovili konkrétní osoby, kterým by podpůrné skupinky mohly prospět. Tito tři respondenti by také pomohli při organizaci, tj. zajištění místnosti, občerstvení a finanční podpory.

Respondenty D3, D5, D6 a D7 jsem dále požádala, aby **vyjmenovali témata, která považují za stěžejní při rozhovoru s truchlícím.** Podle duchovních D3, D5 a D6 je nutné nejdříve zjistit, co truchlíci prožívá a jakou má potřebu. D3 k tomu dodal: *„Znám ženu, která před deseti lety ztratila manžela. Vidím, že trápí sama sebe. Za stěžejní bych považoval otevřený hlubší rozhovor.“* Jistý rozpor spatřuji v odpovědi D5: *„Jaký vztah má truchlíci k Bohu a v tomto směru přizpůsobit další aktivitu.“* K originálním řadím výpovědi respondentů D6 a D7: *„Jak se s tím doposud vypořádal a co mu v tom pomohlo.“* – *„Myslím, že truchlíci potřebují ze sebe dostat emoce. V Bibli takové příklady máme. Šlo by zřejmě o dlouhodobý proces.“*

Duchovních s kódem D3, D5, D6 a D7 jsem se ještě zeptala na **formu, kterou by zvolili při pastorační práci s truchlícím.** Všichni se shodli na aktivním naslouchání. D3, D5 a D7 vidí aktivní naslouchání jako první fázi pastoračního rozhovoru, která pak může přejít v interpretaci biblických příběhů o utrpení, ztrátě a smutku, v útěchu až k praktickým příkladům ze života sboru. *„Při aktivním naslouchání bych zřejmě odkryl nezodpovězené*

otázky truchlícího, vzal bych si pak možná na pomoc biblické příběhy a přešli bychom k útěše.“ Nikdo z respondentů nepodal rozporuplnou odpověď. „*Pravidelné schůzky s cílem společně najít a nabídnout odpovědi na otázky truchlícího,*“ jsem vnímala jako originální odpověď respondenta D6.

Interpretace výsledků

Pouze tři ze sedmi dotazovaných duchovních uvedli, že v jejich církevním sboru přicházejí s oficiální nabídkou pomoci pro truchlící. D1 a D2 nabízejí účast na podpůrných skupinách, přičemž se u nich liší délka prodlevy mezi smrtí blízkého a vysloveným pozváním k účasti na podpůrné skupině. Respondent D4 nabízí členům církevního sboru modlitbu za zemřelé a vzpomínkový diagram. Pouze D2 a D4 se účastnili jiné průpravy pro práci s truchlícími než teologické. Duchovní D1 sám uvedl, že podpůrné skupiny jsou realizovány pracovníci jedné neziskové organizace a samotnými členy církevního sboru.

V další textu interpretace výsledků se budu zabývat zbývajícími čtyřmi duchovními (D3, D5, D6, D7), kteří truchlícím v církevním sboru nenabízejí pomoc. Žádný z dotazovaných se nesetkal s požadavkem jednotlivce o pomoc při zpracování ztráty blízkého. Dále tři duchovní ze čtyř neznají a nevědí o žádných formách pomoci pro truchlící ve svém okolí. Pouze respondent D6 věděl o nově vzniklých podpůrných skupinách v regionu. Sám se také účastnil terapeutické skupiny, která by případně mohla podporu truchlícímu nabídnout. Skupina však pracuje mimo církevní kontext. Všichni čtyři dotazovaní však byli otevření pro podporu skupinové práce s truchlícími, a to především propagací. Podle tří ze čtyř respondentů je dále nezbytné zjistit, co se v truchlícím odehrává, aby s ním mohli dále rozvíjet pastorační práci. Prvek zmocňování se projevil u dotazovaných D6 a D7, když by pátrali po tom, co truchlícímu doposud pomáhalo.

Všichni dotazovaní duchovní, kteří nerealizují žádnou pomoc pro truchlící ve svých sborech, považují aktivní naslouchání za první stupeň pastorační pomoci truchlícím.

7.5.2 Přínosy a možnosti práce s truchlícími v podpůrných skupinách

Duchovní se nejdříve vyjadřovali k **přínosu nastartování nebo existenci podpůrných skupin ve svých církevních sborech**. Z odpovědí na tuto otevřenou otázku jsem identifikovala některé shodné odpovědi. Respondenti D1, D3 a D6 uvedli, že přínosem by byl již takto vyjádřený zájem o truchlící: „*Gesto, že si jich vážíme, a otevření tak těžké otázky.*“ (D1) Hlavním přínosem by pak podle nich byla samotná pomoc zarmouceným při zpracování

jejich smutku. Za rozporuplnou odpověď považují odpovědi respondenta D5: „*Přínos spatřuji v tom, že lidé, kteří stáli na okraji církve, uvidí, že potřebují být ve společenství a obnovit vztah s Bohem a vrátit se do církevního společenství. Byla by to také dobrá možnost, jak se seznámit s členy naší církve.*“ K originálním odpovědím řadím tyto: „*Vyjádření skrytých emocí a dořešení věcí, které nejsou uzavřené.*“ (D4) „*Truchlíci, který by úspěšně zpracoval smutek, by byl motivovaný pomocí podobnou ztrátu zpracovat druhým.*“ (D6) Podobně se vyjádřil respondent D2: „*Mít k dispozici ve sboru člověka, který by se orientoval v problematice a pomohl v pastoraaci truchlících. ... Vidět nejen vlastní utrpení, ale jak se se ztrátou vyrovnávají jiní.*“

Respondenti se dále vyjadřovali k otázce, **jak důležité místo by moderované skupinky pro truchlíci zaujaly v existující nabídce péče o členy církevní komunity.** O velmi důležitém místě mluvili D1, D3 a D4. Respondent D3 dodal: „*Celá záležitost totiž může ovlivnit sbor jako celek.*“ – „*Hlavně, pokud by bylo větší množství truchlících, například po živelných katastrofách.*“ (D4) Dotazovaní D2, D5, D6 a D7 si myslí, že podpůrné skupinky by podle nich zaujaly středně důležité místo. „*Je to těžko měřitelné a velmi individuální,*“ uvedla D2.

Na čem by záleželo, aby lidé podpůrnou skupinku pro truchlíci využili, byla další položená otázka. Všichni dotazovaní se shodli na tom, že by záleželo na vzájemné důvěře členů církevního sboru, zda vyřčené na skupince nevynesou mimo skupinku. D3, D4, D5, D6 a D7 se také shodli na důležitosti osobnosti moderátora. Shodná odpověď se také objevila u respondentů D1, D2, D3, D6, když se domnívali, že by záleželo na celkovém počtu setkání organizované podpůrné skupiny. Originálně se vyjádřil respondent D7: „*Je to hodně individuální. Museli bychom mít na mysli konkrétní situaci.*“

Za vedlejší přínos fungování podpůrné skupinky pro truchlíci považují respondenti D2, D3 a D6 vznik hlubších vztahů ve skupince, a tím možnost další kontinuální podpory v následujícím období. Na šanci zapojení truchlících do společenství církve a jejich aktivit se shodli D4 a D7. Za poněkud rozporuplnou odpověď považují reakci respondenta D5: „*Vedení sboru se může blíže seznámit s truchlícími.*“ Nechám zaznít ještě originální odpovědi: „*Zpracování svého vnitřního světa. To může truchlícího motivovat k hlubšímu zamýšlení nad sebou samým. Přínos vidím také pro církevní sbor. Když totiž prožíváte zranění nebo bojujete s nevyřešeným, ovlivňujete celý sbor.*“ (D6) „*Správné vyhodnocení situace truchlícího pro sebe.*“ (D7) „*Vznik osobního vztahu s Bohem.*“ (D5)

Poté, co se duchovní vyjadřovali k přínosům podpůrných skupin, jsem jim položila otázku, jak velkou **procentuálně vyjádřenou šanci vidí v nastartování podpůrných skupinek** v jejich církevním sboru. V církevním společenství respondentů D1 a D2 jsou podpůrné skupinky již realizovány a přejí si i nadále pokračovat v této aktivitě. Na 50% šanci se shodli dotazovaní D3, D5 a D6: „*Jde totiž o něco nového. Nevím, zda by lidé byli ochotni do toho jít.*“ (D3) „*Jde o časové možnosti členů vedení sboru a ostatních členů, kteří by se do takové práce zapojili.*“ (D5) Rozporuplnou odpověď jsem neslyšela. Za originální považuji odpověď dotazovaného s kódem D4: „*0% – momentálně nemáme truchlící. Jsme mladý a početně malý sbor.*“

Interpretace výsledků

Všichni dotazovaní duchovní se shodli na tom, že v případě nastartování nebo existence podpůrných skupin v jejich sborech by práce s truchlícími byla přínosná. Tři duchovní spatřují přínos již v samotném zájmu sboru o truchlící a řešení daného tématu. Rozporuplná odpověď duchovního D5 nekorresponduje se záměrem práce s truchlícími ve skupině, kdy jde především o samotné truchlící a vyjádření jejich žalu, bolesti a emocí.

Podle tří dotazovaných duchovních ze sedmi by moderované skupinky zaujaly důležité místo v nabídce péče o členy církve. Čtyři duchovní jim přisuzují středně důležité místo. Vzájemná důvěra členů církevního sboru by podle všech dotázaných duchovních sehrála důležitou roli v zájmu o využití nabídky podpůrných skupin. Pět duchovních ze sedmi dotazovaných uvádí jako podstatnou při využívání aktivity osobnost moderátora a celkem čtyři ze sedmi si myslí, že počet setkání podpůrných skupin sehraje úlohu při volbě, zda nabídku využít.

Šest dotazovaných duchovních ze sedmi přisuzuje podpůrným skupinkám vedlejší přínos. Dva z nich jmenovali zapojení truchlících do společenství a jeho aktivit. Z uvedených přínosů dalších čtyř duchovních se pouze jeden přínos týkal církevního sboru, ostatní samotného truchlícího.

U dvou dotazovaných duchovních ze sedmi jsou podpůrné skupiny již nastartovány. Tři duchovní dávají vzniku skupin 50%, jeden 75% šanci. Originální odpověď D4 vnímám částečně rozporuplně, když uvádí, že jeho sbor je mladý. Vnímám, že věk není pro prožívání ztráty blízkého rozhodující.

7.5.3 Limity moderovaných podpůrných skupin pro truchlící

Duchovní se vyjadřovali k možným limitům podpůrných skupin jednak všeobecně, ale také s ohledem na vedení skupiny vyškoleným moderátorem a na skupinový charakter práce s truchlícími.

K **všeobecným limitům** jsem nenašla shodné odpovědi. Stejně tomu bylo v případě rozporuplné odpovědi. Považuji však za vhodné uvést některá originální vyjádření: „Každý má právo individuálně zpracovávat svou bolest ze ztráty.“ (D2) „Skupinka není schopna vyřešit všechno, například problémy psychiatrického a duchovního charakteru.“ (D3) „Nerad bych mluvil o limitech. U nás tato aktivita dobře funguje a jsem za ni vděčný.“ (D1)

Limity s ohledem na fakt, že podpůrnou skupinku moderuje vyškolený dobrovolník, vyjádřili respondenti různě. Dotazovaní D3, D4, D5 a D7 nevidí limit v tom, že facilitátor podpůrné skupinky je vyškolený laik: „Bylo by možná lepší, kdyby to právě nebyl profesionál. Jde o sdílení. Sám dobrovolník by měl vědět, kde jsou jeho limity a kam lidi případně dále poslat.“ (D3) „Jde spíše o osobnost, empatii, schopnost naslouchat. Nemůže jít o dominantní osobu.“ (D4) Respondent D6 se, ve srovnání s předchozími odpověďmi, vyjádřil rozporuplně: „Role dobrovolníka je moderátorská a teoretická, dobrovolník není odborník na patologii.“ Uvádím také originální odpověď respondenta D7: „Pokud by ho Bůh povolal k takové službě a on sám by to povolání vzal vážně, určitě by se dále vzdělával a byl by stále lepší a lepší.“

Shodné odpovědi o **existujících limitech s ohledem na skupinovou formu práce** s truchlícími uvádějí D2, D3 a D3. Podle nich se může stát, že truchlící nebude mít důvěru k lidem, kterým má sdělit svoje bolesti. Respondenti D3, D4, D6 a D7 se shodli také na tom, že truchlící mohou mít všeobecně problém se sdílením ve skupině a úroveň sdílení pak nebude dostatečná pro maximální míru zpracování: „Lidé většinou nemají zkušenost se zpracováním problému ve skupině. Je možné, že se lidé v naší kultuře nebudou otvírat.“ (D6) O tom, že skladba účastníků skupiny může být limitem, mluvili respondenti D4, D6 a D7: „Velký věkový rozdíl účastníků a rodinné vazby.“ (D4) „Generační nesoulad, který se projeví nepochopením světa mladších a starších.“ (D6) „Muži a ženy, mladší a starší.“ (D7)

Za originální považuji odpověď respondenta D7: „Mohlo by se stát, že bychom nebyli schopni takovou skupinu vytvořit. Jde o počet členů našeho sboru a počet pohřbů za rok. Někdy máme jeden pohřeb za rok, někdy dva a jindy žádný. Pokud bychom čekali dlouho na vytvoření

skupiny a v truchlícím by bolest zahrnovala, určitě by to nebylo dobré. Musí se vymluvit co nejdříve. Tady vidím šanci v mezicírkevní spolupráci.“

Respondenty jsem požádala, aby se vyjádřili k tomu, **jak se jimi uvedené limity mohou projevit v kvalitě a efektivitě práce s truchlícími**. Na tom, že schopnost účastníka skupiny otevřít se a mluvit o svém problému, bude mít vliv na kvalitu a efektivitu práce, se shodli duchovní D4, D5, D6 a D7. Rozporuplnou odpověď jsem nenašla. Odpovědi dvou respondentů jsem vnímala jako originální. „*Prostor k naslouchání a ticho*“ má podle respondenta D4 vliv na kvalitu práce s truchlícími. Souvisí podle něj se skupinou a moderátorem. Respondent D6 vnímá jako faktor ovlivňující kvalitní výsledek práce „*schopnosti moderátora reagovat*“.

K otázce, zda se duchovními zmíněné **limity podpůrných skupin mohou projevit v zájmu členů církevního sboru o tento druh péče**, jsem nenašla shodné odpovědi. Podobné jádro výpovědi vykazovaly odpovědi dvou respondentů. Šlo o individuální rozhodnutí truchlícího: „*Pokud bych já osobně měl normální příznaky truchlení, šáhl bych po takové pomoci. Jsem ovšem sdílný člověk. Záleží tedy na schopnosti truchlícího se otevřeně sdílet.*“ (D3) „*Musíme brát v potaz, že ne všichni budou mít o tento druh zpracování ztráty zájem.*“ (D5) Žádný z dotazovaných se nevyjádřil rozporuplně. Dvě originální odpovědi zněly takto: „*Všechno má své limity a nemůžeme se řídit pouze zájmem většiny. Mohlo by se stát, že s ohledem na limity bychom pro naše církevníky nemohli nabízet žádnou aktivitu.*“ (D7) „*Podstatná bude zpětná vazba pro další truchlící. Nestojí to za to, je to ztráta času, apod.*“ (D4)

Poslední odpovědi se duchovní měli procentuálně vyjádřit k **šanci nastartování aktivity podpůrné skupiny pro truchlící navzdory tomu, že jmenovali její možné limity**. Respondenti D3, D5 a D6 shodně uvedli 50 %. Respondent D3 dodal, že samozřejmě nedokáže předvídat reakci druhých. D4 a D7 dali takovému projektu 75% šanci, přičemž tuto míru šance připustili s ohledem na přítomnost truchlících ve svém sboru. Rozporuplnou odpověď dle mého názoru nelze zaznamenat. Sebevědomou odpověď respondenta D2 považuji za originální: „*100%*.“

Interpretace výsledků

Celkem čtyři ze sedmi dotazovaných duchovních si myslí, že vyškolený laik není limitem pro vedení podpůrné skupiny. Respondent D7 svou odpovědí naznačuje, že jde spíše o Boží povolání ke službě, kterou kandidát na moderátora následuje. Odpověď duchovního D6 vidím

jako rozporuplnou. Dobrovolník totiž není pouze moderátorem a teoretikem, jak se domnívá. Je také empatickým naslouchajícím, který má zkušenost s pozitivním způsobem zpracování ztráty. O takovém dobrovolníkovi mluví v rozhovorech moderátorky, ale také zakladatelka programu SLZA na Slovensku.

Tři respondenti ze sedmi se ve svých odpovědích zmínili o tom, že skupinová práce může být limitem pro důvěrná sdělení během setkání podpůrné skupiny. Dále více než polovina dotazovaných uvedla, že skupinová práce může být limitem pro ty účastníky, kteří se nebudou umět před druhými otevřít. Struktura účastníků ve smyslu věku, pohlaví a generací je podle dotazovaných rovněž limitem skupiny. Čtyři respondenti se vyjádřili, že schopnost účastníka skupiny mluvit o svém problému bude mít vliv na kvalitu a efektivitu práce s truchlícími.

Zda limity podpůrných skupin jmenované duchovními mohou mít vliv na zájem o tento druh pomoci truchlícím, nechávali respondenti spíše na individualitě potenciálního účastníka skupinky, jeho názoru a osobní zkušenosti. I přes uvedené limity získaly podpůrné skupinky u duchovních šanci od 50 % do 100 %. Stoprocentní šanci dala projektu duchovní sboru, kde podpůrná skupina pro truchlící již funguje.

8 Diskuse a závěr výzkumu

8.1 Diskuse

Výzkumným šetřením jsem hledala odpověď na tuto hlavní výzkumnou otázku:

Za jakých podmínek proběhl přenos slovenského modelu podpůrných skupinek pro truchlící do českého prostředí a jaký dopad měl přenos na možný rozvoj práce s truchlícími v církevních komunitách v českém prostředí?

Skrytým zúčastněným pozorováním jsem odhalila strukturu účastníků podpůrných skupin, odlišnosti práce v podpůrných skupinách a rozsah vypovězeného příběhu účastníkem. Rozhovory s moderátorkami podpůrných skupin mi pomohly zjistit úroveň jejich vzdělání pro facilitaci, jejich motivaci pro práci s truchlícími, dále jejich pohled na pozitiva a negativa práce facilitátora a na význam transferu skupinové práce s truchlícími do českého kontextu.

V následujících odstavcích prezentuji odpovědi na první dílčí výzkumnou otázku: *Jaký je způsob práce s truchlícími v podpůrné skupině podle slovenského modelu a jaké zdroje a podmínky existovaly v době přenosu do českého prostředí?*

Téměř paralelně probíhající podpůrné skupiny na Slovensku a v ČR navštěvovalo celkem 11 truchlících žen, z toho šest žen na Slovensku a pět v ČR. Téměř dvě třetiny účastnic truchlily po ztrátě manžela. Strategickou osobou, jak blízkého zemřelého nazval Worden (2002, s. 51), byl u všech žen muž. Více než polovina účastnic podpůrných skupin na Slovensku a v ČR bydlela v době konání přenosu sama v domácnosti. Nabízí se otázka, zda důvodem účasti většiny z nich bylo nedostatečné přirozené sociální prostředí pro zpracování ztráty, o kterém píšou Hanzalíková a Levická (2012, s. 44). Podpůrné skupiny podle slovenského modelu však fungují v církevním prostředí a účastníci jsou zvaní duchovními nebo vyškolenými dobrovolníky jejich církevní komunity k účasti, jak vyplývá z uskutečněných strukturovaných rozhovorů s duchovními a z myšlenky slovenské zakladatelky Kacianové (2008, s. 132). K účasti jsou zvaní organizátory podpůrných skupin všichni, kteří ztratili v horizontu delším jak půl roku své blízké. Z toho důvodu je těžké předjímat, jakou roli hrála existence či absence přirozeného sociálního prostředí při využití pomoci a podpory v období truchlení.

To, že skupinovou pomoc využily samé ženy, z nichž téměř dvě třetiny byly vdovy, ukazuje na vytvořenou homogenní skupinu jak na Slovensku, tak v ČR. Společným znakem účastníků

tedy nebyla pouze ztráta, jak se o ní zmínila dotazovaná D2. Identické bylo také pohlaví účastníků a většina prožívala stejný druh ztráty (manžel) a role (manželka). Lze předpokládat, že účastnice budou moci využít skupinu k dalšímu prohloubení kontaktů a kontinuální podpoře, jak o ní mluví šest dotázaných duchovních. Wolfelt uvádí, že podobnost ztráty má často za následek vznik silných pout mezi členy podpůrné skupiny a velmi ulehčuje vznik vztahů ve skupině (2004, s. 12). Protože tři z dotazovaných šesti duchovních uváděli strukturu účastníků skupiny za možný limit skupinové práce, nebylo tedy možné potvrdit nebo vyvrátit jejich myšlenku. V této souvislosti považují za důležité zmínit názor Wolfelta, který uvádí, že ne vždy je možné vytvořit homogenní skupinu truchlících pozůstalých. Podle něj je ovšem podstatné, aby nikdo ze členů skupiny nevnímal sebe sama natolik odlišně, aby pocíťoval samotu a izolaci (2004, s. 12).

Dotazovaná facilitátorka F2 se vyjádřila, že slovenský model podpůrných skupin je přizpůsoben církevnímu prostředí. Uvedla také, že se účastnila podpůrné skupiny pro truchlící, kterou vedl nevěřící facilitátor a zhodnotila ji jako výbornou. Také zakladatelka podpůrných skupin na Slovensku Kacianová se vyjádřila, že curriculum podpůrné skupiny na Slovensku je přizpůsobeno církevní komunitě tím, že obsahuje aspekt naděje a vzpomínkovou bohoslužbu (rozhovor z února 2014). Z výše uvedeného vyplývá, že není překážkou přizpůsobit slovenský model konkrétnímu prostředí v místě přenosu. Výzkumné šetření prokázalo, že v době přenosu modelu do českého prostředí se způsob vedení podpůrných skupin lišil částečně ve způsobu vedení, průběhu setkání a vztahu facilitátorek k církevnímu sboru. Nejvýznamnějšími odlišnostmi v českém prostředí bylo zpracovávání vícečetných ztrát během setkání a užívání nářečí jako komunikačního jazyka. Tyto odlišnosti byly výsledkem kreativity a schopnosti moderátorek, a jak uvádím v dalším odstavci, mohly mít vliv na rozsah vypovězeného příběhu. Vztah moderátorek k církevnímu sboru, kde se podpůrné skupinky realizovaly, byl spíše neovlivnitelný. Nicméně skryté zúčastněné pozorování mě vede k přesvědčení, že zrealizovaná podpora truchlícím neutrpěla na kvalitě.

Rozsah vypovězeného příběhu účastnic ze Slovenska a ČR se lišil, jak jsem si mohla povšimnout a později písemně zaznamenat díky účasti na podpůrných skupinách. O tom, jak má užívání rodného jazyka vliv na schopnost vyjádření nejhlubších pocitů, se zmínila v rozhovoru respondentka F2. Mluvila o existujícím vzdělávací programu pro dobrovolníky v angličtině. Bylo by tedy možné domnívat se, že na rozsah vypovězeného příběhu účastnic české skupiny mělo vliv jednak užívání nářečí jako komunikačního jazyka, ale také zpracovávání vícečetných ztrát. Tři dotazovaní duchovní se při výzkumu domnívali, že na

míru sdílení má vliv vytvořená důvěra ve skupině a více než polovina duchovních ze sedmi uvedla, že právě skupina jako taková může být pro jednotlivce překážkou ve sdílení osobního příběhu ztráty.

Zúčastněné pozorování mi umožňuje přiklonit se spíše k názoru, že na míru sdílení účastníků měla vliv osobnost účastníka a sdílení vícečetné ztráty. Je také možné, že rozsah příběhu českých účastnic byl větší z důvodu užívání dialektu. Faktem ovšem je, že slovenské účastnice užívaly také svůj, i když spisovný, jazyk a míra sdílení byla přesto nižší. To, že se jedinečná osobnost jednotlivých členů skupiny projeví v jejich reakcích a způsobu chování, uvádí ve své publikaci Wolfelt. Rovněž se domnívá, že první setkání podpůrné skupiny, na které se účastníci seznamují, bude mít podstatný vliv na to, jak se budou věci dále vyvíjet (2004, s. 36). Kacianová se vyjadřuje podobně. Uvádí, že je na účastníkovi, jakou míru žalu sdílí, a že má právo také mlčet (2010, s. 52).

Zakladatelka podpůrných skupin Kacianová ve své dizertační práci uvádí, že „*facilitátor by měl projít profesionálním školením v oblasti pastoračního doprovázení pozůstalých, měl by být hluboce věřícím člověkem, absolvovat biblické vzdělání a speciální kurz zakládání a vedení podpůrných skupinek.*“ (2008, s. 135) Všechny dotazované moderátorky byly hluboce věřící a biblické vzdělání měly v době přenosu tři, z toho dvě vysokoškolského typu. Jisté biblické znalosti měly také ostatní čtyři moderátorky díky pravidelné účasti na bohoslužbách a hluboké osobní víře. Čtyři facilitátorky byly absolventkami Služby sprevádzania SLZA, které zahrnuje jak pastorační doprovázení pozůstalých, tak získání dovedností a schopností pro zakládání a vedení podpůrných skupinek. Všechny dotazované se také účastnily kurzů a seminářů na téma práce s umírajícími a truchlícími.

Z dotazu v rámci sady otázek k motivaci, kdy jsem pátrala po vztahu mezi vykonávanou profesí a dobrovolnou činností facilitátora, vyplynulo, že všechny respondentky pracují nebo se angažují v pomáhajících profesích. Všechny moderátorky považují pozitivní zpracování vlastní ztráty za jeden z důležitých předpokladů pro výkon moderátora podpůrné skupiny. Některé se domnívaly, že takovou zkušenost by facilitátor měl mít ještě před svým odborným vzděláním, jiné mluvily o existenci tohoto předpokladu před nástupem do služby moderátora. Dotazované moderátorky vidí jako důležité tyto vlastnosti facilitátora: psychické zdraví; důvěryhodnost; umění naslouchat, sdílet se a porozumět; kladný vztah ke slabším truchlícím a starým lidem. Smutkový poradce Wolfelt uvádí ve své publikaci čtyři, podle něj nejdůležitější vlastnosti moderátora podpůrné skupiny: empatie; respekt; vřelost a starostlivost, upřímnost.

Uvádí, že i když se tyto vlastnosti zdají být přirozené, člověk se jim postupem času učí a rozvíjí je. K těmto vrozeným a naučeným vlastnostem pak moderátor přidává další užitečné schopnosti a techniky. Podle Wolfelta vznikají a upevňují se během samotné práce moderátora ve skupině a jsou specifické pro každé jedinečné setkání (2004, s. 23–25).

Sada otázek směřujících k pátrání po motivaci účastnic stát se moderátorkami mě dovedla k zajímavému zjištění. Šest respondentek ze sedmi zmínilo skutečnost, že jejich církevní sbor byl a stále ještě je nepřipraven na komunikaci a práci s truchlícími. Výzkum podhalil, že problematika truchlení je v církevním prostředí stále velkým tabu. Lammer uvádí, že panuje nejistota, co se v případě smutku dělá, co se říká a že truchlící zůstávají bez sociální podpory (2004, s. 13–14). Zároveň uvádí, jak velkým potenciálem v této oblasti disponuje církev (2004, s. 15). Podobně se vyjadřuje také Weiß (2012, s. 149). Moderátorka F4 uvedla, že ji ke službě povzbudily teprve ostatní moderátorky. Můžeme se pouze domnívat, že v ní odhalily dar, o kterém se zmiňuje zkušená moderátorka F2. Z výzkumu lze vyvodit, že moderátorky byly pro službu motivovány určitým momentem, zkušeností nebo člověkem.

Pozitivní aspekty dobrovolnické práce facilitátora spatřují respondentky v ovlivňování jejich charakterových vlastností, jakou je např. pokora, vděčnost, empatie. Z odpovědí respondentek vyplývá, že služba v podpůrných skupinách jim umožňuje spirituálně růst. O spirituálním růstu se Kacianová zmiňuje také v souvislosti s dvousemestrálním studiem SLZA na Slovensku a druhotným benefitem studia (2010, s. 134). Náročnost na čas vnímají moderátorky jako určité negativum práce moderátora a menší polovina dotazovaných vidí reálnou možnost syndromu vyhoření. Práci v týmu a vhodně zvolenou strukturu volného času uvádějí moderátorky nejčastěji jako zdroj pro předcházení vyhoření. „*Starostlivá a opravdová péče o truchlící se dotýká hloubek našeho srdce a duše. Potřebujeme oddech při tak vyčerpávající práci,*“ uvádí Wolfelt (2004, s. 85). Podle Wolfelta má práce v týmu řadu dalších výhod: rozdělení břemen moderátora; nové myšlenky a nápady, a možnost evaluace setkání podpůrné skupiny; větší kompetence pro řešení problémů; zástup v době nemoci moderátora (2004, s. 13).

Výzkumné šetření mě dále přivedlo k odpovědím na druhou dílčí výzkumnou otázku: *Jakým způsobem reagují duchovní v církevních sborech na potřeby svých truchlících členů a jaká je odezva duchovních na skupinový model práce s truchlícími?*

Dva dotazovaní duchovní ze sedmi již zareagovali na potřeby svých truchlících členů tím, že umožnili realizaci podpůrných skupin, a to právě v době přenosu slovenského modelu práce

s truchlícími do českého prostředí. Z dalších pěti dotazovaných duchovních jeden pracuje v oblasti truchlení buď s celým církevním sborem (modlitby za zemřelé) nebo s jednotlivci (vzpomínkový diagram). Jeho práce spíše není cílená a systematická.

Ostatní, tedy čtyři dotazovaní duchovní z různých církevních denominací uvádějí, že s truchlícími ve svých sborech cíleně nepracují, a že o podpůrných aktivitách pro truchlící ve svém okolí, ať už jde o církevní či mimocírkevní činnost, nevědí. Nikdo ze čtyř duchovních, kteří ve svých sborech s truchlícími nepracují, nebyl doposud členem církve požádán o pomoc při zpracování ztráty blízkého. Tyto zjištěné skutečnosti mohou korespondovat s názory Worden, Lammer, Pera a Weinert, a Alexandrové a kol., že truchlení není věcí veřejnou, ale patří k tabuizovaným tématům. Autoři vidí příčinu v upouštění od rituálů a zvyků. Mluví také o uspěchané době, která jednotlivci nedovolí přiměřeným způsobem zpracovat ztrátu. Myšlenky zmíněných autorů jsou vyjádřeny v kapitole 2.1. Myslím si však, že většina církví s rituály pracuje. Kromě toho, jak uvádí Weiß, církev disponuje různorodou strukturou, fungujícím společenstvím a okamžitou dostupností v případě, že její členové potřebují pomoc (2012, s. 149). Zdá se tedy, že církevní prostředí se může stát vhodným místem pro zpracování ztrát. Navíc všichni čtyři dotazovaní duchovní byli ochotni různými způsoby podpořit facilitátora, který by v jejich sboru podpůrnou skupinku nastartoval. Dva duchovní z těchto čtyř dotazovaných přisuzují práci s truchlícími velkou důležitost, další dva středně důležitou.

K přínosům podpůrných skupin se vyjádřili všichni dotazovaní duchovní. Šest dotazovaných ze sedmi vidělo primární přínos v tom, že si církev povšimne a váží truchlících, nabídne jim pomoc při zpracování jejich žalu a prostor pro projevení emocí. Podobně jako Worden vidí duchovní smysl práce s truchlícími v dokončení neuzavřené záležitosti (2002, s. 52). Uvědomila jsem si, že nedostatečná informovanost duchovních o tom, jaké úkoly podpůrná skupinka pro truchlící řeší, mohla vést duchovní k odpovědím vážícím se spíše k druhotnému přínosu práce s truchlícími. Tento druhotný zisk však nemusí být dosažen, protože není cílem podpůrné skupiny. Z výzkumu však vyplynulo, že respondenti našli více možných druhotných přínosů než těch primárních. Jaký úkol podpůrná skupinka řeší, uvádím v kapitole 3.4.2.1. Odkazuji se přitom na autory Wolfelt a Kacianovou. O tom, jaký cíl mají podpůrné skupinky, píše také Kacianová ve své dizertační práci: „*Mít možnost vypravit svou bolest, sdílet žal druhých a společně růst ve víře.*“ (2010, s. 134)

Spíše než ve vedení podpůrných skupin vyškoleným laikem vidí respondenti limit ve skupinové formě práce s truchlícími. Podle nich může být podpůrná skupina limitována

strukturou účastníků, jejich vzájemnou důvěrou, schopností jednotlivců otevírat se ve skupině a v neposlední řadě schopností samotného církevního sboru sestavit skupinu z důvodu nízkého počtu členů a realizovaných pohřbů během roku. Jak uvedl jeden z duchovních, všechno má své limity. Podpůrná skupina podle slovenského modelu se pokouší ošetřit problém bezpečného a důvěrného prostoru pomocí sedmi pravidel, které podle Kacianové uvádím v kapitole 3.4.2.1. Pravidla jsou čtena na prvních dvou setkáních podpůrné skupiny, účastníci s nimi musí souhlasit a mohou je případně doplnit o další navržená pravidla. Je rovněž na jednotlivci, zda nabídku církevního sboru ke zpracování ztráty formou podpůrné skupiny přijme. K této záležitosti se vyjadřují Hanzalíková s Levickou, Worden, a Parkes a kol. Jeden z dotazovaných duchovních dokonce přišel sám s myšlenkou mezicírkevní spolupráce v případě, že by církevní sbor nebyl schopen z různých důvodů skupinu sestavit. I přes uváděné limity tři ze šesti duchovních dali podpůrným skupinám ve svém sboru 50%, dva duchovní 75% a jeden 100 % šanci na vznik.

8.2 Závěr výzkumu

Uskutečněným výzkumným šetřením jsem měla možnost poznat způsob práce s truchlícími v podpůrné skupině podle slovenského modelu. Zároveň jsem získala informace o zdrojích, které existenci takové podpůrné skupiny umožňují: 1. vytvořený slovenský model; 2. moderátorky; 3. materiály pro vedení podpůrných skupin; 4. církevní komunita. Měla jsem možnost pozorovat práci moderátorů podpůrných skupin, reálné účastníky a přenos slovenského modelu do českého prostředí. Získala jsem informace od duchovních různých církevních denominací o tom, jestli se věnují práci s truchlícími, jaký význam takové práci přisuzují, jaké v ní vidí možnosti, přínosy, limity a šance.

Shromážděné informace a poznatky mi pomohly k formulaci zdrojů a podmínek, za kterých se zúčastněným osobám podařilo přenést slovenský model do českého prostředí, a postoj dotazovaných duchovních k práci s truchlícími v podpůrných skupinách.

Zdroje a podmínky, za kterých se zúčastněným osobám podařilo přenést slovenský model do českého prostředí:

1. Vyškolené moderátorky. Některé absolvovaly dvousemestrální studium Služba sprevádzania SLZA, jiné se s myšlenkou slovenského modelu setkaly během projektových aktivit a účastnily se podpůrných seminářů, školení a výcviků v tématice doprovázení umírajících a truchlících.

2. Osobnostní předpoklady moderátorek pro práci s truchlícími.
3. Zpracované a zakladatelkou slovenského modelu práce s truchlícími v podpůrných skupinách předané materiály pro vedení podpůrných skupin v ČR.
4. Otevřenost a podpora církevní sborů, kde přenos podpůrných skupin probíhal.
5. Početně velký církevní sbor, který umožnil vytvořit skupinu truchlících.
6. Existující zkušenost moderátorek s pozitivním zpracováním ztráty a absence období truchlení v době přenosu modelu.
7. Motivace moderátorek pro práci s truchlícími v církevním kontextu, kdy motivace byla podpořena zkušeností, momentem nebo jiným člověkem.
8. Přesvědčení moderátorek o smysluplnosti práce s truchlícími.
9. Kreativita, kterou moderátorky prokázaly při práci v lokálním kontextu.

Souhrn postojů dotazovaných duchovních k práci v podpůrných skupinách:

1. Duchovní, kteří pracují v církevních sborech, kde proběhl přenos slovenského modelu, získali pozitivní zkušenost s podpůrnou skupinkou pro své členy.
2. Duchovní, kteří ve svých církevních sborech nemají zkušenost s pomocí truchlícím, považují tuto oblast pastorace za středně a velmi důležitou.
3. Duchovní jsou připraveni podpořit různými aktivitami facilitátora podpůrných skupin.
4. Duchovní jsou přesvědčeni, že podpůrné skupiny mají jak primární, tak sekundární přínosy pro truchlící a církevní sbor.
5. Duchovní vidí limit spíše ve skupinové formě práce s truchlícími než ve vedení skupiny vyškoleným laikem.
6. Duchovní dali šanci vzniku podpůrné skupiny ve svých sborech od 50 % do 100 %, a to navzdory jimi jmenovaným limitům.

Závěr

Na závěr použiji slova jedné sociální pracovnice: „*Podobně jako fyzická nemoc, také truchlení člověka limituje a zároveň vyžaduje intervenci druhých.*“ Jak zaznělo v některých kapitolách této práce, tím druhým může být člověk, který se vyskytuje v bezprostředním sociálním okolí truchlícího. Doprovázející by měl umět naslouchat, nepoučovat, neradit a třeba jen mlčet. Měl by také dokázat unést těžký příběh, vypovězený žal a projevené emoce truchlícího. Pokud nejbližší sociální okolí truchlícího z různých důvodů není s to zareagovat, existují různé podpůrné, poradenské a terapeutické formy pomoci individuálního či skupinového typu. V českém prostředí je taková pomoc ještě stále málo rozvinutá a omezená svou dostupností s ohledem na místo, kapacitu a kompetence doprovázejících.

Církev je jedna z institucí, která by mohla truchlícímu nabídnout pomoc a podporu v procesu zpracování žalu. Tato práce poukazuje na jednu z možných forem aktivit směrem k truchlícím v církevním kontextu. Podpůrné skupinky pro truchlící na církevní půdě fungují již 5 let na Slovensku a v roce 2013 probíhal jejich přenos do českého prostředí církevních sborů.

Zpracovaná teoretická část bakalářské práce se zabývala tématem truchlení, dále významem, pozitivitu a zákonitostmi emoční podpory osob ve fázi zpracování smutku, a to především v kontextu skupiny. Představila pak konkrétní model podpůrných skupin pro truchlící, které jsou realizovány v církevních komunitách na Slovensku. Poukázala také na motivaci zakladatelky Služby sprevádzania SLZA zabezpečit vzdělávací program pro dobrovolné facilitátory podpůrných skupin a na samotný vznik a praktické fungování podpůrné skupiny.

Provedeným výzkumným šetřením v době přenosu slovenského modelu práce s truchlícími v podpůrných skupinách do českého prostředí jsem zachytila data o facilitátorech, kteří se účastnili přenosu modelu. Zjištěná data na základě strukturovaných rozhovorů se týkala oblasti vzdělání, motivace a pohledu moderátorů na pozitiva a negativa vyplývající z jejich role. Skryté zúčastněné pozorování umožnilo odkrýt strukturu slovenských a prvních českých účastníků podpůrných skupin, způsob vedení a průběh setkání podpůrných skupinek v daném čase. V praktické části práce jsem také zjišťovala, jakým způsobem reagují duchovní v církevních sborech na potřeby svých truchlících členů a jaké přínosy, limity a šance přisuzují duchovní podpůrným skupinám.

Předložené výsledky výzkumného šetření mohou v budoucnu posloužit k posouzení dalšího vývoje práce s truchlícími v podpůrných skupinách. Domnívám se, že rozhovory s duchovními mohly dát podnět ke vzniku nabídky pomoci pro tak opomíjenou skupinu v jejich církevních komunitách, jako jsou právě truchlíci. Církev by touto nabídkou mohla přispět k detabuizaci smutku uvnitř svých sborů, a také v rámci celé společnosti.

Seznam použité literatury

- Alexandrová, R., Kabelka, L., Hájková, H., Prokop, J. (2009). Péče o pozůstalé – možnosti a meze profesionální podpory. *Paliativna medicína a liečba bolesti*, r. 2, č. 1, s. 32–34.
- Bajer, P. (2010). Pomoc nejen pozůstalým – úloha a potřebnost laiků. *Sociální práce/Sociální práca*, č. 2, s. 18.
- Balogová, B., Levická, J. (2010). Sociální práca s pozostalými. *Sociální práce/Sociální práca*, č. 2, s. 101.
- Bible (1985). Praha: Ekumenická rada církví v Československu.
- Bowlby, J. (2013). *Ztráta*. Praha: Portál, s.r.o.
- DiGiulio, R., Kranzová, R. (1997). *O smrti*. Praha: NLN.
- Elder, S. (2002). Support Groups in the Community. In Stevenson, R. G. (Ed), *What will we do?* (s. 163). Amityville, New York: Baywood Publishing Company, inc.
- Gabura, J., Pružinská, J. (1995). *Poradenský proces*. Praha: Slon.
- Hanzalíková, V., Levická, K. (2012). Sociální opora v procese smútenia. *Paliativna medicína a liečba bolesti*, Supplement 2, s. 43–45.
- Jerneizig, R., Langenmayr, A., Schubert, U. (1994). *Leitfaden zur Trauertherapie und Trauerberatung*. Göttingen: Hubert & Co.
- Jülicher, J. (1999). *Es wird alles wieder gut, aber nie mehr wie vorher*. Würzburg: Echter Verlag.
- Kacianová, N. (2008). *Problematika žiaľu pozostalého človeka. Pastorálne výzvy a teologické riešenia*. (disertačná práca). Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave.
- Kacianová, N. (2010). Podporná skupinka pre smútiacich – skúsenosti z praxe. *Paliativna medicína a liečba bolesti*, Supplement 2, s. 44–46.
- Kacianová, N. (2012). Služba sprevádzania – jej význam pre duchovný rast. *Paliativna medicína a liečba bolesti*. Supplement 2, s. 51–52.

Klessmann, M. (2010). *Seelsorge Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH.

Kopřivová, J. (2010). To hlavní z mé práce spočívá v provázení danou situací. *Sociální práce/Sociálna práca*, č. 2, s. 9.

Kopřivová, J. (2010). Laická poradna Alej pomáhá pozůstalým najít novou cestu. *Sociální práce/Sociálna práca*, č. 2, s. 21–22.

Kopřivová, J. (2010). I pozůstalí potřebují pomoc a podporu. *Sociální práce/Sociálna práca*, č. 2, s. 49–51.

Lammer, K. (2004). *Trauer verstehen*. Koblenz: Neukirchener Verlagshaus.

Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing, a. s.

Parkes, C. M., Relfová, M., Couldricková, A. (2007). *Poradenství pro smrtelně nemocné a pozůstalé*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu.

Pera, H., Weinert, B. (1996). *Nemocným nablízku*. Praha: Vyšehrad.

Roberts, D. A. (2002). Religious Education as an Aid in Crisis Intervention. In Stevenson R. G. (Ed). *What will we do?* Amityville, New York: Baywood publishing company, inc., s. 70–71.

Skopalová, J. (2010). O smrti a umírání. *Sociální práce/Sociálna práca*, č. 2, s. 70.

Špatenková, N. (2008). *Poradenství pro pozůstalé*. Praha: Grada Publishing, a. s.

Tošner, J., Sozanská, O. (2002). *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha: Portál.

Volfelt, A. (2004.) *The understanding your grief support group guide: Starting and leading a bereavement support group*. Fort Collins: Companion Press.

Weiß, H. (2010). *Duszpasterstwo, superwizja, psychologia pastoralna*. Dziegielów: Warto.

Worden, J. W. (2002). *Grief Counseling and Grief Therapy*. New York: Springer Publishing Company, inc.

Seznam zkratek

ČR – Česká republika

SLZA – Služba sprevádzania, Služba doprovázení

Seznam příloh

Tabulka č. 1 Podpůrné skupiny na Slovensku

Tabulka č. 2 Podpůrné skupiny v České republice

Tabulka č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin

Tabulka č. 4 Duchovní

Tabulka č. 5 Pozorované odlišnosti podpůrných skupin na Slovensku a v České republice

9 Přílohy

9.1 Tabulka č. 1 Účastníci podpůrné skupiny na Slovensku

Kód účastníka	Pohlaví	Přibližný věk	Prožívaná ztráta	Žije sama / s rodinou
TSK1	žena	66 let	manžel	sama
TSK2	žena	68 let	manžel	sama
TSK3	žena	63 roky	manžel	s rodinou
TSK4	žena	26 let	dědeček	s rodinou
TSK5	žena	78 let	manžel	sama
TSK6	žena	78 let	syn	sama

9.2 Tabulka č. 2 Účastníci podpůrné skupiny v České republice

Kód účastníka	Pohlaví	Přibližný věk	Prožívaná ztráta	Žije sama / s rodinou
TCR1	žena	68	manžel, syn	s rodinou
TCR2	žena	60	otec, bratr, manžel	sama
TCR3	žena	38	otec	s rodinou
TCR4	žena	80	manžel, syn	sama
TCR5	žena	73	matka, manžel	sama

9.3 Tabulka č. 3 Facilitátoři podpůrných skupin

Kód facilitátora	SK/ČR	Věk	Pohlaví Ž / M	Vzdělání	Další vzdělávání	Délka praxe
F1	ČR	36	Ž	vysokoškolské – sociální práce a management	samostudium; semináře; studium materiálů programu SLZA	0
F2	SK	38	Ž	vysokoškolské – evangelická teologie doktorské	trénink pro facilitátory podpůrných skupinek v USA; doprovázení dětí a rodin v období žalu, dětský hospic Plamienok	5
F3	ČR	34	Ž	vysokoškolské – sociální management – sociální politika	dvousemestrální studium SLZA, SK; semináře	1
F4	ČR	30	Ž	vysokoškolské – Husitská teologie a religionistika	dvousemestrální studium SLZA, SK; semináře	1
F5	ČR	40	Ž	vysokoškolské – sociální a charitativní práce	účast v mezinárodním projektu o práci s umírajícími a truchlícími; semináře	0
F6	ČR	38	Ž	vysokoškolské – zdravotně sociální a geriatrické – sociální politika a sociální práce	dvousemestrální studium SLZA, SK; dvouletá Biblická škola; kurz Efektivní vyučování dětí; semináře	1
F7	SK	58	Ž	VOŠ – sociálně-právní	Dvousemestrální studium SLZA, SK; Kurz Léčba uměním; tréninky a přednášky	5

9.4 Tabulka č. 4 Duchovní

Kód duchovního	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Počet členů církevního sboru
D1	muž	35	VŠ	2 500
D2	žena	38	VŠ	1 450
D3	muž	47	VŠ, doktorské	350
D4	muž	50	VŠ, doktorské	30
D5	muž	46	VŠ	2 000
D6	muž	48	VŠ	120
D7	muž	51	VŠ	180

9.5 Tabulka č. 5 Pozorované odlišnosti podpůrných skupin na Slovensku a v České republice

Místo setkání podpůrných skupin	Způsob vedení	Průběh (obsah) setkání	Vztah facilitátorek k církevnímu sboru
SK	<p>Spíše interpretované modlitby</p> <p>Neverbální projevy facilitátora během setkání (pohlazení, objetí)</p> <p>Na posledním setkání skupinky nebyl směrem k účastníkům vznesen dotaz ke kvalitě vedení skupinky</p>	<p>Užívání úředního jazyka</p> <p>Během přestávky účastnice sdílely všední záležitosti</p> <p>Zpracování poslední (aktuální) ztráty</p> <p>Vzpomínková bohoslužba proběhla přesně podle zpracovaných materiálů</p>	<p>Obě facilitátorky jsou členy církevního sboru, ze kterého pochází skupina truchlících, z nichž jedna je také zaměstnankyní daného církevního sboru</p>
ČR	<p>Modlitba vždy vlastními slovy na začátku a konci setkání</p> <p>Neverbální projevy během setkání spíše výjimečně</p> <p>Na posledním setkání skupinky byl hlavní facilitátorkou vznesen dotaz na kvalitu vedení skupinky</p>	<p>Užívání nářečí</p> <p>Během přestávky účastnice dále rozvíjí svůj příběh</p> <p>Zpracování vícenásobných ztrát</p> <p>Vzpomínková bohoslužba byla mírně přizpůsobena</p>	<p>Všechny tři facilitátorky byly zaměstnankyně organizace, která nabízí dobrovolné facilitátory podpůrných skupin</p> <p>Dvě facilitátorky byly členy církve, ke kterému patřila skupina truchlících; jedna je členkou jiného evangelikálního církevního sboru</p>