

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Bakalářská práce

OLOMOUC 2009

Tereza Fruhwirtová

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

CYRILOMETODĚJSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Katedra křesťanské sociální práce

Tereza Fruhwirtová

Spiritualita dobrovolníků doprovázející pacienty
v terminálním stádiu života

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Thlic. Michal Umlauf

Obor: Charitativní a sociální práce

OLOMOUC 2009

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a všechny použité
prameny a literaturu jsem uvedla v závěrečném seznamu.

V Olomouci dne 16. dubna 2009

.....

Tereza Fruhwirtová, DiS.

Na tomto místě bych ráda poděkovala ThLic Michalu Umlafovi za jeho odborné a nápomocné vedení při vypracování bakalářské práce a mnoho cenných rad a podnětů. Mé poděkování patří také dobrovolníkům z Hospice na Svatém Kopečku, kteří se spolupodíleli na výzkumném šetření a všem, kteří mě podporovali při realizaci bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD	5
1 DOBROVOLNICTVÍ A DOBROVOLNÍCI	8
1.1 Dobrovolnictví v České republice	10
1.2 Motivace k dobrovolnictví	11
1.2.1 Tři druhy motivace k dobrovolnictví	13
1.2.2 Motivy dobrovolníků v zahraničí	14
2 HOSPICOVÁ PÉČE	16
2.1 Hospic	16
2.1.1 Formy hospicové péče	18
2.1.2 Fáze hospicové péče	18
2.2 Specifika dobrovolnictví v hospici	21
2.3 Výběr doprovázejících dobrovolníků	22
2.4 Možnosti využití dobrovolníků	25
2.5 Péče o doprovázející dobrovolníky	26
3 SPIRITUALITA	28
3.1 Vymezení pojmu	28
3.2 Celoživotní vývoj spirituality	30
3.3 Trojí dimenze v člověku a spiritualita	32
3.3.1 Člověk a sebetranscendence	33
3.3.2 Duchovní dimenze.....	34
3.3.3 Vzájemná provázanost všech tří složek lidské bytosti.....	37
3.4 Duchovní rozvoj dobrovolníků doprovázející pacienty v terminálním stádiu života	38
3.5 Kategorie duchovního rozvoje	40
3.5.1 Kategorie: Smysl života	42
3.5.2 Kategorie: Víra a naděje	44
3.5.3 Kategorie: Změna žebříčku hodnot	47
3.5.4 Kategorie: Lásky a pozitivní emoce	48
3.5.5 Kategorie: Seberealizace.....	52
3.5.6 Kategorie: Konfrontace se smrtelností a bolestí	53
3.5.7 Kategorie: Krize jako příležitost.....	54

3.5.8 Kategorie: Změna vnímání času	56
3.5.9 Kategorie: Rozvoj teoretických dovedností	58
3.6 Shrnutí analýzy rozhovorů s dobrovolníky v hospici.....	58
ZÁVĚR.....	62
POUŽITÁ LITERATURA	64
PŘÍLOHA Č. 1	68

ÚVOD

Žijeme ve století, které přináší stále nové objevy a změny v odvětví vědy, techniky nebo kultury. Avšak paradoxně tento rozvoj společnosti nevede k smysluplnosti lidského života. Stále více lidí trpí depresemi. Pociťují, že jejich život nemá smysluplný směr. Proto se stále více do popředí dostává potřeba sebepřesahu, která je spojována se spirituální dimenzí. Ta je významnou složkou života jedince, která významně ovlivňuje i oblast zdraví. Duchovnost tady neodmyslitelně patří k našemu lidství. Proto cílem naší existence je duchovní povznesení.

Cílem této práce je zkoumat, jak činnost dobrovolníků, kteří se věnují doprovázení pacientů v terminálním stádiu života, otevírá prostor pro spirituální dimenzi. Úkolem je poukázat, jak tajemství lidské konečnosti dokáže dovést doprovázející k překročení sebe sama.

Již platónská filozofie hovoří o tom, že tělo omezuje duši v její svobodě, proto se od něj musíme oprostit. Na základě této myšlenky se tak do popředí dostává zájem o věčné otázky jako je například smrt. Téma smrti je v dnešní moderní rychle se rozvíjející společnosti často vytlačováno do pozadí. Toto odmítavé chování je projevem takové institucionalizace umírání a smrti, která znemožňuje blízkost, vytváří odstup a současně stupňuje strach před neznámem. Mnozí lidé věří v to, že cesta k opravdové spokojenosti vede přes úspěch, majetek, postavení, styky. Avšak pravého uspokojení dosahujeme teprve tehdy, jsme-li ochotni vyrovnat se se svým já a zaměřit se na doprovázení těch, kteří naši pomoc potřebují.

Dobrovolníci jsou lidé, kteří do prostředí smrti a smutku vstupují z vlastního rozhodnutí, dobrovolně a bez nároku na finanční odměnu.

V této práci se chci především zaměřit na skutečnost, že tato mezní situace – umírání, je pro dobrovolníky příležitostí, aby mohli lépe proniknout do světla duše, objevit vnitřní bohatství a zakusit proměnu. Tuto skutečnost v zakoušení vlastních hranic popisuje i Karel Rahner a dodává, že v těchto situacích poznáváme, jak na nás pracuje Duch svatý.¹

Při tvorbě práce byla použita převážně metoda kompilace. Ve třetí kapitole pak komparace s použitím podkladů shromážděných s využitím techniky rozhovoru

¹ Srov. RAHNER, K. *Über die Erfarung der Gnade, in Schriften zur Theologie*, s. 105.

s dobrovolníky, sociálními pracovníky a koordinátory sociální práce. Ve vhodných případech je využito vlastních poznatků z praxe, tedy metody pozorování.

Práce je rozdělena do tří kapitol. První kapitola seznamuje s dobrovolnictvím a dobrovolníkem jako se základními pojmy, které vytyčují oblast dobrovolnictví. Dále se věnuje současnému stavu dobrovolnictví v České republice a jejímu právnímu ukotvení. Tato kapitola se zabývá i motivací k dobrovolnictví, která je doplněná o stručný přehled výzkumů na toto téma. Pro srovnání je připojen i výzkum o současné situaci v zahraničí.

Hlavním cílem druhé kapitoly je seznámit se s hospicovou péčí, jejím vývojem, poukázat na smysl, který doprovázení umírajících přináší. V návaznosti se zmiňují i o současné situaci v oblasti hospicové péče u nás. Pozornost je také věnována formám, fázím a cíli hospicové péče.

Předmětem tohoto oddílu je proces i výběr doprovázejících dobrovolníků. Zaměřuji se v ní na poslání a činnost dobrovolníků v hospici, představuji péči dobrovolníků o umírající, jejich úlohu, vedení a podporu.

Ve třetí stěžejní kapitole, která je z hlediska problematiky tou hlavní, se věnuji samotnému přínosu doprovázení na spirituální dimenzi dobrovolníka. Nejprve definuji pojem spiritualita a poté podrobněji popisuji provázanost všech tří složek lidského života. Jednotlivé oblasti duchovního rozvoje, které dobrovolník při službě v hospici získává, jsou rozděleny do několika kategorií.

Jedním z hlavních impulsů ke zvolení tématu „Spiritualita dobrovolníků doprovázející pacienty v terminálním stadiu života“ bylo studium, během něhož jsem se teoreticky a prakticky setkala se sociální a zdravotní problematikou. Hospic je místo, kde si více, než kde jinde uvědomuji zodpovědnost za svůj život, za jeho naplnění. Okamžik strávený s člověkem v terminálním stadiu života považuji za čas, který může být pro pacienta posledním, a proto je třeba jej smysluplně vyplnit.

Dalším podnětem bylo absolvování několikaměsíční praxe v Hospici na Svatém Kopečku u Olomouce, kde mě právě dobrovolníci přivedli na myšlenku věnovat se tomuto tématu hlouběji.

Ve své bakalářské práci vycházím z odborných publikací, které se orientují na potřeby umírajících a profesionálních pečovatелů. Poznatky z odborné literatury doplňuji i o vlastní přímá zjištění z rozhovorů s dobrovolníky. Ony rozhovory jsou jedním z důležitých pramenů, kterých ve své práci využívám. Problematika duchovního rozvoje doprovázejících dobrovolníků nebyla zatím zcela objasněna. Okrajově ji

zpracovaly např. M. Přidalová² v České republice a v zahraničí M. de Hennezel,³ o jejichž publikace se v práci opírám.

Dobrovolnictví je stále se rozvíjející oblast, ve které dochází k profesionalizaci v přístupu k dobrovolníkům, ale taktéž jich samotných. Proto by se mělo této oblasti věnovat více pozornosti, především seberozvoji a potřebám samotných doprovázejících dobrovolníků.

² PŘIDALOVÁ, M. *Specifika práce dobrovolníků v hospici*. In: NOVOTNÝ, M., STARÁ, I. *Využití dobrovolníků v nemocnicích*.

³ HENNEZEL, M. de. *Smrt zblízka*.

1 DOBROVOLNICTVÍ A DOBROVOLNÍCI

Dobrovolnictví je nedílnou součástí občanské společnosti. Má mnoho podob, ale ve všech je obsažen zásadní princip odpovědnosti za svět, ve kterém společně žijeme, solidarity a pomoci těm, kteří to z jakéhokoli důvodu potřebují, není však v jejich silách si pomoci sami.

V současnosti existuje celá řada definic dobrovolnictví. Tošner⁴ uvádí následující definici: „*Dobrovolnictví je vědomá, svobodně zvolená činnost ve prospěch druhých, kterou poskytují občané bezplatně.*“ (důležitý je spontánní a neformální charakter dobrovolnictví).

Pokud se podíváme na situaci v oblasti dobrovolnictví v různých zemích světa, zjistíme, že svět zdaleka není jednotný v definicích dobrovolnictví. Je ale skutečností, že dobrovolnictví na Západě má všeobecně vyšší společenskou prestiž a že se dobrovolnická služba klade na stejnou úroveň jako politická funkce - pod oběma pojmy se rozumí práce pro komunitu a společnost. Různé země tedy dobrovolnictví a dobrovolníka definují různě:

V americkém prostředí, kde je dobrovolnictví na vysokém stupni rozvoje, je vnímáno jako jeden z druhů „pomáhajícího chování“. Nese však větší závazek než spontánně nabídnutá pomoc, avšak co do možností je chudší než péče věnovaná rodině a přátelům.⁵

V tomto pojetí lze tedy dobrovolnictví vnímat jako rozvinutí soukromého chování do veřejné sféry. Jeho důležitým rysem je i to, že přenáší ochotu angažování se, (která je běžná v úzkých rodinných a přátelských kruzích), na širokou veřejnost. Tím rozšiřuje péči člověka a zahrnuje do ní i ty lidi, které osobně neznáme.

Hlavním principem, na kterém je dobrovolnictví založeno je vzájemné a aktivní vnímání se navzájem a přiměřená lidská reakce (např. na tíživou životní situaci druhého), ve které by se mohl ocitnout kdokoliv z nás. Můžeme pomáhat bez nároku na odměnu rodině, přátelům, sousedům, ale také náhodně, tedy spontánně cizím lidem, které potkáme třeba na ulici, nebo kteří nás o pomoc přímo požádají. Toto chování ukazuje na „pro sociální“ osobnost, ochotu pomoci v případě potřeby.⁶

⁴ TOŠNER, J. *Dobrovolnictví – rehabilitace občanských ctností*. Sociální politika, č. 9, s. 5.

⁵ Srov. WILSON, J. *Volunteering Annual Review of Sociology*, č. 26, 2000, s. 215 – 240.

⁶ Tamtéž.

Dobrovolnictví se pak vedle dárcovství stalo jednou z forem **dobročinnosti** neboli *filantropie*, kterou můžeme definovat jako *lidumilnost, pomoc sociálně slabým*. Je považováno za jednu z občanských ctností.

Z *Všeobecné deklaráce o dobrovolnictví*⁷ přijaté na 16. světové konferenci dobrovolníků v Amsterdamu v lednu 2001 vyplývá, že dobrovolnictví umožňuje udržovat a posilovat lidské hodnoty jako jsou družnost, zájem o druhé a služba jiným lidem. Dále přispívá k celoživotnímu rozvoji osobnosti a seberealizaci lidského potenciálu. Každý dobrovolník je individuem, ale i přes tuto skutečnost dobrovolnictví umožňuje konfrontaci se společností (ať už jde o příjemce pomoci nebo ostatní doprovázející). Tímto také dobrovolnictví přispívá k integraci znevýhodněných skupin, se kterými obecně pracují nestátní neziskové organizace, které mohou takto naplňovat své cíle.⁸ Dalším přínosem dobrovolnictví je, že důrazem na altruismus, pomoc, péči a lidskost se stává protiváhou dnešní konzumní společnosti. Dobrovolnictví ukazuje lidem jiný způsob, jak vhodně zaměřit svůj potenciál a žít tak opravdově svůj život. Napomáhá tak zlepšovat mravní klima, pěstovat lidskou solidaritu a posilovat vzájemnou důvěru.

Dobrovolník

Dobrovolníkem se stává člověk, který bez nároku na finanční odměnu věnuje svůj čas, energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti.⁹ Výsledkem každé činnosti dobrovolníků je plnohodnotná práce oceněná především společensky, která slouží ke zvyšování kvality života spoluobčanů. Je potvrzením existence nezištnosti, štědrosti, schopnosti obětovat se pro druhé, lásky a stává se zárukou uchování lidské důstojnosti a úcty k životu.

Nezbývá než dodat, že se dobrovolníkem může stát v podstatě kdokoli, protože takřka každý umí něco, co může nabídnout druhým.¹⁰

Pro úplnost ještě uvádíme pojetí dle Zákona č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů. Dobrovolník je zde definován jako fyzická osoba starší 15-ti let (jedná-li se o výkon dobrovolnické služby na území České republiky) nebo starší 18-ti let (v tomto případě se jedná o výkon dobrovolnické služby v zahraničí),

⁷ *Dobrovolník, o dobrovolnictví*, [online], dostupné na: <<http://www.dobrovolnik.cz>>.

⁸ Srov. KŘÍŽOVÁ, E. *Co dobrovolnictví v soudobé společnosti nabízí?* In: Frič, P. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice*, s. 113.

⁹ Srov. TOŠNER, J., SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*, s. 35.

¹⁰ Srov. NOVOTNÝ, M., STARÁ, I. *Využití dobrovolníků v nemocnicích*, s. 13.

kteřá se na základě svých vlastností, znalostí a dovedností svobodně rozhodne poskytovat dobrovolnickou službu.¹¹

1.1 Dobrovolnictví v České republice

Zákon o dobrovolnické službě je konkrétním a nejdůležitějším výsledkem aktivit, jež proběhly v rámci Mezinárodního roku dobrovolníků, vyhlášeného Organizací spojených národů pro rok 2001.

Jedná se o první právní úpravu nové oblasti, která nemá v právním řádu ČR žádnou historickou oporu. Cílem zákona bylo tedy co nejpřesněji vymezit základní náležitosti podpory dobrovolnické služby. Stát se zavazuje zásadní podporou rozvojem a ochranou dobrovolníků. To znamená, že povinnosti, jež zákon přináší, se vztahují k organizacím, které s dobrovolníky spolupracují a méně k dobrovolníkům samotným.

Vysílající organizací je podle tohoto zákona nestátní nezisková organizace (občanské sdružení, obecně prospěšná společnost, církev nebo církevní právnická osoba), která dobrovolníky vybírá, eviduje, na výkon dobrovolnické služby připravuje a uzavírá s nimi smlouvu o jejím výkonu. Náležitosti této smlouvy se liší podle délky dobrovolnické služby a také podle toho, zda je vykonávána v ČR nebo v zahraničí. Vysílající organizace musejí mít akreditaci, kterou uděluje Ministerstvo vnitra ČR. Platná je po dobu tří let a po uplynutí této lhůty ji musí prodloužit.

Zákon rovněž zakotvuje povinnost vysílající organizace dobrovolníka pojistit. Státní podpora se týká dotací ze státního rozpočtu pro vysílající organizace na úhradu důchodového pojistného, pojistného z odpovědnosti za škodu, části výdajů spojených s přípravou dobrovolníků, s vedením jejich evidence a zajišťováním jejich dobrovolnické služby.

Zákon vymezuje oblasti, ve kterých je možné vykonávat dobrovolnickou službu (činnosti v oblasti pomoci nezaměstnaným, sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům menšin, i migrantům, v oblasti postpenitenciární péče, drogově závislým osobám, obětem domácího násilí, mládeži a dětem ve volném čase, dále pomoc při katastrofách, v oblasti ochrany životního prostředí a při uchování kulturního

¹¹ Zákon č. 198/2002 Sb. O dobrovolnické službě a o změně některých zákonů, § 1, ods. 1, pís. 1.

dědictví). Dobrovolnická služba může být také vykonávána při uskutečňování akcí a programů mezinárodních organizací.¹²

1.2 Motivace k dobrovolnictví

Nyní si představíme několik teorií motivace. Ukazují odkud pramenily důvody pro výkon nezištné pomoci druhým. Je altruismus přirozenou součástí lidské povahy?

Člověk je tvor sociální a má přirozenou potřebu kontaktu s druhými lidmi. Jde o jednu z jeho nejdůležitějších potřeb a jako všem lidským bytostem přináší řadu uspokojení. Lidé špatně snáší izolaci a jsou-li dlouhodobě nuceni přerušit kontakty s ostatními, cítí se nepříjemně až stísněně. Pozitivně na nás působí samotné setkání, aniž bychom museli komunikovat. M. Nakonečný uvádí, že „člověk potřebuje druhého člověka už jen proto, že prakticky všechny své vlastní potřeby uspokojuje v interakci s jinými lidmi“.¹³

Motivace lidského jednání vychází z potřeb biologických, sociálních a kulturních. Nejrozšířenější teorií hierarchie potřeb je Maslowův model, kde jednotlivé potřeby zařazuje od nejnižších tzn. základních fyziologických a psychologických (jako jsou například pocit jistoty a bezpečí) až po seberealizaci. Uspokojení nejnižších potřeb je tedy nutné proto, abychom uspokojili potřeby vyšší.

B. Bolzano, kněz a myslitel z přelomu 18. století, poukazuje na to, že jediné pohnutky, které nás mají vést ke konání dobra, je povinnost, soucit a myšlenka na Boha. Není tedy správné konat dobro jen proto, že bychom sami mohli někdy pomoc potřebovat. Jediná reciprocita má fungovat mezi myšlením, konáním a Bohem. Člověk má mít stále před sebou myšlenku na věčnou odměnu, aby nikdy neustal v konání dobrých skutků.¹⁴

V Matoušově evangeliu se dočítáme, že při posledním soudu bude vše, co jsme kdy učinili nejmenšímu z našich bratří, odměněno tak, jako bychom to byli prokázali Bohu samotnému. Již tato Ježíšova výstižná slova a samotná víra v Boha bude vždy mocným popudem ke konání dobra.

¹² Zákon č. 198/2002 Sb. O dobrovolnické službě. § 3, 4, 6, 11.

¹³ NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*, s. 244.

¹⁴ Srov. BOLZANO, B. *O pokroku a dobročinnosti*, s. 52-56.

Podle Bolzana nám dal Bůh mnoho způsobů, jak činit dobro a pomáhat druhým. V každé situaci si máme zvolit ten nejvhodnější, aby pomoc byla co nejprospěšnější. Nejlepší službu potřebnému však poskytneme tím, že mu vytvoříme příležitost, aby si takzvaně *pomohl sám*. Všechny nastíněné principy pomoci a lásky k bližnímu zcela ztrácí smysl a hodnotu, pokud nevychází z našeho srdce a nevykonáváme je jen jako příkázání. Nelze než souhlasit, že zdravý soucit, empatie a pomoc obohacují život člověka o další rozměr. Pokud dokážeme alespoň někdy spojit naše štěstí se štěstím druhých lidí, tzn. přiznat mu svou hodnotu, dostaneme příležitost rozvinout osobnost jiným směrem než nabízí např. péče o vlastní zájmy.

I. Kant považuje za morálně hodnotnějšího toho, kdo pomáhá z povinnosti a úcty k mravnímu zákonu, než člověka, který pomáhá pouze ze soucitu.¹⁵ Podle Kanta není tedy důležitý výsledek jednání, ale způsob jakým jsme se pro určité jednání rozhodovali.

Pro úplnost zde ještě zahrnujeme teorii G. Lipovetského, který na dnešní dobu pohlíží jako na „soumrak povinnosti“ a „éru etického minimalismu“. Popisuje ji jako individualistickou společnost, kde individualismus je hlavním a nejdůležitějším principem a hodnotou a ovlivňuje všechny oblasti života, včetně morálky. Dnešní svět je světem věcí - věk konzumu neustále stimuluje hodnoty individuálního blahobytu; důraz se neklade na morální zásady, ale na subjektivní práva. Etika byla sice oživena, ale přivedla „bezbolestnou morálku“, tzn. morálku, která nic nestojí a nezasahuje do osobního prostoru. Koncipována je tak, že když na ni přijde, můžeme ji naplnit, ale jinak nám nezavazí ani není součástí každodenního života. Druhým pomáhat chceme, ale bez přehnané účasti vlastní osoby. Dodává ale, že duch ctnosti a přisnosti ve společnostech úplně nevymizel, pouze ztratil ze společenského hlediska svou převahu. V naší společnosti je altruismus jako životní princip diskvalifikován, neboť je vnímán jako zbytečné mrzačení vlastní osoby. Myslet jen na sebe už není nemravné. Lipovetsky následně poznamenává, že žijeme ve společnosti zaměřené na vlastní já.¹⁶

¹⁵ Srov. KANT, I. *Základy metafyziky mravů*, s. 94.

¹⁶ Srov. LIPOVETSKY, G. *Soumrak povinnosti*, s. 57.

1.2.1 Tři druhy motivace k dobrovolnictví

V České republice se výzkumy na toto téma zatím neobjevují. Jediným obsáhlejším výzkumem o dobrovolnictví byl výzkum o dobrovolnictví a dárcovství v roce 2000, který zmiňujeme níže.

P. Frič (2000) ve svém výzkumu určuje tři druhy motivace, vysvětluje je a přiřazuje k nim typickou skupinu dobrovolníků, která se touto motivací vyznačuje. Tento celorepublikový výzkum byl v roce 2000 zrealizován organizacemi NROS a AGNES¹⁷, přičemž objektem výzkumu byl jednak reprezentativní, náhodně vybraný vzorek 698 obyvatel ČR a za druhé vzorek 359 náhodně vybraných dobrovolníků.

Konvenční motivace - člověk se stává aktivním dobrovolníkem buď z důvodu morálních norem svého nejbližšího okolí, nebo díky obecným neformálním společenským pravidlům chování, nejčastěji z důvodu kombinace obojího. Tato motivace se v širším slova smyslu opírá o principy křesťanské morálky, nebo o představy o správném způsobu života. Proto se tímto typem motivace vyznačují častěji starší lidé nad 60 let a věřící. Konvenční motivace je dominantní u 41% českých dobrovolníků.

Reciproční motivace - v rámci reciproční motivace hledá dobrovolník v dobrovolné práci prvky, které jsou užitečné i pro něj samého. Chce tedy skloubit vytváření dobra pro jiné s vlastním prospěchem. Pro dobrovolníky s touto motivací je typický zájem o získávání nových zkušeností, navazování nových vztahů, snaha uplatnit svoje schopnosti a udržovat se prostřednictvím dobrovolné práce v kondici. Tento typ motivace je dominantní u 37% českých dobrovolníků, je patrný hlavně u mladých lidí do 30 let s jednoznačně ateistickým světonázorem.

Nerozvinutá motivace - jde o motivaci, která je vymezená souborem prvků vytvářejících základní prostor pro rozhodování dobrovolníků. Jde o prvky jako je důvěra v organizaci, pro kterou by měli pracovat, přesvědčení o smysluplnosti dobrovolné práce v konkrétním případě, nebo pocit, že prostřednictvím dobrovolnictví je možné se podílet na šíření dobré myšlenky. Tyto tři motivační pilíře postačují k rozhodnutí stát se dobrovolníkem 23% dobrovolníků, přičemž významně častěji se

¹⁷ NROS-nadace občanské společnosti, AGNES-občanské sdružení.

tento druh motivace vyskytuje u vysokoškoláků a osob střední a starší generace (od 46 do 60 let).¹⁸

V organizacích dotázaných ve výzkumu¹⁹ nepůsobí dobrovolníci z vyšších společenských vrstev. Výjimkou jsou pouze ti lidé, kteří vykonávají dobrovolnou činnost jako součást „image“ pro zahraniční zaměstnavatele z oblasti bankovníctví nebo managementu. Ta je v západní společnosti novým trendem a je vysoce ceněna.

1.2.2 Motivy dobrovolníků v zahraničí

Ve zprávě o stavu dobrovolnictví v Rakousku převzaté z výzkumu Evropského centra dobrovolnictví Facts and Figures Research Project se můžeme dočíst, že v Rakousku se lidé zapojují do dobrovolných aktivit už nejen z altruistických důvodů. Obecně dobrovolníci si jsou, zdá se, velmi dobře vědomi faktu, že dobrovolnictví jim také dává něco zpět, ať už v osobním nebo profesním smyslu. Jsou si vědomi, že dobrovolnictvím rozvíjejí své dovednosti a učí se novým věcem.

Můžeme v zásadě rozlišit tři široké kategorie motivace:

První oblast z řady motivací ukazuje na **aspekt zábavy**, druhá nejrozšířenější ukazuje na **aspekt společenský**, a třetí, ve srovnání malá skupina motivací, ukazuje více na **sebe orientované** motivace.

Zpráva z Velké Británie, uvedená ve stejném výzkumu, také v oblasti osobní motivace dobrovolníků zmiňuje kombinaci altruistických důvodů a důvodů osobního zájmu. Jak zpráva dále uvádí, osobní zájmy, mezi nimi například vysoko vystupující rozvoj dovedností, figurují zejména mezi mladými lidmi.

Jako poslední z výzkumu jsou poznatky uvedené ve zprávě z Polska, která uvádí, že od roku 2001 se procento mladých dobrovolníků téměř ztrojnásobilo, což může vést k domněnce, že dobrovolnictví je vnímáno jako předprofesní zkušenost získaná během

¹⁸ Srov. FRIČ, P. *Dobrovolnictví a dárcovství v ČR*.

¹⁹ Výzkumný soubor tvořily následující organizace: Hestia – NDC Praha, Dobrovolnické centrum Ústí n/Labem, Bohemia Corps, Adra, Český červený kříž, Charita Brno, Charita České Budějovice, Charita Břeclav, Dům rodin, Středisko Diakonie Českobratrské církve evangelické, YMCA, Slezská diakonie, Domov Sue Ryder, Greenpeace, Děti Země, Arcus Onkocentrum Česká Lípa, Asociace občanských poraden Praha, Organizace pro pomoc uprchlíkům, Fokus, Člověk v tísni, Život 90, Středisko křesťanské pomoci Pardubice.

studii a podstoupená z důvodu toho, že zvyšuje zaměstnatelnost mladých absolventů. Je to nový fenomén v Polsku, brát dobrovolnictví jako odrazový můstek k profesní dráze.²⁰ Motivy českých a západních dobrovolníků se tedy výrazněji neliší. Jediným rozdílným rysem je, že zahraniční dobrovolníci se zmiňují o tom, že dobrovolnictví je přirozené, „má se to“ a je v jejich zemích i patřičně společensky ceněno.

Obecně lze ale konstatovat, že Česká republika má ještě v oblasti zapojení lidí do dobrovolných aktivit co dohánět a mnohé lze měnit k lepšímu. z tohoto důvodu jsou další výzkumy o dobrovolnictví v prostředí ČR žádoucí, neboť se mohou stát podnětem ke změně, posunu k lepšímu.

Při práci s dobrovolníky je velmi důležitá znalost jejich motivace, protože z ní vyplývá způsob jejich vedení i oceňování.

²⁰ Srov. Facts and Figures Research Project, [online], dostupné na: <http://www.cev.be/facts&figures.htm#country>.

2 *HOSPICOVÁ PÉČE*

Bezesporu můžeme říci, že pro nemocného je nejvhodnější domácí péče poskytovaná v kruhu jeho nejbližších. Pokud ovšem není možná, je nejlepší možnou alternativou hospicová péče, se kterou se nyní seznámíme.

Hospicová péče je forma paliativní péče²¹, kterou tvoří souhrn lékařských, ošetrovatelských a rehabilitačně-ošetrovatelských činností, poskytovaných preterminálně a terminálně nemocným²², u kterých byly vyčerpány možnosti kauzální léčby, ale pokračuje léčba symptomatická²³ s cílem minimalizovat bolest a zmírnit všechny obtíže vyplývající ze základní diagnózy i jejích komplikací a zohledňující bio-psycho-spirito-sociální potřeby nemocného. Stav pacienta není stabilizován vzhledem k jeho jasně definovanému preterminálnímu nebo terminálnímu zdravotnímu stavu, má stanovenou diagnózu a rámcový terapeutický postup s těžištěm v léčbě bolesti a odborném ošetrovatelství. Potřeba odborné ošetrovatelské péče překračuje kapacitu reálně nárokované terénní péče.²⁴

Musíme podotknout, že myšlenka hospicové péče není vůbec spjata se stacionárním hospicem či paliativním oddělením, tedy s určitou budovou nebo zařízením. Jde především o přístup k umírání, smrti a smutku. Jinak řečeno, všude tam, kde člověk umírá, může být poskytována hospicová péče.

2.1 *Hospic*

Hospic je specializované zařízení založené na paliativní péči. Již zde nejde o léčení ve vlastním slova smyslu, neboť nemoc nelze vyléčit. Člověk zde nachází úlevu od bolesti a útěchu poskytovanou členy rodiny, odborníky a v neposlední řadě

²¹ Jedná se o tlášení bolesti a soucitný doprovod terminálně nemocných a umírajících.

²² Nevyléčitelně nemocen, v konečném stadiu své nemoci, kde již byla ukončena kurativní léčba.

²³ Jedná se o léčení příznaků, symptomů nemoci, ne o příčinu nemoci.

²⁴ *Hospicová péče*, [online], dostupné na: <<http://www.hospice.cz/hospice1/seznamy.php?sez=2>>.

dobrovolníky. Zároveň je odborná pomoc poskytnuta rodině a následně také po úmrtí pacienta.

Myšlenka hospice vychází z úcty k životu a člověku jako jedinečné, neopakovatelné bytosti. Důležité je, že v hospicích je akcentován duchovní rozměr péče, se kterým se obvykle v nemocnicích nesetkáme. Přijímání jsou všichni nemocní bez ohledu na vyznání, rasu, věk, pohlaví, sociální postavení.²⁵ Doba pobytu se liší dle aktuálního stavu pacienta a pohybuje se v rozmezí hodin až několika let (např. v Hospici na Sv. Kopečku u Olomouce pacient zemřel několik hodin od přijetí, jiný pacient po dvou letech).

Hlavním smyslem je doprovázení smrtelně nemocných. Hospic neslibuje vyléčení, ale také nebere naději v uzdravení. Hospic nemocnému garantuje, že nebude v posledním úseku života trpět a v každé situaci bude respektován. Poslední chvíle života neprožije sám. Zajišťuje vědomí toho, že konec života nemusí být spojován s blížící se smrtí – tedy umíráním, ale naopak důstojným životem do posledního okamžiku.

Za kritéria kvality považujeme znaky, které mají být společné všem hospicovým zařízením.

Prvním znakem je především možnost **stát v centru hospicové služby**, nahlížet na ni a ovlivňovat ji. Tím se hospic zcela odlišuje od zdravotnických zařízení. Do celé hospicové péče **je zahrnuta i rodina a blízcí nemocného**, kteří často trpí více než sami umírající. Smrtí pacienta však spolupráce s rodinou nekončí. Jednotlivé hospice pořádají každým rokem setkání pozůstalých.²⁶ Toto ujištění stálého kontaktu s příbuznými může být pro pacienta velmi žádoucí.

Dalším kritériem je nabídka profesionálního týmu, který se skládá nejen z medicínského personálu, jako jsou například ošetřovatelé, zdravotní sestry, lékaři, ale také sociální pracovníci, duchovní, právníci, psychologové a odborníci na specifické podpůrné metody (např. na aromaterapii, muzikoterapii aj.). Specifické místo v celém profesionálním týmu zaujímají dobrovolníci.

²⁵ Srov. SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 123.

²⁶ Srov. STUDENT, J. CH. *Sociální práce v hospici a paliativní medicína*, s. 98.

Tyto zmíněné znaky představují základ hospicové práce a v neposlední řadě se mohou stát ukazatelem kvality dobrého umírání, a proto by měly být naplňovány ve všech zdravotnických zařízeních.

2.1.1 Formy hospicové péče

Cílem hospicové práce je umožnit umírajícímu dožít svůj život v domácím prostředí. Mnohdy však tato péče nestačí. Postupem času dochází k psychickému i fyzickému vyčerpání pečujících. Ve formě domácího hospice může rodina, která převzala péči o nemocného najít všestrannou podporu.

Pokud nelze zajistit celodenní péči příbuzných, v případech nedostatečnosti domácí péče, vyčerpání pečujících, se nabízí stacionární forma hospice. Podobně také v případech, kdy si pacient přeje poslední dny strávit tam, kde jsou zaopatřeni a jisti, že jejich umírání nebude nikdo uměle prodlužovat, nebo naopak zkracovat jejich život.

Do lůžkového hospice jsou přijímáni lidé u kterých je postup nemoci nezastavitelný a v dohledné době vede ke smrti. V budově je obvykle k dispozici kaple, společenská místnost a knihovna. Úsilím každého zařízení je vytvořit atmosféru domova.²⁷ Návštěvy jsou umožněny nepřetržitě, tedy po dobu 24 hodin denně. Možností je i ubytování společníka, kterému je poskytnuto lůžko na pokoji s nemocným, od něj se neočekává ošetřovatelská péče, ale pokud je toho tato osoba schopna, je jí to umožněno. Právě tento pocit, že jsme pro svého nejbližšího udělali co jsme mohli, je tím nejlepším prostředkem v době truchlení.

2.1.2 Fáze hospicové péče

Hospicová péče nepředstavuje jen samotnou péči terminální. Z hlediska časového jde někdy o dlouhé období a M. Svatošová rozlišuje tři časové úseky:²⁸

²⁷ Srov. STUDENT, J. Ch. *Sociální práce v hospici a paliativní péče*, s. 98.

²⁸ Srov. SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 132.

1. prae finem - péče a doprovázení nemocného a jeho blízkých od okamžiku zjištění závažné diagnózy až po nástup terminálního stavu, může se jednat o měsíce i roky. Jak již bylo výše uvedeno, je zapotřebí uchránit nemocného zejména před sociální smrtí. Nemocný a jeho rodina se v této fázi vyrovnávají s letálním onemocněním.

2. in finem - péče a doprovázení nemocného a jeho blízkých v době vlastního umírání, tedy během terminálního stavu. Jde o relativně krátký úsek. Péče v této fázi by neměla postrádat takt a jistou ritualizaci.

3. post finem - pietní péče o tělo zemřelého, sdělení informace pozůstalým, zařizování pohřbu. V neposlední řadě zahrnuje také pomoc a doprovázení pozůstalých podle potřeby i dlouhodobě, zpravidla po dobu jednoho roku.

Cílem hospicové péče je tedy usilování o to, aby poslední okamžiky života nemocného byly naplněny smyslem²⁹. Je třeba obrátit nemocného k aktivitě, ukázat mu, že přes všechna omezení může svůj život stále utvářet a řídit (volí, co si obleče, kdy půjde ven, zda si půjde popovídat s jinými pacienty). Zajišťuje důstojný život v posledním úseku cesty. Nabízí člověku blízkost druhého, opuštění z jeho samoty. Napomáhá mu žít a tím ulehčuje jeho umírání. Hospicová péče chce vést k přijetí sebe a života v této konkrétní chvíli a tak by se dalo říci, že cílem hospicové péče je umožnit pacientovi přijmout jeho vážnou situaci jako součást života a pomoci mu ji projít a nalézt v ní smysl. Utrpení a smrt je totiž součástí života, i když se ji snažíme vytěsnit.

V průběhu nemoci se právě lidé, kteří celý život žili bez víry, začínají zabývat otázkami po smyslu života. V. E. Frankl hovoří o třech skupinách hodnot, kterými člověk může uskutečňovat smysl života. Umírající si na své poslední cestě musí být jistý, že jeho život dával smysl. Přijme-li pacient svojí nemoc jako příležitost, může se právě ona zákeřná nemoc stát tím nejcennějším a nejplodnějším úsekem pacientova života. Nikdy není na nic pozdě. Ani na samém rozhraní mezi životem a smrtí není nic ztracené a marné. Život každého jedince má smysl i v té nejzoufalejší situaci. Je však zapotřebí cítit potřebu tento smysl hledat. Velmi často dochází u nemocných k přehodnocení žebříčku hodnot. Hmotné hodnoty se stanou nepodstatné a místo nich zaujmají své místo hodnoty vyššího řádu, mezi které řadíme hodnoty prožitkové,

²⁹ Srov. KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *O smrti a umírání*, s. 156.

zážitkové a hodnoty nejvyššího řádu - postojové, které člověk i v takovém stavu může ovlivňovat a rozvíjet bez omezení.³⁰

Prožívání těchto tří typů hodnot můžeme sledovat u umírajících pacientů v následujícím sledu. Pokud pacient pracoval celý život jako dělník, na poli či s dobyt看kem a toto povolání pro něj představovalo celý život, upoutáním na lůžko a odepřením možnosti pracovat se mu otevírá nová specifická říše hodnot, hodnoty prožitkové. Nemocného naplňují rozhovory s celým personálem hospice, věnuje se četbě a posloucháním dobré hudby. Právě dobrovolníci mohou být v realizaci těchto hodnot velkým přínosem. Objevují společně s umírajícím okamžiky, které se stávají pro nemocného nezapomenutelné, protože i když jde jen o jediný okamžik, můžeme podle něj měřit velikost života. Časem nemoc progreduje a nemocný se vydává na svou poslední a nejtěžší cestu životem. Nyní se musí obrátit k těm nejvyšším hodnotám. v rozhovorech dávají rady do života, mluví o důležitých momentech života. Zaujímají tak postoj smíření.

³⁰ Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 62-70.

2.2 *Specifika dobrovolnictví v hospicích*

Práce v hospicích vznikala především z iniciativy dobrovolníků. Jsou to právě oni, kteří vnášejí důležitý prvek čehosi civilního a domácího. Proto jejich role musí být následně objasněna.

Již na počátku je nutné si uvědomit, jak je organizace na přijetí dobrovolníků připravena, jakou roli budou dobrovolníci v organizaci zastávat. Velmi důležité je zvolení osoby, která bude kompetentní pro řízení dobrovolníků, jejich přijetí, výcvik a supervize. O zabezpečení činnosti dobrovolníků se tedy stará kontaktní pracovník³¹. Tato osoba je dobrovolníkovou oporou, pokud vzniknou problémy, řeší je společně. Plánuje cílené využití dobrovolníků na základě jejich kompetencí ve prospěch hospice. Častým pravidlem se stává, že za tuto činnost je odpovědný sociální pracovník. Aby činnost dobrovolníka byla nejen smysluplná, ale i efektivní a přínosná pro hospic i pro něj samotného, potřebuje podobný styl řízení jako profesionálové. Dobrovolníci jsou plnohodnotnými členy pracovního týmu, proto tedy musí být považováni jako zaměstnanci. Jde o vztah-organizace-dobrovolník. Z tohoto smluvního vztahu vyplývají určité povinnosti a práva.

Dobrovolníci nabízejí svůj zájem a čas, proto se každý zaváže jen k tomu co bez problémů dát může a chce. Nikdo nesmí být přetížen, dobrovolné činnosti se věnuje podle svých možností, aby mu přinášela radost a uspokojení. Na dobrovolníka musí být stoprocentní spolehnutí. Každý si dle svého uvážení určí dny a činnost, kterou chce vykonávat. Na základě tohoto určení už hospic počítá s jeho pomocí, rozpis služeb je tedy závazný. Nemůže-li v daný čas službu vykonávat, předem se omluví nebo zajistí ve spolupráci s koordinátorem za sebe náhradu.³²

Na plánování způsobu využití potenciálu dobrovolníků a rozsahu jejich kompetencí by se měli podílet nejen vedoucí pracovníci a koordinátoři, ale i ostatní

³¹ Srov. TOŠNER, J., SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizaci*, s. 76.

³² Srov. VORLÍČEK, J., ADAM, Z. *Paliativní medicína*, s. 32.

zaměstnanci, popř. pacienti. Pomohou vytipovat činnosti, které v organizaci dosud chybějí a mohli by je vykonávat právě dobrovolníci.³³

2.3 Výběr doprovázejících dobrovolníků

Ne každý člověk má sílu na to, aby byl přítelem a průvodcem umírajících lidí. K přijetí nového dobrovolníka je proto nezbytnou nutností osobní pohovor. Probíhá-li příprava k doprovázení na tomto základě, může být jejich činnost přínosná, jak pro ně samotné, tak pro ty, o které pečují.

Lidé, kteří se rozhodnou pro službu v hospici, by měli mít reálnou představu o tom, co hospic je, komu poskytuje péči a s jakými lidmi v něm přijde do styku. Je dobré jim při prvním setkání nastínit, jak těžce nemocní lidé vypadají, jak se mohou chovat a reagovat na snahu dobrovolníka o navázání kontaktu. Je třeba se zájemcem promluvit o tom, zda si tyto skutečnosti uvědomuje, zda se jich nebojí natolik, že jsou pro něj nepřekonatelným problémem. Zda je ochoten procházet i náročnými situacemi během služby.³⁴ V této souvislosti se doporučuje zajištění odborného zaškolení, kde se dobrovolníci mohou stručně seznámit se zdravotnickou „hantýrkou“.

Tato exkurze do světa ošetrovatelství a medicíny je nápomocna v situacích, kdy pacientův stav může být natolik závažný, že dobrovolník, byť v dobré víře, může nemocného ohrozit. Velmi důležité je proto utvářet vztah mezi odborným personálem a dobrovolníky. Ti musejí mít jistotu, že pokud se obrátí na personál, nebudou odmítnuti.

Dalším nezbytným kritériem pro přijetí dobrovolníků je **duševní zralost**. Vhodné je proto přijímat zájemce starší 18ti let. Věk nemusí být vždy signálem zralosti k tomu přijmout realitu smrti a být schopen přímého kontaktu s umírajícím, avšak mladší lidé nemusejí mít tolik zkušeností a sebevědomí k navazování kontaktu. Potřebná je také schopnost pro udržení konverzace, empatie a odhad situace, zda u pacienta zůstat či raději odejít.³⁵ Ostatně v rámci hospicové práce existují rozdílná pole působnosti. Děti

³³ Srov. TOŠNER, J., SOZANSKÁ, O. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizaci*, s. 74.

³⁴ Tamtéž, s. 18.

³⁵ Tamtéž.

se mohou angažovat např. u příležitosti Vánoc, Velikonoc, besídek a jiných společenských příležitostí.

Ten, kdo doprovází, musí být nejprve **vyrovnán sám se sebou**, se svou vlastní smrtelností. Stejně tak i s chybami, vlastnostmi a také silnými stránkami své osoby.³⁶ Doprovázení je týmová práce, její členové, profesionálové a laici, musí disponovat základním faktorem a tím je **láska k lidem**. Láska k bližnímu však nemůže být skutečná, pokud sám doprovázející neví, kdo je, nepřijal se takový jaký je a nemiluje se.

V Bibli mnohokrát nacházíme slova Ježíše *miluj svého bližního jako sám sebe*. Pouze a zcela jen ten, který přijme sama sebe, může i sebe sama vydat druhému. Ale toto přijetí nám není vrozeno, musíme se je naučit přijmout. Je možné, jestliže jsem milován a nechám se milovat.³⁷ Také pojetí C. R. Rogerse je založeno na této potřebě kongruence, upřímnosti k sobě samému. Náš vztah s umírajícím je založen na partnerství a skutečnosti, že my jsme to, co mu můžeme nabídnout.

Doprovázející se chová podle toho, jaký skutečně je, nepřetvařuje se, neskrývá své pravé pocity a reakce. Nemusí se jich ani bát. Tento dialog musí být opravdový, pravdivý, náš postoj musí vnitřně korespondovat s tím, co říkáme. Pokud říkáme pacientovi „mám radost“ musíme ji tak i skutečně vnitřně cítit a to je možné jen za předpokladu milosrdné lásky. Schopnosti přijetí druhého je možné jen za předpokladu vlastního přijetí. To je nezbytné kritérium ve službě člověku, v naší práci při službě umírajícímu. Umírající je především partnerem, má stejná práva jako my, proto bezpodmínečné přijetí a úcta umožňují utvářet opravdový vřelý vztah.³⁸

„Radost a láska léčí.“³⁹ Proto by k vlastnostem doprovázejícího neměl chybět i **mysl pro humor**. z těchto pozitivních emocí mohou čerpat doprovázející i nemocný opět novou sílu ve své cestě životem.

Rozhodnutím doprovázet umírajícího se zavazujeme věnovat svůj čas, trpělivost, být oporou člověku v jeho nejtěžší cestě životem. I když mohou dobrovolníci prožívat nepochopení jak ze strany personálu nebo svého blízkého okolí, měli by vytrvat a **zůstat věrní**.

³⁶ Srov. PERA, H., WERNERT, B. *Nemocným na blízku*, s. 46.

³⁷ Srov. TROBISCH, W. *Miluj sám sebe*, s. 9.

³⁸ Srov. KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*, s. 56.

³⁹ SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 33.

Porozumět, přiblížit se k druhému člověku, je nutné, ale stále musíme mít na mysli, kde naše hranice pomoci končí. Opravdové, skutečné doprovázení, znamená jít kus cesty společně s nemocným, neznamená ho vést, či nést. Tento odstup je nutný, protože je to především sám nemocný, který žije svůj život a nese za něj odpovědnost.

Úcta k druhému je podmíněně spjata s umožněním prostor, který mu dáváme. Předpokládá uznání hranic, které respektují jeho soukromí, intimitu a potřeby.

*Každý člověk je přirozeně dobrý*⁴⁰, proto je důležité všimnout a rozvíjet pozitivní stránky každého z nich a ponechat si tento optimistický pohled. Neznamená to souhlasit se špatným jednáním, ale snažit se milovat jako první, bez podmínek.

Návštěvy se odvíjejí z potřeb nemocného. Na mysli musíme mít však i možnosti doprovázejícího. Velmi důležitý je dohodnutý postup. Toto jednání umožňuje jisté vědomí klienta, že někdo přijde, může někoho očekávat a může se i na něco těšit a tento vymezený čas je jen pro něj.

Uvědomíme si, že mnohdy se nám naše vlastní představa a plán zdají být zajímavé a obohacující, ale nemusí korespondovat s představami klienta. Například nedonesu klientovi nůžky, lepidlo a vystřihovánky, když má chuť si jen popovídat. Metodou aktivního naslouchání a skutečného zájmu o klienta se musíme snažit o to, abychom přišli na to, co ho zajímá a plánovat tak činnosti, které budou přínosem pro dobrovolníka i doprovázeného.

Umět naslouchat znamená naslouchat celému člověku. Všimáme si tak verbálních i neverbálních projevů, které nám pomáhají zjistit, co druhý prožívá a cítí. Od dobrovolníka se předpokládá, že se v rozhovoru zaměří na podstatné a umí postřehnout nevyřčené. Naučit se tak slyšet nejen očima, ušima, ale i srdcem.

J. Prekop uvádí, že pro ochotu k poskytnutí pomoci je důležitá schopnost vcítit se do druhého člověka a snaha pochopit jeho situaci ve významu, jaký pro něj má. Vlastnosti a schopnosti, které podporují dobré vcítění, je především dobrá **sebereflexe** (schopnost uvědomovat si pocity, které v nás určitá situace vyvolává, včetně rozpoznání jejich původu – odkud se vzaly a proč, jaký pro mne mají význam) a také **úcta k druhému**, (schopnost představit si jeho situaci). Tyto vlastnosti a schopnosti vcítit se do druhých lidí můžeme také rozvíjet a umožní nám lépe pochopit jejich vnitřní svět. Dokážeme-li chápat a respektovat vnitřní světy lidí kolem nás, usnadní nám to komunikaci.⁴¹

⁴⁰ Srov. KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*, s. 55.

⁴¹ Srov. PREKOP, J. *Empatie: Vcítění v každodenním životě*, s. 111.

Pro hospicové dobrovolnictví bývá uváděna jako rizikový faktor závažná nemoc samotného zájemce o dobrovolnictví a vlastní zkušenost s úmrtím v rodině, od kterého neuplynul ještě rok. Na jedné straně mohou být tito lidé velmi empatictí a více než kdo jiný schopní pochopit, co nemocný prožívá, na druhé straně ale mohou být v kontaktu s těžce nemocnými citliví až příliš a vyvolat úzkost a nepohodlí nejen u pacientů, ale hlavně v sobě samých.

Dalším důležitým faktorem při výběru dobrovolníků by měla být povaha víry, kterou zájemce vyznává. Dobrovolníci mohou s nemocným rozmlouvat o duchovních tématech jen pokud si to přeje sám pacient. Není však vhodné, aby se snažili nemocného na víru obracet a usnadnit jim tak jejich umírání.⁴² Toto základní kritérium je ukotveno i v myšlence hospice, která pojímá člověka jako jedinečnou a neopakovatelnou bytost, přijímá jej a respektuje bez ohledu na jeho vyznání.

2.4 Možnosti využití dobrovolníků

Cílem hospicové práce je umožnit umírajícímu dožít svůj život v domácím prostředí. Mnohdy však tato péče nestačí. Postupem času dochází k psychickému i fyzickému vyčerpání pečujících. Ve formě domácího hospice může rodina, která převzala péči o nemocného, najít všestrannou podporu vyškolených dobrovolníků. Dobrovolníci jsou těmi, kteří formou návštěv a nabídek rozhovoru nabízejí podporu, chodí do rodin a vypomáhají při všedních úkolech jako jsou domácí práce, vaření zařizování nákupů.

Není-li však možné využít jednu z předešlých forem, jsou lidé přijímáni do lůžkového hospice. V budově je obvykle k dispozici kaple, společenská místnost a knihovna. Úsilím každého zařízení je vytvořit atmosféru domova.⁴³ Návštěvy jsou umožněny nepřetržitě, tedy po dobu 24 hodin denně. Možností je i ubytování společníka, kterému je poskytnuto lůžko na pokoji s nemocným, od něj se neočekává ošetrovatelská péče, ale pokud je toho tato osoba schopna, je jí to umožněno.

⁴² Srov. PŘIDALOVÁ, M. *Specifika práce dobrovolníků v hospici*. In NOVOTNÝ, M., STARÁ, I. *Využití dobrovolníků v nemocnicích*, s. 13.

⁴³ Srov. STUDENT, J. CH. *Sociální práce v hospici a paliativní medicína*, s. 98.

Dobrovolníci pacienty navštěvují, obstarávají jim drobné nákupy, pomáhají připravovat kulturní akce či skupinové aktivity s klienty, jsou nápomocni při administrativní činnosti nebo propagaci hospice. Dále mohou zajišťovat službu na recepci, pečují o květiny, zahradu či okolí budovy, zajišťují úklid a údržbu areálu hospice.

Zdravotníci zodpovídají za velmi náročnou péči o klienty hospice a proto jim již nezbývá tolik času, aby se mohli posadit k lůžku nemocného a jen tak si s ním povídat, posedět. Tuto úlohu může skvěle zastoupit dobrovolník. Ten není vázán žádnými profesními povinnostmi. Dobrovolníci tedy nevykonávají ošetrovatelskou činnost, mohou však pomoci při svozu pacientů na mši a při jiných společenských akcích hospice. Po konzultaci se zdravotním personálem napomáhají při krmení.

Právě dobrovolníkům vděčíme za nový způsob přístupu k umírání, smrti a smutku. Jsou to oni, kteří zaujímají čestnou úlohu v celém týmu profesionálů. Dobrovolníci jsou lidé, kteří za pacienty pravidelně docházejí a pečují o jejich uspokojování nejrůznějších potřeb. Jsou ochotni kdykoliv nemocného vyslechnout se všemi jeho steskami a obavami, naslouchají, sedí u lůžka nemocného, zajišťují aktivity, které oživují chod dění v hospici.

Jejich činnost, doprovázení umírajících, setkávání blízkých lidí, napomáhá k integraci umírání do všedního života veřejnosti.⁴⁴

Přínos dobrovolníků v hospici spočívá především v jejich přítomnosti u nemocného. Mají dost času na to, aby s pacientem sdíleli jeho těžké chvíle, ale i chvíle radosti. u osamělých pacientů nahrazují člena rodiny, působí v roli pečovatелů. V kontaktu s rodinou klienta pomáhají vytvořit příznivé klima klidu a vyrovnání s neodvratným příchodem smrti, pomáhají jí překonat nejobtížnější období po smrti pacienta.

2.5 Péče o doprovázející dobrovolníky

Kde hledat naději? Kde čerpat sílu? Pokud je doprovázející věřící a i nemocný je věřící, pak lze někdy snadněji najít společnou cestu. Ale, jak jsme již zmínili, otázka víry je pro každého svobodné rozhodnutí. Doprovázející dobrovolník je člověk stejně

⁴⁴ Srov. STUDENT, J. CH. *Sociální práce v hospici a paliativní medicína*, s. 73.

jako nemocný, i on potřebuje doprovázet. Vydal se na těžkou životní cestu, ve které hledá smysl.

Umírající a jim blízcí lidé mohou vyjadřovat pocity stesku, smutku, vyčerpání, beznaděje i odmítat realitu okolního světa, jim je to povoleno, někdy je to dokonce od nich vyžadováno, zatímco od dobrovolníků hospice se očekává profesionální vyrovnanost, nadhled, klid a jistota.⁴⁵

Do vědomí se nám mohou vnučovat otázky typu: Jak dlouho mám tu tíhu ještě nést? Jak dlouho to ještě vydržím? Nebo také: Kdy bude konečně milovaný člověk zbaven svého utrpení? Nejsme bezcitní, když už mu přejeme smrt? Myšlenky, které možná děsí, jsou ale zcela pochopitelné a normální.

Velmi důležitá je tedy nejen prevence, kterou je pečlivý výběr pracovníků, kteří jsou smířeni se svou vlastní smrtelností a s myšlenkou hospice jako místa pro klidné a důstojné umírání, namísto nemocnice, ve které jde za každou cenu o záchranu života.⁴⁶ Dalším neméně důležitým faktorem, který pomáhá předcházet psychickému, fyzickému i sociálnímu vyčerpání, je supervize.

Supervize dobrovolníků

Pojem supervize znamená komunikaci dobrovolníka se supervizorem v prostředí, které pro ně není ohrožujícím a umožní dobrovolníkům konzultovat svoje postoje a poskytnout jim pomoc pramenící z jejich činnosti.

Základním cílem je zpětná vazba mezi dobrovolníky, pracovníky organizace a klienty, podpora a ocenění dobrovolníků, ochrana zájmu klienta před případnými nevhodnými aktivitami dobrovolníka a řešení problémů a rozvoj dovedností.

Dobrá supervize pomáhá udržovat motivaci dobrovolníků a je prevencí před jejich odchodem z organizace.⁴⁷ Důvodem bývá zpravidla nefungující integrace dobrovolných pečovatелů, kteří jsou pro většinu odborného personálu cizí a často se na ně pohlíží s nedůvěrou. Proto je nutné zajistit, aby dobrovolníci našli v týmu pevnou roli s odpovídajícím uznáním. Právě v těchto případech se stává supervize prevencí před odchodem dobrovolníků. Dalším důležitým způsobem jak zabránit demotivaci je jejich ocenění. Dobrovolníky můžeme odměnit prostým slovem „děkuji“, které můžeme

⁴⁵ Srov. KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *O smrti a umírání*, s. 69.

⁴⁶ Srov. SVATOŠOVÁ, M. *Hospic slovem a obrazem*, s. 33.

⁴⁷ Srov. NOVOTNÝ, M. STARÁ, I. *Využití dobrovolníků v nemocnicích*, s. 17.

vyjádřit při příležitosti konce roku v období Vánoc, ale i k Mezinárodnímu dni dobrovolníků. Dalšími možnostmi jsou například uvedení jmen ve výroční zprávě, předání symbolické odměny, pozvání na koncert či jinou kulturní akci.

Právě zpětná vazba mezi dobrovolníkem a organizací, která je uspořádána formou supervize či přátelského posezení u kávy, ukotvuje vztahy mezi pracovním týmem a přispívá tak k zkvalitnění práce všech pracovníků hospice.

3 SPIRITUALITA

3.1 Vymezení pojmu

Na konci druhého tisíciletí se ocitáme před skutečností, že dnešní člověk patřící k jakékoli kultuře, náboženství nebo zeměpisné poloze, vykazuje nebývalý zájem o to, co je duchovní, co je spiritualitou.

Slovo spiritualita se stalo v poslední době natolik módním, že označuje i skutečnosti, které dřívějším generacím ani nenapadlo dávat do souvislostí. Dnes se již mluví o spiritualitě laiků, řeholníků či kněží. Hovoří se ale i o spiritualitě práce, sportu či volného času. To pochopitelně přispívá k nejasnosti a nejednoznačnosti tohoto slova.

Podíváme-li se na spiritualitu z pohledu encyklopedického výkladu, zjistíme, že jsou uváděny prakticky tři základní druhy spirituality. A to platónsko-novoplatónská, které vnímá duchovní život jako oddělení spirituálního od praktického. Druhé pojetí je spíše psychologické. Zde je spojováno duchovní s duševním. Třetí východisko je pak křesťanské, kdy navázání kontaktu s duchovnem je ztotožňováno se splynutím s třetí božskou osobou – duchem svatým.⁴⁸

Termín spiritus, od něhož se odvozuje výraz spiritualita, vychází z latinského slova *spirare* – dýchat, jde tedy o „dech“, „ducha“. Tento pojem se objevil už v 5. století jako označení toho, co formuje život křesťana. Častěji se tohoto pojmu užívalo ve 12. století ve Francii. Ale teprve od poloviny 17. století se začalo prosazovat francouzské slovo *spiritualite* (jako označení osobního vztahu člověka k Bohu), přičemž se stále silněji klade důraz na subjektivní stránku tohoto vztahu.⁴⁹

To je jedno možné vymezení pojmu spiritualita a je pravdou, že to užší vymezení. Druhé, obecnější, je takové, že spiritualita se jeví jako oblast společná pro všechny lidi na světě.

Je to péče člověka nejen o sebe sama, ale především o druhé. Následné prožité zkušenosti pak vedou k duchovnímu rozvoji člověka. Jsme schopni vnímat hodnoty a máme hluboký cit pro smysl, který je naším průvodcem v mezních situacích. Cílem

⁴⁸ Srov. FIORES de S., GOFFI, R. *Slovník spirituality*, s. 904.

⁴⁹ Srov. SUDBRACK, J. *Spiritualität*, s. 675.

tohoto procesu je návrat k sobě, tedy zlidšťování.⁵⁰ Toto umění vidět problémy z jiné perspektivy vnímá i Viktor Emanuel Frankl, který ho demonstruje na válci. Když se na něj totiž díváme z dvojrozměrného pohledu, vidíme kruh. V běžném životě se tato schopnost uplatňuje například v přijetí nového pohledu na vztahy či vzrušení z krásy myšlenky. Jsou to tedy skutečnosti, které vnímáme uprostřed všech běžných věcí za neobvyklé. Tato neobvyklost má však zvláštní charakter. Vyznačuje se tím, že je spojena s hlubokým uvědoměním si omezených hranic našeho lidství a z toho vyplývající nutnosti nejen uznání toho, co je „za těmito hranicemi“, ale i respektu k tomu, co tyto hranice překračuje. K tomu pak vzhlížíme s úctou.

Jak již jsme podotkli, v dnešní postmoderní době čelíme naprosté záplavě různých spiritualit. Lidé touží stále více po duchovní obnově své osoby. Chtějí se oprostit od materialistického způsobu života. Zdá se, že v podpoře kultury těla nacházíme prostředků dostatek. Mohou jimi být například různé druhy sportu či relaxace spojená s odpočinkem. Kde a jak však můžeme rozvíjet duchovní kulturu naší osoby? Odpověď na tuto otázku není zcela zřejmá. Jedná se o určitou oblast problémů, otázek, celkového naladění osobnosti na to, co člověka přesahuje, překračuje, co je do jisté míry věčné, nebo alespoň více trvající než on, a spadá to do oblasti nemateriální. Základem duchovního života je tedy žít takovým způsobem, který by zahrnoval všechny činnosti, které v nás probouzejí pocit transcendence a uplatnění našeho života v tom co nás povznáší. V křesťanské tradici to znamená orientovat se na Kristova ducha pod vlivem evangelia.⁵¹ Je tedy zřejmé, že spiritualitou se v obecné rovině rozumí vše, co je v člověku duchovního a přitom jeho samotného to přesahuje minimálně tím, že se sdílí s někým jiným. Samozřejmě toto je základní vymezení spirituality ve své obecnosti. Zároveň je v tomto vymezení obsaženo i uvědomění si své konečnosti a svého původu.

V rámci terminologického ujasnění je nutné odlišit spiritualitu od spiritismu. Spiritualita je duchovní oblast člověka, podle toho, co jsme popsali výše. Naproti tomu spiritismus je jedním z náboženských proudů, který se prolíná od dávných dějin lidstva až do současnosti v různých podobách. K hlavnímu otevřenému prosazení tohoto proudu došlo v roce 1847 ve Spojených státech na farmě rodiny Foxových. Hlavní

⁵⁰ Srov. BABYRÁDOVÁ, H. , HAVLÍČEK, J. *Spiritualita z pohledu filozofie, religionistiky, teologie, literatury, teorie dějin umění, pedagogiky, sociologie, antropologie, psychologie a výtvarných umělců: sborník transdisciplinárních esejů s mezinárodní účastí*, s. 104.

⁵¹ SMÉKAL, V. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 158.

myšlenkou je to, že prostřednictvím zvláště citlivého média lze komunikovat s mrtvými – duchové zemřelých odpovídají na otázky pokládané prostřednictvím média. Spiritisté totiž věří, že zemřelí mají schopnost ovlivňovat lidské osudy a následně i cíle lidských životů. Lidé se tak mohou vyhnout špatným věcem nebo ovládat věci budoucí. Je tedy zjevné, že zaměňovat pojmy spiritualita a spiritismus nelze, protože označují dvě zcela odlišné skutečnosti.

3.2 Celoživotní vývoj spirituality

Hledání hranic naší konečnosti a snaha ji přesáhnout se v průběhu lidského života mění vyvíjí a proto se vyvíjí i spiritualita člověka. Jiná je, když si člověk neuvědomuje sám sebe – to jsou myšlenky o přesahu většinou přejímány od rodičů, případně jiných autorit. Dále je pak zásadní zlom kolem puberty, kdy se začíná formovat a prosazovat vlastní světonázor – to se začínají opravovat představy převzaté od autorit, jsou podrobeny kritice. Buď jsou přejímány dál a nebo odmítnuty, případně doplněny. V průběhu dospělosti se spiritualita rozvíjí spíše ve smyslu jejího naplňování. Ideály dospívání přecházejí, dostavuje se realita běžného života, která někdy snahu o působení ideálů v praktickém životě setře. Před smrtí se k ní pak člověk snaží vrátit. Skutečně je mnoho lidí, kteří v aktivním věku ztratili zájem prožívat něco, pro co se v době dospívání rozhodli a to nejen tím způsobem, že upadli do formálnosti ve svém prožívání spirituality, ale přímo od ní odpadli. Většinou se zmiňovali, že se k takovým věcem chtěli vrátit až na to budou mít čas, ale prakticky onen čas neměli nikdy a začali se o něčem takovém vážně bavit až v době, kdy v životě přijde krizová událost, která prověřuje jejich lidské zakotvení.

Již jsme zmínili, že v průběhu dospělosti se člověk uchyluje spíše k plnění, případně rozpracování. Se změnou se člověk může setkat většinou tehdy, když dojde v jeho životě člověka nebo jeho blízkých, kteří mají možnost ho ovlivnit, k nějaké události, která zásadním způsobem změní život – příkladně nemoc, či smrt (ale samozřejmě je mnoho jiných závažných věcí). V tomto okamžiku se totiž v člověku rozvine mnoho otázek po příčině, případně po smyslu událostí, které se staly. A to zcela u všech lidí – ať se sami považují za ateisty nebo za velmi nábožensky žijící lidi. Tyto situace prověřují to, jak spirituální oblast člověka dokáže unést tíhu a závažnost událostí v životě člověka. Tímto momentem je i stáří. Je to stav zastavení, spočinutí. Mysl

člověka není zatěžovaná žádnými jinými věcmi a starostmi. Může, nebo spíš se musí, zabývat otázkami umírání a transcendence, alespoň ve smyslu bilancování – co po mě zůstane, co jsem vykonal/a. Stáří a další mezní situace, jako je umírání a smrt, jsou dobou praktické aplikace spirituality každého člověka.⁵²

S jistotou blížící se smrti přináší dobrovolníkům, pečujícím v terminálním stádiu o umírající, reflexní pohled i na stěžejní a rozhodující prožitky ve svém životě. Momenty setkání s lidmi, kteří odcházejí na věčnost, evokují u dobrovolných pečovatelů určité zážitky z vlastního života a tímto své bytí obohacují a dávají mu duchovnějším obsah.

Právě tato služba lidem je nyní v rukou dobrovolníků nebo je vedena ze strany náboženských organizací, které školí pracovníky a které pak mají snad i možnost jejich financování.

Hlavní problémy, s jakými se potýkají jak tyto pracovníci, tak i pacienti, je nedostatek těchto lidí a jejich nerovnoměrné rozložení. Vzhledem k tomu, že uvedená činnost není zdravotnictvím centrálně podporována a koordinována, není její pokrytí vyvážené. Existují sice lidé, kteří tuto spirituální pomoc a službu nabízejí, jsou ale soustředěni pouze na některých místech a zdaleka ne v takovém počtu, případně v takovém pracovním poměru, v jakém by bylo třeba pro pokrytí většiny pracovišť, na kterých často pacienti umírají. Zůstává stále výjimkou, že by na podobná pracoviště docházeli, nebo byli přímo vyškoleni lidé, kteří se spiritualitou v terminální fázi života zabývají.

I když moderní soudobé paliativní publikace zdůrazňují spirituální oblast a konkrétní službu jako nedílnou součást multidisciplinárního týmu, objevuje se tento problém celosystémově.⁵³ Dalším z dílčích problémů spirituálních služeb je potřeba zaškolení, která nejsou prozatím řešena. Většinou se počítá s tím, že dobrovolníci budou placeni a školeni různými církvemi, to však nese riziko malého počtu těchto pracovníků a systematické roztržitosti jejich přípravy.

Právě dobrovolníci, kteří se setkávají s lidskou konečností, jsou lidé, kteří se domnívají, že po smrti bude jiný způsob existence. Ať již je to myšlenka věčnosti jejich duše či jiné části svého já. Tento pohled na život je zcela jedinečnou výsadou nad

⁵² Smékal, V. *O lidské povaze: Krátká zamyšlení nad psychikou a duchovní kulturou osobnosti*, s.

⁵³ Vorlíček, J. *Paliativní medicína*, s 58.

ostatními tvory na zemi. A to je zásadní transcendentní schopnost jedinců, kteří se setkávají se skutečným obrazem smrti u pacientů v terminální fázi života. Tato skutečnost vysvětluje i přirozenou touhu člověka hledat a nacházet v životě vyšší smysl, zacílení, podstatu nebo tajemství života svého i celého lidstva a možná světa v jeho všeobecnosti.

3.3 Trojí dimenze v člověku a spiritualita

V lidských dějinách je odnepaměti přítomna potřeba jakéhosi vztahování se k posvátnu, k duchovnu, k tomu co člověka přesahuje. To proto, že člověk není jen tělo, ale má i dimenzi psychosociální a duchovní.

V. E. Frankla můžeme řadit mezi trialisty, tedy ty myslitele, kteří nevidí člověka pouze ve dvou dimenzích, tělesnosti a duševnosti, ale jako jednotu těla, duše (psýché – psychično člověka) a ducha. Když se Frankl vyrovnává s mnohvrstevností člověka, definuje ji jako „jednotu navzdory rozmanitosti“⁵⁴

Toto chápání je založené na důstojnosti, svobodě a zodpovědnosti každého lidského jedince.⁵⁵

Nahlížíme-li na člověka necelostně, tedy sledujeme-li jenom jeho stránku biologickou a psychologickou, ocitáme se v nižších rovinách jeho existence. Duchovní dimenze sjednocuje tyto rozpory na vyšší rovině.

Pro zasazení duchovní složky života jedince je výstižná definice:

„Osobnost je jednotou duševního života založenou na jednotě těla, utvářenou sociálními vlivy a sebevýchovou a realizující se intra-, inter- a transpersonálně (v rodině, v povolání, ve společnosti, ve vztazích k úkolům života a k Bohu).“⁵⁶

Tuto jednotu rozmanitostí v člověku nenalezneme v rovinách psychologie ani v oblasti biologie. Podobně člověk, u něhož se nepočítá s jemu vlastní bytostnou otevřeností, jeho duchovní rovinou, tedy něčím, co samo už člověka přesahuje, protože

⁵⁴ FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 35.

⁵⁵ Srov. TAVEL, P., *Smysl života podle Victora Emanuela Frankla*, s. 128.

⁵⁶ Srov. Smékal, V., *O lidské povaze: Krátká zamyšlení nad psychikou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 22.

to leží na vyšší rovině než psychofyzično člověka, je karikaturou. Jednota člověka není součtem jeho dimenzí, ale spíše střetem ducha a psychofyzických sil.

Každý z nás je nositelem duchovního úkolu, který V. Smékal vystihuje jako uskutečňování smyslu života člověka. Avšak to, zda jejich život byl smysluplný, často lidé poznají až na sklonku svého života.

Nositelem duchovní dimenze je člověk, osoba. Připomeňme na tomto místě jednu z Franklových tezí o osobě z knihy *Vůle ke smyslu*.

Osoba⁵⁷

Osoba je duchovní. Organismus zde vystupuje jako nástroj jednání a výraz osoby, která jej nese a je jím nesena, má prostředecnou hodnotu. Duch je vnímán jako specificky lidská dimenze. V souvislosti s duchovní osobností nesmíme zapomenout na pojem „noetický rozměr osobnosti“. Frankl ho přisuzuje pouze lidem, pro které jsou příznačné pojmy vyrovnání se se smrtí, sebetranscendence, odpovědnost a svoboda. Tento rozměr se projevuje v existenciálních skutečnostech, ve kterých člověk přesahuje své psychofyzické bytí. Tito lidé jsou pak schopni samostatného rozhodování, realizování hodnot a uskutečňování smyslu svého života. Tento noetický rozměr osobnosti se stává stále častěji synonymem pro duchovně – spirituální záležitosti, které se vztahují k Bohu nebo transcendentnu.

3.3.1 Člověk a sebetranscendence

„Podstata lidské existence spočívá v sebetranscendenci, řekl bych. Být člověkem znamená už vždycky být zaměřen a namířen na něco, nebo někoho, být oddán dílu, jemuž se člověk věnuje, člověku, jehož miluje, Bohu, jemuž slouží.“⁵⁸ Tímto tvrzením se Frankl staví do opozice proti všem teoriím, které se snaží člověka obrátit jen k němu samému. Člověk je tedy zásadně sebezpřesahující se. Tato transcendentní zkušenost se projevuje při setkání s bližním, kdy dochází k naplnění smyslu jeho bytí. Tím se pak

⁵⁷ Srov. FRANKL, V. E. *Vůle ke smyslu*, s. 76 – 83.

⁵⁸ FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 37.

člověk stává sám sebou, jelikož to není už pouze on sám, ale ukazuje na něco za sebe sama.⁵⁹

Schopnost vykročení ze sebe je podstatou vztahu jako takového. Vztahu k hodnotám, Bohu, bližním, věcem. „Já se stává Já teprve prostřednictvím Ty.“⁶⁰ Osoba je tak zásadně dialogická. Chápající se v dialogu s něčím (někým) mimo sebe. Stává se prostřednictvím vztahu. Vztahování se k někomu či k něčemu je láskou a lásku bychom tak mohli označit jako existenciální cestu ke smyslu. Láska a logos pak splývá v jedno jako dvě tváře téhož bytí.

Plnohodnotný sebezpřesah, kde se člověk stává zcela sebou, je tam, „kde sám sebezpřehlíží a zapomíná“.⁶¹ Schopnost transcendence (otevřenost světu) je doplňována schopností sebedistance (otevřenost vůči sobě), tedy schopností poodstoupit od sebe sama. Schopnost sebetranscendence je schopnost dialogu se světem, hodnotami, smyslem.

Přejít ke své duchovní stránce je možné jen skrze opuštění prostoru tělesně-duševního. Toto vyjítí ze sebe sama znamená skutečnou existenci lidské osoby.

3.3.2 Duchovní dimenze

Bytostná otevřenost člověka k sebezpřesahu, jeho schopnost se vztahovat, je podstatou duchovní dimenze člověka. Ta má svou vlastní autonomii vůči ostatním dvěma rovinám člověka (biologická a psychologická rovina). Je jim nadřazená. Z toho plyne, že v jejím poli působnosti je možné jednat nezávisle na determinantách psychofyzična. A to v tom smyslu, že specificky lidské chování se objevuje až tam, kde není člověk podřízen svým psychofyzickým danostem.⁶² Teprve tam se naplno projeví člověku vlastní radikální svoboda. Člověk je „rozhodujícím“ bytím, které prostě „není“, ale teprve se rozhoduje, čím je.⁶³ Je fakultativním bytím, které se stává, to míní Frankl, když říká: „Osoba je existenciální.“⁶⁴

⁵⁹ Srov. FRANKL, V. E. *Vůle ke smyslu*, s. 11.

⁶⁰ Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 20.

⁶¹ Tamtéž, s. 147.

⁶² Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 41.

⁶³ Tak uvádí Frankl podle Jasperse, srov. tamtéž, s. 41.; Hans J. STÖRIG, *Malé dějiny filosofie*, s. 447.

Duchovní dimenze je tedy Franklovi vlastním prostorem svobody člověka.

Když Frankl mluví o člověku jako trojdimenzionální bytosti, zdůrazňuje, že duchovní rovina je na zbývajících nezávislá. Biologická rovina člověka směřuje k uspokojení svých potřeb, usiluje o uchování a zdraví. Psychická rovina podobně směřuje k psychické pohodě, usiluje o příjemné pocity. Provázanost psychofyzická označuje Frankl psychofyzickým paralelismem. V jeho rámci nemusí jít vždy o dobré, smysluplné jednání. Co je příjemné, nemusí být smysluplné a naopak. Člověku je podstatné vlastní usilování o smysl. Jeho pohybem je neodolná dynamika – tedy jakási schopnost pohybu v rozhodování se a jednání nad rámec psychofyzických principů směrem ke smyslu. Tato opozice ducha je nazývána antagonismem ducha. Zdrojem takového životního pohybu je napětí mezi tím, co je a co být má. Napětí „mezi existencí a esencí, mezi bytím a smyslem.“⁶⁵ Takto chápané napětí je člověku přirozené, je pozitivní, je zdrojem energie. Je vlastní dynamikou člověka.

Jsme puzeni jednat navzdory svým psychofyzickým i osudovým danostem směrem ke smyslu a hodnotám. Cílem ovšem není se tomuto napětí vyhnout, ale na jeho základě růst. Smysl lidského života se ukazuje v napjatém „lidském úsilí a zápasu člověka se sebou samým.“⁶⁶

Samozřejmě Frankl není jediný, kdo se věnoval problematice složek lidské osoby. Mezi další psychology, kteří ze strany humanitní psychologie rozebírají koncept potřeb a hodnot, se řadí například: Carl R. Rogers (1902 – 1987).

V rámci filozofické antropologie se rozvinul koncept čtyř dimenzí člověka, který je dnes obecně uznáván i ve zdravotnictví. Tento model nebyl od začátku stejný, ale vyvíjel se v souvislosti s tím, jak probíhala humanizace v rámci medicíny. Základní somatický pohled na řešení zdravotních problémů byl v 70. letech rozšířen o pohled psychologický a sociální.

Spirituální složka jedince – poslední složkou lidské přirozenosti je spirituální rozměr. Jak bylo objasněno v kapitole o spiritualitě, není tato dimenze totožná s náboženstvím, ale je společná pro všechny lidi všech dob a kultur. Obsahuje

⁶⁴ FRANKL, V. E. *Vůle ke smyslu*, s. 79.

⁶⁵ Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 76.

⁶⁶ Srov. LUKASOVÁ, E. *I tvoje trpení má smysl*, s. 85.

tzv. existenciální otázky, které jsou spojeny s podstatou lidské bytosti, a proto si je kladou všichni lidé na celém světě a tedy nutně i dobrovolníci.

Jaké tyto existenciální otázky jsou, uvádí Aleš Opatrný:⁶⁷

Dokázat přijmout situaci, která je pro pacienta nová. Jsou to především prostředí nemocnice, závislost na personálu, blížící se smrt. Tím dochází k přijetí nové role – pacient. Umět tak začlenit současný stav do celku života. Vidět smysl své existence, těžit z nové životní situace a vyhodnotit dosavadní bytí. Dalším důležitým momentem je vyrovnání se se starostmi nejen o sebe, ale stejně tak i o své bližní, které bude muset opustit. Přijmout bilanci vlastního života, s životními neúspěchy a selháními. Vyrovnat se s domnělými nebo skutečnými utrpeními, křivdami a neúspěchy – odpustit. Vyrovnat se s manky vlastní odpovědnosti vůči životnímu partnerovi, dětem, případně Bohu a dospět k odpuštění.

Toto jsou existenciální otázky, které se vyskytují jak v době pacientovi nemoci, tak i mimo ni.

Spirituální oblastí rozumíme především oblast nejnítěrnějších jistot člověka a často také nejcennějších vzpomínek například na lásku, nezištnou péči nebo také momenty záchrany, které zažil. Jde tedy o osobní poklad člověka. Jak vidíme, duchovní sféra lidských životů je natolik pestrou a kulturně rozvinutou oblastí, že jakýkoli pokus o její shrnutí do krátkého odstavce by byl nutně redukcí. Proto se zde nebudeme více rozepisovat, vydalo by to na samostatnou práci, spíše jen z hlediska religionistického. Pro potřebu zdravotnictví postačí fakt, že spirituální sféra nerovná se náboženství.

Spirituální otázky, které završují celý život, si klade každý člověk. Někdo k jejich zodpovězení využívá myšlenkového schématu některého ze světových náboženství. V rámci náboženství (a mystiky v něm) jsou kladeny velmi podobné otázky, snad jen jinak formulované, a jsou na ně nabízeny odpovědi, které jsou v konotacích daného náboženského pohledu na svět. Věřící člověk odpovídá na své obecné spirituální otázky náboženskými odpověďmi, zatímco člověk nevěřící si musí svoji „cestu proslápnout sám“, případně se nechat inspirovat různými možnostmi, které nabízí svět kolem (literatura, kultura, dějiny, ...). Dalo by se říci, že věřící člověk to má snazší v tom, že zná terminologii, ví, jak ji používat, a zná, jak jednotlivé vnitřní pocity interpretovat. Na

⁶⁷ Srov. OPATRŇÝ, A.: *Jak zmírnit niterná trápení nemocných? Informace spirituálních potřeb vážně nemocných*, s. 26.

druhou stranu může někdy zůstat v zajetí svého vlastního pohledu na náboženství. Naopak nevěřící (nebo nepraktikující věřící) sice nemá vypracovaný slovník, kterým by mohl uchopit životní situaci, kterou prochází, leč zase má větší myšlenkovou svobodu, co se týká možnosti výkladu, a tak více individuálního pojetí odpovědi na své spirituální otázky.

3.3.3 Vzájemná provázanost všech tří složek lidské bytosti

Můžeme konstatovat, že všechny tři složky lidské bytosti jsou ze samotného principu vzájemně propojené. Nelze je prakticky oddělit. Nejsou si však vzájemně rovné, ale jsou hierarchicky seskupené. Všechny složky působí na sebe navzájem. Proto chápat člověka čistě z fyzické stránky a léčit ho jen jako tělo, je zásadní hrubou chybou, i když celé studium medicíny mediky v tomto smyslu klame a ukazuje jim teoreticky konstrukt člověka jako fyzické bytosti, který takto abstraktně existuje a lze jej i abstraktně modelově léčit. To by jistě byla krásně jednoduchá představa, ale bohužel (pro čistě biologickou medicínu) tomu tak není. Člověk není tímto dokonalým modelem. Jsou tu totiž složky nadřazenější fyzické, to ale neznamená, že by je fyzis neovlivňovala. Psychické prožívání ovlivňuje tělo (psychosomatická onemocnění), tělo podmiňuje psychiku v prožívání (např. nadváha může vyvolat psychické potíže).⁶⁸

Spirituální složka to celé uzavírá tím, že se snaží zaštitit lidský život smyslem, který je korunou celé lidské bytosti. Evoluční hypotézy hovoří o tom, že to, co je vývojově mladší, například v biologii je to mozková kůra, si podmaňuje složky vývojově starší. To má pak vliv na uskutečňování osobního života jednotlivce. Spirituální potřeba smyslu, na které postavil své celoživotní dílo psychoterapeut Viktor Emanuel Frankl, je jeden z rozhodujících faktorů utváření psychiky. Tato potřeba je u každého jednotlivce však různě výrazná.⁶⁹

Jak může spirituální složka ovlivňovat ty další, je zcela zřejmé z řady mnohých očividných příkladů z historie – oběť života člověka za druhého jde jasně proti zájmům těla, ale z hlediska vyšší hodnoty je tato oběť nejen ospravedlnitelná, ale i mnohem více hodnotná a cenná. Nebo například někdo podstupuje větší fyzické bolesti jako cenu

⁶⁸ Srov. DETHLEFSEN, T.: *Nemoc jako cesta*, s. 36.

⁶⁹ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie náboženství a spirituality*, s. 61.

za to, že si uhájí integrity vlastní osoby. Uvědomění si právě této vnitřní integrity a totality člověka je nezbytné pro kvalitní medicínskou práci s člověkem. Lze sice teoreticky oddělit tyto složky a pracovat s nimi jednotlivě jako s modelem, ale zároveň si každý musí být vědom toho, že ideální model v reálném světě neexistuje a medicína vždy pracovala s celým reálným člověkem.

3.4 Duchovní rozvoj dobrovolníků doprovázející pacienty v terminálním stádiu života

Jedním z pramenů, využívaných v této kapitole jsou i mnou provedené kvalitativní rozhovory vedené s pěti dobrovolníky, kteří mají zkušenost s doprovázením umírajících. Přes koordinátorku dobrovolníků, dostali dobrovolníci můj e-mail s dotazem na ochotu poskytnout rozhovor. Ozvalo se jich pět, čtyři ženy a jeden muž ve věkovém rozpětí od 26 let do 59 let. Dobrovolníkům byla slíbena anonymita výzkumu, proto v textu u použitých citací uvádím jiná jména. Dobrovolníci jsou citováni pod jmény: Aleš (26 let, délka doprovázení 1 rok, dobrovolnictví se věnuje při zaměstnání), Martina (46 let, délka dobrovolnictví 2 roky, dobrovolnictví se věnuje při zaměstnání), Hana (49 let, délka dobrovolnictví 3 roky, dobrovolnictví se věnuje při zaměstnání), Miroslava (59 let, délka dobrovolnictví 2 roky, je v důchodu), Alena (59 let, délka dobrovolnictví 5 let, dobrovolnictví se věnuje při zaměstnání).

Otázky polostrukturovaného rozhovoru (viz příloha č. 1) neměly pevně dané pořadí a byly zakomponovány do rozhovoru tak, aby vhodně navazovaly na to, co již sami respondenti sdělovali. Rozhovory byly vedeny v kavárně, parku, v místě zaměstnání dobrovolníků či v jejich domácnostech v době od 2. 7. – 16. 7. 2008. Byly nahrávány na diktafon. Minimální délka rozhovoru činila 45 minut a maximální délka 1 hodinu 40 minut (v případě prvního rozhovoru, který dobře posloužil k zorientování se ve zkoumané oblasti). Všechny rozhovory byly přepsány do textové podoby, aby s nimi bylo dále možno pracovat. Kategorie duchovního seberozvoje, které z analýzy rozhovorů vzešly, v podstatě odpovídaly kategoriím, jaké bylo možné utvořit na základě studia odborné literatury a výsledků jiných výzkumů.

Prezentace jednotlivých kategorií duchovního rozvoje dobrovolníka v hospici je v následujících podkapitolách doplněna i o úryvky z mých rozhovorů.

Nyní si představíme duchovní oblasti, které dobrovolné doprovázení umírajících rozvíjí.

Na povolání stát se sociálním pracovníkem se připravujeme mnohaletým studiem. Některé znalosti se dají vyčíst z knih, praktické dovednosti získáváme většinou přímým vedením od někoho, kdo jimi již sám disponuje. Často dochází ke zklamání, když se nám něco nepovede, máme však možnost zkusit to znovu, jako například při opravném termínu u zkoušky. Umírání je jednou z oblastí, kterou si ale nacvičit nemůžeme, protože „všichni budeme umírat bez generálky, rovnou, naostro“, jak vyjádřila i Marie Svatošová.⁷⁰

Ne každý je schopen dobrovolného doprovázení v hospici. Nicméně lidé, kteří zde pracují, často tvrdí, že je pro ně tato práce nejspokojivějším zážitkem jejich života, a to i ti, kteří jí nebyli ze začátku nadšeni. Hospice vycházejí především z kvality a osobního postoje svých pracovníků. Tento přístup je plně závislý na vnímání a přijímání této služby jako poslání, které člověku umožňuje mnoho cenného získat a to především duševní obohacení a vnitřní růst. Každodenní setkávání s pacientem v terminálním stádiu života umožňuje vědomě prožívat vzácnost každého okamžiku života a tato skutečnost mu dodává potřebnou sílu pro tak náročné povolání.⁷¹

Jak jsme již zmínili, dobrovolným doprovázením můžeme získat mnoho zkušeností od těch, kteří se na svoji poslední cestu již vydali. Tuto skutečnost potvrzuje i de Hennezelová, která uvádí, že se její život doprovázením zcela změnil. Dobu smrti vidí jako čas dovršení osobnosti a přeměny jejího okolí. Doprovázením se stala pozornější ke svému okolí, uvědomila si, že nebude mít své blízké stále po boku. Práce v hospici je velmi psychicky i fyzicky vyčerpávající. Problém však vidí v tom, pokud se člověk hluboko nezapojí a jestliže neumí hledat zdroje, které ho dokáží znovu obnovit.

Dodává, že láska není studna, která se vyprazdňuje pokud z ní čerpáme, ale naopak se obnovuje štědrým rozdáváním, neboť tím, že se dáváme, plně se získáváme.⁷² Doprovázení blízkých lidí na konci jejich života je nejen službou pro ně, ale neméně i službou doprovázejícím. Každý, kdo doprovázením prošel, získal sám i něco pozitivního. Hlavním zájmem bylo tedy najít odpověď na otázku: Přináší dobrovolníkům v hospici zkušenost s doprovázením umírajících také něco pozitivního?

⁷⁰ SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 19.

⁷¹ Srov. STUDENT, J. CH. *Sociální práce v hospici a paliativní medicína*, s. 38.

⁷² Srov. de HENNEZEL, M. *Smrt zblízka*, s. 11.

Může tato zkušenost rozvíjet jejich osobnost? S ohledem na rozsah práce jsme se jen okrajově mohli zajímat i o odpovědi na otázky: Co dotyčné motivuje k takové práci? Zda se museli něčeho vzdát? Nebo také zda se změnili jejich postoje ke světu?

3.5 Kategorie duchovního rozvoje

Pokud chceme duchovně růst, první krok našeho obrácení začíná v setkání s potřebným. Základním postojem, který charakterizuje duchovní život, je víra a láska. Tyto dva rozměry, které jsou vzájemně propojené, napomáhají být osobou v duchovním životě. Takový člověk zůstává živý ve svém duchovním postoji. Jeho pozornost k druhým je podobná pozorností k Duchu svatému. Takový jedinec svou komunikací vytváří záchranou síť ve službě druhým. Ten, který se zřekl z lásky k druhému, povstane na konci času spolu s Kristem. Začátek duchovního života odpovídá uvědoměním si, že Boží láska, která proniká Duchem svatým do našeho života, je tajemství Boží vůle. Zdravou a pozitivní reakcí je otevřenost našeho Já k osobnímu Bohu, k transcendentálnímu, to je otevřenost, která směřuje osobu současně k bližnímu a k celému stvoření.⁷³

„Když odcházím, pociťuji naplnění, mám pocit, že mě ten rozhovor obohatil, protože mám hlavně pocit, že to bylo tomu člověku přínosné, že jsem byl užitečný a já jsem obohacený jeho příběhem, jeho zkušenostmi v životě, z každého setkání si něco odnáším i pro ten svůj život.“ (Aleš)

„Poznávám lidi a jejich osudy. Setkala jsem se s paní, která mě ovlivnila svým způsobem života, pohledem na svět. Brala život takový, jaký je.“ (Alena)

„...úžasné jsou taky ty paní kolem 80-90-ti let, které si ponechávají takovou osobní hrdost, nenechají se třeba nakrmit. Snaží se. To mi dává sílu k řešení vlastních problémů.“ (Hana)

Tito dobrovolníci mluví o oboustranném přínosu, jak ze strany doprovázejícího dobrovolníka, tak ze strany umírajícího. Tyto úryvky potvrzují skutečnost, že dobrovolnictví je hodnotou jak pro lidi, kteří ho poskytují, tak pro ty, kteří ho přijímají. To dokládají i zjištěné informace získané pomocí metody volných asociací na slovo dobrovolnictví. Mezi nejčastěji prožívanými hodnotami ve spojení s dobrovolnictvím

⁷³ Srov. RUPNIK, M. *Duchovním rozlišování: cesta k dokonalosti*, s. 26.

byly tyto: „láska, zdraví, život, vztahy, integrace, rozmanitost, aktivity, energie, ale i utrpení a pomoc“.⁷⁴

Můžeme tedy říci, že dobrovolnictví je více méně spojováno s pozitivními hodnotami. Tento rozměr dobrovolnictví, tedy přínos nejen pro příjemce pomoci, ale i pro samotného pomáhajícího, se začíná v posledních letech více zdůrazňovat.

Jak již jsme se zmínili, žijeme v postmoderní době, které vládne síť supermarketových středisek. Jejich návštěvníci však často uvádějí, že touží uniknout tomuto konzumu a spočinout v něčem, co přináší klid.

Řada výzkumů uvádí, že ke specificky lidským potřebám patří touha po porozumění a sounáležitosti. Jak však žít v tomto světě a přitom pěstovat duchovní kulturu osobnosti, která by nás dokázala oprostít od zaměřenosti na sebe sama a spojila s potřebnými i s duchovní složkou naší osoby?⁷⁵

Snaha naplňovat naši duchovní cestu a žít tak duchovním životem v tomto století, znamená být účastni pomoci bližnímu. Pro skupinu dobrovolníků, kteří vstupují do prostředí smrti a smutku každý den, je právě hospic místo, které vytváří možnost odputání se, meditace a komplementace, která vede ke zklidnění a osvobození.

Z tohoto vyplývá, že základem duchovního života a naší spirituality je vztahování se k tomu, co podporuje kvalitu života, co je povznášející a co nás přesahuje. To však vyžaduje neustálé zamyšlení se nad tím, co činíme potřebným a jak pečujeme o své já a svoji osobnost. Rozvoj člověka v duchovní oblasti znamená účast při utrpení druhých a rozvoj v obětavosti a ochotě účinně pomáhat.

Je tedy zřejmé, že tyto meziosobní vztahy jsou branou lásky k druhým, potřebným. Jejich lidská osobnost nachází skrze snahu o dobro druhých své dobro vlastní.⁷⁶ Prostřednictvím takových opravdových setkání přechází dobrovolník z „přirozena“ do „nadpřirozena“. Tento přechod je možný právě za předpokladu plnění přání lásky jedné osoby, která je nad námi. Spiritualita je zaměřením se na zdokonalování lidského jedince, vede k tomu, aby se člověk plně odevzdal Božímu Duchu lásky. Svou činností mnozí dobrovolníci ani nemyslí na Boha. Avšak ve službě druhým osobám, umírajícím, zapomínají sami na sebe. Plně tak dozrávají a jsou připraveni odpovídat na výzvy milosti, která je zdokonaluje. Základem duchovního života je pokora, ta se

⁷⁴ Srov. MYDLÍKOVÁ, E. *Individuální hodnota dobrovolnictví*. Sociální práce, 2005/1, s. 145-148.

⁷⁵ Srov. SMÉKAL. *O lidské povaze:krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s.158.

⁷⁶ Srov. JAMES, C. E. *Současná spiritualita*, s. 47.

projevuje vztahováním myšlenek na druhé. Opravdová spiritualita se vyznačuje plněním požadavků osobní lásky Boží. Náš opravdový duchovní růst tak signalizují nejen modlitba, ale stejně tak činnost ve prospěch druhých. Z toho vyplývá, že celková snaha člověka o dokonalost je možná skrze posvěcující činnost Boží. Ta se odehrává pod vlivem milosti, která jedince osobně přitahuje a dává mu tak účast na božském poznání a lásce. Dobrovolníci, kteří přijmou tuto pravdu, si uvědomují, že svojí službou napomáhají člověku k dosažení jeho plnosti života a stávají se tak předmětem pro Boží milost.

U nábožensky věřících dobrovolníků se tak naplňuje a zvyšuje jejich kvalita víry v Ježíše Krista. Jelikož jejich činností, podporováním potřebných, jsou pokračovateli Kristova díla obnovy všeho. Pracují tak pro Boha, protože se věnují těm, které k nim připojil Kristus láskou, jež je pojí s ním.

3.5.1 Kategorie: Smysl života

Transcendentální zkušenosti doprovázejících dobrovolníků jsou plodem velké solidarity s trpícími a nemocnými, které vedou k vyššímu smyslu jejich života. Každý člověk hledá smysl své existence. I když založí rodinu nebo si najde vhodné zaměstnání, splňuje tak jen některé významné rozměry svého života. Tedy pouze jen jeho jednotlivé skutky.

Umírání je dlouhodobý proces, během něhož lidé procházejí tělesným a duševním utrpením. Často kladou sobě, dobrovolníkovi, či lidem, kteří jej doprovázejí otázku, jaké má jejich utrpení význam. Situace, kdy umírající trpí bolestí, samotou, bezmocí a pocitem bezsmyslnosti, jsou i pro mnohé dobrovolníky mnohdy nesnesitelné. Vycházejí však z toho, že každá, i zdánlivě nesmyslná životní situace, má svůj specifický význam, bez ohledu na to, zda jsme jej schopni rozeznat.

Rozpad hodnot, které vedou k vnitřní prázdnotě, V. E. Frankl charakterizuje jako existenciální frustraci zapříčiněnou ztrátou smyslu života. Tato skutečnost dovádí člověka až k zoufalství v němž se zříká sám sebe.⁷⁷

Tato krize po smyslu života může člověka dovést až na nejnižší bod jeho lidské existence a pokud tento bod překoná a objeví pro sebe smysl toho, co se s ním děje, může dospět k vnitřnímu míru. Překlenutím této prázdnoty se otevře k hlubším

⁷⁷ Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 75.

hodnotám. To je cesta k sebepoznání, jejímž smyslem je učit se duchovně i duševně růst.

Smrt tak probouzí v dobrovolníkovi vědomí o jedinečnosti sebe sama a svém poslání, které na tomto světě může vyjádřit pouze on. Tyto myšlenky na smrt mohou dávat životu nový rozměr, zbavují ho strachu a ohrožení, selhání či odmítnutí. A. Grün uvádí příklad jednoho starého pána, který se nikdy nebál. Když se ho ptali, proč je tomu tak, odpověděl: „Protože denně myslím na svou smrt.“⁷⁸

Martina mluvila o změně svého postoje ke světu: „*žiji zde a musím se vypořádat se spousty věcí a je pravda, že teď tady žiji víc účelně než předtím. Nejsem tu sama pro sebe a nejsem tady úplně zbytečně.*“

Velmi důležitou otázku, kterou si kladou nejen umírající, ale i jejich doprovázející při uvažování o smrti, jsou stopy, které chce člověk na tomto světě zanechat. Dát svému životu smysl uplatněním svého poslání na tomto světě.

„...*ted' je pro mě ten život smysluplnější, také se snažím žít tak, aby měl smysl.*“ (Alena)

Tématem smyslu života se ve svých pracích zabývá Frankl, který popisuje tři typy hodnot. Dobrovolníkovi se při doprovázení umírajících otevírá další nová specifická říše hodnot, hodnoty prožitkové. Naplňují ho rozhovory s celým personálem hospice, věnují se četbě pacientům a poslouchají společně příjemnou hudbu. Objevují s umírajícím okamžiky, které se pro ně stávají nezapomenutelné, protože i když jde jen o jediný okamžik, můžeme podle něj měřit velikost života. Časem, když se nemocný vydává na svoji poslední cestu, obrací se doprovázející k těm nejvyšším hodnotám - postojovým.

„*Bylo velmi těžké, když mně v hospici umírala kamarádka. Byla jsem dlouho kvůli tomu nešťastná. Pak jsem si uvědomila, že takový je prostě život a já jsem mohla být u ní. To mi taky pomohlo se s tím smířit. Vědomí toho, že jsem udělala vše, co jsem mohla.*“ (Alena)

Přijme-li doprovázející nemoc umírajícího jako příležitost, může se právě ona zákeřná choroba stát tím nejcennějším a nejplodnějším úsekem jeho života, protože život má smysl i v utrpení, v bolesti, ve smrti a právě v této zdánlivé bezmoci může dobrovolník tyto hodnoty uplatňovat. Každý z nás se může svobodně rozhodnout jaký postoj zaujme a jak situaci přijme vůči nezměnitelnému osudu.⁷⁹ Právě tento postoj,

⁷⁸ Srov. GRÜN, A. *Smrt v životě člověka*, s. 11.

⁷⁹ Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 62-70.

smíření se se smrtí, může dát zpětně smysl celému jeho životu. Pokud ukážeme člověku úkol, je to nejlepším řešením, které mu může pomoci nalézt jeho vnitřní klid. Lépe však, když si tento úkol osoba vybere sama nebo tím lépe, jde-li o poslání. S tímto tvrzením souhlasí i Hillman a dodává, že každý člověk se rodí se svým osudovým posláním. Budeme-li se tímto úkolem řídit, můžeme se plně rozvíjet a stát se tak výjimečnou osobností.

3.5.2 Kategorie: Víra a naděje

Testem skutečného křesťanského společenství je chování k nemocným a lidem na okraji. Takový trpící dokáže svojí opravdovostí tuto komunitu obrátit. Nemocní totiž nastavují každému společenství zrcadlo, proto je důležité opřít svoji pozornost právě k nim. Podstata doprovázení spočívá v prosté přítomnosti a blízkosti. Pro toho, kdo se věnuje doprovázení nemocných, není důležité, zda je to laik či duchovní, se dostává blíže ke svému nitru. Umírající je na této cestě s ním, stává se průvodcem i kontrolou. V jejich putování je s nimi přítomen Bůh.⁸⁰

Každý z nás má poslání, které může vykonat jen on sám. Naším příkladem může být Ježíš, který svůj život vyjádřil ve své poslední hodině před smrtí, když svým učedníkům myl nohy. Tento úkon se stal znamením lásky, v němž vyjadřuje, co bylo smyslem jeho života. Jeho jednání inspirovalo další, aby jej následovali. Pro někoho je tato stopa pohotovost pomoci druhému v nouzi. Právě v těchto hodnotách, hodnotách tvůrčích, které člověk realizuje nezištnou pomocí bližnímu, doprovázením umírajícího, spatřuje dobrovolník naplnění cesty svého života. Ptáme-li se sami sebe co tomuto světu chceme dát, co mu tu máme zanechat, setkáváme se se svou jedinečností, se svým neskresleným obrazem, který si o nás utvořil Bůh.⁸¹

„Já jsem člověk věřící a doprovázením umírajících získávám pocit, že pomáhám, jako Ježíš pomáhal a staral se o trpící. To mě obohacuje, vím, že jsem užitečná v pomoci lidem, kteří pomoc potřebují.“ (Alena)

Věřící dobrovolníci plní doprovázením své poslání. Jsou nablízku a milují bližní, tak, jak je stvořil sám Bůh. Jelikož služba člověku a služba Bohu je v nerozlučitelné jednotě, vlastní činy věřícího pomáhají nejenom každému jednotlivci, ale jsou také účinným znamením Boží vlády. Ulehčit umírajícím tak znamená ulehčit i Ježíši Kristu.

⁸⁰ Srov. PERA, W., WEINERT, B. *Nemocným nablízku*, s. 52-63.

⁸¹ Tamtéž, s. 9.

V každém okamžiku se mohou laici stát kněžími. Jejich oltářem je nemocný člověk a obětí, kterou vydávají, se stává láska.

Dobrovolníci mohou spatřovat reálnou přítomnost Ukřižovaného v trpícím člověku, která odpovídá přítomnosti Krista v eucharistii.⁸² Právě tímto způsobem je možné se v „umírajícím“ setkávat s Ježíšem Kristem.

Naděje patří mezi základní vlité ctnosti, které jsou předmětem křesťanské tradice. Pomocí nich je člověk orientován k duchovnímu růstu a směřuje mravním úsilím ke své spáse. V anglosaském původu je slovo naděje vyjádřeno jako pocit, že to, co je chtěno, se stane. Máme-li tedy naději, věříme v to, co si přejeme, v co doufáme a po čem toužíme.

V Eriksonově pojetí vývoje se setkáváme se skutečností, že ten, kdo si nevytvoří tuto základní schopnost doufat, prožívá pak svůj život s nejistotou a zoufalstvím. Jak se učit naději, jak ji obnovovat u svých blízkých, když si zoufají a nevidí žádné řešení?

Jsou to právě dobrovolníci, kteří se setkávají s umírajícími v terminálním stádiu nemoci a naděje je jediné v co mohou doufat.⁸³ „*Jednou jsem doprovázela pána, který byl ležící, nemohl chodit. Měl hrozně velkou vůli, pořád se ptal doktorů, jestli, když bude cvičit, jestli může ještě někdy chodit. Říkali mu, že je to nemožné, že se s tím bude muset smířit. Každý den tento pán cvičil, strašně urputně, až jsem viděla, že ho to bolí. Po půl roce se mu to opravdu podařilo. Nechodí sice sám, ale s dopomocí, může být na vozičku nebo o berlích, ale dokázal to. Řekl si prostě, že chodit chce a taky bude a dokonce se dostal z hospice domů. Když tohle vidíte, říkám si, že nikdy nemůžu ztráct naději ve všem co dělám, i když mi někdo říká, že to nemá smysl, naději nikdy neztrácím. Potvrdilo se mi, že ta opravdu umírá poslední.*“ (Miroslava)

Uplatňováním této cesty dospějeme k posílení naší angažovanosti při hledání možných alternativ řešení. Důvodem je skutečnost, že naděje je postoj aktivní i v situacích důstojného přijetí našeho údělu.

Cílem duchovní péče o umírající je tedy potřeba přítele, doprovázeče, který je ve chvílích osamění přítomen a sdílí s ním i okamžik nejtěžší - loučení. Právě člověk žijící s Kristem umírá s vnitřním pokojem, jistotou a beze strachu. Zdrojem těchto duchovních hodnot je Bůh, s nímž žije v osobním společenství. Tito doprovázející se

⁸² Srov. POMPEY, H. RoSS, P.-S. *Kirche für andere. Handbuch für eine diakonische Praxi*, s. 348-364.

⁸³ Srov. SMÉKAL. *O lidské povaze:krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s.173.

mohou opřít o zaslíbení, ve kterém je Bůh nikdy neopustí a nezřekne se jich. Ví, že tělesná smrt je přechodem do nebeského domova. Věřící doprovázející mohou tuto jistotu hledat v životě, díle, víře, naději a lásce v Ježíše Krista. Jednou každý z nás předstoupí před poslední soud a kritériem u tohoto soudu bude přístup k chudým, trpícím, tedy samotná pomoc bližnímu.

Podobenství o milosrdném Samaritánovi patří k evangeliu o utrpení. Ukazuje taktéž jaký vztah máme mít k trpícímu člověku. Nesmíme se mu nevšímavě "vyhnout", ale "přistoupit k němu". Milosrdným Samaritánem *je každý člověk, který přistoupí k utrpení druhého člověka*, ať je jakékoli. Tento přístup nemá být bezohlednou zvědavostí, ale ochotou pomoci. Je to vnitřní připravenost srdce, jež vyjadřuje i soucítění. Milosrdným Samaritánem *je každý člověk vnímavý k utrpení druhých*, člověk "pohnutý soucitem" k neštěstí bližního. Jestliže Kristus, který zná dobře nitro člověka, tento cit zdůrazňuje, říká tím, že je důležitý pro celý náš vztah k utrpení druhých. Je tedy nutné v sobě tuto vnímavost srdce pěstovat, neboť svědčí o soucitu s trpícím. A ten je někdy jediným a hlavním důkazem naší lásky k člověku postiženému zlem a jeho účasti s ním. Dá se tedy říci, že tak dobrovolníci dávají sebe sama, své vlastní "já", které otevírají druhému. Dotýkáme se zde klíčového bodu celé křesťanské nauky o člověku. Člověk může "sám sebe plně nalézt jen v opravdovém darování sebe samého".⁸⁴

I lidé, kteří nepraktikují žádnou víru, mohou své dny prožívat duchovně a povznášejícím způsobem. Důvodem se stává hodnotná služba, kterou jistě doprovázení umírajících je. Hlubokým duchovním zážitkem se jeví i společné bohoslužby, které rekapitulují a připomínají život Ježíše Krista. V rámci tohoto společenství se v těchto lidech často vzbuzuje posvátné vzrušení. Pokud jsou alespoň z části informováni a nechají na sebe působit atmosféru bohoslužby, mohou pocítit otevření nového vztahu s něčím, nebo někým, co je přesahuje. Jedním z dalších aspektů pro obohacení duchovního života, které může čerpat z křesťanské tradice církevního roku, je uspořádání života do smysluplného souladu.⁸⁵ Je to určitý harmonogram plánů, činností, jejich kontroly, hodnocení a nových cílů, které vedou k osobnímu růstu. Časem tak zjistíme, že se umíme lépe vcítit do druhých a naslouchat jejich oprávněným potřebám. Tak můžeme probouzet naši spiritualitu a přenášet ji i do obyčejných věcí

⁸⁴ 2. vat. koncil, Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes*, čl. 24.

⁸⁵ Srov. SMÉKAL. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 184.

našeho každodenního života. Pocítíme tak, jak nám naše služba bližnímu umožňuje vidět krásu všednosti jiným pohledem.

Lásku mohou přijímat pouze ti, kdo jsou milováni. Duchovní život osoby tedy spočívá v uznání druhého. Mít vzpomínku na pacienta, vzpomínat na setkání, to vše patří do spirituálního života. Duchovní člověk je člověkem komunikace a stále větší lásky. Hodnoty světa umírají pokud se nestanou skutečnou službou, komunikace a osobního setkání mezi lidmi.⁸⁶

3.5.3 Kategorie: Změna žebříčku hodnot

Kráčet po duchovní cestě znamená i upravení priorit. Není však nijak řečeno, že bychom se měli oprostít od angažovanosti v tomto světě. Právě ti, kteří chtějí žít s evangeliem, musí neustále obnovovat své vztahy k bližním a potřebným. Abychom mohli žít v dnešní společnosti duchovně, je nutné se zaměřit na plnění našeho životního údělu s opravdovostí a poctivostí. Především tedy neulpívat, ale pomáhat svým bližním.⁸⁷ Také tím, že tříbíme svůj cit pro hodnoty, zvyšujeme kvalitu života ve společenství. Vědomím reality smrti dochází také u dobrovolníka ke změně jeho priorit.

„To vědomí smrti mi pomáhá si uvědomovat ty hodnoty, které jsou v životě opravdu důležité. Uvědomuji si tak víc důležité věci a míň důležité věci v životě.“ (Aleš)

„Ted' mi záleží na každém dni, aby byl ten nejlepší, protože vím, že zítřek už nemusí být a dřív mi záleželo na tom, co si o mě druzí lidé myslí.“ (Hana)

„Ted' беру věci s nadhledem. Vzpomenu si na pacienty v hospici a řeknu si, že jsou na světě důležitější věci. Přehodnotil se mi tak žebříček hodnot. Záleží mi víc na rodině, už nemusím mít vše po čem toužím. Ted' si uvědomuji, že je opravdu důležité mít někoho, až budete umírat.“ (Martina)

„Člověk přehodnotí priority v životě. Dřív jsem řešila nesmysly. Ted' si říkám, že můžu být ráda, že v mojí rodině není třeba zhoubná nemoc. Člověk si začne vážit víc zdraví, už mu nejde o peníze nebo hádky v rodině.“ (Alena)

Dalším duchovním rozvojem u doprovázejících dobrovolníků, kteří si připouštějí realitu vlastní smrtelnosti, dochází k upevnění rodinných vazeb a vztahů k ostatním

⁸⁶ Srov. RUPNIK, M. *O duchovním rozlišování: cesta k dokonalosti*, s. 31.

⁸⁷ Srov. SMÉKAL. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 168.

lidem. Tak, jako pro umírajícího se stává smrt příležitostí k odpuštění starých křivd⁸⁸, tak i dobrovolní doprovázející se mohou zabývat nevyřešenými věcmi ve svém životě nebo jsou schopni si je vyříkat či odpustit. Právě vědomí, že rodinu netvoří materiální rozměr, či sociální vztahy, ale pro opravdovou rodinu jsou určující především vnitřní duchovní spřízněnost a jednota. Ono sdílení se v někom a něčem větším než jsme my sami. Tak můžeme být schopni komunikovat prostřednictvím hodnot a kritérií duchovní dimenze a se sebou samými, sledovat následky svého jednání na druhé osoby a měřit své úmysly i činy mravními normami a požadavky na život pod Zákonem. Smrt se tedy stává prospěšnou v prohlubování vztahů k ostatním lidem, vzbuzuje více tolerance a vyrovnanosti.

K rozvoji dochází také v tělesné oblasti. Při uvědomění si smrti dříve, než se s ní bude muset sám setkat, ho blízká smrt nutí přehodnocovat špatné návyky. Právě tato skutečnost mu dává příležitost k tomu, aby si mohli vážít svého zdraví. „*Snáším se žít víc zdravě, mít zdravý životní styl, sportovat, vedu k tomu i rodinu.*“ (Alena)

Důsledkem může být zpomalení životního tempa. Dochází tak k přehodnocení dosavadních hodnot. Do centra pozornosti se tak dostává péče o zdraví, posílení citových vazeb v rodině, láska.

Tak, jak již jsme několikrát zmínili, duchovní život vyžaduje harmonizaci všech tří složek lidské osoby, tedy tělesnou, duševní i duchovní. V. E. Frankl hovoří o „vzdorné síle ducha“. Osobnost dobrovolníka se může pomocí duševní hygieny, která je v jeho praxi nezbytná, kultivovat a regenerovat. Člověk tak s její pomocí oživuje svou mysl, svůj vztah k druhým a ke své rodině.

Smrt a umírání nutí dobrovolníka zaobírat se důležitými věcmi ve svém životě. Uvědomění si vlastní smrti znamená pro doprovázejícího, žít pozorně a bděle. Blízkost smrti ho učí vážít si života.

3.5.4 Kategorie: Láska a pozitivní emoce

Pojem láska má mnoho podob. Je to například latinské *amor*, tedy láska milenecká, je v ní vyjádřená touha a vášeň po milovaném člověku. Avšak ten, kdo staví svůj vztah pouze na tomto typu, lásku postihne brzy žárlivost a nenávist. Láska

⁸⁸ Srov. SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 32.

znamená víc. Je to především *caritas*, milosrdná láska k chudým a potřebným, která je ochotná dát se tomu druhému k dispozici.⁸⁹

Jednota lásky se zakládá na třech dimenzích. Tělesné, duševně – sociální a duchovní. Jen pokud jsou tyto tři rozměry součinné, může člověk zakusit plné bohatství lásky. Výzkumy dokazují, že láska má blahodárný účinek na somatickou stránku, tedy zrychluje uzdravování, obnovuje energii a dává chuť do života. Opravdovost se však pozná nezištným darováním a neočekáváním odměny. Jelikož všichni toužíme po lásce a náklonnosti druhých, ale ne všichni už dokážeme stejně tak dávat.

Měli bychom si uvědomit, že veškeré naše jednání, hledání smyslu života, touha po poznávání, je skrytým výrazem hluboké touhy po lásce. Ztráty, kterými dobrovolníci při doprovázení procházejí a schopnost vyrovnávat se s nimi, umožňují vhléd do sebe, vnitřní zrání a osobní růst.⁹⁰ Splňují jejich schopnost milovat. Schopnost milovat naplňuje náš život, naše umírání i naši posmrtnou existenci.

„Obohacuje mě to o nová přátelství. Měla jsem paní, za kterou jsem chodila asi rok a staly jsme se přítelkyně.“ (Alena)

Rozvoj spirituální stránky jedince tedy úzce souvisí s potřebou lásky jako jedné z nejdůležitějších oblastí, kterými musí disponovat dobrovolník při doprovázení člověka v terminálním stádiu onemocnění. Hovořili jsme o tom, že milovat bližního je možné jen za předpokladu vlastního přijetí sama sebe. Toto přijetí je naplněno a splněno umožněním nechat se milovat. Proto důvěrné navázání vztahu mezi dobrovolníkem a umírajícím naplňuje u obou tuto potřebu lásky. Nejen pacient, ale i dobrovolník spatřují při kontaktu s nemocným pocit citové jistoty a bezpečí.

„Když jsem někomu řekl, že chodím do hospice, tak byl hodně překvapený. Proč hospic, vždyť tam lidi umírají. Odpovídám jim, že to vnímám velmi pozitivně. Není to o umírání. Nevnímám toho člověka jako umírajícího, ale jako člověka, který dál uskutečňuje svůj život a já se mu snažím být v tom užitečný.“ (Aleš)

Pocit užitečnosti se objevuje u všech dotazovaných dobrovolníků.

⁸⁹ Srov. SMÉKAL. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 177.

⁹⁰ Srov. JAKOBY, B. *Tajemství umírání*, s. 89.

„Z hospice odcházím s dobrou náladou, protože mám ze setkání takový příjemný pocit, že jsem byla prospěšná a využila jsem užitečně čas. Je to skvělý pocit, když si s pacientem povídám a oba se smějeme.“ (Martina)

„Jsem teď šťastnější, relaxovanější, každý týden mám jakoby takovou očistu. Připadám si tolerantnější. Mám pocit absolutní svobody a volnosti, když odcházím odsud. Já odcházím nabitá energií.“ (Hana)

„Z doprovázení mám dobrý pocit. Když vezmu člověka za ruku, pohladím ho a třeba mu čtu, všímám si, jak je spokojený. To je pro mě moc důležité. Snaha být užitečný. Cítím se moc dobře, když s ním mohu být, protože jsem jim mohla něco dát, ulehčit mu.“ (Miroslava)

„Přináší mi to dobrý pocit, že jsem někomu pomohla, že jsem mu mohla zpříjemnit den. Mám pocit, že jsem užitečná, protože jsem mu mohla vyplnit tu chvilku na tom světě.“ (Alena)

Jen opravdové a upřímné setkání může přinášet radost. Radost ze života, radost z člověka. Dobrovolník se může radovat z toho, že to byl právě on, který mohl být do poslední chvíle s člověkem, kterého měl rád. Umět vychutnávat mírné stavy štěstí, to je ta pravá dovednost žít. Sdílení radosti se vyplácí, je silnou motivační pobídkou pro překonávání obtíží.⁹¹

Aby takové setkání bylo opravdové, je nutností pociťovat k osobě umírajícího respekt. Právě ona úcta je jeden z dalších projevů spirituální dimenze. Dobrovolník, který přistupuje k umírajícímu s respektem, nemusí být jedincem zvláště dokonalým. Avšak dobrovolníkům je jasné, že disponuje něčím cenným a důležitým. Tato zkušenost se může stát i vrcholným okamžikem se smyslem pro tajemství.⁹²

Péče o staré je přirozenou součástí života, kdy přijetím této nové role a uznáním toho, že člověk prospívá společnosti, dosahuje pocitu vlastní ceny a užitečnosti.⁹³

Pozitivní emocií, která vzniká při setkávání s umírajícím, je také **empatie**, schopnost vžít se do situace nemocného. Toto souznění oba pozdvihuje⁹⁴ a vede ke snadnějšímu porozumění. Lépe tak pochopíme potřeby pacienta, kdy je vhodnější přestat mluvit a podat ruku nebo raději odejít.

⁹¹ Srov. HÁJEK, K. *Práce s emocemi pro pomáhající profese*, s. 55.

⁹² Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie náboženství a spirituality*, s. 62.

⁹³ Srov. BYOCK, I. *Dobré umírání*, s. 122.

⁹⁴ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J., KACZMARCZYK, S. *Poslední úsek cesty*, s. 31.

Řada výzkumů konstatuje, že k významným lidským potřebám patří touha po porozumění a sounáležitosti. Abychom mohli tohoto požadavku docílit, musíme rozumět takovému „jazyku“ lásky druhého a disponovat schopností se jím taktéž vyjadřovat. Nemusíme podotýkat, že ve fázi umírání se do popředí dostávají především gesta, mimika a doteky. Nosným bodem empatie je především umění vytvořit povzbuzující atmosféru a láskyplné přijetí druhého. Neuspěje ten, kdo má hotová řešení na každou situaci a nedokáže vystoupit ze sebe a přemýšlet o pozici nemocného.

„Nejdůležitější je pro mě, když potkám člověka, kterému porozumím, poznám co chce a potřebuje. V té chvíli jsem hrozně šťastná, protože se v danou chvíli naladím na jeho rovinu. Teď dokážu opustit ten reálný svět a vplout do toho jejich...když vcházím za člověkem, tak za ním vcházím jako úplně čistý člověk a Hanu nechávám za dveřmi, snažím se tak vnímat naplno jeho potřeby a myšlenky. Umírající často mluví v šifrách. Např. když vám někdo říká, že jde domů, znamená to, že se s ním máte rozloučit, protože už cítí, že brzy umře.“ (Hana) Schopnost empatie se však projevuje i v osobním životě dobrovolníků.

„Lépe se vciťuji i do lidí mimo hospic a více jim naslouchám. Hospic mě naučil umět znovu komunikovat s lidmi, např. na úřadě, s prodavačkami.“ (Hana)

„U jednoho pána jsem pocítovala maximální naplnění, protože jsem cítila, že uspokojuji jeho potřeby, že si rozumíme a nemusíme ani mluvit. Když už opravdu umíral, byla jsem u něj hodinu, vlhčila mu rty, zpívala a hladila. Pak zemřel. V té chvíli jsem měla dobrý pocit, opět naplnění, protože jsem mohla být u něj, že neumřel sám. U něj jsem vlastně poprvé zjistila, že ta smrt nebolí.“ (Miroslava)

„Dobrovolnictví mě také obohacuje v tom, že poznávám co člověk chce, dokážu vycítit, co člověk potřebuje, nebo, že třeba nemá dnes náladu si povídat.“ (Alena)

V době, která předchází smrti, se umírající odpoutává od vnějšího světa a obrací se k sobě. Doprovázejícího učí tato situace využívat takových forem komunikace, které můžeme v této fázi nabídnout. Je to přítomnost a tichá spoluúčast, protože člověk, který se obrací do svého nitra, má menší potřebu mluvit.⁹⁵ Slova ztrácejí svou důležitost. Být potichu se stává smysluplnější. Poznáváme tak léčivou sílu ticha. Pozitivně na nás působí již samotné setkání, aniž bychom museli komunikovat.

⁹⁵ Srov.Informační tiskopis. *Jak být nablízku*. Praha: Cesta domů. s. 5.

„Připadám si nejvíce platná, když navážu kontakt, i když člověk nemluví. Čtu z jeho očí. To jsem dřív neuměla. Myslím si, že dokážu poznat co chtějí. Třeba jen držet za ruku.“ (Miroslava)

M. Nakonečný uvádí, že člověk potřebuje druhého člověka už jen proto, že prakticky všechny své vlastní potřeby uspokojuje v interakci s jinými lidmi.⁹⁶ Jsme jakoby vytrženi z našeho všedního života a můžeme tak zakusit dotek věčnosti. Může to rozšířit i dobrovolníkův pohled na život a ukázat mu tak doposud nepoznané způsoby komunikace. Není třeba tedy mnoha slov nebo pouštět se do hluboké filozofické diskuse. Podstatná je snaha o vytvoření atmosféry důvěry, jistoty a bezpečí. Soulad mezi verbální a neverbální komunikací. Oči jsou důležitým aktérem sdělování, pohled může být obohacující a povzbuzující, někdy z něj však můžeme vycítit i bolest. I z polohy těla může dobrovolník vyčíst mnohé. Nemocný tak vyjadřuje ochotu či nechuť k dialogu, aktivitu či pasivitu. Je rozdílem, zda se k nemocnému skláníme z výšin nebo si přisedneme k lůžku a snížíme se tak na jeho úroveň, jelikož ten kdo stojí, vyvolává představu, že již musí zase jít.

„Tady vidíte toho člověka v pravém světle, tady v tomhle stadiu poznáte člověka takového jaký je, tady se nikdo nepřetvařuje.“ (Martina)

Někteří pacienti tak dávají dobrovolníkovi sílu, ukazují mu, jak nesou své utrpení, jak se vyrovnávají se svou vlastní konečností. Ukazují nám, jak žít. Pomoc a služba pro umírajícího jsou prostředkem ke štěstí a dobru, které vedou k naplnění naší existence. Uskutečňováním charis se pěstuje víra, naděje a láska, které se blíží k poznání a nalezení životního smyslu.⁹⁷

Je tedy zřejmé, že dobrovolnictví vede k dokonalosti lidské osoby, jelikož předpokladem pro něj je uznání práv a potřeb pacientů a odpovědnost za ně. Jejich sebepřekročení nalézáme v jejich oddanosti k potřebným. Tedy altruismus je možností k rozvoji naplnění osobnosti dobrovolníka.

3.5.5 Kategorie: Seberealizace

Uskutečňováním poslání, být doprovázejícím v blížící se smrti, dochází k naplnění existence dobrovolníka. Jeho osoba se stává v této službě umírajícímu nenahraditelná a jedinečná. Dobrovolnictví dává také prostor k seberealizaci např.

⁹⁶ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*, s. 244.

⁹⁷ Srov. TAVEL, P. *Smysl života podle Victora Emanuela Frankla*, s. 178.

nezaměstnaným či starším lidem, kteří tak mohou uspokojovat svoje vyšší potřeby. Stejně tak se v některých dobrovolných činnostech mohou angažovat i handicapovaní. Dobrovolníci v hospicích se totiž mohou věnovat činnostem, na které běžní pracovníci nemají čas, které mají ale pro poskytované služby velký význam. Právě v hospicích a nemocnicích mohou naplňovat volný čas pacientů, povídat si s nimi nebo být pro ně jen společníkem. V neposlední řadě je pro dobrovolníky velkým přínosem získaná či posílená sebedůvěra, pocit užitečnosti. Doprovázejícím, kteří pocházejí z tzv. sociálně slabých skupin, může dobrovolnictví nabídnout způsob, jak se zařadit do společenského dění, nezaměstnaným pomáhá získat zkušenosti, které v budoucnu využijí při práci. Zdravotně postižení se díky dobrovolným aktivitám zapojují do společnosti, která je potom lépe chápe jako její samozřejmou součást.⁹⁸

Vyhodnocením poskytnutých asociací vyšlo najevo, že dobrovolnictví je vnímáno jako zdroj tepla, lidskosti a pozitivních citů. Uspokojuje potřebu integrace člověka do společnosti, touhu někam patřit a mít tam své postavení.

Dobrovolník je vnímán jako „stavitel mostů“ (od klienta ke společnosti), propojuje nevyrovnaná místa ve společnosti a obnovuje tím harmonii. Dobrovolnictví dává příležitost realizovat a rozvíjet hodnotu lásky k bližnímu, utváření přátelství, duchovního pochopení, akceptace druhého člověka takového jaký je, hodnotu prožití plnohodnotného života, hodnotu pomoci, sebedůvěry, sebeúcty a spokojenosti s dobře vykonanou prací. Mezi barvami, se kterými dotazovaní dobrovolnictví asociovali, byla červená, kterou autorka uvádí jako symbol lásky, zelená, jako naděje a modrá, jako harmonie.⁹⁹

V současné době bývá zejména mezi mladými lidmi osobní přínos z dobrovolnické činnosti jedním z významných faktorů, proč se do dobrovolných aktivit zapojili.

3.5.6 Kategorie: Konfrontace se smrtelností a bolestí

Umírání je skutečnost, která se týká každého z nás. Většinou si ale nechceme takovou skutečnost připouštět, nechceme na smrt myslet, obcházíme ji, snažíme se tvářit, že smrt neexistuje nebo, že je v dalekém nedohlednu. V dnešní době opravdové setkání se skutečným koncem lidského života nevidíme často. V minulosti se umíralo

⁹⁸ Srov. KRÍŽOVÁ, E. *Co dobrovolnictví v soudobé společnosti nabízí?* In Frič, P. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice*, s. 113.

⁹⁹ Tamtéž.

doma častěji, než dnes. Nyní je možné dočkat se vlastní smrti ve vysokém věku, aniž by člověk vůbec viděl, jak se umírá.

H. Haškovcová poukazuje na vnímání smrti u dětí, které jsou často nuceny o tématu umírání mlčet, nehodí se o ní mluvit na veřejnosti. Právě toto jednání brání člověku se osobnostně rozvíjet.¹⁰⁰

Pouze lidé, kteří se s reálnou smrtí setkávají den co den, jako například dobrovolníci v hospici, se stává pro ně smrt běžnou součástí jejich života. Pokud stojíme tak blízko smrti, představujeme si svoji vlastní smrt.

„Dobrovolnictvím v hospici jsem si uvědomil realitu smrti, že život má nějakou hranici. Ted' pro mě není smrt tolik vzdálená jako předtím.“ (Aleš)

„Když vidím umírat člověka, který je se svou smrtí smířený a umí si ještě dělat legraci, tak si představuji, co bude se mnou až budu umírat. Dá se říci, že se od něj tak učím, nebýt ufnukaná, když se něco stane.“ (Martina)

„...i pohled na smrt je jiný, vím, že chci zemřít v hospici. Když bych ted' umřela, tak umřu s pocitem, že jsem byla užitečná a udělala jsem v životě vše, co jsem mohla a jsem srovnaná.“ (Hana)

„Právě hospic mi ukázal jiný pohled na smrt, dřív jsem si myslela, že si smrt každý musíme vytrpět a já tady vidím, že tu lidé jsou takoví zklidnění. Klidně bych šla do hospice umřít.“ (Miroslava)

„Po zkušenostech s umíráním, co mám před sebou, se dívám na smrt jinak. Uvědomila jsem si, že takový je prostě život.“ (Alena)

„Dokud trpíme, zůstáváme duševně naživu“.¹⁰¹ Utrpení, které bývá nejčastěji spojeno s bolestí, v nás probouzí růst. Tím nás dokonce činí zralejší a bohatší ve smyslu našeho duchovního rozvoje. Smrt a stejně tak utrpení a bolest patří k životu. Bez nich by nemohla mít naše existence smysl.¹⁰² Přijmeme-li utrpení umírajících pacientů můžeme se proměnit společně s nimi. Staneme se tak zdrojem života a lásky. Bolest nás nutí hledat zdraví ve svém vlastním nitru.¹⁰³ Právě v podvědomí doprovázejících dobrovolníků tkví skutečnost konečnosti našeho pozemského života a vzácnosti každého okamžiku. Tímto uvažováním si uvědomujeme proč zde jsme, proč se

¹⁰⁰ Srov. HAŠKOVCOVÁ, H. *Fenomén stáří*, s. 52.

¹⁰¹ FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 109.

¹⁰² Srov. FRANKL, V. E. *Lékařská péče o duši*, s. 107.

¹⁰³ Srov. GRÜN, A., DUFNER, M. *Spiritualita zdola: překročit svůj vlastní stín*, s. 70.

namáháme, co nám dodává sílu, abychom se mohli setkávat s umírajícími lidmi a abychom vykonávali dobře svoji práci.

Podle toho, jaký má člověk názor na smrt, jak se na svoji konečnost dívá, prožívá také své umírání. Celý život člověka je tak poznamenán pohledem na vlastní konec pozemského života.¹⁰⁴

Změna osobnosti se u doprovázejících dobrovolníků tedy projevuje především zbavením strachu ze smrti. Tito lidé si tak více uvědomují sami sebe a mohou tak k životu přistupovat beze strachu. Prožitek s člověkem na prahu smrti tedy vede k hlubokým změnám osobnosti.

3.5.7 Kategorie: Krize jako příležitost

Především v kritických situacích se do popředí zájmu dostávají péče a starost o potřebné, soucit a solidarita s těmi, kteří jsou určitým způsobem ohroženi. Právě v těchto dobách krizí lidé k sobě nacházejí cestu. Jsou tedy signálem ke změně, obrácení člověka a přítomnosti lásky ke svým bližním. Je tedy patrné, že tragické události jsou typické pro růst duchovních zájmů. Naše osobní já, které je u většiny lidí často individualizované, se v situacích krizí, jakou je například období umírání a smrti, vztahuje k nadosobnímu já a to také přesahuje.¹⁰⁵ Tato skutečnost vede ke vzniku pevnějších vazeb v naší společnosti a prohlubuje naše vědomí o tajemství konce života.

Krize je šancí, příležitostí k většímu duchovnímu rozvoji osobnosti. Za určitých podmínek se může stát šancí k novému prožívání identity, lze z ní vyjít s novými možnostmi v chování, s novým nadhledem prožívání sebe sama a světa. Krize učí novým strategiím v řešení problémů, otevírá se tvořivý potenciál člověka. Typickou krizí je právě krize truchlení. Pokud tento proces dobrovolník překoná, lépe porozumí sobě samému. Pomáhající osoby podstupují stejný proces, kterým prochází i nemocný.¹⁰⁶ Charakteristické pro doprovázející v procesu truchlení je poslední fáze a to „nového vztahu k sobě a ke světu“. Dvě dobrovolnice ji popisují následovně.

„Už nemám pocit takového toho zoufalství, strachu a beznaděje. Prostě teď beru život takový jaký je, že to, co se má stát, se tak stane a já tomu nijak nemůžu zabránit. Prožívám víc sama sebe. Uvědomila jsem si, že jsem v pořádku, můj život je v pořádku.“

¹⁰⁴ Srov. KŘIVOHLAVÝ, J., KACZMARCZYK, S. *Poslední úsek cesty*, s. 83.

¹⁰⁵ Srov. SMEKAL, V. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*, s. 58.

¹⁰⁶ Srov. KASTOVÁ, V. *Krize a tvořivý přístup k ní*, s. 102.

Došlo ke smíření se vším co bylo a s tím co bude. Jsem v klidu. Ted' беру věci tak, jak jsou. Nedělám si z ničeho těžkou hlavu.“ (Miroslava)

„Člověk se začne dívat na ten život trochu jinak. Už mě nerozhází spousta věcí jako dřív. Nechávám věci víc plynout, uvědomila jsem si, že nemůžu věci ovlivnit.“(Martina)

Člověk potřebuje k uspokojení svých potřeb společenský kontakt, který je nazýván také jako potřeba emočně sociálních kontaktů. Každé dítě má potřebu osobního kontaktu nejprve se svým rodičem, sourozencem, později s kamarády a v dospělosti se svým životním partnerem a také s určitou společenskou skupinou.

Lidé, kteří se sdružují v určité společenské skupině, mají smysl pro soužití, jsou více oblíbení a dovedou se zpravidla dobře prosadit. Nezřídka mají dobrou vitalitu, jsou živí, temperamentní, realističtí a disponují též schopností sebevyjádření. Toto vědomí sociálního místa může posilovat taktéž sebedůvěru a sebevědomí jedince.¹⁰⁷

Dobrovolnictví v hospici nabízí setkávání se s druhými lidmi v rámci společenských aktivit. Jsou to pravidelné mše svaté, setkání pozůstalých, u kterých jsou dobrovolníci přítomni. Navíc dobrovolník se stává členem skupiny. Tito členové mají pocit sounáležitosti - někam patří. Tato skupina disponuje svojí hodnotou a dynamičností, která poskytuje vzájemnou podporu svým členům. Nově získaní přátelé zaručují nové zážitky, nová řešení problémů, nový pohled na svět a samozřejmě také zábavu.

Poskytuje mimo jiné způsob, jak smysluplně trávit volný čas a jak získat nové zkušenosti a vědomosti a navázat nové přátelské vztahy. Dává příležitost setkat se s lidmi s podobnými názory a vnímáním světa a tyto názory rozvíjet a konfrontovat.¹⁰⁸

Ukotvení této specifické skupiny lidí probíhá také v pravidelných supervizích, kde mohou dobrovolníci sdělovat své pocity, myšlenky a obavy. Vše vyřčené si tato skupina i ponechává mezi svými členy. *„Díky supervizím mohu vyventilovat své pocity a ze zkušeností čerpám i pro sebe. Také si povídáme, jak s klienty pracujeme a já se mohu inspirovat.“* (Alena)

Právě supervize je prostředkem kvality doprovázení. Dobrovolníci se pomocí ní mohou nejen vzdělávat, ale zvyšují si také odpovědnost vůči pacientům i personálu. Brání se tak sklouznutí do necitlivosti vůči potřebám klientů nebo ignoraci kolegů. *„Supervize*

¹⁰⁷ Srov. KOHOUTEK, R. *Poznávání a utváření osobnosti*, s. 105.

¹⁰⁸ Srov. MYDLÍKOVÁ, E. *Individuální hodnota dobrovolnictví*. Sociální práce, 2005/1, s. 113.

mi dává impulsy k přemýšlení. Je to zajímavé srovnávat s dalšími dobrovolníky.“(Miroslava)

„Je to hodně zajímavé setkávat se s dobrovolníky. Je to přínos, protože na tom setkání se dozvíte nějaký poznatek nebo se nahodí nějaký problém, který zrovna řešíte vy sama a můžete o tom diskutovat. Ted' jsem odhodlanější, protože vím, co mohu.“(Martina)

3.5.8 Kategorie: Změna vnímání času

Můžeme se setkat s postojem, že smrt, časová konečnost našeho života, může vzít člověku smysl. Představme si však život, který by nebyl časově ohraničený. Kdybychom byli nesmrtelní, mohli bychom odsouvat naše jednání donekonečna. Tak bychom si nechali ujít jedinečné příležitosti, které tvoří život.

Když se zamyslíme nad situací, že nám zbývá pouze rok života, stává se vědomí blízkosti smrti výzvou k tomu, aby se žilo opravdově a intenzivněji.¹⁰⁹ Tuto skutečnost však prožívají i dobrovolní doprovázející, kteří tráví čas u lůžka umírajícího.

Společným ukazatelem, jak na nás blízkost smrti působí, je změna vnímání času. Naše životní tempo se začne zpomalovat a život prožíváme vědoměji. Pokud se setkáváme s umírajícím člověkem, kterému zbývají poslední hodiny či dny, jsme nuceni rozvázněji nakládat s časem.

„...jinak vnímám čas, snažím se dělat věci tak, aby to bylo užitečné, chci využít každé chvíle, protože ted' vím, že život je hrozně pomíjivý.“(Aleš)

„...již nechci ztrácet čas s lidmi, kteří si jen stěžují. Vy máte před očima lidi, kteří si nenařikají a mohli by, kdežto ostatní řeší jen prkotiny. Vnímám to tak, že čas je pro mě moc vzácný na to, abych ztrácela čas s těmito stěžovateli.“(Hana)

V procesu doprovázení v hospici mohou dobrovolníci vidět nemocného jen jednou. Přijdeme-li podruhé, už nemusí být živý. Proto nás přítomnost s člověkem v terminálním stadiu učí využít každého dne, každé hodiny, jako by byly těmi posledními. *„...taky si začnete více uvědomovat, že když odejdete jen na malou chvíli, může člověk zemřít, proto každé loučení musíte brát jako to konečné.*“(Miroslava)

Právě toto jednání přenášejí dobrovolníci i do vztahu ke své rodině a svým blízkým. *„...každý okamžik strávený s umírajícím, ale i s lidmi v mém osobním životě,*

¹⁰⁹ Srov. GRÜN, A. *Smrt v životě člověka*, s. 9.

beru jako by byl ten poslední. Když vidím člověka umírat, představuji si svoji vlastní smrt a proto chci využít každé chvílky, ještě cestovat.“(Alena)

Změna perspektivy času nutí dobrovolníky plánovat věci do kratších časových úseků než dříve. Od tohoto chování se odráží i důležitost problémů, jakou jim přisuzují. Najednou vidí cennější věci, kterými je třeba se zabývat.

To konstatuje i Svatošová, která dodává, že jistě budeme se svým časem hospodařit mnohem moudřeji, když si uvědomíme, že každý jednotlivý okamžik našeho života je neopakovatelný, vyskytne se jen jednou a nikdy už nemusí nastat. Příští okamžik je již zase jiný a rovněž neopakovatelný. Každý v sobě skrývá příležitost vytvářet hodnoty, kterými život nabývá smyslu.¹¹⁰

Kdybychom existovali neomezeně, zbývalo by nám na vše dostatek času a odkládali bychom tak vše do nekonečna. Pokud bychom byli totiž nesmrtelní, nemohli bychom si vážit vzácných chvil, které v životě prožíváme. Právě toto vědomí nenávratnosti času se stává rozhodujícím v našem konání. Když se takto naučíme chápat sebe i druhé budeme se k sobě chovat s úctou. Toto je cesta ke sebezdokonalování. Blízkostí smrti dobrovolní doprovázející začínají vnímat lidské bytí jako dar. Každým dnem mohou děkovat za to, že žijí. Mohou se těšit z každého nového dne a jsou vděční za každý nový okamžik ve svém životě.

Tuto skutečnost popisuje i psycholožka de Hennezelová, která doprovázela pacienty v Hospici ve Francii. Doprovázení umírajících ji dodalo nesmírnou energii do života, touhu a chuť objevovat nové.¹¹¹

3.5.9 Kategorie: Rozvoj teoretických dovedností

Dobrovolníci jsou pro činnost doprovázení ve většině hospiců školeni. Získávají tak dostatečnou míru rozvoje v praktických i teoretických dovednostech.

V pokoji klienta je dobrovolník často sám, musí si umět poradit v obtížné citové i vztahové situaci. Nesmí ztratit hlavu při náhlých komplikacích fyzického stavu umírajícího, než přijede povoláná sestřička nebo lékař. Je v roli pomocníka nejen umírajícímu, ale i jeho rodině. Stává se oporou rodině v prvních chvílích a hodinách po smrti jejich blízkého. *„Člověk je v kontaktu s příbuznými umírajícího. Mám pocit, že tady můžu taky něčím přispět, něco ovlivnit. Znala jsem paní, která dala svoji maminku do hospice a měla z toho velké výčitky. Vždy jsme si spolu povídaly, tak mi říkala, jak je*

¹¹⁰ Srov. SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet*, s. 43.

¹¹¹ Srov. de HENNEZEL, M. *Smrt zblízka*, s. 18.

ráda, že jsem s ní, že by vůbec nevěděla jak s maminkou komunikovat. Čtu proto teď každou knihu, která je s tím spojená, abych věděla co poradit, říct.“(Miroslava)

Odborná příprava se skládá z teoretické části, kde získá dobrovolník dostatek informací z oblasti psychologické a spirituální. Dále v problematice hospicové péče včetně komunikace s pacientem, rodinou a pozůstalými. Spolupracuje-li dobrovolník dlouhodobě s hospicem, je mu nabídnuto sebevzdělávání a prohlubování si znalostí v oblasti nejen hospicové péče. Tento přínos informací a praktických dovedností může dobrovolník uplatnit při doprovázení své rodiny a jeho blízkých, ve studiu nebo v zaměstnání. Přípravné vzdělání k doprovázení umírajících je tak skutečně něco jako odměna, jelikož dodává síly a umožňuje svobodný život tváří v tvář smrti. Vnitřní růst a vlastní rozvoj jsou nutné k tomu, aby doprovázení umírajících přinášelo ovoce.

3.6 Shrnutí analýzy rozhovorů s dobrovolníky v hospici

V této podkapitole se soustředíme zvláště na závěry z analýzy mnou provedených rozhovorů, která již byla využita pro ilustraci výše představených kategorií duchovního rozvoje dobrovolníka vytvořených především na základě studia odborné literatury a pramenů. Tato krátká podkapitola je zaměřena na shrnutí hlavních výsledků analýzy mých rozhovorů. Oblasti, které spiritualitu vystihují, jsou na základě provedeného výzkumu tyto:

Transcendentní dimenze, která se vystihuje zkušeností a vede k sebepřesahu a tak vrcholného prožitku. Jistota smyslu života, která je založená na autentickém hledání, kterým je pro doprovázející dobrovolníky osoba umírajícího člověka. Tímto naplňují své životní poslání, které se identifikuje nalezením života skrze jeho ztrátu - smrt. Další oblastí je nezávislost na materiálních hodnotách této společnosti a vážnost lidské existence, která se projevuje radostným ceněním si života. Tyto postoje, prožitky a přesvědčení, mají nemalý vliv na vztah nejen k sobě samému, k druhým, ale i přírodě a k tomu, co člověk považuje za Nejvyšší. Někteří i uvádí pocity a stavy jako jsou ztráta vnímání prostoru a času, kontakt či vědomí jednoty všech věcí. Prožívají však i zkušenosti jako je cit, údiv či nespoutaná radost. Právě tato extrémní psychická blízkost ve vztahu lásky je označením rovněž spirituální dimenze. Jde totiž o prožitek, který vede k překročení hranice mezi Ty a Já.

Žít duchovním životem znamená oprostít se od svého já, ale současně plnit tento úkol, být na blízku druhým. Být naplněn štěstím spočívá v této službě, která zároveň působí na ono zlidšťování světa. Být zde pro druhé učí dobrovolníky novým schopnostem a dovednostem, které rozvíjí jejich lidství. Právě bytí člověka se uskutečňuje setkáním s druhým člověkem. Toto střetnutí vyžaduje solidaritu, která podporuje celkové osvobození zevnitř podle vzoru Kristova. Smíření se smrtí a jejím strachem z ní odhaluje dobrovolníkům tajemství jejich existence. Spiritualita v sobě pojí především péči o sebe a potřebné lidi, což má za cíl sebenalezení prostřednictvím sebepřekročení. Tímto vztahem pak pěstují úctu, pozornost, radost, tvořivost, soucit ale také snahu o sjednocení s Bohem. Objetí s umírajícím, značí duchovní objetí a spojení člověka s Bohem.

Hlavní kategorií zkoumání byl duchovní rozvoj dobrovolníka na základě zkušeností při doprovázení umírajících pacientů v hospici. Takové setkání se pak může stát rovnocenným obohacujícím setkáním lidí, nezaplacitelnou zkušeností a jak doprovázející tak doprovázený z něj mohou mít přínos. Ukázalo se, že jakmile umírající člověk dosáhne ve svém vývoji mezníků, v nichž zakusí lásku k sobě samému i k druhým lidem, projde završením vztahů, přijme konečnost lidského života a dosáhne nového smyslu pro sebe sama navzdory jeho blížícímu se zániku. Nejen jeho vlastní život, ale i životy těch, kteří ho doprovázejí se obohatí.

Dobrovolníky rozvíjí i uvědomění si vlastní smrtelnosti. Právě při konfrontaci s otázkou smrti a umírání poznávají, kdo vlastně jsou. Jejich vývoj je tedy možný jen v případech, že si ujasní, v čem spočívá podstata lidského života. To se pak může stát branou, která umožňuje přechod k reálnému vnímání světa z pohledu tady a teď. Podstatně se tedy mění vnímání časového horizontu. S tím dobrovolníci kauzálně spojují i lepší schopnosti rozlišovat důležité věci, u kterých stojí za to se jimi zabývat. Dobrovolníci zmiňovali plno konkrétních příjemných pocitů, které v souvislosti se zkušeností doprovázení zakoušejí. Někteří mají větší radost ze života, více energie. Jsou klidnější, vyrovnanější a tolerantnější. Ukázalo se, že vlastním hlubším tajemstvím umírání je prožitek lásky. To znamená, že vykoupení člověka je možné pouze skrze lásku, která je důsledkem veškeré lidské existence. Pro mnohé znamená tato dobrovolná práce smysluplnou cestu jejich životem, která je spojená i se změnou životních hodnot.

Možná se může zdát paradoxní pro někoho, kdo nic neví o světě doprovázení umírajících, se může jevit jako těžko pochopitelné, že dobrovolníci v této souvislosti

mohou mluvit o příjemných pocitech, spokojenosti z dobře vykonané práce, že jim to může dodávat energii i do dalších aktivit. Příčinou takovýchto pocitů může být i uvědomění si reality smrtelnosti. Toto není spouštěčem k pocitům lhostejnosti či apatie vůči světu, ani k posílení strachu ze smrti, ale naopak je to spojené s osvobozením se od různých konceptů smrti, které nemají vztah k realitě a spíše udržují strach a tabuizaci tohoto tématu u běžné populace. Nejde přitom o nějakou posedlost tématem smrti, ale o vyrovnaný postoj ke smrti jako k nedílné součásti života. Několik dobrovolníků mluvilo i v kontextu zážitků s umírajícími o osobním růstu či duchovním rozvoji.

Dobrovolníci tedy vnímají život jako očištěný, obnovený. Tato zkušenost s transcendentnem vzbuzuje cit pro vyjít ze sebe sama, spokojenost a radost. To je jeden ze základních prvků lidství, tedy schopnost uvědomovat si, že člověk dobývá něco většího a je otevřený pro to, co nás přesahuje.

Právě uvědoměním si vlastní smrtelnosti a smířením se se svým životem vede k proměně. Bůh nám ukazuje, čeho jsme schopni dosáhnout spolehne-li se na jeho Ducha. Blízkost utrpení a bolesti dobrovolníky dovádí k poznání, že Boží síla v nás působí o to silněji, čím větší je v nás slabost. Ten pravý poklad naleznou sami v sobě až tehdy, když se dokáží setkat se svou slabostí, svým vlastním utrpením. Zde začínají poznávat, že jsou odkázáni plně na Krista.

Doprovázení umírajících není lehkým úkolem, avšak v mnoha obrazech nám Ježíš ukazuje, že si volí právě to, co je slabé a chudé.

Další neméně důležitou kategorií duchovního rozvoje doprovázejících dobrovolníků je budování jejich vztahovosti. I psychologové považují za základní nemoc naší doby bezvztahovost. Opravdové spojení s druhým člověkem mohou prožívat jen tehdy, jsem-li ochoten přijmout sám sebe. Cílem spásné proměny člověka je pak jeho vztah k Bohu, který nás dovádí do pravdy. Právě proměna těchto jedinců značí, že Božím Duchem je proniknut celý člověk. Jeho tělo i duše je propustná pro Boží lásku, která se projevuje v jeho službě umírajícím. Tato láska je výsledkem také onoho sestoupení do vlastní reality života a směřuje směrem vzhůru k dokonalé lásce.

Dobrovolníci jsou lidé, kteří zakouší blízkost smrti a právě v těchto okamžicích, nejprve ve strachu, později však zklidnění náhle pociťují, že v nich něco ožilo. To něco je přivádí k poznání, odkud vychází jejich život a především jakou cestou směřují. Jde

tedy o proměnu, kdy člověku vystupuje do popředí obraz Boží. Tak se tyto doprovázející dostávají do kontaktu se svým pravým já. Při umírání je každý sám, tento úsek života činí člověka osamělým. Tato samota se však stává zdrojem spirituality. Ti, kteří si tuto skutečnost připouští, jsou nuceni uvažovat o své existenci. Ptají se po smyslu svého života. Někteří se vracejí ke křesťanské pravdě. Připomínají si, že již po křtu zemřeli s Kristem a žijí za prahem své konečnosti a smrt je nezničí.

Jak se nám v předešlých kapitolách potvrdilo, nemoc je pro doprovázející šancí. Kdyby nebyla, kroužili bychom stále nad tím, co je nepodstatné. Nemoc je tak vnímána i jako poklad, v rámci ní, nám Bůh ukazuje, co s námi zamýšlí. Mnozí nejprve v nemoci nevidí žádný smysl, vnímají ji jako zoufalství spojené s trápením. Avšak v této bezmoci nacházejí šanci otevřít se Bohu a plně se mu oddat. Spiritualita se tak objevuje tam, kde člověk sdílí bolest s trpícím. Právě zde jsme otevřeni pro Boha a setkání se svým pravým já.

ZÁVĚR

Témat spojených s umíráním a smrtí je mnoho. Já jsem se ve své bakalářské práci snažila vysledovat spojitost duchovna s dobrovolným doprovázením pacientů v terminálním stádiu života. Zajímala jsem se především o to, co dobrovolníci prožívají z hlediska své nejnítěrnější dimenze lidství – z hlediska spirituality a jaký to má vliv na jejich život. Spiritualita doprovázejících dobrovolníků se stala ukazatelem toho, že Bůh k nám nemluví pouze pomocí Bible a církve, nýbrž prostřednictvím nás samotných a to na základě našich citů, myšlenek, slabostí a ran. Dalším cílem bylo poukázat na skutečnost, že právě prostřednictvím doprovázení umírajících člověk vnímá, že je otevřen pro vyšší rozměr. Sama tato činnost se stává prostředkem ke spojení s Božským prostředím. Dobrovolník si tak uvědomuje, že je vtažen do něčeho vyššího a odlišného od jiných věcí v běžném životě, které ho naplňují úžasem, má tak pocit, že dobývá něco, co jej přesahuje.

Tato otevřenost pro spiritualitu se stává jedním ze základních prvků našeho Já. Dobrovolník tímto sebepoznáním je schopen poznat pravého Boha a dojít tak k setkání. Pokud se tedy chceme setkat s Bohem, musíme nejdříve poznat sama sebe. Paradoxně tak stoupáme, když jsme schopni klesat do vlastní reality.

V první části práce byla vysvětlena oblast dobrovolnictví. Definuje pojmy týkající se dobrovolnictví, které byly pro rozvinutí této problematiky nutné objasnit. Dále byl přiblížen její stav u nás i ve světě. Další podkapitoly jsou věnovány dobrovolnictví, relevantním výzkumům o motivaci k dobrovolnictví, s přihlédnutím k zahraničním výzkumům.

Ve druhé kapitole popisují hospicovou péči v České republice. Definují pojem hospic a zaměřují se na formy, fáze a cíl hospicové péče. Součástí této kapitoly jsou také specifika práce v hospici. Tento oddíl poukázal na to, že bez pokusu vcítění se a přiblížení k nemocnému není doprovázení možné. Upozornil tak na skutečnost, že láska, pozornost a odpovědnost není na místě pouze k druhému, ale i vzhledem k sobě samému. Nastínil ona nezbytná pravidla pro vzájemné setkání.

V poslední kapitole byla potvrzena má počáteční domněnka, že péče o umírajícího je zejména oboustranným přínosem. Je obohacením pro dobrovolníka i doprovázeného. Každý z nich má možnost od druhého přijímat i dávat. Cílem práce bylo objasnit konkrétní roviny, v nichž se mohou dobrovolní doprovázející rozvíjet z hlediska

spirituální roviny. Spiritualita se však prokázala být skutečně velmi důležitou dimenzí člověka. Nejenže mu pomáhá v mezních situacích lépe zvládat potíže, ale zasazuje život do smysluplného rámce. Ke konci života je to jeden z nejdůležitějších aspektů dobrého umírání.

O doprovázení umírajících existuje literatura, která se však týká především rad, jak uspokojovat potřeby umírajících. V zahraniční literatuře je situace o něco příznivější, setkáváme se v ní však s profesionálními pečovateli, kteří popisují práci v hospicích. Co se týče studentských prací, objevují se témata motivace dobrovolníků. To je pozitivním zjištěním, neboť se o tuto problematiku zajímá více lidí a to především v mladém věku. I mnou provedené rozhovory s dobrovolníky v Hospici na Svatém Kopečku potvrdily, že jsem byla jednou z prvních, kdo s nimi navázal kontakt a kdo se zajímal o jejich specifický svět - doprovázení umírajících. Má práce se tedy výrazně liší od jiných podobných studií, které jsem měla možnost na toto téma studovat.

Ve spiritualitě jde tedy o to, abychom podle svých možností dospěli k otevření našeho vztahu k Bohu, tedy našli cestu k našemu pravému Já.

Dílčím cílem práce je zpřístupnit zdravotnické veřejnosti problematiku spirituální dimenze. Dobrovolník nemusí být členem církve, ale jestliže pracuje na pracovištích paliativní medicíny, měl by se v této problematice orientovat, počítat s možnými otázkami a nevyhýbat se jim. Také by měli mít povědomí o pestré škále představ o Bohu a o postavení člověka ve světě z hlediska náboženství vyskytujících se v ČR. Jedním z cílů práce je, podpořit myšlenku všeobecného uznání spirituální dimenze jako integrální součásti rozvoje jedince. Poznatky z této práce můžeme doporučit dalším potencionálním dobrovolníkům při jejich rozhodování zapojit se do dobrovolné činnosti v hospicích, ale také pracovníkům v sociálních a zdravotnických institucích, kteří s dobrovolníky přímo pracují. Dalším předpokladem je zprostředkování a rozšíření představy o dobrovolném doprovázení a jeho přínosu. Toto považuji za naplnění cíle práce.

Být duchovním člověkem dnes, na prahu 21. století vede skrze lásku k potřebným, tak jak ji praktikují například Charita a Diakonie. Tato realizace lidské vzájemnosti a sounáležitosti neznamená odpoutat se od vztahů. Naopak má vytvářet pokoj, soucit a lásku. Tím pak uzdravujeme tento svět.

POUŽITÁ LITERATURA

- BABYRÁDOVÁ, Hana, a HAVLÍČEK, Jiří. *Spiritualita z pohledu filozofie, religionistiky, teologie, literatury, teorie dějin umění, pedagogiky, sociologie, antropologie, psychologie a výtvarných umělců: sborník transdisciplinárních esejů s mezinárodní účastí*. 1 vyd. Brno: Masarykova Univerzita, 2006. 542 s. ISBN 80-210-4206-0.
- BIBLE: *Písmo svaté Starého a Nového Zákona (včetně deuterokanonických knih)*. Český ekumenický překlad. Praha: Česká biblická společnost, 1996. 296 s. ISBN 80-85810-11-5.
- BOLZANO, Bernard. *O pokroku a dobročinnosti*. 1. vyd. Praha: Vyšehrad. 1951. 71 s.
- BYOCK, Ira. *Dobré umírání*. 1. vyd. Praha: Cesta domů, 2005. 328s. ISBN 80 7021-797-9.
- BYSTRICKÝ, Zdeněk. *Paliativní léčba a péče*. in. *Lékařské listy*. Praha: 2002, roč. 51., č. 19., s. 22-23. ISSN 1214-7664.
- DETHLEFSEN, Thorwald., a DAHLKE, Reudiger. *Nemoc jako cesta*. 1 vyd. Praha: Knižní klub, 2003. 348 s. ISBN 80-242-0799-0.
- FIORES de Stefano., a GOFFI, Tullo. *Slovník spirituality*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1999. 1295 s. ISBN 80-7192-338-9.
- FRANKL, Viktor. E. *Lékařská péče o duši*. 1. vyd. Brno: Cesta, 1996. 240 s. ISBN 80-85319-50-0.
- FRANKL, Viktor. E. *Vůle ke smyslu: vybrané přednášky o logoterapii*. Brno: Cesta, 2006. 212 s. ISBN 80-7395-084-3.
- FRIČ, Pavel. a kol. *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice*. 1. vyd. Praha: AGNES, NROS, 2001. ISBN: 80-902633-7-2.
- GRÜN, Anselm. *Smrt v životě člověka*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. 71 s. ISBN 80-7192-221-8.
- GRÜN, Anselm, a DUFNER, Meinrad. *Spiritualita zdola: překročit svůj vlastní stín*. 2 vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2002. 94 s. ISBN 80-7912-559-4.

- HÁJEK, Karel. *Práce s emocemi pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2007. 120 s. ISBN 978-80-7367-36-8.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 1. vyd. Praha: Panorama, 1990. 416 s. ISBN 80-7038-158-2.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie: Nauka o umírání a smrti*. 1. vyd. Praha: Galén, 2000. 192 s. ISBN 80-7262-034-7.
- HENNEZEL, Marie. de. *Smrt zblízka: umírající nás učí žít*. 1. vyd. Praha: ETC Publishing, 1997. 143 s. ISBN 80-86006-15-8.
- Informační tiskopis: *Jak být nablízku*. Praha: Cesta domů, 2005. 28 s.
- JAKOBY, Bernard. *Tajemství umírání*. 1. vyd. Liberec: Dialog, 2005, 128 s. ISBN 80-860271-42-8.
- JAMES, Cuskelly. E. *Současná spiritualita: Duchovní život z hlediska moderní psychologie*. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1994. 263 s. ISBN 80-85527-70-7.
- JANKOVSKÝ, Jiří. *Etika pro pomáhající profese*. 1. vyd. Praha: Triton, 2003. 224 s. ISBN 80-7254-329-6.
- KANT, Imanuel. *Základy metafyziky mravů*. 2. vyd. Praha: Nakladatelství Svoboda, 1976. 135 s.
- KASTOVÁ, Verena. *Krize a tvořivý přístup k ní*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 167s. ISBN 80-7178-365-X
- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál. 1997. 383 s. ISBN 80-7367-122-0.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, a KACZMARCZYK, Stanislav. *Poslední úsek cesty*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 1995. 93 s. i SBN 80-85495-43-0.
- KÜBLER-ROSSOVÁ, Elisabeth. *O smrti a umírání*. 1. vyd. Turnov: Arica, 1993. 251 s. ISBN 80-9000134-6-5.
- LIPOVETSKY, Gilles. *Soumrak povinnosti: Bezbolestná etika nových demokratických časů*. Vyd. 1. Praha: Prostor, 1999. 310 s. ISBN 80-7260-08-7.
- LUKASOVÁ, Elisabeth. S. *I tvoje utrpení má smysl: logoterapeutická útěcha v krizi*. Brno: Cesta, 1998. 191 s. ISBN 80-85319-79-9.

- MYDLÍKOVÁ, Eva. *Individuální hodnota dobrovolnictva*. Sociální práce, 2005, č. 1, s. 145-148. ISSN 1213-624.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace lidského chování*. 1. vyd. Praha : Academia, 1997. 270 s. ISBN 80-200-0592-7.
- NOVOTNÝ, Michal, a STARÁ, Ivana. *Využití dobrovolníků v nemocnicích*. Praha: HESTIA – Národní dobrovolnické centrum, 2001. 33 s.
- OPATRNÝ, Aleš. *Jak zmírnit niterná trápení nemocných? Informace pro zdravotníky o saturování spirituálních potřeb vážně nemocných*. Kostelní Vydří: Karmelitáské nakladatelství pro Ecce Homo sdružení pro podporu domácí hospicové péče a hospicového hnutí, 2004. 31 s. ISBN 80-7912-347-8.
- OPATRNÝ, Aleš. *Malá příručka pastorační péče o nemocné*. Praha: Pastorační středisko při Arcibiskupství pražském, 1995. 28 s.
- PERA, Heinrich, a WERNERT, Bernd. *Nemocným nablízku*. Praha: Vyšehrad. 1996. 199 s. ISBN: 80-7021-152-0.
- POMPEY, H. ROSS, P.-S. *Kirche für andere. Handbuch für eine diakonische Praxis*. Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag, 1998.
- PREKOP, Jirina. *Empatie: Vcítění v každodenním životě*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2004. 132 s. ISBN 80-247-0672-5.
- RUPNIK, Marko. I. *O duchovním rozlišování: cesta k dokonalosti*. 1. vyd. Olomouc: Centrum Aletti, Velehrad: Refugium Velehrad-Roma, 2002. 101 s. ISBN 80-86045-95-1.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. 326 s. ISBN 978-80-7367-312-3.
- SMÉKAL, Vladimír. *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*. 1. vyd. Brno: 2005. 203 s. ISBN 80-7295-069-X.
- STUDENT, Johann. *Sociální práce v hospici a paliativní péči*. Praha: 2006. 414s. ISBN 80-7319-059-1.
- SVATOŠOVÁ, Marie. *Hospice a umění doprovázet*. 5. vyd. Praha: Ecce homo, 2003. 150 s. ISBN 80-902049-4-5.

TAVEL, Peter. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla*. 1 vyd. Praha: Triton, 2007, 303 s. ISBN 978-80-7254-915-3.

TOŠNER, Jiří. *Dobrovolnictví – rehabilitace občanských ctností*. Sociální politika, 2001, roč. 27, č. 9. ISSN 0049-0961.

TOŠNER, Jiří, a SOZANSKÁ, Olga. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizaci*. 1. vyd. Praha: Portál, 2002. 150 s. ISBN 80-7178-514-8.

TROBISCH, Walter. *Miluj sám sebe*. Náchod: Kompas, 1993. 37s. ISBN 80-901001-1-2.

VORLÍČEK, Jiří., ADAM, Zdeněk. *Paliativní medicína*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1998. 480 s. ISBN 80-7169-437-1.

WILSON, James. *Volunteerin Annual Review of Sociolog*. 2000, vol. 26, April 20, 2008. ISBN 0360-0572.

2. vat. koncil, Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes*, čl. 24

Všeobecná deklaráce o dobrovolnictví.

Zákon č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů, v platném znění.

Internetové zdroje

Dobrovolník, o dobrovolnictví, [online], Aktualizováno průběžně od roku 2001. [cit. 2008-01-15]. Dostupné na: World Wide Web: <<http://www.dobrovolnik.cz>>.

Facts and Figures Research Project, [online]. [cit. 2008-01-28]. Dostupné na: World Wide Web: <<http://www.cev.be/facts&figures.htm#country>>.

Hospicová péče, [online], Aktualizováno průběžně od roku 2000. [cit. 2008-03-14]. Dostupné na World Wide Web: <<http://www.hospice.cz/hospice1/seznamy.php?sez=2>>.

PŘÍLOHA Č. 1

Otázky

1. Proč jste se rozhodl/a pro dobrovolnictví
2. Co jste dělal/a před tím?
3. Můžete popsat den s umírajícím a co se děje potom, když odcházíte?
4. Co je motivací k takovéto práci?
5. Změnilo se něco v osobním životě, během doby co se dobrovolnictví věnujete?
6. Dá se říct, že Vám dobrovolnictví něco přináší?
7. Je něco čeho jste se musel/a vzdát?
8. Změnilo se nějak vnímání toho co je pro Vás důležité?
9. Změnily se nějak Vaše postoje ke světu?
10. Co na to říkají přátelé, rodina?
11. Co jim na to odpovídáte?
12. Jsou to ty hlavní argumenty?
13. Povězte mi, co je pro Vás na tom doprovázení nejzajímavější, nejdůležitější?
14. Na čem Vám záleží - záleželo v minulosti?