

**Univerzita Palackého v Olomouci**  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské sociální práce



---

Cyrilometodějská  
teologická fakulta

## **Jak mluvit s dětmi o smrti rodičů**

Bakalářská práce

Autor: Magdaléna Donátková

Studijní program: Sociální práce s dětmi a mládeží

Vedoucí práce: PhDr. Mgr. Ivana Olecká, Ph.D.

Olomouc 2024

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracovala samostatně pod vedením PhDr. Mgr. Ivany Olecké,  
Ph.D. a uvedla všechny použité literární a odborné zdroje.

V Olomouci dne 20. dubna 2024

Magdaléna Donátková

Srdečně děkuji vedoucí práce, paní PhDr. Mgr. Ivaně Olecké, Ph.D. za její odborné vedení v průběhu psaní práce. Jsem vděčná za trpělivost, ochotu a cenné připomínky, které mi poskytovala. Poděkování za podporu ve studiu patří také celé mé rodině.

# OBSAH

|        |   |    |
|--------|---|----|
| 1.     | Teoretická část .....   | 8  |
| 1.1.   | Vymezení pojmů .....  | 8  |
| 1.2.   | Smrt, chápání smrti .....   | 9  |
| 1.3.   | Strach ze smrti .....   | 10 |
| 1.4.   | Tabu smrti .....  | 11 |
| 2.     | Truchlení .....   | 14 |
| 2.1.   | Modely a fáze truchlení .....   | 17 |
| 2.2.   | Truchlení dětí .....  | 21 |
| 2.3.   | Jak dětem pomoci se zpracováním smutku .....  | 24 |
| 2.3.1. | Desatero při komunikaci s dítětem dle Špatenkové .....  | 26 |
| 2.4.   | Pohřby a účast dětí na nich .....   | 27 |
| 3.     | Propojení tématu se sociální politikou .....  | 30 |
| 3.1.   | Dostupnost a možnosti odborné pomoci .....  | 33 |
| 4.     | Propojení tématu s teoriemi a metodami sociální práce .....   | 38 |
| 4.1.   | Propojení tématu za využití teorií a přístupů sociální práce .....  | 39 |
| 4.2.   | Metody využívané při práci sociálního pracovníka .....  | 44 |
| 4.3.   | Etické hledisko .....   | 49 |
| 5.     | Empirická část .....  | 52 |
| 5.1.   | Analýza potřebnosti .....   | 52 |
| 5.1.1. | Popis metod získání předložených dat a vyhodnocení výchozího stavu .....                                  | 52 |
| 5.1.2. | Příčiny problému a jeho důsledky/dopady na cílovou skupinu .....  | 58 |
| 5.1.3. | Příklady řešení dané problematiky v ČR .....  | 59 |
| 5.1.4. | Základní informace o velikosti a případných specifikách cílové skupiny vzhledem k řešenému problému ..... | 59 |
| 5.1.5. | Specifikace stakeholderů .....  | 60 |
| 5.2.   | Návrh metodiky .....  | 61 |
| 5.2.1. | Co tato metodika obsahuje .....   | 61 |
| 5.2.2. | Úvod do problematiky .....  | 61 |

|  |    |
|--|----|
| 5.2.3. Popis změny, které bude dosaženo díky navrženému řešení .....   | 61 |
| 5.2.4. Popis cílového stavu.....   | 62 |
| 5.2.5. Identifikace limitů dosavadního řešení .....  | 62 |
| 5.2.6. Popis navrhovaných metod .....  | 62 |
| 5.2.7. Provedení terénního průzkumu na potvrzení analýzy potřeby.....  | 62 |
| 5.2.8. Vývojový diagram použití .....  | 63 |
| 5.2.9. Prediktivní analýza rizik a dopadů v cílovém prostředí.....   | 63 |
| 5.2.10. Návrh a realizace pilotního ověření zavádění metodického postupu v organizaci a evaluace pilotního ověření ..... | 64 |
| Závěr .....  | 65 |
| Referenční seznam .....  | 66 |
| Internetové zdroje.....  | 69 |
| Seznam zkratk .....  | 71 |
| Seznam obrázků .....   | 71 |
| Seznam tabulek .....   | 73 |
| Přílohy .....  | 74 |
| 1. Návrh metodického dokumentu.....  | 74 |
| 2. Informativní letáček pro pozůstalé rodiny.....  | 74 |
| .....  | 97 |
| .....  | 98 |
| .....  | 99 |

## ÚVOD

Tato bakalářská práce se zabývá komunikací s dětmi, kterým zemřeli rodiče. Téma smrti je silně tabuizováno a hovory o smrti přicházejí mnohdy až ve chvíli, kdy lidem zemře blízký člověk. Sociální pracovníci mohou přicházet do styku s dětmi, kterým zemřel jeden či oba rodiče. V takových situacích se může pracovník ocitnout v nejistotě, jak vhodně komunikovat s dítětem a jak vysvětlit obtížné situace. Náročná může být také identifikace témat a frází, kterým se během rozhovoru vyhnout.

Práce je strukturována od základního seznámení s tematikou k vytvořenému metodickému dokumentu. Teoretická část je věnována vysvětlení pojmu smrti, dále jejímu chápání a popisu strachu ze smrti a její tabuizaci. Následující kapitola je věnována především procesu truchlení obecně i specifickému dítěti, jeho fázím a jak jim s truchlením pomoci. Další část práce je zaměřena otázkám účasti dětí na pohřbech, zda je to vhodné či nikoliv a jak s dítětem ohledně pohřbu komunikovat. Třetí a čtvrtá kapitola je věnována propojení tohoto tématu se sociální politikou a teoriemi a metodami sociální práce. Jsou zde uvedené odborné formy pomoci, které je možno pozůstalým nabídnout a zprostředkovat. Na teoretickou část navazuje vytvořený podpůrný metodický materiál, který je hlavním cílem této práce a byl konzultován s paní PhDr. et Mgr. Naděždou Špatenkovou, Ph.D., MBA, která je odbornicí na toto téma. Její publikace byly stěžejní pro vytvoření této bakalářské práce. Součástí metodického materiálu je vytvořený návrh informativního letáčku, který by mohl být nabízen pozůstalým rodinám. Obsah je stejně jako metodický materiál zaměřen na seznámení s problematikou, truchlení dětí a na komunikaci s pozůstalými dětmi.

## CÍLE

Cílem bakalářské práce je vytvořit metodický dokument pro sociální pracovníky, který by měl usnadnit komunikaci s pozůstalými dětmi. Uplatnění metodiky lze najít i mezi lékaři, pedagogickými pracovníky, krizovými interventy, psychology, terapeuty nebo také poradenskými a terapeutickými centry. Metodický materiál je koncipován jako návod pro konverzaci s pozůstalými dětmi, nesoucí název “Jak mluvit s dětmi ve věku 9–10 let o smrti rodičů“. Provádí profesionály procesem komunikace, jakým slovním frázím se vyhnout a na co se připravit. Obsahuje také doporučenou odbornou literaturu, zdroj, kde další literaturu hledat a návod, jak s ní pracovat. Zmíněné publikace v metodickém dokumentu mohou využít pracovníci v pomáhajících profesích, ale i rodina. Součástí metodického dokumentu je vytvořený návrh informativního letáčku na totožné téma, určený pro pozůstalé rodiny. Letáček by mohl být rodinám nabízen organizacemi, aby komunikace s dítětem pro ně byla uchopitelnější a snáze proveditelná. Metodický materiál je ukotven v odborných zdrojích zejména z oblasti sociální práce, psychologie i z lékařství.

Přes paní PhDr. et Mgr. Naděždu Špatenkovou, Ph.D., MBA., byla navázána intenzivní spolupráce s organizací Cesta domů i s Asociací poradců pro pozůstalé (dále jen APPP). Po obhajobě této bakalářské práce bude následovat workshop s 99 členy APPP, kde bude metodický dokument konzultován a kriticky zhodnocen. Po přepracování na základě připomínek, pak bude pilotně testován.

# 1. TEORETICKÁ ČÁST

Tato část je zaměřena na vysvětlení pojmů jako je zármutek, smrt a truchlení. S tím souvisí i proces a fáze truchlení, zejména u dětí, na které je tato práce zaměřena. Nechybí zde propojení se sociální politikou a teoriemi a metodami sociální práce, o které se může sociální pracovník opírat a také je uplatňovat.

## 1.1. Vymezení pojmů

### Zármutek

Zármutek dle Haškovcové (2000, s. 87-91) začíná zpravidla při dozvědění se o závažném zdravotním stavu našeho blízkého. Pozůstali se s tím vyrovnávají každý individuálním způsobem a prochází si spoustou emocí. Střídají se období deprese, smutku a zoufalství s obdobími naděje a radosti. Popisuje také existenci otevřeného zármutku, kdy umírající nechávají své pocity vzejít na povrch a mnohdy tento veřejný projev smutku ve formě pláče je i úlevou pro truchlící.

Opakem od otevřeného zármutku je jistý společenský nátlak na pozůstalé, kteří spíše své emoce a smutek potlačují s úmyslem nepřitížit tak umírajícímu. Projevit veřejně svůj žal je společensky přípustné až po smrti blízkého, kdy se příbuzní dostávají do role pozůstalých. Otevřený žal je společností chápán v rozpětí šesti až osmi týdnů, kde celý proces klasického zármutku končí objevením nové identity.

Definice zármutku lze také najít v článku od Niny R. Jakoby (2012), která dala dohromady definice od mnoha autorů. Uvádí, že zármutek je reakce na ztrátu, plná nejrůznějších emocí, které se v člověku prožívající ztrátu právě nachází. Není to ale nemoc, která by byla nakažlivá a ani by tak zármutek neměl být chápán. Mají na něj vliv okolní i osobní vlivy, a to například naše zkušenosti se ztrátou, sociálními normami, rolemi a kulturními faktory.

Lidé si nepřipouštějí, že by jejich život byl konečný a kdy konec přijde, ideálně však v co nejpozdější chvíli nebo v momentě, kdy si to sami naplánují, aby se na smrt stihli pořádně připravit. Takto však smrt nefunguje a mnohdy přijde zcela nečekaně, kdy nabolá stabilitu a předvídatelnost života. Zármutek je pak reakcí na ni a dle Samuelové také jistým paradoxem. Následný proces, který má lidem pomoci se vyrovnat se ztrátou je truchlení. Paradox se nachází v novém nacházení způsobu života, naučit se žít se ztrátou a vypořádání se se situací, ačkoliv si tuto změnu nechceme připustit. Uvádí také, že při zvládnutí této změny je velmi nápomocná rodina a přátelé. Zármutek nabolává



lidskou jistotu a společností není vítaný. Naznačuje také jistý tlak společnosti, která zatím není připravená a ochotná podporovat přirozený proces truchlení, ale naopak spravit vše, co se zdá být rozbité. V případě ztráty blízkého ale dochází k uvědomění, že vše spravit nelze, a naopak je potřeba se se situací naučit žít a smířit se s ní (Samuelová, 2018, s. 21-25).

## **1.2. Smrt, chápání smrti**

Smrt je koncem lidského života, jehož délku ovlivňují biologické a sociální faktory. Z pohledu sociologie je smrt vrcholem lidského života (Špatenková, 2014, s. 34-35). Po biologické stránce smrti dojde k odstranění nefunkčních či poničených orgánů a zároveň tak uděláme místo ve společnosti, které zaplní někdo další (Thorová, 2015, s. 475). V psychologii je smrt situace, kdy u člověka dojde k poruše regulace krevního oběhu a dýchání (Hartl, 2004, s. 248).

Hartl (2015, s. 546) vysvětluje dva druhy smrti, a to smrti klinické a sociální. Klinická se týká biologické stránky, kdy naše orgány přestanou pracovat a sociální smrt zažíváme, když jsme zcela odtrhnuti od společnosti, přátel i rodiny.

Smrt se také jeví jako hrozba. Nevyhnutelná, mnohdy neočekávána pro všechny zúčastněné. Říčan (2014, s. 368) také mluví o chápání smrti u dětí mladšího školního věku, kteří si skutečnost nevratného konce už určitým způsobem uvědomují, ale ne tak, že by se to mohlo týkat jich samotných či někoho v jejich okolí. U dětí starších deseti let se mohou projevit tendence suicidality a jakmile se rozvine myšlení zcela nezávislé na obsahu, mohou pokročit k vyzrálému chápání smrti.

Ve středověku existovalo dokonce 5 druhů smrti, kde každý druh měl svůj realistický i spirituální význam. Jednalo se o smrt duchovní, která znamenala cestu do pekel. Dále pak smrt tělesná, asketická, časná smrt duše a mystická, což bylo splynutí s Bohem. Oproti nynějšku, kdy se za nejmilosrdnější smrt považuje smrt rychlá nebo náhlá, která v minulosti tak byla chápána jako nejhorší způsob úmrtí (Haškovcová, 2000, s. 75).

Haškovcová (2000, s. 24) také popisuje rozdíl vnímání smrti nyní a v historii. Tehdy bylo skoro běžné, vzhledem k nižšímu průměrnému věku, vidět lidi umírat takzvaně na denní bázi. Mohlo to být doma v posteli, na poli nebo na veřejném místě. Nebylo zvykem umírání jakkoli oddalovat například pomocí medikamentů. Všichni již od útlého věku byli smířeni s tím, že jejich život není nekonečný a dříve či později je čeká smrt.

U dětí se v průběhu jejich vývoje, zpravidla mezi pátým a desátým rokem života, formují čtyři hlavní znaky smrti. Ty ve své knize popsala Špatenková (2024, s. 22-23).

Jako první znak je pochopení, že každá smrt má svůj důvod. V dnešní době je více a více her, které děti mohou hrát, ať už na svých elektronických zařízeních nebo bez nich, kde jedna postava zemře a na další kolo opět ožívá. Nebo také jejich postava má několik životů, o které v průběhu hry bojují a chrání si je. Vysvětlit dětem, že smrt je konečná a nevratná je velmi důležité pro jejich chápání smrti.

U druhého důvodu autorka popisuje jistou podobnost smrti se spánkem. I dospělí někdy používají eufemismů, že se babička odebrala k věčnému spánku, tomu děti však nerozumí a může to v nich vyvolat další zmatek. Odbourání této představy spánku a smrti znamenající to stejné dětem také pomůže. Dětem tak dospělí mohou říct, že ačkoliv mrtvý člověk může vypadat, že jen spí, ze spánku se již neprobudí. Jeho životní systémy selhaly, už nedýchá, nehýbe se a jeho srdce nebije.

Děti někdy mohou v zápalu emocí projevit přání, aby jejich maminka zemřela. Ovšem jen na tu dobu, než se dítě uklidní a už se na maminku zlobit nebude. Dalším znakem je tedy pochopení konečnosti a nevyhnutelnosti smrti. A jako poslední znak je univerzálnost smrti, kdy dítě pochopí, že i ono jednou zemře a vlastně nic živé smrti neunikne, je to koloběh života, který smrtí bude uzavřen. Svou smrtelnost si děti uvědomují kolem sedmého roku, ale jako příčina smrti převládá nemoc a stáří. Zatím však není daný věk, či období dítěte, na kterém by se odborníci shodly, kdy dítě plně chápe koncept smrti. Jisté shody panují dle Špatenkové (2024, s. 23) u Haškovcové, Říčana, Krejčířové a Blumenthal-Barbyho, že plné pochopení nastává až v pubertálním období. Jestliže dítě ale ztratí někoho ze svého okolí, může mnohem dříve pochopit koncept smrti.

### **1.3. Strach ze smrti**

Strach ze smrti ovlivňuje mnoho věcí. Jednou z nich může být způsob odchodu, zda bude náhlý a nečekaný, bezbolestný anebo také, zda bude důstojný či nikoliv. Hodně to také závisí na fantazii jedince, na tom, jak si svůj odchod ze života představuje a zda má nějaký ideální způsob odchodu nebo naopak čeho se bojí, že se stane a jak se zachová (Křivohlavý, 2002, s. 157).

Haškovcová (2000, s. 145) popisuje skutečnost, že strach ze smrti mají často i pracovníci lékařských zařízení. Mnohdy se se smrtí a záležitostmi, které k umírání patří, setkávají až přímo v praxi. Tato nepřipravenost ke konečné fázi života je tak nebezpečná na psychiku člověka a zároveň tak rozvíjí chorobný strach ze smrti. Poukazuje také na fakt, že zdravotníci se jinak staví ke smrti klienta a jinak k úmrtí příbuzného. Ačkoliv se

doporučuje v podobných případech nemít přílišnou osobní vazbu k klientovi, ne vždy se to povede. Ovšem zemře-li někdo z jejich okolí, tito pracovníci bývají velmi věcní.

Kübler-Rossová (2015, s. 16–18) se ve své knize věnuje umírajícím klientům a chápání smrti jako takové. Upozorňuje na odlišnost vnímání smrti oproti tehdejším dobám. Kdysi například umírající zůstal doma ve svém komfortním prostředí a mohl tak poslední dny života strávit na místě jemu blízkém a s lidmi, které má rád. Nyní se umírající převážně okamžitě do zdravotnických zařízení různého typu, kde většinou jednají o něm jako o věci, nikoliv jako o lidské bytosti, která stále má právo na názor a znát skutečnosti, které se ho týkají. Mnohdy totiž zdravotní stav klienta a postupy, které lékaři plánují provést, konzultují spíše s rodinou klienta než přímo s klientem. Klient tak leží na lůžku, slyší, jak za dveřmi lékař mluví o něm, bez něj. Nikoliv však nehaní lékařskou péči, která se mnohonásobně posunula dopředu, ale spíše lidský přístup, která se za ta léta vytratil. Zde je lehce nastíněn i nedostatek času a podpůrného materiálu pro lékaře, jak mluvit s klienty o smrti.

Obavy ze smrti a jak s ní pracovat, se tak proluly i do běžného života k dětem. Špatná formulace smrti tak může zapříčinit strach z běžných situací. Jelikož spousta lidí svým dětem nedokáže správně vysvětlit koncept smrti, co se stalo s babičkou nebo rodičem, dítě je z toho zmatené a nevnímá smrt jako konečný stav, ale spíše vratný. Jestliže maminka dítěti řekne, že babička odešla bez jakékoliv další specifikace, dítě má za to, že se babička jednoho dne vrátí. Toto zmatení dětí se pak může projevit i ve strachu, zda se maminka vrátí z obchodu, kam také odešla, nebo ji už nikdy neuvidí, stejně jako babičku. Stejně špatně můžeme formulovat smrt blízkého způsobem, že „Bůh ho měl rád, a tak si ho vzal k sobě“. Tyto eufemismy mohou mít na děti neblahý vliv i v dospělosti. Stejně tak vyhýbavé chování dospělých vůči dítěti se snahou ochránit ho od tohoto smutného období. Tím, že děti obklopujeme těmito milosrdnými lži v nich budujeme nedůvěru k dospělým a zároveň jim neumožňujeme vyrovnat se se zármutkem.

#### **1.4. Tabu smrti**

Jako první se tento termín objevil v Evropě dle Geista (2000, s. 295) v 18. století, kdy znamenal nepřístupnost a posvátnost. V určitých kulturách má symbolický význam, kdy objekty měly jistou posvátnost. Bylo zapovězeno navazovat jakýkoliv styk s těmito předměty, neboť jako trest mohly přinést neštěstí nejen jedinci, ale celému kmeni. Pojem se objevoval dle něj i v teoriích Émila Durkheima a prezentoval jej jako náboženský

imperativ. Nyní přešel do hovorové řeči formou zákazu činnosti či vyjadřování, bez jakéhokoliv logického vysvětlení.

Dle psychologického slovníku se jedná o společenský zákaz, který při porušení může mít za následek trest nebo konflikt se svým vnitřním já (Hartl, Hartlová, 2015, s. 596).

Vyspělost techniky a medicíny se stále posouvá kupředu. I rozvoj medicíny a vědy má na svědomí část vzniklé tabuizace smrti. Ta se totiž stala jistým neúspěchem doktorů a vědců, kteří v tomto případě nezvládli svou práci lidský život zachránit a smrt tak oddálit. Zejména po druhé světové válce se chápání smrti změnilo. Na doktory je kladen nátlak, aby úmrtí zabránili a našim blízkým dopřáli dlouhý a zdravý život. Slovo smrt se tak stalo nechtěným slovem i stavem v nemocnicích. Nevyhnutelnost smrti popsala Haškovcová (2000, s. 22), že „*smrt je jediná jistota v jinak nejistém světě*“.

Důvod pro vzniklé tabu smrti popisovala i Marie Přidalová (1998, s. 350-355) ve svém článku. Stejně jako Haškovcová uvádí pokrok vědy, hygieny, medicíny a jisté selhání v případě neúspěchu a následné smrti. Vzhledem ke zmíněnému pokroku dochází k jistému odcizení se od umírajícího příbuzného. Ve snaze smrti zabránit rodina přenechá svého umírajícího člena do rukou profesionálů, protože od nich se očekává, že budou vědět, jak dále postupovat. Klient je tak vymaněn z domácího prostředí a stejně jako rodina oprostěn od rituálů, které by mohly pomoci v procesu truchlení a jistému rozloučení se. Popisuje problém odborného paternalismu, což je koncept, kdy odborníci rozhodují místo klienta s myšlenkou dobré vůle a v jeho nejlepším zájmu. Tímto ale klienta odsouvají mimo dění a nenechávají ho rozhodovat o jeho životě a jeho samotném.

Kubičková (2001, s. 25) ve své knize uvádí jistý problém s tabuizací smrti. Toto tabu totiž pozůstalým mnohdy neumožňuje správně a zcela truchlit po ztrátě blízkého. Ačkoliv se společnost posouvá stále dopředu, ani nyní nemáme prostor pro truchlení a zpracování našich emocí. Není tajemstvím, že se pozůstalí mohou za své projevy truchlení stydět a vidět je jako něco, co se nesmí projevovat před ostatními a z tohoto důvodu své pocity skrývají a usilují o jejich odsun mimo svou mysl.

Organizace Cesta domů, která se mimo jiné věnuje také detabuizaci smrti si nechala udělat výzkum u agentury STEN/MARK (Cesta domů, výzkum, [online]), zda téma smrti náleží do škol. V červnu 2021 přinesl zajímavé výsledky. V průzkumu byli dotazováni učitelé, zda dle nich téma smrti spadá na půdu na školy a zda by se mělo zařadit do výuky na základních školách a víceletých gymnáziích. Výsledky výzkumu jsou následující. Se zapojením této tematiky do hodin by souhlasilo 72 % učitelů a 57 % rodičů, ovšem více

než 1/3 rodičů si nepřeje, aby byly děti vystaveny tématice smrti. Pouze 8 % škol disponuje přesnými postupy k řešení takovýchto situací. Většina škol tomu nevěnuje takový důraz a přistupují k tomu individuálně nebo nechávají volně plynout. Na stejné téma byli dotazováni i rodiče studentů, kde 4 z 5 rodičů uvedli, že tematika smrti ve společnosti by měla mít větší prostor a hovořit by se o ní mělo více otevřeně, než je tomu doposud. Mnoho rodičů totiž ve vzniklé situaci neví, jak s dětmi o ztrátě mluvit a jak jim vše vysvětlit, aby nebyly vystrašené a vše pochopili. Na to také odkazuje další výsledek, že pouze 1 z 6 rodičů se s dětmi již bavil o smrti. Z výzkumu také vyplynulo, že není dostatek materiálů, ze kterých by mohly čerpat jak rodiče, tak i pracovníci s dětmi.

Na základě těchto výsledků se rozhodla organizace Cesta domů vytvořit projekt financovaný Norskými fondy v rámci programu Active Citizens Fund (Cesta domů, Je smrt školou povinná, [online]), který by měl zlepšit celkovou komunikaci s tématem konce života a truchlení a detabuizovat toto téma napříč školami po celé České republice. Projekt nesoucí název „Je smrt školou povinná?“ má za cíl dát dohromady tým vyškolených odborníků z řad různých profesí i dobrovolníků a ti by následně vedli školení pro pedagogy. Doba na realizaci byla téměř dva roky a to od 1. 4. 2022 – 31. 3. 2024. Brzy by tak mělo dojít k razantním změnám na školách a zapojení tématu smrti do výuky žáků základních škol a víceletých gymnázií. Výstupem projektu je připravovaná publikace pro pedagogy a jiné pracovníky s dětmi, která zatím není veřejně dostupná. S organizací je nyní navázána spolupráce a publikace je předobjednána. Vytvořený metodický dokument v této práci rozšiřuje povědomí o této problematice a nabízí doporučené postupy při komunikaci s pozůstalými dětmi i mimo pedagogické obory.

## 2. TRUCHLENÍ

Děti i dospělí v průběhu svého života zažijí mnoho ztrát. Nemusí to být nutně důvodem smrti, ale také ztráta zájmu u sportu, zvířete, knihy nebo kdysi oblíbené činnosti. A právě způsobem, jakým se reaguje na veškeré ztráty je proces truchlení. Na ztrátu je také odpověď a tou je truchlení jdoucí ruku v ruce se změnou chování, různých změn, reorganizací jako způsob vypořádání se se ztrátou, která byla právě utrpěna. Děti netruchlí jen pro danou ztrátu věci nebo blízkého, ale také pro skutečnost, že výsledek už změnit nemohou a nevrátí to zpátky. Nadobro tak přišly o něco, co jim bylo drahé (Špatenková, Friedlová, 2024, s. 9,14).

Haškovcová (2000, s. 90) truchlení popisuje jako období, které nastává na pohřbu nebo v době blízko něj. V tomto období se pozůstalí pokouší vyrovnat se ztrátou a zároveň dospět k novému sebepojetí, tedy kým jsou bez milované osoby. Tento proces bývá mnohdy obtížný a mnozí vyhledávají odbornou pomoc ve snaze toto období překonat.

Dle Kubíčkové (2001, s. 17) Freud definuje truchlení jako určitou reakcí na ztrátu osoby nám blízké nebo přijdeme-li o pro nás nějaké velmi důležité bytí. Mezi taková to bytí se řadí například ztráta domova či vlastní identity. Dále uvádí zajímavý fakt, že s truchlením nevnímáme důvod navštívit lékaře či jiného odborníka, aby nám jej pomohl lépe zpracovat a přejít toto období. Vysvětluje, že truchlení je vnímání jako stav duše, který sám přišel a také sám odejde, jen to třeba bude nějakou chvíli trvat. Kubíčková (2001, s. 19-24), která se věnovala podrobně fenoménu truchlení a zármutku, porovnávala psychologické a psychiatrické teorie pro vysvětlení tohoto termínu. Společným znakem pro truchlení v těchto teoriích se tak stalo hledání určitého rozmezí mezi truchlením jako opodstatněná reakce na ztrátu námi někoho či něčeho blízkého a depresí. Sama Kubíčková nepovažuje za neobvyklé, ale naopak běžné prožívání smutku a truchlení pro pozůstalého. Smrt je totiž nevyhnutelná součást života a není možné se této fázi vyhnout. Truchlením se tedy člověk vyrovnává se ztrátou a vlastními pocity, které na základě ztráty vznikly (Kubíčková, 2001, s. 24).

Uvádí však také variantu zármutku jako nemoci. Jestliže jedinec svůj smutek a jeho prožívání po ztrátě schovává, odsouvá na později a neumožňuje volný průchod emocím, může se stát, že se celý proces stane nemocí. Ať už své pocity nedává najevo kvůli studu či z důvodu nátlaku okolí, může to mít na něj neblahý vliv. Je možné projevení psychosomatických problémů, celková bolest, únava nebo i shoda příznaků s příznaky mrtvého na sklonku jeho života. Odpověď, zda truchlení dokáže být i nemocí je však

nejednoznačná a mnoho expertů zastává rozdílné názory. V reakci na tyto problémy však není běžné, že by pozůstalý, co nejdříve kontaktoval a navštívil odborníky z pole psychiatrie. Je pro ně přijatelnější si zajít ke svému praktickému lékaři, kterému sdělí své symptomy s tím, že jde určitě o fyzický zdravotní problém. Vyrovnání se se ztrátou tak potřebuje čas, a to na vyrovnání se se situací, nechat emoce vyplout na povrch a v některých případech vyhledat i odborníky, kteří s celým procesem truchlení pomohou (Kubičková, 2001, s. 25-28).

Truchlení má však několik podob a fází. Mezi specifickou formu zármutku patří anticipovaný zármutek. Ten se projevuje nikoli až po smrti blízkého, ale v průběhu jeho procesu umírání. Především u potencionálních pozůstalých člověka, který je dlouhodobě vážně nemocný. Pozůstalí se tak se svým smutkem vyrovnávají v průběhu umírání svého blízkého. Ne všichni svým pocitům dávají zcela volný průchod. Mohou se tak uzavírat do sebe a nedávat nic najevo, ať už s ohleduplností na umírajícího blízkého, oddalování žalu či nepřipuštění si faktu, že tu daný člověk nebude navždy a schyluje se k jeho odchodu. Stejně jako u zármutku osob, pro které zpráva o smrti blízkého byla nečekaná, hrozí vznik psychických problémů. U anticipovaného zármutku začíná truchlení však dříve. Pozůstalí vidí, jak se jim blízký člověk vytrácí před očima a ztrácí život. Tento faktor je tak jistým krokem ke smíření se smrtí. Mezi mýty o smrti a truchlení, které ve své knize vyvrací Špatenková (2024, s. 11), také poukazuje na anticipovaný zármutek, který může dorazit i delší dobu před smrtí. Není tak pravdou, že truchlit lidé začínají až po smrti blízkého. Stejně jako Kubičková (2001, s. 31-33), ve své knize popisuje, že truchlení není většinou dáváno najevo ihned, ale jsou zde faktory, které brání truchlícím projevit svůj zármutek okamžitě. Vzhledem k tomu, že je smrt očekávána nese s sebou tento typ zármutku i jisté výhody, kterými může být například vypořádání majetku, sepsání poslední vůle, je to ale také prostor pro vyrovnání se se svým životem a lidmi, které byly a jsou součástí života. Všichni zúčastnění tak tento prostor mohou využít i pro otázky, které se vždy báli položit nebo rozhovory plné lásky, pochopení a odpuštění. Zde se nachází také možnost uplatnění kompetencí sociálního pracovníka, který se může zasloužit o takovéto rodinné setkání, které pomůžeme nejen umírajícímu, ale také potencionálním pozůstalým.

Truchlení jakožto proces má také své fáze. Spousta odborníků má ale rozdílné fáze, neexistuje tak jediná shodná teorie o fázích truchlení, která by se dala využít. Kubičková (2001, s. 34-42) ve své knize porovnávala několik teorií od odborníků a

našla v nich jisté spojitosti, které můžeme sledovat téměř u každého pozůstalého. Standardně tak lze tento proces rozdělit na tři části a to:

1. krátké období otřesů
2. období intenzivního zármutku a žalu
3. období rekonvalescence a jistého smíření se se ztrátou

První stádium je plné zmatku a šoku. Začíná ihned po smrti daného člověka. Pro pozůstalé je to velký šok a změna, která se promítne v celém jejich životě. Utrpěli ztrátu, kterou už nelze vrátit a je potřeba ji nějak zpracovat. Prožívají celou změť emocí a nemohou uvěřit tomu, co se právě stalo. Mnohdy se mohou chovat naprosto odlišně od běžného chování nebo naopak až neklidně běžně. Doba celkového zmatení je odlišná od náhlé smrti a od smrti, kdy daný člověk nebyl doma momentálně doma.

Tato fáze může pro některé pozůstalé končit po pohřbu. Když vidí svého blízkého v rakvi, plně si uvědomují, že už to není jen zlý sen nebo chvilkový zmatek. V tuto chvíli není zcela na místě pozůstalému kondolovat, může to zapříčinit větší zmatek v emocích a celkovému rozladění člověka. Upřímnou soustrast je tak spíše vhodnější projevovat až na pohřbu či po něm.

U některých to však může trvat déle. Například v situacích, kdy zemřelý nebyl zrovna doma. Mohl být na nějakém pobytu, výletu nebo hospitalizován v nemocnici se stavem, kde nebyla možnost ho pravidelně navštěvovat. Pozůstalý tak může fakt smrti oddalovat a odůvodněními, že nebyl doma, ale určitě se vrátí. Velmi často mají také problém s pojmenováním situace. Místo věty: „*Babička zemřela v létě,*“ říkají: „*Babičce se to stalo přes léto*“.

Jakmile dokáží pojmenovat události a říct, že daná osoba zemřela, dostávají se do druhé fáze. Emoce se dostávají na povrch a uvolňují se z těla. V této fázi může být podávání kondolence dokonce přínosem jako vyjádření pozůstalému, že s ním cítí, a i jim zemřelý chybí. Stejně jako v předchozí etapě se i tady nachází změť pocitů a pokouší se si zodpovědět důvody proč se stalo to, co se stalo. Už ale dokáží mluvit o detailech události a seznamovat s tím i ostatní. Pořád se ale pozůstalý dostává do situace, kdy mu přijde, že se to stalo znova. Opětovné prožívání bolesti a přehrávání si celé události dokola, ať už při různých vzpomínkách, aktivitách, které předtím se zemřelým probíhaly, nebo například první výročí od úmrtí a pohřbu. Tyto momenty mohou být



pro pozůstalé velmi těžké, zejména z důvodu připomínající onu změnu v jejich životě. Délka tohoto období je většinou rok, může ale trvat déle.

Poté se pozůstalí dostávají do fáze přijetí a smíření se se smrtí blízkého člověka. Už dokážou mluvit o zemřelém bez jakékoliv idealizace a jsou připraveni se posunout ve svém životě dál. Přijali ztrátu i celkovou změnu, nově si přeorganizovali a nastavili svůj život tak, jak jim vyhovuje a jsou i připraveni své city soustředit na jiné či nové osoby bez výčitek svědomí. Jednotlivé fáze jsou délkou velmi individuální, mohou trvat měsíce i roky.

## **2.1. Modely a fáze truchlení**

Stejně jako není stanovená doba zármutku, není ani model truchlení a jeho fáze u dětí. Většina autorů se dle Špatenkové (2024, s. 32) však shoduje na jistých faktorech objevujících se v celém procesu, a to zmatení, agrese, změna vztahu k zemřelému až postupné vyrovnání.

Fázemi zármutku a reakcemi na smutné zprávy se zabývala spousta odborníků a mezi nimi i Kübler-Rossová (2015, s. 51–153), která na základě rozhovorů s umírajícími popsala jednotlivé fáze a jak lidem v tomto období pomoci. Její verze jednotlivých fází je nejpoblíbenější a nejčastěji referovaná. Uvádí ale, že nejsou pevně stanovené a truchlící osoba nemusí projít všemi, nemusí to jít ani postupně, je to velice individuální. Ať už se jednalo o klienta, který se o blížící se smrti dozvěděl nebo k tomu sám dospěl, vše začalo popíráním skutečnosti. Nemohli uvěřit tomu, že se to děje a děje se to právě jim. Klienti byli často přesvědčení, že se musí jednat o omyl a s někým si je musel jejich ošetřující lékař splést. Způsob odmítání je jistou formou obrany před náporům informací a myšlenek, které se k nim v tu chvíli dostávají. V průběhu této obranné fáze má čas posbírat své síly a vytvořit si jiný obranný mechanismus, který mu pomůže vše zvládnout.

Detailnější rozhovor o závěru klientova života by neměl přijít hned v této fázi. Vhodnější je to později, až na to klient bude sám připraven. Při rozhovoru je však potřeba dbát opatrnosti. Jestliže se v průběhu rozhovoru ukáže, že se klient odebírá zpátky do fáze odmítání, je nanejvýš vhodné s rozhovorem přestat a pokračovat příště. Připomíná také, že hovořit s rodinou o smrti je vhodné a dobré v mnoha směrech. Nejen v majetkových záležitostech, ale i tyto situace je vhodnější vyřešit včas, ale také v rodinných rozhovorech a způsobu konání pohřbu, aby byl tak, jak si zemřelý přál. Hovořit o těchto záležitostech je i psychicky o něco příjemnější víme-li, že smrt je daleko, než když je naopak blízko a nevíme, kolik času s blízkým ještě máme. Odmítání situace jako obranný mechanismus

tak nemají nutně jen umírající klienti, co se dozvěděli o svém stavu, ale i příbuzní, kteří se o tomto tématu nechtěli bavit dříve. Ukazuje ale i světlou stránku odmítání reality a fakt, že také závisí na vztahu sociálního pracovníka nebo personálu nemocnice s umírajícím klientem. Mnohdy odmítavá fáze může trvat delší dobu, je ale důležité navázat vztah s klientem a snažit se jeho situaci a tento obranný způsob pochopit. Uvádí případy, kdy personál i sociální pracovníci umírajícího klienta zavrhli a nevidí naději s ním nadále komunikovat a pracovat. Klient se tak může nebo nemusí dostat z této fáze těsně na sklonku života nebo vůbec. Je tedy důležité být umírajícím lidem oporou, aktivními posluchači a nevzdávat to po prvním neúspěšném setkání.

Po nějakém čase otázky typu: „*To není pravda, určitě jste se spletli,*“ se dostaví otázky obviňování a zlosti. Tehdy začíná druhá fáze, plná zlosti, agrese a obviňování. Klient začíná obviňovat všechny kolem sebe za svůj zdravotní stav. Zlost si vylívá na všech, co jdou kolem nebo je vidí. Může se jednat o rodinu, která přišla na návštěvu, na kterou se ani neusměje a celá návštěva je pro všechny za trest. Také zdravotní sestry, které dle klienta pořád něco kazí nebo nedělají správně. Věnují se mu málo, někdy zase moc, zkrátka to pořád není ono. Doktoři nejsou žádnou výjimkou, jsou totiž neschopni nalézt způsob, jak jej zachránit, vyhnout se jistým procedurám nebo dietám. Toto období je těžké pro všechny. Je důležité se pokusit vcítit do našťvaného klienta, kterému se nedávno změnil celý život a pohled na svět. Nyní všude kolem sebe vidí lidi, kteří ještě mohou spoustu věcí zažít, změnit nebo navštívit. On už tuto příležitost nemá a v jeho očích jen čeká na onen osudný den, kdy vydechne naposledy.

Jakmile se ale okolí klienta, ať už je to rodina, osobní asistenti nebo nemocniční personál, přestane vyhybat jeho pokoji, ale pokusí se s ním najít společnou řeč, mít s ním trpělivost a věnovat mu čas, jeho chování se může změnit. Povzbudí ho, když mu blízcí dají najevo, že je pořád lidská bytost, na které jim záleží a počítají s ním, že se nečekají na den, kdy zemře, ale jsou tu pro něj a jsou odhodlaní mu pomoci, aby co nejlépe fungoval.

Třetí stadium autorka přirovnává k chování dětí. Stejně jako děti, tak i klienti chtějí dosáhnout svého. Ze začátku to zkusí zlehka, při odmítnutí se zlobí a jsou agresivní, poté ale přijdou na jinou strategii a to dohodou. Jistým smlouváním, které se v této části objevuje, usilují prodloužit svůj čas na Zemi. Tedy jako děti, které přemlouvají rodiče na jimi vybranou aktivitu pod podmínkou úklidu a poslušnosti, i umírající klienti usilují o nalezení skulinky, která by jim za jistých podmínek umožnila dělat to, co chtějí oni. Ukazuje příklady jako opuštění nemocnice na jistou událost nebo stihnutí jejich oblíbené

aktivitu před zákrokem, který už jim její vykonávání neumožní. Není rozumné, hned tyto nabídky odmítat, ale spíše se o nich s klienty pobavit a třeba najít jistý kompromis. Klientům se tak dodá síla a pocit, že ještě nejsou na odpis. Mnohdy v tomto smlouvání může být skryté nedorozumění a pocity viny z minulosti. Je proto už na sociálním pracovníkovi, pečovateli, personálu nemocnice, kaplanovi nebo rodině, aby se při vzájemné komunikaci pokusili tento náznak zachytit a zkusit poodhalit jeho původ.

Postupem času a přibývajících zákroky, operacemi se klient může dostávat do deprese, čtvrtého stadia. Zdrojem deprese je mnoho věcí, zejména tedy skutečnost, že nic není tak jako dřív a oni už tu nebudou, aby mohli pokračovat ve své cestě životem. Jestliže je klient matka, je potřeba také rozhodnout, komu děti předat do péče, což pro ni není jednoduché rozhodnutí a může cítit pocity selhání a viny, že je opouští. Autorka zde rozlišuje 2 druhy deprese, a to depresi reaktivní a přípravou na odchod a poslední rozloučení s blízkými. Úkolem sociálního pracovníka je zajistit klientovi klidný odchod s pocitem, že to bez něj pozůstalí zvládnou. V rozhovorech s rodinou je potřeba ošetřit situaci dětí, manžela a alespoň tak naplánovat život po smrti klientky. Dodat jí pocit důvěry a klidu, že je o vše postaráno a nemusí se bát. Sociální pracovník je od začátku průvodcem celé nově vzniklé situace pro rodinu a jejich oporou, jak vše zvládnout.

Zároveň být oporou nejen rodině, ale i klientovi. Obě strany totiž přicházejí o svého nejbližšího. Dobré zprávy, jako vědomí, že je o děti a pozůstalé postaráno je třeba doplnit i komunikací s klientem a dovolit mu, nechat jeho zármutek vyplout na povrch. Jedná-li se o druhý typ deprese, není zapotřebí klienta uklidňovat, že bude lépe. Klient se už spíše zabývá blízkým se událostem než minulostí. V tuto dobu je lidský kontakt velmi přínosný. Objetí, pohlazení nebo pouhý lidský dotek zlepší náladu.

Po vyjádření pocitů, emocí a zármutku se klient dostává do fáze smíření. Autorka upozorňuje na skutečnost, že smíření není žádná radostná a veselá událost, ale spíše naopak. Klient již tolik nevnímá bolest a veškeré starosti, které ho doteď trápily. Finální stádium akceptace je více náročné pro pozůstalé než pro samotného umírajícího. Může se stát, že návštěvy už nejsou tak vítané a na seznamu přání převažuje samota a spánek. Dlouhé konverzace o minulosti a budoucnosti tak nahradí pouhý lidský kontakt a ujištění, že klient není sám.

Mezi další známé fáze můžeme zařadit ty od Matějčka a Dytrycha (1994, s. 103-107). Popsali celkem čtyři fáze, kde do první spadá stejně jako u Kübler-Rossově (2015) šok, ale i jisté uvědomění, že blízká a milovaná osoba již není mezi živými. Ve druhé fázi je vzpoura, kdy dítě odmítá skutečnost smrti osoby a vše chce vrátit do původního stavu,

kdy byli všichni naživu. V předposlední etapě však dojde k uvědomění, že protest není ničemu platný a smrt je neodvratitelná. Jako poslední nastupuje smíření se situací a ztrátou a nacházení nového způsobu pokračování života. Uvádí ale, že není stanovená doba truchlení a jeho průběh může mít různou intenzitu.

DiGiulio a Kranzová (1997 in Špatenková, Friedlová, 2024, s. 32–33) namísto čtyř vytvořili tři fáze, kde první, stejně jako u předchozích autorů, je šok a chaos, které u dětí nejčastěji probíhá formou uzavření se do sebe a popírání skutečnosti. Ve druhé fázi se rodina a pracovníci v jejich okolí mohou zaměřit na komunikaci s nimi. Děti zde dávají najevo své pocity, které jim pracovníci a blízcí mohou pomoci pochopit a vysvětlit, že jejich pocity nejsou špatné či nevhodné. Jakmile si projdou těmito fázemi, mohou se dostat do poslední smířovací fáze, kde si samy řeknou, že již chtějí jít dál.

U Colorosové (2008, s. 27-36) také můžeme najít tři fáze, které začínají stejně jako u ostatních šokem a pocitem zoufalství ze ztráty. Uvádí, že na začátku truchlení šok a apatie jistým způsobem pomáhá, aby se pozůstalí nezhroutil a dává mu čas vše vstřebat. Děti mají v sobě nahromaděnou spoustu emocí a jejich blízcí nebo pracovníci v jejich okolí by jim měli dát prostor a svobodu tyto pocity nechat projevit. Jsou zvědaví, a proto by mělo být jejich okolí trpělivé, i když je to těžké, a na jejich otázky jim odpovídat. Dovolit, aby truchlili spolu s ostatními. V situacích ztráty blízkého může být i velkou oporou lidský dotek, jako je objetí nebo masáž hlavy.

Pomalou šok vystřídá bolest a hluboký zármutek, tedy druhá fáze. Mimo otázky typu: „*Proč se to stalo?*“ nastupuje zlost a otázky k ní vedené „*Proč musela babička tak kouřit?*“. Je důležité být dětem oporou a dopřát jim prostor na vyjádření jejich zlosti a také důvěru o všem mluvit. Může se stát, že zloba přemůže děti a budou se chovat velmi agresivně. V takových případech autorka doporučuje mluvit s dítětem a pokusit se odhalit příčinu vzteku. Mluvit o zemřelém pomůže jak dospělému pozůstalému, tak i dítěti. Vysvětlit, že se jeho jméno stále může vyslovovat a může se o něm mluvit a vzpomínat na něj. V této etapě se nachází jisté události a s nimi spojený diskomfort a nezvyk, že tam blízký chybí. Může se jednat o narozeniny, oslavy, výročí úmrtí. V tomto období je vhodná pomoc a podpora i pro dospělé pozůstalé. Období truchlení může pozůstalým připadat nekonečné a mohou si přát, aby to měli za sebou a už netrpěli.

Postupně pocítují celkovou únavu ze zármutku a chtějí fungovat jako předtím. Neznamená to, že by se na zemřelého zapomnělo, ale spíše přijetí skutečnosti a ochota jít dál. Děti do této poslední fáze mohou dojít v jinou dobu než dospělí pozůstalí. Je potřeba

jim být neustálou oporou, komunikovat s nimi a vysvětlit, že na zemřelého mohou vzpomínat a jít dál není zlé nebo proti zemřelému.

Opět jinak popsal Rogge (1999, s. 98-101) své čtyři fáze truchlení. Uvedl také, že fáze nechodí postupně, ale mohou probíhat zároveň a také se do jednotlivých z nich mohou pozůstalí vracet. V první fázi odmítání se projevují různé obranné způsoby dítěte vypořádat se se situací. Mohou se chovat neobvykle, a to buď agresivně, výbušně nebo naopak šťastně, spokojeně, plné nápadů na nové hry. Může se také stát, že téma smrti rodiče se pro dítě stane nechtěným a zakázaným tématem a bude se ze všech sil snažit se mu vyhnout. Následuje touha po předmětech zemřelého, jejichž prostřednictvím dítě vzpomíná na veselá období se svým blízkým. Zde dochází k idealizaci zemřelého blízkého a touha býti jako on nebo alespoň mu být velice podobný. Okolí dítěte by mělo být ale opatrné. Brzká idealizace může způsobit odmítání dítěte jít dál.

Další fází je naopak zlost na zemřelého z jeho opuštění. Výčitky, že své blízké zde nechal samotné a bez pomoci. Nakonec by mělo dojít k útlumu zármutku. Dospělí by měli být i zde oporou a vysvětlit dětem, že někdy může stále vzpomínka na zemřelého bolet a není to špatně. Sem tam přece každý vzpomíná na své zesnulé blízké. Vysvětlení příčin smrti rodiče dítěti pomůže s celým procesem a lépe vše dokáže pochopit. Ačkoliv se má dítěti říkat pravda, je potřeba brát ohled na jeho věk a vývoj.

## **2.2. Truchlení dětí**

Po mnoho let byli odborníci přesvědčeni o tom, že děti netruchlí. Vycházelo se především z díla Freuda, který uznával truchlení dětí až v období dospívání, kdy se podle něj teprve formuje libido a jeho energie, jež je směřována k osobám, které dítě miluje. Průkopníkem tohoto fenoménu, který dokázal, že děti truchlí je dle Špatenkové (2024, s. 29-31) psychoanalytik John Bowlby. Rovněž je považován za zakladatele biologické teorie truchlení. V této teorii, jde především o skutečnost, že reakce na ztrátu je biologicky následovaná změnou chování, které může být až agresivní. Jedná se však o vrozenou reakci. Ovlivnil řadu dalších odborníků, kteří se věnovali fyziologickým reakcím na smrt.

Kubíčková (2001, s. 87–91) ve své knize porovnála truchlení s vývojem dítěte a jeho chápání smrti. Většina odborníků se shoduje, že děti do dvou let nedokážou truchlit. Takto malé děti ví, co je to smutek a strach, že je někdo opustí, ale koncept smrti jim je zcela cizí. Jako výjimku uvádí Bowlbyho, který je přesvědčen, že i půlroční děti dokážou truchlit. Shodu odborníci nachází v tvrzení, že již velmi malé děti jsou schopny pochopit

náladu okolí a patřičně se na ni vyjádřit. Jestliže je okolí dítěte smutné, mělo by i tak dávat najevo dítěti lásku a uklidňovat ho svou přítomností.

V rozmezí tří až pěti let děti chápou, že se něco stalo, ale ještě nechápou nezvratnost a konečnost smrti. V tak raném věku se mohou děti cítit zodpovědné za smrt blízké osoby. Je důležité, aby jim sociální pracovníci nebo lidé v jejich okolí vysvětlili, že za smrt nenesou žádnou vinu. Stejně tak se mohou obviňovat i děti starší, a to ve věku šesti až osmi let, kteří již chápou nezvratnost smrti a její nevyhnutelnost. Výhodou zde může být schopnost dětí formulovat otázky a pracovat se svými myšlenkami. Sociální pracovník jim zde musí být oporou a dobrým komunikačním partnerem, který mezi ním a dítětem vytvoří bezpečný prostor pro jejich otázky, na které jim bude trpělivě a empaticky odpovídat.

Změna nastává v desátém a jedenáctém roku, kdy děti rozumí rozdílům mezi eufemismy, které se používají při smrti blízké osoby a skutečnosti. Nyní už chápou, že i smrt se týká i jich samotných. Rodiče na ně často předávají část zodpovědnosti v různých formách, kde jedna z nich může být starost o mladšího sourozence po dobu jejich nepřítomnosti. Ačkoliv jsou to starší děti, je potřeba mít na paměti, že i ony potřebují prostor pro jejich vyjádření emocí. Častou chybou zde bývá chápání dítěte jako sobě rovného dospělého, který pak svůj smutek odkládá a cítí jeho nemístnost. Až od třinácti let si uvědomují dospělý koncept smrti.

S dětským zármutkem je potřeba zacházet opatrně a nevyhýbat se mu. V devátém roce života už děti chápou konečnost života. Jakmile jim však zemře nějaký blízký člověk, mají spoustu otázek a pocitů. Ačkoliv je pro ostatní zúčastněné těžké odpovídat na jejich zvědavé a mnohdy nekonečné dotazy, jelikož také truchlí, je potřeba dětem vše vysvětlit s ohledem na jejich věk a vývoj. Prožívání smutku se liší také dle vztahu, který se zemřelým měli. Mohou mít výčitky a pocity, že jejich smrt způsobily oni, například tím, že si nedělali domácí úkoly, nepomáhaly rodičům nebo příliš zlobili. Dospělí se tak stávají jejich rozcestníkem pro rozklíčování těchto otázek a pocitů (Kubíčková, 2001, s. 89-90).

Smrt rodičů u dětí je velmi citlivá záležitostí. Je rozdíl, zda zemřeli rodiče dospělému nebo dítěti. Každý celý proces vnímá a prožívá jiným způsobem. Rodiče hrají důležitou roli v životě dítěte a když jeden z nich zemře, je tato role postrádána. Ztráta rodiče se má za nejhorší událost, kterou dítě může zažít. Může se stát, že druhý rodič převezme roli toho druhého, což ne vždy může být správným řešením. Jak dítě, tak i pozůstalý rodič se musí nově naučit žít a přeorganizovat si život, naučit se novou roli a přijmout fakt, že

druhý rodič zemřel a s ním i jeho role. Tato ztráta oťřese celou rodinou a nějakou dobu potrvá, než se rodina opět stabilizuje.

O převzetí rolí se také může pokusit nový partner rodiče. Při takovémto přerozdělování role je potřeba být velmi citliví a opatrní. Dítě to může vnímat jako zradu vůči zemřelému rodiči, snahu ho nahradit, zapomenout na něj a podobně. Dalším případem převzetí role může být, když dítě usiluje o nahrazení pozice zemřelého rodiče. Zde panuje spousta stereotypů, jak syn musí zastat mužskou práci v domě a být ochráncem rodiny a dcera naopak hospodyňkou a druhou mámou pro celou rodinu. Uváděná situace může být rizikovým faktorem pro předčasnou dospělost. Dítě by mělo být stále dítětem a přeskokovat vývojové etapy jeho života může vést k problémům v dospělosti. Je potřeba zajistit, aby si dítě prošlo zármutkem a nedošlo tak k zárodku citovým problémům, které se mohou projevit i o několik let později. Ti, kteří si v dětství neprošli procesem truchlení mohou mít problémy navazovat vztahy a rozvíjet svůj partnerský život (Kubičková, 2001, s. 55-59).

V případě úmrtí obou rodičů dochází k rapidnímu zestárnutí generace dětí. Tyto děti se tak mohou cítit více v nebezpečí s pocitem, že jsou „další na řadě“. Což může vést k psychickým problémům nebo například k větší zainteresovanosti do způsobu jejich života a chutí ho změnit a naplnit (Vágnerová 2000 in Kubičková, 2001, s. 62).

Autorka Colorosová (2008, s. 49-50) se také věnovala ve své knize dětem a jejich procesu truchlení. Uvádí, že děti v tomto věku jsou zvědavé a nasávají plno informací kolem sebe. Poslouchají rozhovory, o kterých si dospělí myslí, že by slyšet neměli a určitě je nevnímají. Také si mohou vymýšlet a utvářet si vlastní verze příběhu o nově vzniklé situaci. Mohou ze strachu předstírat, že se nic nestalo a vše byla jen hra. Strach, který je nově obklopil je plný obav, že by mohl zemřít někdo další nebo oni samotní. Najednou pro ně není smrt něco, co se jich netýká a je příliš vzdálená. Mohou neustále hledat zemřelého s nadějí, že se vrátí. To vše jsou situace, které je třeba řádně ošetřit a mluvit o nich s dětmi.

Není jasně stanovená a pevně daná doba, za kterou by si dítě mělo projít zármutkem. Ačkoliv to může pozůstalým přijít nekonečné nebo pro ně dostatečně dlouhé, dítě to vnímá jinak. Truchlení po ztrátě se může objevit i několik měsíců či let po události. Mohou to zpustit i události, u kterých bylo dítě zvyklé, že tam svou blízkou osobu má (Špatenková, Friedlová, 2024, s. 27-29).

### 2.3. Jak dětem pomoci se zpracováním smutku

Vyrovnaní se se ztrátou není lehké pro nikoho, zejména ne pro děti, kterým zemřeli rodiče. Existuje pár základních rad, kterými se mohou nejbližší a sociální pracovníci inspirovat.

Klíčem je dobrá komunikace, děti si potřebují ujasnit a sdělit okolí, co se stalo, proto vypráví své vlastní verze celé události i okolností, které tomu předcházely. Některé děti jsou více upovídáné a některé zase nechtějí mluvit vůbec. Je na místě si všimnout i neverbálních projevů a věnovat dítěti značnou pozornost. Na dospělých je, aby děti poslouchali a nesnažili se je jakkoliv ovlivňovat a měnit jejich příběh.

Upřímnost je dalším důležitým aspektem, na který se zaměřit. Děti jsou mnohdy více všímavé, než si spousta lidí myslí, a tak snaha ochránit je od pravdy nemusí být správnou cestou. Lhaním dětem se přispívá k nedůvěře vůči dospělým a také v něm lži mohou vyvolat další chaos. Pro děti se dospělí stávají hlavními zdroji informací. Jsou přirozeně plné otázek a na spoustu z nich přicházejí až s časem. Na jejich otázky by se mělo trpělivě a upřímně odpovídat. Když na danou otázku nezná sociální pracovník nebo kdokoli z okolí dítěte odpověď, je lepší říct pravdu, že neví a odpověď může zkusit společně s dítětem dohledat. Není vhodné vysvětlovat smrt dítěti různými eufemismy jako: „odešel“ nebo „přišly jsme o něj“. To v dítěti může vyvolat jen další zmatek a také představu, že se jednoho dne vrátí a smrt tak není konečná.

Podílení se dítěte na rozloučení se se zemřelým také pozitivně přispívá procesu uzavření. Dítěti pomůže, má-li možnost volby. Nemusí to být velké věci, stačí drobnosti, jako například výběr květin, písničky nebo bot pro zemřelého. Prostřednictvím volby se mu předává jistá kontrola nad děním a také není odsouvání mimo dění. Důležité jsou také různé vzpomínkové rituály na zemřelého. Už při třídění věcí zemřelého je pro dítě přínosné zapojit ho do procesu rozdělování a také se zeptat, zda si chce něco nechat na památku. Ani po pohřbu by se by na zemřelého nemělo zapomínat, ale připomínat si, jakým člověkem byl a co pro všechny znamenal. Do vzpomínání lze dítě zapojit ve formě vyprávění, návštěvou oblíbených míst zemřelého nebo malování na různá témata. Vyhýbání se otázkám, nepojmenováváním věcí pravými jmény se jen přispívá k tabuizaci smrti. Proto by se nemělo zapomínat také říkat jméno zemřelého, vysvětlit dítěti, že na tom není nic špatného.

Po tak velké ztrátě se dítě nemusí cítit všude v bezpečí. Úkolem dospělých je tak najít místo, které bude jejich bezpečným prostorem, jakousi ulitou, kde budou mít



možnost projevit své emoce nebo být i sami. Jestliže dítě požádá o naši přítomnost, jako sociálního pracovníka nebo člověka z jeho okolí, mělo by mu být vyhověno. V opačném případě respektovat jeho právo na soukromí.

Je zdravé nedusit emoce v sobě, ale nechat je vyplout na povrch a vyjádřit je. To stejné také platí u dětí. Zajistit jim prostor, kde ze sebe mohou dostat smutek, bolest i vztek. Umět jim vysvětlit, že pláč není špatný a že i dospělí občas pláčou a vztekají se. K celkovému vybití emocí pomůže také sport nebo jiná aktivita.

Pro děti jsou dospělí velkým vzorem a oporou, být tu pro něj, začleňovat ho do celého procesu a neodsouvat mimo dění. Obzvláště při ztrátě někoho tak blízkého jako je rodič by se na to nemělo zapomínat. Ubezpečit je, že nejsou samy, nenesou žádnou vinu a jsou milovány. Vybudovat si u nich důvěru a být jim těmi nejlepšími průvodci životem (Umírání, děti truchlí jinak, [online]).

Autorka Colorosová upozorňuje také na přípravu a prevenci před šokem ze smrti. Když se děti seznámí ještě před ztrátou se smrtí, může to mít pozitivní vliv na proces truchlení. Myslí tím obyčejné povídání, seznamování s konečností života a určitých fázích v něm jako je změna a konce ročního období, nebo i smrt domácího mazlíčka nebo zvířete v přírodě.

Po smrti někoho tak blízkého, jako je rodič, dítě zažívá obrovský zmatek a zásadní změnu v životě. Dospělí si sice často říkají, že tak malé i menší děti nejsou schopny zaregistrovat a pochopit smrt blízkého. Opak je ale pravdou, už miminka prožívají smutek, jen ho vyjadřují jinak než slovy. Udržení režimu, který byl již zaběhlý před úmrtím je dobré zachovat, aby dítě mělo nějakou stabilitu. Nejedná se o razantní zákazy, ale například o zachování večerky a času na hygienu (Colorosová, 2008, s. 22-24).

Na rozdíl od Colorosové (2008), Kubíčková (2001, s. 107-108) ukazuje i negativní stránku s předchozím setkáním se se smrtí. Jestliže byl již předtím zármutek špatně ošetřen, nebo ignorován, u dítěte se tak spíše mohou prohloubit psychopatologické response na celou situaci. V takových případech, kdy se dítě se se smrtí nesmířilo, může znamenat i menší ztráta velké problémy.

Dalším spouštěčem stresu je ztráta rodičů dítěte brzy po sobě nebo zemřou-li zároveň. Dítě se dostává do nové role sirotka, kterou doteď neznalo. Je to pro něj nová situace a identita, kterou je potřeba dítěti vysvětlit a tuto novou etapu života správně ošetřit.

### 2.3.1. Desatero při komunikaci s dítětem dle Špatenkové

Špatenková (2024, s. 120-124) ve své knize vypsala „desatero pro pozůstalé“, které může být velmi nápomocné při procesu truchlení a prožívání ztráty, kdy pozůstalí neví, co dříve dělat, co říkat, koho do procesu zapojit apod.

Jako první je zapojení rodiny do přípravy pohřbu. Při utrpení ztráty si každý prožívá svůj zármutek jinak a chce se s ním vypořádat po svém, ale taková aktivita může být přínosem pro všechny pozůstalé. Do tohoto procesu se klidně mohou zapojit i děti. Budou se tak cítit začleněné, uvidí, že i ostatní truchlí a na druhé straně to může být pro dospělé pozůstalé motivací celý proces truchlení a plánování pohřbu zvládnout a být oporou dětem. Dětem lze při plánování nabídnout jisté zapojení a pomoci ostatním i jím samotným se rozloučit s milovanou osobou. Mohou například vytvořit spolu s dospělými album fotografií nebo například nakreslit mu obrázek nebo napsat dopis jako symbol rozloučení.

V celém shonu je potřeba pamatovat na dodržování pitného režimu a dostatečnému přísunu potravin. Při návalu informací a věcí, které je potřeba zařídit a obstarat se na to snadno zapomene, proto jako druhé autorka připomíná hlídat si doplňování tekutin a jídla. I když to může být těžké, děti a pozůstalá rodina nemusí mít chuť k jídlu, je důležité být k dětem a pozůstalým velmi pozorní. Přílišné změny ve stravování totiž mohou značit strádání jiných potřeb, jako je potřeba lásky a bezpečí a snadno se to může vyvinout v komplikované truchlení.

Ztráta milovaného člověka dětem může nabourat jejich stabilitu, jistotu a jako radu v desateru autorka přikládá dodržování režimu. Dítětem tato ztráta velmi otřese a jistota denního řádu, který probíhal před ztrátou blízké osoby mu může dodat alespoň trochu pocit jistoty. Upozorňuje také, že jestliže se zmíněné navracení a udržení režimu bude velmi protahovat a oddalovat, pozdější znovu začlenění bude velmi těžké.

Do svého desatera nezahrnula jen děti, ale také dospělé pozůstalé osoby, které by svou pozornost měli upínat i na sebe, zejména v ohledu na zdravotní stav. Jestliže blízká osoba zemřela na nemoc, může se rozvinout strach, zda tato nemoc není dědičná nebo nakažlivá. Upozorňuje na možný rozvoj tohoto strachu až k vytvoření fobie a jako řešení nabízí návštěvu lékaře.

Jako pátou radu doporučuje konverzace o zemřelém. Ačkoliv to může být pro obě strany těžké, je důležité dítěti ukázat, že mluvit o zemřelé osobě není nic špatného. Popisuje zde také mýtus, že o mrtvých lidech se má mluvit jen pozitivně. Ten se snaží

vyvrátit a nabádá ke konverzaci i o špatných stránkách zemřelého. Co bývá pro pozůstalé velmi těžké je projevení truchlení před dítětem. Pozůstalí by se toho neměli bát a svůj zármutek před dětmi neschovávat. Projevením emocí dítěti dávají najevo, že se opravdu něco stalo a je normální být ze ztráty smutný a plakat.

S proječováním zármutku se pojí i prostor a čas na něj. Do režimu dětí by pozůstalí měli zahrnout i truchlení a vzpomíná na zemřelého. Jako příklad uvádí modlení, provádění oblíbené aktivity zemřelého, zapalování svíček nebo jen samotným vzpomínáním. Při truchlení se mohou objevit i negativní pocity a zlost na zemřelého a agresi. U dětí se může projevat různě dle jejich věku a stupně vývoje. Do určité fáze jsou tyto reakce v pořádku a normální reakcí na ztrátu, mohou se ale rozvinout více. Nejmladší děti svou zlost většinou ventilují násilím na ostatních, ničením věcí nebo straněním se citovým projevům od ostatních. U těch starších se může objevit sebepoškozování nebo zraňování zvířat. Důležité je o tom s dětmi mluvit a ukázat jim alternativy, jak ze sebe zlost dostat. Alternativou může být deník, hovor s osobou, které věří, boxování do polštáře nebo případně návštěva odborníka, který s tím dítěti pomůže.

V neposlední řadě připomíná, že toho někdy může být moc a lidé si často neví rady. Pozůstalí se snaží být silní pro děti, ale i oni sami potřebují jistou pomoc a podporu. Nabádá tak k přijetí pomoci od druhých. Pomoc mohou pozůstalí přijmout od svého okolí nebo i od odborníků. Formám odborné pomoci je více věnována podkapitola 3.1.

## **2.4. Pohřby a účast dětí na nich**

Haškovcová (2000, s. 93-94) uvádí, že člověk dnešní moderní doby se o pohřeb nezajímá, dokud nemusí, a proto je potřeba, aby sociální pracovníci a další pracovníci v pomáhajících profesích pozůstalého navedli, jak vše zařídit a čím začít. Podávání těchto informací by mělo být zcela nestranné. Pohřbů je hned několik druhů, a je na pracovnících je klientům představit, aby se mohli rozhodnout, co je pro jejich zesnulého nejbližšího nejlepší.

Kubičková (2001, s. 244) ve své knize popisuje změnu v důvodech pořádání pohřbů oproti minulosti. V minulosti se pohřeb vykonával jako vzdání pocty k zemřelému, splnění jeho posledního přání a účast na pohřbu jako symbolický doprovod zemřelého na onen svět. Nyní je pohřeb spíše pomůckou při truchlení a rituálem pro pozůstalé. Mají tak možnost se se svým blízkým rozloučit a mnohdy se i přesvědčit, že je skutečně mrtvý a nebyl to jen zlý sen. Dále pak organizační záležitosti pohřbu pomáhají truchlícím svůj zármutek oddálit, upnou se tak na „správný“ průběh pohřbu a vyřízení

všech záležitostí. V rodině bývá většinou osoba, která již má zkušenosti s organizováním pohřbu a bývá v těchto situacích velmi nápomocná. Plánování pohřbu může být pro pozůstalé velkým šokem a dalším stresovým faktorem, proto je přínosné mít u sebe osobu, která už si tímto prošla a ví, co je potřeba zařídit.

Vzít děti na pohřeb člověka, který jim byl blízkým má pozitivní vliv se smířením se se smrtí blízkého a celkového procesu truchlení. Už jen detaily spojené s pohřbem jako samostatné chystání rituálu, vybírání oblečení na pohřeb, způsob dopravy na pohřeb a setkávání se s ostatními členy rodiny a přátel, dají dítěti najevo, že i on je součástí této události a neodsouváme ho mimo dění. Může také nechat projevít své pocity mezi pozůstalými a vidět, že v tom není samotné (Umírání, Děti truchlí jinak, [online]).

Špatenková (2024, s. 110-113) také hovoří o mýtu, že děti nepatří na pohřeb. Mnoho rodičů se tímto pokouší ochránit děti od všech lítostivých pohledů a zármutku ostatních pozůstalých. Poukazuje na absenci jisté normy či zvyklosti, která by v tomto případě pomohla rodičům a pozůstalým při rozhodování. Stejně jako jiní odborníci se i Špatenková ztotožňuje s faktem, že zapojení dětí do procesu truchlení ostatních pozůstalým a plánování pohřbu je pozitivním přínosem v procesu. Dítě se cítí začleněno a vidí, že v této temné době jeho života není samotné.

Je to však rozhodnutí dítěte, které je potřeba respektovat. Jestliže se dítě rozhodne se nezúčastnit, není vhodné ho násilím tlačit do účasti pohřbu. V jejich rozhodování jim sociální pracovníci nebo pozůstalá rodina mohou poskytnout dostatek informací, které jim jejich volbu mohou usnadnit. Spíše než dítěti říct, jak budou všichni nešťastní, vysvětlit mu důvod pohřbu a přání, že bychom ho tam chtěli mít. Když se ale i přes všechny informace mu poskytnuté rozhodne nejít, je nutno mu dát na výběr z různých alternativ, kde v tu chvíli bude. Nechat ho doma samotného není nejvhodnějším řešením. Stejně se k tomu staví i Colorosová (2008, s. 28), která přítomnost dětí na pohřbu také podporuje. Shodují se také v tom, že je potřeba dbát ohledy na rozhodnutí dítěte. Děti se mohou bát celého procesu pohřbu, je to pro ně nová situace, na kterou mají spoustu otázek. S těmito otázkami jim také mohou pomoci sociální pracovníci nebo pozůstalá rodina a vysvětlit, že pohřeb není něco, čeho by se měli obávat. Alespoň vysvětlováním pohřeb přiblížit a když bude mít dítě více informací a lepší představu o tom, co jej čeká, jeho rozhodování bude snadnější.

Poradna Vigvam je organizace, která pomáhá rodinám, které prožívají ztrátu. Spolupracují tak s dětmi i rodiči, školami a dalšími organizacemi, kterými jsou oporou a snaží se je vzdělávat oblasti smrti. V jejich článku (Poradna Vigvam, Dítě a pohřeb,

trauma nebo příprava na život, [online]), stejně jako u výše zmíněných autorů, se mohou rodiče a sociální pracovníci dočíst, že přítomnost dítěte na pohřbu je dobrá. Ačkoliv si mnoho dospělých myslí, že tomu děti nerozumí nebo jim to přivodí strach z těchto událostí, opak je pravdou. Jen je důležité jim vše včas a řádně vysvětlit, aby věděli, co je čeká. Pohřeb může být pro dítě dobrým způsobem rozloučení, který mu pomůže v procesu truchlení.

Poskytni také krátký seznam věcí, které je potřeba zvážit a vysvětlit dítěti před rozhodnutím o jeho účasti na pohřbu. Jako první uvádí vzít v potaz psychický stav dítěte, zda je vůbec vhodné, aby se pohřbu účastnilo. Dalším důležitým faktorem je, zda dítě chápe, co znamená, že je někdo mrtvý a koná se pohřeb. Dále vysvětlení průběhu pohřbu a zodpovězení otázek dítěte. Přiblížit mu tento proces, aby vědělo, co jej případně čeká. Vysvětlit detailně průběh od smuteční řeči, osob, které mohou na pohřbu potkat až po způsob naložení s ostatky, zda blízkého čeká kremace nebo klasické uložení těla v rakvi do země, případně vysvětlit, co je to kremace. S osobami, které zde může dítě potkat se i poji jejich reakce. Někdo může plakat a nahlas projevovat emoce, někdo se zase může usmívat nebo mít ledový výraz. Všechno jsou to emoce, které jsou v pořádku a každý člověk reaguje na ztrátu blízkého jinak a dítě se nemusí bát, že by jeho emoce nebyly vhodné. Zapojení do plánování pohřbu dítěti celou situaci přiblíží a následně je schopno vše lépe pochopit. Může to být pouhé vybrání květiny, ozdoby, nebo oblečení, ve kterém by se případně pohřbu účastnilo. Je důležité mít na mysli, že žádné otázky, které dítě pokládá, nejsou nevhodné. Pracovník by měl být empatický, trpělivý a snažit se dítěti vše vysvětlit. Jestli se i přes všechno vysvětlení dítě rozhodne nezúčastnit se, ujistit ho, že je to v pořádku a mít pro něj alternativu, aby nebylo o samotě.

### 3. PROPOJENÍ TÉMATU SE SOCIÁLNÍ POLITIKOU

Sociální politika jako pojem se dle Tomeše (2006, s. 27-29) u nás ustálil v období mezi 19. a 20. stoletím. Sociální politika představuje systematické a cílené úsilí jednotlivých aktérů ve společnosti s cílem udržet nebo dosáhnout změn ve fungování nebo podpořit rozvoj sociálního systému, buď ve prospěch sebe sama nebo jiných. V důsledku toho dochází k aktivitě, rozvoji nebo změně vlastního nebo cizího systému nebo souboru nástrojů.

Má také své specifické funkce, které přispívají k celkovému fungování a prospěšnosti sociální politiky. Jako historicky nejstarší je popisována ochranná funkce, která pomáhá sociální skupině v jejichž již vzniklé náročné a znevýhodněné životní situaci (Krebs, 2015, s. 56–63). Uplatněním těchto funkcí v rámci tématu bakalářské práce jsou věnovány následující odstavce.

Jeden z aspektů sociální politiky je i sociální zabezpečení, které slouží k jejímu naplnění. Svými formami poskytuje náhradní zdroje, které zajišťují poměrnou stabilitu, adekvátní minimální úroveň sociálního zabezpečení a sociální autonomie. Mezi tyto formy se řadí sociální příjmy, kde patří dlouhodobé i krátkodobé dávky, dále sociální služby, kam patří například poradenské služby, a sociální azyly, kde spadají například dětské domovy. Systému pro ochranu občanů tvoří sociální pojištění, do kterého spadá důchodové a nemocenské pojištění, které jsou poskytovány pomocí nástroje sociální politiky, a to konkrétně sociálních příjmů. Dále státní sociální podpora, kde prostředky na dávky pocházejí ze státního rozpočtu, a sociální pomoc, která se realizuje pro ty občany, nacházející se v těžké životní situaci, ze které si nedovedou pomoci sami ani prostřednictvím vlastní rodiny. V takovém případě se sociální pomoc realizuje prostřednictvím sociálních služeb, sociálně-právní ochrany nebo dávek (Krebs, 2015, s. 183-187).

Mezi principy sociální politiky patří subsidiarita, která zdůrazňuje důležitost poskytování pomoci a podpory na úrovni, která je co nejbližší jednotlivci či komunitě, která ji potřebuje. Základní myšlenkou sociální subsidiarity je, že problémy a potřeby by měly být řešeny na nejnížší možné úrovni, která je efektivní a účinná. To znamená, že tam, kde je to možné, by měly být rozhodovací pravomoci a zdroje delegovány na lokální, regionální nebo komunitní úroveň, namísto toho, aby byly centralizovány na úrovni státu nebo nadnárodních institucí (Krebs, 2015, s. 37-38). Na uplatnění tohoto principu by měl přispět metodický dokument, který pomůže pracovníkům v pomáhajících profesích

komunikovat s pozůstalými dětmi. Mimo pracovníky se na uplatnění principu subsidiarity může podílet rodina, které bude poskytnut informativní letáček zaměřen také na komunikaci s pozůstalými dětmi. Návrh vytvořeného letáčku je součástí této práce a detailně je popisován v empirické části, samostatně se nachází v příloze číslo 2. Naplnění principu subsidiarity v rámci rodiny je také nejlevnější variantou zapojení dítěte do rodin. Ve vztahu k pozůstalým dětem tento princip zdůrazňuje důležitost zapojení rodiny, komunity a státu do poskytování podpory a péče, s cílem zajistit, aby tyto děti měly dostatečnou podporu a příležitosti k plnému rozvoji a integraci do společnosti. Spatřovat jej lze ve formách náhradní péče, která je upřednostňována před péčí ústavní. Mezi formy se řadí svěřenectví, pěstounská péče, osvojení, pěstounská péče na přechodnou dobu a poručenství s osobní péčí.

Situace, kdy se dítě nachází v péči jiné osoby na základě rozhodnutí soudu, se nazývá svěřenectví. Podstata tohoto uspořádání spočívá v tom, že osoba příbuzná či blízká dítěti, kterou soud zvolí, se stará o dítě, zatímco rodiče si zachovávají svou rodičovskou odpovědnost i povinnost poskytovat dítěti finanční podporu. Další formou náhradní péče je pěstounská péče, která může být zprostředkovaná i nezprostředkovaná. Což záleží na tom, jak byla pečující osoba vybrána. Další formou péče je pěstounská péče na přechodnou dobu, jejíž délka nesmí překročit jeden rok a pečující osoba byla soudem uznaná jako vhodná osoba, kterou navrhl orgán sociálně právní ochrany dětí (dále jen OSPOD). Spolupráci s OSPOD a jinou doprovázející organizací má pečující osoba uložena jako svou povinnost. Ve chvíli, kdy dítě nemá žádného rodiče, který by vykonával svou rodičovskou odpovědnost soud zvolí opatrovníka, který svou funkcí zastupuje rodiče. Jakmile pečující osoba cizí dítě přijme za své, zapisují se do rodného listu dítěte. Tato forma péče není podporována formou dávek (MPSV, formy náhradní rodinné péče, [online]). S formou náhradní péče souvisejí i dávky, které stát poskytuje implementací rodinné politiky s cílem pomoci rodinám. Mezi tento typ dávek spadají například dávky pěstounské péče. Vzhledem k povaze tématu této práce, rodinná politika zprostředkovává také specifickou dávku a tou je pohřebné (Krebbs, 2015, s. 388). Podmínky nároku na pohřebné uvádí zákon č. 117/1995 Sb. o sociálních službách v §47 (Zákon č. 117, §47). Tato dávka je jednorázová ve výši 5000 Kč a nárok na tuto dávku mají ti, kteří pohřeb koordinovali a platili, jestliže se jednalo například o pohřeb rodiče nezaopatřeného dítěte.

Dalším důležitým principem sociální politiky je sociální solidarita, což je koncept, který popisuje míru vzájemné podpory, spolupráce a součinnosti mezi jednotlivci či

skupinami v rámci společnosti. Mezi formy solidarity lze zařadit zajišťování ochrany dodržování lidských práv a také boj proti jejich porušení. Dále pasivní politika, kam spadá poskytování dávek a oproti tomu aktivní politika, kde se řadí finanční krytí služeb podporujících sociální integraci a osobní růst, nebo poskytování dočasných a doplňkových příspěvků. Sociální politika také prostřednictvím nejrůznějších dávek a služeb podporuje schopnost člověka osamostatnit se (Tomeš, 2006, s. 29–31).

Solidarita je velmi úzce spjata s vytvářením a přerozdělováním prostředků a životních podmínek jednotlivců, ale i rodin. Cílem je realizovat koncept sociální spravedlnosti. Solidarita má své základy v pomoci od druhých a jejich vzájemné spolupráce. Tato myšlenka je tak základem celé sociální solidarity. Snaží se společnost vést k individuálním rozhodnutím a její ochotě respektovat potřeby a cíle širší společnosti (Krebs, 2015, s. 31–32).

Sociální pracovníci hrají klíčovou roli v implementaci této politiky tím, že poskytují podporu a služby pozůstalým dětem a jejich rodinám a pomáhají jim překonávat obtíže spojené se ztrátou a životními změnami. Mezi formy této podpory spadá základní důchodové pojištění, které je jistou formou ochrany pro ty, kteří se nacházejí delší dobu v potížích. Situace, ve kterých je důchodové pojištění podporou je stáří, invalidita a ovdovění s osiřením. Výše dávek závisí na výše příjmu dané osoby, která se musí participovat na fondu sociálního pojištění. Mezi dávky důchodového pojištění se nachází starobní, invalidní, vdovský/vdovecký a sirotčí důchod (Krebs, 2015, s. 226-227).

Sirotčí důchod se dle §52 zákona číslo 155/1995 o důchodovém pojištění, dále jen zákon důchodového pojištění, poskytuje nezaopatřenými dětem, jejichž rodiče nebo osoba, která nahrazuje péči rodičů zemřela pojištění (Zákon č. 155, §52,53). Jestliže dítěti zemřeli oba rodiče nebo obě osoby, kterým bylo dítě do péče svěřeno, má dítě nárok na sirotčí důchody po obou rodičích nebo osob o něj pečujících. Výši dávky lze najít také v zákonu o důchodovém pojištění v §53, který říká, že výše základní výměry je 10% měsíční průměrné mzdy a procentuální výměra odpovídá 40 % výměře starobního nebo invalidního důchodu, kde invalidita je třetího stupně u osoby, která zemřela a měla na něj nárok. Aby nezaopatřené dítě mělo nárok na sirotčí důchod, je potřeba, aby zesnulý rodič nebo osoba o dítě pečující pobírali starobní nebo invalidní důchod. Variantou je také možnost, kdy zesnulý rodič nebo osoba o dítě pečující zemřeli následkem pracovního úrazu, nebo dnem jejich úmrtí měli již splněné podmínky pro nárok na tyto důchody. Podmínky invalidního důchodu se nacházejí v zákoně o důchodovém pojištění §40 a



podmínky starobního důchodu se nachází v témže zákoně, jen pod §29 a §31(Zákon č. 155, §29, 31, 40).

U invalidního důchodu je pro sirotčí důchod podmínkou být účastníkem invalidního pojištění minimálně polovinu doby pojištění, která je dále popsána v §40 zákona o důchodovém pojištění. V §40 se lze dočíst rozdělení doby, kterou je nutno splnit, dle věku pojištěnce. Například člověku, který má do 20 let musí být platitelem tohoto pojištění méně než rok, aby měl nárok na invalidní důchod. Dále se doba pojištění stupňuje vždy více o 1 rok a věkové kategorie jsou po 2 letech, tedy osoba mezi 20 a 22 lety musí být pojištěncem jeden rok, mezi 22 a 24 lety dva roky až do věku nad 28 let, kdy se tato doba prodlužuje na 5 let.

Sirotčí důchod může (Zákon č. 155, §52 odst. 4) zaniknout osvojením nezaopatřeného dítěte. Ale jestliže se dítě rozhodne osvojit jen jedna osoba, tak dítě, které pobíralo dva sirotčí důchody, tedy po obou rodičích, zaniká důchod pouze po tom rodiči, kterého daná osvojující osoba nahradila. Jestliže bude osvojení zrušeno, pak nárok na sirotčí důchod vzniká znovu a částka bude vyplacena v takové výši, jakou by měla být vyplacena, kdyby se vyplácela v den zrušení osvojení. V případě, kdy sirotčí důchod byl zrušen z důvodu zaopatřenosti dítěti, která již aktuálně neplatí, pak vzniká nárok na sirotčí důchod znova, a to v minimální výši, která byla platná v den, kdy nárok na tuto dávku zanikl.

Státní zdravotní politika se uplatňuje při činnostech, které ochraňují a podporují zdraví a také v činnostech zaměřen na léčení. Na realizaci zdravotní politiky se podílí stát, dále také subjekty ve zdravotnictví jako jsou zdravotní pojišťovny nebo různá zdravotnická zařízení. Nemusí to být ale jen subjekty ve zdravotnictví. Podílet se mohou také občané, obce, zaměstnavatelé nebo podnikatelé (Krebs, 2015, s. 343). Možností odborné pomoci související mimo jiné se zdravotní politikou je věnována následující podkapitola.

### **3.1. Dostupnost a možnosti odborné pomoci**

Při poskytování odborné pomoci se zde uplatňuje jak ochranná funkce sociální politiky, tak i zdravotní politika a konkrétní nástroj sociální politiky – sociální služby. Občané s trvalým pobytem v ČR mají zákonně právo na zdravotní péči zdarma v kontextu s všeobecným zdravotním pojištěním. Stát zajišťuje zdravotní péči a financuje ji prostřednictvím povinné solidarity. V tržních ekonomikách je zdravotní péče poskytována na základě obchodních principů. V netržních ekonomikách je spíše

považována za sociální službu, která může být financována různými způsoby, jako je například přes pojištění nebo z daní. Celkově existují tři hlavní modely poskytování zdravotní péče: netržní formou, netržní formou z více zdrojů a formou tržního pojištění nebo přímých plateb od klienta k poskytovateli (Krebbs, 2015. s. 352–354). Zatímco komerční pojištění je dobrovolné a jeho výše se odvíjí od případného rizika, veřejné je povinné a je založeno na principu solidarity, kde se finanční prostředky shromažďují od obyvatelstva a jsou používány k poskytování pojištění pro všechny (Krebbs, 2015. s. 356–361).

Ve chvíli, kdy pomoc okolí nepomáhá nebo není dostatečná, je vhodné obrátit se na odborníky. Existuje spousta variant, které mohou pozůstalí zvážit a vybrat si z nich. Odbornou pomoc dětem mohou poskytnout zdravotnická zařízení ve formě dětské klinické psychologie, sociální služby ve formě krizových center, linek důvěry nebo neziskových organizací. Dále pozůstalí mohou nalézt pomoc u psychologů a poradců pro pozůstalé. V současnosti, kterou také velmi ovlivnilo onemocnění Covid-19, lze využít i formu online pomoci. Může se jednat o virtuální setkání, která klientům umožňují zůstat ve svém komfortním prostředí. Variantou této distanční opory jsou e-linky, online forma linky důvěry, dále internetové porady nebo fóra. Pozůstalí tak mají možnost velmi snadno prostřednictvím internetu najít pomoc, která se jim bude nejlépe zamlouvat. Mohou si také dohledat, zda jejich reakce na ztrátu je oprávněná a najít podobné příběhy lidí. Zejména pro mladší generaci je tato online varianta přijatelnější a komfortnější z hlediska, že si sami najdou, co potřebují a nemusí se s nikým fyzicky setkat. Mladistvé by mohla zaujmout webová stránka zvaná Jinej svět, kterou doporučuje ve své knize Špatenková (2024, s. 136-137).

Web je dostupný na adrese [www.jinejsvet.cz](http://www.jinejsvet.cz), kde se věnují pomoci dětem a mladistvým ve věku šesti až jednadvaceti. Na stránkách mohou děti najít různé formy pomoci. Mohou si zde stáhnout desatero pro truchlící, ve kterém mohou najít odpovědi na své otázky, zda je v pořádku, že se cítí tak, jak se cítí. Dále stránky nabízejí možnost zapálení virtuálního svíčky pro osobu, kterou ztratili a možnost ke svíčce dopsat vzkaz. Jako další pomoc nabízejí linky pomoci na situaci, ve které se nacházejí. Jedná se o krizovou linku s telefonním číslem 112, dále linku bezpečí s telefonním číslem 116 111 a linku pro rodinu a školu s telefonním číslem 116 000 (Jinej svět, [online]). Mezi další krizové linky, které jsou dostupné pro děti i dospělé se řadí linka důvěry Dětského krizového centra na čísle 777 715 215 a 241 484 149, kterou na svých stránkách nabízí Poradna Vigvam (Poradna Vigvam, kde hledat pomoc, [online]).

Děti a mládež se mohou obrátit na krizová centra, do kterých spadají i nízkoprahová zařízení, kde není potřeba předchozího objednání nebo souhlas rodiče. Děti zde tak mohou přijít neohlášené a poskytnou se jim odborná pomoc. V situaci, kdy se dítě nachází v nemocnici nebo na místě nehody, existuje možnost pomoci ve formě zdravotnických interventů. Tito pracovníci jsou odborně vyškoleni pro poskytování první psychické pomoci a podpory a také pro práci s lidmi, kteří se momentálně nacházejí ve velmi stresové situaci. Zdravotnický intervent často spolupracuje se záchrannou službou a dítěti je tak na blízku co nejdříve. Dítěti pomáhá se v těžké situaci zorientovat, je mu podporou a také mu vysvětluje informace, které se jej týkají. Může jít o informace od lékařů, které dítěti nemusí být srozumitelné nebo jiné jeho se týkající informace, které je potřeba říct šetrně. Je pro dítěte průvodcem v nové situaci a oporou, vysvětluje následující kroky a postupy, doprovází například i při setkání se zemřelým a mnohdy spolupracuje i s OSPOD (Špatenková, Friedlová, 2024, s. 136-139). Mezi krizová centra patří například krizové centrum pro děti a dospívající v Brně, které je také dostupné na webové adrese [www.krizovecentrum.cz](http://www.krizovecentrum.cz) (Krizové centrum, [online]). Dále například krizové centrum Riaps se sídlem v Praze, které má také svůj web a lidé v těžké životní situaci je tak jeho prostřednictvím mohou kontaktovat. Web je dostupný na adrese [www.csspraha.cz/kc-riaps](http://www.csspraha.cz/kc-riaps) (Riaps, [online]). V Olomouci tuto formu pomoci nabízí například nezisková církevní organizace Charita (Charita, krizová pomoc, [online]). Další dostupné formy pomoci v jednotlivých krajích lze najít na stránkách projektu Nepanikař na webových stránkách [www.nepanikar.eu/mapa-pomoci-krizova-centra/](http://www.nepanikar.eu/mapa-pomoci-krizova-centra/) (Nepanikař, krizová centra, [online]).

Další variantou, kde mohou pozůstalí najít pomoc je u odborníků na duševní zdraví, tedy psychologů nebo psychoterapeutů. K psychologovi je nutná předchozí objednávka a cena za setkání jsou různá. Někteří mohou spolupracovat s pojišťovny a setkání tak hradí pojišťovna. Bohužel je těžké se k těmto odborníkům objednat z kapacitních důvodů a jako další variantou je tedy soukromá psychologická ordinace, kde už pojišťovna setkání nehradí a ceny jsou různé dle regionu. Psychoterapie je poskytována psychology, lékaři nebo jinými odborníky, kteří jsou úspěšnými absolventy psychoterapeutického výcviku. Setkání probíhají formou pravidelných setkání, ne jejichž délce se domlouvají s pozůstalým nebo se zákonným zástupcem pozůstalého dítěte (Špatenková, Friedlová, 2024, s. 139-140). Internetové stránky asociace poradců pro pozůstalé zprostředkovávají informace o poradnách v České republice, kde si každý může zadat město, ve kterém poradnu hledá a ukáže se mu na mapě nejbližší dostupná (Poradci pro pozůstalé, kontakt,

[online]). Přímo v Olomouci se nachází například duchovní pomoc, která funguje ve FNOL (FNOL, kaplani, [online]).

Špatenková (2001, s. 190-191) ve své knize připomíná existenci kompetentních sociálních pracovníků, na které se velice často zapomíná, ačkoliv jsou důležitou součástí systému při pomoci pozůstalým. Mezi kompetence, schopnosti a možnosti sociálního pracovníka, jak pomoci pozůstalým se neřadí jen vypisování dávek s úmrtím spojené. Jeho kompetence sahají k sociální péči, poradenství, terapii, podpoře. Řada sociálních pracovníků je vyškolená nebo si sama prošla psychoterapeutickým výcvikem, což je činí důležitým článkem formy pomoci. Vzhledem k povaze sociálního pracovníka, je možnost uskutečnit skupinová setkání nebo i víkendová setkání pozůstalých.

Práce sociálního pracovníka je mnohdy flexibilní a při posuzování situace klienta, posuzuje situaci komplexně. Nápomocník může být při komunikaci mezi umírajícím a pozůstalými, je pomocníkem a průvodcem při zařizování veškerých administrativních záležitostí, které s umíráním souvisejí. Díky své všestrannosti může být také partnerem a zprostředkovatelem dalších služeb pro klienty a pomáhat klientům i v jejich domácím prostředí. Je také ochráncem práv, zájmů a hodnot svých klientů (Matoušek a kol., 2022, s. 361–362).

Sociální pracovník či jiný pracovník v přímé péči se může nacházet v situaci, kdy o úmrtí rodičů dítěte ví, ale neví, jak a kdy to dítěti oznámit. Touto problematikou se zabýval například Matějček (1994, s. 108-112), který reagoval na otázku, zda s tak těžkou zprávou počkat a dítěti lhát do doby, než bude jeho okolí v pozdější fázi truchlení. Není totiž výjimkou, když pozůstalá rodina dítěti namlouvá o odchodu rodičů na dovolenou nebo pracovní cestu a dítě tak žije jistou dobu v nejistotě a bludu, kdy se rodiče vrátí. Tato lež spíše pomáhá pozůstalé rodině než dětem. Dospělí si tímto vytvoří jistý prostor pro odložení „problému“ s vědomím, že je dítě šťastné s představou rodičů na dovolené a oni mají prostor pro truchlení. Dětem ale zmíněné odkládání pravdy naopak přitěžuje. Jestliže se dítěti pravda oznámí co nejdříve, cítí oporu pozůstalých a vidí, že není odsunuto mimo dění. Může truchlit zároveň s ostatními a vidět, že i dospělí reagují na smrt různými způsoby. V případě oddálení skutečnosti se dítě nejen cítí být odstrčeno, ale také cítí nedůvěru a zradu od svého okolí, které ho neinformovalo včas a lhalo mu. Ve své knize uvádí základní rady, které mohou pracovníkům komunikaci s dítětem prožívající ztrátu usnadnit.

Mezi ně patří zajistit dítěti příjemnou atmosféru a bezpečný prostor pro zpracování jeho smutku. Nechat dítě vyjádřit své pocity a být mu nablízku. Nevnučovat mu nápady

na odvedení pozornosti a smutku, ale naopak být oporou při jeho zpracování. Mohou mít spoustu otázek a na ty je potřeba odpovídat upřímně s ohledem na jeho věk. Přístupovat k němu citlivě a opatrně. Nesnažit se co nejdříve zaplnit roli zesnulého rodiče. V takovém případě si ho dítě může romantizovat a proti novému člověku stavět odpor a agresi.

Špatenková (2024, s. 140–141) ve své knize popisuje problém s pracovníky v pomáhajících profesích, kteří přicházejí do kontaktu s lidmi, kterým někdo zemřel. Problémem je zde nedostatečná informovanost a připravenost takové situace řešit. I odborníci se bojí smrti a nechtějí se s ní zabývat po co možná nejdelsí dobu. Důležité je znát a rozumět dětskému konceptu smrti, jejich truchlení, ať už komplikovanému nebo nekomplikovanému a tyto vědomosti pracovníci mnohdy nemají. Jako základní pro práci s pozůstalými uvádí být vnitřně srovnání a mít zpracovaný vztah k vlastní smrti. Mnoho dětí se dostane k odborníkům, kteří neví, jak s nimi pracovat a komunikovat. Popisuje zde schopnosti, které by měl mít odborný pracovník, jestliže chce účinně pomáhat pozůstalým dětem. Mezi ně se řadí:

- uznávání rozdílů ve způsobech, jak děti a dospívající prožívají smutek
- zbavit se přílišného přilnutí k ustáleným myšlenkovým stereotypům a nedorozuměním
- být velmi pozornými a všímavými vůči všem reakcím
- mít přehled o způsobech dětí a mladistvých při vypořádávání jejich zármutku
- být dětem podporou při jejich adekvátním zpracování zármutku
- být schopni odpovídat na otázky o pohřbu, smrti a umírání upřímně a šetrně
- znát odlišnosti mezi zármutkem a depresí
- věnovat se seberozvoji v této problematice
- zachovávat otevřený postoj vůči všem informacím o procesu truchlení, které sdílejí děti, dospívající, jejich rodiče a ostatní lidé

## 4. PROPOJENÍ TÉMATU S TEORIEMI A METODAMI SOCIÁLNÍ PRÁCE

Sociální práce získala mnoho definic v průběhu jejího vývoje. Lze nalézt definice od těch nejjednodušších a nejrozšířenějších pro jejich uplatnění, jako například popis sociální práce jako činnosti, která je vykonávána sociálními pracovníky. Nebo také opačné vysvětlení a to, že sociální práce je činnost, kterou nevykonávají doktoři, hasiči nebo policisté (Matoušek a kol., 2001, s. 184). Profesionální komora sociálních pracovníků ji definuje jako práci o pomáhání lidem a skupinám zvládat životní výzvy a vytvářet lepší sociální prostředí pro všechny (Profesionální komora sociálních pracovníků, [online]).

Dle mezinárodní definice se sociální práce zaměřuje na sociální změny, jednotu a osvobození jednotlivců. Důležité jsou principy spravedlnosti, lidských práv a respektu k různorodosti. Využívá různé znalosti a teorie k řešení problémů a zlepšení kvality života (International federation of social workers, global definition of social work, [online]).

Kvalifikovaní sociální pracovníci působí v komunitách, kde se zabývají problémy lidí a pokouší se je navést a pomoci jim nalézt správnou cestu k řešení. Lidé, se kterými pracují, do celého procesu této cesty zapojují, a to například pomocí rozhodování a vzájemné spolupráce (International federation of social workers, what is social work, [online]).

S cíli sociální práce souvisí i sociální fungování, které je chápáno jako popis interakcí mezi nároky prostředím a jednotlivci. Prostředí totiž na člověka klade určité nároky, na které člověk určitým způsobem odpovídá. Vznikne-li mezi touto interakcí nerovnováha, nastává problém, který si buď lidé zvládnout vyřešit sami nebo jim s opětovným nalezením rovnováhy může pomoci sociální pracovník (Matoušek a kol., 2001, s. 184-185).

S již zmíněnou definicí sociální práce souvisí i Paynova malá paradigmata, pomocí kterých se můžeme také dívat na sociální práci. Jedním z paradigmat je terapeutické, kde se sociální pracovník realizuje v rámci terapeutické intervence s cílem zajistit jednotlivci i skupinám sociální a emoční pohodu. Druhým paradigmatem, kde se může sociální pracovník také realizovat, je poradenské nebo popsané Navrátilcem také sociálně-právní pomoc. Pracovník zde klientům pomáhá hlavně s distribucí informací, zdrojů nebo poradenstvím (Matoušek a kol., 2001, s. 187).

Důležité je zde také vysvětlení uživatelů sociálních služeb, klientů. Klient v sociální práci může být chápán jako ten, komu je poskytována pomoc. Moderněji se také označuje

jako zákazník nebo příjemce služeb (Malík Holasová, 2014, s. 13). Vzhledem k povaze práce je zde používán pojem klient, dítě nebo pozůstalý.

#### **4.1. Propojení tématu za využití teorií a přístupů sociální práce**

Znalost teorií sociální práce pracovníkům dokáže velmi usnadnit jejich práci. V této kapitole budou představeny teorie, přístupy a metody sociální práce, které lze spatřovat a využívat při práci s pozůstalými dětmi, případně i s pozůstalými členy rodiny.

Pomocí teorií má pracovník jistou oporu a základ, ze kterého může v praxi vycházet a jak v určitých situacích postupovat. Jsou návodem pro sociálního pracovníka, jak nejlépe pomoci klientům při obnově jejich sociálního fungování. Bez teorií a jejich pochopení hrozí nebezpečí na obou stranách, tedy na straně klienta i pracovníka (Matoušek a kol., 2001, s. 193).

Pracovník v sociálních službách má určitý způsob, jak přistupuje k práci, určuje její cíle a rozsahy. Tento způsob se nazývá přístup. Je to určité nastavení daného pracovníka nebo organizace, pro kterou sociální pracovník pracuje. Přitom není úplně jasné oddělení mezi teoriemi a přístupy, protože jeden může ovlivňovat druhý (Matoušek a kol., 2013, s. 13).

Na člověka jako osobu s vlastní hodnotou a vlastním světem v sociální práci pohlíží existencialismus i humanismus, kde vztah a komunikace mezi klientem a pracovníkem je na partnerské úrovni. Náзор každého klienta je brán jako cenný a jedinečný. Sociální pracovník v oblasti individuálně zaměřené sociální práce má za úkol spolupracovat s lidmi v jejich osobním rozvoji, a to konkrétně ve třech klíčových oblastech. Pomáhá jim prozkoumat a pochopit sami sebe, zároveň se pokouší najít význam aktuálního rozpoložení klienta a jeho stavu. Jeho cílem je pomoci klientům lépe porozumět jejich vlastnímu pohledu na svět a zkušenosti a jak tyto pohledy ovlivňují jejich životní rozhodnutí a chování. Do humanismu a existencialismu v sociální práci se řadí například přístup orientovaný na klienta, transakční analýza a logoterapie (Matoušek a kol., 2001, s. 202).

Carl Rogers, který formuloval přístup orientovaný na klienta, je dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 203) jedním z nejvýznamnějších autorů humanismu, jehož poznatky přispěli k zajištění úspěšné spolupráce mezi sociálním pracovníkem a klientem. Dále zastával názor, že každý člověk má v sobě tendenci se dále rozvíjet, posouvat dál a uspokojovat své potřeby. Zdůrazňuje důležitost autentičnosti pracovníka a zpětné vazby, které by měla být přijímána otevřeně bez jakéhokoliv

hodnocení klienta. V případě práce s dítětem, kterému zemřeli rodiče tak pracovník nebude hodnotit reakce a pocity dítěte, které vyvolala ztráta jeho rodičů. Pokud má organismus dobře fungovat sociálně a psychicky, potřebuje kromě naučených dovedností i uspokojení základních potřeb. Nejdůležitější z těchto potřeb je pocit přijetí a konstruktivní vztahy. Ve své práci nahradil pojem pacient za pojem klient, aby tak předešel kritice a nejasnosti, zda se nejedná o lékařskou metodu. Terapeut, který se zaměřuje na klienta, pracuje s jeho emocemi a pocity zkušenostmi. Ptá se nejednoznačnými otázkami, aby klient, v tomto případě tedy dítě, pochopil nové věci. Neodsuzující přístup terapeuta umožňuje klientovi vyjádřit a pochopit své skryté pocity, což může vést k hlubokým změnám (Nykl, 2012, s. 55-56).

Dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 204-205) Erik Berne vytvořil transakční analýzu, kde tato teorie předpokládá samostatnost, svobodu a nezávislost lidí kompetentních ke změně svého života. Transakční analýza je mezi sociálními pracovníky využívána velmi málo, ale náhled této teorie na komunikaci mohou pracovníci ve své profesi využít. Součástí transakční analýzy je analýza her. Ta umožňuje terapeutovi porozumět emocím a potřebám účastníkům a poskytnout jim podporu a porozumění v jeho truchlení. Jejím prostřednictvím při práci s pozůstalými dětmi jim sociální pracovník může pomoci rozvinout lepší sebeuvědomění a pochopení jejich vlastním pocitům, motivacím a potřebám. Využití transakční analýzy může vést k lepšímu sebeuvědomění a sebeúctě.

Dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 212-216) je V.E.Frankl zakladatelem existenciální analýzy a logoterapie, kde základní lidskou potřebou je vnitřní motivace a touha najít smysl nebo účel ve svém životě a jednání. Logoterapie může být užitečným nástrojem tím, že pozůstalým pomůže najít smysl a účel ve svém životě navzdory ztrátě a bolesti, posílit jejich sebedůvěru a sebeúctu, podpořit osobní rozvoj a vytvoření zdravých vztahů. Popisuje také, že Frankl viděl utrpení nejen jako nežádoucí a něco, čemu se chce každý vyhnout, ale také jako proces, ve kterém se pozůstalý rozvíjí a posouvá dál. Zastává také optimistický pohled na smrt. Tedy i po smrti všech, jsou důležité činy a aktivity zemřelého vykonané za jeho života, které jsou již vykonány a budou tak stále existovat. Přirozená smrt je pro něj součástí života, která vše uzavírá do harmonického celku. Za nejdůležitější považuje minulost a přítomnost, kdy vše vykonané se časem stává minulým, ale zůstává již vykonaným.

Sociálněpsychologický model dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol, 2001, s. 216-) konstruovali Breakwell a Rowett. S tímto modelem souvisí teorie rolí nebo také



etiketizační teorie. Tento model sdílí některé prvky s přístupem orientovaným na klienta od Rogerse. Zaměřuje se na způsoby komunikace mezi jednotlivci a na proces, jakým jsou vztahy mezi lidmi upravovány, ovlivňovány nebo měněny v různých sociálních prostředích nebo situacích.

Za zakladatele teorie rolí jsou považováni dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 217–218) G. H. Mead a R. Linton. Základní myšlenkou této teorie je, že každý ve společnosti zastává určitou roli, která s sebou nese jistá očekávání. Popisuje 3 druhy rolí, které člověk může mít, a to je role připsaná, získaná a vnucená. S rolemi souvisejí i konflikty, které mohou nastat, jestliže očekávání ostatních od dané role neodpovídá s chováním jejich nositelů. V případě, kdy jednotlivec zastává více rolí, které se vzájemně neslučují, může nastat konflikt mezi rolemi. Naopak jestli se očekávání lidí na roli různí nastává konflikt rolových očekávání. Konflikt ale může i nastat mezi jednotlivcem a jeho rolí, jestliže s ní nesouzní a je si nejistý její náplní anebo jestli schopnosti jedince neodpovídají schopnostmi, které je potřeba ovládat pro výkon role. Při výkonu profese sociálního pracovníka může nastat rolová distance. Při práci s klientem se sociální pracovník dostává do role profesionálního pracovníka a odsouvá své osobní postoje, názory a přesvědčení. Toto oddělení ale může způsobit nedůvěru klienta k pracovníkovi, který nebude upřímný a autentický. Při ztrátě rodičů se dítě dostává do zcela nové a neznámé role, se kterou je potřeba pracovat a vše mu vysvětlit. Také mohou nastat výše zmíněné konflikty mezi rolemi, jelikož je pro něj vzniklá situace nová a velmi náročná. Pozůstalé dítě tak například může vnímat sebe určitým způsobem a jiným způsobem jej může spatřovat společnost, která od něj očekává určité způsoby chování a projevení emocí vzhledem ke vzniklé situaci. Tato teorie tak může být nápomocná při pochopení reakcí a typů chování dítěte. Díky porozumění jeho roli tak sociální pracovník snáze identifikuje potřeby dítěte a vhodným způsobem na ně reagovat. Při tom je důležité brát ohledy i na sociální okolí dítěte.

Teorie, která klade důraz na formování rolí skrze sociální prostředí se nazývá etiketizační. Je zaměřena na odlišení porušení sociální normy a deviací. Porušení normy je konkrétní jednání, které odporuje pravidlům, zatímco deviace je společenská reakce na toto jednání, tedy jak jej společnosti vnímá a jak na něj pohlíží. Na vzniku této teorie se dle Navrátila (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 218-219) podíleli Kitsuse, Lemert a Becker. Lemert byl přesvědčen, že občas každý jedná deviantně. To, zda je dané chování označováno jako deviantní či nikoliv, závisí na reakci okolí. Společností označené chování za deviantní může u jeho nositele způsobit opakované deviantní chování a jistý

nátlak společnosti k pokračování tohoto typu jednání. Tento proces vede k cykličnosti etiketizace. Becker naopak poukázal, že deviantní chování vzniká vytvořeným tlakem společnosti, která utváří pravidla a normy, co je přípustné a povolené. Pozůstalé děti se mohou setkávat s předsudky a jistou stigmatizací, kde někteří předpokládají, že budou příliš problémové nebo citlivé a zranitelné. Tyto předsudky a nálepky společnosti mohou způsobit jejich pocity méněcennosti a také těžší proces zpracování se se ztrátou rodičů. Sociální pracovníci by toto riziko nebo již vzniklé předsudky měli zohlednit a snažit se o její eliminaci a zároveň minimalizovat negativní dopady těchto předsudků na samotné děti. Ani sociální pracovníci by se neměli dopouštět stigmatizace dětí ze své strany a škatulkovat je do určitých kategorií na základě jejich ztráty. Tato teorie podporuje sociální i další pracovníky v pomáhajících profesích, aby se vyhnuli labellingu a stigmatizaci klientů.

Judith Nelsenová je dle Navrátila (Navrátil in Matoušek, 2001, s. 219-221) významnou širitelkou komunikační teorie, která vychází ze situace, kdy každý člověk koná a reaguje již na předem vzniklou informaci. Informací může být otázka, nové skutečnosti, vzniklé emoce nebo vzpomínky. Při komunikaci dochází k příjmu, vyhodnocení informací a poskytnutí zpětné reakce. Dochází ale k selektivní percepci, tedy že každý jedinec si individuálně vyhodnotí přijaté informace na základě svého vlastního uvážení, které informace jsou pro něj více či méně důležité. V komunikaci existuje několik typů vztahů. Vztah, kdy mezi sebou komunikují dvě sobě rovné osoby se nazývá symetrický, oproti tomu vztah osob, jež si nejsou rovny a zároveň se oboustranně doplňují, jako například vztah rodiče a dítěte, se nazývá komplementární. V situaci, kdy oba členové komunikace chtějí převzít kontrolu nad komunikací a vzájemným vztahem vůči sobě, dochází k symetrické eskalaci. Při práci sociálního pracovníka s klientem, kdy pracovník nechává prostor klientovi k vyjádření jeho názoru nebo plánu, se pracovník dobrovolně vzdává své části komunikaci a jisté kontroly. Tento vztah se nazývá metakomplementární. Při dosažení úspěšného vztahu, který by měl probíhat i mezi pracovníkem a klientem, dochází k rovnováze uplatňování komplementární i symetrické komunikace.

Mezi stránky komunikace patří verbální a neverbální, která pomocí svých znaků určuje, jak má být sdělení pochopeno ostatními účastníky komunikace. Mezi znaky neverbální komunikace se řadí mimika, hlasitost a výška hlasu, výrazy v obličeji nebo i postoj osoby. I tuto stránku komunikace musí brát sociální pracovník do úvahy nejen při práci s pozůstalými dětmi. Neverbální chování je důležitou součástí samostatné

komunikace, neboť doplňuje a mění verbální sdělení. Může měnit povahu řečeného, měnit jej, zdůrazňovat, popírat či potvrzovat. Komunikace s pozůstalými dětmi je velice specifická a je důležité ji vnímat komplexně včetně neverbálních projevů.

O přiblížení se k individuálním potřebám klienta usiluje poradenský přístup, jehož zastánci se soustředí na existenci informací, které by klientovi pomohly z jeho obtížné situace. Tento přístup je realizován metodou odborného poradenství, které klientovi nabídne informace, zdroje nebo jiné služby, které by mu mohly pomoci. Pro práci s klientem zde může být uplatňován přístup úkolově orientovaný. Variantou může být terapeutický přístup, kde se může jednat o skupiny, komunity i rodinu. Do popředí pracovníkovi pozornosti se v případě práce se skupinou dostává vztahová síť a způsob komunikace. V rámci terapeutického přístupu se rozvíjí nejen klient, ale i pracovník (Navrátil in Matoušek a kol., 2013, s. 102–103).

Další přístup, který by zde mohl najít uplatnění je zaměřený na úkoly, který vznikl v 60. letech 20. století. Jeho zastánci jej využívají například na problémy spojené s konflikty, výkonu různých rolí nebo při sociálních změnách. Při potížích v sociálních změnách se může nacházet klient v rozporu, jaká je jeho nová role v životě po určité změně. Sociální pracovník je zde pro něj oporou a průvodcem při přizpůsobení se nové roli. V tomto případě se od klienta očekává ochota sám změnit svou situaci nebo vyřešit problém. Vztah mezi sociálním pracovníkem a klientem by měl být spíše partnerský, neboť pracovník je zde průvodcem. Výhodou tohoto přístupu může být motivace klienta, který si sám stanoví menší cíle, při jejichž dosažení je pak motivován pokračovat. Důležitou součástí tohoto přístupu je jasně stanovená doba intervence s klientem, která se většinou pohybuje mezi šesti až dvanácti setkáními. Při prvním kontaktu je důležité navázání přátelské atmosféry mezi klientem a pracovníkem, aby se klient cítil dobře a nebál se mluvit o své situaci, kterou přišel řešit. V průběhu vyprávění se doporučuje dělat si zápis toho, co klient říká, mnohdy se hodí i doslovný přepis určitých fází rozhovoru. Pro práci s klientem a při charakteristice jeho potřeb je doporučována níže uvedená tabulka pro snadnější přehled a orientaci (Matoušek a kol., 2013, s. 109-110). Tento přístup může být přínosný při práci s pozůstalými dětmi pomocí daného strukturovaného rámce pro zvládání jejich smutku. Pomáhá jim také při adaptaci na vzniklé změny v jejich životě prostřednictvím předem nastavených menších cílů.

*Tabulka 1: Klasifikace potřeb z pohledu klienta*

| Kdo    | Co od něj očekávám | Jaká je pravděpodobnost, že to získám | Co očekává ode mě | Jaká je šance, že to získá |
|--------|--------------------|---------------------------------------|-------------------|----------------------------|
| Otec   |                    |                                       |                   |                            |
| Matka  |                    |                                       |                   |                            |
| sestra |                    |                                       |                   |                            |
| ...    |                    |                                       |                   |                            |

Zdroj: Matoušek a kol., 2013, s. 110

## **4.2. Metody využívané při práci sociálního pracovníka**

Každá osoba má dle zákona o sociálních službách, konkrétně §2 (Zákon č. 108, §2), nárok na bezplatné poskytnutí základního poradenství. Poradenství jako takové lze najít na mnoha místech, například ve školách, armádě, podnikovém sektoru nebo i ve věznici. Sociální poradenství nabízí státní i nestátní instituce a dělí se na základní a odborné. Základní sociální poradenství nabízí lidem možnosti, které jim pomohou se dostat z jejich náročné situace. Cílem základního sociálního poradenství je poskytnout jej všem v co nejblíže vzdálenosti od domova klienta. V případě základního sociálního poradenství je jeho důležitou součástí i doporučení na další formu pomoci.

Odborné sociální poradenství se zabývá již konkrétní pomocí a řešením sociálních problémů, se kterými se klienti potýkají. Ve větší míře se jedná o problémy týkající se vztahu mezi manžely, u mezigeneračního soužití i o péči o děti. Při práci s pozůstalými dětmi se tak může stát, že se sociální pracovník setká s členem pozůstalé rodiny, který si přijde pro pomoc a radu, jak komunikovat s dítětem nebo jak rozhodnout o jeho následující péči. V odborném sociálním poradenství se vyskytuje také terapeutická činnost, která se může dotýkat témat jako je týrání a zneužívání dětí, odchod od pěstounské nebo ústavní péče nebo také partnerské vztahy a konflikty. Tento typ poradenství nevykonává jen jedna instituce, a i sociální pracovník má kompetence k tomu jej poskytovat (Matoušek a kol., 2008, s. 101-103).

Do poradenství mohou přijít různé druhy klientů, které ve své knize o poradenském procesu popsal Gabura s Pružinskou. Jako první popisují náhlé klienty, kteří často přicházejí z ulice a pracovníci o nich nevědí nic až do jejich návštěvy a následné konzultace. Je potřeba, aby byl klient srozuměn s popisem práce a možnostmi pomoci daného pracovníka, zda mu pracovník dokáže s jeho situací dostatečně poradit, nebo jej

odkázat na další kompetentní pracovníky. Jako další typ klientů popisují ty, kteří byli někým poslání. Často nastávají situaci, kdy přichází partner či jiný blízký budoucího klienta, který pracovníkovi přibližuje jeho momentální situaci a jeho osobu. Autoři zde upozorňují na etiketizaci a zkreslování klienta, se kterým se doteď nesetkal, na základě popisu od jeho blízkého. Jiným typem jsou klienti, kteří byli také poslání, ale v tomto případě je poslala určitá instituce. Jako nejčastější instituci uvádí školu, kde zde, ale i v jiných institucích, dochází k popisu klienta, který se později dostaví do poradenství. Opět zde upozorňují na etiketizaci klienta na základě popisu instituce. Je důležité, aby poradci nebyli těmito popisy ovlivněni a ke klientovi přistupovali bez předsudků (Gabura, Pružinská, 1995, s. 25).

Klientovi procházející si krizovou situací, může být poskytnuta specifická intervence, a to sociální terapie. Při jejím průběhu je motivován k žádoucím změnám v jeho životě a řešit vzniklou situaci. Pro její realizaci je důležité znát potřeby klienta, všechna hrozící i již vzniklá rizika, znát jeho sociální prostředí a také právní normy a předpisy související s klientovou situací. Dochází zde ke komplexnímu posouzení klienta a jeho prostředí, na jehož základě probíhá sociální terapie. Ta slouží k eliminaci nebo redukci vzniklých problémů a následnou prevenci problémů, které mohou vzniknout v návaznosti na již vzniklou situaci. Sociální pracovník může dětem pomoci porozumět svým emocím a také jim pomoci s vyjádřením jejich potřeb. Sociální terapie se může skládat z poradenství, krizové intervence, spolupráce s blízkými osobami klienta nebo s jinými odborníky na klientův problém. Při sociální terapii je využíván především rozhovor, komplexní šetření a následné vyhodnocení situace a prostředí klienta. Nebo také spolupráce s jinými odborníky a organizacemi (Zakouřilová in Matoušek a kol., 2013, s. 264-265).

Vzájemnou pomoc lze spatřovat při sociální práci s jednotlivci ve skupinách. Ve skupině se nachází jednotlivci, kde každý má určité zkušenosti odlišné i podobné těm ostatním. Sociální pracovník konstruuje vznik skupiny, její hlavní cíle a charakteristiku účastníků a jejich potřeb. První setkání se zahajuje vzájemným seznámením členů a charakteru skupiny. Tento typ práce má za cíl pomoci lidem k začlenění se a zapojení do běžného života a také omezení rizikového jednání klienta. Skupina může být nástrojem pro uvědomění dítěte, že v tom není samotné a motivovat jej k pozitivnímu a produktivnímu jednání. V rámci skupiny jedinci pocítují vzájemnou podporu a uklidnění, že jejich pocity a emoce jsou normální. Mezi typy skupin se řadí například podpůrná skupina, zaměřující se na jisté životní události, které se v průběhu snaží destigmatizovat

a připravit jedince na jejich zvládnutí. Sociální pracovník utváří bezpečné prostředí pro sdílení a pomoc. Plní zde funkci facilitátora a pomáhá tak skupině efektivně komunikovat a spolupracovat. Dalším typem je terapeutická skupina, jejíž účastníky spojuje motivace zbavit se určitých komplikací. Tento typ skupiny se soustředí na chování a jeho změnu (Nedělníková in Matoušek a kol., 2013, s. 290-293).

Situace, kdy dítě přijde o rodiče je těžká pro celou rodinu. Rodina jako taková má mnoho funkcí a mezi ně patří zajištění finančních prostředků, psychická podpora a výchova dětí. Aby rodina byla schopna tyto funkce naplňovat, musí disponovat kompetencemi k jejich uskutečnění. Například finanční gramotnost a schopnost zajistit příjem rodiny. V oblasti dětí je důležité je vnímat, věnovat se jim, naplňovat jejich potřeby a být schopni se o ně postarat. Sociální práce s rodinou se zaměřuje také na její hodnocení a posuzování. Do posouzení začleňují rizikové faktory a ochranné faktory, kterými může být například soudržnost rodiny nebo i sociální pracovníci, kteří jsou rodině nápomocni. Pracovník, který spolupracuje s rodinou by měl usilovat o navázání partnerského vztahu nebo spojení. Pomáhá rodině k obnovení jejích kompetencí, aby se zvládla o sebe postarat sama. Pro lepší komunikaci mezi členy rodiny je pracovník nápomocen při vytvoření příjemného klimatu pro její průběh. Aby komunikace fungovala, obešla se bez hádek, odcházení od tématu, naslouchání a empatii (Matoušek in Matoušek a kol., 2013, s. 302-304).

Přístup, který souvisí s rodinou a podporuje jejich kompetenci vyřešit jistou situaci či problém je rodinná konference. Tento přístup může být nápomocný, řeší-li se náročná životní situace, na které je potřeba se poradit a spolupracovat s celou rodinou a blízkými lidmi rodiny. Může se jednat například o péči o dítě, které přišlo o rodiče a společně se snaží s rodinou domluvit, kdo bude o dítě dále pečovat a poskytne mu domov. Konferenci si vede sama rodina s pomocí koordinátora, který se na začátku ptá, kdo je pro rodinu blízký a koho by chtěli na setkání mít, kdo by jim s danou situací pomohl pomoci a následně, svolí-li k tomu klient, kontaktuje vyjmenované lidi s prosbou zúčastnit se rodinné konference. Rodinné konference se může zúčastnit nejen nejbližší rodina, ale i ta širší s blízkými osobami anebo i další zainteresované osoby (Matoušek in Matoušek a kol., 2013, s. 305-306).

Rozhovor a schopnost jej vést je jedna z kompetencí profesionálního sociálního pracovníka. Rozhovor i aktivní naslouchání vycházejí z komunikační teorie, která již byla vysvětlena. Existují pravidla a detaily při rozhovoru, které mohou zlepšit průběh celého rozhovoru a zároveň ubezpečit klienta, že je tu pracovník pro něj a neodsouvá ho na

vedlejší kolej. Pro příjemný začátek rozhovoru a zároveň uklidnění klienta je jeho přivítání a nechat klientovi prostor se adaptovat na nové prostředí. Prvním špatným znamením pro klienta může být narušování rozhovoru ve formě telefonátů, oznámení na telefonu nebo i pozorování hodinek na ruce ze strany pracovníka. Proto je vhodné všechna upozornění vypnout, nebo je nahradit světelnou signalizací. Pozorovat čas může v klientovi vzbudit pocit, že není vítáný a pracovník se nemůže dočkat jeho odchodu. Alternativou tak může být postavení hodin na zeď za zády klienta.

Způsob rozhovoru se může lišit jednotlivými přístupy. Přístup, který se zaměřuje na pochopení životní příběhu klienta nebo rodiny se nazývá narativní. V tomto přístupu je klient odborníkem na svůj život. Pracovník je zde průvodcem a inspirací na jeho cestě, může vyjádřit názory, ale jsou chápány jako názory ostatních, hlavní slovo má klient. Naslouchání je důležitou součástí rozhovoru a přístup, který z této myšlenky vychází je zaměřený na osobu. V tomto případě průběh konverzace řídí klient a pracovník aktivně naslouchá bez vyrušování a případných dotazů.

Pracovník by měl při rozhovorech být autentický, otevřený a stát si za svými názory. Jeho vyřčené názory a myšlenky by měly být v souladu s jeho neverbálním projevem. V situaci, kdy se pracovník snaží nahradit klientovi negativní chování, postoje a emoce těmi pozitivními se jedná o kognitivně-behaviorální terapii. Než na minulost se zaměřuje na přítomnost, tudíž nerozebírá a nezkoumá tak minulost. Rozhovor je spíše direktivní, neboť pracovník zadává klientovi úkoly, které spolu následně rozebírají (Kapl, Kučírek in Matoušek a kol., 2013, s. 268-270).

Při práci s klientem a v průběhu rozhovorů je důležité aktivně naslouchat. Základem aktivního naslouchání je věnování 100% pozornosti klientovi a zpětné reflektování zjištěných poznatků, zda to pracovník správně pochopil. Pracovník by měl respektovat způsob popisu situace klienta a neměl by nějak závažně měnit jeho interpretaci. Dodržováním strategie zrcadlení se tak mohou vyhnout přílišnému množství různých interpretací klientova popisu. Při zrcadlení dochází k zopakování klientova popisu a následné reflexi, zda pracovník klienta správně pochopil, a jeho vyjádření názoru na pracovníku interpretaci. Součástí aktivního naslouchání je věnování pozornosti neverbálním projevům jako je řeč těla, emoční projevy, výrazy v obličeji a podobně. Na neverbální projevy může pracovník zareagovat opět zrcadlením nebo je využít jako námět k hovoru na dalším setkání. Při aktivním naslouchání je vhodné využít nástrojů jako například povzbuzování, které motivuje pokračovat v konverzaci. Dalším nástrojem je objasňování, díky kterému může pracovník získat více informací o daném tématu. Na již

zmíněnou interpretaci, se kterou by se mělo zacházet opatrně, je vhodné parafrázování a zpětná reflexe vzájemného pochopení. Velmi užitečná je také sumarizace, která pomůže jak sociálnímu pracovníkovi k ujasnění si všeho řečeného, tak i klientovi k celkovému opakování již zmíněného. Klienta může pracovník ocenit za kroky, které již podnikl. K aktivnímu naslouchání patří také rizika jako jsou předsudky nebo různé stereotypy, které si pracovník nese do rozhovoru. Pracovník by neměl klientovo vyprávění vztahovat na jeho zkušenosti a zážitky z dřívějšího a také by se měl vyvarovat nekontrolovanému vyjadřování emocí. Nemyslí se tím celkové potlačení emocí a reakcí vzniklé při rozhovoru, ale jejich zpětné využití v komunikaci nebo následné supervizi po setkání. Pracovník by měl znát své emoce a umět s nimi pracovat (Kappl, Janebová in Matoušek a kol., 2013, s. 265-267).

Logoterapie má také své techniky a jednou z nich je paradoxní intence, která má být vždy utvářena s humorem. Díky humoru tak klient získává odstup od událostí i od vlastní osoby. Při práci s pozůstalým dítětem, se u něj mohou rozvíjet strachy různého druhu, které je možné se pokusit odstranit právě pomocí paradoxní intence. Další technikou je například dereflexe, kde hlavní myšlenkou je přehnaná snaha dosáhnout určitého cíle, která jen zapříčiní větší vzdálenost cíle. Pomocí této techniky je klient veden k odvedení myšlenek od cíle na jiné činnosti, díky kterým se dosažení cíle dostává snáze. Jako příklad uvádí touhu usnout, kdy přehnaná snaha a touha po spánku může jen zapříčinit nespavost, zatímco odvedení pozornosti k četbě knihy může přispět k volnému dostavení únavy a spánku. Formou logoterapie je takzvaný sokratovský rozhovor, kdy se pracovník ptá klienta na soubor otázek, které jej nutí se zamyslet nad svým životem a ten si následně vezme za svůj důležitý úkol.

Jednou z metod, se kterou se sociální pracovníci mohou často setkávat a využívat ji je krizová intervence. Krize je pro člověka náročná změna a proces, ale je to zároveň i cesta k větší zralosti, k poučení se a posunu v životě. Děti se po ztrátě rodičů nacházejí v pro ně zcela nové životní situaci, se kterou se předtím nesetkali a zažívají změnu pocitů. Krizová intervence je tak nástrojem, jak pracovat s dětmi v obtížné životní situaci. Krize má také své typy a mezi ně patří například krize situační, která vznikla nezávisle na vůli jednotlivce nebo krize s původem v náhlém traumatu. Pro krizovou situaci neexistuje žádné měřítko, každý prožívá situaci v jeho životě jinak, ale existují situace, které prožívá mnoho lidí podobně a tou jsou například traumata. Pomoc při krizi lze nalézt v okolí člověka u přátel, rodiny, nebo dále potom u odborníků v pomáhajících profesích.



Cílem krizové intervence je odstranit hrozící nebezpečí, pokusit se zabránit dalšímu rozvoji a pokračování krize, celou klientovu situaci rozebrat pro větší přehled a podporovat její opětovné fungování jako před krizovou situací. Je důležité být klientovi podporou při procesu celé intervence i při postupných krocích ke zvládnutí krize. Klientovi je vhodné nabídnout další alternativy pomoci nebo řešení, které by mohly v jeho situaci být prospěšné. Krizová intervence se týká především subjektů, které souvisejí a ovlivňují současnou krizovou situaci klienta. Samotná intervence zpravidla není dlouhodobá, ale jedná se většinou až o 3 setkání. V případě potřeby je vhodné klientovi doporučit další odbornou pomoc, která na intervenci navazuje. Tato pomoc by měla být přístupná všem každý den v roce nepřetržitě telefonicky a také poskytovat místo pro osobní setkání v co nejmenší vzdálenosti od klienta. Ve svých formách poskytuje pomoc ambulantní, terénní, domácí a telefonickou. Terénní se rozvíjejí a služby poskytující tuto formu pomoci reagují na vzniklé události. Příkladem může být vznik terénní krizové služby v Plzni, která vznikla v reakci na povodeň v roce 2002. Telefonická pomoc je zprostředkována linkou důvěry, které mají různá zaměření na jednotlivé věkové skupiny a události. Telefonická pomoc pro děti tak může být linka bezpečí, která je bezplatná. Intervence probíhá prostřednictvím rozhovoru pracovníka s klientem. Rozhovor začíná posouzením, pokračuje plánováním, provedením a vyhodnocením (Vodáčková in Matoušek a kol., 2013, s. 259-261).

### **4.3. Etické hledisko**

Při výkonu své práce sociální pracovník balancuje mezi přístupem pomoci a kontroly. Při práci s klientem se nelze zcela vyhnout principu kontroly, jelikož sociální pracovník má klienta postavit před realitu a zapojit jej do řádu. Kontrola se může sát legitimní i nelegitimní formou. Aby byla kontrola legitimní, úkolem sociálního pracovníka je posouzení klienta a jeho životní situace spolu s jeho sociálním prostředím. Úlehla popisuje princip kontroly jako výkon profese na základě zakázky někoho jiného než klienta. Tato zakázka tak přichází například od soudu, probační a mediační služby nebo i OSPOD (Janebová in Matoušek a kol., 2013, s. 129–130). V opačném přístupu pomoci je uplatňována zakázka klienta. Sociální pracovník se zde staví do pozice obhájce klienta. V nejužším pojetí principu pomoci se sociální pracovník věnuje dané zakázce klienta, se kterou sám přišel. Při této intervenci se již na začátku stanoví cíl a oblast spolupráce. Úlehla rozlišuje čtyři formy profesionální pomoci a to doprovázení, poradenství, informování a vzdělávání. Při provádění principu pomoci mohou také nastat

etická dilemata a problémy. Jedním z nich může být nepochopení zakázky, kdy pracovník mu nabízí jinou formu pomoci, než kterou si klient přeje. Je proto potřeba klientovi aktivně naslouchat a neustále reflektovat, zda se vzájemná spolupráce a pomoc ubírá správným směrem. Je ovšem také možný přechod mezi pomocí a kontrolou. Jestliže například pracovník zjistí, že pro daného klienta by byla spíše přínosnější kontrola nežli pomoc, může ji navrhnout. Musí ale být připraven na případné odmítnutí, které by měl respektovat. Jiným dilematem může být zjištění, že klient ohrožuje sám sebe nebo své okolí, zde je taky možný přechod ke kontrole (Matoušek a kol., 2001, s. 207-208).

Gabura a Pružinská (Gabura, Pružinská, 1995, s. 100-101) při poradenství mimo jiné upozorňují na dodržování etického kodexu daného poradenského sdružení nebo pracoviště, kde se poradce nachází. Klient by měl být již před začátkem poradenství seznámen s kompetencemi pracovníka nebo i cenou za poradenství, je-li tato služba zpoplatněna. Poradce nese zodpovědnost za nastavení hranic ve vztahu poradce klient a má vést klienta k samostatnosti. Motivovat jej, aby on sám činil rozhodnutí. Vše, s čím se klient poradci svěří by mělo zůstat důvěrným mezi nimi a poradce tyto informace nemá šířit dále. Výjimkou této mlčenlivosti může být návštěva klienta na základě diagnostického rozhovoru, ze kterého podává zprávu nebo také v případě, kdy se poradce dozví informace, které by mohly ohrožovat klientovo okolí. Jestliže si poradce bude dělat písemný zápis ze setkání, klient by o tom měl být srozuměn a také dále s tím, jak s tímto zápisem bude naloženo a kdo jej vše uvidí. Tyto záznamy by měly být uloženy takovým způsobem, aby jejich čtení a studování bylo umožněno pouze kompetentním osobám. Součástí vykonávání poradenství je účast na supervizi, přičemž její neabsolvování je chápáno jako porušení etiky.

V rámci vykonávání profese sociálního pracovníka, by se měl každý pracovník řídit a dodržovat etický kodex. V etickém kodexu sociální práce od mezinárodní federace sociálních pracovníků lze najít například důležitost respektování vrozené důstojnosti a hodnoty lidí, která byla zmíněna již při důležitosti správnému aktivnímu naslouchání a při poradenství. Hodnota lidí souvisí také s odmítáním předsudků, devalvace a jednání, která by mohla stigmatizovat jednotlivce. Sociální pracovník mimo jiné odmítá diskriminaci, bojuje proti opresi a podporuje základní práva všech. Při práci s klienty je také důležitá důvěra, se kterou je spjato právo klientů na soukromí s výjimkou hrozícího nebezpečí. Při práci s klienty je mimo jiné také důležité respektovat a neznehodnocovat jejich rozhodnutí. Sociální pracovníci jsou zodpovědní za své jednání a rozhodnutí a neustále rozvíjí své dovednosti, aby byli schopni lidem profesionálně pomáhat. Mezi

pracovním a soukromým životem udržovat balanc a respektovat a dodržovat hranice (International federation of social workers, ethical principles, [online]).

## **5. EMPIRICKÁ ČÁST**

### **5.1. Analýza potřebnosti**

Výzkum Cesty domů (Cesta domů, výzkum, [online]) měl za cíl zjistit, zda by se o smrti mělo mluvit ve školách. Většina učitelů (72 %) a 57 % rodičů by souhlasilo s tím, aby se o smrti mluvilo ve škole. Ale více než třetina rodičů si nepřeje, aby se jejich děti s tímto tématem setkávaly. Jen 8 % škol má konkrétní plány na to, jak takové situace řešit. Většina škol se k této otázce staví individuálně. Výzkum dále ukázal, že mnoho rodičů, ač by chtěli s dětmi mluvit o smrti, neví jak. V reakci na výsledky výzkumu organizace pracuje na projektu, který by měl téma smrti detabuizovat, naučit pedagogy s ním pracovat a více jej dostat do prostředí škol. Průběh a výsledky tohoto výzkumu jsou detailně popsány v kapitole o tabu smrti. Tento výzkum byl specifikovaný na pedagogické pracovníky a prostředí škol. Vytvořená metodika byla inspirována tímto projektem a je tak rozšířením v řadě dalších oblastech. Uplatnění metodiky lze najít i mezi lékaři, pedagogickými pracovníky, krizovými interventy, psychology, terapeuty nebo také poradenskými a terapeutickými centry.

#### **5.1.1. Popis metod získání předložených dat a vyhodnocení výchozího stavu**

Prostudování informačních zdrojů týkajících se komunikace s pozůstalými dětmi proběhlo pomocí analýzy relevantních odborných zdrojů. Odborné zdroje byly vyhledávány v elektronické databázi Městské knihovny v Bruntále a knihovny Univerzity Palackého v Olomouci. Dále byly zdroje vyhledávány na webových stránkách Cesta domů, Poradna Vigvam a Jinej svět. Při vyhledávání byly použita tato klíčová slova: materiály pro pozůstalé děti, smrt blízké osoby, truchlení, terapie zármutku, úmrtí, smrt, umírání, smutek a truchlení dítěte.

V bakalářské práci byly použity novější zdroje a také zdroje od známých autorů. Jelikož je tato práce věnovaná sociálním pracovníkům v České republice, bylo bráno v potaz i jazykové hledisko, a proto jsou zdroje v českém jazyce.

V elektronické databázi knihovny Univerzity Palackého bylo nalezeno 266 a v Městské knihovně Bruntál bylo nalezeno celkem 303 zdrojů. Celkově v obou knihovnách bylo nalezeno 569 zdrojů. Po odstranění všech duplicit a témat nesouvisející s tématem této bakalářské práce zůstalo 110 zdrojů. Velká část zdrojů byla využita již v předešlé části bakalářské práce při snaze vydefinovat a popsat součásti a složitost tohoto tématu. Z výsledků vyplývá aktuálnost potřeby navýšit množství literatury a dostupnosti zdrojů

související s touto tematikou a také rozšířit povědomí o tomto tématu ve společnosti. Vzhledem k množství dostupných zdrojů, tak byly jednotlivé publikace snáze dohledatelné. Zdroje, které jsem považovala za relevantní a přínosné pro sociální pracovníky i pro pozůstalé, kteří si neví rady při komunikaci s dětmi nebo hledají oporu, jsem zmínila a rozebrala v následujících kapitolách.

V rámci spolupráce s kolegyní Kateřinou Štěpánkovou, která se ve své kvalifikační práci „Práce s dětmi procházejícími ztrátou blízkého člověka – nástroje podpory procesu smutku a zvládnutí ztráty“ (2024) zabývala potřebností metodiky na komunikaci s dětmi, které přišly o blízkého člověka vychází, že metodika tohoto druhu je velmi žádaným materiálem. Kolegyně na základě komunikace se sociálními pracovníky lůžkových a domácích hospiců napříč Českou republikou, kde z dvaceti pěti dotázaných odpovědělo devět zjistila, že ani jedna organizace nedisponuje metodikou na téma, jak komunikovat s dítětem, které prožívá ztrátu blízkého člověka a byli by rádi za poskytnutí finální podoby metodiky. V rámci zachování anonymity tyto organizace nejsou jmenovány.

#### Dostupné zdroje pro práci s dětmi

Ačkoliv na téma smrti pro děti je málo publikací v porovnání s jinou tematikou, pro tuto práci byly vybrány ty nejvhodnější, které se dají využít pro práci s dětmi v rámci jejich truchlení. O existenci knih se ale málo ví anebo s nimi pracovníci neumějí zacházet. Z toho důvodu se tato kapitola zabývá výčtu literatury, který může být pro práci s dětmi velmi užitečná. Procházet těmito publikacemi mohou děti s rodiči, sociálními pracovníky nebo i samotné. Jedna z organizací věnující se této tematice a zároveň i problematice s její uchopitelností je Cesta domů.

Organizace Cesta domů je nezisková organizace, které se věnuje umírajícím lidem a jejich blízkým. Zajišťuje mimo jiné sociální poradenství a starají se to, aby umírající klient mohl odejít v poklidu domova. Věnují se nejen umírajícím, ale také jejich blízkým. Veřejně se také věnují detabuizaci smrti a přijetí smrti jako součásti života všech (Cesta domů, o nás, [online]).

Cesta domů má také svůj vlastní e-shop (Cesta domů, e-shop, [online]), kde je možné zakoupení množství materiálů a publikací s tematikou smrti. Jedná se o knihy pro děti i dospělé, které se pokouší přiblížit proces umírání, zármutku a zvládnutí těchto životních etap.

Nabízí zakoupení sešitů pro děti, kterým někdo zemřel. Tento sešit je jinou formou, jak se vyrovnat se ztrátou a zároveň ze sebe alespoň trochu dostat emoce, které se v dítěti hromadí. Konkrétně tento sešit je vhodný pro děti od 5 do 15 let a mohou ho využívat jak děti samostatně, tak také s dospělými. Ať už je tím dospělým rodič nebo sociální pracovník, prostřednictvím něj dokáží nalézt cestu k sobě, pochopit události, které se staly a projít si zármutkem. Zábavnými ilustracemi postava Kryštofa provází knihou a všemi fázemi zármutku a otázkami, které děti zajímají a chtějí na ně odpověď (Cesta domů, e-shop, sešit pro děti, kterým někdo zemřel, [online]).



Obrázek 1 - Sešit pro děti, kterým někdo zemřel

Alternativou může být další sešit s názvem „Když někdo umře“. Na vypracování stránek v něm dítě pracuje spolu s dospělým, kterým opět může být blízký nebo sociální pracovník. Průvodcem se v této publikaci stává dospělým, ale rozhodující názor má dítě. Nemusí se začínat na první straně, je jen na dítěti, kde chce začít. Dospělý mu by tak měl předat kontrolu, dát možnost volby a být tu pro něj při jednotlivých stránkách. Uvnitř dítě nalezne uchopitelnější vysvětlení smrti i s příklady, které jsou mu blízké a projít si zármutkem. Se svým průvodcem dítě dostává odpovědi na jeho otázky a emoce, které se v něm množí. Na některých stránkách se mohou podílet společně a dospělý tak může vysvětlit i jeho zážitky a zkušenosti z útlého věku. Například jaké to pro něj bylo, když mu někdo zemřel a jak vzpomíná na pohřeb (Cesta domů, e-shop, sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk, [online]).



Obrázek 1 – Když někdo umře

Tabu smrti a strach o ní hovořit s sebou může přinést i skutečnost, že se děti smrti bojí. Zejména, když si procesem zármutkem neprošly správně a nebylo jim vše správně a citlivě vysvětleno. Nemusí se bát jen smrti, ale i každodenních věcí, se kterými se musejí potýkat. S uchopením pocitu strachu může pomoci obrázková kniha od Martiny Špinkové. Pomocí ilustrací a příběhu přibližuje strach, poukazuje, že strach má občas každý a jak s ním bojovat. Knihu si mohou číst děti samotné nebo i s rodiči a sociálními pracovníky.



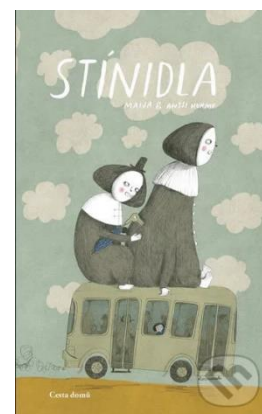
Obrázek 3 - Divný brach strach

Je to hravější a poutavější způsob, jak vysvětlit strach a najít si cestu k dětem (Špinková, 2015).

V období zármutku si děti procházejí novou formou smutku a může jim připadat, že se tíhy smutku nemohou zbavit. Na toto téma napsala autorka Míková (2016) dílo s názvem „A smutek utek“. V knize se děti mohou setkat s různými formami smutku, ať už původem smutku nebo i barvou. Ilustracemi se autorka přibližujeme dětem a ukazuje v knize na základě rad odborníků způsoby, jak se smutku zbavit a nebát se ho. Kniha je vhodná pro děti od 7 let, ale je také vhodná do rodin nebo práci s dětmi, což mohou využít sociální pracovníci.

Cesta domů má také své nakladatelství, které překládá cizojazyčné knihy s touto tematikou a dostávají je tak do povědomí společnosti. Tyto knihy mohou sloužit jako příprava i následná průprava zármutkem a truchlením.

Mezi knihy, které mohou dětem přiblížit smrt a jak se s ní vyrovnat patří například kniha *Stínidla*. Autoři se rozhodli jít zábavnější a bližší formou k dětem při vysvětlení smutku. V knize je dcera s tatínkem, kteří nedávno přišli o maminku. Je zde personifikovaný smutek, se kterým se v rámci knihy poznávají a přicházejí mu na kloub. Ukazují, že smutek není žádné strašidlo, kterého by se měli děti bát (Hurme, 2019).



Obrázek 4 -  
*Stínidla*



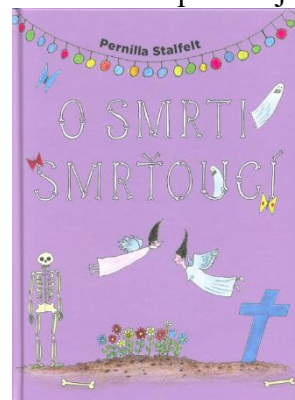
Obrázek 5 –  
*Špunťa a já*

Jako přípravu na ztrátu a seznámení se se smrtí může dobře sloužit kniha s názvem „Špunťa a já“. Autorkou je dětská psycholožka, která se pokouší přiblížit dětem fenomén smrti a pomocí příběhu popsat pocity, kterými si děti prožívající ztrátu procházejí. Hlavní postavou je malá holčička, která přišla o svého nejlepšího čtyřnohého přítele Špunťu. Prostřednictvím metafor jsou znázorněné pocity a emoce, které dítě zažívá v případě ztráty někoho blízkého (Acosta, 2022).

Není to jediná publikace, které může pomoci s přiblížením smrti. Sympatickým způsobem může být kniha „Je smrt jako duha?“, která znázorňuje představu dětské smrti jako něco nehezkého a strašidelného, které se postupně mění v něco pro děti uchopitelného a hezkého, čeho není třeba se obávat. Kniha vypráví příběh vnučky a babičky, kde babička umírá a vnučka je v její blízkosti do posledního dechu. Když babička umírá, dívka se setká se smrtí a jelikož je velmi zvědavá, začne se ptát smrti na otázky, které ji zajímají. Prostřednictvím hovoru tak

dojde k závěru, že smrt nebude žádná zlá paní a je ráda, že mohla být u babičky do poslední chvíle. Tuto publikaci je také vhodné číst spolu s dětmi jako jejich rodiče a pracovníci v pomáhajících profesích (Knox, 2017).

Další kniha podobného typu, kterou si mohou číst rodiče nebo sociální pracovníci s dětmi se jmenuje „O smrti smrt'oucí“. Autorka zde dětskými ilustracemi přibližuje fenomén smrti. Na obrázcích a jednotlivých příkladech vysvětluje pojem smrt tak, aby tomu děti rozuměly. Vysvětluje, že i lidský život má svou konečnost a jak taková konečnost vypadá, co vše obnáší, co se s tělem děje, když je mrtvé, nebo jak uctít památku zemřelého. Vše je popisováno na příkladech dětem blízkých a citlivě, aby neměly ze smrti a umírání strach. Také zde popisuje eufemismy, které dospělí používají při vyjádření ztráty blízkého (Stalfelt, 2019).



Obrázek 6—O smrti smrt'oucí

Dostupné zdroje pro dospělé a pracovníky v pomáhajících profesích

Do literatury pro dospělé, která by jim přiblížila situaci dětí a jejich momentální rozpoležení po prožití ztráty patří kniha s titulkem „Mávnutí černými křídly“. V této publikaci se hlavní postavou stává 14letý chlapec Ben, co přišel o maminku. Celá kniha je zpracována formou prolínání příběhů z minulosti a přítomnosti, kdy Ben popisuje různé příběhy, zážitky a situace s rodinou. Ukazuje také stránku truchlení a jak ho jednotliví členové rodiny zvládají. Ben se musí starat o svého mladšího bratra a jejich tatínek také prožívá zármutek a nezvládá každodenní péči o chlapce. Každý se se smrtí maminky vyrovnává po svém. Příběh je prolnut každodenními starostmi, se kterými se Ben a jeho rodina potýkají, a dětskou láskou, která zde hraje také svou roli (Höfler, 2023).



Obrázek 7—  
Mávnutí černými  
křídly

Existují knihy a příručky, které mohou pomoci sociálním pracovníkům v komunikaci s rodinami, které si procházejí těžkým obdobím jako je umírání blízkého a truchlení. Jejichž prostřednictvím pracovník více pochopí situaci rodiny a nasměrují ho na správnou formou komunikace.



Jsou publikace, které mohou využít rodiče i sociální pracovníci při komunikaci s dítětem prožívající ztrátu. Kolektiv autorů v roce 2017 sepsal brožuru s názvem „35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti“, která může být velkým pomocníkem při komunikaci. Dětem se při smrti jejich rodičů nebo blízkého člověka nabourá a změní jejich život a chápání. Mají mnoho otázek, na které potřebují znát odpovědi a mnohdy je jejich chování naprosto odlišného od chování minulého. Brožura obsahuje 35 praktických rad a postupů, které využijí lidé tápající, jak komunikovat s truchlícím dítětem. Ačkoliv každé dítě truchlí jinak, tyto rady pomohou ulehčit konverzaci a nebát se konverzaci o ztrátě začít, budou jistou oporou při nalezení správného způsobu komunikace (kolektiv autorů The Dougy Center, 2017).



Obrázek 8–35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti

Při práci s dospělým, který je vážně nemocný a schyluje se ke konci jeho života může být užitečná kniha od amerického lékaře Umění rozhovoru o konci života (Vollandes, 2015). Stejně jako jiní autoři i on uvádí, že 80 % klientů, se kterými na toto téma hovořil, si přeje umírat doma, avšak více jak 60 % jich zemře v nemocnici. Ve výsledku to není medicína a její pokroky, které pomohou lidem k úlevě, i když na tom mají také zásluhu, ale kvalitní rozhovor. Autor pomocí kazuistik s klienty povzbuzuje k odvaze pracovníky v pomáhajících profesích i členy rodiny k otevřené komunikaci s umírajícím o konci jeho života, jeho přáních, způsobu odchodu a postupu při jeho léčbě.



Obrázek 9 - Umění rozhovoru o konci života

Kniha „Slon v pokoji“ je vhodné pro mladistvé, ale i pro rodiče a sociální pracovníky. Stručně, lidsky a empaticky popisuje proces truchlení a ztrátu milovaného člověka. Shrnuje pocity, které v sobě pozůstali mají, pojmenovává je a vysvětluje. Celá kniha se dělí na šest částí, které zahrnují pocity a fáze probíhající v truchlení až ke konečné fázi pokračování životem a vzpomínání na zemřelého (Grollman, 2017).

Podobný název a tedy „Slon u tabule“ nese další publikace napsaná českými autorkami. Ty se snažili přiblížit téma smrti a odstranit tak jisté tabu okolo umírání, které ve společnosti převažuje. Reagovaly tak na potřebu pedagogů, kteří mnohdy nevědí, jak s informací zemřelého blízkého žáka naložit. Kniha je příručkou, jak postupovat a poskytuje také rady a informace, které je třeba dodržet, jako je například opatrnost, včasná

informovanost a dbát na přání žáka, který prožívá ztrátu (Špínková, 2021). V knize také připomínají existenci vzorových hodin, které mohou pedagogové využít. Nejen pedagogové, ale přínosem to také může být pro sociální pracovníky, kteří také tápou, jak tak těžké téma citlivě otevřít a nenarušit tím stabilitu dítěte. Na webových stránkách organizace lze najít vzorové hodiny na témata smrti a umírání v okolí dítěte. Pro vzorovou hodinu je tam například zpracovaná publikace „Mávnutí černými křídly“ nebo „Divný brach strach a další“. Pracovníci si tak mohou stáhnout materiál, se kterým budou s dětmi pracovat a také zde najdou postup, jak touto hodinou děti provést. Čím začít, na co se ptát a jak odpovídat (Cesta domů, metodické materiály, [online]).

Užitečnou knihou k přiblížení smrti a umírání může být „Obejmi svou smrtelnost“. Autorem knihy je americký lékař, který připouští, že se medicína neustále rozvíjí a mnoho nemocí je léčitelných. Připomíná ale, že ne pro všechny klienty může být cesta někdy až nekonečného uzdravování tou správnou. Okolí příbuzných i sám klient sice vkládají velkou důvěru v lékaře a pokrok medicíny, někdy se ale může stát, že sám klient to tak nevnímá. Spíše to vidí jako prodlužování umírání, kterému se stejně nevyhne. Kniha nabízí pohled do procesu umírání, k jeho lepšímu pochopení a přijetí faktu, že nikdo není nesmrtelný. Vše názorně vysvětluje na případových studiích pro lepší pochopení a klade otázky, nad kterými se může zapřemýšlet nejen přímo klient, ale také pracovníci v pomáhajících profesích a rodina umírajícího (Schneiderman, 2021).

Mezi další lze zařadit publikaci od Kathryn Mannix (2019), paliativní lékařky z Velké Británie. Zaměřuje se zde na západní země a jejich chápání smrti. Na třiceti případech popisuje jisté vzorce, které se neustále opakují a je tedy vhodné je včas zaregistrovat. Nabádá k přemýšlení, mluvení a zjišťování si informací o smrti. Ačkoliv všichni víme, že smrt jednou přijde, pořád je to téma, kterým se každý zabývat nechce, a to chce autorka změnit. Na příkladech ukazuje dobré i špatné umírání a důležitost hovorů a informovanosti o smrti dříve, než se stane. Na konci knihy nabádá k hovorech o smrti a přikládá šablonu dopisu, jako formu jednodušší verze hovoru. Dopis si lze doplnit, dopsat, vytisknout kopie a pak už jen poslat nebo adresovanému přečíst. Je to dobrý první krok, když člověk neví, jak a čím začít.

### **5.1.2. Příčiny problému a jeho důsledky/dopady na cílovou skupinu**

Rešerše dokumentů a publikací určených pro komunikaci s dětmi, kterým někdo zemřel ukázala, že ji existuje velmi malé množství v porovnání s ostatními tématy, která nejsou tabuizovaná. Právě z důvodu tabuizace smrti, které je věnována čtvrtá podkapitola

první kapitoly, vzniká jistý nezájem a opatrnost při komunikaci o smrti. Sociální pracovníci se mnohdy dostávají do situace, kdy neví, jak odpovědět na zvědavé otázky dětí. Dětem se tak nemusí dostat adekvátní vysvětlení vzniklé situace, nebo si například neprojdou procesem truchlení z důvodu tabuizace nebo absence bezpečného prostředí pro truchlení, což může způsobit psychosomatické problémy.

### **5.1.3. Příklady řešení dané problematiky v ČR**

Organizace Cesty domů reaguje na tabu smrti vytvořením projektu zaměřeného na zlepšení komunikace o smrti a zároveň se tak pokusí odstranit tabu smrti, které stále přetrvává. Více o tomto projektu je popsáno v první kapitole o tabu smrti.

Organizace Cesta domů také nabízí vzdělávání ve formě seminářů, přednášek a vzdělávacích akcí pro sociální pracovníky, další pracovníky v pomáhajících profesích, ale také i pro veřejnost. Na svých stránkách nabízí katalog vzdělávacích projektů (Cesta domů, vzdělávací akce, [online]), ze kterých si může veřejnost i organizace vybrat a kontaktovat Cesty domů o jejich zájem. Jednou ze vzdělávacích akcí je interaktivní seminář s tématem smrti, konkrétně důvody, proč by se s dětmi mělo mluvit o smrti a také jakým způsobem.

APPP také nabízí kurzy související s touto tematikou. Mezi nabízené kurzy patří zejména kurz poradce pro pozůstalé, úvod do problematiky péče o pozůstalé nebo základy komunikace s umírajícím člověkem a jeho rodinou. Lektorkou těchto kurzů je paní PhDr. et Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D., MBA (Evisnet, kurzy, [online]).

Dále poradna Vigvam, prostřednictvím které se lze zúčastnit kurzů specializujících se na komunikaci s dětmi o smrti. Kurz kombinuje teorii s praktickými cvičeními a vlastními zkušenostmi, aby účastníci porozuměli, jak pracovat s truchlícími dětmi. V rámci kurzu se účastníci naučí, jak být dětem oporou a jak odpovídat na jejich zvědavé otázky (Poradna Vigvam, kurzy, [online]).

### **5.1.4. Základní informace o velikosti a případných specifikách cílové skupiny vzhledem k řešenému problému**

Z výroční zprávy organizace Cesta domů z roku 2022 (Cesta domů, dokumenty, [online]) vyplývá, že během tohoto roku bylo s klienty v rámci poradenských služeb stráveno 1 210 hodin, které tvoří telefonická, osobní i elektronická konzultace. V rámci internetové poradny Umírání.cz bylo reagováno na 559 dotazů. Cesta domů také neustále usiluje o větší informovanost o jejich nabízené službě a v uvedeném roce ji využilo 65

klientů, kde se jednalo celkově o 141 konzultací. Cesta domů má také podpurný tým, který zajišťuje psychosociální podporu. V rámci této podpory pracovníci s klienty strávili celkem 1 504 hodin, které se skládají z 2 026 konzultací.

#### **5.1.5. Specifikace stakeholderů**

Tato metodika je vhodná pro velké rozpětí lidí a pracovníků, kteří přicházejí do kontaktu s dětmi. Sociální pracovníci díky ní budou mít podklady, které jim pomůžou s dětmi komunikovat a otevírat toto tabuizované téma. Slouží jako opora s radami a postupy, které celou konverzaci usnadní a také doporučenou literaturu zmíněnou výše, se kterou mohou v rámci své profese pracovat jak s dětmi, tak také dávat do povědomí rodinám. Může být oporou nejen pro sociální pracovníky, ale také pro samostatné rodiny, kterých se to týká nejvíce. Vzhledem k výše uvedeným zdrojům literatury tak mohou s dětmi začít mluvit o smrti dříve, než přijde. Existují pohádky, také výše uvedené, které dětem zábavnou a dětskou formou popisují smutek i smrt. Četbou těchto knížek tak může rodina rozvíjet nové téma a podílet se tak na detabuizaci smrti.

Může se také používat v oblastech vzdělávání. Může být používána ve školách při práci výchovných poradců nebo také jako pomůcka pro pedagogy, kteří se také mohou ocitnout v situaci, kdy někomu z dětí zemřou rodiče nebo jiný blízký člověk. Tento materiál jim může sloužit jako doporučený postup při komunikaci s dětmi, kteří zažívají ztrátu. Dále tato metodika může být přínosná pro zdravotní pracovníky. Při výkonu jejich profese nezbývá už tolik času na komunikaci a nemají žádný podpurný materiál, jak tento rozhovor vést. Tento materiál by jim byl velmi přínosný při práci s dětmi.

Kraje se mohou také podílet na rozšíření této metodiky mezi pracovníky v pomáhajících profesích, jejich podporu a financování. Může nabídnout školení a vzdělávací programy pro pracovníky v oblasti sociální péče, zdravotnictví, školství a dalších oblastech, aby zlepšil jejich schopnosti v komunikaci s pozůstalými dětmi a poskytování jim podpory. Může také provádět průzkumy na sledování potřeb pozůstalých dětí a jejich rodin v regionu a poskytovat pravidelné hodnocení účinnosti poskytovaných služeb a programů.

Prostřednictvím vzdělávání a poskytování informačních zdrojů tento materiál může využít i ministerstvo práce a sociálních věcí. Ministerstvo může tuto metodiku použít pro vzdělávání sociálních pracovníků, poradců, terapeutů a dalších pracovníků v oblasti sociální péče. Použít jej také jako informační letáček pro širokou veřejnost. Nachází se zde příležitost pro spolupráci mezi neziskovými organizacemi, akademickými

institucemi a sociálních organizací, aby sdíleli své postupy, aplikaci této metodiky a podílet se tak na zlepšení koordinace péče pro pozůstalé děti a jejich rodiny. Tím, že ministerstvo práce a sociálních věcí aktivně podporuje komunikaci s pozůstalými dětmi a jejich rodinami, může přispět k lepšímu emočnímu zdraví a pohodě těchto dětí v obtížných životních situacích.

## **5.2. Návrh metodiky**

Celé znění metodiky je přílohou číslo 1 a následující kapitoly obsahují její výčet. Vytvořená metodika byla konzultována pro použití APPP paní PhDr. et Mgr. Naděždou Špatenkovou, Ph.D., MBA. Součástí je také vzor informativního letáčku pro pozůstalou rodinu, který je přílohou číslo 2.

### **5.2.1. Co tato metodika obsahuje**

Tato metodika je doporučeným postupem při komunikaci s dětmi, kterým zemřeli rodiče, určený sociálním a dalším pracovníkům v pomáhajících profesích. Měla by usnadnit celý proces komunikace. Je koncipována jako návod, kterým slovním spojením se vyvarovat. Obsahuje také příklady doporučené literatury a zdroj dalších publikací, se kterou mohou sociální pracovníci pracovat s dětmi. Také je zde uvedené doporučení, jak postupovat při rozhodování, zda dítě vzít na pohřeb či nikoliv. Obsahuje i návrh letáčku, který by mohl být poskytován sociálními pracovníky pozůstalé rodině, která neví, jak komunikovat s dítětem, kterému zemřeli rodiče.

### **5.2.2. Úvod do problematiky**

Téma smrti je ve společnosti stále tabu. Je to téma, o kterém se lidé neradi baví se snahou smrt nepřivolávat. Smrt a záležitostmi se jí týkající se zabývají většinou teprve tehdy, když někdo v jejich okolí zemře. Truchlení dětí je velmi specifické a je potřeba jej brát v potaz při komunikaci s dítětem. Detailně se tomu věnuje druhá kapitola, ve které se nachází popis truchlení obecně i truchlení dětí. Nachází se zde také desatero komunikace dle PhDr. et Mgr. Naděždy Špatenkové, Ph.D., MBA. zaměřené také na komunikaci s dětmi.

### **5.2.3. Popis změny, které bude dosaženo díky navrženému řešení**

Sociální pracovníci mají nástroj pro komunikaci s dětmi, mají návod, jak postupovat a čemu se při komunikaci vyhnout. Je jim známa specifická truchlení dětí a dle ní k nim přistupují. V teoretické části, konkrétně v čtvrté kapitole, byly také zmíněné

teorie a metody, které mohou sociální pracovníci využívat ve výkonu jejich profese při práci s dětmi. K dětem přistupují citlivě a autenticky a stejným způsobem jim odpovídají na otázky týkající se smrti. Děti nacházejí odpovědi na své otázky, je jim poskytnuto bezpečné a nestigmatizující prostředí pro jejich pocity a nenacházejí se v pocitech zmatku a lži.

#### **5.2.4. Popis cílového stavu**

Sociální pracovníci ví, jakým způsobem komunikovat s pozůstalými dětmi adekvátně dle jejich věku a stupně vyspělosti konceptu smrti. Dále vědí, čemu se při konverzaci vyhnout a jak k dítěti přistupovat. Metodika jim poskytuje také ukázkou dostupné literatury, která je zmíněna v analýze potřebnosti, se kterou mohou pracovat s dětmi i s rodinami a dále se díky literatuře vzdělávat a rozvíjet.

#### **5.2.5. Identifikace limitů dosavadního řešení**

Analýza potřebnosti a provedená rešerše ukázala, že existuje literatura, se kterou pomohou pracovníci v pomáhajících profesích pracovat, ale neexistuje návod, jak ji používat. Problém je ale v nedostatečné propagaci tohoto tématu, což odkazuje na již zmíněné tabu smrti. Sociální pracovníci nemají konkrétní podpůrný materiál jak v komunikaci s dětmi, kterým zemřeli rodiče postupovat a jak k nim přistupovat.

#### **5.2.6. Popis navrhovaných metod**

Metodika se skládá z jednotlivých rad, návodů, jak s dítětem komunikovat, dle kterých se může sociální pracovník řídit a vycházet z nich. Obsahuje také doporučenou odbornou literaturu i literaturu pro děti, kterou může sociální pracovník při práci s pozůstalými dětmi využívat, nebo ji doporučit pozůstalé rodiny.

#### **5.2.7. Provedení terénního průzkumu na potvrzení analýzy potřebnosti**

V rámci provedení průzkumu byla provedena rešerše dostupné literatury, které je věnována kapitola o popisu metod získávání předložených dat v sedmé kapitole.

### 5.2.8. Vývojový diagram použití

20.9.2024 bude vytvořen pracovní tým pod vedením PhDr. et Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D., MBA, který bude kriticky hodnotit metodický materiál

k 10.1. 2025 bude kritická část dokončena a metodika bude doplněna poznatky z praxe členů týmu, případně upravena

do 31.1.2025 bude metodika vyhodnocena jako vhodná a připravená k aplikaci a redistribuci mezi organizacemi

od 3.2.2025 je tato metodika používána v práci sociálních pracovníků a je taky volně dostupná na stránkách organizace jako opora pro pozůstalé rodiny a jejich snadnější komunikaci s dětmi

### 5.2.9. Prediktivní analýza rizik a dopadů v cílovém prostředí

1. riziko může být nevytvoření pracovního týmu, který by pracoval na podrobném kritickém zhodnocení této metodiky nebo naopak nedostatečná kontrola týmu

Ve snaze předejít tomuto riziku bude pravidelná komunikace s organizací, zda se na kritickém zhodnocení pracuje, případně reagovat na důvody, proč k tomu zatím nedošlo. Může to být z kapacitních nebo osobních důvodů, v reakci, kterých by se mohl posunout termín nebo by byla vybrána jiná organizace z doporučených. Momentálně probíhá emailová komunikace s APPP, prostřednictvím které se domlouvá online schůzka. Této schůzky by se mělo zúčastnit 99 poradců pro pozůstalé a někteří z nich do konverzace určitě aktivně vstoupí.

2. může se vyskytnout riziko ve formě nezájmu s touto metodikou pracovat z důvodu neoslovení formátem nebo obsahem

V tomto případě budou zjištěny konkrétní důvody nezájmu pracovníka a metodika bude přepracována na základě již provedeného kritického zhodnocení pracovním týmem. Při jejím přepracování dojde k zohlednění zjištěných důvodů nezájmu s touto metodikou pracovat. Tomuto riziku by mělo předejít již zmíněné online setkání a jednání expertní skupiny.

3. dále se riziko může objevit při nedostatečné motivaci sociální pracovníků tuto metodiku nastudovat a využívat při práci s pozůstalými dětmi

Sociálním pracovníkům budou vysvětleny důvody zavedení a použití této metodiky, a to pro lepší a snadnější práci s pozůstalými dětmi. Bude sloužit jako podpůrný materiál, kterého se můžou držet a dle něj postupovat. Záměrem metodiky je být natolik uživatelsky přívětivá, aby nenastal problém se srozumitelností materiálu.

4. sociální pracovníci mohou cítit, že jejich individuální přístup k dítěti a postupy při práci s nimi jsou dostatečné, nebudou se tedy chtít dále vzdělávat a studovat nové dostupné materiály a nebudou ani motivováni svým zaměstnavatelem a profesí se nadále vzdělávat

V případě nesouhlasu některých pracovníků na verzi metodiky jim bude umožněna možnost vznést námítky a nabídnout dle nich vhodné řešení, které by bylo dále konzultováno s vedoucím pracovního týmu a danou organizací. Sociální pracovníci se musejí stále vzdělávat, aby adekvátně reagovali na potřeby svých klientů. Ve vzdělávání by je měla podpořit jejich organizace v rámci vzdělávacích kurzů a supervize.

#### **5.2.10. Návrh a realizace pilotního ověření zavádění metodického postupu v organizaci a evaluace pilotního ověření**

Pro realizaci a pilotní ověření zavedení toho metodického postupu jsou navrženy tyto organizace: APPP, Cesta domů, Maltéžská pomoc, Poradna Vigvam, Nadační fond Vrba a Charita.

Jako vedoucí pracovního týmu, který bude pracovat na kritickém zkoumání této metodiky a její uplatnitelnosti bude požádána paní PhDr. et Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D., MBA, která si v dané organizaci zvolí svůj tým na základě profesních zkušeností pracovníků a jejich roli v organizaci.

Vytvořenou metodiku následně celý tým kriticky zhodnotí. Po zhodnocení metodiky upozorní na případné chyby a doplní ji o své poznatky z praxe. Výsledkem pilotního ověřování bude případná úprava metodiky, zda je vhodná a připravena k aplikaci a redistribuci mezi dalšími sociálními pracovníky.

K pilotnímu ověření této práce zatím nedošlo z časové náročnosti a nesplnění dílčího kroku kritického zhodnocení. Pilotní ověření je v plánu letošní rok a to konkrétně 20.9. 2024, jak je znázorněno ve vývojovém diagramu.



## ZÁVĚR

Ze zjištěných poznatků z odborné literatury vychází, že téma smrti je ve společnosti stále tabu. Autoři odborné literatury a organizace věnující se tomuto tématu se snaží tabu odstranit. Bylo také zjištěno, že truchlení dětí je velmi specifické a je potřeba s ním zacházet velmi citlivě a věnovat dětem dostatečnou pozornost a prostor, aby si prošly zdravým procesem truchlení.

Na základě analýzy potřebnosti byly zjištěny odborné zdroje a publikace, kde stěžejní díla jsou od autorky PhDr. et Mgr. Naděždy Špatenkové, Ph.D., MBA a nakladatelství organizace Cesta domů, které se podílí také na překládání literatury ze zahraničí. Vyjmenované příklady publikací tak může využít široká veřejnost i sociální pracovníci pro sebevzdělání a práci s pozůstalými dětmi.

Cílem práce bylo vytvoření metodiky, která by měla pomoci sociálním pracovníkům v komunikaci s pozůstalými dětmi. Metodika obsahuje návod, jak komunikovat s pozůstalým dítětem a měla by usnadnit celý proces komunikace. Tato metodika se dále může používat i u jiných pracovníků v pomáhajících profesích. Metodika vychází z teoretických poznatků z odborné literatury a nachází se v ní rady, jak komunikovat s dítětem a čemu se při konverzaci vyhnout. Nabízí také již zmíněné příklady publikací pro práci s dětmi a stránku věnovanou otázce, zda vzít dítě na pohřeb. Obsahuje také informativní letáček pro pozůstalé rodiny, který by jim měl pomoci s komunikací s pozůstalými dětmi.

## REFERENČNÍ SEZNAM

- ACOSTA, Alicia; GALÍ, Merce, *Peque y yo*, Vyd. 1., NubeOcho v Madridu, 2021, přeložila: POKOJOVÁ, Jana, *Špunta a já*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-92-8
- COLOROSO, Barbara. *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adoptce*. Přeložil Hana MAYEROVÁ. V Praze: Ikar, 2008. ISBN 978-80-249-1027-7.
- DYTRYCH, Zdeněk a MATĚJČEK, Zdeněk. *Děti, rodina a stres*. Praha: Galén, 1994. ISBN 808582406X
- GABURA, Ján a PRUŽINSKÁ, Jana. *Poradenský proces*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 1995. ISBN 8085850109.
- GEIST, Bohumil. *Psychologický slovník*. 2. vydání. Praha: Vodnář, 2000. ISBN 80-86226-07-7
- GOLDMAN, Linda. *Jak s dětmi mluvit o smrti*. Přeložil Alice ZAVADILOVÁ. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0819-8
- GROLLMAN, Earl A. *Slon v pokoji: o smrti a zármutku pro dospívající*. Přeložila KAPSOVÁ, Lenka. [Praha]: Cesta domů, 2016. ISBN 978-80-88126-13-3
- HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1
- HARTL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Třetí, aktualizované vydání. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0873-0
- HAŠKOVCOVÁ, Helena, *Thanatologie*, Vyd. 1., Praha: Galén, 2000. ISBN 80-7262-035-7
- HURME, Maija a Ansii, *Varjostajat*, Vyd. 1., S&S, 2018, přeložila: ŠTOLLOVÁ, Alžběta, *Stínidla*, Vyd. 1., Cesta domů, 2019, ISBN 978-80-88126-50-8
- HÖFLER, Stefanie, *Der große schwarze Vogel*, Vyd. 1., Beltz & Gelberg, 2018, přeložila: KLABANOVÁ, Kateřina, *Mávnutí černými křídly*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-97-3
- KNOX, Jeanette Bresson Ladegaard. *Je smrt jako duha?* Ilustroval Adriana SKÁLOVÁ, přeložil Kateřina KOLÍNSKÁ. V Praze: Cesta domů, 2017. Bludiště (Cesta domů). ISBN 978-80-88126-31-7

- KREBS, Vojtěch. *Sociální politika*. 6., přepracované a aktualizované vydání. Praha: Wolters Kluwer ČR, 2015. ISBN 978-80-7478-921-2
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, *Psychologie nemoci*, Vyd. 1., Grada Publishing, spol. s.r.o., 2002, ISBN 80-247-0179-0
- KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: ISV nakladatelství, 2001. ISBN 808586682X.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth, *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*, Vyd.2. přep., přeložil KRÁLOVEC, Jiří. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0911-9
- LEVY, Alexander. *Sbohem, mami, sbohem, tati: jak se vyrovnat se smrtí rodičů*. Přeložil Eva KLIMENTOVÁ. Praha: Portál, 2021. ISBN 978-80-262-1740-4
- MALÍK HOLASOVÁ, Věra. *Kvalita v sociální práci a sociálních službách*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4315-8
- MANNIX, Kathryn. *Máme konec na paměti? umírání, smrt a moudrost v době popírání*. Přeložil Zora FREIOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-58-4
- MANNIX, Kathryn, *Listen: How to find the words for tender conversations*, Vyd. 1., HarperCollins Publishers, 2021 přeložila: FREIOVÁ, Zora, *Naslouchej: Jak najít slova pro citlivý rozhovor*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-93-5
- MATOUŠEK, Oldřich. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 2001. ISBN 8071784737
- MATOUŠEK, Oldřich. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-502-8
- MATOUŠEK, Oldřich, KŘIŠŤAN, Alois (ed.). *Encyklopedie sociální práce*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0366-7
- MATOUŠEK, Oldřich. *Strategie a postupy v sociální práci*. Praha: Portál, 2022. ISBN 978-80-262-1952-1
- MÍKOVÁ, Marka. *A smutek utek*. Vyd. 1., Praha: Cesta domů, 2016. ISBN 978-80-88126-11-9
- NYKL, Ladislav. *Carl Ransom Rogers a jeho teorie: Přístup zaměřený na člověka*. Grada, 2012. ISBN 978-80-247-8104-4
- PLEVOVÁ, Ilona a SLOWIK, Regina. *Komunikace s dětským klientem*. Sestra. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2968-8
- ROGGE, Jan-Uwe. *Dětské strachy a úzkosti*. Přeložil Jitka VRÁTILOVÁ. Praha: Portál, 1999. ISBN 8071782378
- ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 8071788295

SAMUEL, Julia. *Cesty zármutku: příběhy o životě, smrti a přežití*. Přeložil Alžběta KALINOVÁ. Brno: Host, 2018. ISBN 978-80-7577-466-8

SCHNEIDERMAN, L. J. *Obejmi svou smrtelnost: nelehká rozhodnutí v éře medicínských zázraků*. Přeložil Lenka KAPSOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2021. ISBN 978-80-88126-83-6

STALFELT, Pernilla. *O smrti smrt'oucí*. 2. vydání. Přeložil Dagmar HARTLOVÁ. Bludiště. [Praha]: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-55-3

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *O posledních věcech člověka: vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, c2014. ISBN 978-80-7492-138-4

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Martina FRIEDLOVÁ. *Zármutek dětí a dospívajících*. Praha: Grada, 2024. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-3884-5

ŠPINKOVÁ, Martina, *Divný brach strach*, 2. Vyd., Praha: Cesta domů, 2017, ISBN 978-80-905809-7-8

ŠPINKOVÁ, Martina, *Malé dobré zprávy*, 2. vydání, Praha: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-52-2

ŠPINKOVÁ, Martina a Eliška MLYNÁRIKOVÁ. *Slon u tabule: pozvánka k povídání o nelehkých tématech*. V Praze: Cesta domů, 2021. ISBN 978-80-88126-80-5

ŠTĚPÁNKOVÁ, Kateřina. *Práce s dětmi procházejícími ztrátou blízkého člověka – nástroje podpory procesu smutku a zvládnání ztráty*. Olomouc, 2024. Kvalifikační práce. Univerzita Palackého v Olomouci

THE DOUGY CENTER, *35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti*. Přeložil Zora FREIOVÁ. [Praha]: Cesta domů, 2017. ISBN 978-80-88126-37-9

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6

TOMEŠ, Igor. *Úvod do teorie a metodologie sociální politiky*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-680-3

VOLANDES, Angelo E. *Umění rozhovoru o konci života*. Přeložil Lenka KAPSOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2015. ISBN 978-80-88126-03-4

WICENTY, Justyna, *Ukolébavka s hurikánem*, přeložila: RYSOVÁ, Eva. [Praha]: Cesta domů, 2022. ISBN 978-80-88126-84-3

Zákon č. 108/2006, o sociálních službách (Zákon o sociálním zabezpečení), In: ÚZ č. 1571 - Sociální zabezpečení 2024, Sagit, a. s., podle stavu k 22. 1. 2024, ISBN: 978-80-7488-613-3

Zákon č.155/1995 Sb. o důchodovém pojištění, (Zákon o sociálním pojištění), In: ÚZ č. 1570 - Sociální pojištění 2024, Sagit, a. s., podle stavu k 22. 1. 2024, ISBN 978-80-7488-612-6

Zákon č. 117/1995 Sb. Zákon o státní sociální podpoře (Zákon o sociálním zabezpečení), In: ÚZ č. 1571 - Sociální zabezpečení 2024, Sagit, a. s., podle stavu k 22. 1. 2024, ISBN: 978-80-7488-613-3

### Internetové zdroje

Cesta domů, *dokumenty*, [online], [cit. 2024-04-03]. Dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/dokumenty>

Cesta domů, *Je smrt školou povinná? – téma závěru života v českých školách*, [online]. [cit. 2024-02-08]. Dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/projekty>

Cesta domů, *Metodické materiály*, [online], [cit. 2024-01-19]. Dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/metodicke-materialy>

Cesta domů, *výzkum*, [online], [cit. 2024-02-03]. Dostupné z: [https://www.cestadomu.cz/sites/default/files/vyzkum\\_kvantitativni\\_cast.pdf](https://www.cestadomu.cz/sites/default/files/vyzkum_kvantitativni_cast.pdf)

Cesta domů, *Vzdělávací akce*, [online], [cit. 2024-03-05]. Dostupné z: [https://www.cestadomu.cz/vzdelavaci-akce?field\\_vakce\\_cilova\\_skupina\\_tid=288&field\\_vakce\\_akreditace\\_tid=All](https://www.cestadomu.cz/vzdelavaci-akce?field_vakce_cilova_skupina_tid=288&field_vakce_akreditace_tid=All)

Profesní komora sociálních pracovníků z. s., *Co je to sociální práce*, [online], [cit. 2024-03-16]

Dostupné z: <http://www.pksp.cz/co-je-socialni-prace>

Děti truchlí jinak, In: *Umírání.cz* [online], [cit. 2024-01-18]. Dostupné z: <https://www.umirani.cz/rady-a-informace/deti-truchli-jinak>

DRDÁKOVÁ, Veronika. Dítě a pohřeb – trauma nebo příprava na život? In: *Poradna Vigvam* [online], [cit. 2024-02-21]. Dostupné z: <https://poradna-vigvam.cz/dite-a-pohreb-trauma-nebo-priprava-na-zivot/>

Evisnet, *kurzy* [online] [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <http://www.evisnet.cz/socialni-sluzby/kurzy.php>

Fakultní nemocnice Olomouc, *Duchovní péče, nemocniční kaplani* [online]. [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://kaplani.fnol.cz/>

International federation of social workers, *Global definition of social work*, [online], Copyright © 2024 [cit. 2024-03-16]

Dostupné z: <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/>

International federation of social workers, *Global social work statement of ethical principles*, [online], [cit. 2024-01-03]. Dostupné z: <https://www.ifsw.org/global-social-work-statement-of-ethical-principles/>

JAKOBY, Nina R., *Grief as a Social Emotion: Theoretical Perspectives*. *Death studies*. [online], [cit. 2024-02-19] 2012, vol. 36, no. 8.

Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.584013>

Jinej svět [online], [cit. 2024-03-05].

Dostupné z: <https://www.jinejsvet.cz/>

Krizové centrum [online], [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://www.krizovecentrum.cz/>

Charita Olomouc, *krizová pomoc*, [online], [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://www.olomouc.charita.cz/nase-sluzby/lide-v-krizi/krizova-pomoc/>

Krizové centrum Riaps [online], [cit. 2024-04-06]. Dostupné z: <https://www.csspraha.cz/kc-riaps>

LOUČKA, Martin a Jindřiška PROKOPOVÁ. *CESTA DOMŮ*. Sešit pro děti, kterým někdo zemřel, *Cesta domů* [online], 2016 [cit. 2024-02-07].

Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/445-sesit-pro-deti-kterym-nekdo-zemrel/>

Nepanikař, *krizová centra*, [online], [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://nepanikar.eu/mapa-pomoci-krizova-centra/>

Asociace poradců pro pozůstalé, *Přehled poraden, APPP*, [online]. [cit. 2024-04-06]. Dostupné z: <https://poradci-pro-pozustale.cz/kontakt/>

PŘIDALOVÁ, Marie, *Proč je moderní smrt tabu?*, *Sociologický časopis/Czech Sociological Review* [online], [cit. 2024-02-08] 1998, vol. 34, s. 347-360

Dostupné z: <https://sreview.soc.cas.cz/pdfs/csr/1998/03/08.pdf>

Poradna Vigvam, *kurzy – Děti a ztráta* [online], [cit. 2024-03-07]. Dostupné z: <https://eshop.poradna-vigvam.cz/deti-a-ztrata/>

Poradna Vigvam, *Smrt a truchlení – kde hledat pomoc?* [online], [cit. 2024-03-06]. Dostupné z: <https://poradna-vigvam.cz/smrt-a-truchleni-kde-hledat-pomoc/>

ŠMOLÍKOVÁ, Eliška. *Když někdo umře: Sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk*, In: *Cesta domů* [online], [cit. 2024-12-01]. Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/kdyz-nekdo-umre--sesit-pro-deti--kterym-zemrel-blizky-clovek-2/>

## Seznam zkratk

APPP = asociace poradců pro pozůstalé

OSPOD = orgán sociálně právní ochrany dětí

Odst. = odstavec

FNOL = Fakultní nemocnice Olomouc

## Seznam obrázků

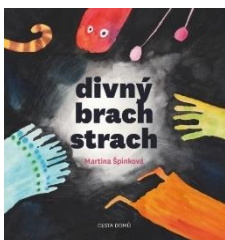
Obrázek 1 – Sešit pro děti, kterým někdo zemře, dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/445-sesit-pro-deti-kterym-nekdo-zemrel/>



Obrázek 2 – Když někdo zemře, dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/kdyz-nekdo-umre--sesit-pro-deti--kterym-zemrel-blizky-clovek-2/>



Obrázek 3 – Divný brach strach, dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/355-divny-brach-strach-martina-spinkova/>



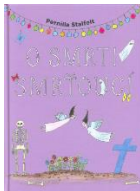
Obrázek 4 – Stínidla, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/stinidla>



Obrázek 5 – Špunt'a a Já, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/spunta-a-ja>



Obrázek 6 – O smrti smrtoucí, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/o-smrti-smrtouci>



Obrázek 7 – Mávnutí černými křídly, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/mavnuti-cernymi-kridly>



Obrázek 8–35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/35-zpusobu-jak-pomoci-truchlicimu-diteti>



Obrázek 9 – Umění rozhovoru o konci života, dostupné z: <https://www.cestadomu.cz/publikace/umeni-rozhovoru-o-konci-zivota>





## **Seznam tabulek**

Tabulka 1 Klasifikace potřeb z pohledu klienta, Zdroj: Matoušek a kol., 2013, s.110

## **PŘÍLOHY**

- 1. Návrh metodického dokumentu**
- 2. Informativní letáček pro pozůstalé rodiny**

**Univerzita Palackého v Olomouci**  
Cyrilometodějská teologická fakulta



---

Cyrilometodějská  
teologická fakulta

# Metodický dokument

Jak mluvit s dětmi ve věku 9-10 let o smrti rodičů

Magdaléna Donátková

## Obsah

|   |    |
|---|----|
| Úvod.....                               | 3  |
| Seznámení s problematikou .....         | 3  |
| Náplň metodického dokumentu .....       | 3  |
| Rešeršní strategie.....                 | 4  |
| Chápání smrti u dětí .....              | 5  |
| Znaky dospělého konceptu smrti.....     | 5  |
| Vývoj chápání smrti dle věku.....       | 6  |
| Truchlení dětí.....                     | 7  |
| Doporučené metody práce.....            | 8  |
| Poradenství .....                       | 8  |
| Krizová intervence.....                 | 8  |
| Sociální terapie .....                  | 8  |
| Práce s jednotlivcem ve skupině.....    | 8  |
| Práce s rodinou .....                   | 9  |
| Rodinná konference .....                | 9  |
| Logoterapie.....                        | 9  |
| Komunikace s dítětem .....              | 10 |
| Čemu se při konverzaci vyvarovat .....  | 10 |
| Účast dítěte na pohřbu .....            | 11 |
| Doporučené postupy.....                 | 12 |
| Doporučená literatura.....              | 13 |
| Checklist.....                          | 19 |
| Rozcestník pro sociální pracovníky..... | 20 |
| Výpis literatury .....                  | 22 |
| Zdroje .....                            | 23 |
| Přílohy .....                           | 26 |
| Vzorový informativní letáček.....       | 26 |

## Úvod

Tato metodika je doporučeným postupem při komunikaci s dětmi, kterým zemřeli rodiče určený sociálním pracovníkům a dalším pracovníkům v pomáhajících profesích. Měla by usnadnit celý proces komunikace, její začátek a radu, kterým slovním spojením se vyvarovat.

## Seznámení s problematikou

Téma smrti je velmi tabuizované. Nikdo se o ní nechce bavit, aby ji nepřivolal, okolí nestrašil nebo nezměnil atmosféru komunikace. Celá situace je náročná pro celou rodinu, zvláště když se jedná o náhlé a nečekané úmrtí. Přichází-li dospělý, ať už je to pracovník v pomáhající profesi nebo člen rodiny, může se dostat do situace, kdy neví, jak k dítěti přistupovat a jak s ním komunikovat.

## Náplň metodického dokumentu

Tento metodický dokument by měl posloužit jako podklad pro komunikaci s pozůstalými dětmi, s užitečnými radami, jak s dětmi mluvit a čemu se například vyhnout. Dle tohoto návodu mohou postupovat sociální pracovníci, krizoví intervenenti, zdravotní pracovníci nebo například pedagogové. Nabízí také příklad publikací, se kterými je možné s dětmi pracovat a na jejich základě rozvíjet další konverzaci. V příloze je uveden vzorový letáček, který je možné publikovat a nabízet rodinám jako podpůrný materiál. Je v něm vysvětleno truchlení dětí, jeho specifika a také je věnována strana otázce účasti dítěte na pohřbu. Letáček je koncipován jako návod pro pozůstalou rodinu, jak komunikovat s dítětem, kterému zemřel rodič. Obsahuje také doporučenou odbornou literaturu, kterou může rodina použít při komunikaci s dítětem.

## Rešeršní strategie

Prostudování informačních zdrojů týkajících se komunikace s pozůstalými dětmi proběhlo pomocí analýzy relevantních odborných zdrojů. Odborné zdroje byly vyhledávány v elektronické databázi Městské knihovny v Bruntále a knihovny Univerzity Palackého v Olomouci. Dále byly zdroje vyhledávány na webových stránkách Cesta domů, Poradna Vigvam a Jinej svět. Při vyhledávání byly použita tato klíčová slova: materiály pro pozůstalé děti, smrt blízké osoby, truchlení, terapie zármutku, úmrtí, smrt, umírání, smutek a truchlení dítěte.

V bakalářské práci byly použity novější zdroje a také zdroje od známých autorů. Jelikož je tato práce věnovaná sociálním pracovníkům v České republice, bylo bráno v potaz i jazykové hledisko, a proto jsou zdroje v českém jazyce.

V elektronické databázi knihovny Univerzity Palackého bylo nalezeno 266 a v Městské knihovně Bruntál bylo nalezeno celkem 303 zdrojů. Celkově v obou knihovnách bylo nalezeno 569 zdrojů. Po odstranění všech duplicit a témat nesouvisející s tématem této bakalářské práce zůstalo 110 zdrojů. Velká část zdrojů byla využita již v předešlé části bakalářské práce při snaze vydefinovat a popsat součásti a složitost tohoto tématu. Z výsledků vyplývá aktuálnost potřeby navýšit množství literatury a dostupnosti zdrojů související s touto tematikou a také rozšířit povědomí o tomto tématu ve společnosti. Vzhledem k množství dostupných zdrojů, tak byly jednotlivé publikace snáze dohledatelné. Zdroje, které jsem považovala za relevantní a přínosné pro sociální pracovníky i pro pozůstalé, kteří si neví rady při komunikaci s dětmi nebo hledají oporu, jsem zmínila a rozebrala v následujících kapitolách.

## Chápání smrti u dětí

Pochopení smrti se u dětí odvíjí dle jejich vývoje postupně. Děti mladšího školního věku si již uvědomují nevratnost konce, zatím ale ne v souvislosti s jimi samotnými nebo s někým z jejich okolí. Děti starší 10 let mohou projevit tendence suicidality a když se rozvine myšlení nezávislé na obsahu, mohou pokročit k vyzrálému chápání smrti (Říčan, 2014, s. 368).

### Znaky dospělého konceptu smrti

U dětí, obvykle mezi pátým a desátým rokem, se formují čtyři znaky vyspělého konceptu smrti, které popsala ve své knize Špatenková (2024, s. 22-23).

#### 1. pochopení důvodu smrti

Vzhledem k množství virtuálních her, kterými zaplňují děti svůj volný čas, kde jejich postava v jednu fázi žije, v druhé umírá a v další opět ožívá je důležité vysvětlit konečnost smrti v reálném životě. Zmíněné vysvětlení konečnosti a nezvratnosti smrti je velmi důležité pro jejich chápání smrti a vývoj.

#### 2. odlišení podobnosti smrti se spánkem

Vzhledem k používání eufemismů dospělými, např. „odebral se na věčný spánek“ a vzhledové podobnosti smrti a spánku mohou být děti velmi zmatené. Na sociálním pracovníkovi je tedy, aby tuto představu odstranil.

Vysvětlení může vypadat následovně:



#### 3. pochopení konečnosti a nevyhnutelnosti smrti

Děti v zápalu emocí mohou vyslovit přání, abych jejich rodič zemřel. Přejí si to ale jen do okamžiku, kdy dostanou, co žádaly nebo až se uklidní a na rodiče se již zlobit nebudou.

#### 4. univerzálnost smrti

V této fázi dítě již chápe konečnost smrti a skutečnost, že i ono jednou zemře a vše živé také. Rozumí, že je to koloběh života, který se uzavírá smrtí. Děti kolem sedmého roku si již uvědomují svou smrtelnost. Jako příčinu ale vidí zejména stáří nebo nemoc. Zatím však není daný věk, či období dítěte, na kterém by se odborníci shodly, kdy dítě plně chápe koncept smrti. Jisté shody panují dle Špatenkové (2024, s. 23) u Haškovcové, Říčana, Krejčířové a Blumenthal-Barbyho, že plné pochopení nastává až v pubertálním období. Jestliže dítě ale ztratí někoho ze svého okolí, může mnohem dříve pochopit koncept smrti.

### Vývoj chápání smrti dle věku

Kubíčková (2001, s. 87–91) popsala postupný vývoj chápání smrti u dětí od tří let až do třinácti let.

**3–5 let:** Děti si uvědomují, že se něco stalo, mohou se cítit vinné. Nechápu ale nezvratnost a konečnost smrti.

**6–8 let:** Děti chápou nezvratnost a konečnost smrti, mohou se cítit odpovědné za smrt rodiče.

**10–11 let:** Děti rozumí použití eufemismům ve spojitosti se smrtí. Ví, že smrt se jich také týká

**13 let a více:** V tomto věku děti plně rozumí a chápou dospělý koncept smrti.



## Truchlení dětí

Průkopníkem fenoménu, že i malé dítě jsou schopny truchlit je dle Špatenkové (2024, s. 29-31) psychoanalytik John Bowlby. Fáze truchlení se různí dle odborníků, Kubíčková (2001, s. 34-42) ve své knize tyto verze porovnála a našla v nich jisté spojitosti, díky kterým určité fáze lze pozorovat téměř u každého pozůstalého. Jedná se o tyto fáze:

1. krátké období otřesů
2. období intenzivního zármutku a žalu
3. období rekonvalescence a jistého smíření se se ztrátou

Mezi další známé fáze můžeme zařadit ty od Matějčka a Dytrycha (1994, s. 103-107):

1. šok a uvědomění, že blízká osoba již není mezi živými
2. odmítání skutečnosti a vzpoura – touha návratu původního stavu
3. pochopení nezvratnosti smrti
4. smíření

Uvádí ale, že není stanovená doba truchlení a jeho průběh může mít různou intenzitu.

Colorosová (2008, s. 49-50) se také věnovala dětskému truchlení a uvádí, že děti v tomto věku jsou velmi zvědavé a vstřebávají velké množství informací. Neuniknou jim rozhovory, které mezi sebou vedou dospělí a které by dle dospělých neměly slyšet. Mohou si vytvářet a vyprávět svou verzi vzniklé situace nebo naopak ze strachu předstírat, že se nic nestalo a skutečnost tak odmítat. Může se dostavit také strach ze smrti, kdo zemře další. Je možné, že budou hledat zemřelého a doufat v jeho návrat. Není pevně stanovená doba, za kterou by si dítě mělo projít zármutkem, jelikož každé dítě vzniklou situaci vnímá jinak. Truchlení po ztrátě se může dostavit i o několik měsíců později. Spouštěčem mohou být události, u kterých bylo dítě zvyklé na přítomnost zemřelého (Špatenková, Friedlová, 2024, s.27-29).

## Doporučené metody práce

### Poradenství

Každá osoba má dle zákona o sociálních službách, konkrétně §2 z. č. 108/2006 Sb., nárok na bezplatné poskytnutí základního poradenství (Zákon č. 108, §2). Do odborného sociálního poradenství spadá také terapeutická činnost, kdy se člen pozůstalé rodiny může jít poradit se sociálním pracovníkem, jak dítěti oznámit smrt rodiče (Matoušek a kol., 2008, s.101-103).

### Krizová intervence

Cílem je odstranit hrozící nebo rozvíjející se nebezpečí. Pro snadnější uchopitelnost a pochopení spol s pracovníkem celou situaci rozebrat, vysvětlit a motivovat klienta k obnovení sociálního fungování. Sociální pracovník dále navrhuje alternativy pomoci, které jsou v danou situaci potřeba. Rozhovor začíná posouzením, pokračuje plánováním, provedením a vyhodnocením (Vodáčková in Matoušek a kol., 2013, s. 259-261).

### Sociální terapie

Dochází zde ke komplexnímu posouzení prostředí i samotného dítěte. Dítě je v průběhu motivován k žádoucím změnám a k ochotě řešit situaci. Zde je důležité znát potřeby klienta včetně vzniklých i hrozících rizik. Podstatná je znalost sociálního prostředí a právní normy a předpisy související se vzniklou situací. Sociální pracovník může dětem pomoci porozumět svým emocím a také jim pomoci s vyjádřením jejich potřeb (Zakouřilová in Matoušek a kol., 2013, s. 264-265).

### Práce s jednotlivcem ve skupině

Sociální pracovník konstruuje vznik skupiny, její hlavní cíle a charakteristiku účastníků a jejich potřeb. První setkání se zahajuje vzájemným seznámením členů a charakteru skupiny. Při práci ve skupině jedinci pocítují podporu a souznění od ostatních, kteří si prošli nebo procházejí stejnou situací. Sociální pracovník utváří bezpečné prostředí pro sdílení a pomoc. Plní zde funkci facilitátora a pomáhá tak skupině efektivně komunikovat a spolupracovat (Nedělníková in Matoušek a kol., 2013, s. 290-293).

## Práce s rodinou

V rámci této práce by měl sociální pracovník usilovat o partnerský vztah mezi klientem. Je pomoci rodině v obnově jejich kompetencí a podporuje její samostatnost (Matoušek in Matoušek a kol., 2013, s. 302-304).

## Rodinná konference

Využití v případě řešení náročné životní situace, při které je potřeba zapojení celé rodiny s cílem najít stabilní řešení. Konferenci si vede samotná rodina za pomoci koordinátora (Matoušek in Matoušek a kol., 2013, s. 305-306).

## Logoterapie

Logoterapie může být užitečným nástrojem tím, že pozůstalým pomůže najít smysl a účel ve svém životě navzdory ztrátě a bolesti, posílit jejich sebedůvěru a sebeúctu, podpořit osobní rozvoj a vytvoření zdravých vztahů (Navrátil in Matoušek a kol., 2001, s. 212-216).

## Komunikace s dítětem

Základem je aktivní naslouchání, tedy věnování 100% pozornosti všem projevům dítěte, verbálním i neverbálním. Pracovník by měl respektovat názory, příběhy a způsob vyprávění dítěte a nezasahovat do něj. Může použít techniku zrcadlení, kde dochází k zopakování popisu situace dítěte a ujištění správného pochopení nebo případné opravy. V průběhu konverzace povzbuzovat a tím tak motivovat k dalšímu vyprávění. Využit lze také objasňování, parafrázování a zpětné reflexe (Kappl, Janebová in Matoušek a kol., 2013, s. 265-267).

Upřímnost je klíčem k úspěšné komunikaci s pozůstalým dítětem. Lži, kterými se dospělí mohou snažit dítě ochránit, jen rozvíjí jeho nedůvěru k dospělým a vyvolávají v dítěti velký chaos. Dospělí jsou pro dítě rozcestníkem při rozklíčování jejich otázek na vzniklou situaci. V případě, kdy sociální pracovník nezná odpovědi na otázky dítěte lze postupovat takto:



Tímto způsobem dává sociální pracovník dítě najevo, že je ceněná osoba při vyhledávání informací a vkládá v něj důvěru (Umírání, *Děti truchlí jinak*, 2019).

*Doporučení:*



- Zachování režimu, který platil před ztrátou rodičů je vhodné zachovat, aby dítě mělo jistou stabilitu. Může se jednat o dodržování večerky, času na hygienu, snidani apod (Colorosová, 2008, s.22-24).

## Čemu se při konverzaci vyvarovat

### používáním eufemismů

Není vhodné vysvětlovat dítěti úmrtí za použití eufemismů, jako například: „Opustila nás,“ nebo „odešla“. V dítěti to může vyvolat zmatek a také naději, že se jednoho dne zemřelá osoba vrátí (Umírání, *Děti truchlí jinak*, 2019). Bude-li dítěti řečeno bez jakékoliv specifikace: „Maminka odešla,“ dítě má za to, že se určitě vrátí. Zmíněné zmatení se může projevit i ve

strachu z opuštění nebo, zda se jiná blízká osoba vrátí z obchodu, jelikož také odešla (Kübler-Rossová, 2015, s. 16–18).

### **kladení přehnaných nároků na děti nebo očekávání nového typu chování**

Neočekávat, že děti teď změní své chování s ohledem na smrt, například že budou velmi nápomocné v domácnosti, a neklást na ně nároky, aby se chovaly a jednaly určitým způsobem (Krtičková, Šance dětem, *O dětech, smrti a truchlení*, 2023)

### **převzetí rolí zemřelého rodiče**

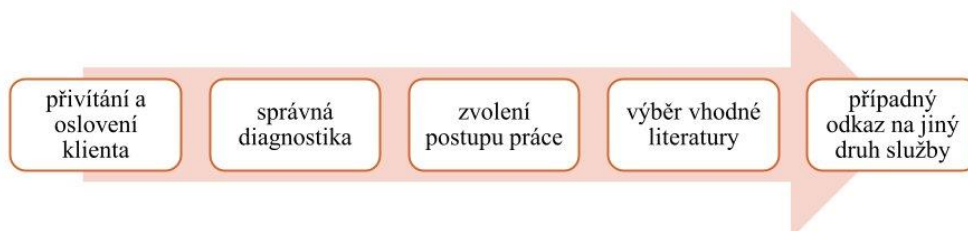
Dítě by nemělo převzít roli zemřelého rodiče. Při převzetí rolí panuje řada stereotypů, že syn by měl být ochráncem rodiny místo zesnulého otce a dcera zase nahradit matku v domácnosti. Uváděná situace může být rizikovým faktorem pro předčasnou dospělost. Dítě by ale mělo být stále dítětem (Kubičková, 2001, s. 55-59).

## Účast dítěte na pohřbu

Dítěti v procesu uzavření pomůže, bude-li začleněno do rozloučení se zemřelým a plánováním pohřbu. Je vhodné umožnit dítěti volbu, zda se chce pohřbu zúčastnit. Aby se mohlo rozhodnout, je důležité mu vysvětlit průběh pohřbu. Volbou se dává dítěti jistá kontrola nad situací a není odsouváno mimo dění (Umírání, *Děti truchlí jinak*, 2019). Sociální pracovník by měl dítěti vysvětlit, co je to pohřeb, co se na něm odehrává, koho tam může potkat a jak se lidé mohou chovat. Popisem co nejvíce detailů má tak dítě větší představu o tom, co se bude dít a snáze se tak dokáže rozhodnout (Špatenková, 2024, s.110-113). Při plánování pohřbu lze dítě zahrnout do procesu prostřednictvím výběru květin, hudby, napsat zemřelému dopis, namalovat obrázek na rozloučenou nebo vybrání oblečení, jestliže se rozhodne se zúčastnit (Špatenková, 2024, s. 120-124). Pracovník by měl být empatický, trpělivý a snažit se dítěti vše vysvětlit.

- ! Jestli se i přes všechno vysvětlení dítě rozhodne nezúčastnit se, ujistit ho, že je to v pořádku a mít pro něj alternativu, aby nebylo o samotě. Zajistit bezpečné prostředí, kde se bude cítit dobře a nebude mít strach (Drdáková, Poradna Vigvam, *Dítě a pohřeb – trauma nebo příprava na život?*, 2021)

## Doporučené postupy



### **přivítání a oslovení klienta**

Konverzaci lze začít představením pracovníka a otázky na dítě mohou být následovné: „*Ahoj, nevadí, když si k tobě na chvíli sednu? Můžu se na něco zeptat? Vidím na tobě, že jsi smutný/á, chceš si o tom promluvit?*“ V případě, kdy dítě nechce komunikovat, je potřeba jeho rozhodnutí respektovat a nevyvíjet nátlak. Pracovník může říct: „*Kdyby sis to rozmyslel/a, jsem tu pro tebe, najdeš mě (pracovník dodá místo).*“

V situaci, kdy klient přichází již v krizové situaci za sociálním pracovníkem, je vhodné dítě ocenit, že dorazilo. Stejně jako v předešlém případě se představit a začátek rozhovoru může vypadat následovně: „*Jsem rád/a, že jsi za mnou přišel/la. Je něco, na co by ses mě chtěl/a zeptat nebo něco, o čem bys chtěl/a mluvit?*“

Nejdříve je důležité zjistit, v jaké fázi konceptu smrti se dítě nachází a dle toho s ním dále komunikovat a pracovat. Celá konverzace by měla probíhat v klidném a bezpečném prostředí, aby se dítě cítilo dobře. Je vhodné mít více variant, kde by si mohlo dítě sednout, aby si samo vybralo, kde se mu nejvíce líbí. Pro vytvoření takového prostředí pomůže, bude-li klidné, tiché, dítěti se nabídne nápoj, místo k sezení a případně kapesníky.

Vzniklá situace je pro dítě velmi náročná a může se stát, že dojde k velkému výbuchu emocí. Sociální pracovník by měl být připraven i na tento způsob reakce, neodsuzovat ani nekritizovat chování dítěte. Je v pořádku, že dítě nechá emoce vyjít na povrch a sociální pracovník by měl tyto projevy verbalizovat, osvětlit tak dítěti, co se děje a proč se tak chová. Pracovník by měl dítěti dopřát prostor a bezpečí pro vyjádření jeho emocí. V průběhu celého rozhovoru dítě ubezpečit, že jeho pocity jsou v pořádku. V případě, kdy agresivní projevy budou již příliš, je důležité klienta odkázat na jinou odbornou pomoc (Šance dětem, *Krizově intervenční rozhovor a typové vět*, 2023).

## Doporučená literatura

### Dostupné zdroje pro práci s dětmi

Pro práci s dětmi ve věku 9-10 let byly vybrány ty nejvhodnější publikace. Tato kapitola se zabývá výčtu literatury, která může být pro práci s dětmi velmi užitečná. Procházet těmito publikacemi mohou děti se sociálními pracovníky nebo i samotné. Jedna z organizací věnující se této tématice a zároveň i problematice s její uchopitelností je Cesta domů.

Organizace Cesta domů je nezisková organizace, které se věnuje umírajícím lidem a jejich blízkým. Zajišťuje mimo jiné sociální poradenství a starají se o to, aby umírající klient mohl odejít v poklidu domova. Věnují se nejen umírajícím, ale také jejich blízkým. Veřejně se také věnují detabuizaci smrti a přijetí smrti jako součásti života všech (dostupné z <https://www.cestadomu.cz/o-nas>).

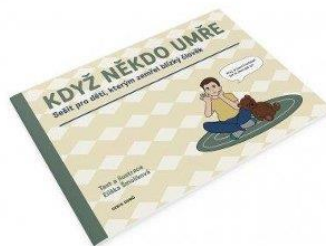
Cesta domů má také svůj vlastní e-shop (dostupné z <https://eshop.cestadomu.cz/>), kde je možné zakoupení množství materiálů a publikací s tematikou smrti. Jedná se o knihy pro děti i dospělé, které se pokouší přiblížit proces umírání, zármutku a zvládnutí těchto životních etap.

Nabízí zakoupení sešitů pro děti, kterým někdo zemřel. Tento sešit je jinou formou, jak se vyrovnat se ztrátou a zároveň ze sebe alespoň trochu dostat emoce, které se v dítěti hromadí. Konkrétně tento sešit je vhodný pro děti od 5 do 15 let a mohou ho využívat jak děti samostatně, tak také s dospělými. Ať už je tím dospělým rodič nebo sociální pracovník, prostřednictvím něj dokáží nalézt cestu k sobě, pochopit události, které se staly a projít si zármutkem. Zábavnými ilustracemi postava Kryštofa provází knihou a všemi fázemi zármutku a otázkami, které děti zajímají a chtějí na ně odpověd' (Loučka, e-shop Cesta domů, 2016).



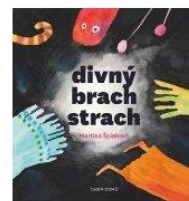
Obrázek 1 - Sešit pro děti, kterým někdo zemřel

Alternativou může být další sešit s názvem „Když někdo umře“. Na vypracování stránek v něm dítě pracuje spolu s dospělým, kterým opět může být blízký nebo sociální pracovník. Průvodcem se v této publikaci stává dospělým, ale rozhodující názor má dítě. Nemusí se začínat na první straně, je jen na dítěti, kde chce začít. Dospělý mu by tak měl předat kontrolu, dát možnost volby a být tu pro něj při jednotlivých stránkách. Uvnitř dítě nalezne uchopitelnější vysvětlení smrti i s příklady, které jsou mu blízké a projít si zármutkem. Se svým průvodcem dítě dostává odpovědi na jeho otázky a emoce, které se v něm množí. Na některých stránkách se mohou podílet společně a dospělý tak může vysvětlit i jeho zážitky a zkušenosti z útlého věku. Například jaké to pro něj bylo, když mu někdo zemřel a jak vzpomíná na pohřeb (Šmolíková, 2023)



Obrázek 1 – Když někdo umře

Tabu smrti a strach o ní hovořit s sebou může přinést i skutečnost, že se děti smrti bojí. Zejména, když si procesem zármutkem neprošly správně a nebylo jim vše správně a citlivě vysvětleno. Nemusí se bát jen smrti, ale i každodenních věcí, se kterými se musejí potýkat. S uchopením pocitu strachu může pomoci obrázková kniha od Martiny Špíkové. Pomocí ilustrací a příběhů přibližuje strach, poukazuje, že strach má občas každý a jak s ním bojovat. Knihu si mohou číst děti samotné nebo i s rodiči a sociálními pracovníky. Je to hravější a poutavější způsob, jak vysvětlit strach a najít si cestu k dětem (Špíková, 2015).



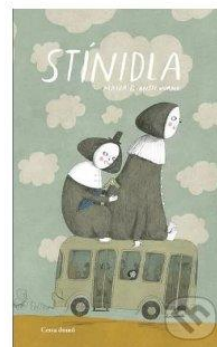
Obrázek 3 -  
Divný brach strach

V období zármutku si děti procházejí novou formou smutku a může jim připadat, že se tíhy smutku nemohou zbavit. Na toto téma napsala autorka Míková (2016) dílo s názvem „A smutek utek“. V knize se děti mohou setkat s různými formami smutku, ať už původem smutku nebo i barvou. Ilustracemi se autorka přibližuje dětem a ukazuje v knize na základě rad odborníků způsoby, jak se smutku zbavit a nebát se ho. Kniha je vhodná pro děti od 7 let, ale je také vhodná do rodin nebo práci s dětmi, což mohou využít sociální pracovníci.



Cesta domů má také své nakladatelství, které překládá cizojazyčné knihy s touto tematikou a dostávají je tak do povědomí společnosti. Tyto knihy mohou sloužit jako příprava i následná průprava zármutkem a truchlením.

Mezi knihy, které mohou dětem přiblížit smrt a jak se s ní vyrovnat patří například kniha *Stínidla*. Autoři se rozhodli jít zábavnější a bližší formou k dětem při vysvětlení smutku. V knize je dcera s tatínkem, kteří nedávno přišli o maminku. Je zde personifikovaný smutek, se kterým se v rámci knihy poznávají a přicházejí mu na kloub. Ukazují, že smutek není žádné strašidlo, kterého by se měli děti bát (Hurme, 2019).



Obrázek 4 - *Stínidla*

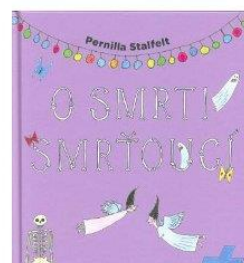
Jako přípravu na ztrátu a seznámení se se smrtí může dobře sloužit kniha s názvem „Špunťa a já“. Autorkou je dětská psycholožka, která se pokouší přiblížit dětem fenomén smrti a pomocí příběhu popsat pocity, kterými si děti prožívající ztrátu procházejí. Hlavní postavou je malá holčička, která přišla o svého nejlepšího čtyřnohého přítele Špunťu. Prostřednictvím metafor jsou znázorněny pocity a emoce, které dítě zažívá v případě ztráty někoho blízkého (Acosta, 2022).



Obrázek 5 – *Špunťa a já*

Není to jediná publikace, které může pomoci s přiblížením smrti. Sympatickým způsobem může být kniha „Je smrt jako duha?“, která znázorňuje představu dětské smrti jako něco nehezkého a strašidelného, které se postupně mění v něco pro děti uchopitelného a hezkého, čeho není třeba se obávat. Kniha vypráví příběh vnučky a babičky, kde babička umírá a vnučka je v její blízkosti do posledního dechu. Když babička umírá, dívka se setká se smrtí a jelikož je velmi zvědavá, začne se ptát smrti na otázky, které ji zajímají. Prostřednictvím hovoru tak dojde k závěru, že smrt nebude žádná zlá paní a je ráda, že mohla být u babičky do poslední chvíle. Tuto publikaci je také vhodné číst spolu s dětmi jako jejich rodiče a pracovníci v pomáhajících profesích (Knox, 2017).

Další kniha podobného typu, kterou si mohou číst rodiče nebo sociální pracovníci s dětmi se jmenuje „O smrti smrt'oucí“. Autorka zde dětskými ilustracemi přibližuje fenomén smrti. Na obrázcích a jednotlivých příkladech vysvětluje pojem smrt tak, aby tomu děti rozuměly. Vysvětluje, že i lidský život má svou konečnost a jak taková konečnost vypadá, co vše obnáší, co se s tělem děje, když je mrtvé, nebo jak uctít památku zemřelého. Vše je popisováno na příkladech dětem blízkých a citlivě,

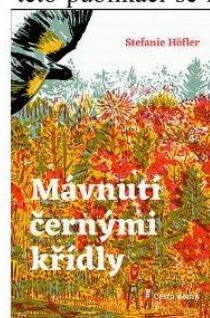


Obrázek 6 – *O smrti smrt'oucí*

aby neměly ze smrti a umírání strach. Také zde popisuje eufemismy, které dospělí používají při vyjádření ztráty blízkého (Stalfelt, 2019).

## Dostupné zdroje pro dospělé a pracovníky v pomáhajících profesích

Do literatury pro dospělé, která by jim přiblížila situaci dětí a jejich momentální rozpoložení po prožití ztráty patří kniha s titulkem „Mávnutí černými křídly“. V této publikaci se hlavní postavou stává 14letý chlapec Ben, co přišel o maminku. Celá kniha je zpracována formou prolínání příběhů z minulosti a přítomnosti, kdy Ben popisuje různé příběhy, zážitky a situace s rodinou. Ukazuje také stránku truchlení a jak ho jednotliví členové rodiny zvládají. Ben se musí starat o svého mladšího bratra a jejich tatínek také prožívá zármutek a nezvládá každodenní péči o chlapce. Každý se se smrtí maminky vyrovnává po svém. Příběh je prolnut každodenními starostmi, se kterými se Ben a jeho rodina potýkají, a dětskou láskou, která zde hraje také svou roli (Höfler, 2023).



Obrázek 7 –  
Mávnutí černými  
křídly

Existují knihy a příručky, které mohou pomoci sociálním pracovníkům v komunikaci s rodinami, které si procházejí těžkým obdobím jako je umírání blízkého a truchlení. Jejichž prostřednictvím pracovník více pochopí situaci rodiny a nasměrují ho na správnou formou komunikace.

Jsou publikace, které mohou využít rodiče i sociální pracovníci při komunikaci s dítětem prožívající ztrátu. Kolektiv autorů v roce 2017 sepsal brožuru s názvem „35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti“, která může být velkým pomocníkem při komunikaci. Dětem se při smrti jejich rodičů nebo blízkého člověka nabourá a změní jejich život a chápání. Mají mnoho otázek, na které potřebují znát odpovědi a mnohdy je jejich chování naprosto odlišného od chování minulého. Brožura obsahuje 35 praktických rad a postupů, které využijí lidé tápající, jak komunikovat s truchlícím dítětem. Ačkoliv každé dítě truchlí jinak, tyto rady pomohou ulehčit konverzaci a nebát se konverzaci o ztrátě začít, budou jistou oporou při nalezení správného způsobu komunikace (kolektiv autorů The Dougy Center, 2017).



Obrázek 8–35  
způsobů, jak pomoci  
truchlícímu dítěti

Kniha „Slon v pokoji“ je vhodné pro mladistvé, ale i pro rodiče a sociální pracovníky. Stručně, lidsky a empaticky popisuje proces truchlení a ztrátu milovaného člověka. Shrnuje pocity, které v sobě pozůstali mají, pojmenovává je a vysvětluje. Celá kniha se dělí na šest částí, které zahrnují pocity a fáze probíhající v truchlení až ke konečné fázi pokračování životem a vzpomínání na zemřelého (Grollman, 2017).

Podobný název a tedy „Slon u tabule“ nese další publikace napsaná českými autorkami. Ty se snažili přiblížit téma smrti a odstranit tak jisté tabu okolo umírání, které ve společnosti převažuje. Reagovaly tak na potřebu pedagogů, kteří mnohdy nevědí, jak s informací zemřelého blízkého žáka naložit. Kniha je příručkou, jak postupovat a poskytuje také rady a informace, které je třeba dodržet, jako je například opatrnost, včasná informovanost a dbát na přání žáka, který prožívá ztrátu (Špinková, 2021). V knize také připomínají existenci vzorových hodin, které mohou pedagogové využít. Nejen pedagogové, ale přínosem to také může být pro sociální pracovníky, kteří také tápou, jak tak těžké téma citlivě otevřít a nenarušit tím stabilitu dítěte. Na webových stránkách organizace lze najít vzorové hodiny na témata smrti a umírání v okolí dítěte. Pro vzorovou hodinu je tam například zpracovaná publikace „Mávnutí černými křídly“ nebo „Divný brach strach a další“. Pracovníci si tak mohou stáhnout materiál, se kterým budou s dětmi pracovat a také zde najdou postup, jak touto hodinou děti provést. Čím začít, na co se ptát a jak odpovídat (dostupné z <https://www.cestadomu.cz/metodicke-materialy>).

Užitečnou knihou k přiblížení smrti a umírání může být „Obejmi svou smrtelnost“. Autorem knihy je americký lékař, který připouští, že se medicína neustále rozvíjí a mnoho nemocí je léčitelných. Připomíná ale, že ne pro všechny pacienty může být cesta někdy až nekonečného uzdravování tou správnou. Okolí příbuzných i sám pacient sice vkládají velkou důvěru v lékaře a pokrok medicíny, někdy se ale může stát, že sám pacient to tak nevnímá. Spíše to vidí jako prodlužování umírání, kterému se stejně nevyhne. Kniha nabízí pohled do procesu umírání, k jeho lepšímu pochopení a přijetí faktu, že nikdo není nesmrtelný. Vše názorně vysvětluje na případových studiích pro lepší pochopení a klade otázky, nad kterými se může zapřemýšlet nejen přímo pacient, ale také pracovníci v pomáhajících profesích a rodina umírajícího (Schneiderman, 2021).

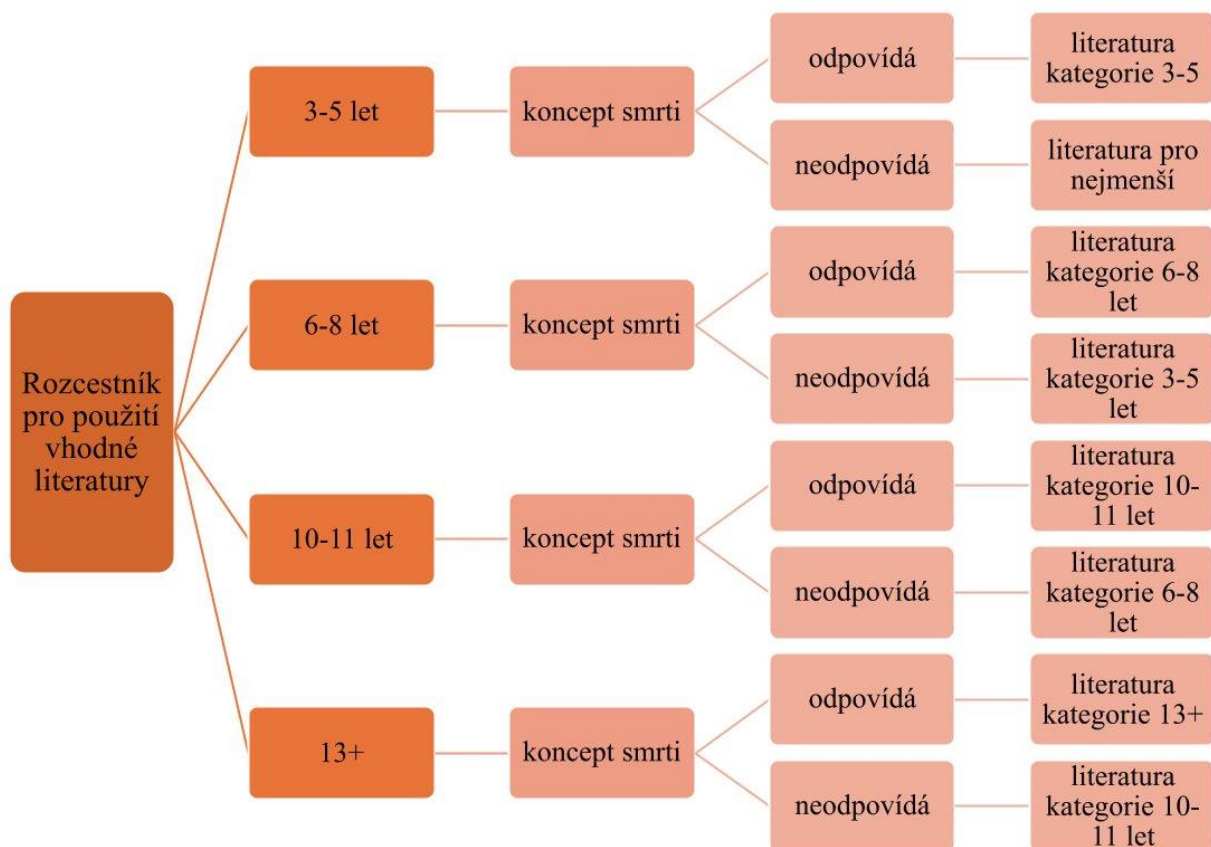
Mezi další lze zařadit publikaci od Kathryn Mannix (2019), paliativní lékařky z Velké Británie. Zaměřuje se zde na západní země a jejich chápání smrti. Na třiceti případech popisuje jisté vzorce, které se neustále opakují a je tedy vhodné je včas zaregistrovat. Nabádá k přemýšlení, mluvení a zjišťování si informací o smrti. Ačkoliv všichni víme, že smrt jednou přijde, pořád je to téma, kterým se každý zabývat nechce, a to chce autorka změnit. Na příkladech ukazuje dobré i špatné umírání a důležitost hovorů a informovanosti o smrti dříve, než se stane. Na konci knihy nabádá k hovorech o smrti a přikládá šablonu dopisu, jako formu jednoduší verze hovoru. Dopis si lze doplnit, dopsat, vytisknout kopie a pak už jen poslat nebo adresovanému přečíst. Je to dobrý první krok, když člověk neví, jak a čím začít.

## Checklist

- Přivítání klienta
- Diagnostika
- Zjištění vospělostní stránky smrti
- Volba postupu
- Volba literatury
- Odkaz na jiný druh pomoci

## Rozcestník pro sociální pracovníky

Tento rozcestník by měl pomoci sociálním a jiným pracovníkům v pomáhajících profesích komunikovat s pozůstalým dítětem na základě správně vybrané literatury. Výběr literatury se liší dle vyspělosti konceptu smrti u dítěte. Literatura, která je pro vhodná pro danou věkovou skupinu a daný koncept smrti je vypsána pod rozcestníkem.



## Výpis literatury

Níže vypsaná literatura je k dispozici k zakoupení na e-shopu organizace Cesta domů, který je dostupný na adrese [www.eshop.cestadomu.cz](http://www.eshop.cestadomu.cz).

### **Literatura pro nejmenší**

- Máváme ti, dědo – Špínková, Filčíková

### **Literatura kategorie 3-5 let**

- Smrt patří k životu – Ruce pryč od koloběhu života – Masoud Malekyari, Roser Matas Nadal
- Špunťa a já – Alicia Acosta, Mercé Gali
- O tajemství – Martina Špínková
- Anna a Anička – Martina Špínková
- Když Dinosaurům někdo umře – Marc and Laurie Krasny Brown
- Můj Jimmy – Werner Holzwarth, Mehrdad Zaeri
- Když někdo umře: Sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk
- Sešit pro děti, kterým někdo zemřel – Loučka, Prokopová, Stibitzová

### **Literatura kategorie 6-8 let**

- Když někdo umře: Sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk
- Sešit pro děti, kterým někdo zemřel – Loučka, Prokopová, Stibitzová

### **Literatura kategorie 10-11 let**

- Ledový zámek – Tarjei Vesaas, Martina Špínková
- Mávnutí černými křídly – Stefanie Höfler

### **Literatura 13+**

- Slon v pokoji – Earl Grollman



## Zdroje

ACOSTA, Alicia; GALÍ, Merce, *Peque y yo*, Vyd. 1., NubeOcho v Madridu, 2021, přeložila: POKOJOVÁ, Jana, *Špunta a já*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-92-8

COLOROSO, Barbara. *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adoptce*. Přeložil Hana MAYEROVÁ. V Praze: Ikar, 2008. ISBN 978-80-249-1027-7.

Děti truchlí jinak. In: *Umírání.cz* [online]. [cit. 2024-01-18]. Dostupné z: <https://www.umirani.cz/rady-a-informace/deti-truchli-jinak>

DRDÁKOVÁ, Veronika. Dítě a pohřeb – trauma nebo příprava na život? In: *Poradna Vigvam* [online]. [cit. 2024-02-21]. Dostupné z: <https://poradna-vigvam.cz/dite-a-pohreb-trauma-nebo-priprava-na-zivot/>

DYTRYCH, Zdeněk a MATĚJČEK, Zdeněk. *Děti, rodina a stres*. Praha: Galén, 1994. ISBN 808582406X

Eshop cesta domů. *Cesta domů* [online]. [cit. 2024-03-12]. Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/>

GROLLMAN, Earl A. *Slon v pokoji: o smrti a zármutku pro dospívající*. Přeložila KAPSOVÁ, Lenka. [Praha]: Cesta domů, 2016. ISBN 978-80-88126-13-3

HÖFLER, Stefanie, *Der große schwarze Vogel*, Vyd. 1., Beltz & Gelberg, 2018, přeložila: KLABANOVÁ, Kateřina, *Mávnutí černými křídly*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-97-3

HURME, Maija a Ansii, *Varjostajat*, Vyd. 1., S&S, 2018, přeložila: ŠTOLLOVÁ, Alžběta, *Stínidla*, Vyd. 1., Cesta domů, 2019, ISBN 978-80-88126-50-8

KNOX, Jeanette Bresson Ladegaard. *Je smrt jako duha?* Ilustroval Adriana SKÁLOVÁ, přeložil Kateřina KOLÍNSKÁ. V Praze: Cesta domů, 2017. Bludiště (Cesta domů). ISBN 978-80-88126-31-7

KOSEK, Martin. Krizové intervenční rozhovor a typové věty. In: *Šance dětem* [online]. [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/krizove-intervencni-rozhovor-typove-vety>

- KRTIČKOVÁ, Kateřina. O dětech, smrti a truchlení. In: *Šance dětem* [online]. [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/o-detech-smrti-truchleni>
- KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: ISV nakladatelství, 2001. ISBN 808586682X.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth, *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*, Vyd.2. přep., přeložil KRÁLOVEC, Jirí. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0911-9
- LOUČKA, Martin a Jindřiška PROKOPOVÁ. CESTA DOMŮ. Sešit pro děti, kterým někdo zemřel. *Cesta domů* [online]. 2016 [cit. 2024-02-07]. Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/445-sesit-pro-deti-kterym-nekdo-zemrel/>
- MANNIX, Kathryn. *Máme konec na paměti? umírání, smrt a moudrost v době popírání*. Přeložil Zora FREIOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-58-4
- MATOUŠEK, Oldřich. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 2001. ISBN 8071784737
- MATOUŠEK, Oldřich. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-502-8
- MATOUŠEK, Oldřich, KŘIŠŤAN, Alois (ed.). *Encyklopedie sociální práce*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0366-7
- MÍKOVÁ, Marka. *A smutek utek*. Vyd. 1., Praha: Cesta domů, 2016. ISBN 978-80-88126-11-9
- ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 8071788295
- SCHNEIDERMAN, L. J. *Obejmi svou smrtelnost: nelehká rozhodnutí v éře medicínských zázraků*. Přeložil Lenka KAPSOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2021. ISBN 978-80-88126-83-6
- STALFELT, Pernilla. *O smrti smrtoucí*. 2. vydání. Přeložil Dagmar HARTLOVÁ. Bludiště. [Praha]: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-55-3
- ŠMOLÍKOVÁ, Eliška. *Když někdo umře: sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk*. 2. vydání. V Praze: Cesta domů, 2023. ISBN 978-80-88455-15-8.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Martina FRIEDLOVÁ. *Zármutek dětí a dospívajících*. Praha: Grada, 2024. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-3884-5

**Univerzita Palackého v Olomouci**  
Cyrilometodějská teologická fakulta



Cyrilometodějská  
teologická fakulta

## **Informativní letáček pro rodinu**

Jak mluvit s dětmi ve věku 9-10 let o smrti rodičů

Magdaléna Donátková

## **Úvod**

Tato metodika je doporučeným postupem při komunikaci s dětmi, kterým zemřeli rodiče určený sociálním pracovníkům a dalším pracovníkům v pomáhajících profesích. Měla by usnadnit celý proces komunikace, její začátek a radu, kterým slovním spojením se vyvarovat.

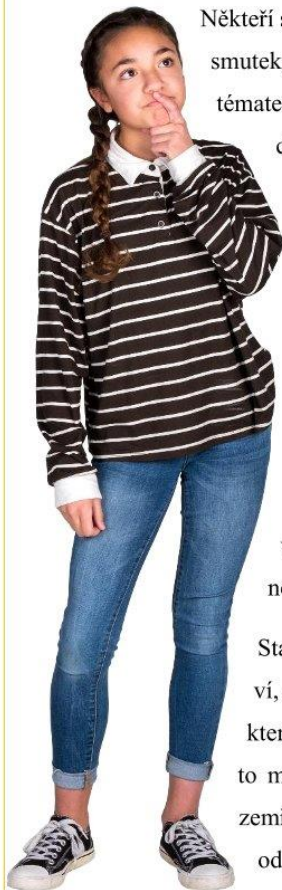
## **Seznámení s problematikou**

Téma smrti je velmi tabuizované. Nikdo se o ní nechce bavit, aby ji nepřivolal, okolí nestrašil nebo nezměnil atmosféru komunikace. O smrti se mnohdy začíná mluvit, až když nastane. S tím souvisí řada záležitostí spojená s úmrtím jako je pohřeb, jaký pohřeb by si zesnulý přál, koho vše pozvat, jakou vybrat smuteční hudbu, dále majetkové vyrovnání a jak to všem oznámit. Celá situace je náročná pro celou rodinu, zvláště když se jedná o náhlé a nečekané úmrtí. Přichází-li dospělý, ať už je to pracovník v pomáhající profesi nebo člen rodiny, přemýšlí, jak s dětmi mluvit o smrti, jak oznámit, že někdo zemřel, aby dítěti neublížili.

## **Náplň metodického dokumentu**

Tento metodický dokument by měl posloužit jako podklad pro komunikaci s pozůstalými dětmi, s užitečnými radami, jak s dětmi mluvit a čemu se například vyhnout. Dle tohoto návodu mohou postupovat nejen členové rodiny, ale také sociální pracovníci, zdravotní pracovníci nebo například pedagogové. Nabízí také příklad publikací, se kterými je možné s dětmi pracovat a na jejich základě rozvíjet další konverzaci.

## Chápou děti smrt?



Někteří si mohou myslet, že děti, i ty velmi malé, nemohou pochopit koncept ztráty a prožívat smutek, a tak mohou spatřovat východisko ze vzniklé situace zatajováním skutečnosti. Tímto tématem se zabývala řada odborníků a řada z nich se shoduje, že ztrátu a strach z opuštění chápou už od narození. Tehdy se nemusí jednat o ztrátu z důvodu smrti, ale dítě pozná a dává najevo, že mu něco chybí, například přítomnost matky. Odborníci se však shodují na faktu, že i velmi malé děti jsou schopné pochopit náladu okolí a na tu určitým způsobem reagovat.

V průběhu jejich vývoje dochází k posouvání chápání ztráty a smrti. Děti si mezi třetím a pátým rokem života uvědomují, že se něco děje, něco nového, ale ještě zcela nechápou smrt jako konečnou a nevratnou událost. I zde je potřeba být dětem oporou a uklidnit je, že smrt není jejich vina. Často děti mohou v zápalu emocí, že jim nebylo něco dovoleno, vyjádřit přání, aby jejich rodič nebo blízký zemřel, ale nemyslí to vážně. Zažívají-li pak smrt blízkého člověka, je opravdu důležité jim vysvětlit, že to nezpůsobili oni.

Starší děti, mezi devátým a desátým rokem života, si již uvědomují konečnost života a ví, že se týká i jich samotných. S úmrtím blízké osoby se ale poji řada otázek a pocitů, které děti prožívají. Mohou pociťovat vztek na danou osobu, že je opustila, výčitky, že za to mohou ony, protože zlobily nebo nechápou, proč právě jejich blízký člověk musel zemřít. V tuto chvíli se sociální pracovník nebo rodič stává rozcestníkem a oporou pro dítě, od kterého chce znát odpovědi a vysvětlit všechny jeho emoce, které zažívá a řada z nich jsou pro ně nové. Ztráta rodiče je považována za největší možnou ztrátu v životě dětí, proto je velmi důležité s jejich zármutkem zacházet opatrně a citlivě.

## **Truchlení dětí**

Pro začátek je potřeba znát charakteristiku dětského truchlení. Děti mohou ve svém životě zažívat řadu ztrát, nemusí to být nutně z důvodů úmrtí svých blízkých. Může se jednat o ztrátu oblíbené hračky, domácího mazlíčka nebo zálibu ve sportu nebo jiné aktivitě, který je do určité chvíle bavil a naplňoval. Na každou tuto ztrátu děti reagují určitým způsobem a tím pomůže být smutek, pláč, změna chování a reakcí nebo změna jejich zájmu a činnosti.

Důležité je ale dětem dovolit jejich zármutek vyjádřit, nechat je se vyplakat nebo si povídat o dané ztrátě, aby se v nich vzniklý zármutek neusazoval. Potlačování těchto emocí se může rozvinout do psychosomatických problémů.

Fázemi truchlení se zabývalo více odborníků a každý z nich popsal dle sebe fáze, kterými si dítě prožívající ztrátu projde. Lze najít ale shodu v určitých fázích a projevech smutku. Jako první nastupuje šok a s tím související i odmítání, kdy odmítají uvěřit, že by jejich rodič zemřel. V této fázi se děti často uzavírají do sebe a nechtějí s nikým mluvit. Může se stát, že budou chtít vlastnit předměty pozůstalého, aby měli díky nim pocit, že nezemřel a brzy se vrátí. Ve druhé fázi může být velmi nápomocen sociální pracovník jako prostředník při komunikaci s dítětem nebo blízký dítěte, který bude jeho průvodcem a rozcestníkem pro všechny jeho otázky. Pomocí úspěšné komunikace a sdílení děti mohou dojít do fáze smíření, kdy sami pocítí touhu pokračovat v životě dál.

## Čemu se vyhnout?

- Lžím

Dospělí lhaní a zatajování informací mohou vidět jako formu ochrany dětí před smutnou realitou, to ale nemusí být prospěšné. Vytvořené lži v nich mohou rozvinout nebo prohloubit nedůvěru v dospělé a také další a další otázky a pocity, které se od nich odvíjejí. Nemluvě o tom, že si mohou děti klást smrt rodiče za vinu. Například z důvodu, že si neuklidili pokojíček, když to po nich bylo žádáno nebo jen v poslední době více zlobili.

- Nedostatečnému vysvětlení smrti zemřelého, použití eufemismu

Dospělí se často schylují k eufemismům, kterými popisují smrt dané osoby. Může se jednat o spojení „Opustil(a) nás,“ „odešla“, „už je na lepším místě,“ „šla na věčný odpočinek“ a podobně. I když jsou děti starší, může se stát, že použitím těchto výrazů v nich vyvoláme zmatky. Dokonce se pak mohou bát, že když jiná osoba odejde, byť jen na nákup, už se nevrátí stejně jako zemřelý rodič. Tímto se může u dětí rozvíjet strach a velký stres. Lepším způsobem je tedy dětem vysvětlit pojem smrt upřímně, ale citlivě. I na téma smrti jako pojmu mohou mít otázky a dospělí by měli být trpěliví a upřímní při jejich vysvětlování.

- Odsouvání dítěte na vedlejší kolej s tím, že určitě nechápe složitost a náročnost situace

Obzvláště v tomto věku jsou děti velmi zvědavé a plné otázek a představ. Rozhovory, kteří dospělí vedou ve vedlejší místnosti se zavřenými dveřmi tak nemusí zůstat mezi čtyřmi zdmi, ale šíří se dál a dítě je slyší. Je lepší dítě zahrnout do procesu truchlení a truchlit s ním společně. Tím mu dát najevo, že je ceněné, nic se mu netají a je v pořádku projevat své emoce a nechat zármutek vyplout na povrch.



## Jak tedy s dítětem komunikovat?

- Zajistit bezpečné prostředí

Prostředí, ve kterém se bude dítě cítit dobře a bude mu umožněno projevit své emoce a otázky bez jakéhokoliv hodnocení a odsuzování.

- Začít jednoduše

Při vysvětlování se může začít od základní myšlenky jednoduše a to například, že každý člověk a zvíře, které vidíme, dýchá a má srdce, které bije. To znamená, že jsou naživu. A následně pak tedy když někdo umírá, přestává dýchat a srdce přestává bít. To znamená, že už nejsou naživu. Jejich tělo přestává fungovat. Vysvětlit jim také pojem „věčný spánek“, že ačkoliv to může vypadat, že mrtví spí, není to spánek, ze kterého by se probrali, ubezpečit je ale, že se nemusí bát večer usnout. Lze také říct, že smrt je součástí života, ale vzpomínky na ty, které milujeme, zůstávají s námi navždy.

- Být oporou a být empatickými
- Zajistit volný průchod emocí

Své pocity dítě může projevovat i agresivním způsobem, který je do určité míry v pořádku. S vhodným a bezpečným prostředím tak souvisí i možnost tyto pocity vyjádřit, například křikem nebo boucháním do polštáře. Každé dítě může svůj zármutek projevovat jinak, a proto je důležité jim věnovat pozornost, mluvit s nimi, věnovat se jim a zajistit jim pocit bezpečí.

- Dodržovat režim

Po celý průběh truchlení je vhodné dbát na dodržování režimu, který platil před smrtí rodiče. Tím může být pravidelné ukládání ke spánku, navyklé rituály, ale také pitný režim a dostatek živin. Ve shonu celé situace je i pro dospělé snadné zapomenout na doplňování tekutin, proto je důležité je mít na paměti i u dětí. Dodržování tohoto režimu je také jistou stabilitou, které dítě postrádá a potřebuje.

- Odpovídat na otázky

Vzniklá situace v nich může vytvořit řadu otázek a dospělí jsou tak pro ně velkým zdrojem informací a rozcestník toho, co je skutečné a co není. Je důležité se na všechny jeho otázky pokusit odpovědět upřímně a s trpělivostí. Vysvětlit mu vzniklou situaci, co to pro něj znamená a co se změní, například změna pobytu, bude-li dítě přemístěno z jeho původního domova. Jestliže na nějaké otázky dospělý nezná odpověď, zůstat k dítěti upřímný a říct, že na tuto otázku nezná odpověď, ale nabídnout dítěti pokus ji zjistit společně. Tímto je tak dítě začleňováno do procesu dění a cítí se ceněné.





## Vzít dítě na pohřeb? (Nebo to dát dohromady s komunikací)

S otázkami se může pojit téma pohřbu, zda na něj dítě vzít nebo ne.

Mnoho odborníků se shoduje, že účast na pohřbu je důležitou součástí truchlení, které zároveň pomůže celý proces truchlení zvládnout.

- Vysvětlit průběh pohřbu a umožnit dítěti volbu

Dítěti prospěje, bude-li mít možnost volby, zda se chce účastnit pohřbu nebo si to nepřeje. Aby mu byla umožněna možnost se rozhodnout, je dobré dítěti vysvětlit, o co na pohřbu jde a co se tam děje. Utvořit mu celistvou představu, aby mohlo učinit důležité rozhodnutí. Vysvětlit mu celý průběh, že může být rakev otevřená i uzavřená, bude hrát hudba, bude pronesena řeč na počest památky zemřelé osoby a také minuta ticha. Popsat také, že někteří lidé mohou plakat, někdo může i smrkat, ale někdo plakat nemusí a všechny tyto reakce jsou v pořádku. Záleží na způsobu pohřbu, kterého se rodina plánuje účastnit. Vše se odvíjí dle věku a vývoje dítěte.

- Zapojit do procesu

Celkové zapojení dítěte do procesu truchlení s ostatními truchlícími a plánování pohřbu může být pro něj prospěšné. Dává se mu tím najevo, že je ceněná bytost, na kterou se nezapomíná, které se věří natolik, aby se mohlo podílet na rozloučení s milovanou osobou a že jeho emoce jsou vnímané a v pořádku. Dítě během plánování pohřbu může vidět jednotlivé výrazy smutku od ostatních pozůstalých, nebude se cítit osamoceno a zároveň to tak přispěje k procesu uzavření. Již zmíněné možnosti volby lze uplatňovat i při plánování pohřbu. Nemusí se jednat o žádné velké a složité rozhodnutí. Stačí například pomoc při výběru písně, květin, nebo oblečení, které by si případně vzalo na pohřeb. Tyto malé volby mu také dodávají kontrolu nad situací.

- Respektovat rozhodnutí dítěte, případně zajistit náhradní program

Jestli se ale i přes všechny výše zmíněné věci a vysvětlení rozhodne nezúčastnit se, je důležité mu vysvětlit, že je to v pořádku a nikdo se na něj za to zlobit nebude. Při jeho neúčasti je ale také důležité mu zajistit náhradní program v prostředí, které mu nebude cizí a bude se v něm cítit bezpečně.

- Zapojit do vzpomínání

Vzpomínáním na pozůstalého, ať už pomocí vyprávění nebo vzpomínkových rituálů se dává dítěti najevo, že je v pořádku vzpomínat. Je důležité toto téma otvírat, a ne z něj vytvářet zakázané téma. Při vzpomínání dítěti také vysvětlit, že je v pořádku, když při vyprávění nebo třzení oblečení jsou lidé smutní, pláčou nebo se smějí nad vtipnými historkami, které pozůstalí zažívali se zemřelým.

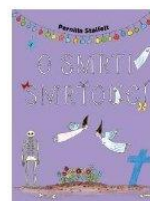


## Doporučená literatura

Cesta domů je organizace, která poskytuje odbornou pomoc umírajícím a jejich blízkým. Mají také svůj e-shop, dostupný na adrese <https://eshop.cestadomu.cz/>, kde je množství dostupné a doporučené literatury na téma smrti a umírání. Následující publikace jsou pouze příkladem z množství dostupné literatury, se kterou je vhodné pracovat při práci s dětmi.

- O smrti smrt'oucí

Prostřednictvím dětských ilustrací se autorka dětem pokouší vysvětlit pojem a význam smrti. Ilustracemi také vysvětluje smutek nebo pohřeb. S dětmi tuto knihu mohou číst sociální pracovníci, odpovídat na otázky, které se při čtení objeví a doplňovat čtení o své zkušenosti.



- Sešit pro děti, kterým někdo zemřel

Tento sešit si děti mohou vyplňovat samostatně, nebo společně se sociálním pracovníkem, jiným pracovníkem v pomáhající profesi, nebo osobou blízkou dítěti. Sešitem dítě provádí postava Kryštofa, který se je prostřednictvím aktivit v sešitě povzbuzuje a motivuje k otevřenosti.



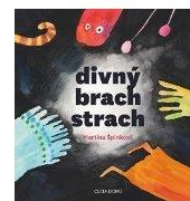
- Sešit „Když někdo umře“

Prostřednictvím vyplňování sešitu společně s pracovníkem se dítě učí poznávat a pochopit své emoce. Sešit není nutno vyplňovat systematicky, je na dítěti, kde se rozhodne začít. Pracovník při vyplňování stránek dítěti pomáhá pochopit obsah a může doplňovat jednotlivé stránky vyprávěním svých zkušeností.



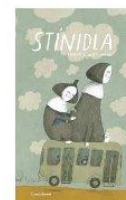
- Divný brach strach

Tato obrázková kniha prostřednictvím ilustrací a příběhů pomáhá s uchopením pocity strachu a vysvětlení, že strach občas zažívá každý. Jedná se o poutavý způsob, jak charakter strachu dětem přiblížit a najít si k nim cestu. Číst knihu mohou děti samostatně nebo se sociálním pracovníkem či jinou blízkou osobou.



- Stínidla

V tomto příběhu figuruje dcera s tatínkem, kteří přišli o maminku. Při jejich truchlení je doprovází personifikovaný smutek, který se společně snaží pochopit. Autoři zde ukazují, že smutek není strašidlo, kterého by se měli bát. Knihu je opět možné pročitat spolu s dětmi a povídat si o tom, jak se nyní cítí, zda u sebe mají taky Stínidla a co si pod ním představují.



## Zdroje

E-shop cesta domů. *Cesta domů* [online]. [cit. 2024-03-12]. Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/>

HURME, Maija a Ansii, *Vářjostajat*, Vyd. 1., S&S, 2018, přeložila: ŠTOLLOVÁ, Alžběta, *Stínidla*, Vyd. 1., Cesta domů, 2019, ISBN 978-80-88126-50-8

KUBÍČKOVÁ, Naděžda, *Zármutek a pomoc pozůstalým*, Vyd. 1., ISV nakladatelství, ISBN 80-85866-82-X

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vyd.2. přep., přeložil KRÁLOVEC, Jiří. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0911-9

MANNIX, Kathryn, *Listen: How to find the words for tender conversations*, Vyd. 1., HarperCollins Publishers, 2021 přeložila: FREIOVÁ, Zora, *Naslouchej: Jak najít slova pro citlivý rozhovor*, Vyd. 1., Cesta domů, 2022, ISBN 978-80-88126-93-5

ROGGE, Jan-Uwe. *Dětské strachy a úzkosti*. Přeložil Jitka VRÁTILOVÁ. Praha: Portál, 1999. ISBN 8071782378

GOLDMAN, Linda. *Jak s dětmi mluvit o smrti*. Přeložil Alice ZAVADILOVÁ. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0819-8

STALFELT, Pernilla. *O smrti smrtoucí*. 2. vydání. Přeložil Dagmar HARTLOVÁ. Bludiště. [Praha]: Cesta domů, 2019. ISBN 978-80-88126-55-3

ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *O posledních věcech člověka: vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, c2014. ISBN 978-80-7492-138-4

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a Martina FRIEDLOVÁ. *Zármutek dětí a dospívajících*. Praha: Grada, 2024. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-3884-5

ŠPINKOVÁ, Martina, *Divný brach strach*, 2.Vyd., Praha: Cesta domů, 2017, ISBN 978-80-905809-7-8

THE DOUGY CENTER, *35 způsobů, jak pomoci truchlícímu dítěti*. Přeložil Zora FREIOVÁ. [Praha]: Cesta domů, 2017. ISBN 978-80-88126-37-9

VOLANDES, Angelo E. *Umění rozhovoru o konci života*. Přeložil Lenka KAPSOVÁ. V Praze: Cesta domů, 2015. ISBN 978-80-88126-03-4

Děti truchlí jinak. In: *Umírání.cz* [online]. [cit. 2024-01-18]. Dostupné z: <https://www.umirani.cz/rady-a-informace/deti-truchli-jinak>

DRDÁKOVÁ, Veronika. Dítě a pohřeb – trauma nebo příprava na život? In: *Poradna Vigvam* [online]. [cit. 2024-02-21]. Dostupné z: <https://poradna-vigvam.cz/dite-a-pohreb-trauma-nebo-priprava-na-zivot/>

LOUČKA, Martin a Jindřiška PROKOPOVÁ. CESTA DOMŮ. Sešit pro děti, kterým někdo zemřel. *Cesta domů* [online]. 2016 [cit. 2024-02-07].

Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/445-sesit-pro-deti-kterym-nekdo-zemrel/>

ŠMOLÍKOVÁ, Eliška. Když někdo umře: Sešit pro děti, kterým zemřel blízký člověk. In: *Cesta domů* [online]. [cit. 2024-12-01]. Dostupné z: <https://eshop.cestadomu.cz/kdyz-nekdo-umre--sesit-pro-deti--kterym-zemrel-blizky-clovek-2/>