



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

Diplomová práce

Setkání se smrtí jako zkušenost žáků ZŠ
The Encounter with death as the experience
of children at primary

Vypracoval: Bc. Barbora Chaloupková

Vedoucí práce: Mgr. Veronika Plachá

České Budějovice 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně pod vedením Mgr. V. Plaché a uvedla veškeré prameny v seznamu použité literatury a dalších zdrojů.

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

V Českých Budějovicích

.....
Bc. Barbora Chaloupková

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí své diplomové práce Mgr. V. Plaché za její odborné vedení a za cenné rady a připomínky, které mi pomohly při vypracování této práce.

Anotace

V této diplomové práci se věnuji problematice smrti ve vztahu k pomoci pozůstalým, zvláště pokud se jimi stanou především děti. Ráda bych nastínila to, jakým způsobem vnímají děti smrt milovaného člověka a jakým způsobem se krizová situace promítne do školních lavic. Jako studentku pedagogické fakulty mě zajímá, do jaké míry proniká tato problematika do prostředí škol, zda je tato problematika zařazována do obsahu výuky a jak je žáky vnímána. Z pozice začínajícího pedagoga bych ráda prostřednictvím této práce zjistila, zda existují postupy, jak jednat se žákem v takto nelehké situaci. Toto téma je velmi aktuální, nicméně nezřídka zamlčované a často tabuizované. Z mého pohledu by se o smrti mělo mluvit více, téma smrti by se mělo dostat do povědomí žáků, protože součástí našeho života nejsou pouze šťastné chvíle, ale také trápení a smutek.

Klíčová slova

Smutek, děti, škola, výchova, krizová situace, učitel, žák

Annotation

In my thesis I focus on the issue of death in relation to helping the bereaved, especial when they are children. I would like to show how children perceive the death of a loved one and how does this crisis situation project into their school life. As a College of Education student I am interested in how does this matter penetrate inside the school environment, whether it is included in the content of classwork and how is it accepted by the pupils. From my position of a starting teacher I would like to find out, by means of this thesis, whether there are any practices on how to treat a pupil who finds himself in this uneasy situation. This is a very timely topic, however it is often concealed and tabooed. From my point of view we should talk about death more, the topic of death should get more into the awareness of the pupils, because not only happy moment are a part of our lives, unfortunately there are also misery and sadness.

Keys words

Sadness, children, school, education, crisis situation, teacher, pupil

Obsah

Úvod.....	7
1 Umírání a smrt.....	9
1.1 Pohřeb.....	11
2 Prožitek ztráty blízké osoby	12
2.1 Truchlení	12
2.2 Zoufalství jako první fáze ztráty blízké osoby	13
2.3 Hluboký zármutek	13
2.4 Smutek smíšený s pocitem klidné radosti a smíření.....	13
2.5 Emoce přítomné při ztrátě blízké osoby	15
3 Ztráta rodičů způsobená úmrtím	17
3.1 Úmrtí sourozence	18
3.2 Úmrtí prarodiče	19
4 Pomoc pozůstalým	20
4.1 Rodina a přátelé.....	21
4.2 Církevní pomoc	21
4.3 Profesionální pomoc.....	22
5 Rozdíly mezi zármutkem dětí a dospělých	25
5.1 Smrt blízkého a její sdělení dětem.....	25
5.2 Nenarozené dítě	28
5.3 Kojenec.....	28
5.4 Batolata.....	29
5.5 Předškolní děti.....	29
5.6 Děti od pěti do devíti let	29
5.7 Děti od deseti do dvanácti let	30
5.8 Dospívající.....	31
5.9 Truchlení v dospělosti	31

5.10	Truchlení ve stáří	32
6	Historický vývoj postoje vůči smrti	33
6.1	Smutek se dnes nenosí.....	34
6.2	Komparace témat smrt a sexualita.....	35
6.3	Tabuizace smrti očima odborníků	36
7	Truchlící dítě ve škole.....	37
7.1	Problémy žáka způsobené krizovou situací v rodině	38
7.2	Role pedagoga v krizové situaci žáka	40
7.3	Pomoc pedagoga truchlícímu žákovi.....	42
8	Praktická část	44
8.1	Přehled otázek ke strukturovanému rozhovoru	46
8.2	Výsledky rozhovorů	47
8.2.1	Rozhovor s paní Dagmar.....	47
8.2.2	Rozhovor s paní Evou	50
8.2.3	Rozhovor s paní Janou	53
8.2.4	Rozhovor s paní Gabrielou.....	57
8.2.5	Rozhovor s paní Markétou	61
8.3	Shrnutí výzkumu	64
8.4	Cenné informace pro pedagogy.....	67
	Závěr	69
	Seznam použité literatury a jiných zdrojů.....	72

Úvod

Téma této diplomové práce jsem zvolila proto, že problematika smrti skýtá mnoho nezodpovězených otázek. Je to téma, které je zahaleno tajemstvím, jež mě určitým způsobem upoutalo a oslovilo, a proto jsem se rozhodla napsat tuto práci. Prostřednictvím této diplomové práce se problematika smrti stala mým aktuálním tématem, o němž přemýšlím v poslední době. Lidé si přítomnost smrti nechtějí připustit, přitom je to jedna z mála jistot, které nás v životě čekají. Můj zájem o toto téma ještě zesílil při nástupu do zaměstnání jako učitelka na základní škole. Celé dny jsou vyplněny kontaktem s lidmi, především s dětmi. Je krásné sledovat děti, jak se radují, je krásné podílet se na tvorbě jejich štěstí, bohužel mnoha dětem život nepřidělil tolik radostí jako jiným. Děti jsou různé, některé jsou silné a dokážou si se strastmi, které život přináší, poradit samy, jiné děti jsou křehké, potřebují pomoc ostatních, a proto jsme tu my. Úkolem každého pedagoga kromě předávání poznatků je i dětem pomáhat a být jim oporou. Nejen v průběhu celého studia, ale především v krizových situacích se projeví přístup pedagoga k dětem a způsob jeho komunikace s nimi. Kromě samozřejmé odborné způsobilosti musí pedagog zároveň umět hledat cestu k dětské duši, a to často u zcela rozdílných povah i charakterů.

Měli bychom se vyvarovat necitlivému chování, které může nevědomky ublížit, i když tento případ se může stát každému z nás. Taková chyba může vyplývat z toho, že se pedagog sám dostává do situace, kterou nezná a nemá s ní předchozí zkušenosti. Nicméně je třeba tyto chyby minimalizovat. Jako začínající učitelka bych se chtěla vyvarovat situacím, v nichž bych neúmyslně ublížila. Doufám, že tato práce bude pro mne užitečná a ozřejmí určité nejasnosti.

V teoretické práci se zaměřuji na problematiku umírání a smrti a s tím související zármutek a truchlení blízkých osob, zejména dětí. Ztráta blízkého člověka se hluboko odrazí v životě dítěte a úkolem pedagoga je její následky zmírnit. V plnění tohoto úkolu mohou učitelům pomoci znalosti získané z odborné literatury, zkušenosti jejich kolegů, ale především vybudování dlouhodobého upřímného vztahu se svými žáky a vlastní empatické jednání.

Praktická část je tvořena jednotlivými kazuistikami, které byly vytvořeny na základě výpovědí pedagogů 2. stupně základní školy a střední školy. Respondentky působí na

různých školách. Na základě těchto rozhovorů jsem získala mnoho informací a názorů na danou problematiku. Na závěr jsem výpovědi jednotlivých učitelů shrnula a vyvodila patřičná řešení.

1 Umírání a smrt

Dnes je slovo *smrt* velmi často vytlačováno z našeho slovníku. Lidé o smrti mluvit nechtějí, nechtějí o smrti slyšet, nechtějí připustit, že smrt je přirozenou součástí každého člověka, každé rodiny. Každému z nás „tikají“ hodinky. Dříve či později nastane správný čas odejít. S tikotem hodin mě napadá i trochu filozofická otázka, zda najít ve smrti spravedlnost? Domnívám se, že spravedlnost neexistuje, každý den umírá mnoho lidí bez ohledu na věk. Jsem rozhořčená nespravedlností, která na světě panuje, mnoho hodných lidí těžce onemocní a záhy zemřou. Proč? Myslím, že každý takový jedinec se nevyhne otázce: Proč zrovna já? Žiji zdravě, nekouřím, nepiji alkohol, sportuji. Tak proč já? Čím jsem se provinil? Tyto otázky jsou deprimující, člověk je zdrcen tím, že na ně nezná ani jednu smysluplnou odpověď. Zemřeme všichni, jen za různých okolností a v různém čase, lze to v jistém smyslu považovat za spravedlivé.

Smrt a umírání je téma, o kterém nikdo z nás nehovoří rád, spíše se debatě na toto téma každý taktně vyhne. Dalším důvodem, proč se těmto debatám vyhýbáme je zakódovaný strach ze smrti, proto o ní radši nemluvíme. Nicméně smrt je součástí našeho života. Každá lidská existence končí smrtí. Už odpradáвна lidé truchlili nad ztrátou svých blízkých, hledali cestu k věčnému životu. Měli bychom mít na paměti, že život není jen o smíchu, o radostech, ale život má i své stinné a chmurné stránky. Každý den umírá mnoho lidí, ale zároveň vznikají nové životy. Z narozených, krásných dětí se lidé radují, naopak smrt lidí ignorují a vytěšňují z reality.

Každý, kdo se narodí, také jednou zemře. O smrti lze mluvit jako o jediné jistotě, kterou každý z nás má. Na každého čeká smrt, na někoho dříve, na někoho později, není možné jí uniknout, to je přirozený řád věcí. Svět je takto nastaven, vždycky tomu tak bylo a nadále tomu tak bude (Umirani.cz, 2015). Člověk jako jediná bytost si je vědoma toho, že musí zemřít, truchlit, pohřbívat mrtvé.

V souvislosti s touto problematikou vznikl termín thanatologie, tj. vědní obor zabývající se smrtí z hlediska několika oborů – lékařských, dále filosofie, psychologie, sociologie a práva...(Kubičková, 2001) Název vznikl odvozením od řeckého boha smrtelného spánku a smrti, jehož jméno je Thanatos. Thanatologie jako samotná věda není nikterak populární, málokdo by chtěl být thanatologem, odborníkem v otázkách smrti, což zní velmi morbidně. Dnes „žijeme v době, kdy se nemluví o umění zemřít, ale o umění

život prodloužit, a problémy v tomto umění jsou nekonečné.“ (Haškovcová, 2007, s. 178)

Umírání je postupný proces, na jehož konci je smrt. Proces umírání je ovlivněn několika faktory: věk, pohlaví, genetika, onemocnění, životní styl, zdravotní péče, vzdělání, hygiena...aj.

Smrt, jinými slovy úmrtí či jemněji skon lze definovat jako zástavu životních funkcí organismu, kdy není možná obnova životních funkcí. Jedná se o trvalou ztrátu vědomí. Není snadné definovat smrt, protože smrt není pouhým fyzickým koncem života, ale jde o konec našich plánů, projektů a také vztahů. Vše končí ve chvíli smrti. Nelze s nikým mluvit, pomoci mu, nelze cokoliv ovlivnit. (Šiklová, 2013, s. 86) Termín „smrt“ se snažila vystihnout i Haškovcová (2007), dle ní je možné smrt pojmenovat jako individuální zánik organismu, tedy i člověka. Sama autorka tvrdí, že člověk umírá od narození. Biologové hovoří o přítomnosti programu života, který je střídán smrtí. Dále Haškovcová uvádí, že v minulosti lidé umírali především „přirozenou smrtí“, jinak se jí říká „sešlost věkem“ (Haškovcová, 2007, s. 89), ovšem nyní bývá smrt zapříčiněná nejčastěji patologickým procesem (nemocí). Pro tento jev se používá pojem „lékařská smrt“. (Haškovcová, 2007, s. 90)

Smrt může být pojata z několika hledisek. Smrt biologických funkcí – zánik životních projevů všech projevů buněk organismu. Tento proces probíhá postupně, v němž odumírají tělesné tkáně a orgány. Smrt psychických funkcí – jedná se o intenzivní prožívání beznaděje a zoufalství, které vede k psychické rezignaci. Sociální smrt – „sociální“ pojem vážící se s výrazem společnost. Sociální smrt - je odtržení člověka od společnosti s nemožností návratu. Tento stav se vyznačuje tím, že člověk žije, ale může se ocitnout na okraji mezilidských a sociálních vztahů. Sociální a psychická smrt bývá předstupněm fyzické smrti. (Strejčková, 2013).

Pro nemocného je důležité nestránit se společnosti, věnovat se zájmům až do poslední fáze života. Fyzická smrt je trvalá ztráta vědomí. Jestliže odchází funkce v mozku, spolu s nimi odchází i vědomí. Poté ukončují činnost i ostatní orgány v těle. (Kutnohorská, 2007)

Z hlediska časového, Haškovcová (2007) smrt rozlišila na:

- 1) Náhlou (úraz, autonehoda) – smrt náhlá a rychlá se ve své podstatě překrývají.
- 2) Rychlou (infarkt myokardu...).
- 3) Pomalou.

Za výjimečný typ smrti Haškovcová považuje sebevraždu, kterou vyděluje, jako samostatnou kapitolu. Synonymum k termínu umírání je terminální stav označující nemocné, kteří trpí nevléčitelnou chorobou, jejich prognóza se počítá v měsících.

1.1 Pohřeb

Událost, která je považována za „poslední dar zemřelému“ a jakási „povinnost pozůstalých vůči zesnulému“. Lidé jím vyjadřují úctu k člověku, mají možnost doprovodit ho na „poslední cestě“. Kubíčková definuje pohřeb takto: „Pohřeb je ceremoniálem, který v jistém smyslu znamená ochranu před zármutkem a zoufalstvím pozůstalých, je to mechanismus odvádějící a tlumící reakce, které by mohly truchlící zahltnout a ve svém důsledku ohrozit.“ (Kubíčková, 2001, s. 243)

Příprava pohřbu je časově i psychicky velmi náročná a pozůstalí jsou velmi zaneprázdnění a nemají čas propadat zoufalství. Samotný pohřeb by se měl uskutečnit pět a šest dní po úmrtí blízkého, nikoli dříve, neboť pozůstalí se stále nachází ve fázi šoku. Pohřební obřad přispívá k tomu, že pozůstalí začnou chápat ztrátu jako realitu. Zde mají lidé prostor vyjádřit smutek, mohou vyjádřit svoje pocity a myšlenky. (Kubíčková, 2001, s. 246)

Velmi diskutovanou otázkou je, zda se má dítě účastnit pohřbu blízké osoby. Matějček s Dytrychem v tom mají jasno. V této odpovědi není ani trocha pochybnosti. „Účast dětí na pohřbu by měla být samozřejmostí, stejně tak návštěvy hrobu či fotografie v domácnosti.“ (Matějček, Dytrych, 2002, s. 95) Rogge tvrdí, že děti se mohou účastnit pohřbů, pokud je to jejich přání. Dobrovolnost je základní výsadou, jež děti mají. Pohřeb je událost velmi náročnou pro všechny účastníky ani děti nejsou výjimkou, proto je nesmírně důležité, poskytnout jim oporu a být jim nablízku. (Rogge, 1999, s. 101)

2 Prožitek ztráty blízké osoby

Na ztrátu blízkého člověka přichází přirozená reakce s názvem „truchlení“ nebo je užíváno pojmu „zármutek“. Bowlby odůvodňuje užívání těchto slov takto: „truchlení označuje duševní stav člověka, který je nešťastný v důsledku ztráty.“ (Bowlby, 2013, s. 24) Již v této práci je užíváno označení „zármutek“ Toto označení bylo zavedeno do psychoanalýzy během překladu Freudova článku „Smutek a melancholie“ Definice zármutku dle Bowlbyho zní: „označení poměrně široké škály psychologických procesů, které způsobuje ztráta milovaného člověka.“ (Bowlby, 2013, s. 25)

2.1 Truchlení

Ztráta blízkého člověka je jedna z nepříjemných zkušeností, které na člověka v životě čekají. Smrt je nenávratná a v takové situaci pozůstali prožívají smutek. Velmi často se cítí opuštění, jsou bezmocní.

Truchlení jinými slovy smutek je naprosto běžnou a přirozenou reakcí na ztrátu různého typu. Proces truchlení, představuje určitý způsob, vyrovnání se se ztrátou.

Cesta smutkem bývá nekonečná, není jasné, jaký bude směr této cesty a cíl bývá v nedohlednu. Není možné tuto cestu urychlit či dokonce obejít bolest. Podle Josepha Sharpa se ocitáme v kruhu, protože skutečnost je taková, že se nikam neposouváme, ale chodíme dokola...Vždy přijdeme k sobě samému. Jestliže prožíváme ztrátu, vždy procházíme níže uvedenými etapami. Colorosová rozlišuje etapy truchlení takto:

- 1) Zoufalství.
- 2) Hluboký zármutek.
- 3) Smutek smíšený s pocitem klidné radosti a smíření. (Colorosová, 2008, s. 25)

Nejen my dospělí, ale také naše děti těmito stavy procházejí. Je důležité si uvědomit, že výše uvedené etapy nejsou nikterak ohraničené, ale mohou se prolínat, stejně tak jejich pořadí není striktně stanoveno. Můžeme mít pocit, že jsme se se všemi strastmi již vyrovnali, každá z etap může opětovně vpadnout do našeho života, aniž bychom obdrželi varování. (Colorosová, 2008, s. 26)

2.2 Zoufalství jako první fáze ztráty blízké osoby

Tato etapa je protkána jakousi otupělostí a šokem, které mají pomoci vyrovnat se, se ztrátou. V této etapě lidé odmítají skutečnost, mají pocit, že se ocitají ve zlém snu, z něhož se probudí, a vše bude zase dobré. Obdobně jako dospělí jedinci, se chovají děti. Krátce po úmrtí někoho blízkého se mohou děti cítit opuštěné, vyděšené a také zmatené. Reakce na tuto situaci jsou u dětí různé, některé pláčou, jiné nikoli, některé jsou zahlcené city nebo necítí vůbec nic, některé začnou jíst hodně, některé naopak nejedí vůbec. Reakce dětí na krizovou rodinnou situaci jsou odlišné a nelze je předvídat. Je nutné, abychom s dětmi sdíleli jejich emoce, dali jim dostatek času, aby mohly projevit svůj smutek, aby plakaly, mluvily a přemýšlely. Zoufalství panuje velmi často v období od úmrtí do pohřbu. Pohřeb, rituál úzce pojící se se ztrátou blízkého. Zde se nabízí otázka, zda je správné, aby se děti zúčastnily tohoto zvyku. Názory dospělých se v této otázce rozcházejí. Někteří se snaží své děti uchránit před smutkem, jiní tvrdí, že by dětem neměla být odepřena možnost rozloučit se se zemřelým. (Colorosová, 2008)

2.3 Hluboký zármutek

Šok je ve fázi ústupu a jeho vedoucí roli přebírá tupá, neustávající bolest. Období chaosu a noční můra, ve které se člověk pohybuje během zařizování pohřbu, jsou pryč a dalším velkým úkolem je návrat do každodenního života, avšak tento život je nenávratně jiný. Naše rána jsou zbarvena do šedivé barvy. Neustále nás tíží ztráta, která nám nedá spát. Stále častěji jsme napadáni otázkou proč? Na tuto otázku snad není odpověď. Šok je vystřídán zlostí. Lidé mají zlost na celý svět. Stejně tak děti mohou mít vztek, o němž by měly mluvit, měly by ho ventilovat ven. S postupem času příbuzní a blízcí přestanou o zemřelém mluvit, nicméně děti i někteří dospělí potřebují o ztrátě blízkého mluvit znovu a znovu. Tím důvodem, proč tomu tak je, je pocit, že zemřelý je přítomný alespoň z části. Během této etapy začne člověk toužit po chvíli, kdy veškerá bolest přejde. Existuje několik způsobů, jak se posunout dále, jedním z nich je pomoc druhým, nebo nalezení nového smyslu života. (Colorosová, 2008)

2.4 Smutek smíšený s pocitem klidné radosti a smíření

Jestliže se člověk cítí dobře, už nepropadá zoufalství, začne se smát a lépe soustředit, posouvá se do třetí etapy. Vztah k zemřelému prošel změnou, kdy při vzpomínce na něj,

se člověku vybaví více hezkého než smutku. Člověk je připravený věnovat se vlastnímu životu, nicméně smutek zůstává, ale společně s klidem a radostí.

V odborné literatuře se nachází mnoho autorů, kteří věnují pozornost tématu truchlení. Výše je zobrazen pohled autorky Colorosové. Ztráta blízkého člověka je jedna z nepříjemných zkušeností, které na člověka v životě čekají. Smrt je nenávratná a v takové situaci pozůstali prožívají smutek. Velmi často se cítí opuštěni, jsou bezmocní.

Neméně zajímavý náhled na tuto problematiku má Matějček společně s Dytrychem (2002), kteří mluví o tom, že truchlit jsou schopny děti již koncem prvního roku života, dále s postupující psychickou zralostí se proces truchlení může zintenzivňovat. Děti středního a staršího školního věku si naplno uvědomují konečnost lidské existence. Truchlení má pak specifický ráz obdobný jako u dospělých.

Období truchlení bývá u dětí různě dlouhé, projevy truchlení mohou mít podobu velmi pestrou a jejich intenzita může být různá. I přesto autoři vymezili čtyři fáze tohoto procesu:

- 1) Šok neboli ohromení (dítě si uvědomí, že blízký člověk se neobjevuje).
- 2) Protest – má funkci obranné reakce, která má vrátit věci do starých kolejí.
- 3) Beznaděj či zoufalství – protest selhal a ztráta se zdá jako definitivní.
- 4) Proces vyrovnávání, uklidňování a smíření. (Matějček, Dytrych, 2002, s. 92 -93)

Každé vyrovnávání se smrtí je individuální, nicméně i Rogge rozlišil obecné fáze tohoto procesu:

- 1) Fáze odmítání, „nechci to“ (dítě odmítá uvěřit, že zemřel někdo blízký).
- 2) Idealizace zemřelého (děti používají různé předměty zemřelého).
- 3) Znevažování zemřelého (bolest a hněv se mísí). (Rogge, 1999, s. 100)

Není možné předpovědět časový průběh procesu truchlení. Smutek jednou skončí, ale není uzavřený. I přesto, že je smutek minimalizován, člověk může cítit bolest nadále. Ztrátu nelze vymazat z kalendáře a je důležité naučit se žít dál i s jizvami, které zůstaly. (Rogge, 1999, s. 100) Bylo řečeno, že průběh procesu truchlení není možné odhadnout,

nicméně záleží na mnoha okolnostech. Kubíčková zmiňuje faktory, které ovlivňují reakci na úmrtí blízkého:

Faktory vztahující se k zesnulému:

- 1) Příbuzenský poměr.
- 2) Věk zemřelého (dítě, dospělý člověk, starý člověk).
- 3) Faktory vztahu (charakter, stupeň závislosti).
- 4) Okolnosti úmrtí (náhlá smrt, sebevražda...). (Kubíčková, 2001, s. 43)

Faktory vztahující se k truchlícímu:

- 1) Pohlaví.
- 2) Věk truchlícího.
- 3) Osobnostní faktory (emoční a sociální zralost, extroverze nebo introverze...).
- 4) Předcházející zkušenost se smrtí a truchlením.
- 5) Náboženské přesvědčení.
- 6) Sociokulturní faktory.
- 7) Rodinné faktory.
- 8) Sociální podpora. (Kubíčková, 2001, s. 43)

2.5 Emoce přítomné při ztrátě blízké osoby

Ztráta blízké osoby bývá doprovázená jednotlivými emocemi. Pokud některé z emocí nejsou správně zpracovány, mohou způsobit v budoucnosti značné psychické problémy.

- Opuštěnost – pocit samoty, obdobným způsobem mohou děti chápat smrt. Děti mohou být rozzlobené a mohou si situaci vykládat tak, že je zemřelý opustil a nechal je samotné.
- Pocit viny – je reakce na smrt blízkého člověka, v níž se dítě začne obviňovat, že za smrt může ono. Velmi často pozůstali hledají, co mohli udělat jinak.

„Kdybych přišel dřív...“ Pozůstalý si promítá různé scény a hledá třeba maličkosti, kvůli kterým se cítí být vinen.

- Zahanbení - velmi často se objevuje tam, kde smrt byla způsobená sebevraždou, nebo tam, kde rodiče byli zavražděni či zemřeli na AIDS.
- Izolace – smrt blízkého člověka může vyvolat pocit izolovanosti. Člověk se cítí sám. Velmi často se objevuje u lidí introvertů, kteří nemají kolem sebe mnoho blízkých, proto zůstávají bez opory. Opora, již lidem poskytují přátelé, je hlavní pomocí při vyrovnávání se se ztrátou.
- Závist – přichází v případě, kdy například osamělý chlapec vidí jiné děti se svými matkami, přirozeně pocítí závist. Také zatouží být se svou matkou.
- Lítost – objevuje se vždy, když pozůstalý zaslechne jméno zemřelého nebo uvidí fotografii či cokoli, co je spojeno se zemřelým.
- Úleva – pocit úlevy je vyvolán dlouhým utrpením a umíráním blízkého – například těžká nemoc. Smrt bývá přáním a úlevou pro všechny.
- Rezignace či smíření. (Lindová, 2009)

3 Ztráta rodičů způsobená úmrtím

V odborné nebo popularizující literatuře není věnováno mnoho pozornosti tématu úmrtí rodičů a jeho důsledek pro vývoj dítěte. Jde o velmi závažný problém, který si zaslouží pozornost a následné řešení.

Jaký je důvod, že takto závažná věc je přehlížena? Je to způsobeno souhrou několika činitelů, z nichž tři jsou bijící do očí.

- 1) Věkový průměr lidí žijících především v západních zemích se zvýšil, proto lidí v roli rodičů umírá méně, než tomu bylo v minulosti.
- 2) Vzhledem k rozvodům je ztráta jednoho z rodičů méně častá, ale nikoliv zanedbatelná. Statistiky uvádějí, že 1,5 – 1,8% dětské populace má zkušenost se ztrátou jednoho z rodičů.
- 3) Třetím činitelem lze považovat to, že dnes se lidé snaží smrt vytěsnit či odsunout mimo svou pozornost. Lidé umírají nejčastěji v nemocnicích nebo hospicích. Stejně tak pohřby již ztratily funkci, jíž měly dříve. (Matějček, Dytrych, 2002, s. 88)

Autoři, Dytrych spolu s Matějčkem, uvádějí, že úmrtí a rozvod mají cosi společného. V obou případech mluví o ztrátě jednoho z rodičů, nicméně liší se v několika paradoxech. Úmrtí jednoho z rodičů nejčastěji přichází náhle a nečekaně, pokud mu nepředchází dlouhá nemoc. Naopak rozvod je považován za dlouhodobý proces. Dalším rozdílem je nenávratnost ztráty jednoho z rodičů, který tak ze světa zmizí navždycky. Naopak rozvedený otec nebo matka fyzicky stále existují, přicházejí a zase odcházejí, stále mohou zasahovat do života svých dětí. Děti mohou stále cítit jejich přítomnost. Nabízí se zde otázka, jaká je situace nových partnerů ovdovělé matky nebo ovdovělého otce. Děti je mohou vnímat jako velmi nebezpečné protivníky. Velmi často jsou tyto pozice ovlivněny nabytými předsudky, které děti mohou získat prostřednictvím pohádek, jež mluví o zemřelé matce a nebohých sirotcích.

Úmrtí rodičů vnímají odlišně dospělé děti od nezletilých či dospívajících dětí. Děti mají problém přijmout smrt rodiče, protože jen stěží jsou schopné pochopit, co se stalo. Úmrtí jednoho z rodičů nejhůře vnímají děti předškolního věku. Nechápují smrt jako něco stálého a nenávratného, stále se po rodiči shání, hledají ho. Mohou si tuto ztrátu

vykládat jako zmizení, za které jsou zodpovědné. Rodiče zastávají různé role v různém věku svých dětí. Nejdůležitější roli hraje pozůstalý rodič, který by si měl všimnout chování a jednání dítěte, aby u něho zaznamenal případné varovné signály dítěte, které mohou signalizovat potřebnou pomoc. Děti staršího věku se snaží se ztrátou vyrovnat samy prostřednictvím dlouhých procházek, pláčem především v noci, aby je nikdo neviděl. Bývají neposlušné, odvážné a jejich emoce bývají ukryty za agresivním chováním. Smrt jednoho z rodičů je pravděpodobně nejzávažnější ztrátou, která může dítě či dospívajícího potkat. Jestliže zemře jeden z rodičů, tak dynamika i struktura rodiny je automaticky narušena. S tím souvisí i nesnadná situace, jíž je příchod nového partnera. Tuto situaci nenesou děti či dospívající snadno. Může to být i jedna z příčin úzkosti a strachu. Velmi často se děti cítí odstrčené, hněvají se, žárlí. Kladou si otázky typu: „Jak jen to mohl táta udělat?“ (Kubíčková, 2001, s. 57) Děti i dospívající prožívají ztrátu svého rodiče různě. Někteří dospívající mohou mít pocit, že by měli jednoho z rodičů nahradit, pomáhat s rodinným rozpočtem, pomáhat řešit rodinné problémy atd. Samozřejmě někteří rodiče to vyžadují, aniž by si to uvědomovali. Avšak psychologové varují, že děti i dospívající si musí splnit vývojové úkoly odpovídající jejich věku. Děti a dospívající s handicapem, tím je myšleno ztráta jednoho z rodičů, žijí odlišně než jejich vrstevníci. Smrt jednoho z rodičů v jakémkoli věku vyvolává velmi silnou citovou reakci, protože vztah dítěte a rodiče je vždycky jedinečný.

3.1 Úmrtí sourozence

Přináší specifické problémy, které si pozůstalý sourozenec uvědomuje až s postupem svého věku. Kyriacou (2005) tvrdí, že smrt sourozence je v některých případech vnímána silněji než smrt jednoho z rodičů. S tímto tvrzením se ztotožňuje i Yalom (2012), který také potvrzuje, že smrt sourozence či vrstevníka je pro dítě více traumatizující, neboť se více dotýká strachu z vlastní smrtelnosti – smrt si bere někoho stejně starého, může si vzít i mne. Netýká se pouze starých či starších. Vždy záleží na kvalitě sourozeneckého vztahu. Opět je smrt sourozence vnímána odlišně v dětství, v dospívání a v dospělosti. Pozůstalý ztrácí sourozence, ale také kamaráda, „rivala“ a také toho, s kým by si mohl hrát. Dospívající velmi často cítí pocity viny, osamělosti, také zlost. Zármutek dospívajících je velmi často přehlížen dospělými, to je jeden z problémů, který se naskytá. Reakce, jež se objevuje velmi často, je taková, v níž zemřelý sourozenec bývá zidealizován, jsou vyzdvihovány jeho kvality a přednosti,

načež tato reakce způsobuje u dospívajících zlobu, vztek. Současně vzhledem k podobnému věku vystupují myšlenky na vlastní smrt. (Kubíčková, 2001)

3.2 Úmrtí prarodiče

První zkušeností se smrtí a prožíváním ztráty blízkého, bývá smrt jednoho z prarodičů. Většinou dospělí vnuci chápou smrt prarodiče jako přirozenou. Jejich truchlení bývá mírnější a krátkodobé. Pokud měly děti a dospívající velmi blízký vztah k zemřelému, jeho ztráta může být prožívána velmi silně. Dětský smutek může být dospělými přehlížen. Děti a dospívající mohou cítit vinu a výčitky. Jestliže dítě nemá prostor pro uvolnění svých emocí, nemůže hovořit o svých citech, neprojeví dostatečně smutek ze ztráty zemřelého, může se tato reakce projevit v jiné podobě. (Kubíčková, 2001)

4 Pomoc pozůstalým

Ztráta blízké osoby je považována za velmi náročnou situaci, a proto je nezbytné zmínit formy pomoci, které může pozůstalý využít. Přírozenou reakcí na smrt blízkého bývá hluboký zármutek. Jde o dlouhý proces plný bolesti, v němž se člověk snaží vyrovnat se ztrátou milované osoby. Doba procesu truchlení je různá. Každý prochází procesem truchlení jiným způsobem, jinou cestou a také tempem. Nicméně každý by měl mít na paměti, že postupem času reakce na ztrátu odezní. Jeden rok je časový úsek, během kterého lidé prožívají svátky, narozeniny, Vánoce, při níž si uvědomují nepřítomnost zemřelého. Po tomto období se většinou pozůstalí se ztrátou dotyčného smíří. Truchlení závisí na mnoha okolnostech, které mohou proces usnadnit. V tomto nesnadném období je důležitá pomoc blízkých, ale také lze pomoci sám sobě. Mohou pomoci následná doporučení:

- 1) Zapojit se do přípravy pohřbu.
- 2) Snaha dodržet běžný denní režim.
- 3) Hovořit o zemřelém.
- 4) Dovolit si truchlit.
- 5) Uvolnit pocity zlosti.
- 6) Přijmout pomoc ostatních.
- 7) Případně vyhledat odbornou pomoc. (JinejSvět.cz, 2012)

Truchlení se netýká pouze dospělých osob, ale právo truchlit mají i děti. Úkolem pozůstalých je nejen utěšovat děti, ale mimo jiné i pokusit se je vyvést z procesu truchlení a vrátit je zpět do životní aktivity. (Matějček, Dytrych, 2002, s. 95)

Existuje šest nejdůležitějších vět v životě, které mají dětem pomoci zvládnout nelehké dny během jejich života.

- 1) Věřím ti.
- 2) Spoléhám na tebe.
- 3) Vím, že to zvládneš.

- 4) Vždy tě vyslechnu.
- 5) Postarám se o tebe.
- 6) Jsi pro mě moc důležitý. (Colorosová, 2008, s. 41)

Pomoc, která je pozůstalému k dispozici, se skrývá v rodině, příbuzných, mezi přáteli, pedagogy, vychovateli, člověk může navštěvovat kněze, a nebo může vyhledat odbornou pomoc, nabízí se pomoc psychologická nebo psychoterapeutická.

4.1 Rodina a přátelé

V případě, že jde o ztrátu člena rodiny, všichni členové rodiny prožívají smutek. Každý prožívá svůj smutek odlišně, čas pro zvládnutí této situace je také odlišný. Smrt se týká nás všech a nikdo nemůže s jistotou říci, že se mu tato situace vyhne. Smrt v rodině je velmi náročná situace, protože každý z rodiny truchlí a potřebuje podporu, stejně tak dotyčný zůstává v roli, ve které se očekává, že bude podporovat ostatní. V těchto situacích je důležité, aby byl člověk tolerantní, snažil se pochopit chování a jednání ostatních. Pozůstalí by měli mít na paměti, že smrtí blízkého truchlení nekončí, protože budou muset překonat i další mezníky, které dřív či později přijdou. Tím bývají narozeniny zemřelého, Vánoce a další dny, kdy vzpomínky bývají nejintenzivnější. Následně po smrti se pozůstalí nemohou koncentrovat na činnosti, které provádějí, mnoho z nich, dělají automaticky, aniž by si je uvědomovali. Nejsou schopni vnímat svět, který se kolem nich odehrává. V této chvíli mohou pomoci přátelé. Přátelé jsou lidé, kteří mohou podat pomocnou ruku a vyvést člověka z těžké atmosféry připomínající smrt. Pomoc může být různorodá, pomoc s úklidem domácnosti, hlídáním dětí, výlety, které člověku pomohou vytrhnout ho z reality plné bolesti, nebo dokážou vytvořit prostředí, ve kterém bude člověk sám a bude mít možnost načerpat sílu, kterou bude potřebovat k návratu do reality. (Hlináková, 2008)

4.2 Církevní pomoc

Primárně je pomoc při ztrátě blízké osoby očekávána od rodiny, avšak ne každá rodina je schopná pozůstalému pomoci, z tohoto důvodu se pozůstalý velmi často obrátí k církvi. Církev nabízí mnoho variant, jak dotyčnému pomoci. Nabízí církevní obřad, zádušní mši, pohřební rituály, pomoc může být uskutečněna prostřednictvím pracovníků katolické Charity. Pozůstalý má možnost sdílet svou bolest například s knězem nebo

jiným duchovním. Díky knězi může truchlící vnímat smrt milované osoby, jako jednu z nevhodnějších cest.

4.3 Profesionální pomoc

Jestliže pomoc rodiny a blízkých selhává, pozůstalý se většinou obrací na profesionální pomoc. Profesionální pomoc utvářejí kvalifikovaní pracovníci, kteří jsou odborně vzdělání v daném oboru. Odborná pomoc zahrnuje psychology, psychiatry, psychoterapeuty a sociální pracovníky. Ve škole by měl působit pedagogický poradce, který by měl být k dispozici dětem, nebo v každém regionu je tzv. Pedagogicko – psychologická poradna. Tyto poradny by měly pomáhat dětem ve věku od 3 do 15 let, které mají problémy ve škole. Pomoc může mít různé formy, individuální pomoc či skupinové terapie. Cílem poraden je vysvětlit dětem ztrátu, pomoci ji přijmout a smířit se s vlastní situací. Pomocí truchlícím se zabývají i jiné organizace, které je možné nalézt na internetu. V České republice je mnoho poraden, organizací, které se věnují pomoci pozůstalým. Na internetových stránkách je možné nalézt mnoho užitečných rad, jak zvládnout krizovou situaci v rodině. Internet nabízí i možnost seznámit se s lidmi mající podobné trápení. (Hlináková, 2008)

Existují knihy, prostřednictvím nichž je možné dětem ztrátu blízkého člověka vysvětlit. Je to prostředek, který napomůže dětem porozumět zármutku, umožní jim uvědomit si, že stejný osud potkal i jiné lidi. Díky knize může dítě dospět k určitému východisku, jak situaci řešit. I tento způsob pomoci je podle mého názoru užitečný.

Jak pomoci především dětem v této situaci, se věnuje také Soukupová (2011), která vymezila několik doporučení:

- Naslouchat – děti velmi často potřebují vyprávět svůj příběh, sdělovat své vzpomínky. Potřebují mluvit o tom, co se stalo, jaké měly pocity v okamžik zjištění této ztráty. Jednou z cest, kterou lze dítěti pomoci je naslouchání bez jakékoli reakce, hodnocení, udělování rad či sdělování vlastního názoru.
- Hovořit pravdu – dospělí mají pocit, že jejich povinností je děti chránit. Ne vždy je to ta správná cesta a otázkou je, zda je možné děti uchránit. Mnoho dospělých neví, jak ztrátu blízkého dětem oznámit, rozmýšlejí, jak by dítě uchránili. Jestliže dětem není řečena pravda, tímto se pouze komplikuje truchlení.

- Odpovídat na otázky – dětství je plné otázek různého typu. Tyto dětské otázky bývají unavující a dospělým jde velmi často hlava kolem. Děti se učí způsobem, jímž bývá kladení otázek. Jestliže se doptávají na okolnosti smrti, nebo na smrt jako takovou, vyplývá z toho, že něčemu nerozumějí a chtějí to poznat. Doporučuje se odpovídat na otázky pravdivě, Pokud dospělí neznají odpověď na otázku, mohou odpovědět, že neví. Dospělí by měli být citliví, dítě by měli respektovat.
- Zachovat řád a zvyklosti – po smrti blízké osoby panuje chaos, nejistota. Dosavadní režim domácnosti, rodiny se změní. Tato nejistota může negativně působit na okolí, tato atmosféra nepříliš dobře působí i na děti, které mohou být stresovány nejistotou. Jakákoli změna je určitou ztrátou, je dobré zachovat alespoň základní zvyky, které děti běžně zažívaly (čas společného jídla, rodinné tradice...).
- Vzpomínat společně s dětmi na zemřelého – vzpomínat na zemřelého bývá součástí truchlení a ztráty, pozůstalí by se neměli bát o zemřelém mluvit, protože tímto způsobem děti pochopí, že i přestože blízký člověk zemřel, nadále zůstává v životě těch, jejichž život jde dál. Hovořit o zemřelých by nemělo být tabu. Děti získají pocit, že o svých pocitech mohou mluvit. Je vhodné zapojit děti do třídění věcí pozůstalého, aby měly možnost rozhodnout se, které věci si nechají, samozřejmě záleží na věku dětí.
- Vytvoření bezpečného prostředí pro děti – děti velmi často nevyjadřují své emoce, protože není vytvořeno vhodné prostředí, není mnoho míst, kde by děti mohly truchlit. Je nutné, aby děti našly takové místo, kde by se cítily bezpečně a mohly ulevit svým emocím (domov, škola, místo u kamaráda).
- Vyjádření emocí – existuje několik emocí, které jsou s truchlením spojené. Je to velmi individuální. U někoho se může objevit šok, poté smutek, vztek a poté úleva. Děti musí uvolnit všechny emoce, ať jsou pozitivní, tak i negativní. Fyzická aktivita je pro děti také důležitá, protože snižuje emoční napětí. Děti své emoce vyjadřují i během hry. Pomocí hry dochází ke zpracování ztráty. Smutek bývá doprovázen různými tělesnými bolestmi.

- Učit děti truchlit – častým způsobem učení dětí je napodobování vzoru. Dospělí jsou dětmi chápáni jako model vyrovnávání se s úmrtím blízkého člověka. Dospělí by neměli skrývat svůj smutek. Je vhodné, aby se děti naučily plakat a vyjadřovat emoce. Dospělí jsou vzorem, proto by měli otevřeně truchlit, aby děti cítily, že nejsou na truchlení samy. (Soukupová, 2007)

5 Rozdíly mezi zármutkem dětí a dospělých

Průběh zármutku u dospělých je ovlivněn celou řadou faktorů, které panují v okamžiku úmrtí a v nadcházejících měsících. V dětství těchto faktorů panuje větší množství než-li v dospělosti. Pro dospělého člověka je nejcennější, když má k dispozici někoho, o koho se může opřít, je mu oporou, a může dotyčnému poskytnout útěchu. Totéž platí i pro děti. Je důležité mít na paměti „co je důležité pro dospělého, je ještě důležitější pro dítě.“ (Bowlby, 2013, s. 254) Mnoho odlišností se odráží od faktu, že dítě není pánem svého života na rozdíl od dospělého. Například dospělý může být v okamžiku smrti přítomen, ihned může dostat prvotní informaci o aktuální situaci, ale dítě bude vždy závislé na rozhodnutí pozůstalých. Obdobný příklad dokazující rozdíly mezi zármutkem dospělého a dítěte je takový, že dospělý člověk má možnost hledat útěchu jinde, dítě se v takové pozici jen těžko ocitne. Dalším problémem může být nižší úroveň znalostí dětí. Děti nenabýly takové množství informací o světě jako dospělí, je to jeden z důvodů, které jim brání pochopit svět. Truchlení člověka nebývá nepřetržité, většinou se najdou momenty, kdy člověk zapomene na svůj žal, protože ho upoutá něco jiného. U dětí se takové momenty vyskytující frekventovaněji než u dospělého. (Bowlby, 2013) Odlišností mezi zármutkem dětí a dospělých existuje nespočet. Je nezbytné, aby pozůstalí, kteří pečují o dítě, mu dávali více příležitostí mluvit o tom, co se stalo. Vytvořit prostor pro uvolnění emocí.

5.1 Smrt blízkého a její sdělení dětem

Debatě o tématu smrti se lidé vyhýbají, i přesto, že jsme jí obklopení neustále. Situace vypovídá o tom, že téma smrti je tabu. Je tomu opravdu tak či nikoli? Lidé o smrti nemluví hned z několika důvodů. Média nás zásobují tragédiemi, které podávají jako senzace a my máme pocit, že se nás, jako obyčejných lidí, netýkají. To je omyl. Lidé v roli rodičů velmi často mají pocit, že své děti musí chránit, dělají vše proto, aby děti nedostaly příležitost setkat se se smrtí. V případě, že se stane nějaké neštěstí, rodiče často nevědí, jak onu smutnou zprávu dětem sdělit, nebo jim tuto zprávu radši zatají, aby situaci zjednodušili, což není správné. Každé dítě má právo znát pravdu, má právo rozloučit se s dotyčným. I přestože není snadné tuto zprávu dětem sdělit, je nutné, oznámit jim, co se stalo. Doporučuje se volit jednoduchá a přímá slova, např. „táta zemřel, děda v noci umřel, tvoje sestra zahynula při havárii letadla...“ (Colorosová,

2008, s. 39) Slova nemusí působit tvrdě, chladně, když je použit jemný tón hlasu, ze kterého může vyzařovat účast, pomoc, smutek. Není nutné další vysvětlování a poučování, kdy rodiče mají pocit, že situaci zlepší, není to pravda. Děti potřebují klid, útěchu, upřímnost. Děti by měly být ubezpečovány, že jsou milovány, že rodiče jsou tu pro ně, že na to nejsou samy.

Matějček s Dytrychem poukazují na to, že dětem by měly být nešťastné události sdělovány včas. "Nic nezapírat a neodkládat! Platí to nejen o úmrtí jednoho z rodičů, stejně jako o jiných tragických událostech." (Matějček, Dytrych, 2002, s. 94) Jestliže by dětem byla událost sdělena později, spíše to situaci ztíží, než ulehčí. Děti budou snadněji truchlit v prostředí stejně laděných příslušníků rodiny. Autoři upozorňují na tom, že je nutné dopřát dětem dostatek času, aby mohly svůj smutek dostatečně prožít. Stále je zapotřebí připomínat dětem, že jsou milovány, že jsou jim ostatní k dispozici. V této situaci bývají děti citlivější, mají potřebu se s někým mazlit, vyžadují přítomnost ostatních. Pokud ale chtějí být samy, je nutné, to respektovat. Další radu, kterou autoři udělují je, odpovídat na otázky dětí šetrně a pravdivě. (Matějček, Dytrych, 2002) Tyto zásady uvádí a dále rozpracovává Bowlby, který tvrdí, že děti potřebují znát dvě zásadní informace, jimiž jsou, že mrtvý rodič se už nikdy nevrátí a druhá věc je, že tělo zemřelého bude pohřbeno do země či spáleno. Druhá informace se dětem sděluje mnohem hůře, někdy ji pozůstalí odkládají dlouhé měsíce. Nicméně tato informace je důležitá, protože děti by měly vědět, proč se chodí k hrobům zemřelých. (Bowlby, 2013)

Děti vytvářejí mnoho otázek, na které chtějí znát odpověď. Mnoho rodičů se dostává do úzkých, nicméně děti nepotřebují perfektně správnou odpověď, ale především pravdivou. Otázky týkající se smrti, smutku boha či nebe jsou naprosto běžné. Tvorba otázek je dána spíše vývojově a poukazuje na rozumové zrání dítěte. Současně s otázkami smrti se děti ptají na otázky týkající se sexuality. Jsou to otázky typu „Odkud přicházím?“ (Rogge, 1999, s. 92)

Porozumění smrti u dětí a dospívajících je rozdílné dle rozumového vývoje.

Smrti se věnoval E. Kranzler, který smrt vystihl na základě čtyř vlastností, jež jsou pochopitelné pro děti od 5 let.

- 1) Má specifickou příčinu.
- 2) Tělo přestane vykonávat své funkce (nehýbe se, nic necítí, nedýchá, neroste – na rozdíl od spánku). Děti velmi často srovnávají smrt se spánkem. Jen nutné dětem vysvětlit rozdíl spánku a smrti, jakožto konečnosti.
- 3) Je nezvratná (nemůže se odestát, nikdo se z ní neuzdraví).
- 4) Je univerzální (čeká na všechno živé). (Colorosová, 2008, s. 23)

V souvislosti s dětmi a dospívajícími se nejčastěji setkáváme s názory, že jsou příliš mladí na to, aby dokázali pojmout něco tak abstraktního, jako je smrt. Mnoho rodin se snaží své děti před touto problematikou chránit. Velmi často situaci řeší tím, že smrt blízkého je dětem zatajena, nicméně již malé děti poznají, že se něco stalo. Je pravda, že velmi malé děti nemohou nalézt slova, co cítí, avšak to neznamená, že se jich to netýká. Podle mého názoru by i děti měly být zařazeny do skutečného života, který není naplněn pouze šťastným obdobím, ale měly by vědět, že život přichází i s tíživými situacemi. Také děti si zaslouží znát pravdu a mají právo bojovat se smutkem. Zde se nabízí otázka, zda je v našich silách uchránit děti před problematikou smrti jako takovou. O smrti se mluví každý den, dozvídáme se o hrůzných dopravních nehodách, o těžkých nemocech. Jde o běžné každodenní informace, které jsou prezentovány v rozhlase, televizi a dalších médiích. Dnes děti tráví svůj volný čas nejčastěji na počítači plném her, v nichž jsou všichni protivníci nelítostně zabíjeni. Z tohoto faktu usuzuji, že děti se hojně setkávají s tematikou smrti ve virtuálním světě, jenž je obklopuje - může to být internet, televize nebo již zmíněné počítačové hry. Domnívám se, že vzhledem k médiím není v našich silách danou situaci ovlivnit. Sami jsme oběťmi médií. Jestliže jim umožníme truchlit, prožít smutek, jestliže jim budeme oporou a budeme jim pomáhat, jedině tak se naučí pracovat se svými emocemi, naučí se pomáhat ostatním v nelehkých situacích, které život přináší.

Velmi zajímavým je, zamyšlení se nad tím, zda dospělí mohou pochopit vnímání smrti dětmi. Myslím si, že nikdo se nemůže na smrt blízkého člověka nijak připravit. Snažíme se ukonejšit a přesvědčit naše vědomí, že těžce nemocnému člověku bude lépe, když opustí svět, ale tímto výrokem nelze naši lítost zmírnit. Děti mají o smrti jiné představy

než my - dospělí. S vývojem dítěte se mění jejich myšlení, představy a chápání smrti. Děti cítí bolest i ztrátu bez ohledu na věk. Porozumění smrti a schopnost vyjádřit své trápení je závislé na úrovni vývoje dítěte.

V souvislosti s vývojem dítěte se mění i jejich myšlení, představy o smrti. Podle Malé, bylo řečeno, že děti by měly být seznamovány s životním cyklem: narození, život a smrt. Již od útlého věku se dítě setkává se smrtí, se smrtí v přírodě (opadaný strom), u zvířat (domácí zvířata, zvířata na statku nebo ve volné přírodě), u lidí. Velmi často se děti setkají s první ztrátou v takové chvíli, v níž zemře domácí mazlíček. V tomto případě může dítě prožívat větší smutek, než když zemře blízký člověk. Smrt zvířete by neměla být před dítětem tajena, společně s dětmi je dobré uspořádat pohřeb a umožnit patřičné rozloučení se s domácím mazlíčkem a nadále je potřeba mluvit s dítětem o smrti. Tímto způsobem si dítě utvoří představu o významu smrti, o její definitivnosti. Jestliže je dítě seznamováno se smrtí již v brzkém věku, chápe tento koloběh jako přirozený. S přibývajícím věkem dítě získává další informace o světě, které upravují či formují postoj ke smrti. Je jisté, že věk je důležitý faktor ovlivňující dětské představy o smrti. (Malá, 2007) Obdobně jako Malá, též Kubíčková zmiňuje věk pozůstalých jako důležitý faktor ovlivňující průběh truchlení. Úmrtí blízké osoby je v různých vývojových fázích prožíváno jinak. (Kubíčková, 2001)

Představy o smrti a chápání smrti úzce souvisí s vývojem dítěte. Mnoho rodičů přemýšlí o správném přístupu ke smrti.

5.2 Nenarozené dítě

Dítě v matčině děloze, je s matkou velmi úzce spjato. Vnímá, jak se matka cítí, rozpozná její emoce, stres, smutek, který může zapříčinit neklidnost plodu.

5.3 Kojenec

Kojenci vnímají přítomnost kolem sebe. Vnímají různé změny jako změnu pečující osoby či prostředí, které se mohou projevit pláčem či neklidem. Nicméně Kubíčková (2001) tvrdí, že děti do dvou let nemají představu o smrti, nechápu ji. Nerozumí termínům samota, odloučení aj. Většina odborníků se shoduje na tom, že děti nedovedou truchlit, jediný, kdo se vymyká je Bowlby, který mluví o tom, že šestiměsíční děti jsou schopny truchlit.

5.4 Batolata

Děti v tomto věku se zabývají samy sebou, zabývají se vlastní činností, objevují nové věci, v čemž vidí krásu. Vyžadují přítomnost rodičů. Rozumějí slovům, která ostatní říkají, ale nedokážou je vyjádřit, stejně tak nedokážou pochopit smrt. Nicméně umějí být smutné, je potřeba vysvětlovat jim, co se stalo, co je smrt. Truchlení dětí v tomto věku představuje několika minutové záchvaty vzteku, mohou se vrátet k dřívějšímu chování. (Yalom, 2012)

5.5 Předškolní děti

Předškolní děti hledají především svojí identitu, zkoumají vztahy v rodině. Mohou se také ptát, proč lidé musí zemřít. Velmi často vidí smrt jako něco dočasného, jako cestu, ze které se mohou kdykoli vrátit. Ještě nechápu trvalost smrti. Stále jsou plné naděje, že se vše vrátí. Například „Na podzim chlapec s jeho rodinou pohřbívali jejich psa, z ničeho nic chlapec pohlédl na matku, řekl: „ Ono to opravdu není tolik smutné. Na jaře, až budou ze země vylézat tvoje tulipány, vyleze i on, a budeme si zase spolu hrát.“ Je nutné, aby nebylo toto vysvětlení dětem odepíráno, i přestože není správné. V případě, že se o smrti blízkého dozvědí, jsou smutné a zmatené. Své pocity pak nejčastěji vyjadřují hrou, nebo se vtělí do hrdiny některého filmu, který také truchlí, je to jistý způsob, kterým mohou zakrývat svůj strach, smutek či nejistotu, která se uvnitř skrývá. Velmi často propadají myšlenkám, že smrt blízké osoby byla zapříčiněna tím, že nebyly „poslušné, hodné“, proto musel blízký zemřít. Je nutné, aby jim tyto myšlenky byly vyvráceny, aby byly přesvědčeny, že za smrt dotyčného nenesou žádnou odpovědnost. (Kubičková, 2001) Primárně hledají bezpečí u svých rodičů, pokud rodiče ztratí, mohou se upnout na někoho jiného, kdo jim zemřelého připomíná.

5.6 Děti od pěti do devíti let

Děti této věkové kategorie sbírají informace, porovnávají, velmi často nesdílí názory s vrstevníky i rodiči. Jsou schopné rozlišit fantazii od skutečnosti. Nyní už chápou, co je to smrt, chápou, že smrti nelze uniknout, že je nenávratná. Tyto děti bojují se strachem o sebe i o ostatní, o své zdraví i o zdraví příbuzných. Často se chovají tak, jakoby se nic nestalo, a upínají se na věci zesnulého. Děti mohou klást otázky týkající se smrti. Je nutné, děti povzbudit a ubezpečit o tom, že mohou truchlit i na veřejnosti společně

s ostatními. Dle Kubler –Rossové je to tak, že později děti smrt začnou vnímat jako trvalou skutečnost. Kolem osmého a devátého roku si nevratnost smrti děti uvědomují stejně, jako dospělí. (Kubler-Rossová, 2003, s. 95) S E. K. Rossovou sdílí myšlenky i Kubíčková. Kubíčková dále hovoří o tom, že se děti této věkové kategorie mohou obviňovat obdobně, jako je tomu u mladších dětí. Nicméně mnohem lépe dokážou pracovat se svými myšlenkami a formovat otázky, proto hledají ve svých rodičích ty, kterým budou sdělovat své problémy a pocity. Rodiče v tomto období nebývají dobrými komunikačními společníky, protože sami hluboce truchlí.

Rogge tvrdí, že děti do šesti let svého věku nechápu smrt jako absolutní konec. Jejich představy o smrti jsou vázány na určité symboly, na vlastní zkušenosti či určité situace. Po nástupu do školy postupně dochází k uvědomění si definitivnosti smrti.

Důležité je, aby bylo dětem srozumitelně vysvětleno, že je milovaný člověk neopustil „dobrovolně“, že je důležité najít ten správný způsob, jak se s tím vyrovnat. Další nezbytnou věcí je, že děti musí být ujišťovány, že smutek a pláč není nic zlého, ba naopak. (Kubíčková, 2001, s. 90)

5.7 Děti od deseti do dvanácti let

Toto věkové období je samo o sobě nelehké období, protože pubescenti hledají svojí identitu, dochází k přepisu statusu „dítěte“ na status „dospělého“. Velmi často chtějí vědět podrobnosti o úmrtí. Jednou z reakcí na smrt blízkého je popření situace, chovají se, jakoby se jich smrt vůbec nedotkla. Mohou si stěžovat na fyzické problémy (bolest hlavy, břicha...), mohou cítit i pocity viny. Tyto děti potřebují pozornost, lásku a optimismus. Velmi často hledají útěchu u svých kamarádů. (Colorosová, 2008, s. 51)

K.-Rossová tvrdí, že rodiny by neměly vynechávat z truchlení své děti. Děti dokážou smrt blízkého člověka přijmout s odevzdáním, častá reakce dětí, že píše krásné dopisy na rozloučenou, malují krásné obrázky, v nichž projevují svojí lásku a vztah k zemřelému. (E. K.-Rossová, 2003, s. 192) Stejně tak Kubíčková uvádí, že až v pubescentním věku jsou děti schopné pochopit rozdíl mezi vzpomínkou a fantazií, mezi smrtí a nepřítomností. Podle Crenshawa si děti uvědomují, že mohou zemřít. Jestliže zemře někdo blízký, děti mohou propadat děsivým myšlenkám o své smrti. Děti v tomto věku už nejsou považovány za „malé“, jsou na ně kladeny některé nároky a ony to mohou chápat tak, že nesmějí projevovat smutek. I nyní je nutnost, vytvořit dětem

prostor, v němž mohou truchlit, vyvztekat se. Rodiče požadují, aby se děti chovaly „dospěle“, toto je velmi frekventovaná chyba objevující se v rodinách. Dle Kubíčkové již třináctileté děti chápou smrt jako dospělí lidé. (Kubíčková, 2001, s. 91)

5.8 Dospívající

Období proměny dítěte v dospělého jedince. Děti se stávají nezávislými osobnostmi s vlastní identitou. Jde o velmi náročné období, ve kterém se emoce dospívajících mění. O smrti mluví abstraktně, používají černý humor, jenž pomáhá zastřít smutek. O zesnulém mluví různě, mohou si jej idealizovat, poté o něm už nikdy nechtějí mluvit. (Colorosová, 2008, s. 52)

Dospívající chápou smrt obdobně jako dospělí, ale s tím rozdílem, že mnohem hůře se s úmrtím blízkého vyrovnávají. Dospívající, jinými slovy adolescent, je zranitelnější než v jakémkoli jiném věku. Tato zranitelnost je způsobená celkovou nezralostí osobnosti, zvýšenou citlivostí, citovou nevyrovnaností. Všechny tyto okolnosti ovlivňující proces truchlení adolescentů. Po smrti blízkého se mohou vyskytnout problémy se školním prospěchem nebo s chováním, mohou se objevit fobie, různé neurózy. Dospívání je typické pro tvorbu vlastní identity, která v případě úmrtí blízké osoby může být značně zasažena. Pro úspěšné zvládnutí těchto obtíží a pro překonání smutku je důležitá podpora, které dotyčnému poskytne sociální okolí. (Kubíčková, 2001, s. 92)

5.9 Truchlení v dospělosti

Dospělý člověk může být charakterizován na příklad tím, že našel své místo ve společnosti, uzavřel manželství, má děti a jistou pozici v zaměstnání. Dospělý člověk je zralý jak z hlediska fyzického, tak psychického i sociálního. Z těchto předpokladů by bylo možné usoudit, že dospělý člověk se s úmrtím vyrovnává dobře a rychle, ale není tomu tak. Dospělý člověk klade důraz na svůj život, na své zdraví, na svou rodinu a jako největšího nepřítele vnímá smrt, neboť vše, co člověk vybudoval, může být rázem zničeno. Proto je téma smrti odsouváno do pozadí, lidé o ní nechtějí mluvit, nechtějí na ni myslet. Několik desítek let je smrt tabuizována. (Kubíčková, 2001, s. 93)

5.10 Truchlení ve stáří

Téma smrt a umírání je ve stáří stále aktuálnější. Smrt se ozývá stále častěji v podobě nemocí, umírání a smrtí vrstevníků. Lidé mají strach ze smrti, ale s přibývajícím věkem se strach ze smrti zmenšuje. Údajně starý člověk je schopný pochopit a přijmout smrt ostatních lidí. Velmi těžce se však staří lidé vyrovnávají se smrtí mladších lidí. Ve stáří může truchlení představovat velké riziko, protože relativně snadno se může transformovat v patologické formy – deprese. Společně se stářím přichází celá řada ztrát – ztráta zaměstnání, ztráta fyzických a duševních sil, ztráta sociálních kontaktů mimo jiné i ztráta partnera a vrstevníků. Jednotlivé ztráty obnovují bolest z předchozích ztrát a nezpracovaný zármutek se prohlubuje. Velmi často jsou vzniklé deprese navenek maskovány, například předstíraným veselím a bezstarostností, zatajováním zdravotních problémů a podobně. (Kubíčková, 2001, s. 95)

Výše byly nastíněny jednotlivé věkové etapy. Nicméně měli bychom mít na paměti, kterou bychom měli mít na paměti je, že dětem musí být umožněn prostor, aby žal prožívaly otevřeně – je nepřijatelné je vidět za padavky či uplakánky. Pokud by došlo k tomu, že jim není dovoleno svobodně vyjádřit své emoce, je možné, dovolím si tvrdit, až jisté, že se v pozdějším věku budou potýkat s problémy, ku příkladu sebelítostí či psychosomatickými příznaky. Jestliže budou mít možnost otevřeně projevit své emoce a trápení, je to jedna z cest, která jim zmírní mnoho šrámů na duši. (Kubler-Rossová, 2003, s. 78)

6 Historický vývoj postoje vůči smrti

Smrt je neustále mezi námi, nicméně naše postoje ke smrti se mění. Každému kdo se narodí, je do vínku dána smrt. Život člověka a jeho smrt jsou ve vzájemném vztahu, život je podmíněn smrtí a smrt podmíněna životem. Biologické zákonitosti řídí život každého živého tvora na zemi, nelze nad nimi zvítězit nebo proti nim protestovat. Člověk má jedinou možnost, a to akceptovat svoji konečnost. Každému čas utíká a nikdy nemá mnoho času, protože čas je limitem. Pokud se člověk vrátí o několik desítek let zpět, lidé vnímali smrt jako významný mezník mezi krátkým a těžkým pozemským životem a nebeským životem věčně blaženým. V minulosti si epidemie a další choroby vyžádaly nespočet obětí. Smrt v raném věku byla častá a rodina, která neztratila alespoň jedno dítě, byla spíše výjimkou. Mnoho dětí se rodilo a zároveň umíralo. Úmrtí až ve stáří bylo spíše výjimkou. Lidé počítali s možností, že jejich čerstvě narozený potomek může zemřít, proto do dětí nekládali příliš citu. To ovšem neznamená, že je nemilovali. (Haškovcová, 2007) Tento fakt se dnes proměnil v běžnou a naprosto „normální“ skutečnost, že lidé umírají ve stáří, v době, kdy už nejsou pro společnost jako celek tolik významní. (Šiklová, 2013, s. 15) Medicína roste a zdokonaluje se, vznikají nové léky, nové metody léčby, a to má vliv na snižující se úmrtnost. Mnoho nemocí, na něž umírali mladí lidé a lidé ve středním věku, se dnes dá úspěšně léčit. (Rossová, 1992, s. 1) Průměrný věk lidstva se zvyšuje, nicméně schopnost přizpůsobit se na změny s věkem slábne, tento proces nelze zastavit. V každém případě je smrt koncem i začátkem něčeho dalšího. (Šiklová, 2013, s. 25)

Jak už bylo řečeno, smrt se v naší kultuře odsunula na okraj každodenního života. Dnešní doba je nastavená jinak, než tomu bylo dříve, je to způsobeno několika faktory - jedním z nich je zaměstnání, poté neustálý spěch a stres. Mnoho lidí umírá v nemocnicích či hospicích. Autorka Šiklová tento jev nazývá ve své knize „Vyhoštěná smrt“ jako „ochocená smrt“. Slovem ochocená míní něco nepřímě spoutané, zbavené divokosti. Není to myšleno doslovně, ale má tím na mysli, že smrt je dnes „hygieničtější“, odehrává se za asistence lékařů a zdravotnického personálu. (Šiklová, 2013, s. 22) Samotná rodina nemocného se nemůže podílet na jeho péči, ať z časových důvodů, s tím souvisejí i finanční záležitosti, nebo v důsledku obavy ze ztráty zaměstnání atd. V minulosti rodiny vnímaly smrt zcela odlišně než je tomu dnes. Lidé byli zvyklí žít společně, starali se jeden o druhého. Staří lidé umírali v domácím

prostředí, rodina včetně dětí byla s přítomností smrti více konfrontována. Celá rodina společně s dětmi se také podílela na péči o nemocného. Smrt byla viditelná, chápána jako běžná součást lidského života. Viditelnost smrti je myšlena tak, že lidé umírali doma, ale i na veřejném prostranství. Děti měly možnost pozorovat chřadnutí a proces, který předchází před smrtí. V tomto prostředí měly prostor najít odpovědi na otázky, jež jim nedaly spát. Tyto odpovědi mohly nalézt pouze tehdy, pokud měly zkušenost s péčí o nemocného, kdežto pro dnešní děti jsou tyto odpovědi bezmála abstraktní, někdy až nepochopitelné. O smrti s dětmi nemluvíme. Jedním z důvodů je ten, že je chceme před tímto poznáním uchránit. I přesto děti o smrti vědí. „Jelikož rodiče s nimi o smrti nemluví, je pro ně tajuplná, tím víc je děsí.“ (Šiklová, 2013, s. 61) Na první pohled to vypadá, že lidé se za smrt stydí. Smrt není ostuda, o smrti by se mělo s dětmi mluvit, je to považováno za správné, stejně tak vzít je na pohřeb nebo není od věci podívat se s nimi na hřbitov. (Šiklová, 2013, s. 63) Dnešní děti jsou obklopeny pouze hezkými věcmi. Média jsou orientována především na zábavu, zdokonalení života. Smrt, nehody a nemoci jsou prezentovány jako senzace, z nichž lidé nabývají pocitu, že se obyčejných lidí netýkají.

Několik desítek let zpět se lidé rodili doma, stejně tak umírali v domácím prostředí. Po smrti následovaly rituály, které rodiny nebožtíka prováděly. Ženy nebožtíka omyly a oblékly do svátečního a blízcí lidé se s ním přicházeli rozloučit. Lidé nad ztrátou svého blízkého truchlili stejně jako dnes, ale věřili v brzké shledání. Vrcholem rituálu byla příprava smutečního obřadu, v němž se pozůstalí mohli rozloučit se svým blízkým, smuteční obřad měl pomoci smířit se s jeho ztrátou. (Jakoby, 2005, s. 13) Každé umírání je úzce spjato s loučením. Tak tomu bylo i dříve. Loučení s tím, co měl člověk rád, s lidmi, které měl rád, zkrátka se vším. Bylo by troufalé tvrdit, že v minulosti lidé neměli strach ze smrti. Pravdou je, že měli, ale odlišný než je tomu dnes. Společnou útěchou byla víra v život po smrti, který nebude plný bolesti, nemocí aj. Lidský pohled na smrt byl značně ovlivněn křesťanskou vírou. (Haškovcová, 2007)

6.1 Smutek se dnes nenosí

Mluvíme-li o smutku, tak v současné době lidé připodobňují smutek k slabosti. Nikdo z nás neví, zda je správné dávat najevo své emoce. Zda je správné plakat, litovat se či nechat se litovat. Velmi často truchlící člověk se stává předmětem pozornosti ostatních, čímž získává pocit, že je ruší z jejich pohody. Ve školním prostředí se to nikterak

neřeší, postačí omluvenka a tím je to vyřešené. Je tedy nevhodné být smutný? V minulosti byl smutek zřejmý navenek. Lidé se oblékali do černých šatů a nosily je třeba ještě rok pro úmrtí blízkého. Změna přišla z generace na generaci. „Nepamatuji si, že bych potkala někoho, kdo by nějakým jasným znamením dával najevo, že má smutek.“ (Šiklová, 2013, s. 94) Když měl někdo smutek, tak v zaměstnání na něj byli ohleduplnější, s tím se dnes nejspíše nesetkáme. Klademe si ale otázku, je to tak správně? Proč si hrajeme na to, že máme být neustále veselí a že lidi nemáme obtěžovat svým smutkem? Lidé se tuto bolest, smutek snaží překrýt různými pilulkami na uklidnění, ale proč? Všichni by měli vědět, že není hříchem o smrti mluvit, ba naopak. Potvrdili by si, že o smrti mohou mluvit, že smrt je součástí života, že mají kolem sebe lidi, kteří jim porozumí. Dnes lidé pláčou, truchlí doma a v zaměstnání a ve společnosti se tváří jakoby nic. Bohužel smrt je vytěsněna z našeho života, který má být pouze radostný a zde není místo na smutné události, nicméně poté se nám vrací v podobě depresí, špatných snů a my se tomu jen a jen díváme. Od truchlícího se lidé odvrací, jedním z důvodů je ten, že nevědí, jak s ním mluvit a jednat. Každý má na paměti, že bychom se k němu měli chovat jinak, tolerovat ho, ale lidé se ztrácejí v tom, že neví, jak mu pomoci. Jediný a spolehlivý návod je ten „nechat ho vypovídat“. (Šiklová, 2013, s. 97)

6.2 Komparace témat smrt a sexualita

Velmi zajímavé je pozorovat pozice témat smrti a sexu. Po dlouhou dobu byl sex tématem, o němž se otevřeně ve slušné společnosti nemluvalo, zato smrt byla brána jako přirozená součást lidského života. V minulém století byly karty obráceny – smrt byla tabuizována a sex je až dodnes tématem neostýchavým, běžným, naprosto otevřeným. Hovořit o sexu je spíše společenskou povinností. O sexualitě se dříve mluvit nemohlo, dnes se o ní mluvit musí. Na tento fakt reagovalo i školství, kdy téma sexuality bylo zařazeno do kurikula škol jako sexuální výchova, někdy jako rodinná výchova. Témata smrti se postupně vytratila, a proto je třeba zvážit jejich vrácení do výchovného procesu. Není nutné zařazovat do škol samostatný předmět thanatologická výchova, ale spíše jde o to, zařazovat témata do různých oborů a disciplín, kde zastává své patřičné místo. (Umírání.cz, 2011)

6.3 Tabuizace smrti očima odborníků

Tematikou smrti se zabývají také sociologové, psychologové a antropologové, sledují, jakou pozici téma smrti zastává ve společnosti. Názory vědců se různí. První teze, smrt je ve společnosti tabuizována, tuto tezi podporují vědci jako Jupp a Walter, kteří poukazují na to, že pozici smrti proměnily ve 20. století dvě světové války, v nichž zahynulo mnoho lidí. Další, kdo se vyjádřil k této problematice, byl sociolog Anthony Giddens, který vysvětluje tabuizaci smrti takto: „o smrti nemluvíme, protože považujeme za samozřejmé, že se jí lidé bojí.“ Nicméně existuje i mnoho dalších názorů, jejichž autoři se s tímto tvrzením neztotožňují a tvrdí, že smrt tabuizována není. Lze tuto tezi opřít o množství filmů a beletristických děl, v nichž lidé umírají, a důležitou roli hraje truchlení. Knihy mluvící o smrti a umírání jsou velmi žádané, patří k bestsellerům. Vedle těchto knih vychází společenské časopisy, ve kterých je možné nalézt problematiku umírání a smrti. Dále jde o psychologickou literaturu, životní příběhy lidí, kde jsou znázorněny pocity, myšlenky a vše, s čím se pozůstalý po smrti blízkého člověka potýká. Místem, kde lidé mohou sdílet svůj žal, je sociální síť Facebook, zde jsou zakládány skupiny, jejichž členové jsou spojeni obdobným osudem, tragédií, která je potkala, jejich součinnost spočívá v tom, že sdílejí své pocity s ostatními.

Vytvořit definitivní závěr, zda je smrt tabuizována či nikoli nelze jednoznačně stanovit. (Umírání, 2011)

7 Truchlící dítě ve škole

V předchozích kapitolách již bylo řečeno, že smrt je vytěšňována na okraj společnosti. Lidé o smrti nemluví a tváří se jakoby smrt neexistovala, i když si každý uvědomuje, že smrt je všudypřítomná v naší každodenní realitě. I přestože je smrt přirozenou součástí našeho života, lidé se chovají, jako by byli nesmrtelní a jako by se jich smrt vůbec netýkala. Faktem je, že rizika nebezpečí smrti byla eliminována (války, nepokoje, násilí, epidemie...), z tohoto faktu lidé vyvodili, že život člověka bývá ukončen ve vysokém věku a smrt, která by nastala dříve z různých příčin, označují jako náhlou a předčasnou. Smrt je spojována výhradně se starými lidmi, proto je vnímaná jako něco vzdáleného, nehmatatelného, co se nachází v poměrně bezpečné vzdálenosti. Se smrtí se setkáváme neustále prostřednictvím médií, která smrt velmi často prezentují jako senzaci. Smrt je zobrazována dětem v počítačových hrách, kdy děti získávají značně zkreslený obraz smrti. Smrt jako taková, je většinou vytlačena z našeho vědomí. Není tedy překvapením, že problematika smrti je vytěšněna i z obsahů vzdělávání.

Zde se nabízí otázka, jestli je možné, naučit se o tomto tématu přemýšlet a mluvit o něm otevřeně.

Škola je institucí, jejíž primární funkcí je vzdělávat, neměla by právě ona nalézt prostor i pro tuto problematiku? Neměla by to být právě ona, která by žákům předávala informace o daném tématu? Témata umírání a smrt jsou opomíjena, o smrti lidé doma nemluví, proto není překvapením, že pro tuto problematiku není místo ani ve škole. Dospělí stále bojují za to, aby děti byly uchráněny před vším, co by je mohlo zranit, otázkou je, zda je to správné a také možné. Tabuizace způsobuje, že děti i dospívající nejsou připraveni na setkání se smrtí blízké osoby. Smrt v našem životě zastává velmi důležitou roli, aniž bychom si ji uvědomovali. Nevyhnutelnost smrti dává našemu životu určitý směr, smysl, vede k uvědomění si životních priorit. Prostor, který by měl být vyhrazen pro toto téma, by mohl být zařazen v rámci disciplín zaměřených na biologii, výchovu ke zdraví, jde o vzdělávací oblast Člověk a zdraví, Člověk a společnost, téma smrti má své místo i v psychologii a filosofii. (Preissová Krejčí, Špatenková, 2013)

Pokud by byla tato témata zařazena do základního vzdělávání, přičemž zatím nejsou, kdo by měl s dětmi o těchto tématech hovořit? Měli by to být učitelé? Jsou jejich

teoretické znalosti dostačující? Povolání pedagoga není snadné, vyžaduje neustálé zvyšování kvalifikace, pedagogické postupy a trendy se stále vyvíjejí a pedagog je nucen vývoj sledovat a přizpůsobovat se. (Preissová Krejčí, Špatenková, 2013)

Jestliže budeme ve škole s dětmi otevřeně mluvit o životě a smrti, je zde jistá šance, že tím můžeme přispět k ulehčení situace. Žáci se mohou o tématu smrti bavit při výuce, jistě v určitých předmětech prostor najde. Společně se mohou zamýšlet nad možnými reakcemi člověka na smrt, mohou být seznámeni s následky této události. Jistě se najde příležitost mluvit s dětmi o smyslu pohřbů pro pozůstalé. Knihy zabývající se touto problematikou mohou být jakýmsi impulsem pro zahájení debaty na toto téma. V případě, že vyučující dostane k tomuto tématu, je nutné, aby výuka probíhala šetrně, ohleduplně, zejména v otázkách víry a dalších.

7.1 Problémy žáka způsobené krizovou situací v rodině

Úmrtí v rodině nebo dlouhodobé onemocnění jednoho z rodičů může negativně ovlivnit školní výsledky žáka. Dytrych společně s Matějčkem tvrdí, že problémy v rodině mohou být příčinou dlouhodobého stresu, který snižuje možnost koncentrace. Kvůli neklidné situaci, která se odehrává v rodinném prostředí, může být zanedbávána i domácí příprava žáka. Většinou se s dětmi nemá kdo učit, nemá jim kdo zkontrolovat domácí úkoly. Během krizové situace se mění žákovo chování. Názorným příkladem může být pozorný žák, u něhož se dostaví problémy s pozorností, veselý a energický žák se transformuje do žáka uzavřeného do sebe, pilný žák začne svojí práci zanedbávat. Žák se může stát lítostivým, ba naopak bolest může krýt vzdorem. (Kyriacou, 2005)

Žáci na stejnou věc mohou reagovat odlišně. Někteří žáci jsou schopni se s problémy vyrovnat téměř s minimálním zatížením, naopak u jiných žáků se mohou v důsledku těchto okolností objevit dlouhodobé stresové potíže. Jestliže je žák dlouhodobě vystaven stresové situaci, může se u žáka objevit porucha chování. Projevem této poruchy bývá mimořádná agrese vůči ostatním, stálé porušování pravidel. Vedle poruchy chování se je možná i porucha emocí, jež bývá projevována tím, že žák je uzavřen do sebe, mohou se objevit deprese a také úzkosti. Velmi často se děti žijí v naději, která v tomto případě neexistuje, bývají naštvané. Jejich pozornost je soustředěna na svět, jež se jim hroučí pod nohama, nedokážou poručit svým

myšlenkám. Právě školní prostředí a náročnost školních úkolů by jim mohla pomoci odpoutat své myšlenky od nynějších problémů. S postupem času se situace může změnit a zlepšit. Je důležité, aby pedagogové byli pozorní a dokázali rozpoznat nesnadnou situaci. Není jednoduché odhadnout to, jak žák situaci zvládne. Každé dítě je jedinečné, není snadné odhadnout proces truchlení. Někteří žáci se dokážou s problémy vypořádat s minimálním zatížením, naopak někteří mohou podléhat dlouhodobým stresovým potížím. Jestliže je žák vystaven dlouhodobému stresu, může se dostavit porucha chování projevující se agresí. Je možné, že se žák uzavře do sebe, mohou se objevit úzkosti a deprese. Nejčastější reakcí žáků na ztrátu milovaného je zloba, stres, uzavřenost, snížená koncentrace, snížená motivace. Dospělí jedinci, kteří v dětství přišli o jednoho z rodičů, mohou trpět psychickými problémy mnohem častěji než ostatní lidé. (Mertlíková, 2013)

Velmi často jsou to děti, které „drží nad vodou“ své rodiče, jen tím že jsou pro ně přítomné, ale o koho se mohou opřít děti? I děti potřebují podat pomocnou ruku ve svém trápení. Dětem by měla být dána láska a věnován jim volný čas. Některé děti nemají to štěstí a život jim přináší nelehké situace, s nimiž si často musí samostatně poradit. Tyto děti se ale prostřednictvím nich naučí rozhodovat samy, jak se svým životem naloží. Dítěti nejčastěji pomůže člověk, který je mu blízký. Žáci by neměli přerušovat přátelství se spolužáky a okolím, protože právě oni jim mohou být hlavní oporou. Velkou roli zde hrají i prarodiče, kteří přispívají k rovnováze. Prostoru prarodičů je většinou klidné, v němž dotyčný načerpá potřebnou pohodu, vstřícnost a porozumění. (Kyriacou, 2005)

Některé děti hledají v krizových situacích pomoc u svých domácích zvířecích mazlíčků. Přátelství mezi člověkem a zvířetem existuje již od pradávna. Mnoho dětí považuje za nejlepšího přítele psa, s nímž zažívá dobrodružství. Příběhy, ve kterých je hlavním motivem přátelství mezi dítětem a zvířetem, jsou velmi oblíbeným žánrem především u žáků nižšího stupně základní školy. Děti někdy u zvířat hledají to, co v rodině postrádají, nahrazují tím tak chybějící mezilidské vztahy. Jestliže je dítě dobrým společníkem, poskytuje zvířeti milující péči, zvířecí společník je k dítěti vstřícný, věrný, nekritizuje ho, je s ním rád, patřičně jeho péči oplácí.

7.2 Role pedagoga v krizové situaci žáka

Pedagog zastává důležitou roli ve třídě. Ovlivňuje to, jak se žáci budou ve třídě cítit, stanovuje pravidla pro vzájemnou komunikaci a usměrňuje správné chování žáků. Učitel může pomoci žákovi, jenž se ocitne v krizové situaci, velmi záleží na kvalitě vztahu mezi žákem a učitelem.

Učitel je pojem, který není přesně vymezen. Pojí s ním mnoho dalších pojmů např. edukátor, pedagogický pracovník, profese. Učitel je jeden ze základních činitelů výchovně-vzdělávacího procesu, který je profesionálně kvalifikovaný, odpovědný za přípravu, řízení a výsledky vzdělávacího procesu.¹ Pedagog je vedle otce a matky třetím členem podílejícím se na vzdělávání dětí. Dříve bylo úkolem učitele především předat žákům poznatky ve vyučování, dnes se profese pedagoga změnila, vedle předávání poznatků, postojů a dovedností, které jsou specifikovány ve formálních kurikulárních programech pro žáky a studenty, jeho činnost byla rozšířena o vytváření klimatu třídy, organizaci činností žáků, hodnocení procesu vzdělání. Pedagog má za úkol nejen žákům předávat znalosti, ale také působit na chování a citění žáků. (Mertlíková, 2013)

Primárními vychovateli a zároveň učiteli jsou rodiče. Až poté přichází učitel ve škole, který nadále rozvíjí tělesný, citový a rozumový základ dítěte. Nástup do povinné školní docházky způsobí změnu dosavadního režimu, na který nejsou děti doposud zvyklí. Je to obrovská změna, děti se musí naučit této změně přizpůsobit. Z předškoláka se stane školák. Už si nebude moci jen hrát, ale čekají ho povinnosti, úkoly a zcela nový režim. Pro mnoho žáků je to náročné období, protože se musí naučit soustředit, celou vyučovací hodinu sedět a dávat pozor. S nástupem do školy, přichází i první učitel, který bývá milován. Žáci k tomuto učiteli vzhlížejí, váží si ho, obdivují ho. Vnímají ho jako vzor, velmi snadno přejímají jeho hodnoty a touží se mu podobat. Teprve později se objevuje kritičtější postoj žáků vzhledem k učiteli.

Učitel se snaží vytvořit příznivé klima a snaží se o podporu žáků. Učí žáky vytvářet vlastní postoje, samostatně přemýšlet o problémech a následně samostatně hledat jejich řešení, dále učí žáky formulovat své myšlenky. Jednou z cest vedoucí k podpoře sebevědomí žáků, je jejich pochvala. I přestože není žák vždy úspěšný, je dobré ocenit jeho snahu. Každý žák potřebuje ochutnat pocit být úspěšný. Úspěch je hnací motor,

¹ Přednášky paní doc. PhDr. Zbudilové, Ph.D.

který žáky posouvá dál, přispívá k jejich radosti. Úspěch vede k radosti a uspokojení. Žáci potřebují cítit, že se o ně někdo zajímá.

Školní úspěšnost žáka může být snížena neradostnými událostmi v rodině. Učitel by měl být všímavý, měl by se informovat o rodinném zázemí svých žáků a respektovat odlišné podmínky v jednotlivých rodinách. Osobnost žáka je ovlivněna rodinou, v níž dítě vyrůstá, proto je nutné s danou rodinou spolupracovat, popřípadě poskytnout pomoc. Pedagog může fungovat i jako rádce v kritických situacích. Je dobré, aby pedagog byl v kontaktu s rodiči, aby mu nebyli jeho žáci cizí. (Helus, 2007) Žák bývá nejvíce ovlivněn rodinou, v níž vyrůstá, nicméně velmi důležitou pozici, podílející se výchově a vzdělání žáka má škola. Žáci pocházející z nevhodného rodinného prostředí si zaslouží větší pozornost. Velmi často tyto žáky hledají pozornost u lidí, kteří se objevují v jejich blízkém okolí. Může jím být třídní učitel na prvním stupni, s nímž dítě tráví velkou část dne strávenou ve škole. Jestliže se žák ocitne v nesnadné situaci, pedagog by se o něho měl zajímat, poskytnout mu pomoc a péči třeba i po skončení výuky. Mezi žákem a vyučujícím se může vytvořit přátelství, žák ve vyučujícím může spatřovat náhradní matku či otce. (Mertlíková, 2013)

V případě, že se žák ocitne v tíživé situaci, úkolem vyučujícího je, identifikovat problém, poskytnout žákovi pomoc při řešení této situace, kterou žák následně ocení. (Kyriacou, 2005)

Žák, který se ocitne v situaci, kdy ztratil blízkého člověka, většinou má potřebu se vypovídat. Pomůže mu, když vyjádří své pocity ze smrti. Je to důležité, protože se míra strachu a zloby většinou zmírní, stejně tak účinkuje pláč, který uvolní emoce žáka. Pedagog by neměl opomenout nabídku rozhovoru s dítětem. Tento hovor by měl být uskutečněn tak, že pedagog spíše naslouchá, než mluví, protože už to je vnímáno jako pomoc. Během rozhovoru by měl být pedagog zvláště vnímavý. Pomoc žákovi je rozčleněna do několika kroků. Prvním z nich je učitelem projevená lítost nad tím, co se stalo a dále otázka, jestli je možné žákovi pomoci. Pokud bude žákovo chování vypovídat o tom, že by žák chtěl o situaci hovořit, vyučující by mu to měl umožnit, v průběhu rozhovoru je možné zhodnotit reakci a zamyslet se nad řešením. Rozhovor musí být provázen příjemným prostředím, vstřícným a ochotným přístupem naslouchajícího. Je dobré dát žákovi čas na přemýšlení a vybrat takovou možnost

pomoci, jež by žák ocenil. Existují jisté fáze, které mohou pedagogovi pomoci rozhovor řídit.

- Naslouchání – je důležité projevit zájem tím, že pedagog bude pozorně naslouchat tomu, co žák říká.
- Zjištění bližších informací o situaci žáka prostřednictvím kolegů, rodičů apod.
- Pedagog by měl být schopen odhadnout míru stresu, celkový stav žáka a poskytnout mu pomoc. (Kyriacou, 2005)

Tato situace a celý rozhovor vyžaduje naprostou diskrétnost vyučujícího. Jestliže pedagog nemá zájem o děti, nemůže jim porozumět, nemůže pochopit jejich problémy a zároveň radosti či starosti. Nicméně pedagog by měl být ten, kdo by měl žákům pomoci. Měl by být pro žáky oporou. Žáky by měl vychovávat podle nejlepšího vědomí a svědomí, učitel není člověk, který je zahleděný pouze do sebe, ale měl by žít pro děti. Otázkou je, zda jsou všichni učitelé opravdu takoví.

7.3 Pomoc pedagoga truchlícímu žákovi

Je možné si představit, co prožívá člověk, který přišel o někoho blízkého? Okolí truchlícího člověka marně přemýšlí o tom, jak dotyčného podpořit. Velmi často se okolí pozůstalého dostane do situace, ve které řeší, jakým způsobem s dotyčným mluvit, jak se k němu má chovat. Škola je prostředím, v němž tráví žáci mnoho času, a proto určitým způsobem ovlivňuje jejich životy. Přístup pedagoga v těchto situacích může být klíčový.

Existuje několik rad, které by mohly pedagogům pomoci.

- 1) Je důležitá informovanost o dané situaci, stejně tak důležitá je komunikace s rodinou.
- 2) Pedagog by měl uvažovat o tom, jakým způsobem by mohl pomoci.
- 3) Poskytnout truchlícímu žákovi dostatek času, než se s bolestí vyrovná.
- 4) Pedagog by měl respektovat zvolenou cestu, jíž žák truchlí.

- 5) Pedagog by měl pomoci třídnímu kolektivu, jak se k žákovi mají chovat, protože spolužáci mohou být zmatení.
- 6) Pedagog by měl být připravený neustále naslouchat.
- 7) Žáci ocení upřímnost, i přestože je to někdy obtížné, ale vyučující by měl být upřímný.
- 8) Používat slova s jasným významem, nezjemňovat, může to způsobit zmatek.
- 9) Hovořit se žákem o zemřelém, sdílet vzpomínky. V žádném případě nezlehčovat situaci.
- 10) Vytvořit prostor pro uvolnění emocí (například nakreslit obrázek) V žádném případě neporovnávat se svými zkušenostmi.
- 11) Ujišťovat žáka, aby nepodlehл pocitu provinění za smrt blízkého člověka.
- 12) Pasivita, či nedostatek reakcí truchlícího žáka není nezáměr, ale může to být způsobeno neschopností soustředit se. Myšlenky truchlícího žáka utíkají k oné události. (JinejSvět.cz, 2013)

Pedagog by měl být empatický směrem k dětem, naslouchat jim, zajímat se o jejich starosti a radosti, měl by mít zájem jim pomoci, když potřebují. Pedagog by měl myslet na okolnosti, které znesnadňují působení žáka ve škole, mohou mít vliv i na jeho školní výsledky. Pedagog by vše měl vést v patrnosti a podle toho k žákovi přistupovat. Empatický by měl být nejen pedagog, ale i spolužáci, se kterými truchlící žák přichází každodenně do styku. Vyučující, stejně jako ostatní, se mohou ocitnout v situaci, ve které neví, co říkat, jak se k truchlícímu žákovi chovat, i tak mohou být zmatení spolužáci, proto je důležité, aby vyučující pomohl a poradil spolužákům, jak se k dotyčnému chovat.

Prostřednictvím výchovy může pedagog žákům sdělit fakt, že smrt je přirozenou součástí života. Je dobré, aby děti pochopily, že smrt není nutné vnímat pouze jako něco zlého, ale může nám život proměnit „na každém konci je hezké to, že něco nového začíná.“

8 Praktická část

Tématikou smrti se zabývalo mnoho odborníků, bylo sepsáno mnoho publikací věnující se této problematice. I někteří studenti se již obdobným tématem zabývali ve svých diplomových pracích. Bylo získáno mnoho poznatků, kdy toto téma bylo pojato z různých úhlů. Snaha o přesnost a věrohodnost získaných údajů jsou klíčové faktory, které mě vedly k tomu, aby byl výzkum uskutečněn kvalitativně nikoli kvantitativně. Prostřednictvím kvalitativního výzkumu lze získat přesnější materiál, s nímž lze pracovat.

Cíl výzkumu

Hlavním cílem mého výzkumu bylo zmapovat zkušenosti učitelů, kteří se setkali s žákem vyrovnávajícím se smrtí blízké osoby, dále zjistit, jaké postupy byly voleny v krizové situaci. Jaké zkušenosti a postoje mají učitelé k otevírání tématu smrti v rámci výuky.

Výzkumné otázky:

- 1) Jak se pedagog dozvěděl o situaci žáka a jak bezprostředně reagoval?
- 2) Jak se žák projevoval?
- 3) Jaký postup pedagog volil?
- 4) Seznámení spolužáků a ostatních pedagogů s danou situací?
- 5) Jaký je postoj pedagoga k tématu smrti ve výuce?
- 6) Jaký je postup pedagoga, jenž doporučuje, v krizové situaci žáka?

Metodika výzkumu

Za účelem větší detailnosti jsem se rozhodla použít kvalitativní výzkum, tedy výzkum, který je zaměřen na jednotlivce, skupiny a jejich interpretace dané problematiky. Shrnuje informace o konkrétním chování vybraných jedinců a o jeho kontextu. Velmi často bývá uskutečněn formou rozhovoru. (Hendl, 2005) Umožňuje proniknout do problematiky mnohem hlouběji a znázorní pohled pedagogů 2. stupně ZŠ.

Metoda sběru dat

Sběr dat byl uskutečněn formou rozhovoru, která spočívá v dotazování. Je možné použít rozhovor nestrukturovaný, velmi často se používá v kvalitativním výzkumu, dále strukturovaný, skupinový, skrytý či řízený apod. V tomto případě byl použit rozhovor strukturovaný, v němž osnovu tvořily předem připravené otázky.

Výběr a kontaktování respondentů – představení výzkumného souboru

Pro výzkum byly vybrány respondentky s dlouholetou praxí, některé jsou ve funkci výchovného poradce.

Tab. 1: Respondentky

Jméno	Délka praxe	Role učitele ve škole
Dagmar	25 let	Učitelka na 2. stupni speciální školy
Eva	nad 20 let	Asistentka pedagoga
Jana	22 let	Učitelka 2. Stupně ZŠ, výchovný poradce
Gabriela	23 let	Učitelka 1. Stupně ZŠ
Markéta	18 let	Učitelka SŠ, výchovná poradkyně

Zdroj: vlastní zpracování

Nejprve byl stanoven cíl výzkumu, dále byly vytvořeny otázky pro pedagogy. Zda jsou otázky stanoveny správně, bylo ověřeno v pilotním šetření.

Poté bylo vybráno pět pedagogů, kteří se setkali s žáky, jimž zemřela blízká osoba. Pedagogové, zvláště pak třídní učitelé, byli nuceni se k této situaci postavit a jistým způsobem ji řešit. Jde o pedagogy z různých základních škol. Potřebné informace byly získány pomocí strukturovaného rozhovoru obsahující otevřené otázky. Díky

strukturovanému rozhovoru bylo minimalizováno nebezpečí odchýlení se od původního záměru.

Rozhovory byly uskutečněny v prostředí základních škol, byly tvořeny souvislým monologem respondenta, respondentky, jenž byl rozvíjen doplňujícími otázkami. Celý rozhovor byl nahráván, bohužel, některé respondentky odmítaly použití diktafonu, proto byly informace zapisovány na papír.

V úvodu každé kazuistiky jsou stručně zapsány úvodní informace o daném vyučujícím. Poté následují odpovědi na jednotlivé otázky. Závěrem je shrnutí výpovědí na výzkumné otázky, následné porovnání jednotlivých výpovědí. Výstupem praktické části je shrnutí jisté doporučení vyučujících, jak je možné pomoci truchlícím žákům.

8.1 Přehled otázek ke strukturovanému rozhovoru

- 1) Máte přehled o rodinném prostředí, v němž žáci vyrůstají? V současné době je mnoho dětí, které pocházejí z neúplných rodin, se kterými typy neúplných rodin jste se setkala během Vaší praxe?
- 2) Jakým způsobem se k Vám dostala informace o úmrtí blízké osoby žáka? Kdy jste byla informována o vzniklé krizové situaci? Jaká byla Vaše první reakce?
- 3) Přemýšlela jste o tom, jak žákovi pomoci, jaký zvolit druh pomoci, kterou by žák přivítal? Měla jste možnost tuto situaci s někým řešit?
- 4) Jak se žák choval? Změnilo se jeho chování vzhledem ke svému okolí, vzhledem ke spolužákům a ke škole?
- 5) Kontaktovala jste žáka osobně? Jak žák reagoval? Jak probíhal tento rozhovor?
- 6) Ovlivnila krizová situace práci žáka a jeho školní výsledky? Potřeboval/a od Vás úlevu v učivu a podporu v zármutku? Potýkala/a se žák či žákyně s nějakými problémy ve škole během krizové situace?
- 7) Mluvili jste o dané situaci v rámci celé třídy? Otevřel toto téma někdo v rámci třídy?
- 8) Myslíte si, že je dobré promluvit o dané situaci se spolužáky? Informovala jste ostatní vyučující o problémech žáka?

- 9) Jak vnímali tuto situaci spolužáci ve třídě? Přemýšleli nad tím, jak se mají chovat k truchlícímu žákovi?
- 10) Jaký máte zpětně pocit ze situací, které proběhly, mělo se udát něco jinak? Podařilo se Vám dotyčnému pomoci v jeho situaci? Jaké máte zkušenosti s řešením žakových problémů týkajících se rodiny? Všimla jste si v průběhu Vašeho působení na základní škole nějakých změn? Popřípadě jakých?
- 11) Je vytvořen na Vaší škole formální postup při krizové situaci v rodině žáka? Jestliže ano, co obsahuje? Jaký postup volíte Vy v této situaci? Ztotožňujete se s doporučeným postupem?
- 12) Vnímáte pozici pedagoga v této situaci jako důležitou? Uvítala/a byste v takové situaci nějakou pomoc? (pomoc odborníků, teoretické znalosti získané na pedagogické fakultě, nebo prostřednictvím literatury)
- 13) Povídat si s dětmi o tématech týkajících se rodiny? Narazili jste někdy během výuky na téma smrt? Jak vysvětlujete žákům smrt a umírání?
- 14) Máte nějaké doporučení, které by žákům usnadnilo a pomohlo zvládnout danou situaci? Doporučila byste Vašemu žákovi nějakou knihu?
- 15) Jak může vyučující truchlícího žáka podpořit? Máte nějaké rady, jak by měl vyučující v této situaci jednat?

8.2 Výsledky rozhovorů

8.2.1 Rozhovor s paní Dagmar

Jméno: Dagmar

Délka praxe: 25 let

Role učitele ve škole: učitelka na speciální škole 2. stupeň

Paní učitelka Dagmar má mnoho zkušeností, protože za svoji praxi prošla různými pracovními pozicemi, z tohoto důvodu se mohla setkat s celou řadou problematických situací. Kromě výuky na základní škole působila také ve výchovném ústavu, kde byly rodinné vztahy velmi komplikované a většinou i patologicky ovlivněné. Řadu zkušeností získala i při práci v etopedické poradně.

Paní učitelka říká, že o prostředí, v němž žáci vyrůstají, má přehled. Dále uvádí, že se nejčastěji setkala s dětmi pocházející z rozvedených rodin, kde vychovává rodič sám nebo kde místo chybějícího rodiče zaujal nový partner. U některých dětí byl styk s rozvedeným rodičem bez problémů, jinde byly různé komplikace. Dále se setkala s dětmi s náhradní péčí u prarodičů, u jiných příbuzných nebo v pěstounské péči.

Informace o úmrtí blízké osoby přinesl pozůstalý rodič nebo jiný rodinný příslušník, v některých případech paní učitelku informovalo dítě samo. V naprosté většině byla paní učitelka informována bezprostředně po krizové události. V komunikaci s takto postiženým žákem respondentka vycházela ze znalosti jednotlivých fází truchlení. Prvotní reakcí je šok z nastalé situace a zoufalství, kdy je třeba být empatický, ale současně taktní. Je třeba dítěti nebo mladistvému poskytnout potřebnou emoční oporu nejlépe v soukromí. Dále je také třeba velmi taktně informovat ostatní děti.

Při rozhodování o způsobu pomoci žákovi v krizové situaci záleží na okolnostech, např. dalších oporách v rodině, velmi důležitý je věk dítěte. V takovém případě je potřeba poskytnout emocionální oporu, a pokud je to nutné, doporučit i krizovou intervenci u odborníka. Je nutné respektovat fáze truchlení a taktně usměrňovat interakci s ostatními žáky. Paní učitelka se setkala s případem, kdy žákovi zemřel otec při autonehodě, matka byla těžce zraněna, ale přežila. V takové chvíli byla pomoc pedagoga, tedy respondentky, více než nutná.

V případě, který paní učitelka popisuje, se jednalo o velmi inteligentní dítě, mladého chlapce v 9. třídě. Byl šokován, ale ve škole neplakal. Navíc hlavně v počátečním období měl ještě starost o zraněnou hospitalizovanou matku. Vzhledem k věku spolužáků se dalo z jejich strany předpokládat empatické chování. Chlapec se v soukromí svěřil se svými pocity a mimo třídu plakal. Jeho chování k ostatním a ke škole se však nezměnilo, i když zpočátku byl samozřejmě smutný a nepozorný.

Paní učitelka chlapce kontaktovala bezprostředně po smutné události a vedla s tímto žákem hodně rozhovorů po dobu osmi měsíců. Vyhledal ji i poté, co opustil základní školu. V životě jakéhokoli člověka nemůže být taková událost předmětem pouze jednoho kontaktu. Smířování se ztrátou milované osoby je proces, který je třeba respektovat. Z počátku hlavně naslouchala a snažila se chlapce emocionálně podpořit, pracovala s jeho pocity beznaděje, úzkosti a uvědoměním si nezvratnosti této události. Po několika měsících bylo možno začít budovat perspektivu.

Úleva ve školních povinnostech byla chlapci poskytnuta automaticky. Vzhledem k inteligenci chlapce k výraznému zhoršení nedošlo a jeho výkon se po dvou měsících srovnal na úroveň výkonu před událostí. Při rozhovorech uváděl, že mu práce ve škole i mimo školu pomáhá na přechodnou dobu vytěsnit negativní pocity. Pochopitelně se v prvním období po úmrtí otce nechoval tak, jak bylo u něj dříve obvyklé a teprve po několika měsících se začínal stabilizovat. Snažil se však zapojovat i do akcí, které bezprostředně nesouvisely s výukou.

O celé situaci paní učitelka hovořila se třídou v nepřítomnosti postiženého žáka, aby byli spolužáci informováni. Doporučila jim několik pravidel, jak se k němu mají v tomto období chovat. Jednalo se především o ohleduplnost, respektování jeho smutku, taktní nabídnutí pomoci se školními i domácími povinnostmi. Pro celou třídu to byla samozřejmě rovněž zátěžová situace.

Rozhovor se spolužáky byl určitě velmi prospěšný a velmi přispěl k jejich zklidnění a pochopení vzniklé situace. Kolegové z učitelského sboru byli rovněž informováni, zpráva o úmrtí v rodině žáka se rychle rozšířila. Ve třídě učili i jiní učitelé a bylo nezbytně nutné promluvit o situaci se všemi kolegy.

Spolužáci se snažili být empatičtí a poskytnout chlapci oporu, ale vzhledem k mládí a nezkušenosti byli rozpačití. Větší podporu mu samozřejmě poskytovali spolužáci, se kterými měl bližší vztah a se kterými kamarádil i mimo školu.

Paní učitelka nemá pocit, že by v tomto procesu došlo k zásadním chybám. Vzhledem k tomu, že ji chlapec sám, nebo i s maminkou vyhledával i po ukončení základní školy, vypovídá to o jisté důvěře, kterou k ní měli. Z této výpovědi lze vyvodit, že poskytnutá pomoc měla smysl a usnadnila chlapci překonání krizového období. Spolupráce učitele s rodinou je ve školní praxi nezbytná a měla by být trvalá. Dlouhodobá spolupráce učitele s rodinou vytváří předpoklady pro úspěšnější zvládnutí vzniklé zátěžové situace.

Paní učitelka není informována o tom, zda je ve škole vytvořen formální postup pro pomoc pedagoga při krizové situaci v rodině žáka. Nicméně učitelé jsou dostatečně emočně inteligentní, aby krizovou situaci zvládli.

Pozice pedagoga je ve výchovném procesu vždy důležitá a to platí zejména v jakékoli zátěžové či krizové situaci. Teoretické znalosti získané na pedagogické fakultě či studiem odborné literatury je třeba trvale rozvíjet, obohacovat o vlastní zkušenosti,

konzultovat s kolegy a s odborníky souvisejících oborů. Při řešení extrémních případů je žádoucí přímo požádat o pomoc odborníka z oblasti klinické psychologie nebo krizové intervence.

Témata týkající se rodiny jsou ve školním vzdělávacím programu zařazena v předmětech jako výchova k občanství, základy společenských věd nebo výchova ke zdraví. Na téma smrti mluví děti většinou v souvislosti s jejich prarodiči. Rozhodně se tomuto tématu při vhodném vedení nevyhýbají. Záleží na věku dítěte, jinou formu je třeba volit na prvním stupni, jinou na druhém stupni. U malých dětí je smrt abstraktní pojem, později se jí začnou děsit. Starší děti už začínají chápat smrt jako přirozenou součást života.

Obecné doporučení, které by žákům pomohlo zvládnout danou situaci, paní učitelka nemá. Jedná se o velmi citlivou záležitost a v jednotlivých případech je nutno postupovat individuálně dle okolností, rodinného prostředí a především dle osobnosti žáka samotného. Bezprostředně po smutné události zřejmě není účelné doporučovat nějakou knihu, v pozdějším období opět záleží na okolnostech a individualitě žáka.

Ve fázi šoku je třeba truchlícímu žákovi poskytnout především emocionální oporu a pocit blízkosti. Pokud se jeho smutek projevuje hněvem, agresí nebo sebeobviňováním, je třeba tyto emoce taktně tlumit. Je třeba postiženému žákovi naslouchat, nekritizovat jej, nepoužívat příkazy „musíš“, „nesmíš“. Ve fázi zoufalství opět maximálně využít emoční inteligenci, žáka povzbuzovat a podporovat. Je třeba si uvědomit, že truchlení je nutné a důležité. Po překonání tohoto období je teprve možné začít budovat perspektivu, pomáhat s plány do budoucna a rozvíjet pozitivní přístup k životu.

8.2.2 Rozhovor s paní Evou

Jméno: Eva

Délka praxe: nad 20 let

Role učitele ve škole: asistentka pedagoga

Paní učitelka si udržuje přehled o rodinném prostředí svých žáků. Získává jej přímým kontaktem s dětmi, pozorováním jejich chování a v potřebných případech též

komunikací s jejich rodiči. Kromě dokumentů považuje za velmi důležitou emoční inteligenci. Typy neúplných rodin, s nimiž se setkala:

- Děti opuštěné z rozvrácených rodin.
- Děti zemřelých rodičů po tragédii.
- Děti vychovávané pouze otcem nebo pouze matkou.
- Děti odebrané v rodině následkem trestné činnosti.

První zkušenosti s krizovými situacemi získávala při práci se žáky v dětském domově a informace přicházely především od dětí. Za nejdůležitější přístup považuje chápavě vyslechnout žáka a být přístupná jeho sdělení. K jeho emocím je nutno přistupovat velmi citlivě a snažit se odvést jeho pozornost od sebeobviňování. Vztah k žákovi vyjádřit např. „vím a cítím s tebou“ nebo „budeš-li chtít, vyslechnu tě“. S pomocí nenaléhat a vyčkat jeho zájmu a potřeb.

S podobnou situací se setkala bezprostředně pouze dvakrát, častěji tuto situaci zaznamenala ve svém okolí. Za nejúčinnější způsob postupu v prvním období po smutné události pokládá osobní kontakt se žákem a citlivý i chápavý rozhovor. Vhodným a nenásilným způsobem ho ujistit o své pomoci a podpoře.

V prvním případě bylo vnější chování dítěte extrovertní a sangvinické, probíhal u něj vnitřní boj, projevovala se uzavřenost v osobních věcech. Bylo zřejmé, že situaci silně prožívá a pohybuje se v začarovaném kruhu, tento stav probíhal poměrně dlouho.

Ve druhém případě po překonání smutku a připuštění ztráty žák přijal situaci jako fakt. Pozvolna pak došlo k postupnému vytrácení problému a opětovnému začlenění do kolektivu.

Ve druhém případě paní učitelka nechala žáka vyprávět příjemné zážitky s otcem, vzpomínky na hry a na společné dovolené. Snažila se jej ujistit, že otec v člověku zůstává napořád. Ve svých rozhovorech vedli společné úvahy, jakým směrem se bude ubírat jeho další život bez otce. V některých věcech se dítě snažilo zaujmout pozici chybějícího rodiče, přijmout zodpovědnost ke svým úkolům.

V obou popisovaných případech došlo k přechodnému ovlivnění práce žáků ve škole i k jiným problémům, jejich průběh i doba trvání se však lišily.

V prvním případě došlo ke zhoršení studijních výsledků, snížení soustředění a k nedostatku zájmu o výuku. Žák vyhledával únikové činnosti i laciné zábavy. V průběhu roku se situace zlepšila.

Ve druhém případě trvala dezorientace zhruba jeden měsíc, poté nastoupila větší zodpovědnost a opravdovější přístup ke školním povinnostem, i k jiným činnostem.

V rámci celé třídy paní učitelka vzniklou situaci neprobírala, neboť tyto úkoly jsou mimo její roli na pracovišti.

Považuje však za velmi nutné probrat vzniklou krizovou situaci s třídním kolektivem. Snažit se třídu vést k pochopení stavu, v jakém se jejich spolužák nachází a požádat o jejich maximální ohleduplnost. Informování ostatních vyučujících o problémech žáka pokládá za samozřejmost.

V podobných situacích se přiklání k co největší otevřenosti a informovanosti. Pokud jsou žáci otevřeně a pravdivě informováni, přispívá to k jejich snaze situaci řešit a postiženému spolužáku pomáhat.

Při zpětném hodnocení postupu při řešení proběhnuvších situací nenachází paní učitelka zásadní pochybení. Je přesvědčena, že zvolený postup přispěl ke zklidnění emocí postiženého žáka a k nalezení východiska z krizové situace. Za velmi důležitou a svým způsobem rozhodující pokládá emoční inteligenci pedagoga.

Emoční inteligence podle ní představuje porozumění dětem i rodičům a otevřenou komunikaci, což ve svém výsledku přináší úspěch. Naopak každá minusová hodnota znamená problémy a neúspěch.

Paní učitelce není známo, zda byl na škole vytvořen formální postup řešení při krizové situaci v rodině žáka. Sama jednoznačně preferuje individuální přístup a respektování odlišností vzniklých situací i rozdílných povah postižených žáků.

Pozice pedagoga je podle ní v krizových situacích velmi důležitá. Znalosti je třeba získávat z odborné literatury, využívat i vlastní zkušenosti a dle potřeby konzultovat tuto problematiku s příslušnými odborníky.

Téma smrt je nutno dětem vysvětlovat velmi citlivě. Při vysvětlování je dobré vycházet z filozofie, že smrt je přirozenou součástí života, která podléhá přírodním zákonům.

Trpícím se uleví a s vlastní sebeláskou si musí poradit každý sám. Dětem však je třeba vysvětlit, že existence zemřelých se z našeho života nevymaže a pokračování jejich odkazu se přenáší do dalších generací.

Doporučení, které by mohlo v jednotlivých případech postiženým žákům pomoci, paní učitelka nemá. Tyto záležitosti jsou podle ní zcela individuální a nechce se pouštět do teoretizování. Totéž platí o případném doporučování vhodné literatury.

S truchlícími žáky je třeba jednat s citem a upřímně. Být jim ve škole oporou, sledovat pozorně jejich chování a nepřetržitě s nimi komunikovat.

8.2.3 Rozhovor s paní Janou

Jméno: Jana

Délka praxe: 22 let

Role učitele ve škole: učitelka druhého stupně základní školy. V posledních dvou letech ve funkci výchovného poradce.

Přehled o rodinném prostředí, v němž žáci vyrůstají, si paní učitelka vytváří především u problémových žáků. Některé děti samy sdělují určité informace o své rodině, jiné zná ze sousedství nebo zprostředkovaně od kolegů. U některých bezproblémových dětí však za celou dobu jejich školní docházky nepoznala blíže jejich rodinné poměry.

Během své praxe se setkala s následujícími typy neúplných rodin:

- Nesezdaná matka samoživitelka s dětmi.
- Rozvedená matka s dětmi bez stálého partnera.
- Dočasně osamělá matka s dětmi (otec ve výkonu trestu).
- Samotný otec s dětmi (matka zemřela).
- Samotná matka s dětmi (otec zemřel).
- Babička s vnukem (otec zemřel, matka odešla a byla zbavena rodičovských práv).

Informaci o úmrtí blízké osoby žáka získala od pana ředitele a od kolegyně, v jiném případě tuto informaci dostala od svých známých. Většinou byla informována téměř bezprostředně, došlo však i k situaci, kdy se o smrti rodiče žáka dozvěděla až při zjišťování příčin změn v jeho chování. Její reakcí na tuto zprávu byl především šok a soucit se žákem i jeho rodinou.

Vzniklou krizovou situaci probrala paní učitelka se svými kolegy v kolektivu učitelů ve sborovně. Jednoznačně se shodli na taktním, ohleduplném a vstřícném přístupu k postiženému žákovi. Poté nabídla žákovi možnost si nerušeně pohovořit, na rozhovor však nenaléhala a vyčkala na zájem ze žákovy strany. V osobním rozhovoru vyslechla všechny strasti a problémy, s nimiž se žák v důsledku smrti blízké osoby potýká. Zároveň jej ujistila o své podpoře a nabídla mu všestrannou pomoc.

Reakce na krizovou situaci a její prožívání bylo u různých žáků rozdílné:

- Uzavřenost, zamlklost, sklíčenost (+ došlo ke zhoršení prospěchu).
- Podrážděnost, vznětlivost, popudlivost (+ došlo ke zhoršení prospěchu).
- Na žákyni nebyla patrná žádná změna v chování, nezměnil se ani prospěch, zaznamenala i snahu ze situace profitovat.

Paní učitelka kontaktovala toho žáka, kterého vyučovala jako třídní učitelka. Při rozhovoru byla velmi dojatá a sama se neubráníla slzám. Vyslechla, jak chlapec situaci prožívá, vnímala jeho smutek a pocity bezmoci. Nabídla mu možnost kdykoliv přijít, vypovídat se, probrat spolu problémy.

Ujistila jej o své podpoře a ochotě mu v jeho situaci pomáhat. Z jeho chování měla dobrý pocit a nabyla dojmu, že rozhovor mu přinesl určité zklidnění a zlepšení psychického stavu.

Smrt v rodině práci žáka a jeho školní výsledky nepochybně ovlivní. Pokud je učitelé tato skutečnost známa, určitě žákovi úlevu v učivu poskytne, bez ohledu na to, zda ji potřebuje. Pro truchlící dítě je upřímně míněná podpora v zármutku velmi cenná.

Obtížný je případ, kdy žákovi zemře rodič (otec) za podivných okolností (např. vražda). Tyto okolnosti jsou pak předmětem komentářů spolužáků, jimž musí čelit.

V popisovaném případě přišli někteří žáci paní učitelce oznámit, co se stalo, a ptali se, zda o tom ví. Následně probrala situaci jejich kamaráda v rámci celé třídy, samozřejmě v době, kdy dotyčný žák nebyl přítomen.

Považuje za zcela nezbytné a prospěšné upozornit spolužáky na krizovou situaci a vysvětlovat jim, jak se daný žák v této situaci cítí a co prožívá. Je třeba u nich vzbudit empatii, vyzvat je ke vstřícnosti a taktu. Požádat je, aby brali ohled na možné změny v jeho chování či v jeho náladě a aby k němu byli tolerantní.

Rovněž pokládá za nutné, že každý třídní učitel by měl své kolegy o takové situaci informovat. V dané situaci to samozřejmě udělala a své kolegy o události v žákově rodině neprodleně informovala.

Při rozhovoru s celou třídou i následně po něm zaznamenala zájem spolužáků o chlapcovu situaci. Někteří spolužáci o této záležitosti velmi přemýšleli. Diskutovali s paní učitelkou i navzájem mezi sebou. Pro většinu z nich se tedy jednalo rovněž o zátěžovou situaci, ptali se zejména, jak mají s dotyčným mluvit o zemřelé osobě a jak se k němu mají chovat.

Po určitém časovém odstupu od popisované události si paní učitelka stále není jistá, jak zpětně tehdejší řešení zhodnotit. I když po rozhovoru pozorovala určité chlapcovo zklidnění, je velmi těžké posoudit, zda byla pomoc užitečná a nakolik pomohla ke zmírnění bolesti. Nicméně ji nenapadá nic dalšího, co by tenkrát měla udělat jinak. Obecně lze říci, že řešení jakýchkoliv problémů týkajících se rodiny, je věc velmi citlivá a ošemetná. I dobře míněná intervence by mohla být špatně vyložena.

Na škole, v níž paní učitelka působí, není vytvořen formální postup při krizové situaci v rodině žáka. Domnívá se, že záleží na taktu a empatii každého pedagoga (člověka), jak se k problému postaví. Formální postup „předepsaný shora“ by podle jejího názoru uspokojivému vyřešení problému příliš nepomohl.

Pozice pedagoga je v krizové situaci rozhodně velmi důležitá. Škola je prostředím, kde žáci tráví většinu času. Mají tu kamarády, záleží jim na tom, jak je přijímají a jak je hodnotí. Učitel může svým přístupem názory žáků hodně ovlivnit a formovat jejich postoje. Může do určité míry „manipulovat s davem“.

Pomoc odborníka by paní učitelka v této situaci určitě uvítala. Zřejmě by ale šlo jen o obecná doporučení, která by bylo nutné modifikovat na konkrétní okolnosti. V této souvislosti připomíná zejména odlišné prostředí v různých rodinách, individuální povahy postižených žáků i často rozdílné vztahy v třídních kolektivech.

Na téma smrt a umírání paní učitelka s dětmi hovoří, neboť předmět „Výchova ke zdraví“ to přímo vyžaduje. Je učitelkou přírodopisu, tudíž témata života a smrti zmiňuje ve výuce poměrně často. Vysvětluje dětem, že z biologického pohledu smrt znamená zastavení životních funkcí (zástava srdce, dechu). Umírání je vlastně ještě život, jeho poslední fáze. Smrt má určitě své příčiny, stáří či nemoc, ale občas i tragédie – utonutí, havárie, udušení, úraz, zabití, vražda. Žáci zmiňují posmrtný život (život po životě), rádi se pouštějí do filozofických debat. Ptají se „Co je to duše?“. Tady vstupuje učitel na velmi tenký led. Diskusím na tato témata se paní učitelka nebrání, samotnou ji jako dítě zajímaly. Především však, že zde není žádná správná a ověřená odpověď.

Paní učitelka si nemyslí, že by mohla dávat nějaká doporučení, která by žákům usnadnila a pomohla zvládnout krizové situace. Obecně se domnívá, že je třeba o smrti blízkého člověka mluvit. Vypovídat se, i když ne každý to dokáže (nebo je přístupný hovor). Rozebrat s žákem, co ho trápí, čím se zabývá, sejmut z něj tíhu viny za smrt blízké osoby. Osvědčilo se jí poskytnout dítěti vlastní zkušenost se smrtí, vlastní pocity z období truchlení. Poradit postiženému žákovi, aby myslel a vzpomínal na to dobré a krásné, co s danou osobou prožil. Četla několik knih, v nichž je téma smrti beletristicky zpracováno, ale doporučovat dítěti nějakou z nich si netroufá. S odbornou literaturou zabývající se problematikou umírání a smrti zkušenosti nemá.

K podpoře truchlícího žáka lze podle paní učitelky přispět především takto:

- Komunikovat se zbytkem rodiny, snažit se jí vyjít vstříc.
- Oznámit situaci kolegům vyučujícím.
- Probrat situaci ve třídě se spolužáky, apelovat na jejich empatii.
- Nabídnout dotyčnému pomoc, možnost vypovídat se, pomoci mu rozebrat problémy, které jej trápí a naznačit mu jejich řešení.
- Být tolerantní k projevům, s nimiž se žák vyrovnává se ztrátou blízké osoby.

8.2.4 Rozhovor s paní Gabrielou

Jméno: Gabriela

Délka praxe: 23 let

Role učitele ve škole: třídní učitelka na 1. stupni

Paní učitelka si udržuje přehled o rodinném prostředí, v němž její žáci vyrůstají. Během své praxe se setkala nejčastěji s dětmi pocházející z rozvedeného manželství, v němž žáci žijí především s matkou. Paní učitelka si vzpomněla pouze na jediný případ, kdy žák žil pouze s otcem, matka o něho nejevila zájem. U žáka vznikaly problémy ve škole, u chlapce se projevilo agresivní chování, chlapec velmi špatně nesl tuto situaci. Paní učitelka má zkušenost i s rozvodem probíhajícím v průběhu školního roku. Popisuje, že u žáků, zasažených rozvodovým řízením, pozorovala změnu chování. Další zkušeností se týkala žákyně, které zemřel otec.

Vzájemnou komunikaci s dětmi považuje paní učitelka za mimořádně důležitou. Každý týden je vytvořen prostor pro třídnickou hodinu. V této hodině žáci společně s paní učitelkou utvoří tzv. komunitní kruh, v němž si povídají, sdělují, co se během týdne stalo nového, co žákům udělalo radost či co se nepovedlo. V rámci komunitního kruhu se paní učitelka několikrát od žáků dozvěděla o smrti blízké osoby, žáci sami sdělili tuto informaci. Ihned po tomto sdělení paní učitelka nabídla pomoc prostřednictvím rozhovoru. Zdůraznila, že je důležité nechat žáka vypovídat, pokud o to samozřejmě stojí, dále je třeba projevit pochopení pro smutek.

Při řešení krizových situací se paní učitelka řídila především svou empatií. Velký důraz klade na projevení zájmu a pochopení. Je důležité nabídnout dítěti pomoc formou rozhovoru. V případě, že žák nechce komunikovat, je na místě obrátit se na pedagogicko – psychologickou poradnu. Velmi účinná je i spolupráce s pozůstalými, s nimiž je třeba hledat další způsoby vedoucí k účinné pomoci truchlícímu dítěti.

Zkušenosti paní učitelky jsou především s probíhajícími rozchody a rozvody rodičů. Děti bývají spíše tiché, smutné, někdy se u nich projevuje agresivita, jindy bývají naopak plačtivé a dochází ke zhoršení prospěchu. Nicméně to je pouze přechodné a po zklidnění situace se chování dítěte opět stabilizuje.

Osobní kontakt s truchlícím žákem by měl proběhnout co nejdříve. Když se paní učitelka dozvěděla informaci, že žákovi zemřela babička, neváhala a ihned dotyčnému

žákovi nabídla rozhovor o samotě. Její zkušenost je taková, že žáci na 1. stupni se upřímně svěřují. Svoji učitelce většinou věří a v rozhovorech jsou otevřené. V rozhovoru žák i paní učitelka společně zavzpomínali na babičku. Do pohřbu se snažila poskytovat žákovi úlevy, například nelpěla vypracování domácích úkolů.

Školní výsledky žáka byly většinou zhoršeny pouze přechodně, vždy záleží na individualitě žáka, tím je myšleno, zda se jednalo o pečlivého, nadaného žáka či naopak. O podporu žáka se paní učitelka vždy snažila, vždy žákovi nabídla pomoc formou rozhovoru, projevení zájmu atd. Paní učitelka zdůraznila, že podpora projevená pedagogem je vždy velmi důležitá.

V rámci celé třídy je probírána každá krizová situace, která se týká někoho ze spolužáků. Jak již bylo řečeno, každý týden v rámci třídnické hodiny žáci společně s paní učitelkou vytvářejí tzv. komunitní kruh, v němž žáci sdělují své radosti i strasti, úspěchy i neúspěchy atd. Děti se o úmrtí blízké osoby většinou zmíní v komunitním kruhu. Ostatní žáci často na tuto situaci reagují, reakce pocházejí většinou od žáků, kteří se v takové situaci již ocitli.

Se spolužáky postiženého žáka je nezbytně nutné o krizové situaci otevřeně promluvit. Řada z nich se setkává s podobnou záležitostí poprvé v životě a většinou nevědí, jak se ke spolužákovi mají chovat. Vhodným a citlivým způsobem je jim třeba stav jejich spolužáka vysvětlit a často tak předejít nechtěným situacím, které by jeho trápení mohly ještě prohloubit. Žáci na prvním stupni se často svěřují sami otevřeně a upřímně. Ostatní vyučující kolegy je nutno se situací co nejdříve seznámit.

Ze zkušeností paní učitelky vyplývá, že spolužáci projevují účast, zájem a pochopení, i když samozřejmě ne všichni. Zájem spolužáků je většinou krátkodobý, netrvá dlouho, zhruba několik dnů, během nichž jsou žáci obezřetnější, snaží se pomáhat a soucítit. Po poměrně krátké době se vše vrátí zpět a chování žáků je stejné jako předtím.

Paní učitelka považuje za velmi důležitou spolupráci s rodinou. V případě úmrtí jednoho z rodičů by se určitě obrátila na psychologa. O pomoc psychologa žádá i v případech, kdy má pocit, že se žáci špatně vyrovnávají s rozchodem rodičů. Rodičům rovněž většinou doporučuje odbornou pomoc. Velmi citlivě paní učitelka přistupuje k výuce prvouky a zejména k tématu rodina. Často slýchává od žáků, že tatínka nemají,

v tom smyslu, že s nimi nežije ve společné domácnosti. Během tématu rodina vždy narazí na téma smrt, které je s rodinou úzce propojené.

Formální postup při krizové situaci žáka na škole vytvořen není. Paní učitelka poukazuje na výbornou spolupráci s vedením školy a s kolegy i výchovným poradcem. Postup by byl zvolen určitě podle konkrétní situace a individuálních potřeb žáka, tedy případ od případu.

Paní učitelka vnímá pozici pedagoga v krizové situaci jako velmi důležitou. Velký význam rovněž přikládá spolupráci s odborníky, jak popsala v předcházejících bodech při líčení svých praktických zkušeností. Zároveň v konkrétních případech by se určitě snažila hledat pomoc i v odborné literatuře a na internetu.

Jak již bylo zmíněno výše, s problematikou smrti se žáci prvního stupně setkají především v předmětu prvouka, blíže u tématu „rodina“. Při výuce paní učitelka společně s dětmi narazila na téma smrti ještě v předmětu „čtení“ – v různých literárních příbězích. Při diskuzích na toto téma se snaží dětem poctivě odpovídat na jejich dotazy, nicméně není si jistá tím, zda se jí vždy podaří jim vše správně vysvětlit. Velmi často děti dojdou k tomu, že zemřelí lidé i zvířátka jsou v nebi, že přežívají v našich vzpomínkách. Téma smrti děti zaznamenávají rovněž okolo 2. listopadu, v době „dušiček“ – památky zemřelých, kdy často se svými rodiči přicházejí k hrobům svých předků. Paní učitelka upozornila na to, že není zcela přesvědčena o tom, že takto malé děti úplně nechápou „konečnost“ smrti. Samozřejmě jiný přístup ke smrti mají děti pocházející z věřících rodin (smrt si vykládají tak, že zemřelí přicházejí k Bohu).

Obecně platné doporučení, které by žákům usnadnilo a pomohlo zvládnout danou situaci, paní učitelka nemá, neboť v reakci dětí na ztrátu blízké osoby mohou být velké rozdíly závislé na jejich povaze i rodinném prostředí. Ze stejných důvodů nelze předem odhadnout, zda by dítěti pomohla některá kniha. Dítě by se mělo v rámci rodiny rozloučit se zemřelým a mělo by mu být umožněno prožít v klidu následné období přirozeného smutku.

Pro truchlícího žáka může být jeho vyučující velkou oporou a hrát významnou roli při jeho vyrovnávání se s prožitou událostí. Předpokladem však je, aby mezi učitelem a jeho žáky byl dlouhodobě vytvářen vztah vzájemné důvěry a porozumění. V krizové situaci by měl pedagog s postiženým žákem jednat individuálně a citlivě. Měl by

respektovat jeho přání ohledně seznámení ostatních spolužáků s jeho situací. Samozřejmě by měl komunikovat a spolupracovat s jeho rodinou. Pedagog by se měl chovat tak, aby jeho žák měl jistotu, že za ním může kdykoliv přijít se svěřit a poradit se o svých problémech.

Zkušenosti se smrtí třídního křečka a reakce žáků

Během své praxe dotazovaná paní učitelka získala velmi zajímavou zkušenost, kterou bych ráda zařadila do této práce. Je to případ, který souvisí se zpracovávaným tématem a dokládá, jak mohou děti vnímat konečnou a definitivní ztrátu.

Jde o příběh třídního křečka, jehož život vyhasnul po dvou letech. Paní učitelka darovala svým žákům křečka. O tomto daru přemýšlela již celý rok, kdy žáci chodili do druhé třídy. Jejich velkým přáním bylo starat se o domácího mazlíčka, nicméně mnoho rodičů, nechtělo dětem tento sen splnit. Proto se paní Gabriela rozhodla vyplnit žákům jejich přání.

Třídní křeček na děti čekal hned první den začínajícího školního roku. Žáci měli obrovskou radost, celé přestávky trávili u klece s křečkem. Vymýšleli mu jméno. Výběr jména nebyl vůbec snadný. Nakonec paní učitelka musela přistoupit k třídnímu hlasování a na základě toho získal křeček jméno Stuart.

Byla nastavena jasná pravidla týkající se péče o něj. Byly rozepsány služby na čištění klece, krmení, doplňování vody. Žáci si mohli Stuarta vzít na víkend domů, aby si vyzkoušeli péči o zvířátko.

Péče o Stuarta žáky neomrzela. Nebyl jediný víkend, kdy by Stuart zůstal osamocen ve školní třídě. O křečka se tímto způsobem starali celou třetí třídu. Příchod prázdnin situaci také nezměnil. Na letní prázdniny si Stuarta vzala paní třídní učitelka.

Po letních prázdninách přišlo hned několik změn. Došlo ke změně třídního učitele. Tato změna také nebyla překážkou, nový pan učitel souhlasil s třídním „maskotem“ a péče o něho pokračovala dál, jen s tím rozdílem, že veškerá starost zůstala pouze na dětech. Postaraly se statečně a zodpovědně.

Bohužel jednou přišel osudný den Stuarta. Smrt Stuarta zjistili sami žáci a ihned běželi smutnou zprávu oznámit původní paní třídní učitelce. Smrt přinesla velký smutek a bylo

potřeba se se Stuartem řádně rozloučit. Ještě tentýž den byl uskutečněn Stuartův pohřeb konající se po vyučování.

Žáci se na tento rituál připravili. V průběhu dne vyrobili rakvičku. Poté vyrobili z klacíků křížky, napsali mu dopisy a namalovali obrázky. Také přinesli kytičky. Vše udělali sami od sebe, aniž by jim paní učitelka pomáhala. Pohřeb se konal po vyučování pod stromem, který si děti vybraly. Vyhloubily hrobeček, krabičku uložily do hrobečku, zasypaly hlínou, položily květiny. Ještě na křížek napsaly jméno.

Děti byly smutné, dokonce i plakaly. Několik minut postály nad hrobečkem. V tuto chvíli paní učitelka zdůraznila, že smrt čeká na každou živou věc na tomto světě. Zdůraznila, že jde o spravedlivý cyklus – narození, prožití života a následná smrt. Poté se třída rozešla domů.

Paní učitelka byla velmi spokojená, doslova říká, že „ji hrálo u srdce“, když mohla tuto chvíli společně s dětmi prožít. Byla si jistá, že to byla správná věc, že uskutečnila něco, co mělo smysl.

Po této akci paní učitelka viděla na žácích úlevu, spokojenost. Paní učitelka považuje rozloučení se se zemřelým za velmi důležitou věc. Děti získaly prostor projevit své emoce, nabyly dojmu, že se za smutek nemusí stydět, že jde o něco přirozeného.

K pořízení nového křečka nedošlo.

8.2.5 Rozhovor s paní Markétou

Jméno: Markéta

Délka praxe: 18 let

Role pedagoga: učitelka AJ – ZSV, výchovná poradkyně

Vzhledem k tomu, že gymnázium, na kterém paní učitelka působí, se nachází v malém městě, lidé se zde dobře znají, a tudíž učitelé znají rodinné prostředí svých studentů. Z běžných typů neúplných rodin se nejčastěji setkává s dětmi, které žijí pouze s matkou.

Jak již bylo řečeno, gymnázium se nachází na malém městě a zde se informace šíří velmi rychle. Zprávy o úmrtí přicházejí nejčastěji od osob blízkých rodině, nebo od kolegů z pedagogického sboru.

První reakce paní učitelky na zprávu byla „jak tuto situaci konkrétní dítě asi zvládne?“ To byla první myšlenka, která paní učitelce vytanula na mysl, poté samozřejmě začala přemýšlet o pomoci.

Paní učitelka samozřejmě velmi přemýšlela o způsobu jak dotyčnému žákovi pomoci. Nabídla mu, že za ní může přijít, kdykoliv bude chtít. Tuto možnost jako třídní učitelka ovšem nenabízí pouze žákům, kteří se ocitají v těžkých situacích, ale mohou ji využít kdykoliv bez rozdílu všichni ostatní studenti.

Při pomoci konkrétnímu žákovi se paní učitelka spíše opírá o vlastní intuici, empatii a o znalost povahy tohoto žáka. Věří, že takto jedná správně a její pomoc má smysl.

Paní učitelka v chování žáků procházejících krizovou situací nezaznamenala žádné výraznější změny. Chovali se prakticky totožně jako v předcházejícím období a nebylo na nich patrné jejich pohnutí či smutek. Vyučování vyžaduje od žáků soustředěnost, která z velké části odvede myšlenky od prožité události a pomáhá v odreagování se od smutku.

Každého žáka nacházejícího se v krizové situaci paní učitelka kontaktovala osobně. Sdělila mu, že o jeho situaci ví a nabídla mu ze své strany pomoc. Nejčastější formou pomoci je rozhovor mezi pedagogem a studentem, který ve většině případů probíhá podobným způsobem. Paní učitelka požádá studenta, aby vyprávěl o člověku, kterého ztratil. Ona se stává posluchačem, umožňuje žákovi vypovídat se ze svého smutku a společně zavzpomínají na zemřelého. V dalším období pak již žáci její pomoc většinou nevyhledávají a nepotřebují.

Za nejtěžší období pro postiženého žáka považuje paní učitelka dobu mezi úmrtím člena rodiny a pohřbem. Tento čas žák vždy tráví doma se svými nejbližšími a nejvíce prožívá odchod svého blízkého. Jeho návrat do školy je pak ovlivněn předchozí nepřítomností podobně, jako je tomu v případě nemoci. Úlevy mají obdobný charakter jako při každé jiné nepřítomnosti a spočívají v tom, že je potřeba dát žákovi čas na zvládnutí zameškaného učiva. Co se týká školních výsledků žáka, nebývají příliš ovlivněny nastalou situací, pokud ano, tak pouze krátkodobě.

Jako třídní učitelka vždy osobně informovala třídu o situaci jejich spolužáka. Ze strany žáků většinou toto téma nikdo neotevřel.

V rámci celé třídy je třeba o situaci jejich spolužáka promluvit, samozřejmě za jeho nepřítomnosti. Spolužáci by měli vědět, co jejich kamarád prožívá. Je dobré spolužáky se situací seznámit, protože se tím může předejít různým dohadům. Díky vysvětlení spolužáci spíše pochopí případný shovívavější postoj k dotyčnému žákovi ze strany učitelů a sami se vyvarují netaktním narážkám.

V naprosté většině má každý žák ve třídě nějakého blízkého kamaráda nebo kamarády, kteří mu jsou v této situaci oporou. Ostatní spolužáci si většinou určitou dobu drží jistý odstup, protože si nejsou úplně jisti tím, jak se k němu mají chovat.

Paní učitelka se nedomnívá, že by krizové situace, se kterými se setkala, měly být řešeny v zásadě jinak. Vždy hodně záleží na žákovi, do jaké míry má potřebu vyhledat pomoc učitele, do jaké míry vyučujícímu důvěřuje, do jaké míry je ochotný s něčím se svěřovat. S problémy týkajícími se rodiny paní učitelka mnoho zkušeností nemá, proto není schopna na tuto část otázky odpovědět.

Formální postup při krizové situaci v rodině žáka není na škole, kde působí paní učitelka, zřejmě vytvořen. Pokud by existoval, tak o něm paní učitelka neví. Ona sama vychází při řešení krizových situací ze své intuice a domnívá se, že je natolik empatická, aby tyto situace zvládla.

Role pedagoga je za všech okolností nesmírně důležitá. Škola je sociální instituce, do níž je každý žák začleněn. Učitel tuto instituci zastupuje a především třídní učitel musí umět na vzniklou krizovou situaci nějak reagovat. Měl by být schopen dle svých znalostí žákům pomoci. Ve složitějších případech se pak obrátit na příslušné odborníky.

Každý případ krizové situace má individuální průběh a proto nelze stanovit jednotný postup, jenž by byl správný a použitelný pro všechny, kteří se v této situaci ocitli.

Paní učitelka působí na gymnáziu a tvrdí, že v rámci výuky se tématu smrti v tomto věku již s žáky nevěnuje. Je názoru, že toto téma by mělo být probíráno především se žáky 1. stupně ZŠ.

Doporučení, které by žákům pomohlo zvládnout danou situaci, paní učitelka nemá. Je přesvědčena, že ani kniha nemůže nahradit útěchu ve smutku, která je sdílená v rodině, či kruhu nejbližších přátel.

Učitel, který žáka dobře zná, dokáže vycítit, co dotyčný potřebuje a vhodným způsobem jej podpořit. Někdy může vyučující pouze naslouchat a je to pomoc, kterou žák ocení, neboť se potřebuje vypovídat ze svého smutku. V jiném případě chce žák o zemřelém mluvit a přeje si společně zavzpomínat na zemřelého. Dítě může pomoc najít ve vhodně volených slovech útěchy. Ve stavu zoufalství či beznaděje dokonce žák požaduje vysvětlení, proč tato smutná událost potkala právě jeho.

8.3 Shrnutí výzkumu

Na základě uskutečněného výzkumu jsem získala mnoho cenných informací o dané problematice. Níže shrnuji odpovědi na jednotlivé výzkumné otázky.

1) Jak se pedagog o krizové situaci žáka dozvěděl a jak bezprostředně reagoval.

Z výpovědí jednotlivých pedagogů je patrné, že své žáky znají velmi dobře, znají jejich rodinné zázemí a prostředí, v němž vyrůstají. Pedagogové mají přehled o tom, z jaké rodiny žák pochází. Velmi často se setkávají s dětmi vyrůstajícími v rodině neúplné nejčastěji v důsledku rozvodového řízení. Méně často se setkávají se žáky pocházejícími z rodin, v nichž jeden z rodičů zemřel. Dobrá znalost žáků možná souvisí i s tím, že základní školy, kde paní učitelky působí, se nacházejí ve městech s menším počtem obyvatel, kde každý zná každého a lidé o sobě navzájem vědí. Respondentky se shodly na tom, že zvláště věnují pozornost dětem, které vyrůstají v rodinách problémových nebo neúplných. Ve většině případů lze říci, že pedagogové se o krizové situaci dozvěděli bezprostředně po jejím vzniku od samotných žáků či z jejich okolí. Pouze výjimečně došlo k tomu, že pedagog na základě změny chování žáka začal zjišťovat příčinu této změny. Odpovědi respondentek na otázku „Jaká byla první reakce na danou událost“, se v zásadě nelišila. Je možné tuto reakci definovat jako šok, zoufalství, soucit, lítost. Všechny paní učitelky si uvědomovaly, že v dané situaci je třeba být empatický a zároveň taktní. Ihned po zjištění vyučující zvažovaly, jak tuto situaci zvládnou sami žáci a poté začaly přemýšlet o vhodné pomoci.

2) Jak se žák/yně projevoval/a?

Úmrtí blízkého člověka je velmi bolestivé, truchlení pozůstalých je proces dlouhodobý, který má několik fází. Chování dospělých i dětí v tomto období je různé. Každý

krizovou situaci zvládá odlišně, někdo se lépe vyrovná s realitou a nepotřebuje pomoc od svého okolí, jiný svůj zármutek nedokáže překonat bez pomoci ostatních. V některých případech je dokonce třeba vyhledat odbornou psychologickou pomoc. Obdobně je to u dětí, kdy jejich reakce na smrt blízkého člověka se mohou zásadně lišit. Takové rozdíly jsem právě zaznamenala v odpovědích pedagogů na tuto otázku. Například paní Markéta v chování žáka nepozorovala žádné výraznější změny a jeho pohnutí na něm nebylo patrné. Paní Eva popsala svého žáka v krizové situaci jako uzavřeného, u kterého byl zřejmý vnitřní boj. Dále výpověď paní Gabriely mluví o dětech smutných, plačtivých, občas agresivních. Samozřejmě s projevy chování v krizové situaci úzce souvisí i prospěch žáka. Většinou došlo ke zhoršení prospěchu, nicméně jednalo se pouze o přechodnou změnu. Pedagogové potvrzují, že jakmile se situace zklidnila, prospěch žáků se opět stabilizoval.

3) Jaký postup pedagog volil.

Ihned po zjištění krizové události pedagogové přemýšleli o vhodné pomoci, kterou by dotčený žák přijal. Všichni dotazovaní učitelé okamžitě navrhli žákovi pomoc formou osobního rozhovoru. V tomto rozhovoru pedagog zaujímá místo posluchače, kdy žák vypráví o zemřelém, o svém vztahu k němu, o společných zážitcích a vzpomíná na svůj předchozí život. Žáci bývají otevření, zvláště pak na prvním stupni se děti upřímně svěřují. Pedagogové kladou důraz na projevení účasti, zájmu a pochopení žákových pocitů. Při pomoci konkrétnímu žákovi se pedagogové opírají o vlastní intuici a empatii a také o dlouhodobou znalost povahy daného žáka. Ve výjimečných případech se může stát, že nabídnutá pomoc bude žákem odmítnuta. Vždy záleží na povaze dítěte, některé potřebuje ventilovat druhým své pocity a myšlenky, jiné se s vlastními problémy vyrovnává nejraději samo. Každé dítě je jedinečné, a proto je nutné zvolit vždy odpovídající postup a druh pomoci.

4) Seznámení spolužáků a ostatních pedagogů s danou situací.

S krizovou situací, v níž se daný žák nachází, by podle dotazovaných pedagogů měli být seznámeni jeho spolužáci i ostatní vyučující. V této otázce se odpovědi pedagogů stoprocentně shodují a trvají na seznámení všech s danou situací. Velmi často se stává, že spolužáci váhají nad tím, jak se mají k dotčenému žákovi chovat. Jak uvádějí dotazovaní, právě uskutečněný rozhovor s celou třídou je jednou z možností, jak

chování spolužáků usměrnit. Vysvětlit spolužákům, co jejich kamarád prožívá a vést je k empatickému jednání a poskytnutí opory a pochopení.

5) Jaký je postoj pedagoga k tématu smrti ve výuce?

Na problematiku smrti lze narazit v několika vyučovacích předmětech, může jím být prvouka na prvním stupni základní školy, přírodopis na druhém stupni nebo také výchova ke zdraví. Dalším předmětem, v němž se může objevit téma smrti, je rovněž literární výchova. Většina respondentek uvádí, že se tomuto tématu nevyhýbají. Pouze paní Markéta tvrdí, že v rámci výuky se tématu smrti věnuje spíše okrajově. Témata života a smrti jsou zmiňována v těchto předmětech velmi často. Pedagogové se snaží mluvit o smrti jako o součásti našeho života, o něčem, co je naprosto přirozené a nevyhnutelné. Paní učitelka Gabriela upozorňuje na to, že žáci na prvním stupni ještě nejsou schopni pochopit „konečnost“ smrti. K tomuto poznání docházejí až v dalším věkovém období. Dovolím si tedy říci, že je důležité žáky s problematikou smrti seznamovat, nikoli se jí vyhýbat.

6) Jaký je postup pedagoga, jenž doporučuje, v krizové situaci žáka?

Pozici pedagoga v krizové situaci považují dotazovaní učitelé za nesmírně důležitou, protože škola je sociální instituce, do které je každý žák začleněn a jejímž úkolem je nejen vzdělávání, ale i působení na všestranný rozvoj osobnosti. Zvláště třídní učitel by měl na základě dlouhodobé znalosti povahy jednotlivých žáků a prostředí, v němž vyrůstají, umět reagovat vhodným způsobem na vzniklou krizovou situaci. Paní učitelka Gabriela přisuzuje velký význam spolupráci s odborníky, ostatní poukazují na to, že je nutné neustále rozvíjet a obohacovat získané znalosti a zkušenosti prostřednictvím odborné literatury apod. Nicméně pedagogové se shodují v tom, že pro řešení krizových situací nelze vytvořit obecně platný doporučený postup. Potvrzují, že každý žák je individuální jedinec a každá krizová situace má odlišný průběh, a proto nelze postupovat jednotně. Poukazují na to, aby bylo se žáky jednáno upřímně, s ochotou, ohleduplností a taktem. Důležitost přikládají rovněž spolupráci s rodinou žáka. Pedagog by se měl chovat tak, aby žák měl jistotu, že za ním může kdykoli přijít a svěřit se se svými problémy. Vyučující by měl pracovat se třídou žáka, měl by jim ukázat cestu, jak se chovat a jednat se spolužákem ocitající se v těžké situaci. Je důležité, aby spolužáci byli seznámeni se situací, v níž se žák nachází. Dále by mělo být řečeno, co asi prožívá a navést jej k ohleduplnosti a pochopení.

8.4 Cenné informace pro pedagogy

Z výše uskutečněného výzkumu vyplynulo několik informací, které by mohly být užitečné pro vyučující. Pro přehlednost jsem je sestavila do hesel. Tato hesla popisují nejčastější příznaky u žáka nacházející se v krizové situaci, s nimiž se dotazovaní pedagogově setkali, a je zde znázorněno několik variant, jak reagovat v případě, že se ve výuce objeví téma smrti.

Příznaky žáka související s krizovou situací

- Náladovost.
- Problémy s koncentrací.
- Citlivost, plačtivost, pocity nejistoty.
- Zamyšlenost.
- Agresivita.
- Pasivita, smutek, ztráta smyslu života.
- Zhoršení prospěchu.

Témata smrti se často promítají do výuky. Jak mluvit o smrti, aniž bychom ublížili?

- Jestliže se některý žák ocitá v krizové situaci týkající se rodiny -> toto téma raději vynecháme.
- Jestliže je toto téma pro některého žáka stále nynější -> lze použít nějakou knihu, článek, pomocí něhož budeme o situaci mluvit.
- V případě, že ve třídě není nikdo, kdo by měl aktuální problém v rodině:
 - Je nutné předem téma promyslet a pokusit se vžít do dané situace a teprve poté problematiku řešit.

- Řešit dané téma společně – dobrovolně mohou žáci vyjádřit svůj názor (sezení v kruhu může navodit příjemnější atmosféru).
- Témata, která by mohla ublížit, nerozvádíme podrobněji, pokud se týkají přítomných žáků a nechtějí o tom mluvit.

Závěr

Vysloví-li se slovo ztráta, vznikne nejprve asociace o absenci nějaké hmotné věci. Tato práce však pojímá ztrátu jako ztrátu blízké osoby. Dnes je smrt téma tabuizované, současná společnost staví problematiku umírání a smrti na okraj zájmu veřejnosti. Zvláště pak opomíjené a nikterak diskutované téma je prožívání ztráty blízké osoby u dětí, pubescentů a adolescentů, i přestože to může mít velký vliv na chod jejich života. Ztráta blízké osoby je jednou z krizových situací, ve které se člověk může ocitnout a která může zcela zásadně změnit jeho dosavadní život. Analogií ztráty blízké osoby způsobené smrtí, může být odchod jednoho z rodičů po rozvodovém řízení. Následky rozvodového řízení a přechod do neúplné rodiny lze tedy nazvat rovněž krizovou situací.

Jak vyplývá z odborné literatury, krizová situace samozřejmě ovlivňuje aktuální období života, ale promítá se do chování i životních postojů jedince v budoucnosti. Z výzkumu zkušeností dotazovaných je zřejmé, že téměř vždy dochází v krizových situacích ke změnám chování žáků. Jejich reakce na krizovou situaci se liší podle povahy, temperamentu, typu osobnosti a rovněž podle prostředí, v němž vyrůstají. Proto jsou v odpovědích respondentek popisovány rozličné reakce. Žáci bývají smutní, plačtiví, nervózní, mají problémy s koncentrací, může se objevit agresivita. Někteří žáci jsou uzavření a nekomunikují se světem. Samozřejmě vždy záleží na daném jedinci a nelze předpovědět chování žáka. Mezi další faktory ovlivňující chování v krizové situaci patří sociální a kulturní prostředí a velmi zásadní roli zastává věk žáka.

Na základě cenných informací, které byly získány během výzkumného šetření lze říci, že pedagog zastává v krizové situaci velmi důležitou roli. Je to právě on, který by měl žákovi podat pomocnou ruku, podpořit ho, porozumět mu a ujistit jej, že není na problémy sám. Pomoc pedagoga bývá nejčastěji řízena intuicí, empatií a životními zkušenostmi. Informace z odborné literatury jsou jistě důležité, nicméně otevřené srdce člověka, jeho upřímnost a laskavost vítězí nad obsáhlými knihami.

Dotazovaní pedagogové správně poukazovali na velmi důležitý fakt, kterým je dlouhodobá kvalita vztahu mezi pedagogem a žáky. Tento vztah by měl být naplněn vzájemnou důvěrou, oboustrannou upřímností, plněním slibů, také zájmem o problémy

ostatních apod. Jestliže tento dlouhodobý vztah není vytvořen, pravděpodobně to oslabí možnosti podpory a pomoci ze strany pedagoga.

Je pak na pedagogovi, jakou formu pomoci žákovi zvolí. V prvním období jím může být upřímný a otevřený rozhovor, při kterém pedagog naslouchá vzpomínkám žáka a líčení jeho pocitů. Taktním způsobem je možno žákovi poskytnout přechodné úlevy ve výuce. Citlivě udělovat žákovi pochvaly a povzbuzovat jej v další práci. Aktivní činností odvádět žákovy myšlenky od tíživé reality. Průběžně sledovat chování žáka, jeho reakce na různé podněty a jeho komunikaci s kolektivem. Samozřejmostí by měl být kontakt s rodinou žáka. V nezbytných případech je možno vyhledat odbornou pomoc, dětského psychologa. U silně věřících lze spolupracovat i se zástupci církvi.

Rodina je symbolem bezpečí, jistoty a lásky. Každý člen v rodině má nezastupitelnou roli, jež nelze ničím nahradit. Jakmile jsou některé základní vztahy nabeurány, může se rodina zhroutit jako domeček utvořený z karet. Stále častěji se setkáváme s dětmi, pocházející z neúplné rodiny, která bývá způsobena nejčastěji rozvodem. Tyto děti jsou postaveny do těžší situace, než ty, které vyrůstají v plně fungující rodině. I když nelze říci, že by děti byly nějak indisponovány. V tuto chvíli záleží na mnoha faktorech, které mohou vývoj dětí ovlivnit, jedním z nich je škola. Myslím si, že i z nepříliš šťastných rodin mohou vyrůst děti velmi úspěšní a schopní lidé. Zde se nabízí tvrzení „co tě nezabije, to tě posílí“, podle mého názoru velmi trefné. Aktuální nepříliš šťastná situace staví jedince do pozice, ve které se musí postavit na vlastní nohy a bojovat. Jedinci se naučí lépe vyrovnávat se strastmi, které život přinese.

V teoretické části jsem se věnovala objasnění pojmů smrti a umírání. Snažila jsem se nastínit, že smrt je přirozenou součástí života. Na smrt je pohlíženo z několika hledisek. S problematikou smrti se úzce pojí truchlení čili zármutek. Věnovala jsem se detailnějšímu popisu procesu truchlení, jeho jednotlivými fázemi a odlišnostem, které jsou spojeny s věkem jedinců, respektive jinak vnímá ztrátu blízké osoby dítě do 10 let a dospělý člověk. Dále jsem svoji pozornost zaměřila na pomoc truchlícím osobám. Pomoc většinou přichází z několika stran, nejčastěji od rodiny a přátel, nicméně truchlící jedinec se může obrátit i na církev, či odbornou pomoc. Stručnou historií jsem naznačila vývoj problematiky smrti ve společnosti. Je zde patrné, že postoj společnosti ke smrti se zásadně proměnil. V této problematice má velmi významnou roli škola, protože se smrtí se setkávají nejen dospělí jedinci, ale také děti, a proto i škola se může

stát velkou oporou a pomocníkem žáka v krizové situaci. V této kapitole jsem se věnovala tomu, jaký vliv má krizová situace na život dítěte, na jeho školní výkon. Je zde zdůrazněno, že změny v chování žáků a projevy jejich zármutku bývají velmi různorodé. Proto i reakce pedagogů v konkrétní krizové situaci, jejich chování, komunikace se žákem i způsob pomoci musí být naprosto individuální. Vždy musí vycházet ze znalostí osobnosti žáka a ze všech podstatných okolností dané krizové situace. Některé konkrétní případy ze školního prostředí jsou detailněji popsány v praktické části.

Praktickou část tvoří několik kazuistik, které jsem získala na základě strukturovaných rozhovorů. Oslovila jsem pět učitelů z různých typů škol – druhého stupně základních škol, středních škol a také speciálních škol. Získané informace jsem shrnula do samostatné kapitoly.

Ve výzkumu jsem dospěla k poznání, že krizové situace jsou výraznou psychickou zátěží pro postižené žáky, ale jsou i nesmírně náročné a často stresující i pro jejich pedagogy. V období dětství a dospívání je dětská psychika velmi křehká, prodělaným otřesem bývá hodně narušena a necitlivé jednání pedagogů či jiných osob může děti poznamenat na celý život. Studium odborné literatury k tomu tématu i provedeným výzkumem jsem získala mnoho nových znalostí a zkušeností, které určitě využiji v mé budoucí pedagogické praxi.

Seznam použité literatury a jiných zdrojů

- 1) BOWLBY, John. *Ztráta : smutek a deprese*. 1. vyd. Praha : Portál, 2013. 420 s. ISBN 978-80-262-0355-1.
- 2) COLOROSO, Barbara. *Krizové situace v rodině: jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a traumata adopce*. 1. vyd. Praha : Ikar, 2008. 239 s. ISBN 978-80-249-1027-7.
- 3) HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie: nauka o umírání a smrti*. 2., přeprac. vyd. Praha : Galén, 2007. 244 s. ISBN 978-80-7262-471-3.
- 4) HELUS, Zdeněk. *Sociální psychologie pro pedagogy*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, a.s., 2007. 288 s. ISBN 978-80-247-1168-3.
- 5) HLINÁKOVÁ, Ludmila. *Člověk v situaci smrti blízké osoby, pedagogický přístup a prevence : diplomová práce*. České Budějovice : Jihočeská univerzita, Fakulta teologická, 2008. Vedoucí diplomové práce Ludmila Muchová.
- 6) HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum : Základní metody a aplikace*. 1. vyd. Praha : Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
- 7) *Jak pomoci truchlícímu žákovi: Rady učitelům* [online]. JinejSvět.cz, 2014 [cit. 2016-06-07]. Dostupné z: http://www.jinejsvet.cz/skola/jak-pomoci-truchlici-mu-zakovi#.V1ucl_mLTIU.
- 8) KAST, Verena. *Truchlení : fáze a šance psychického procesu*. 1. vyd. Praha : Portál, 2015. 143 s. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-262-0789-4.
- 9) *Když zemře blízký člověk* [online]. JinejSvět.cz, 2012 [cit. 2016-06-07]. Dostupné z: <http://www.jinejsvet.cz/mladi-lide/co-ti-muze-pomoci#.V1ckAPmLTIU>.
- 10) KOVALČÍKOVÁ, Klára. *Názory žáků na zařazení thanatologie do rámcového vzdělávacího programu : bakalářská práce*. Zlín : Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií, 2015. Vedoucí bakalářské práce Renata Polepilová.
- 11) KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. 1. vyd. Praha : ISV, 2001. 267 s. Sociologie (ISV). ISBN 80-85866-82-x.
- 12) KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O dětech a smrti*. Praha: ERMAT, 2003. 311 s. ISBN 80-903086-1-9.
- 13) KUTNOHORSKÁ, Jana. *Etika v ošetrovatelství*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2007. 164 s. ISBN 978-80-247-2069-2.

- 14) KYRIACOU, Chris. *Řešení výchovných problémů ve škole*. 1. vyd. Praha : Portál, 2005. 151 s. ISBN 8071789453.
- 15) LINDOVÁ, Alice. *Úmrtí rodiče a jeho vliv na život dítěte : bakalářská práce*. Praha : Univerzita Karlova, Fakulta filozofická, 2009. Vedoucí bakalářské práce Jiří Pelikán.
- 16) MACKOVÁ, Blanka. *Vnímání smrti u dětí mladšího školního věku : bakalářská práce*. Zlín : Univerzita Tomáše Bati, Fakulta humanitních studií, 2013. Vedoucí bakalářské práce Martina Růžičková.
- 17) MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2002. 128 s. Pro rodiče. ISBN 80-247-0332-7.
- 18) MERTLÍKOVÁ, Lenka. *Problematika dětí z neúplných rodin v prostředí 1. stupně ZŠ : diplomová práce*. Brno : Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 2013. Vedoucí diplomové práce Leona Mužíková.
- 19) PREISSOVÁ KREJČÍ, Andrea a Naděžda ŠPATENKOVÁ. *Detabuizace problematiky smrti v prostředí školy jako cesta k nové spiritualitě* [online]. Olomouc, 2013 [cit. 2016-06-07]. Dostupné také z: <http://www.paidagogos.net/issues/2013/2/article.php?id=15>.
- 20) ROGGE, Jan-Uwe. *Dětské strachy a úzkosti*. 1. vyd. Praha : Portál, 1999. 211 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-237-8.
- 21) SOUKUPOVÁ, Tereza. *Zármutek a truchlení u dětí* [online]. Umírání.cz, 2007 [cit. 2011-03-17]. Dostupné z: <http://www.umirani.cz/clanky/zarmutek-a-truchleni-u-deti>
- 22) STREJČKOVÁ, Lucie. *Problematika umírání z pohledu odborné veřejnosti : diplomová práce*. Plzeň : Západočeská univerzita, Fakulta zdravotnických studií, 2013. Vedoucí diplomové práce Jana Novotná.
- 23) ŠIKLOVÁ, Jiřina. *Vyhoštěná smrt*. 1. vyd. Praha : Kalich, 2013. 127 s. ISBN 978-80-7017-197-4.
- 24) *Tabu sexu vystřídalo tabu smrti* [online]. Umírání.cz, 2011 [cit. 2016-06-08]. Dostupné z: <http://www.umirani.cz/clanky/tabu-sexu-vystridalo-tabu-smrti>.
- 25) TOTHOVÁ, Eva. *Umírání a smrt v pojetí Elisabeth Kubler- Ross : bakalářská práce*. České Budějovice : Jihočeská univerzita, Fakulta teologická, 2013. Bakalářská práce. Vedoucí bakalářské práce Tomáš Veber.