

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra Pedagogiky a Psychologie

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2015

Evelyn Vrzalová



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra Pedagogiky a Psychologie

Bakalářská práce

Vyrovnávání předškolního dítěte s úmrtím v rodině

Vypracoval: Evelyn Vrzalová
Vedoucí práce: Mgr. Veronika Plachá

České Budějovice 2015

Prohlášení

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

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

V Českých Budějovicích dne 19. 6. 2015

.....

Evelyn Vrzalová

Poděkování

Děkuji vedoucí práce paní Mgr. Veronice Plaché za cenné rady, podporu, pomoc a pochopení. Dále děkuji své rodině za trpělivost, kterou v sobě našli a svým dětem za tvrdý a dlouhý spánek, který mi umožnil tuto práci dokončit.

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se věnuje tomu, do jaké míry si dítě uvědomuje vlastní smrtelnost, jak chápe pojem smrti a jakým způsobem se vyrovnává se smrtí blízké osoby. První část, teoretická, se zaměřuje na to, jakým způsobem byla smrt pojmána v průběhu historie. Dále sleduje otázku dětského přístupu ke smrti a i to, jakým způsobem malé dítě tragickou situaci zvládne. Praktická část je tvořena kazuistikou malé Kačenky, které ve věku pěti let zemřela maminka. Prostřednictvím dlouhodobého sledování je zaznamenán průběh jejího vyrovnávání se s tím a další vývoj v rozmezí jednoho roku a šesti měsíců.

Klíčová slova: smrt, pojetí smrti, vyrovnávání se smrtí

ABSTRACT

This bachelor work is devoted to the topic whether and until what depth a child understands its own mortality and how does it understand the concept of death and how does the child manage to get over a relative's death. The first part, the theoretical part, focuses on how death has been conceived throughout history. It also discusses the child's attitude to death as well as its ability to recover from such a tragical situation. The practical part is a case interpretation of a little girl, Kačenka, whose mother died when she was just 5 years old. Throughout a long term observation I was making notes about her process of the recovery and other developments in duration of 18 months.

Keywords: death, concept of death, coping with death

Obsah

ÚVOD.....	9
TEORETICKÁ ČÁST	10
Pojetí smrti a historický vývoj	10
Starověk	10
Středověk	12
Novověk	12
Pojetí smrti u dětí.....	14
Obavy dětí ze smrti	15
Překážky v poznání dětského pojetí smrti	16
Pojetí smrti a raná stadia vývoje dítěte	18
Vyrovňávání se smrtí u dětí předškolního věku	21
Truchlení dětí	22
Psychická odolnost dítěte a její posilování	24
Ochranná a terapeutická opatření.....	26
PRAKTICKÁ ČÁST	28
Uvedení do metodologie výzkumu	28
Cíl výzkumu a výzkumné otázky	28
Kvalitativní výzkum	28
Metoda sběru dat	28
Kazuistika Kačenky – úmrtí matky.....	29
Shrnutí, rozbor kazuistiky.....	40
Závěr.....	42
POUŽITÁ LITERATURA	43
PŘÍLOHY.....	44
Sebereflexe	44

ÚVOD

„Když vám nečekaně zemře osoba blízká a drahá, neztratíte ji najednou; ztrácíte ji postupně a dlouho - jak plyne čas, přestanou jí docházet dopisy, z polštářů vyvane její vůně a nakonec se vytratí i její šaty ve skříni a prádelníku. Stále přibývá částí, které z ní postrádáte. A jednou přijde den, kdy zvlášť silně pocítíte, že vám nějaká určitá část chybí, a tehdy si uvědomíte, že je pryč, navždycky - a pak zas přijde další den a další určitá chybějící část“. (John Irving)

Napsat bakalářskou práci na toto téma jsem se rozhodla, když jsem ve svém okolí, mezi dětmi předškolního věku, zaznamenala větší počet těch, které právě přišli o některého z rodičů. Ať už se jednalo o Kačenku nebo o Kubu, kterému jeho otec zabil maminku nebo o Dominika, který vyrůstal s maminkou samoživitelkou, a ta náhle zemřela na krvácení do mozku. Nevěděla jsem, jakým způsobem mám s nimi jednat, jak seznámit ostatní děti s nastalou situací, jakým způsobem mám k nim přistupovat a jak s nimi v tu chvíli hovořit. Nevěděla jsem, nakolik si vůbec uvědomují existenci smrti i vlastní smrtelnost. Hledala jsem tedy odpovědi na své otázky.

Mým původním záměrem bylo, zjistit jak za pomoci dětské literatury, uvést děti do této problematiky, jak jim pomoci a ulevit jim. Chtěla jsem se věnovat kontinuální práci s dětským kolektivem. Vzhledem k tomu, že jsem otěhotněla, nebylo možné se této činnosti věnovat. Rozhodla jsem se tedy, že zpracuji kazuistiku.

Příběh Kačenky jsem sledovala od samého počátku a byl pro mne velmi osobní. S Kačenkou jsme navázaly pevný vztah, který je založen na vzájemné důvěře, a jsem ráda, že jsem jí mohla v jejích těžkých chvílích pomáhat. Měla to vše o to těžší, že pochází z etnické menšiny a ani její rodinná situace nebyla idylická.

Jsem velmi šťastná, že jsem jí potkala.

TEORETICKÁ ČÁST

Pojetí smrti a historický vývoj

Smrt a umírání jsou témata, kterými se zabývá každá společnost v každé době. Je objektem zájmu filozofů, kteří se snaží již od počátku rozluštit její podstatu i smysl. Každá civilizace i společenství se smrtí zabývají a vztahují k ní nejrůznější rituály, které je navzájem odlišují a určují jejich kulturní identitu. Vyspělost kultury lze, v určité míře, hodnotit i z toho pohledu, jak pečuje o umírající jedince. Přestože rituály, které byly se smrtí spojené, měly relativně stálý charakter, docházelo v průběhu dějin k jejich proměnám. Ty souvisely se změnami v lidské společnosti, s měnícím se pohledem na smrt samotnou, to vše v důsledku vývoje. Aries definuje pět modelů smrti: „1. *Ochočená smrt – nejstarší model smrti, kdy smrt nebyla osobní tragédií, ale zkouškou společenství, jehož úkolem bylo zabezpečení kontinuity druhu.* 2) *Smrt sebe samého – model se objevuje v 11. století a posouvá osud směrem k člověku. Smrt lidé začínají považovat za osobní a poslední drama jedince.* 3) *Smrt vzdálená i blízká – lidé se začali přibližovat k té podobě smrti, která jim byla dosud vzdálená.* 4) *Smrt blízkého – objevuje se v 19. století a mění pohled lidí na smrt. Pozůstalí se vyrovnávají se smrtí osoby blízké obtížněji než dříve. Neobávali se vlastní smrti, ale smrti druhého....* 5) *Převrácená smrt – objevuje se ve 20. století, kdy se mění postoj lidí ke smrti. Tabuizace, institucionalizace, deritualizace a oddalování smrti se stávají projevem selhání společnosti v postoji ke smrti i péči o umírající.*“ (Kisvetrová, Kutnohorská, 2010, str. 212)

Starověk

Ve starověku bylo vnímání smrti významně ovlivněno vztahem jedince i celé společnosti k bohům. Z tohoto důvodu se pojetí smrti v jednotlivých starověkých společnostech velmi odlišovalo. Ve starověkém **Egyptě** bylo zvykem pořádat pro

zemřelé pohřební obřady, budovat pro ně hroby. Tyto zvyklosti byly běžné pro celou společnost napříč celým jejím sociálním spektrem. Touto formou se živí loučili s mrtvými, jak v bohatých tak v chudých rodinách. Mrtví byli v nepřerušném kontaktu s živými, účastnili se jejich oslav. Byli pohřbíváni s nejrůznějšími obětinami, které měly sloužit k jejich obživě i okrase. Běžnou praxí bylo balzamování těla zemřelého. Byli tak připraveni se za pomoci magie znovu zrodit. Smrt, jak věřili staří Egypťané, nebyla koncem lidské bytosti, ale přechodem do jiného světa. Proto se lidé více zabývali svým životem po smrti než životem pozemským a prožívali úzkost a obavu z toho, zda jsou na onen přechod a posléze i na nový život dostatečně připraveni. Největší potupou bylo nebýt pohřben.

Pravý protipól ke starověkému Egyptu tvořila společnost **Persie**. Pro Peršany byl důležitým symbolem oheň, pro jeho očištné vlastnosti. Oheň sloužil k nejrůznějším očištným rituálům, spojených s péčí o umírajícího, zemřelého i s tím, kdo o něho pečoval. Mrtvý člověk byl považován za nečistého a bylo proto zakázáno ho pohřbívat či spalovat bez toho, aby jeho tělo bylo napřed dáno k ohlodání psům či supům. Pouze čisté kosti bylo možné pohřbít, protože pouze ony byly považovány za čisté. Vzhledem k tomu, že říše smrti byla považována za říši zlého ducha, nebyla nejspíš smrt vnímána pozitivně. K zemřelému se nepřistupovalo s úctou a zármutkem, ale byl spíš zdrojem odporu a nechuti, vzhledem k jeho nečistotě.

Stejně jako ve starém Egyptě bylo i ve starověkém **Řecku** zvykem, pohřbívat spolu s mrtvými i určité relikvie, které jim měli usnadnit a zpříjemnit jejich dlouhou cestu. Mrtvým byl pod jazyk vložen peníz, kterým měl být zaplacen převoz do Hádovy říše. V Řecku, stejně jako ve starověkém Římě, byla patrná snaha o zmírnění strachu a obav ze smrti a umírání (tyto dva pojmy již vnímají Řekové i Římané odděleně). Smrt je vnímána jako věčný klid a z toho vyplývá, že je k ní přistupováno pozitivně, jako k něčemu pěknému.

Ve starém **Římě** je na otázku smrti pohlíženo spíše z filozofického než náboženského hlediska. Odpovědi na své otázky hledají Římané ve filozofii. Například Plinius vidí obrázek šťastné smrti jako smrt náhlou, nenadálou. „*Úžasné jsou nenadálé smrti, většinou i časné, které jsou zcela přirozené, jsou vrcholným životním štěstím.*“ Pro Římany smrt nepředstavovala žádnou záhadu. Postarat se o mrtvého bylo povinností

pozůstalých. Již ve starém Římě měl pohřeb podobu pevně dané ceremonie a jeho průběh zajišťoval majitel pohřebního ústavu“.

Středověk

Ve středověké společnosti byla smrt vnímána jako přirozený proces. Lidé se neobávali smrti jako takové, ale obavy vyvolávala představa náhlé smrti. Náhlá smrt připravila člověka o možnost rozloučit se s nejbližšími a žádat boha o odpuštění hříchů. Pro středověk je charakteristické, že se smrt a umírání objevují jako oblíbený motiv v umění. „Zpodobnění smrti sloužilo jako *memento mori* (*pamatuj na smrt*), aby člověk nezapomněl na smrt, žil ctnostným životem a nezemřel ve hříchu“. (Kisvetrová, Kutnohorská, 2010, str. 215)

V souvislosti se středověkou péčí o nemocné a umírající je třeba zmínit Anežku českou, dceru českého krále Přemysla Otakara I. Ta se soustavně a systematicky věnovala péči o nemocné a umírající.

Novověk

Aries se domnívá, že teprve s nástupem **19. století** dochází ke změně ve vnímání smrti. Do té doby byla smrt vnímána jako něco běžného, všedního a přirozeného, ale nyní dochází ke zvyšování obav a strachu z ní. Smrt přestává být přirozeným procesem, ale stává se zdrojem úzkosti. Ta se ale stále více týká spíše osob, které zůstanou. Lidé se již tolik neobávají své smrti, ale smrti blízkého člověka.

Až do počátku **20. století** bylo naprosto běžné, že o umírajícího pečovali jeho příbuzní v domácích podmínkách. Tak se přirozeným procesem dostalo pozůstalým příležitosti vypořádat se se svou ztrátou a umírajícímu, prožít tzv. šťastnou smrt. Měl možnost být v nejtěžších chvílích v kruhu svých blízkých, rozloučit se, vyslovit své poslední přání a přijmout poslední pomazání. S nástupem 20. století se smrt začala „schovávat za plenu“. Stále více byla zatlačována za zdi nemocnic, zodpovědnost za

umírajícího byla z rukou rodiny předána do rukou odborníků, lékařského personálu. Ale i v nemocnici byl umírající nejprve oddělen od ostatních pacientů plentou a nakonec mu byl i vyčleněn samostatný pokoj. I pro samotný zdravotnický personál byl blízký kontakt se smrtí nepříjemný a podvědomě se mu vyhýbali. Umírající tedy často strávil své poslední okamžiky v osamění.

V současné době je téma smrti pro většinu společnosti tabu. Lidé si nechtějí připomínat svou vlastní smrtelnost a vyhýbají se tedy jakýmkoliv zmínkám o smrti nebo umírání. Při hovoru o smrti kloužou po povrchu, zabývají se více úrovní provedených ceremonií než smrtí samotnou. To, že je smrt přesunuta do nemocnic a sociálních zařízení, z ní činí něco neznámého, něco, co nahání strach. Současný člověk si přeje smrt rychlou a nečekanou. Chce se tím vyhnout útrapám a samotě spojenými s pomalým a očekávaným umíráním. Připravuje se tak ale o možnost se na svou smrt připravit, smířit se s ní a celá její tabuizace se prohlubuje. Člověk, který se nesmířil s vlastní smrtelností, se bude obtížně vyrovnávat se smrtí blízkého člověka.

Pojetí smrti u dětí

Svůj postoj ke smrti si člověk vytváří během života. Jedním ze zdrojů informací je kontakt s těmi, kteří umírají, druhým je kulturní dědictví. Na základě takto získaných poznatků si může dospělý člověk zformovat svůj pohled na smrtelnost svou i svých nejbližších.

Může se zdát, že dítěti pojem smrt nic neříká, že o ní nepřemýšlí. Ale opak je pravdou. Většina dospělých se snaží udržovat mezi dítětem a tématem smrti dostatečně velký odstup. Snaží se ho ochraňovat a existenci čehokoliv „temného“ před ním utajuje. To je ale velikou chybou. Přestože stále neexistuje velké množství odborné literatury, která by se zabývala pojetím smrti u dětí a ani nebyl uskutečněn nějaký širší výzkum, který by se tohoto tématu týkal, lze s jistotou tvrdit, že smrtí se zabývá i dítě v předškolním a v mladším věku. Nemá ještě dostatek životních zkušeností, ale může být ovlivňováno tím, co je mu předkládáno médii.

Zdeněk Matějček k tomu uvádí toto: „...*dochází dnes neblahou zásluhou televize, filmu a dalších sdělovacích prostředků k jakési inflaci smrti – ovšem ve zcela zvláštní nerealistické, zkreslené podobě*“. (Matějček, 1992, str. 88)

Je nutné zmínit, že s postupem doby se vliv médií nezmírnil, ale naopak se k nim připojil internet a umožnil dětem přímo vstoupit do tohoto fantaskního prostředí. Smrt tak pro ně dostává další rozměr, který je ovšem stejně nerealistický a odlidštěný jako je tomu v ostatních médiích.

Je tedy proto nesmírně důležité, aby děti měly možnost utvářet si svůj postoj ke smrti a smrtelnosti, na základě „zdravějších“ zdrojů. Mezi dětskou literaturou existuje velké množství knih, které umožní dítěti uchopit pojem smrti, odpoví na jejich otázky a pomůže jim s jejich prožíváním, a to vše formou, která je pro ně přijatelná. Právě lidová slovesnost a pohádky mají nezastupitelnou úlohu při utváření dětského pohledu na všechny oblasti lidského života.

Obavy dětí ze smrti

Mysl malých dětí je zaměstnávána spoustou nejrůznějších otázek. Zabývají se tím „odkud?“ věci pochází, to je podle mínění Sigmunda Freuda projevem jejich tichého sexuálního zvidání. Ale zajímá je také to „kam?“ věci i bytosti mizí. Tato otázka v nich vyvolává obavy, kterým se snaží čelit tím, že se je pokouší vytěsnit či je přehlížet, ale nemůžou se od nich naprosto osvobodit. Jejich strach ze smrti je u nich všudypřítomný. Projevuje se spoustou otázek, které děti kladou svým rodičům či vychovatelům i občasnými poznámkami na toto téma. Děti se začnou zajímat o to, jestli musí všichni lidé zemřít, kdy je člověk starý, obávají se toho, že oni samy stárnou a jednou zemřou. Toto období může být spuštěno nějakou událostí v životě dítěte, jako je například smrt prarodiče či zvířete, ale může se objevit naprosto samovolně, jako reakce na nějaké vnitřní obavy, s kterými se již dlouho v myšlenkách zabývá. Děti chtějí být ujišťovány o nesmrtelnosti své i svých blízkých.

Je až překvapivé, jak vysoké procento dětí se smrti obává. Yalom (2006) zmiňuje výzkum Anthonyové, která se na zkušebním vzorku devadesáti osmi dětí pokoušela zjistit objektivní míru dětských obav ze smrti. Děti doplňovaly příběhy s otevřeným koncem, ve kterých se smrt přímo nezmiňovala. Například: „ Když šel chlapec večer spát, na co myslel?“ nebo „ Chlapec šel do školy, když byl čas na hraní, nehrál si s ostatními, ale zůstal sám v rohu. Proč?“

„Při doplňování příběhů děti vykazují značné sklony zabývat se smrtí a zánikem. Přibližně padesát procent dětí se při doplňování příběhů odkazovalo na smrt, pohřby, vraždy nebo duchy“. (Yalom, 2006, str. 87)

Překážky v poznání dětského pojetí smrti

K tomu, abychom plně pochopili a poznali to, co malé dítě ví o smrti a jak k ní přistupuje, brání několik faktorů. Yalom je označuje za překážky a rozlišuje následující čtyři – „*Absence jazyka a schopnosti abstraktního myšlení, Freudovo stanovisko, Neobjektivní pohled dospělých a Co se dítě učí*“. (Yalom, 2006, str. 88 - 91)

Absence jazyka a schopnosti abstraktního myšlení

Malé dítě, které má velmi omezené schopnosti dorozumívání, jen stěží vysvětlí, jaké vnitřní prožitky se v něm odehrávají. Názory odborníků na to, co dítě ví a neví, jsou tedy spíše subjektivními předpoklady než objektivním vyhodnocením konkrétní situace. Dalším aspektem, který ovlivňuje možnost dítěte podělit se o své prožitky, je i absence abstraktního myšlení. Vývojoví psychologové v čele s **Jeanem Piagetem**, formují své teorie o vývojových stádiích dítěte mimo jiné na tezi, že malé děti nejsou schopny abstraktního myšlení. Jejich myšlenkové pochody se odehrávají jen na úrovni konkrétních operací. **Jean Piaget** dokonce uvádí, že ještě desetileté dítě se nachází ve stadiu konkrétních myšlenkových operací a teprve pozvolna začíná chápat abstraktní pojmy. Vzhledem k tomu, že pojmy jako smrt, existence, nekonečno, věčnost i konečnost jsou pojmy ryze abstraktní, dochází mnoho vývojových psychologů k závěru, že malé děti ještě nejsou schopny vytvořit si žádné ucelené pojetí smrti.

Freudovo stanovisko

Odborníci, kteří nabyli přesvědčení, že malé dítě nemá přesné pojetí smrti, vycházeli kromě Jeana Piageta také z myšlenek **Sigmunda Freuda**. Ten byl přesvědčen o tom, že malé dítě není schopno pochopit opravdové důsledky smrti. Domníval se, že ani osmileté nebo devítileté dítě nemá žádné znalosti týkající se smrti a v důsledku toho je ani nesuzují žádné obavy ze smrti. Vývojově ranějším stádiím dítěte, kterým přikládal mnohem větší důležitost při utváření charakteru, podle něj dominují sexuální motivy. Smrt, jako základní obava dítěte dominuje až stádiím pozdějším a nemá tudíž při vývoji člověka zásadní vliv. Právě tato teze o malé úloze smrti při vývoji člověka způsobila, že mnoho odborníků se přestalo tímto tématem zabývat.

Neobjektivní pohled dospělých

Malé děti v dospělých lidech vyvolávají instinktivní touhu ochraňovat, udržet vše nepříjemné v dostatečně velké vzdálenosti. Z tohoto důvodu s nimi neradi hovoří o smrti, raději se zabývají jen tím, co je na povrchu a ne pod ním. Tazatel se často spokojí s popsáním skutečnosti, místo aby se dalším dotazováním pokoušel proniknout hlouběji k jádru věci tak, jak by to udělal v případě dospělého respondenta. Veškeré výzkumy jsou závislé na zpracování a vyhodnocení dospělým. Toho, mimo ochranné instinkty vzhledem k dětem, determinuje i vlastní strach a obavy, jeho vnitřní neochota se tímto tématem zabývat. To může výsledky zkoumání notně zkreslit. A vytvořit mylnou představu o tom, jak dítě pojímá smrt a smrtelnost.

Co se dítě učí

To, co dítě ví o smrti a jak k ní přistupuje, je často ovlivněno tím, jaký postoj k tomu zaujímají jeho rodiče. Ti, jako zásadní duchovní autority, formují dětský pohled na věci a události kolem něj, a tedy i na smrt. A právě rodiče jsou často dětským zájmem o smrt a smrtelnost vyděšeni a snaží se dítě myšlenek na smrt ušetřit. Dítě, které je velmi vnímavé k pocitům svých nejbližších, vnímá jejich obavy a úzkost a začne v důsledku tohoto poznání potlačovat své vlastní obavy ze smrti. Obecně se dá říct, že rodiče se snaží nabídnout svým dětem možnost úniku od jejich obav, nabízejí určité popření. Snaží se dítě uklidnit představou, že zemřít nemusí, hledají „společensky uznávaný mýtus o nesmrtelnosti“. Výzkumník pak často objevuje nikoliv přirozený sklon dítěte, ale složitý amalgám složený z uvědomování, úzkosti a popření dítěte, namíchaný s úzkostí a popřením dospělého.“(Yalom, 2006, str. 91)

Všechny tyto faktory hrají důležitou roli v získávání informací o tom, co dítě o smrti ví, jaký postoj k ní zaujímá i v tom, z čeho má strach a čeho se obává. I přes tyto překážky lze s určitostí říct, že již velmi malé dítě smrt vnímá, obává se jí a snaží se o určitý výklad a pojetí smrti jako takové.

Pojetí smrti a raná stadia vývoje dítěte

Jak už bylo dříve zmíněno, je velice těžké objektivně posoudit, jak a v jaké míře se u velmi malých dětí formuje jejich pohled na smrt a smrtelnost. Přesto existují jisté znaky, které nám umožňují vytvořit si o tomto vývoji konkrétní představu.

Kojenec

U kojence opravdu nelze hovořit o tom, že by existovaly jednoznačné důkazy, že dítě dochází k poznání smrti. Co je ale, pro toto vývojové období typické je, že dítě prožívá separační úzkost při odloučení od mateřské osoby. Z toho můžeme vyvozovat, že již takto malé dítě prožívá pocit strachu ze samoty, osamění a opuštěnosti. Tento strach je srovnatelný se strachem, který prožíváme ve spojitosti se smrtí. Tato naše raná zkušenost se během vývoje modifikuje do podoby strachu ze smrti v dospělosti. Je nutné podotknout, že v tomto vývojovém období a stejně tak ještě v několika obdobích následujících, se dítě neorientuje v čase tak, jako dospělý člověk. Plynutí času je pro něj příliš abstraktním pojmem. Chvilkové odloučení se pro něj rovná úplné ztrátě. Ta je ovšem neutralizována opětovným shledáním. Tak se u dítěte fixuje i domněnka, že i smrt je jen něco dočasného.

Batole

U batolete nedochází k nějakému výraznějšímu posunu v přístupu ke smrti. Batole je stále stejně determinováno svými myšlenkovými i komunikačními bariérami. Na rozdíl od kojence si více uvědomuje vlastní zranitelnost, což souvisí s jeho rozvíjejícími se pohybovými schopnostmi. Dítě získává větší zkušenosti s vlastním tělem, začíná si uvědomovat jeho zranitelnost a bojí se jeho poškození. Tento strach funguje jako určitý bezpečnostní mechanismus, který dítěti vymezuje hranice v jeho chování a chrání ho proti úrazům. Zbyněk Galvas k tomu dodává: „...tento fakt se rovněž váže k prožívání bolesti a strachu ze smrti. Odborníci se domnívají, že reakce na smrt v tomto věku je pravděpodobně daleko intenzivnější, než děti mohou verbálně vyjádřit“. (Galvas in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 394)

Předškolní věk

Oproti předchozím vývojovým obdobím lze v předškolním věku již zřetelně sledovat, že představa smrti u dítěte vyvolává výrazné účinky. Dítě postupně začíná rozlišovat mezi mrtvým a živým a roste i strach z vlastní smrti. Důkazy o tomto posunu můžeme snadno rozpoznat při pozorování dětské hry. Hry na smrt a obživení nejsou ničím výjimečným. Smrt si děti spojují s nehybností a spánkem. I z tohoto důvodu se u dětí může objevit strach z noci nebo z usínání.

Pro dítě v předškolním věku je smrt určitým způsobem časově ohraničená. Protože si jí spojuje se spánkem a jeho představa času je subjektivní, nepředstavuje pro něj smrt něco nezvratného a nevratného. Domnívá se, že ten kdo zemřel, může znovu vstát, že se může opět vrátit. Tuto dětskou domněnku často nechtěně podporují dospělí, kteří ve snaze ochránit dítě od smutku a truchlení, dítěti zatajují úmrtí blízké osoby a tvrdí mu například, že dotyčný odjel na dlouhou dobu do zahraničí.

Dětské vnímání smrti je také silně ovlivněno tím, že dítě posuzuje události velice sebestředně. Má pocit, že může většinu věcí ve svém životě ovlivnit svým vlastním přáním. (Například když dítěti zemře dědeček, dítě sice ví, že nějakým způsobem odešel, že tu teď, v tomto okamžiku hmatatelně není, ale přesto se ptá, kdy se na něj přijde podívat, domnívá se, že když bude hodně chtít, tak dědeček přeci musí přijít.) Stejně jako se dítě domnívá, že může svým přáním zařídit, aby se dědeček vrátil, stejně tak si myslí, že může způsobit něčí smrt. Zvláště těžce snáší smrt rodiče či sourozence, se kterým neměl úplně optimální vztahy. V takovém případě se dítě často cítí velmi provinilé, domnívá se, že jeho zlost mohla smrt této osoby způsobit.

„Pocit viny za smrt blízké osoby bývá u dítěte předškolního věku zvláště významný. Vychází totiž z jeho „magického přesvědčení“, že myšlenky a slova mají vliv na jeho okolí“. (Galvas in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 397)

Předškolní věk s sebou často přináší i získávání prvních zkušeností se smrtí, například pozorováním v přírodě nebo při kontaktu s domácími zvířaty. To může způsobit, že dítě propadá až panickému strachu, že zemře, když se nějak poraní.

Kolem šestého roku věku můžeme u dětí pozorovat tzv. **afektivní reakci**. Jedná se o obavu dítěte, že by mohla jeho matka zemřít a opustit jej.

Smrt už dítě nespojuje pouze se spánkem a nehybností, ale také s nemocí a nemocnicí. Nejčastěji si ji ovšem představuje jako výsledek nějaké agrese, například jako výsledek zabití.

Obecně je tedy pro **předškolní období a pojetí smrti** charakteristické to, že dítě reaguje na smrt ve svém okolí většinou klidně, protože pro něj nepředstavuje něco konečného a nevratného. Domnívá se, že smrt může ovlivnit svými pocity. Ono samo rozhoduje, kdy někdo zemře a kdy zase vstane. Největší jistotu a pocit bezpečí dávají dítěti jeho rodiče. Mají pro něj klíčový význam. Smrt jednoho nebo dokonce obou rodičů výrazně oslabí dětský pocit bezpečí a naruší jeho rovnováhu.

Vyrovňávání se smrtí u dětí předškolního věku

Mohlo by se zdát, že řešit otázku toho, jak se dítě předškolního věku vyrovnává se smrtí blízkého člověka, je, vzhledem k nízké četnosti, zbytečné. Procento dětí, kterým zemře jeden z rodičů, je, ve srovnání s počtem dětí, které vyrůstají jen s jedním z rodičů důsledkem rozvodu, zanedbatelné. Děti mnohdy vyrůstají pouze s rodiči, se svými prarodiči se příliš často nevidí a dalo by se tak předpokládat, že se dětí jejich případná smrt tolik nedotkne. Ale je samozřejmé, že tak jednoduché to není.

V minulosti, kdy ještě téma smrti nebylo tolik tabuizované a děti nebyly tolik „chráněné“, byly často svědky umírání, zúčastňovaly se pohřbů a mohly truchlit společně se svou rodinou a okolím. To vše jim umožnilo postupně se s úmrtím vyrovnat. V dnešní době je naprosto běžné, že umírání i smrt jsou přesunuty za zdi nemocnic a dítě je udržováno v dostatečném odstupu od všeho. Dospělí mají tendenci dítě co nejrychleji ze smutku vyvést, rozptýlit je a rozveselit. Berou jim tak ale možnost v klidu a ve svém tempu truchlit a vyrovnávat se se ztrátou.

Zdeněk Matějček k tomu dodává: *„Truchlení mělo svou vnější formu, svůj čas, svůj řád..... V dnešní době se však úmrtí člena rodiny přesunulo do nemocnice, projevy smutku i projevy sympatií se redukovaly na minimum“.* (Matějček, 2002, str. 139)

Truchlení dětí

Jak již vyplynulo z předchozích kapitol, dítě již v útlém věku dokáže zaznamenat, že utrpělo ztrátu blízké osoby. Přestože až do školního a spíše ještě staršího školního věku, není dítě schopné plně pochopit důsledek takové ztráty, nelimituje to jeho prožívání smutku. Dospělí se, vlivem tohoto mylného předpokladu, dopouští zásadních chyb. Jednak se domnívají, že dítě ještě není schopno procítit všechn žal a proto je třeba, je rychle vrátit do normálního stavu. A umožnit jim na vše zapomenout.

Další velkou chybou, které se dopouští, je ta, že před dítětem smrt blízké osoby zamlčují. Pomocí „ochranných“ lží ho udržují v nevědomosti a domnívají se, že tak dítěti pomohou vyrovnat se se ztrátou až v době, kdy bude starší, silnější nebo zralejší. Předpokládají, že dítě má natolik křehkou a citlivou duši, že by takovou zprávu neuneslo. Smutnou zprávu mu dávkuje po částech a co nejšetrněji.

Jak ale vyplývá z pozorování psychologů, je pro dítě velice důležité, aby mohlo být účastno truchlení celé rodiny, aby v ní cítilo oporu a bylo tak utvrzováno, že jeho prožitky jsou správné. Zamlčování pravdy dítěti nijak neprospívá. Vede ho to k špatnému výkladu situace, kdy dítě vnímá emoční změny ve svém okolí u svých blízkých, ale nerozumí jim. Zatajování pravdy a uchýlení se k ochranným lžím (maminka odjela do lázní, apod) neumožní dítěti zdravě se vyrovnat se ztrátou, ale později ho utvrzuje v přesvědčení, že osoba, kterou ztratil, se vrátí.

„Dítě lépe prožívá fázi otřesu, protestu i beznaděje v blízkosti těch, kdo jsou stejně naladěni a v dané chvíli jsou mu oporou...Jestliže se o pravém stavu věcí dozví až později, samo, sólově – v době, když ochranná atmosféra prvotní semknutosti ochabla, je stejně nuceno vyrovnat se s novou situací, navíc však za méně příznivých emocionálních podmínek“. (Matějček, 2002, str. 142 - 143)

Truchlení se u dětí projevuje různě. Mezi nejčastější **projevy** je možné zařadit **skleslost, uzavřenost do sebe, apatii, nechutenství, vývojovou regresi**, ale také **provokativní chování**. Dítě se často **upne na** nějakou dospělou **osobu**, mohou se u něho objevit nejrůznější **neurotické poruchy a fobie**. U batolat a dětí v předškolním věku se často

objevuje pocit viny, který může přetrvat i delší dobu. To je dáno vývojovou fází, ve které se dítě právě nachází. V této době je pro dítě typické, že veškeré dění vztahuje samo k sobě, a proto může trpět pocitem viny za úmrtí blízkého člověka. Tento pocit viny může dítě zhmotnit do projevů provokativního chování, čímž si chce na dospělých vynutit určité potrestání a následkem toho i odpuštění si a vyrovnání se s tím.

Také dobu, po kterou dítě truchlí a pozvolna se vyrovnává se svým smutkem nelze jednoznačně určit. Přesto lze sledovat, že v minulosti často zmiňovaná doba jednoho roku smutku, měla své opodstatnění. Je to dostatečně dlouhá doba, aby dítě prošlo všemi fázemi.

Zdeněk Matějček k tomu uvádí: „*U většiny dětí se dají rozlišit Bowlbyho a Robertsonovy čtyři klasické fáze: ohromení (šok), protest, beznaděj (zoufalství) a uklidňování (vyrovnávání, smíření)*“. (Matějček, 2002, str. 140)

Psychická odolnost dítěte a její posilování

V tom, jakým způsobem se dítě dokáže vyrovnat se ztrátou, hraje velkou roli i **odolnost** jeho **osobnosti**. Ta je určena, z velké části, nastavením jeho osobnostních rysů. Teorie, související s odolností osobnosti při zátěžových situacích v životě, formulovali i psychologové jako byli **Z. Freud** nebo **E. H. Erikson**.

Freud určil za stěžejní vlastnost, která zapříčiňuje odolnost osobnosti, sílu ega. Mechanismy, které umožňují člověku vyrovnat se s psychickou zátěží, jsou „*represe, regrese, vytěsnění, odčinění, introjekce, projekce, izolace*“. (Hoskovcová in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 369)

E. H. Erikson vidí za základ zdravého vývoje získání základní důvěry, jak popisuje ve své teorii 8 věků člověka. Základní důvěra se utváří v novorozeneckém věku, kdy je dítě schopné a ochotné nechat matku opustit jeho bezprostřední blízkost, spustí ji ze svého zorného pole bez nadměrné úzkosti, protože cítí vnitřní jistotu a dokáže předvídat. Tato základní důvěra vzniká v důsledku toho, jak matka o dítě pečuje, věnuje se jeho individuálním potřebám a upevňuje tak v dítěti pocit důvěryhodnosti.

Psychologové, kteří se zabývají odolnými (v češtině využíván pojem „nezdolnými“) dětmi, se opírají o termín **resilience**.

Wernerová vidí resilienci jako „*proces, schopnost i výsledek úspěšné adaptace člověka vzdor nepříznivým či ohrožujícím podmínkám*“, jiná definice zmiňuje resilienci jako „*schopnost přežít stresor (nebo ohrožující faktor) a vyhnout se dvěma nebo více nepříznivým životním událostem, kterým by majorita srovnatelné skupiny lidí v takové situaci podlehla*“. (Hoskovcová in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 370)

Na míře resilience, odolnosti se z velké části podílí tzv. **ochranné faktory**. Ty lze zjednodušeně rozdělit do **tří základních skupin**.

- **První skupinu** tvoří faktory, které jsou úzce spjaté se samotnou **osobností dítěte**. Jde o kombinaci temperamentu a líbivého vzhledu. Dítě, které disponuje těmi „vhodnými“ temperamentovými předpoklady a má příjemný vzhled je již od kojeneckého věku schopné dospělého odměnit. Reaguje bystře

na podněty z okolí, dokáže se relativně rychle a lehce zklidnit, v pozdějším věku je dostatečně samostatné a dokáže si říct o pomoc, když něco nedokáže.

- **Druhá skupina faktorů** vychází z prostředí **rodiny**. Odolné děti mívají ve svém okolí člověka, se kterým je pojí silné citové pouto (sourozenec, prarodiče, apod.). Tato osoba představuje pro dítě citově stálou oporu.
- **Třetí skupina faktorů** se formuje v **širším okolí**. Děti si kolem sebe zformují okruh vrstevníků, ke kterým se uchylují pro radu a pomoc. Mnohdy mají oporu také v nějakém starším člověku, který pro ně představuje určitou mravní autoritu.

Hoskovcová charakterizuje vlastnosti, které podmiňují odolnost dítěte takto: „ *Za obzvláště důležitý bod můžeme považovat vnitřní dispozici dítěte posílenou díky citově stálé osobě, která měla a má k dítěti pevný vztah. Tato kombinace zjevně tvoří pevné jádro člověka, na kterém může ve svém dalším vývoji stavět*“. (Hoskovcová in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 371)

Další teorie vymezují ve spojitosti s odolnými dětmi pojmy jako: **připoutání** jednoho člověka k druhému (J. Bowlby, vytvoření pevné a trvalé sociální vazby a silné citové lpění jednoho na druhém), **osobní tvrdost** (hardiness) či **kladné sebehodnocení** (schopnost vidět sebe sama zvenčí a umění sebe sama ohodnotit a ocenit, souvisí také s pozitivními i negativními emocemi, které ze sebehodnocení vyplývají).

Souhrnně je tedy možné říct, že odolnější bývají děti, které mají správnou kombinaci vnitřních a vnějších předpokladů, vytvořily si pevné citové pouto k citově stabilní osobě ve svém okolí, vykazují dostatečnou míru osobní tvrdosti a projevují vyšší míru kladného sebehodnocení. K tomu, aby se v dítěti mohla utvářet vnitřní jednota (koherence), je důležité vytvářet mu k tomu vhodné podmínky – „*zajistit dítěti srozumitelnost situace, ve které se nachází, dávat činností smysl, vysvětlovat, co a proč se děje, mít na mysli zvládnutelnost úkolů pro dítě, dítě by mělo uspět při plnění nějakého úkolu ve většině případů (není však užitečné, když upravíme podmínky tak, že uspěje vždy)*“. (Hoskovcová in Šulová, Zaouche – Gaudron, 2003, str. 374)

Ochranná a terapeutická opatření

Je samozřejmé, že existují způsoby, jak můžeme dítěti v jeho těžkém životním období pomoci. Za **preventivní opatření** můžeme označit, seznamování dětí se smrtí a smrtelností, a to zejména pomocí **dětské literatury**. Dítě vidí svět svým subjektivním, fantazijním úhlem pohledu. Není schopno zcela popsat a pochopit emoce, které se v něm odehrávají. Za pomoci dětských knih a příběhů můžeme dítěti jak podat potřebné informace formou, která je pro něj srozumitelná, tak mu dát možnost, aby na příběhu někoho jiného rozpoznalo své vlastní pocity. Téma smrti se objevuje ve většině klasických pohádek, ale tam má spíše roli informativní. Umožňuje dětem poznat to, že smrt je a že je nevratná (maminka Popelky zemřela a už se nevrátí). Přenáší na děti základní pocity, které z takové skutečnosti vyplývají (Popelka byla smutná a stýskalo se jí po ní). Existují ale také tituly, které dítěti umožní hlouběji si prožít pocity spojené se smrtí, a které přináší dětem určité odpovědi na jejich otázky (Bratři Lví srdce, Když dinosaurům někdo umře, Návštěva malé smrti, apod.).

Další možností, jak dítě upozornit na existenci smrti, je **pozorování okolního světa a života**. Pozorování koloběhu života u rostlin a živočichů umožní dítěti dát si věci do souvislostí.

V rámci společnosti je dobré dítěti umožnit, aby se spolu s ostatními **zúčastňovalo pohřbů a smutečních slavností**.

V případě, že se dítě setká s **úmrtím ve svém blízkém okolí**, je třeba umožnit mu, aby mohlo svůj smutek **v klidu prožít** v ochranné rodinné atmosféře. Dětský žal a smutek by měli dospělí **respektovat**, měli by s dítětem jednat **otevřeně, upřímně před ním prezentovat své emoce**. Je velice důležité, aby dítě mohlo svůj smutek prožívat tak, jak samo potřebuje. Když má potřebu schoulit se u někoho v náručí a pomazlit se, měli bychom mu to umožnit, když má ale potřebu být o samotě, není dobré se mu vnucovat. Dítě potřebuje pro své truchlení i určitý čas. Není tedy dobré pokoušet se dítě rozveselit či přivést na jiné myšlenky. „*Dobře prožitý smutek je pozitivním činitelem ve výstavbě lidské osobnosti*“. (Matějček, 2002, str. 143)

S dítětem je třeba jednat šetrně, ale pravdivě. Dítě by mělo pochopit, že ztráta je konečná a nevratná. Jen tak se bude moct se situací vyrovnat. Děti jsou často silnější a odolnější než si dospělí uvědomují. I s takovou těžkou situací se většinou vyrovnají lépe než bychom čekali. Je třeba jim jen poskytnout bezpečné prostředí a čas.

Zdeněk Matějček uzavírá toto téma doporučením: *„Je třeba vést dítě tak, aby vědomě připravilo někomu radost, udělalo něco milého někomu druhému, aby bylo aktivní v pozitivním společenském smyslu“.* (Matějček, 2002, str. 144)

PRAKTICKÁ ČÁST

Uvedení do metodologie výzkumu

Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Cílem mé bakalářské práce je zmapovat a popsat konkrétní průběh vyrovnávání se se smrtí blízké osoby u dítěte v předškolním věku.

Výzkumné otázky:

- Jaké jsou první reakce dítěte?
- Jak se proměňuje chování dítěte v následujících dnech, týdnech a měsících?
- Jak na dítě a jeho situaci reagují ostatní děti v mateřské škole?
- Jak se ztráta dítěte projevuje v rámci mateřské školy?

Kvalitativní výzkum

Pro svoji práci jsem zvolila **kvalitativní výzkum**, a to z toho důvodu, že již dlouhou dobu do hloubky sleduji jeden případ, kdy se dítě vyrovnává se smrtí blízké osoby, konkrétně své matky.

Jako výzkumnou metodu jsem si zvolila **metodu kazuistiky**, která patří mezi základní výzkumné designy v pedagogice.

Metoda sběru dat

Ke sběru dat jsem se rozhodla využít dlouhodobého pozorování. Místem, ve kterém jsem toto pozorování realizovala, byla jedna třída mateřské školy. Probíhalo v časovém rozmezí 18 ti měsíců, a to od ledna 2013 do června 2014.

Kazuistika Kačenky – úmrtí matky

Září – Listopad 2012

S Kačenkou jsem se poprvé setkala, když nastoupila do naší mateřské školy, v září roku 2012. Tehdy jí byly 4 roky a 9 měsíců. Pocházela z romské rodiny a žila spolu se svojí starší sestrou Gitou a jejich maminkou Gábinou. Její otec s nimi v té době již nežil a ani se s nimi příliš nestýkal. Odpykával si trest za majetkovou trestnou činnost. Maminka Gábina (38) byla v té době nezaměstnaná a starší dcera Gita (15) navštěvovala devátou třídu základní školy.

Od první návštěvy školky se maminka velmi intenzivně zajímala o dění ve třídě. Spolu s Gitou, Kačenu každé ráno doprovodila až do třídy, dohlédla na to, aby měla vše potřebné, četla si nástěnky, prohlížela si její výtvary. Kdykoliv bylo potřeba, velmi příkladně s námi spolupracovala. Společně jsme řešily například oblast Kačenčiny výživy nebo její horší zrak. Kolegyně si u Kačenky všimla jistých náznaků, které vypovídaly o tom, že by mohla mít obtíže se zrakem. Upozornila na to její maminku a ta téměř okamžitě zařídila její kontrolu u lékaře. Bylo zřejmé, že Kačenu a její maminku spojuje velice silné pouto a že obě dcery jsou velmi dobře vedeny.

Kačenka byla na svůj věk velmi drobná a subtilní. Měla velký problém s přijímáním potravy. Jedla příliš málo a trpěla nechutenstvím. Maminka to řešila ve spolupráci s dětským lékařem a domluvila se s námi, že se i my ve školce pokusíme Kačenu k jídlu více motivovat a budeme také sledovat množství snědeného jídla. Mezi svými vrstevníky se Kačenka projevovala zpočátku spíše ostýchavě, ale postupně se mezi ně začlenila a našla si kamarády. Její nesmělost byla způsobena zejména její obavou z rasových předsudků. V prvních týdnech na ní byla velmi zřetelně vidět její ostražitost. Dávala dobrý pozor na to, co kdo říká a jak se k ní chová. Sama se chovala tak, jako by každou chvíli očekávala nějaký útok z okolí. Brzy si ale mezi dětmi našla první kamarády, přestala být tak ostražitá a nakonec se zcela zapojila mezi ostatní. Potom už byla většinou velmi veselá a spokojená. Ráda se zúčastňovala našich

společných aktivit, do všeho se pouštěla radostně a s velkou chutí. Asi nejvíce ze všeho jí bavilo tancování a malování. V těchto oblastech se také projevoval její veliký talent. Během několika málo týdnů došlo ke zlepšení i v Kačenčině přístupu k jídlu. Většinou už snědla téměř celou svou porci jídla a postupně začínala i přibírat na váze.

Listopad – Prosinec 2012 – maminka nemoc

Počátkem listopadu 2012 se u Kačenčiny maminky začaly objevovat první zdravotní obtíže a velice brzy byla hospitalizovaná v nemocnici. V té době jsme neměli téměř žádné informace o vážnosti jejího stavu. Ale jak se prodlužovala délka její hospitalizace, bylo zřejmé, že její zdravotní stav není příliš dobrý. O Kačenku se v této době starala její patnáctiletá sestra Gita. V jejich společném bytě zůstaly samy, jen za nimi dojížděla teta, maminka sestra. Gita se velice snažila, aby všechno zvládla co nejlépe. Zajímala se o vše, co souviselo s Kačenčinou docházkou do školy. V některých oblastech, jako byla například oblast placení školného a stravného, se sice příliš nevyznala, což bylo vzhledem k jejímu věku naprosto pochopitelné, ale vždy se nás na vše důkladně vyptala a potom se řídila našimi radami. Největší problém, který musela řešit, byl nedostatek finančních prostředků. Ale i přes tyto těžkosti vše zvládala velmi dobře, lépe než by kdokoliv od takto staré dívky očekával. Byla jediný člověk z Kačenčiny rodiny, se kterým jsme tehdy přišli do kontaktu.

Kačenka nám vyprávěla o tom, že její maminka leží v nemocnici, ale o důvodech, proč tam maminka musí být, zcela jistě nic nevěděla. Naprosto si neuvědomovala vážnost situace, byla svým okolím záměrně udržovaná v nevědomosti a v klidu. Ve školce mezi ostatními dětmi i ve chvílích, kdy byla o samotě, byla stále stejně veselá, uvolněná a spokojená. Navenek se ani nijak neprojevoval stesk po mamince. Vždy se těšila, až za ní pojede na návštěvu a potom nám spontánně vyprávěla, co na té návštěvě zažila. Jednou například vyprávěla o tom, že maminka měla na svačinu jogurt, na který dostala Kačenka chuť, a tak jí ho maminka dala. Kačence moc chutnal a maminka prý měla velikou radost, že tak hezky jí. Nevím, na kolik se o vzniklé situaci bavili doma, ale ve školce se Kačenka vůbec

nezajímala o to, proč tam maminka je nebo kdy už se vrátí domů. Na to, až se maminka vrátí, se ale velice těšila a občas mi vyprávěla, co budou doma s maminkou všechno dělat.

O Vánocích maminka Kačenky zemřela.

Leden 2013 – maminčina smrt

Kačenka přišla do školky první den po svátcích. Ihned, jak vešla do třídy, šla za mnou a naprosto v klidu mi řekla, že její maminka umřela. Řekla to úplně bez emocí, bez jakéhokoliv náznaku smutku, a tak jsem si v první chvíli myslela, že jsem jí jen špatně rozuměla. Kačenka to potom pověděla i dětem, se kterými si hrála. A znovu přišla za mnou a zopakovala mi tu stejnou větu – „Umřela mi máma“. Tuto větu řekla ten den ještě mnohokrát. Opakovala jí mně, mé kolegyni i dětem. Ale vždy to říkala tak, jako by se jednalo o něco úplně všedního, běžného a normálního. Neplakala, chovala se stejně, jako kdykoliv předtím. Jen když opakovala to, že jí umřela máma, říkala to hlasitěji než vše ostatní. Měla zcela jasnou potřebu říct to nahlas a všem. Chtěla jsem Kačence nabídnout nějakou útěchu, možnost se vyplakat, ale ona o něco takového vůbec nestála. Hrála si s ostatními jako jindy a byla úplně v klidu. Až později ten den za mnou přišla, chtěla se se mnou pomazlit a zeptala se mě, kde je teď její maminka. Vzhledem k tomu, že se ráno třídy spojovaly, jsem neměla možnost mluvit s Gitou nebo s někým jiným z Kačenčiny rodiny, a tak jsem si nebyla jistá, jak jí odpovědět. Bála jsem se toho, že jí řeknu něco jiného, než jí budou říkat doma. Kačenka ale o mou odpověď opravdu velmi stála, bylo zcela zřejmé, že potřebuje něco slyšet, a tak jsme si tedy spolu povídaly o tom, že její maminka je v nebi, odkud se na ni dívá a dává na ní pozor. Po tomto rozhovoru se Kačenka zdála spokojená a znovu si odešla hrát za ostatními dětmi.

Druhý den za mnou přišla Gita a řekla mi o tom, že jejich maminka zemřela 26. 12. 2012 na rakovinu. Kačence na otázku, kde teď maminka je, odpověděly stejně jako já. Gita mě také informovala o tom, že se o ně bude i nadále starat jejich teta. Teta

ovšem nebydlela s nimi, ale pouze za nimi dojížděla. Veškerá péče a starost o Kačenku tak stále zůstala na její patnáctileté sestře. Obě sestry měly mezi sebou velice silný vztah, což se projevilo už během maminčiny hospitalizace a pro Kačenku už Gita začala představovat téměř mateřskou osobu.

Další den, když přišla Kačenka do školky, se už projevovala zcela jinak než den předchozí. Byla velice přecitlivělá, plačtivá a smutná. Kolegyně se jí snažila utěšit, pomazlit jí, ale Kačenka nechtěla. Šla za mnou, chtěla obejmout, celý den se držela jen u mě a většinu času chtěla být v náručí. Od té doby, kdykoliv jí bylo smutno, přišla vždy jen za mnou. A dodnes se to nezměnilo. Zřejmě si mě zvolila za svého opatrovatele.

V následujících dnech až týdnech prošlo Kačenčino chování změnou. Přestala být veselá a spokojená a přestala vyhledávat kontakt s ostatními dětmi. Většinu času byla posmutnělá, snadno se rozčílila. Neměla zájem jakkoliv si s námi hrát, odmítala všechny aktivity. Byla velmi negativistická. Během našich společných aktivit a her zůstala sedět úplně mimo, na jakýkoliv i sebemenší náznak toho, že by měla přijít za námi, reagovala velice vznětlivě. Většinu času seděla schovaná v rohu místnosti nebo ukrytá za závěsem a tiše plakala. Stačilo, aby na ní děti promluvily, a začala vztekle křičet a nadávat. Asi úplně nejvíc ji rozčílilo, když byl karneval a děti tancovaly. Jakmile začaly děti tancovat, Kačenka začala křičet, vztekat se a mlátit do dětí. Nenechala se nijak uklidnit a nepřestala, dokud jsme nevypnuly hudbu a nepřestaly tancovat. Děti měly pro Kačenku, alespoň ze začátku, pochopení. Krátkou dobu po tom, co Kačenčina maminka umřela, to během komunikačního kruhu Kačenka dětem řekla a společně jsme probraly vše, co je zajímalo. Děti reagovaly velice empaticky a od té chvíle držely nad Kačenkou ochrannou ruku.

Nálada se u Kačenky proměnila i během jednoho dne. Přestože zůstávala stále laděna negativně, většinou se během dne vystřídaly chvíle, kdy byla velice smutná a zlostná a chvíle, kdy měla chuť se pomazlit a zklidnit. Tyto proměny probíhaly v relativně pravidelném rytmu a kopírovaly denní režim. Během ranní hry byla Kačenka

ve svém klidovém období a měla potřebu být u mě a mazlit se, se začátkem nějaké společné aktivity se její nálada prudce zhoršila a Kačenka začala být zlostná a projevil se u ní opoziční chování, při pobytu na zahradě nebo na vycházce byla Kačenka opět v klidu a další ataka vzteklého chování přicházela zpravidla v průběhu oběda. Jídlo a přístup k němu, bylo další oblastí, kde bylo možné pozorovat výraznou změnu k horšímu. Kačenka opět odmítala jíst a to v ještě větší míře než dříve. Nyní zbylo opravdu jen pár jídel, které byla ochotná sníst. Musela znovu navštívit lékaře a tentokrát to již řešili i medikamentózně. O mamince Kačenka téměř nikdy nemluvila. Zato bylo znát, že se vzájemná vazba mezi ní a její sestrou Gitou velmi upevnila. Gita začala představovat absolutní středobod Kačenčina světa. Mluvila o ní s velkou láskou a obdivem a cokoliv Gita řekla, to Kačenka bez jakéhokoliv odporu udělala. O tetě nikdy nemluvila a my ji neviděli.

Únor – Březen 2013

Po dvou měsících od mamčina úmrtí se Kačenka začala pozvolna zapojovat do her a aktivit a znovu navazovat přátelství. Stále ještě byla spíše smutná než veselá, stále se občas propadala do stavu vzteku a zoufalství, ale přeci jen se dalo mluvit o pozitivním posunu. Spřátelila se s jednou holčičkou ze třídy, Terezkou, a spolu s ní se začala znovu smát.

Jednoho dne přišla Kačenka do školky a řekla mi, že její maminka je živá, že je teď v nemocnici, ale brzy se už vrátí domů. Byla nadšená, rozzářená a šťastná. Naprosto se upnula k tomu, že maminku již brzy uvidí. Nebylo mi moc jasné, co tento obrat způsobilo. Snažila jsem se o tom s Kačenkou mluvit, zjistit, proč si je tak jistá tím, že se maminka vrátí, ale ona jen opakovala, že bude maminka už brzy doma. Odpoledne jsme o tom mluvily s její sestrou Gitou. Vyklízeli doma věci po mamince a vytáhly také její kabelku, se kterou odjížděla do nemocnice. Kačenka jí doma viděla a od té chvíle byla přesvědčená, že maminka už brzy přijde. Když se tam objevila, tak najednou, její kabelka, vrátí se i maminka. Jinak by tam přeci kabelka být nemohla, kde by se tam jinak vzala? Snažili jsme se společně Kačence vysvětlit, že tak to není. Že ta

kabelka neznamená, že se maminka vrátí. Ale nevěřila nám a čekala na maminku dál. Toto období „čekání“ trvalo asi dva týdny. Nakonec Kačenka uvěřila tomu, že se maminka opravdu zpátky nevrátí.

Kačenka se znovu vrátila o několik kroků zpátky. Opět téměř přestala komunikovat s dětmi, nechtěla se zúčastňovat společných her a aktivit a zase většinu času seděla schovaná za závěsem. Stále více se začala fixovat na mne. Začala žárlit na kohokoliv, komu jsem se věnovala. Vyžadovala moji neustálou pozornost. Když jí neměla, tak si jí vynucovala. Její výbuchy vzteku byly teď více záměrné. Vztekem chtěla připoutat mou pozornost. Hodně jsem se jí věnovala, ale po tom, co mi jednou řekla „mami“, začala jsem mít obavu, jestli se na mne neváže příliš. Spolu s kolegyní jsme se snažily docílit určité rovnováhy. Já jsem se šetrně pokoušela, aby se ode mne trochu odpoutala, více času jí teď věnovala moje kolegyně. Nakonec se nám to docela podařilo a Kačenka ke mně znovu začala přistupovat sice s důvěrou, ale přeci jen jako k paní učitelce. Postupně došlo k dalšímu posunu i v celkovém Kačenčině chování. Kačenka se, spolu se svojí kamarádkou, začala znovu zúčastňovat našich her a její vzteklé výbuchy byly méně časté. Stále byla často smutná, ale přesto to bylo výrazně lepší než dřív.

Duben – Červen 2013

Během dalšího měsíce se Kačenka výrazně zlepšila. Byla znovu aktivní, veselá a dokonce se i zamilovala. Začala opět malovat a dokonce i zpívat a tancovat. Stále častěji vypravovala o své tetě, která se k nim nastěhovala. Teta prý byla velmi přísná a na Kačenku měla velké nároky. Ve školce se ani po tom, co se nastěhovala ke Kačence a Gitě, příliš nevyskytovala. Všechny záležitosti týkající se Kačenky stále vyřizovala Gita. Kačenka se začala obávat toho, že se zašpiní nebo si zničí třeba čelenku. Teta by se prý na ni moc zlobila a křičela by. Když se, ve výjimečných případech, teta ve školce objevila, působila příkrým dojmem a v kontaktu s Kačenkou nepůsobila nijak vřele a láskyplně. Je ale nutné dodat, že Kačenka nepůsobila tak, že by nějak strádala nebo se

trápila. Tetu, podle svých vlastních slov, příliš ráda neměla, trochu se jí bála, ale veškerou potřebu lásky si vynahrazovala u své sestry Gity.

Na konci školního roku, půl roku po smrti maminky, byla z Kačenky opět relativně spokojená a klidná holčička, která si ráda hrála, bavila se se svojí kamarádkou Terezkou a těšila se na to, co společně zažijeme. Stále se u ní objevovaly výbuchy zlosti nebo smutku, ale byly již méně časté a nedosahovaly takových rozměrů. Špatně snášela změny. Vadilo jí, když musela spát v jiné třídě, když v její třídě suplovala paní učitelka, kterou příliš neznala, když bylo ve školce divadlo nebo jsme se fotografovali. Ke svému klidu potřebovala svůj prostor, své zvyky a svůj řád. O své mamince stále nemluvila. Když ostatní děti vyprávěly o maminkách nebo je malovaly, Kačenka mluvila o své tetě nebo o Gitě. Malovat nechtěla ani jednu z nich. Jednou se pustila do malování obrázku své maminky. Pořád se chodila za mnou radit, protože si už nepamatovala, jak její maminka vypadala. Když už měla obrázek skoro hotový, zničehonic ho celý začmárala černou barvou. Mluvit o tom nechtěla. Potom už maminku nikdy znovu nemalovala. Celé léto byla Kačenka doma se svou tetou a do školky nechodila.

Září – Listopad 2013 – odloučení od sestry

V září roku 2013 Kačenka opět nastoupila do naší třídy. Byla teď více sama, protože její kamarádka Terezka přestala mateřskou školu navštěvovat. Stále častěji byla podrážděná a spíše než smutná, byla rozhněvaná na celý svět. Začala o sobě a svých pocitech mluvit během komunikačního kruhu. Nejintenzivněji se zabývala svou současnou situací doma. Společné soužití Gity a tety nebylo příliš idylické. Kačenka téměř každý den vyprávěla o tom, jak se teta a Gita hádají. Měla veliký strach o Gitu. Vyprávěla nám například o tom, jak během jedné hádky došlo i k fyzickým útokům. Teta, podle slov Kačenky, Gitu bodla nůžkami. Gita začala utíkat z domu a Kačenka se strachovala, že se jí ztratí a už jí neuvidí. Byla na tetu velmi rozhněvaná. Tím vším, co se dělo, se trápila. Celá situace vyvrcholila tím, že se Gita ze společné domácnosti odstěhovala. Přestěhovala se ke svým dalším příbuzným, kteří žili ve vedlejší městě.

Gita, která se celý minulý rok starala o Kačenku, měla velké problémy ve škole, a tak musela devátý ročník opakovat. Z toho důvodu stále dojížděla do našeho města.

Kačenka se potom, co se Gita odstěhovala, znovu stáhla do sebe. Byla nešťastná, velmi se jí stýskalo po Gitě. Ta pro ni představovala její jistotu a teď znovu zůstala sama. Vyprávěla nám, že si teta nepřeje, aby za ní Gita chodila, aby se spolu viděly. Prý má na Kačenku špatný vliv. Kačenka se bála tety a bála se o Gitu. Její sestra to nejspíše viděla podobně, protože začala každý den za Kačenkou docházet do školky. Když jí skončila škola, ihned přišla do školky a během odpoledního odpočinku spolu sestry seděly ve třídě a povídaly si a objímaly se. Protože Kačenčina teta nestanovila žádné omezení, které by tyto návštěvy zakazovalo, vyšli jsme sestrám vstříc a návštěvy jim umožnily. Kačenka se vždy již od rána těšila na chvíli, kdy se objeví její sestra. Jejich setkání byla vždy velmi dojemná, často obě plakaly, zajímaly se o to, co ta druhá dělá a jak se má. Po Gitině odchodu byla Kačenka vždy velice posmutnělá.

Asi po dvou týdnech se ve školce objevila Kačenčina teta a zakázala Gitiny návštěvy.

Kačenka na to reagovala velice emotivně. Celé dny ve školce plakala stejně jako v době, která následovala těsně po smrti maminky. Opět téměř přestala jíst, odmítala jakýkoliv kontakt s ostatními. Uzavřela se do sebe a schovávala se před ostatními. Přibližně po měsíci jejich absolutního odloučení došlo v Kačenčině chování k další změně. Přestala být smutná, začala se pozvolna zapojovat mezi ostatní děti, našla si novou kamarádku Madlenku. Přesto v ní ale zůstávalo spousta napětí. Často bývala rozzlobená, popadaly jí záchvaty vzteku a měla chuť odporovat všemu a všem. Nejčastěji se její vnitřní napětí projevovalo během komunikačního kruhu. Zatímco ostatní děti většinou povídaly o tom, co je těší, Kačenka vyprávěla o tom, co jí štve a vadí.

Prosinec 2013

Veškeré její napětí v ní dosáhlo svého vrcholu před Vánoci 2013. Během komunikačního kruhu se naplno projevilo. Začaly jsme si povídat. Děti povídaly o tom, co je těší, z čeho mají radost i o tom, na co se těší. Celé ráno bylo z Kačenky cítit velké napětí, byla ještě více podrážděná než jiné dny. Doufala jsem, že by mohla prostřednictvím povídání část toho napětí uvolnit. Zeptala jsem se tedy dětí, jestli je něco, co je naopak zlobí nebo co je štve. Řekla jsem jim, co zlobí mne a ujistila jsem je, že ať je zlobí cokoli nebo kdokoli můžou to klidně říct a nikdo se na ně zlobit nebude. Okamžitě si vzala slovo Kačenka. Začala velice zlostně povídat, *že jí štve školka a já a teta, že ji rozčiluje, když se děti smějí a říkají blbosti. Že jediný, kdo jí neštve a koho má ráda, je Gita a Madlenka. Všechny ostatní nesnáší a nejradši by do školky vůbec nechodila. Nebaví ji naše hloupé hry a nechce s námi nikdy nic dělat.* Byla stále rozzlobenější a zlostnější. Nikoho nenechala promluvit a pokračovala stále dalšími výčitkami. *Štve ji teta, protože Gitu bodla nůžkami a ona potom odešla a štve ji Gita, protože utíkala z domu oknem a mohla spadnout a zabít se. A štve ji máma, protože umřela. A nejhorší ze všech, že je ona sama, protože zlobí a neposlouchá. Když byla za maminkou v nemocnici, tak jí maminka řekla, aby si sedla k ní na postel a ona nechtěla a maminka jí nechtěla dovolit, aby si hrála doma na počítači a ona jí řekla, že je zlá a že už to není její maminka. A potom zavolala domů ta paní doktorka a řekla jí, že máma umřela a že je to jenom její vina, protože na ní byla ošklivá a maminka si myslela, že jí nemá ráda.* Nakonec se Kačenka rozplakala. Její kamarádka Madlenka jí objala a utěšovala jí. Ujistila jsem jí o tom, že i mě moje malá holčička občas řekne ošklivé věci, ale že já i přesto vím, že mě má ráda a že to, co říká, tak ani nemyslí. A úplně stejně, že to jistě cítila i její maminka. Že věděla, že jí má Kačenka ráda.

Kačenka mluvila v kuse nejméně deset minut. Všechny ostatní děti jen tiše seděly, zpočátku poslouchaly, co říká, potom, když už to na ně bylo zřejmě příliš dlouhé, si některé začaly potichu hrát. Nikdo ale Kačenku nepřerušoval. Nakonec ji nechaly se v klidu vyplakat.

Po této zpovědi se Kačenka začala pozvolna zklidňovat. Nikdy už se znovu takto neotevřela, ale bylo zjevné, že už to ani nepotřebuje. Uvolnila se a ulevilo se jí. Začala být zase veselejší a spokojenější. To, že se nevidá se svojí sestrou, ji ale trápilo i nadále.

Leden 2014 – Červen 2014 – návrat sestry

Po Vánocích došlo k pozitivnímu posunu i v Kačenčině rodině. Do celé věci se vložila i sociální pracovnice a postupně se jí podařilo najít kompromis mezi tetinými a Gitinými názory. Obě trochu slevily ze svých požadavků a Gita se začala s Kačenkou znovu stýkat. Chodily spolu každé odpoledne na dětské hřiště. Kačenka se na ty chvíle velice těšila. Bylo na ní patrné, jak se jí ulevilo a jakou má z nové situace radost. Začala dělat velké pokroky ve všech oblastech.

Následující půl rok byl ve znamení velkého zklidnění. Kačenka začala na svou maminku vzpomínat a občas o ní vyprávěla, ale příliš se už na ní nepamatovala. Vzpomínky už jí netrápily, spíše jí přinášely radost. Kačenka se začala podobat té holčičce, kterou byla před tím, než její maminka zemřela. Hrála si s ostatními, smála se s nimi, byla veselá a spokojená. I v Kačenčině rodině se vše vyvíjelo správným směrem. Teta s její sestrou Gitou se usmířily, a přestože se Gita nenastěhovala zpátky domů, začaly fungovat jako celistvá rodina. I Kačenčin přístup k tetě a tetin ke Kačence se pomalu zlepšoval.

V současné době je Kačenka naprosto vyrovnaná, spokojená a šťastná. Svě emoce již dokáže kontrolovat. Už se u ní neobjevují zlostné ataky, mimo těch, které jsou běžné u holčiček jejího věku. Přestože její kamarádka Madlenka odešla do školy a Kačenka tak opět zůstala sama, nepropadla pesimistické a negativistické náladě. Těší se do školy na to, až se bude s Madlenkou zase vídat. S tetou mají nyní velmi pěkný vztah. Kačenka začala své tetě důvěřovat, má jí ráda a líbí se jí u ní. Stále má vedle sebe oporu v osobě své sestry Gity. Role v této rodině se postupně upravily tak, že každý ví, jakou roli zastává a nedochází ke konfliktům v kompetencích. Vedoucí, mateřskou roli, tu

nyní zastává teta a Gita má tak možnost, být Kačence nablízku v roli, která více odpovídá jejímu věku, a to v roli starší sestry.

Kačenka je opět veselá, šťastná holčička, která je snad jen trochu vážnější než děti v jejím okolí. Zdá se, že se s mamčinou smrtí již dokázala vyrovnat.

Shrnutí, rozbor kazuistiky

U Kačenky se v průběhu jejího vyrovnávání se smrtí maminky objevila většina z dříve vyjmenovaných projevů.

- Bezprostředně po maminčině úmrtí si Kačenka prošla fází ohromení (šoku) – to, že maminka umřela, říkala zcela klidně, bez emocí, jen to říkala hlasitě a stále to opakovala – jako by nemohla uvěřit tomu, co říká, a tak se častým opakováním utvrzovala o tom, že je to skutečně pravda.
- Fáze protestu se u ní také projevila. Propojila se s tím, jak byla Kačenka, vzhledem ke svému vývojovému stupni, neschopna uvědomit si konečnost této situace – v okamžiku, kdy doma našla maminčinu kabelku, byla absolutně přesvědčená o tom, že se maminka již brzy vrátí (koncept vratnost – nevratnost). Kačenčina víra v maminčin návrat ukazuje i na skutečnost, že viděla věci sebestředně, tak jak to odpovídá jejímu věku. Byla přesvědčená, že to, že si přeje maminčin návrat, způsobí, že se to i stane. To, že se maminka nakonec nevrátila zpátky, u ní vyvolalo krizi a opětovné zhoršení jejího stavu.
- Jak je dobře patrné z Kačenčina chování, prošla si i fází zoufalství a nakonec i u ní došlo k uklidňování a vyrovnávání – prožila si několik vzestupů i pádů.
- V jejím chování se projevila skleslost, uzavřenost, trpěla nechutenstvím a měla i chvíle, kdy potřebovala uvolnit svou agresi a upozornit na sebe svým provokativním chováním – hlasitý křik, napadání dětí při tanci, nenávistný postoj ke všemu a všem.
- Lze u ní sledovat i potřebu připoutat se k nějaké dospělé osobě – v Kačenčině případě jsem tou osobou byla já – přistupovala ke mně majetnický, žárlila na ostatní děti, oslovila mne mami.
- Po roce se ukázalo, že jí trápil i pocit viny, který bývá také typickým projevem dětského truchlení. Ve chvíli, kdy u ní došlo k emočnímu výbuchu, ukázalo se, že se domnívá, že způsobila maminčinu smrt tím, že na ní byla ošklivá – neposlechla jí, řekla jí, je zlá a že není její maminka. Potom, co o tom promluvila a dostalo se jí „odpuštění“ - ujistila jsem jí o tom, že i mě moje malá holčička

občas řekne ošklivé věci, ale že já i přesto vím, že mě má ráda a že to, co říká, tak ani nemyslí. A úplně stejně, že to jistě cítila i její maminka. Že věděla, že jí má Kačenka ráda – byla na ní patrná postupná změna k lepšímu a celkové zlepšení jejího stavu. Začala se zklidňovat a její duše uzdravovat.

Kačenka se se smrtí své maminky vyrovnávala pomalu a postupně více než rok. Za tu dobu si prošla několika významnými změnami, které jí posouvaly buď dopředu, nebo dozadu. Období jejího truchlení bylo také poznamenáno určitou nejistotou, která vyplývala z obtížné situace v rodině. Zlepšení a počátek smíření se s danou situací se střídalo s plným prožíváním smutku a zloby. Tyto proměny úzce souvisely i s momentální situací v její rodině. Konfliktní situace mezi tetou a sestrou jí komplikovaly již tak dost obtížné období. Přesto dokázala Kačenka celou situaci zvládnout a se smrtí maminky se začala vyrovnávat. Domnívám se, že jí v určitých okamžicích velice chyběla jakákoliv podpora a pomoc ze strany jejích nejbližších. Často byla donucena si s nastalou situací poradit samostatně. I to překonala a nyní lze s určitostí tvrdit, že je velice blízko k tomu, aby byla vyrovnaná.

Podpora v rámci mateřské školy

K dítěti, které prožívá takovouto těžkou životní situaci, je třeba v mateřské škole přistupovat tak, aby byly zohledněny jeho specifické potřeby. Je třeba si uvědomit, že se do jeho chování promítne jeho truchlení. Dítě se může projevovat zlostně, může být agresivní vůči ostatním dětem, trpět nechutenstvím, být apatické. Důležité je, aby mu učitelka poskytla podporu. Aby mu dala jasně najevo, že je tam pro něj, že mu se vším pomůže, že jí může důvěřovat. Aby dítěti nabídla svou náruč, ale zároveň ho do ničeho netlačila, ani do smutku, ani do radosti. Je také třeba, aby dítě dostalo prostor pro volné vyjádření svých pocitů. Mělo by mít možnost, když o to bude stát, projevit před ostatními dětmi své emoce, prožívat svůj smutek společně s nimi. Je také dobré, aby ostatní děti věděly, co se stalo, aby mohly lépe pochopit změny, které se s dítětem dějí a podpořit ho. Chápající okolí umožní dítěti lépe se vyrovnat se ztrátou, která ho potkala.

Závěr

Tato práce se soustředí na problematiku úmrtí blízké osoby dítěte v předškolním věku a na proces jeho truchlení. Teoretická část mapuje obecné předpoklady, které se týkají toho, jak dítě vnímá smrt a vlastní smrtelnost i toho, jak se vyrovnává s případnou ztrátou. Praktická část, která je tvořena kazuistikou, ilustruje tyto předpoklady na základě popisu jednoho konkrétního případu. Jak je patrné ze závěrečného shrnutí celé práce, teoretické předpoklady naprosto korespondují se zjištěními z části praktické. U zkoumaného dítěte se objevila většina předpokládaných projevů a také celý vývoj jeho truchlení probíhal tak, jak bylo nastíněno v teoretické části. Kačenka prošla během svého vyrovnávání se smrtí maminky fází šoku, protestu, zoufalství a nakonec i fází vyrovnání. Celý ten proces trval více než rok. V jejím chování došlo k určitým změnám, začala být agresivní, uzavřená, lítostivá a často se chovala provokativně. Došlo u ní i k upnutí se na jednu dospělou osobu. Velice silný byl i pocit viny, který vycházel z přesvědčení, že je za smrt své maminky v určitém směru zodpovědná. Přestože jsem do vývoje Kačenčina vyrovnávání se smrtí maminky nijak vědomě nezasahovala, pouze jsem ho sledovala, vývoj samotný naplnil beze zbytku všechny mé předpoklady. Domnívám se tedy, že pravdivost teoretických předpokladů byla potvrzena praktickou zkušeností.

POUŽITÁ LITERATURA

- Yalom, I.: *Existenciální psychoterapie*. Praha: Portál, 2006. 528 s.
ISBN 80 – 7367 – 147 – 6
- Colorosová, B.: *Krizové situace v rodině*. Praha: Euromedia Group, 2008.
240 s. ISBN 978 – 80 - 249 – 1027 – 7
- Rufo, M.: *Pust' mě, ale neopouštěj! : utváření zdravé vazby mezi rodiči a dětmi*. Praha: Portál, 2009. 144 s. ISBN 978 – 80 – 7367 – 616 – 2
- Šulová, L., Zaouche – Gaudron, Ch.: *Předškolní dítě a jeho svět*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2003. ISBN 80 – 246 – 0752 – 2
- Matějček, Z.: *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1992. ISBN 80 – 04 – 25236 – 2
- Matějček, Z., Dytrych, Z.: *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada Publishing a.s., 2002. 128 s. ISBN 80 – 247 – 0332 – 7
- Kisvetrová, H., Kutnohorská, J.: *Umírání a smrt v historickém vývoji*. Kontakt 2/ 2010. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, 2010. ISSN 1212 – 4117
- Baštecká, B., a kol.: *Psychosociální krizová spolupráce*. Praha: Grada Publishing a. s., 2013. 320 s. ISBN 978 – 80 – 247 – 4195 – 6
- Špatenková, N.: *Poradenství pro pozůstalé*. Praha: Grada Publishing a. s., 2008. 144 s. ISBN 978 – 80 – 247 – 1740 – 1
- Brown, L. K., Brown, M.: *Když Dinosaurům někdo umře. Malá knížka o velkých starostech pro malé i velké*. Praha: Cesta domů, 2014. 32 s.
ISBN 978 – 80 – 904516 – 8 – 1

PŘÍLOHY

Sebereflexe

Když jsem se poprvé setkala s Kačenkou, netušila jsem, jak moc se mi zapíše do života. Nenapadlo mě, jak těžký osud jí čeká a ani to, že já sama se budu do určité míry na jejím osudu podílet. Byla to jen milá malá holčička, jakých je ve školce spousta. Myslím si, že já jsem pro ni také nepředstavovala nějak zvlášť důležitého člověka. Byla jsem jen její učitelka, kterou měla zřejmě docela ráda, protože nekřičela a hrála si s ní.

Někdy přemýšlím, zda by se náš vztah vyvíjel jinak, kdyby byla v ten osudný den ve třídě má kolegyně, zda by se ona stala Kačenčinou rádkyní, ochránkyní a nakonec i přítelkyní. Ale nevím. Možná jsme si byly souzeny.

Od prvního okamžiku, kdy mi Kačenka řekla o své mamince, se mezi námi něco změnilo. Vytvořilo se mezi námi pouto důvěry. Vzniklo tak rychle, že ani nevím, zda jsem si její důvěru skutečně zasloužila. Od té chvíle jsem to byla vždycky já, za kým Kačenka šla, když ji něco trápilo, něco potěšilo nebo se chtěla jen tak pomazlit. Stal se ze mě jakýsi lapač jejích emocí. Když měla dobrý den, byla jsem obklopená její láskou a pozorností, ale když měla špatný den, všechny její zlostné útoky a provokace byly namířeny opět mým směrem. Je to zvláštní, ale má kolegyně ji zažila jen jako smutnou, ale vyrovnanou holčičku.

Ten den, kdy mi Kačenka řekla o smrti své maminky, jsem byla strašně nejistá a možná, že i trochu vyděšená. Bylo mi jí líto a moc jsem se bála, že řeknu nebo udělám něco, co jí ještě víc ublíží. Toužila jsem dostat nějaký návod s přesnými popiskami toho, co mám říkat a jak se mám chovat. Teď už vím, že ten návod jsem měla celou dobu u sebe. V srdci jsem vždy přesně věděla, co je potřeba udělat nebo říct. Většinou stačilo jen pevně obejmout a dobře poslouchat. Ale tehdy mi velmi chyběl.

Jak utíkal čas, Kačenka se ke mně stále víc připoutávala. Musím si upřímně přiznat, že jsem z toho měla i v určitém ohledu radost. Možná že jsem se cítila potřebná, nebo mi to dávalo pocit důležitosti, sama nevím, proč. I já už jsem měla Kačenku jinak ráda, než ostatní děti ve školce. Myslím si, že kdyby mi někdo v tu dobu nabídl, abych si Kačenku

osvojila, abych si jí vzala domů a postarala se o ni, neváhala bych ani minutu. Ale pak jsem si uvědomila, že tak pevné pouto, které mezi námi vzniká, není pro Kačenku vůbec dobré. Byly jsme učitelka a holčička ve školce. Nebylo pro ni perspektivní. Došlo mi, že naše společná současnost je jen dočasná a Kačenka by nakonec utrpěla další ztrátu. I když forma by byla jiná, znovu by jí to ublížilo. Uvědomila jsem si, že to, co Kačka potřebuje je někdo, kdo pro ni bude jistota a opora. Někdo, kdo stojí při ní, ale není to její nejbližší člověk. Musela jsem vymezit určité hranice. Zpočátku se Kačenka zlobila, ale nakonec, myslím, to ocenila i ona.

Situace, která se mi navždy vryla do duše, je chvíle, kdy v Kačence vybuchly všechny její pocity na povrch. Nikdy nezapomenu na to, jak se stupňovala intenzita emocí, které z ní odcházely. Jak se od obecné, neurčité zlosti a strachu, dostala až k okamžiku, kdy byla tak plná bolesti, zoufalství a samoty. Víím, že i ostatní děti věděly, že se děje něco důležitého. Nerozuměly tomu, ale cítily to. Celá místnost byla najednou plná zoufalství jedné malé drobounké holčičky. To zoufalství bylo tak ryzí, ta bolest prostupovala celým jejím tělem. Byla jí vidět na očích, na držení těla, na hlase. A kromě toho, se strašně bála. Moc se bála, že za to všechno doopravdy může.

Ale stejně tak silná, jako ta bolest, byla i úleva, která pak na ní byla znát. Bylo vidět, že odpustila sama sobě. Já jsem měla co dělat s tím, abych byla schopná poskytnout jí konejšivou náruč, kterou potřebovala. Bývala bych ji potřebovala sama. Po tom, co se Kačenka zklidnila a den začal běžet zase ve svých kolejích, jsem musela pryč. Potřebovala jsem být chvíli jen sama se sebou. Brečela jsem. Brečela jsem pro tu malou smutnou a statečnou holčičku.

A pak už začalo být líp.

Ted' jsem sice doma se svým miminkem a s Kačenkou se nevidíme každý den, ale chodím za ní do školky a občas se potkáme ve městě. A pokaždé to probíhá stejně. Kačenka se přijde pomazlit, přitulí se ke mně a já víím, že moje práce má smysl. Myslím si, že tak jako jsem já přijala Kačenku do své rodiny, přijala mne ona do té své. Já víím, že bude šťastná a časem zapomene, jak moc se trápila a zapomene i na mne a tak je to dobře. Mě ale už navždy, trošičku, změnila život.

