

Truchlení dětí a možná podpora ze strany školy



Tereza Olivová



Pomáháme pozůstalým znovu
objevit bezpečí v jejich světě.

Služby pro

- pozůstalé (terapie, stabilizace)
- odborníky (konzultace, vzdělávání, intervence ve školách)



Způsoby uchopení smrti

Kognitivní (znalosti a vědomosti, jak této skutečnosti rozumím, chápu ji, jaký jí dávám význam) - očekávání změny, návratu, opakované ujišťování se, doptávání. Vysoké riziko chybné kauzality a nepochopení

Afektivní (emocionální, jak ji prožívám - má velký vliv na utváření paměťových stop) - separační úzkost, obecná úzkost a nejistota (i skrz druhou osobu - zpravidla primární pečující), pocity viny spojené s egocentrickým vnímáním světa, agrese, lítostivost

Strukturální (zapracování do dalších struktur a konceptů o světě, provázání jednotlivých kognitivních znalostí) - nejmladší děti mají vlastní tzv. naivní teorie, které nemusejí odpovídat realitě.

Komponenty kognitivního uchopení smrti

Racionální pravdy, které lze o smrti říci, definovány na základě výzkumných šetření o pochopení smrti
Vodítka pro sledování pochopení konceptu smrti, pomůcky pro vysvětlení konceptu smrti dítěti

SKONČENÍ ŽIVOTNÍCH FUNKCÍ – tělesné a mentální funkce po smrti končí, mrtvému není zima, necítí se smutný, osamělý. Prostor pro otevření tématu duše a těla

NEVRATNOST – člověk po smrti nemůže znovu ožít, smrt není něco, co lze zvrátit, proměnit.

UNIVERZALITA A NEVYHNUTELNOST – všechno, co je živé musí jednou zemřít.

OSOBNÍ SMRTELNOST – smrt se týká všeho živého, tedy i mě a mých blízkých. Časté v otázkách dětí „I ty jednou umřeš? Já taky umřu?“ – každý jednou umře, ale teď děláme všechno pro to, aby to bylo až za hodně hodně dlouhou dobu.

NEPŘEDVÍDATELNOST – nevíme přesně, kdy smrt přijde.

PŘÍČINNOST – má nějakou příčinu, zhroucení tělesných funkcí. Komponenta která smrti zároveň dává obrysy/ hranice, které ji uchopují. Není všeprostopující. Zpravidla bývá pochopena jako poslední, navazuje se na schopnost rozumět fungování lidského těla.

Vliv na zrání kognitivních komponent má osobní zkušenost, která je urychluje a také sociokulturní vliv - to, jak je téma smrti ve společnosti přítomné.

Vývoj uchopení smrti



2 – 4 roky

smrt je dočasná a zvratná, magické myšlení, spánek

Vývoj uchopení smrti



4 – 6 let

smrt je dočasná a zvratná, magické myšlení, spánek
magické myšlení o smrti, část dětí: nevratnost,
nefunkčnost

Vývoj uchopení smrti



6 - 8 let

smrt je dočasná a zvrtná, magické myšlení, spánek
magické myšlení o smrti, část dětí: nevratnost,
nefunkčnost

konečnost, nefunkčnost, univerzálnost

Vývoj uchopení smrti



8 - 12 let

smrt je dočasná a zvrtná, magické myšlení, spánek
magické myšlení o smrti, část dětí: nevratnost,
nefunkčnost

konečnost, nefunkčnost, univerzálnost
intelektualizace, detaily, větší strach

Vývoj uchopení smrti



12 - 17 let

smrt je dočasná a zvrtná, magické myšlení, spánek
magické myšlení o smrti, část dětí: nevratnost,
nefunkčnost

konečnost, nefunkčnost, univerzálnost

intelektualizace, detaily, větší strach

existenciální témata, oblast smyslu, osamělost,
zahlcenost, high risk aktivity

Jak o smrti mluvit - MŠ

Volba slov – používání jednoznačných slov jako zemřel, smrt, umírání. Rizika eufemismů jsou v jejich nepochopení a vytvoření mylné kauzality. Slovo odešel může evokovat možnost volby, vlastní nedostatečnost, že kvůli nám dotyčný nezůstal, slovo usnul dává spánku rizikovou konotaci.

Množství informací – dávat prostor primárně dětem, jít krok vedle nich, upravovat, usazovat, nezahlcovat. Dávat základní informace a prostor na otázky a domněnky, doptávat se dětí, jak to chápou a co už vědí.

Prostor pro představy dětí – co je po smrti, jaká smrt je atd. nabízet prostor bez posuzování věrohodnosti – podobně jako povídání o Ježíškovi.

Ujišťovat se, na co se dítě ptá, co jeho otázka znamená – „Kde je teď táta?“ v dospělém světě máme často tendenci mluvit o duši, děti se ale dost možná ptají na tělo.

Jak o smrti mluvit - ZŠ

Věková skupina nižších ročníků základní školy je období, kdy se koncept kognitivního porozumění smrti plně dotváří. V nižších ročnících je velká příležitost pracovat preventivně.

Ve vyšších ročnících základní školy se do popředí výrazně dostávají témata zvládnání emocí, objevování a uchopování vlastních potřeb, které můžeme vztahovat ke každé zátěžové situaci, kterou setkání se smrtí rozhodně je.

Strukturální (zapracování do dalších struktur a konceptů o světě, provázání jednotlivých kognitivních znalostí) - mladší děti zejm. na prvním stupni mají vlastní tzv. naivní teorie, které nemusejí odpovídat realitě. Dítě ale tyto naivní teorie mohou stabilizovat, protože v jeho pojetí dávají smysl, má pocit, že situaci rozumí, a to mu může dávat pocit jistoty a bezpečí. Postupem věku objevuje nové souvislosti, mohou být křehké momenty toho, kdy opouští předchozí uchopení. Ze strany školy je důležité respektovat předchozí pochopení a dávat prostor pro urovnání.

Jak o smrti mluvit - ZŠ

Volba slov – používání jednoznačných slov jako zemřel, smrt, umírání. Rizika eufemismů jsou v jejich nepochopení a vytvoření mylné kauzality. Slovo odešel může evokovat možnost volby, vlastní nedostatečnost, že kvůli nám dotyčný nezůstal, slovo usnul dává spánku rizikovou konotaci.

Množství informací – dávat prostor primárně dětem, jít krok vedle nich, upravovat, usazovat, nezahlcovat. Dávat základní informace a prostor na otázky a domněnky, doptávat se dětí, jak to chápou a co už vědí.

Prostor pro představy dětí – co je po smrti, jaká smrt je atd. nabízet prostor bez posuzování věrohodnosti – podobně jako povídání o Ježíškovi.

Ujišťovat se, na co se dítě ptá, co jeho otázka znamená – „Kde je teď táta?“ v dospělém světě máme často tendenci mluvit o duši, děti se ale dost možná ptají na tělo.

Důrazně si hlídat vlastní neposuzování a nehodnocení představ dětí

U druhého stupně je nutné se věnovat zejména vztahu pedagoga a třídy – trénovat různá témata v diskuzi, k tématu smrti přijít postupně.

Nabízet prostor pro diskuzi dětí mezi sebou.

Jak o smrti mluvit - SŠ

Věková skupina žáků středních škol je vysoce specifickým vývojovým obdobím ve vztahu k smrti. Téma hranic, smrti, moci/ bezmoci se dostává přirozeně do popředí.

Stále aktuálním je také téma zvládnání emocí, objevování a uchopování vlastních potřeb, které můžeme vztahovat ke každé zátěžové situaci, kterou setkání se smrtí rozhodně je.

Strukturální (zapracování do dalších struktur a konceptů o světě, provázání jednotlivých kognitivních znalostí) - mladší děti zejm. na prvním stupni mají vlastní tzv. naivní teorie, které nemusejí odpovídat realitě. Dítě ale tyto naivní teorie mohou stabilizovat, protože v jeho pojetí dávají smysl, má pocit, že situaci rozumí, a to mu může dávat pocit jistoty a bezpečí. Postupem věku objevuje nové souvislosti, mohou být křehké momenty toho, kdy opouští předchozí uchopení. Ze strany školy je důležité respektovat předchozí pochopení a dávat prostor pro urovnání.

Jak o smrti mluvit - SŠ

Nabízet prostor a zajímat se o jejich představu

Ve skupině se objevuje stažení a skupinová dynamika často brání svobodnému projevu – řízené aktivity (skupiny ne vztahové, ale tematické)

Náročná zkušenost už v tak náročném období – akademický, fyzický i psychologický tlak. Mohou vypadat jako dospělí, ale uvnitř takoví být nemusí – fyzický vývoj nejde ruku v ruce s emocionálním zráním.

Předpoklad, že dostanou podporu od svých vrstevníků je spíše mylný – ukazuje se, že vrstevníci si s takovou situací neumějí poradit, a tak se tématu spíše vyhýbají – rozdíl při sdílené a individuální ztrátě.

Období, kdy se odklánějí od spirituálního rámce rodiny, ale ještě nemají vlastní/ nepřijali zpět ten rodinný

→ **Zajímat se, ptát se.**


„Dobrý den, paní učitelko, chtěla bych omluvit Marka, nebude teď do konce týdne chodit do školy a pak asi jo ..nebo nevím ještě.. totiž .. manžel včera nečekaně zemřel ..autonehoda..a my teď nějak musíme..nevím..musíme něco udělat.“



Kontakt
s rodičem



Kontakt
s dítětem



Kontakt
s třídou



Kontakt s rodičem

- Vyjádření pochopení
- Domluvení prostoru, kdy můžeme mluvit o tom, co my jako škola můžeme nabídnout
- Doptat se – je teď něco, co pro vás můžeme udělat?
- Co můžeme nabídnout např.
 - Změna režimu dítěte
 - Kontakty na podpůrné organizace
 - Domluva s kolegy
 - Upravení některých školních akcí, projektů
- **Má to třída vědět? Co v případě, že se to dozví jinak než od nás?**



Kontakt s dítětem

- Vyjádření pochopení, sdělení toho, že to vím
- Co jsme domlouvali s rodičem
- Jak to třídě sdělit?
 - Kdo – učitel, dítě, spolu?
 - Chce u toho dítě být?
 - Co mají vědět?
- Co od spolužáků teď chce – klid x otevřenost?
- První příchod do školy – s někým x sám?
- Co dělat, když bude těžko – gesto, kam odejít, za kým jít.
- Já se občas zeptám, jak to jde .. Potkáme se spolu.



Kontakt s třídou

- Vychází z přání dítěte & rodiče
- Sdělujeme fakta, něco nevíme, změna režimu dítěte ..
- Jak tomu rozumí? Jak jim teď je? Co by potřebovali?
- Aktivity pro
 - Pomoc kamarádovi
 - Expresi
 - Odclonění se
- Kde mohou oni hledat podporu a pomoc



Domluva s ŠPP

Domluva s kolegy



Spolupráce TU + ŠMP,
ŠP

Kontakt s dítětem





Náročnější místa

Nechceme to
nikomu říkat

Objevují se
neověřené informace

Osobně se mě to dotýká

Co můžeme dělat vždy?

Podporovat dobrý vztah a bezpečný prostor

Preventivně téma smrti a truchlení otevírat – prevenovat tabu

Ptát se, co a jak dítě chce a potřebuje

Podporovat zdroje dítěte – ventilace, zklidnění, socializace

Nabízet prostor a otevřené možnosti v rámci zřetelných hranic



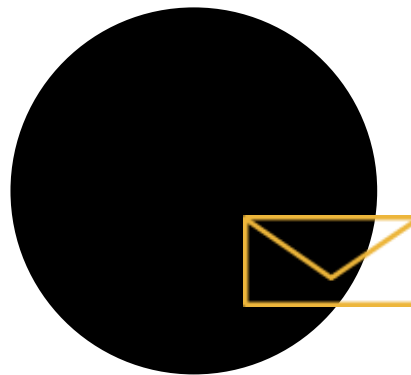
Děkuji za pozornost



Kontakt

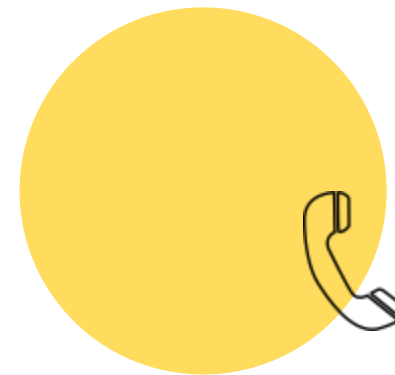
Nad Kazankou 46
Praha 7

[www.poradna-
vigvam.cz](http://www.poradna-vigvam.cz)



E-mail

[info@poradna-
vigvam.cz](mailto:info@poradna-vigvam.cz)



Telefon

+420 606 160 646