

TERÉZIA HARČARÍKOVÁ – ZUZANA IVANOVÁ – KRISTÍNA TKÁČOVÁ*

Komunikácia s rodinou ako forma intervencie v čase jej krízy

HARČARÍKOVÁ, T. – IVANOVÁ, Z. – TKÁČOVÁ, K.: Communication with the family as a form of intervention in times of a crisis. *Slavica Slovaca*, 59, 2024, No. 3, pp. 610-614 (Bratislava).

The paper highlights the importance of communication with a family at the time of loss of a loved one. Communication with survivors, who may be parents, siblings but also grandparents or schoolmates, is described and seen as a communication in crisis. The authors see the form and manner of this communication as a necessary form of intervention after the loss of a loved one and as one of the important pillars of so-called grief therapy. In times of crisis, in the “aftermath” of the death of a loved one, words can and often do, in the authors’ experience, have enormous power. Word art, the book, the Bible, often brings parallels with real life. A word, a story, a fairy-tale has great power because it is a carrier of an idea, a carrier of a story, a carrier of a message. The message contained in a story educates us, makes us think, and makes us respond to ourselves and to others to often painful experiences. In many ways, it shows the way. The authors see the justification for using the so-called therapeutic text as a form of intervention after a loss and in time of grieving.

Communication, communication about death, terminal illness, death, intervention, crisis, therapy, family, special educator, text.

Rodina je jednou zo základných socializačných jednotiek v každej civilizovanej modernej spoločnosti; poskytuje dôležitý základ pre výchovu detí, predstavuje neviditeľný mostík medzi jednotlivcom a spoločnosťou. Dieťa v nej získava základnú hodnotovú orientáciu a mravné zásady. Rodina výraznou mierou formuje a tiež aj ovplyvňuje všestranný rozvoj dieťaťa už od jeho narodenia.

Jednou z najväčších životných záťaží pre rodinu je choroba ktoréhokoľvek jej člena. Záťaž je o to silnejšia, čím je choroba závažnejšia s nejasnou, resp. nepriaznivou prognózou. Rodina je chorobou jedného zo svojich členov bezprostredne zasiahnutá, do istej miery obmedzená a v mnohých prípadoch aj zničená. Prítomnosť závažnej choroby mení štruktúru rodiny, mení vzťahy, emócie, často aj sociálne a ekonomické zázemie jednotlivých členov rodiny. Strata jedného z členov rodiny, rodiča, dieťaťa, súrodenca, či starého rodiča narúša integritu rodiny mení systém fungovania rodiny, čo často vedie k reorganizácii v rodine a tiež k prehodnoteniu jej doterajšieho života. Na strane druhej, rodina je práve tou sociálnou jednotkou, ktorá svojmu chorému poskytuje pocit bezpečia, poskytuje mu primeranú emocionálnu podporu a predstavuje pre neho istú sociálnu integritu. V období straty blízkej osoby, či období smútenia po strate, sa javí ako veľmi efektívna komunikácia v rodine, komunikácia ako forma intervencie v čase jej krízy. Zvlášť dôležitá je komunikácia s dieťaťom, ktoré stratilo blízku osobu. Podpora, starostlivosť a komunikácia s deťmi, ktoré zažili smrť blízkeho, je náročná a výzva. Doposiaľ nie je dostatok vedeckých výskumov a štúdií, ktoré by prinášali aktuálne výsledky v tejto oblasti.

D. A. Duncan¹ identifikoval prístupy používané na podporu detí v smútení a skúmal dôsledky na učiteľov, čo bolo aj jedným z hlavných cieľov vedeckej štúdie autora. V štúdiu bola rea-

* doc. PaedDr. Terézia Harčariková, PhD., Mgr. Zuzana Ivanová, PhD., Mgr. Kristína Tkáčová, PhD., Katedra špeciálnej pedagogiky, Pedagogická fakulta, Univerzita Komenského v Bratislave, Račianska 59, 813 34 Bratislava.

¹ Duncan, D.A.: Death and dying: A systematic review into approaches used to support bereaved children. In: *Review of Education*, 2020, Vol. 8, No 2, pp. 452-479. <https://doi.org/10.1002/rev3.3193>.

lizovaná systematická literárna prehľadová štúdia, ktorá sa zameriavala na školské deti. Témy týchto štúdií sa sústredili na prístupy k smrti a umieraniu, ktoré zaujali deti, rodičia a učitelia, čo pomohlo nedávno smútiacim deťom vyrovnáť sa so stratou. Štúdie sa zúčastnili jednotlivci vo veku 3–18 rokov. V rámci tohto výskumu boli v roku 2019 prehľadané a analyzované štyri databázy: *British Education Index*; *ChildDevelopment& Adolescent Studies*; *ERIC*; a *PsycINFO*. Zahrnuté štúdie boli analyzované pomocou kvalitatívneho modelu výskumu, ktorý čerpá z metaetnografie.

Skúmanie toho, či a v akom rozsahu ovplyvňuje úmrtie rodinného príslušníka porozumenie smrti u detí a aj podľa Longbottoma a Slaughter² sa ukazuje ako veľmi zložitý proces. Rôzne výskumy, ktoré skúmajú komunikáciu rodičov s deťmi o smrti a umieraní poukazuje na dva faktory, ktoré ovplyvňujú vývoj koncepcie smrti v západnej civilizácii. Sú to: (1) vek, v ktorom sa predpokladá, že deti sú schopné porozumieť smrti a (2) typ informácií, ktoré rodičia poskytujú svojim deťom. Napríklad dieťa, ktoré zažije smrť rodiča vo veľmi mladom veku, môže mať zmiešané pocity a neúplné pochopenie smrti, ak nie je riadne podporované a informované. Na druhej strane však dieťa, ktoré dostane jasné a úprimné vysvetlenie od rodičov alebo iných rodinných príslušníkov, môže ľahšie porozumieť fenoménu smrti.

Rodičovské prístupy ku komunikácii o smrti sa veľmi líšia. Niektorí rodičia sú otvorení a úprimní, poskytujú jasné a presné informácie, zatiaľ čo iní môžu byť neochotní hovoriť o smrti alebo môžu používať zmätočné alebo klamlivé výrazy. Rodičovská komunikácia môže zahŕňať rôzne techniky, od jednoduchého vysvetlenia biologických aspektov smrti po viac komplexné diskusie o filozofických alebo duchovných aspektoch. Kvalitná komunikácia rodičov môže podporiť správne pochopenie a emocionálne vyrovnanie sa so smrťou, no nejasné alebo klamlivé informácie môžu spôsobiť zmätok alebo obavy. Je nevyhnutné vytvárať prostredie, ktoré podporuje otvorenú a úprimnú komunikáciu o smrti, vrátane poskytovania citlivých, presných a primeraných informácií. Rodičia by mali byť povzbudzovaní zapojiť sa do vzdelávacích programov a diskusií o smrti a umieraní. Tieto vzdelávacie programy pre rodičov sprostredkujú prevažne detské hospice v rámci svojich vzdelávacích a terapeutických aktivít. Longbottom a Slaughter ďalej tvrdia, že napríklad aj zážitok zo smrti domáceho zvieratka môže poskytnúť pre deti prvú skúsenosť so smrteľnosťou. Tento zážitok môže byť rôznorodý a môže slúžiť ako užitočný krok k pochopeniu smrti, ak je komunikovaný s dieťaťom citlivo.

Komunikácia o smrti v rodine bola predmetom štúdie autoriek Karolíny Zedníkovéj a Olgy Pechovej³ realizovanej na Katedre psychológie Filozofickej fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. Štúdie sa zúčastnilo 14 matiek vo veku 28–46 rokov s deťmi predškolského veku vo veku 5–6 rokov a cieľom autoriek bolo najmä porozumieť špecifikám komunikácie o smrti v rodinách bez skúseností s nevyliciteľným ochorením. Štúdia poukázala na skutočnosť, že aj napriek tomu, že deti nemajú skúsenosť s úmrtím člena rodiny, deti prejavujú veľký záujem o pochopenie smrti a často kladú otázky na základe vonkajších podnetov, ako sú smrť domáceho zvieratka alebo informácie v médiách. Matky, ktoré sa štúdie zúčastnili sú otvorené v komunikácii o smrti a uvedomujú si, že je dôležité s dieťaťom o smrti komunikovať otvorene a citlivo, napriek vlastným zmiešaným pocitom, smútku alebo neistote.

² Longbottom, S. – Slaughter, V.: Sources of children's knowledge about death and dying. In: *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 2018, Vol. 373, Issue 1754. <http://doi.org/10.1098/rstb.2017.0267>.

³ Zedníková, K. – Pechová, O.: Communication about death in the family. In: *Central European Journal of Nursing and Midwifery*, 2015, Vol. 6, No 2, pp. 253–259. <https://doi.org/10.15452/CEJNM.2015.06.0012>.

Účinným nástrojom ako sprostredkovať a zároveň uľahčiť komunikáciu o umieraní a smrti s deťmi sú knihy pre deti. Autori Arruda – Colli, M.N.F., Weaver, S., Wiener L.⁴ analyzovali 210 vybraných literárnych diel, v ktorých hľadali námety na komunikáciu s deťmi o smrti a umieraní. Zo skúmaných 210 literárnych diel sa téma umierania najčastejšie týkala starých rodičov alebo domácich miláčikov. Literárne diela, ktoré sa zaoberali umieraním dieťaťa, boli veľmi zriedkavé. V 75 % sa v literárnych dielach používali slová „smrť“ alebo „umieranie“, pričom v ostatných prípadoch sa používali eufemizmy. Mnohé literárne diela obsahovali výrazy späté s duchovným vnímaním života, obsahovali motívy spojené so zobrazením neba, ale menej ako štvrtina ponúkala nástroje na riešenie témy smrti. Príbehové literárne diela môžu byť užitočné na začiatku rozhovorov s deťmi o smrti, avšak neexistujú možnosti pomocou literárnych diel úplne sprostredkovať pocity literárnych hrdinov so smrťou a tie asi neumožňujú deťom úplne komplexne a efektívne premýšľať o umieraní a tiež o vlastnom umieraní. Ak človek prežíva ťažké chvíle, napríklad zo straty blízkej osoby, môžu sa v ňom začať hromadiť rozmanité pocity, ktoré dieťa môžu postupne ovládať, najmä pocity smútky, strachu, úzkosti, nepokoja, ale i zlosti, či pocit viny, dieťa môže začať pochybovať o hodnotách života, o samom sebe, o ľuďoch a o svete, v ktorom žije a pod.

Na terapeutických stretnutiach sa využívajú rôzne expresívne techniky, ktoré pomáhajú vyjadrovať pocity, ktoré prináša strata blízkeho človeka. Medzi tieto techniky zaraďujeme najmä prácu so slovom a rozmanitými príbehmi. Často je veľmi zložitý začať rozhovor o ťažkých momentoch života, najmä o ťaživých emóciách. S rovnakými ťažkosťami sa však na terapeutických stretnutiach rozvíjajú aj rozhovory na tému o radostných a krásnych spomienkach na blízke osoby. V týchto chvíľach treba využívať slová, ktoré podnecujú rozmanité aktivity s využitím expresívnych techník.

Dostupné sú publikácie, ktoré je možné využiť na otvorenie takýchto tém. V posledných rokoch sa kladie dôraz na EQ, empatiu či inakosť.

Vzhľadom k vyššie uvedenému by sme na tomto mieste radi prezentovali aktivitu z publikácie *Ja som Smrť* od autoriek Elisabeth Helland Larsenovej a Marine Schneiderovej.⁵ Tento príbeh je veľmi dobre uchopiteľný pre deti mladšieho školského veku, ako aj dospelých a dospelých. Publikácia je primárne určená pre deti, v ktorej sa im predstavuje smrť ako hlavná postava. Príbeh podporujú pútavé ilustrácie, pričom predstavenie hlavnej postavy – smrti, je veľmi stručné, predstavuje sa deťom ako niekto, kto prichádza v nečakaných chvíľach a neohlasuje sa, stretáva sa s deťmi, dospelými i so starými ľuďmi. Nikto nevie, kedy sa pani smrť objaví.

Kniha má niekoľko možností využitia pri komunikácii na tému smrti, strate, a to už v individuálnej práci alebo v skupinovej terapii. Využitelná je aj v skupine žiakov v rámci edukácie v školskom prostredí. So žiakmi si knihu môžeme spoločne prečítať, tvoríme rozhovor o téme smrti, vysvetľujeme, kto je smrť, ako si ju možno predstaviť, avšak podstatné je zistiť, aké pocity u žiakov zanechala táto kniha po prečítaní, ako sa cítia.

Jednou z možných aktivít je využitie metódy „stromu zážitkov“. Z hľadiska veku je aktivita vhodná pre mladší školský vek, avšak využiteľná je aj u starších žiakov. Žiaci dostanú papieriky, na ktoré môžu nakresliť alebo napísať najkrajšiu spomienku, ktorú zažili. Zážitky sa spoločne prezentujú a diskutuje sa o nich. V plnom rozsahu sa rešpektuje skutočnosť, ak niektorí žiaci nechcú o konkrétnej téme či spomienke rozprávať, ak pomenujú ju iba, resp. ani to nie. Papieriky sa zavesia na strom zážitkov, aby sa nikam nestratili.

⁴ Arruda – Colli, M.N.F. – Weaver, S. – Wiener, L.: Communication About Dying, Death, and Bereavement: A Systematic Review of Children's Literature. In: Journal of Palliative Medicine, 2017, Vol. 20, No. 5, pp. 548-559. <https://doi.org/10.1089/jpm.2016.0494>

⁵ Larsen, E. H. – Schneider, M.: *Ja som Smrť*. Knižná dielňa, 2016. 44 s.

Pri ťažkých udalostiach už klasická rozprávka alebo príbeh nemusí stačiť. V tomto momente môže pomôcť terapeutický príbeh. Ide o špeciálny druh príbehu, vybraný alebo vytvorený podľa situácie, ktorú dieťa prežilo alebo prežíva. Nemusí ponúkať šťastný koniec ako klasická rozprávka, ale môže ponúknuť možnosť na to, ako by sa dieťa mohlo na vlastnú situáciu dívať inak a ako sa s ňou môže „lepšie“ vysporiadať.⁶

Medzi veľmi zaujímavé a prínosné dielo môžeme považovať príbeh s názvom *Srdce a fľaša* od autora Olivera Jeffersa.⁷ Tento príbeh sme rovnako využili pri skupinovej práci s dospievajúcimi klientmi, ktorí stratili blízku osobu.

Prvá časť príbehu opisuje dievčatko, ktoré milovalo svet, bolo otvorené všetkému, čo jej život ponúkol. Rada spoznávala veci a o všetky sa rada delila so svojim starým otcom – „*Bolo raz jedno dievča, také, ako každé iné. Zaujímalo sa o všetky zvláštnosti sveta. O hviezdy. O blúdenie po mori. Tešilo ju objavovať nové veci ...*“⁸

AKTIVITA: Každý zo skupiny dostane omaľovánku vytvorenú na základe obrázkov z knihy. Úlohou klientov je dotvoriť si obrázky a spomenúť si na pekné chvíle zažité s osobou, ktorú stratili.

V ďalšej časti príbehu sa dievčatko stretáva so stratou milovaného starého otca – „*...až kým jedného dňa nenašla prázdnu stoličku*“⁹

AKTIVITA: Každý zo skupiny opäť dostane maľovánku, na ktorej je zobrazené dievčatko nachádzajúce prázdne kreslo. Úlohou klientov je zahľbiť sa do seba, nájsť pocity, ktoré sa im spájajú so stratou blízkej osoby a premeniť tieto pocity na reálne slová, ktoré si napíšu na obrázok.

Dievčatko sa stretlo s pocitmi neistoty a rozhodla sa, že najlepšie bude, keď si svoje srdce so všetkými spomienkami uloží na bezpečné miesto, ktorým sa stala fľaša – „*Cítila sa neisto a aby sa cítila v bezpečí, vymyslela, že najlepšie bude, keď uzamkne svoje srdce na bezpečnom mieste. Len nateraz. A tak dala srdce do fľaše a zavesila si fľašu na krk. A takto to vyzeralo, že sa to vyriešilo. Zo začiatku.*“¹⁰

AKTIVITA: Každý zo skupiny opäť dostane maľovánku, na ktorej je zobrazené dievčatko ukladajúce si svoje srdce do fľaše. Úlohou klientov je identifikovať dôvody, prečo si potrebujeme svoje srdce chrániť

Dievčatko sa viac nezaujímal o svet a jeho záhady. Ako postupne rástlo, rástlo aj jej chránené srdce. Avšak, fľaša začala byť malá. A rovnako jej začalo postupne zavadzať – „*Nič už nebolo také isté. Zabudla na hviezdy, a prestala vnímať more. Už ju svet viac nezaujímal, už nerozjímal nad ničím. Fľaša bola ťažká a otravná, no jej srdce bolo aspoň v bezpečí*“¹¹

AKTIVITA: Čo pre človeka v stave bolesti a úzkostí znamená mať srdce vo fľaši? Každý klient si na papier napíše dôvody, ktoré mu bránia pohnúť sa ďalej.

V poslednej časti dievča zistí, že existuje veľa vecí, pre ktoré stojí za to mať srdce otvorené – „*Zrejme by dievčaťu nikdy nenapadlo niečo robiť, keby nestretla niekoho menšieho, kto je ešte stále tak zvedavý a očarený svetom. Bývali časy, kedy by s ním všetky tie krásy sveta vedela zdieľať. No nie teraz. Nie bez jej srdca. A toto bola tá chvíľa, kedy sa rozhodla srdce z fľaše vybrať. No nevedela ako. Nevedela si spomenúť. A nič nefungovalo. Fľaša sa nedala rozbiť. Iba sa odrážala a váľala... Priamo k moru. A tam, rovno pred toho niekoho menšieho, kto je ešte stále očarený svetom a kto*

⁶ Nagyová, K. – Kralovičová, L.: Možnosti využitia terapeutickéj knihy – Iván Gómez: Ajka a Grof v krajine sopiek. In Lopúchová, J. – Šulovská, M. (eds.): Reflexie vývoja a trendy rozvoja špeciálnej pedagogiky na Slovensku v medzinárodných kontextoch. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Pedagogická fakulta, 2016, s. 351-357.

⁷ Jeffers, O.: *The Heart and the Bottle*. New York: Harper Collins Publishers, 2010. 32 s.

⁸ Jeffers, O.: *The Heart and the Bottle*, c. d., s. 2-12.

⁹ Jeffers, O.: *The Heart and the Bottle*, c. d., s. 13-14.

¹⁰ Jeffers, O.: *The Heart and the Bottle*, c. d., s. 15.

¹¹ Jeffers, O.: *The Heart and the Bottle*, c. d., s. 16-18.

*možno pozná cestu von. A potom sa to proste stalo. Dokázala to. A srdce sa opäť vrátilo tam, kam patrí. A stolička už nikdy viac nebola taká prázdna ako predtým. No prázdnu sa stala fľaša “.*¹²

AKTIVITA: Čo nám pomáha posúvať sa ďalej, prečo sa oplatí mať srdce otvorené?

Smrť, nevie nikto z nás zvrátiť alebo zastaviť. Strata blízkeho človeka so sebou prináša v prvom rade obrovskú bolesť a tiež množstvo nezodpovedaných otázok. Komunikácia po strate blízkeho s jednotlivými členmi rodiny, či komunikácia so spolužiakmi pomáha na mnohé z nich hľadať odpovede –nie hneď, ale postupne. Využitie slova, textu, príbehu, poskytuje priestor na postupnú zmenu.

*„...keď sa bolesť zmierni a prevládne povedomie o tom, že človek, ktorého sme stratili, zanechal v nás svoje posolstvo...“.*¹³

Communication with the family as a form of intervention in times of crisis

Terézia Harčaríková – Zuzana Ivanová – Kristína Tkáčová

The loss of a loved one affects not only adults, but also children, who often face this experience without sufficient understanding and emotional support. As highlighted in the paper, open and sensitive communication with a child who has had a direct experience of the death of a loved one is crucial. Parents, educators, and therapists play an indispensable role in explaining this complex phenomenon, as open and sensitive communication between parents can promote proper understanding and emotional coping with loss. Stories, literary works and shared conversations can help children process their feelings and find a path to healing. Word and story serve as a bridge between pain and understanding, helping the child cope with loss and find a new way of looking at the world. The word has a great power because it carries an idea, a story and a message. Such communication creates a safe space in which children can express their emotions and gradually come to terms with a difficult life situation, even with the help of us, adults.

¹² Jeffers, O.: The Heart and the Bottle, c. d., s. 19-33.

¹³ Jasenková, M.: Lekárka Mária Jasenková: Smrť nás učí dobre žiť. Piešťany: BeneMedia, 2019. 121 s.