THE MATRIX & TABU V KOMUNIKACI

SMYSL TABU

- TÉMATA přinášející úzkost a pocity, které je výzva contaimovat - emoční kulturní vzorce: “neplač…”

SMYSL TABU

- TÉMATA přinášející úzkost a pocity, které je výzva contaimovat - emoční kulturní vzorce: “neplač…”
- POPÍRÁNÍ JAKO FUNKČNÍ OBRANA: “delěj, že to není”

SMYSL TABU

- TÉMATA přinášející úzkost a pocity, které je výzva contaimovat - emoční kulturní vzorce: “neplač…”
- POPÍRÁNÍ JAKO FUNKČNÍ OBRANA: “deléj, že to není”
- ODMÍTNUTÍ jako řešení

SMYSL TABU

- TÉMATA přinášející úzkost a pocity, které je výzva contaimovat - emoční kulturní vzorce: “neplač…”
- POPÍRÁNÍ JAKO FUNKČNÍ OBRANA: “deléj, že to není”
- ODMÍTNUTÍ jako řešení
- ILUZE kontroly

SMYSL TABU

- TÉMATA přinášející úzkost a pocity, které je výzva contaimovat - emoční kulturní vzorce: “neplač…”
- POPÍRÁNÍ JAKO FUNKČNÍ OBRANA: “deléj, že to není”
- ODMÍTNUTÍ jako řešení
- ILUZE kontroly
- FUNKCE tabuizace v kultuře a společnosti

TYPY TABU

smrt

sexualita

menstruace

spiritualita

...

CO ŘÍKAJÍ ÚČEBNICE? :)

Kdy začíná život?

Kdy končí?

SEXUALITA VE ŠKOLE

iDNES.cz / ZPRAVODAJSTVÍ

Domácí Zahraničí Krimi Kraje Ekonomika Kultura

Třetina učitelů tápe v sexuální výchově. Jako pomůcky volí okurky a banány

16. října 2019 0:01

Děti přemítají o významu antikoncepce, používání kondomu, menstruačním cyklu žen nebo prevenci proti pohlavním chorobám. Sexuální výchova byla na školách léta tabu, někteří ministři o její výuce nechtěli slyšet a dodnes se neučí ideálně. „Nejméně třetina pedagogů není k výuce sexuální výchovy vhodná," říká sexuolog Radim Uzel.

“Sexuální výchova rezonovala ve vzdělávání několikrát. Už v roce 1995 se církev proti výuce sexuální výchovy bouřila a v tuzemských kostelích se předčítalo stanovisko biskupů k zavedení choulostivého tématu do škol. Církev měla tehdy jiný názor než ministerstvo. V té době byl ministrem školství křesťanský politik Ivan Pilip. Jeho předchůdce byl katolický kněz Petr Piťha, kterému si nikdo nedovolil nápad o výuce sexuální výchovy ani předložit.

Například ve Švédsku funguje sexuální výchova jako povinný školní předmět už od roku 1945 a ***děti soutěží v nafukování kondomů už ve školce****. V českých školách je doporučení ministerstva platné od roku 2010, kde ji chce resort pojímat komplexně a v souvislostech, tedy nejen biologicky, ale i sociálně.”*

Normální

Divný

Originální

Jiný

Lifee.cz JÍDLO BYDLENÍ CESTOVÁNÍ TRENDY PSY

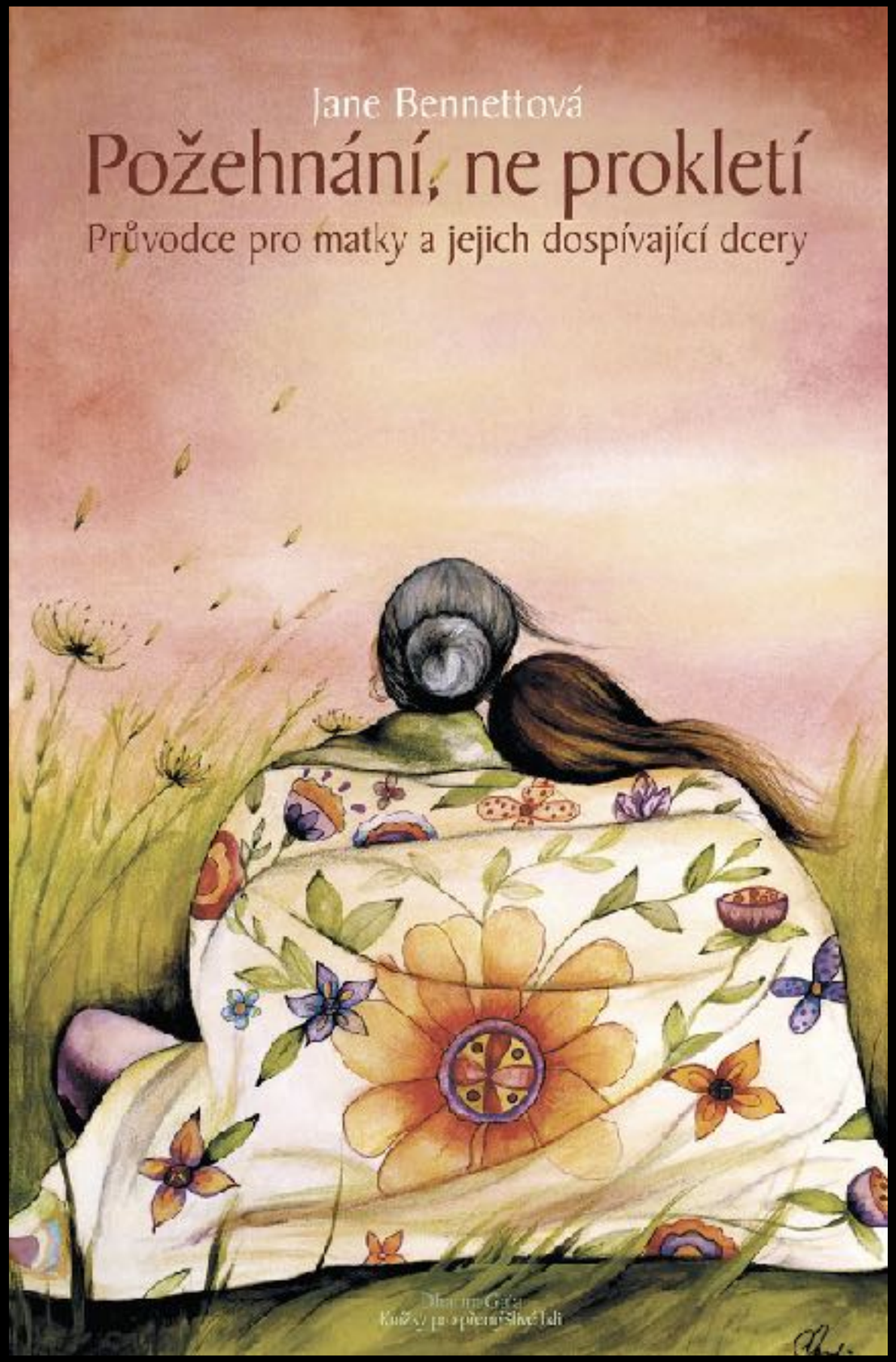
Menstruační krev? To nejlepší hnojivo pro vaše rostliny

12. ŘÍJNA 2017

Barbara Lorenzová

Pesek.com

TÉMATA: BYDLENÍ, HNOJIVO, MENSTRUACE, MENSTRUAČNÍ KREV, ROSTLINY, ŽENY



Co je to?
A k čemu to je paní učitelko?

Jak se nám o tom mluví?
Co u toho cítíme?

YouTube CZ

Hledat

KALÍŠEK? NO FUJ! - JEN PRO HOLKY | Shopaholic Nicol

602 660 zhlédnutí · 22. 6. 2018

30 TIS. 580 SDÍLET ULOŽIT ···

Shopaholic Nicol
465 tis. odběratelů

ODEBÍRAT

SEXUÁLNÍ VÝCHOVA

Jak se učíme o sexu…?

Biologizující, technicistní jazyk.

Skutečné propojení a přijetí?

SEXUÁLNÍ VÝCHOVA

Jak se učíme o sexu…?

Biologizující, technicistní jazyk.
Skutečné propojení a přijetí?

Jaké kvality má mít komunikace na 1.st o sexu?

Jaké kvality má učitel rozhostit v atmosféře skupiny?

Otázky dětí a učitele:

co je sex, k čemu je, co je láska, jak jsou spojené… a co je porno??

SMRT

Odmítání, panika, konzum vs. Smrt je rádce

“Kultura, která vytěsní smrt se stává povrchní…”

SMRT

Odmítání, panika, konzum vs. Smrt je rádce

“Kultura, která vytěsní smrt se stává povrchní…”

Jak dítě vidí smrt?

Co se o smrti učí? Co kurikulum?

SMRT

Odmítání, panika, konzum vs. Smrt je rádce

“Kultura, která vytěsní smrt se stává povrchní…”

Jak dítě vidí smrt?

Co se o smrti učí? Co kurikulum?

Jak učitel toto téma může vnést?

SMRT

Odmítání, panika, konzum vs. Smrt je rádce

“Kultura, která vytěsní smrt se stává povrchní…”

Jak dítě vidí smrt?

Co se o smrti učí? Co kurikulum?

Jak učitel toto téma může vnést?

Krizové situace

MOJESMRT.CZ

Neumíráme tak, jak bychom si přáli. A je to hlavně proto, že o tom s nikým nemluvíme.

Tento web ti umožní sestavit si seznam posledních přání, a vyslovit tak svoje představy o konci života.

dozvědět se více o tématu

sestavit si seznam posledních přání

MOJESMRT.CZ

78 %

78 % z nás si přeje zemřít v domácím prostředí, přitom přesně tolik z nás umírá v LDN nebo v nemocnicích

63 %

63 % z nás by začalo řešit důležitá rozhodnutí spojená s koncem života až ve chvíli těžké nemoci

2/5

O svých představách či přáních ohledně péče na sklonku života s někým hovořily jen 2/5 z nás

Platí to i pro vás?

Smrt je ještě daleko.

Nechci nic špatného přivolávat.

Je to nepříjemné téma.

MOJESMRT.CZ

2 3 4 5 6 7

1. MOJE HUDBA

Poslechni si nejhranější písničky na českých pohřbech. Taky ti je pustí, jestli neřekneš, že to chceš jinak. Stačí, když vybereš oblíbené songy na YouTube, a vložíš je do svého seznamu.

ČASTO ZAZNÍVAJÍ

Scorpions - Send Me An Angel

Petr Spálený - Až mě andělé

Antonín Dvořák - Z Nového světa

CO CHCEŠ ZAHRÁT TY?

Sestav si svůj playlist na pohřeb. Nebo to necháš náhodě?

název písničky nebo odkaz na YouTube

název písničky nebo odkaz na YouTube

název písničky nebo odkaz na YouTube

TÉMA 2.
MOJE ŠATY

A MEMENTO MORI FOR THE MODERN AGE

Before I Die is a global art project that invites people to reflect upon their mortality and consider the things which matter most.

KE KOŘENŮM

O NÁS

...

Ke kořenům stromů: rozvíjíme pohřbívání u kořenů stromů či jiných rostlin. Ve spolupráci se Správou pražských hřbitovů jsme založili Les vzpomínek, první český přírodní hřbitov, kde se popel zesnulých ukládá ke kořenům vzrostlých stromů.

Ke kořenům blízkých vztahů: pomáháme vytvořit smysluplné rituály posledního rozloučení, které stmelují komunitu pozůstalých - vycházíme z principu Do It Yourself (princip svépomoci).

Ke kořenům sebe sama: doprovázíme na cestě zármutkem, jsme na blízku při znovunalézání vašich vnitřních zdrojů.

LES VZPOMÍNEK

První český přírodní hřbitov, kde je možné uložit popel zemřelých ke kořenům památečních stromů.
Les vzpomínek je prostorem, kde se snoubí úcta k zemřelým s úctou k přírodě. Je utvářen jako místo přívětivé k přírodě i k proměňujícím se potřebám pozůstalých. V Lese vzpomínek nenarazíte na žádné náhrobky, místo nich jsou zde vzrostlé památeční stromy – javory, lípy či třeba ptačí třešně. Na jejich kmenech jsou umístěny jen drobné dřevěné cedulky se jmény zemřelých. Les vzpomínek je součástí tradičního hřbitova v pražských Ďáblicích a je společným projektem Správy pražských hřbitovů a organizace Ke kořenům.

Prostor pro poslední přání

Prostor pro poslední rozloučení

Prostor pro živé vzpomínky

Prostor pro přírodu

UMIRANI.CZ

Umírání.cz informační portál pro nemocné, pečující a pozůstalé

VYHLEDAT

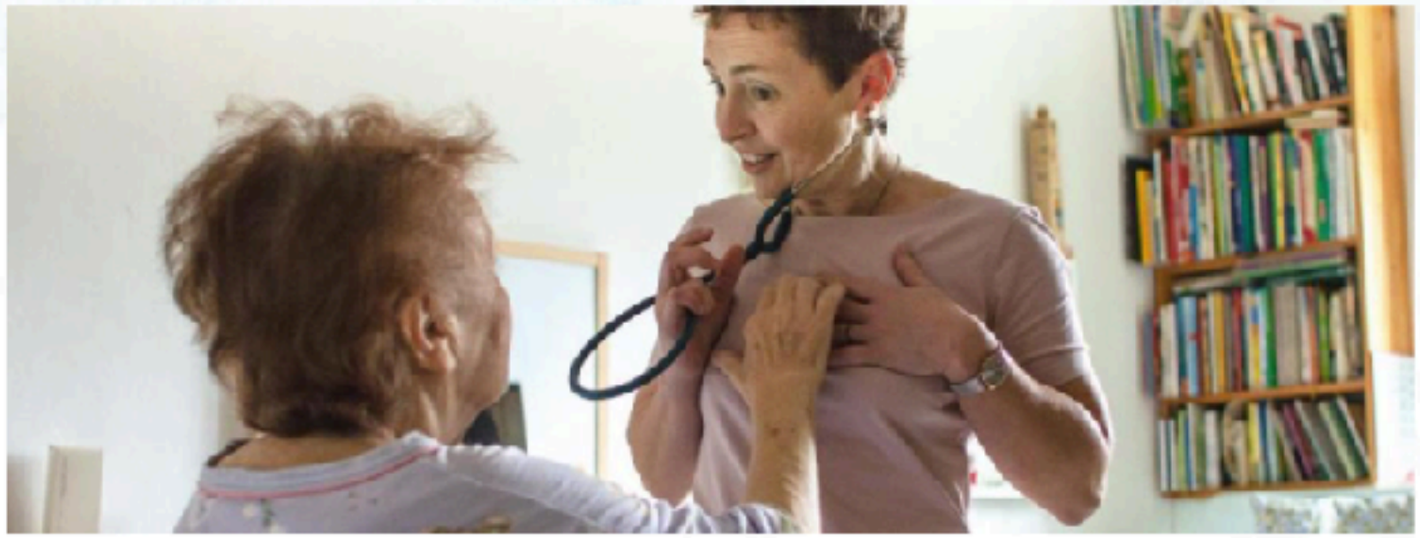
Úvod | Rady a informace | Články | Internetová poradna | Adresář služeb | Diskuse

PORTÁL UMÍRÁNÍ.CZ

Informační, poradenský a diskusní web provozovaný domácím hospicem Cesta domů, jehož smyslem je sdílet zkušenosti zdravotníků, sociálních pracovníků, psychoterapeutů a duchovních s dalšími lidmi v celé republice, kteří se dostali do nelehké životní situace – jsou vážně nemocní, pečují o umírajícího nebo jim zemřel někdo blízký.

Vybrané články

- Jak (ne)uspořádat pohřeb v čase koronaviru
- Nemůžeme někomu sebrat právo vědět, co se s ním děje
- Cesta.
- Rodiče musí nakonec cítit, že se udělalo všechno, co bylo možné
- Paliativní péče by měla být jedním z lidských práv



Vyměním počet dnů života, který mi zbývá, za jejich kvalitu?

S primářkou domácího hospice Cesta domů Irenou Závadovou o paliativní péči v době pandemie, o možnostech překonávání izolovanosti a o aktuální blízkosti tématu umírání.

UMIRANI.CZ

ÚVODNÍ ČTENÍ

Péče o nevyléčitelně nemocné

Paliativní péče · Hospic a mobilní hospic · Mýty o umírání a paliativní péči

Poslední dny a týdny

Rady a zamyšlení pro doprovázející v době umírání

Data o umírání

Nejnovější data o postojích veřejnosti a zdravotníků k umírání a smrti

DOMÁCÍ PÉČE

Nemocný v domácí péči

Příprava na domácí péči · Základní pravidla · Dostupné služby a pomůcky · Úmrtí v domácnosti · Pohřeb · Podpora pečujících

Komunikace v rodině

Jak a o čem mluvit · Fáze vyrovnávání se s těžkou nemocí · Pravda nebo milosrdná lež · Potřeba rozloučení

Bolest

Pravidla léčby bolesti · Nechtěné účinky léků a prevence · Mýty o opioidech · Obavy z léčby bolesti

Průvodní jevy léčby onkologického onemocnění

Nežádoucí účinky léčby · Jak si s nimi poradit

ADMINISTRATIVA A INSTITUCE

Komunikace s lékaři a rozhodnutí o léčbě

Komunikace se zdravotníky · Souhlas s léčbou · Dříve vyslovená přání

Jak na úřadech

Příspěvek na péči · Ošetřovné · Zvýhodněné volání u mobilních operátorů · Opatrovnictví dospělých · Co zařídit na úřadech po smrti blízkého · Vdovský a vdovecký důchod · Sirotčí důchod

ZÁRMUTEK

Truchlení

Průběh a smysl truchlení · Každý truchlí jinak · Klub pro pozůstalé · Vyjádření soustrasti · Zármutek u dětí

Zármutek lidí s mentálním postižením

Jak mluvit o smrti · Reakce na zármutek · Vyrovnávání se se smrtí · Otázky a odpovědi

UMIRANI.CZ

Děti truchlí jinak

Děti přijímají zprávu o ztrátě někoho milého většinou daleko klidněji a vyrovnaněji, než si rodiče nebo jiní dospělí lidé kolem představují. Pomoc, kterou dětem v jejich smutku a truchlení máme poskytovat, nekončí sdělením oné smutné události nebo pohřbem, ale má pokračovat tak dlouho, jak dlouho se dítě s onou ztrátou vyrovnává. V období truchlení děti potřebují častěji než jindy ujišťovat, že jsme s nimi a že je máme rádi.

Poslední aktualizace stránky proběhla dne 9. 7. 2019, verze pro tisk (tato kapitola)

Nejdůležitější je vědět, že děti truchlí jinak než dospělí. Smrt v rodině bude dítě trápit hlavně tehdy, když ztratí pocit jistoty a bezpečí a když na své otázky nedostane odpověď. To, co děti postihuje, není samotný fakt smrti, ale prožitek ztráty všeho toho, co je v jejich mysli a v jejich citech spojeno se zemřelým člověkem. Tuto ztrátu si zpravidla neuvědomují ihned a najednou. Teprve s časovým odstupem přicházejí na to, o co přišly. Silně však na ně působí napětí v rodině, které umírání a smrt provází, mohou se cítit opuštěné těmi, kteří zůstali.

Naslouchejte

Děti často potřebují po úmrtí blízkého člověka vyprávět svůj příběh – co se stalo, kde byly, když se dověděly o úmrtí, jaké to pro ně bylo. Jeden z nejlepších způsobů, jak můžete dítěti pomoci, je naslouchat jeho vyprávění bez hodnocení, dávání rad či vyjadřování vlastního názoru.

Některé děti mluvit nechtějí. Může to být proto, že chrání dospělé kolem sebe před ještě větší bolestí. Když nasloucháte dětem, všímejte si proto také toho, o čem děti nemluví.

Říkejte pravdu

Jednou z povinností dospělých vůči dětem je chránit je. Pokud se rozhodujete sdělit dítěti pravdu o smrti někoho blízkého, můžete mít pocit, že dítě nebudete chránit. Děti se však vždy pravdu nějakým způsobem dozvědí, ať již přímo, nebo nepřímo (z chování dospělých, od kamarádů, z vyslechnutí hovoru dospělých apod.). Nikdy dítěti nelžeme, jsme upřímní a otevření. Pokud dítěti neřekneme pravdu, jen komplikujeme jeho truchlení. A ještě k tomu dostane dítě informaci, že je dobré lhát a že se dospělým nedá věřit.

Odpovídejte na otázky dětí

Děti se učí kladením otázek. Pokud se ptají na okolnosti úmrtí nebo na smrt jako takovou, znamená to, že něčemu nerozumějí a chtějí to poznat. Ujistěte dítě, že je v pořádku, že se na takové věci ptá, a na otázky mu odpovídejte pravdivě. Pokud něco nevíte, klidně řekněte, že nevíte. Je-li možné odpověď někde zjistit, udělejte to a vraťte se k otázce dítěte později. Buďte citliví k věku dítěte a jazyku, jaký dítě užívá. Děti obvykle nechtějí slyšet klinická fakta nebo „dospělé" odpovědi. Používejte konkrétní slova jako „zemřel" nebo „byl zabit". Pokud např. použijete výraz „odešel" nebo „ztratili jsme", malé dítě může nabýt dojmu, že se zemřelý člověk vrátí. Nejlepší je, když mají svého „průvodce", který jim bude odpovídat na všechny všetečné otázky a vysvětlí smysl toho, co se stalo.

Nechávejte děti vybírat z několika možností

Děti oceňují možnost volby stejně jako dospělí. Pokud je jim umožněno volit, cítí se být hodnotné. Děti nenesou dobře, když jsou opomíjeny. Děti se mohou podílet např. na výběru květin nebo oblečení pro zemřelého. Umožněte jim vybrat si, jakým způsobem se rozloučí se zemřelým. Umožněte jim volit všude tam, kde je to možné. Možnost volit přispívá k obnovení pocitu kontroly nad děním, který děti i dospělí po úmrtí blízkého člověka ztrácejí.

Zachovejte řád a zvyklosti

Po úmrtí blízké osoby prožíváme život jako chaotický, nejistý a nepředvídatelný. Stejně tak jej prožívají děti. Obnovit pocit stability pomáhá zachovávání obvyklých rituálů, zvyků, denního řádu. Úmrtí s sebou nese často změny v životě. Každá změna je určitou ztrátou, a může tedy zesilovat prožitky spojené s truchlením. Aby se děti snáze adaptovaly na změny, zachovávejte alespoň základní zvyky, jako je např. čas ukládání ke spánku, čas společného jídla nebo rodinné tradice.

Vzpomínejte společně s dětmi na zemřelého

Pro dítě je důležité sdílení a posílení citových vztahů v rodině, tedy i sdílení společné bolesti a smutku. Společné vzpomínky na zemřelého, na to, co konkrétního jsme s ním prožili, jsou pro dítě zvlášť důležité. Způsobů je mnoho, např. prohlížení fotek, obrázků, procházky na známá místa. Lepení, kreslení, vyvěšování na nástěnku, modelování, procházky a povídání jsou dítěti důvěrně známé. Přizvat vzpomínky na zemřelého do těchto všednodenních činností je správné a pro dítě naprosto přirozené. Vzpomínání na zemřelého je součástí procesu zpracovávání jeho ztráty. Nebojte se např. říci: „Tvůj otec měl rád tuhle písničku." Používejte jméno zemřelé osoby. Děti se tak mohou naučit, že zemřelý člověk zůstává v životě těch, kteří žijí dál, a že hovořit o zemřelých není tabu. Děti tak mohou vyjadřovat své pocity spojené se ztrátou blízkého člověka. Dětem také dělá dobře, pokud mohou mít po zemřelém nějaký předmět nebo jeho fotografii. Oceňují, když se mohou podílet na třídění jeho věcí a rozhodnout se, které si nechají. Pokud jsou děti příliš malé, nezapomeňte jim schovat takové věci, které by jim mohly později sloužit jako vzpomínka na zemřelého.

Vytvořte pro děti bezpečné prostředí, ve kterém mohou truchlit

Vytvoříme dítěti atmosféru jistoty a bezpečí. Ujistíme je a budeme je opakovaně ujišťovat, že je a zůstane v bezpečí, že je nadále milované a že se na nás může vždy ve všem spolehnout. V době kolem úmrtí to bývá snazší. Lidé jsou si blíž, jsou na sebe hodnější a mají tendenci si pomáhat. Když se dítě bojí samoty, měli bychom být s ním. Má-li potřebu být samo, nevnucujeme se mu. Není mnoho míst, kde by děti mohly otevřeně truchlit, vyjadřovat své emoce. Umožněte jim, aby si našly alespoň jedno takové místo, kde by se cítily bezpečně se svým smutkem. Může to být doma, u příbuzných, ve škole nebo u kamarádů. Děti, které zažily úmrtí blízkého člověka, potřebují ujišťovat, že je ostatní blízcí lidé neopustí. Vyjadřujte jim zvýšeně svoji náklonnost a lásku.

Dovolte dětem vyjadřovat všechny druhy emocí

Dovolíme dítěti plakat a být smutné. Smutek má být prožit. Ujistíme dítě, že plakat při zármutku je dobré a přirozené, že se mu ulevří, že i my pláčeme, protože i my jsme smutní. Nebudeme se snažit je násilně rozptylovat, rozveselovat, vozit je někam za zábavou, sportem či dobrodružstvím. Dobře prožitý smutek je důležitým krokem při utváření osobnosti.

Emoce spojené s truchlením mohou být různé. Od šoku, smutku přes vztek až třeba k úlevě. Umožněte dětem vyjadřovat všechny emoce, jak negativní, tak pozitivní. Mají-li například vztek, dovolte jim třeba bušit do polštáře. Je to zdravější, než abyste jim říkali: „No, tak. Takhle se hodná holčička nechová". I když jsou určité obecné zákonitosti truchlení, respektujte individualitu prožívání vašeho dítěte. Myslete na to, aby dítě mělo dostatek fyzické aktivity. Tím se snižuje emoční napětí a uvolňuje se přebytečná energie. Emoce také děti vyjadřují ve hře. Hra napomáhá ke zpracovávání ztráty.

Projevy zármutku bývají u dětí častěji spojené s různými tělesnými bolestmi a obtížemi než je tomu u dospělých. Psychickou nepohodu vyjadřují děti více tělem.

Jinak také truchlí dítě čtyřleté a jinak dospívající šestnáctileté. V obou případech se může stát, že se dítě dočasně stane „mladším". Nelekejme se toho, že je plačtivé nebo se chce mazlit a chovat. Respektujme to jako jednu z jeho cest. Z jiných se mohou stát „malí dospělí". Mějme pro ně porozumění, buďte podpůrní. Nedovolte dětem, aby přebíraly role dospělých. Snažte se však, abyste děti nadměrně nechránili. Tím byste mohli brzdit jejich zrání. Pokud u dítěte přetrvává chování typické pro mladší děti, poraďte se s odborníky.

Připravíme se na to, že dítě možná nacpak vůbec smutné nebude, že smrt blízkého jako by se ho nedotkla, že se bude chovat „necitlivě" nebo klackovitě. Neznamená to, že by bylo cynické, necitelné nebo zlé, ale je to jeho způsob, jak reagovat na smrt v rodině. Respektujme to a opakujme si, že děti truchlí jinak než dospělí.

Děti se mají zúčastnit pohřbu

Samozřejmě vezmeme dítě s sebou na pohřeb. Obřad pohřbu podtržený slavnostním oblečením, hudbou a květinami, často spojený s cestováním, hostinou a setkáním s příbuznými bude vnímat jako jasný rituál přechodu a pomůže mu to se smrtí se vyrovnat. Je to také událost, kdy se cítí být uprostřed dění a může je s ostatními prožívat. Pokud bychom je z toho vyčlenili, znejistíme je a může se cítit opuštěné.

Učte děti truchlit

Děti se učí nápodobováním vzoru. Dospělý bývá pro dítě modelem vyrovnávání se s úmrtím blízkého člověka. Někdy mají dospělí tendenci schovávat svůj smutek před dětmi. Je třeba, aby se dítě naučilo plakat, vyjadřovat vztek, truchlit. Buďte jim příkladem. Dejte dětem na vědomí, že nejsou se svým zármutkem samy.

Pamatujme, že takový způsob doprovázení bude dítě přijímat nejlépe od svých nejbližších a že je dobré zapojit do něj i širší rodinu. Dětem vůbec neprospěje, když je jakkoli odstavíme od dění v rodině, potřebují hlavně cítit, že nejsou opuštěny.

My dospělí máme tendenci podceňovat význam procesu truchlení a vedeme k tomu i své děti. Také máme tendenci podceňovat kapacitu dětí zpracovat těžkou ztrátu, často proto, že se sami bojíme svých emocí. Děti potřebují být ujištěny, že dospělí tento čas zvládnou, jen to bude chvíli trvat. Děti zvládnou vše, co zvládnou jejich dospělí.

Děti potřebují znát pravdu o smrti – přečtěte si rozhovor s dětskou onkoložkou Evou Hvížďalovou

SPIRITUALITA

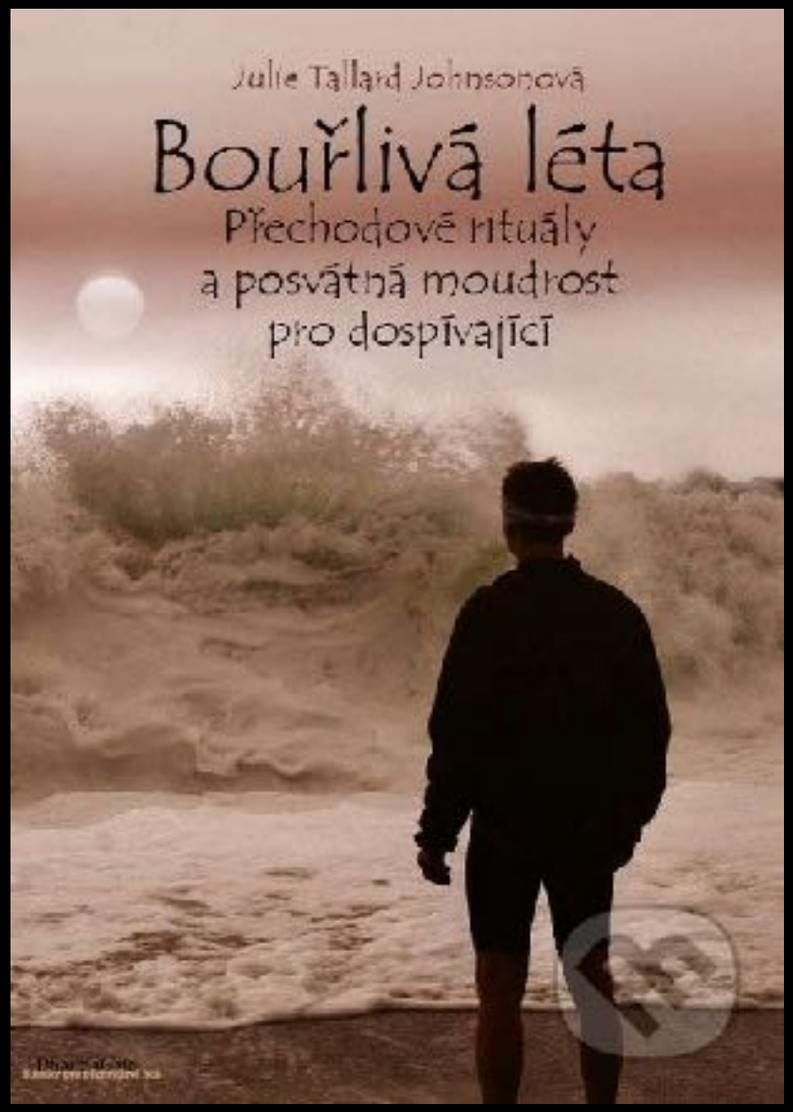
Bio - psycho - sociální - spirituální
Vykořenění a jednota

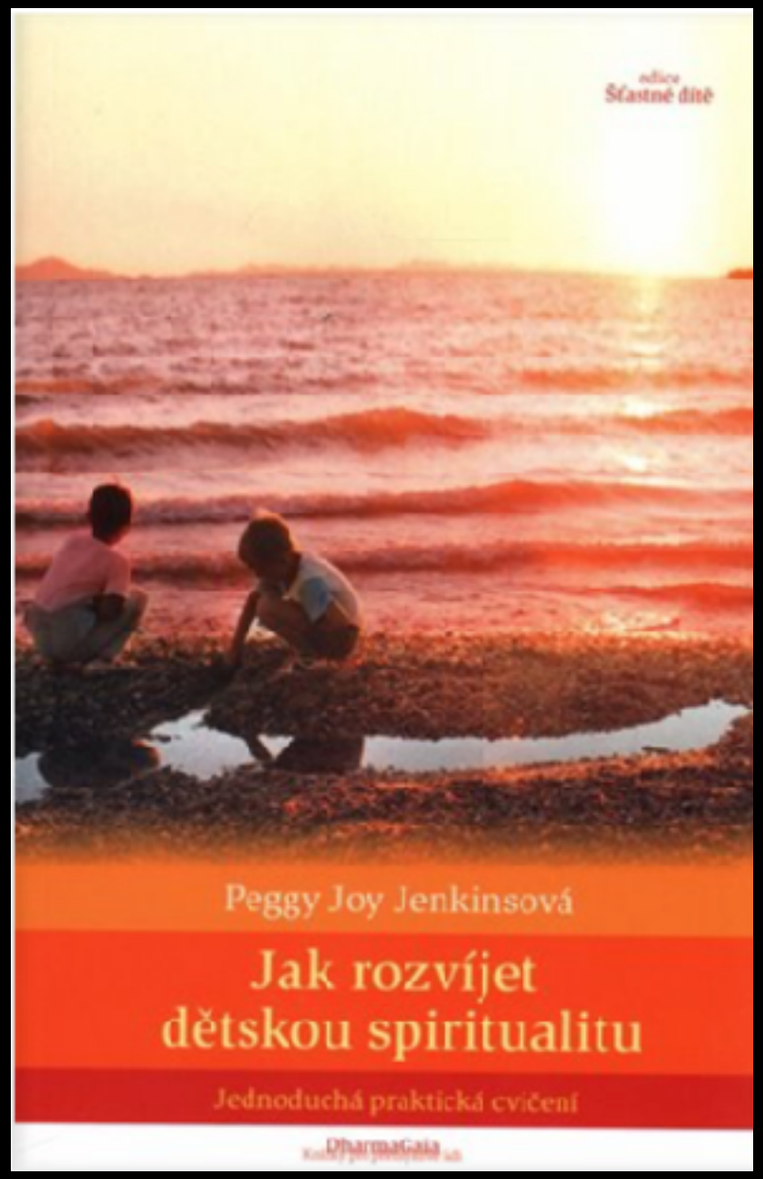
Co znamená spiritualita?
transcendentální prožitky
mystické prožitky
posvátné

Smysl života
Co mi dává smysl bytí?
Co mě naplňuje /seberealizuje?

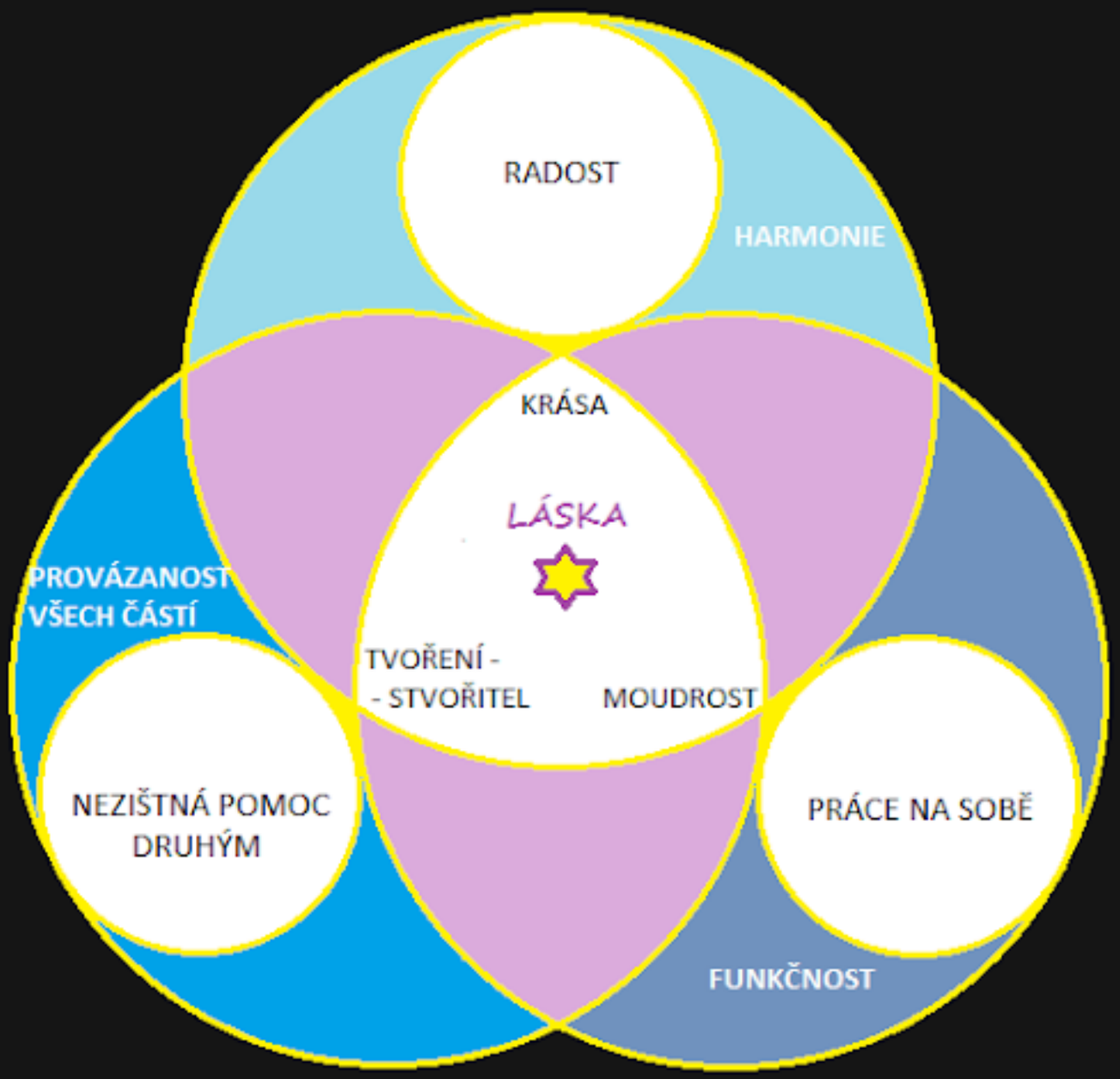
Patří to do školy??

SPIRITUALITA





SPIRITUÁLNÍ DIMENZE



DÍKY ZA POZORNOST A HODNĚ SMYSLU :)