

# ÚMRTÍ V RODINĚ

Pavlína Horáková

Veronika Margoldová

# SMRT

- Život zasažený smrtí je stresující pro všechny zúčastněné
- Smrt vyvolává obavy, je to konec
- Krize nastávající po smrti blízkého člověka je o to větší, přijde-li úmrtí nečekaně, „předčasně“, „nespravedlivě“
- Nabourává pocit vlastní identity, vztahy s jinými lidmi a přesvědčení o bezpečnosti světa

# SMRT

- Je nejtěžší ztrátou, která nás může postihnout
- Dle tabulky stresových situací:
- Autoři uvádějí, že součet 250 bodů za období jeden rok je hraniční číslo, kdy se organismus ocitá na pomezí vlastních rezerv (Vodáčková 2007)

<b>Událost</b>	<b>Body</b>
Úmrtí partnera, partnerky	100
Rozvod	73
Rozvrat manželství	65
Uvěznění	63
Úmrtí blízkého člena rodiny	63
Úraz nebo vážné onemocnění	53
Sňatek	50
Ztráta zaměstnání	47
Usmíření a přebudování manželství	45
Odchod do důchodu	45
Změna zdravotního stavu člena rodiny	44
Těhotenství	40
Sexuální obtíže	39
Přírůstek nového člena do rodiny	39
Změna zaměstnání	39
Změna finančního stavu	38
Úmrtí blízkého přítele	37
Přeřazení na jinou práci	36
Závažné neshody s partnerem	35
Půjčka vyšší než jeden průměrný roční plat	31
Splatnost půjčky	30
Změna odpovědnosti v zaměstnání	29
Syn nebo dcera opouští domov	29
Konflikty s tchánem, tchýní, zetěm, snachou	29
Mimořádný osobní čin nebo výkon	28
Manžel, manželka nastupuje či končí zaměstnání	26
Vstup do školy nebo její ukončení	26
Změna životních podmínek	25
Změna životních zvyklostí	24
Problémy a konflikty se šéfem	23
Změna pracovní doby nebo pracovních podmínek	20
Změna bydliště	20
Změna školy	20
Změna rekreačních aktivit	19
Změna církve nebo politické strany	19
Změna sociálních aktivit	18
Půjčka menší než průměrný roční plat	17
Změna spánkových zvyklostí a režimu	16
Změny v širší rodině (úmrtí, sňatky)	15
Změny stravovacích zvyklostí	15
Vánoce	12
Přestupek (např. dopravní) a jeho projednávání	11

# Děti a smrt

- Jsme budoucí pedagogové, s tímto tématem se střetneme i ve škole....
- Neumíme čelit smutku dětí a adekvátně je podpořit



# MÝTY O TRUCHLENÍ DĚTÍ:

- Děti nepocítují zármutek, nebo ho cítí, až když dosáhnou určitého věku.
- *Děti truchlí v jakémkoli věku*
- *Způsoby, jakými děti projevují smutek jsou závislé na jejich věku, vývojové úrovni a zkušenosti.*

# MÝTY O TRUCHLENÍ DĚTÍ:

- Děti musíme chránit, jsou přece příliš malé na to, aby zažili tragédii.
- *Děti vždy poznají, že se něco děje.*
- *Můžeme je učit jak truchlit, zahrneme je do tohoto procesu, nevyhloučíme je z pohřebního rituálu- to pouze zvyšuje jejich strach a úzkost, vyvolá pocit odporu.*

# MÝTY O TRUCHLENÍ DĚTÍ:

- Děti rychle překonají smutek.
- *Nikdo rychle nepřekoná významnou ztrátu.*
- *Děti se stejně jako dospělí musí naučit žít se ztrátou.*



# KDY VYHLEDAT POMOC?

- Dítě má noční můry, či poruchy spánku
- Dítě má problémy ve škole
- Dětské stravovací návyky se začínají posměňovat

Musíme čekat až se projeví příznaky???

# TAO

- Time – čas



- Affection - láska



- Optimism - optimismus



# Literatura:

- Colorosová, Barbara. Krizové situace v rodině: Jak pomoci dětem překonat smrt blízkého člověka, nemoc, rozvod a trauma adopce. 1.vyd.. Praha: Ikar, 2008, 240 stran, ISBN: 978-80-249-1027-7.
- <http://www.sockonference.fhs.utb.cz>