
Naděžda Špatenková: Poradenství pro pozůstalé.

Tomáš Kotrlý

Grada, Praha 2008, 144 s.

Útlá kniha učebnicového charakteru *Poradenství pro pozůstalé* se zaměřuje na negativní vliv zármutku na fyzické i duševní zdraví truchlících a hledá vhodné intervence, jež by pomohly těmto dopadům předcházet. Vydání této publikace potvrzuje narůstající trend, že smrti a truchlení se dostává mnohem větší pozornosti odborníků než před deseti lety. Zásahu na tom ostatně má i její autorka, která již dříve v monografii určené psychologům věnovala pozornost samotnému procesu truchlení (N. Kubíčková: *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha 2001) a nyní se do hloubky zabývá úlohou a praktickými problémy laického poradce pro pozůstalé v nejkritičtějších obdobích prvních třinácti měsíců po ztrátě blízkého člověka. Svou práci autorka rozdělila do devíti kapitol, které vždy uvádí citát z letáčku bezplatné *Poradny Alej z Nového Města na Moravě*. Jak se přitom podařilo překročit hranice teoretických popisů povahy zármutku směrem k bezprostřednímu kontextu praxe a poskytnout čtenářům teoretickou bázi, na jejímž základě mohou určovat potřebu terapeutické intervence, tzv. koncept „rizika“ v situaci zármutku?

V úvodu autorka stanovuje jasné hranice poradenské pomoci. *Poradenství* není odpověď na otázku, co a jak radit pozůstalým. Vztah mezi klientem a poradcem je cílená práce, náročná, časově omezená, fyzická i psychická práce a pozůstalý, chce-li svůj zármutek „ošetřit“, musí pro to něco udělat, ne pasivně čekat, že to přejde samo. Průvodce pro pozůstalé doprovází klienty při jejich výstupu na „horu hoře“, aby ve svém zármutku nezůstali osamoceni (s. 8), s explicitní dohodou, že klient pracuje na změně. Mělo by jít o jednosměrný vztah pod dohledem supervizora. Na jiném místě autorka demonstruje, že zármutek pozůstalých není jen problém (a už vůbec ne nemoc!), nýbrž také tajemství, a proto během jeho zpracování nelze sejít z velmi intimní cesty hledání a tázání (s. 102). Mění otázku, kterou si klademe při pohledu na bolest truchlících - měli bychom se ptát, co je v jejich situaci v pořádku, za co jsou odpovědné pouze okolnosti, a ne na to, co v pořádku není, co je špatně.

Druhá kapitola je věnována otázce, „proč“ je potřebné *poradenství* pro pozůstalé. Špatenková upozorňuje na psychology, kteří se truchlení zmocnili a patologizovali ho: popsali jeho „fáze“ a „příznaky“, určili, co je zdravý a nezdravý zármutek a jaké jsou známky „zotavení“. Díky různorodosti lidských reakcí je ale každý obecný vzorec překonávání bolestného zármutku nebezpečný. Mnozí její klienti souhlasí s tím, že život před a po zkušenosti zármutku se liší, a uvádí, jak je překvapil jejich vlastní zármutek nad smrtí někoho blízkého. Takovou ztrátu nelze očekávat, nelze ji „nacvičit“, ani se na ni „připravit“. Navzdory těmto kritickým úvahám autorka nežadá, aby se truchlení v současném sociokulturním prostředí vrátilo do běžného života v komunitě (s. 11). Kde se daří kultu krásy, mládí, zdraví a úspěšnosti, se podle autorky opravdu netruchlí snadno. V postoji k vlastnímu zármutku se u klientů odráží jejich širší sociální kontext (včetně vlivů rodiny a náboženských a kulturních faktorů) i osobní historie ztrát, které již prožili.

Třetí kapitola je věnována definicím *poradenství* pro pozůstalé, jeho obvyklému průběhu a základním principům. Nezbytným předpokladem efektivity poradenského procesu je podle autorky porozumění problému klientem i poradcem. V českém prostředí tomuto porozumění brání především nedostatek uznání reality ztráty, protože pozůstalým není institucionálně zajištěno, aby mohli strávit nějakou dobu se zemřelým a uvědomit si, že smrt je opravdu skutečná - vidět zemřelého, dotknout se ho, rozloučit se s ním. Realita, byť je jakkoliv bolestivá, může být pro pozůstalé někdy přijatelnější než nejistota a nedůvěra (s. 25). Nedostatek pohřebních rituálů a rituálů truchlení ve společnosti, v níž truchlíci žijí, může znamenat, že lidé nemají dostatečnou útěchu, podporu nebo pokyny ve chvíli, kdy to nejvíce potřebují. Toto „vakuum“ se může objevit už při hledání způsobu, jak správně zaopatřit mrtvé tělo; z českých farností například vymizela vigilie. Bdění u mrtvého, které se v anglofonních zemích i přes vytrácející se historicko-teologické chápání smyslu označení stále ještě nazývá *wake*, je skutkem víry ve vzkříšení mrtvých a připomíná bdění „myronosných“ žen z evangelia, které přinesly vonné masti k pomazání těla Pánova a staly se tak prvními svědky vzkříšení.

Čtvrtá kapitola recenzované knihy se zabývá povinnými kompetencemi laického poradce a jeho péčí o sebe sama. Autorka upozorňuje na dlouhodobé zahraniční výcvikové programy, zvláště australský Certifikovaný kurz *poradenství* pro pozůstalé. Tuto kapitolu lze využít jako východisko pro tvorbu standardů služeb pro pozůstalé, například minimálního kvalifikačního a hodnotícího standardu nové dílčí kvalifikace „Poradce pro pozůstalé“ dle zákona č. 179/2006 Sb., o dalším vzdělávání. Pátá kapitola má za předmět klienta *poradenství* a autorka v ní zdůrazňuje, že k lidem je

možné přistupovat jako k mrtvým ještě dříve, než skutečně zemřou. Často k tomu bohužel dochází na základě sociálních charakteristik, jako je stáří, nízký ekonomický status, mentální postižení nebo demence. Poradenství založené na principech poradenství pro pozůstalé může vyhledat vlastně kdokoliv, kdo prožívá signifikantní životní ztrátu (s. 42). Autorka přitom s trochou nadsázky představuje pozůstalého jako „vzdorovité dítě“, které si svým provokativně nesnesitelným chováním vynucuje ujištění, že je milováno. Většina lidí nepotřebuje ani tak poradenství, ale přátele, kolegy a příbuzné, kteří by jim naslouchali.

Šestá kapitola, nazvaná Kdy probíhá poradenství pro pozůstalé?, nepředstavuje časové limity, jak by se mohlo na první pohled zdát, naopak prezentuje názor, že smutek neskončí nikdy, pouze vzpomínky na zemřelého už nepůsobí takovou bolest. Pozůstalý dostane „neschopenku“, nějaké léky (na spaní, na uklidnění, proti bolesti...) a vlastně i „nálepku“, že je nemocen. Tato „nálepka“ je ale z autorčina hlediska velmi nebezpečná - truchlení není nemoc, nedá se jen tak vyléčit (s. 52). Máme-li jít s autorkou do krajnosti, pak můžeme konstatovat, že úkoly truchlení jsou s naprostou jistotou splněny až přirozenou smrtí pozůstalého, tedy tehdy, jestliže pozůstalý dokázal žít život po smrti svého blízkého (s. 127). Modlitby a rituály před smrtí, obzvláště ty, které pomáhají umírajícímu soustředit se na Boha, poskytují obrovské uspokojení tím, že napomáhají pozůstalým k vědomí, že naplnili své posvátné závazky. Ale ani věřící křesťané se již mnohdy nedokáží bez pomoci pastoračních asistentů, pracovníků hospicových či jiných poraden vyrovnat s extrémní ztrátou. U některých lidí může péče o předky nabývat až kultovních rozměrů: udržují místnost, v níž zesnulý člověk bydlel, v nezměněném stavu nebo cítí vinu, když nezajdou každý den na hřbitov navštívit hrob. Pro Špatenkovou jsou tyto projevy přetrvávajících vazeb velkou hádankou, jedním z těch jevů, které sama nemůže objasnit, jimiž však vysvětluje jiné nejasné věci.

Kde by mělo poradenství pro pozůstalé probíhat? se ptá sedmá kapitola, v níž autorka neaplikuje pouze obecné poradenské principy, ale především své vlastní zkušenosti poradkyně v Hospicovém hnutí Vysočina. Krátkodobá péče o pozůstalé patří v České republice ke standardním službám všech hospiců, třetina pozůstalých rodin přesto potřebuje nějakou formu další formální pomoci (M. Svatošová: Hospice a umění doprovázet, 2003: 141). Prvním náznakem snahy o strategické plánování podpory pozůstalých je závazek české vlády, která na začátku roku 2008 svým usnesením č. 8/2008 uložila Ministerstvu pro místní rozvoj ČR do roku 2012 zpracovat koncepci péče o pozůstalé. V kompetenci tohoto ministerstva je totiž pohřebnictví, tedy oblast, kterou Naděžda Špatenková považuje za primární stupeň každého modelu poradenského systému pro pozůstalé. Proč by tedy provozovatel pohřební služby nebo krematoria nemohl provozovat, případně sponzorovat či jiným způsobem podporovat poradenství pro pozůstalé? (s. 59). Pohřební službě nového typu by už nemělo být lhostejné, koho pohřbívá, neměla by vystačit s tím, aby pohřbila co nejvíce těl - druhá věc ovšem je, nakolik je takováto transformace v současné české společnosti reálná.

Otázka, jak vypadá poradenství pro pozůstalé v praxi, je tématem rozsáhlé předposlední kapitoly. Autorka v ní přesunula pozornost od rizikových faktorů směrem k faktorům protektivním, tedy k tomu, co lidem umožňuje být odolný tváří v tvář značným nárokům vyvolaným ztrátou blízké osoby. Současně však připomíná nejčastější omyly a chyby poradců pro pozůstalé: používání eufemismů, práci s pláčem, fyzický kontakt, pohřeb bez obřadu, plané útechy, hraní si na spasitele apod. Jejich aplikace kreativních technik americké pastorky Lindy Van Dyke, pracující s modelem duálního procesu prožívání ztráty („orientace na ztrátu“ se zaměřením na minulost a „orientace na obnovu“ se zaměřením na přítomnost a budoucnost), prozrazuje vysokou erudici nejen v oblasti psychologie, nýbrž i v oblasti pastoračního doprovázení. Snažíme-li se porozumět světu vztahů truchlících, musíme vzít na zřetel i jejich vztah k zemřelým. Například mezi věřícími křesťany v České republice se těší značné oblibě tzv. propouštění zesnulých (srov. Kenneth McAll: Uzdravení rodových kořenů, Kostelní Vydří 2007; Elias Vella: Ježíš - lékař těla i duše, Kostelní Vydří 2006: 332-335), které je nejčastěji používáno v případech dětí, které zemřely při potratu, aby se staly právoplatnými členy rodiny. U starších lidí je jeho význam o to vyšší, že mohou trpět ztrátou velmi dlouhodobých vztahů, navíc nedlouho před koncem svého vlastního života. Ještě před zahájením poradenského setkávání je proto nezbytné porozumění hodnotě náboženských přesvědčení a zvyklostí jako strategií zvládání zátěže. Současně je však autorka zdravě skeptická vůči zneužívání biblické víry a modlitby křesťana jako psychoterapeutické metody, neboť ta není schopna sama o sobě řešit ty nejhlubší a nejpodstatnější problémy lidské duše (s. 81-82). Proto varuje, aby se poradny a svépomocné skupiny nestaly „ghetty pro pozůstalé“, zaplněnými lidmi, kteří se „zabydlí“ ve své nové identitě pozůstalého. Konečně v deváté kapitole Špatenková komentuje selhávání přirozených zdrojů pomoci pozůstalým a vybízí jejich nejbližší, aby nepodceňovali zdroje formalizované péče dobrovolníků a svépomocných skupin. Úkoly rodiny by však měl poradce pro pozůstalé převzít pouze v případě, kdy si rodina potřebuje odpočinout, institucionalizované služby mají význam především pro ty pozůstalé, kterým rodiny neposkytují potřebnou podporu nebo kteří jsou z nějakého důvodu obzvlášť „ohrožení“.

Kniha Poradenství pro pozůstalé je především křesťanskou odpovědí na kulturu odmítání veřejného smutku, kdy truchlení bývá i v katolickém prostředí něčím nepřijatelným a vyvolávajícím rozpaky. Aleš Opatrný to vyjádřil slovy: „Je omylem si myslet, že řádný křesťan nemá právo být smutný při ztrátě milované osoby (srovnej Ježíš u Lazarova hrobu - Jan 11,33-36!). Křesťan nemá být zoufalý nad věčnou ztrátou člověka, ale právem je smutný ze ztráty pozemské blízkosti druhého. Tento zármutek má právo si křesťan odžít“ (A. Opatrný: Pastorační péče v méně obvyklých situacích I., Praha 2001: 17). Podle autorky pozůstalí nemají nečinně snášet svou bolest ze smrti bližního. Jejich touha po ukončení smutku je oprávněná. Mnozí z těch, kteří se vyhýbají zármutku, se budou vyhýbat také poradenství. V žádném případě bychom jim neměli dávat najevo, že pokud nebudou truchlit způsobem, jaký společnost uznává za vhodný, přivodí si tím vážné komplikace. Nakonec se tedy zdá, že to, co lidé skutečně potřebují, je nalézt rovnováhu mezi vyjádřením smutku a jeho potlačováním a skrýváním. Příliš mnoho nebo příliš málo obojího může způsobit problémy. Nepochybuji

o tom, že kniha bude dobrým pomocníkem těch, kteří ve svém zármutku a žalu hledají kvalifikovanou radu. Dobře může posloužit také začínajícím poradcům, pastoračním asistentům a nemocničním kaplanům, kteří se speciálně nevěnují pomoci pozůstalým, ale měli by o speciálním poradenství vědět, případně studentům pomáhajících profesí. Z pohledu pozůstalých a jejich poradců je práce Naděždy Špatenkové první svého druhu v České republice; a k tomu rád blahopřeji.

Tomáš Kotrlý