

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
KATOLICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA
Katedra teologické etiky a spirituální teologie

Zdeňka Dohnalová

**Role spirituality v zármutku a truchlení
pohledem poradců pro pozůstalé**

Diplomová práce

Vedoucí práce: doc. ThLic. Ing. Aleš Opatrný, Th.D.

Praha 2016

Prohlášení

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Brně dne 15. června 2016

Zdeňka Dohnalová

Bibliografická citace

Role spirituality v zármutku a truchlení pohledem poradců pro pozůstalé [rukopis]:
Diplomová práce / Zdeňka Dohnalová; vedoucí práce: doc. ThLic. Ing. Aleš Opatrný,
Th.D. Praha, 2016. 72 s.

Anotace

Cílem diplomové práce je hledání odpovědi na otázku: "Jakou roli hraje spiritualita pozůstalých klientů v zármutku a truchlení očima profesionálních poradců pro pozůstalé?" Text je rozdělen na část teoretickou, metodologickou a analytickou. V teoretické části autorka konceptualizuje základní pojmy z hlavní výzkumné otázky a uvádí čtenáře do kontextuálních souvislostí. Metodická část odkrývá metodické zázemí výzkumu, který byl realizován kvalitativní výzkumnou strategií prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s vybranými poradci pro pozůstalé. V analytické části jsou prezentovány výsledky výzkumu, které diplomantka komparuje s teoretickými kořeny. Účastníci výzkumu považují oblast spirituality za faktor, který pozitivním způsobem vstupuje do života pozůstalých, usnadňuje jejich zármutek a truchlení. Spiritualita však může z jejich pohledu také situaci po úmrtí blízkého komplikovat, popř. působit ambivalentně.

Klíčová slova

smrt, spiritualita, truchlení, poradenství pro pozůstalé, doprovázení

Abstract

The Role of Spirituality in the Process of Grief and Bereavement from the Perspective of Bereavement Counsellors

The objective of this study is to determine the role of spirituality in the process of grief and bereavement from the perspective of bereavement counsellors. The text is divided into three parts: theoretical, methodological and analytical. The theoretical part conceptualizes basic terminology of the main issue and gives the context. The methodological part describes the methods used in the research, which was conducted through qualitative research strategy using semi-structured interviews. In the analytical part I compare the results of the research with the theoretical roots. The participants of the research believe that spirituality to be a factor which positively influences the lives of the bereaved and makes their grief and mourning easier to bear. However, they also see that spirituality can make the life situation more complicated or affect their lives ambiguously.

Keywords

death, spirituality, bereavement, counselling for the bereaved, accompaniment

Počet znaků: 141.029

Poděkování

Ráda bych nejprve poděkovala vedoucímu diplomové práce doc. ThLic. Ing. Aleši Opatrnému, Th.D. za příjemnou spolupráci, jeho motivující přístup a samozřejmě také za cenné rady, které mi poskytoval nejen na konzultacích, ale během celého studia.

Velké poděkování náleží poradkyním pro pozůstalé, které byly ochotny zapojit se do výzkumu. Bez jejich přispění by tato práce nikdy nevznikla.

Děkuji také všem vyučujícím a spolužákům z oboru aplikovaná etika, kteří vytvořili tak skvělou atmosféru, že jsem se na přednášky a semináře téměř vždy těšila a studium jsem si díky nim opravdu užila.

Poděkování směřuji i k mým kolegům z obou škol, kde vyučuji, za podporu, pochopení, trpělivost a doprovázení po stezkách mého studentského života. Za to stejné děkuji kolegyním z brněnské poradny pro pozůstalé.

Děkuji rovněž všem blízkým v mém životě. Moje zvláštní poděkování patří mým neteřím Terezce a Klárce, které mi do života vnáší radost, štěstí a lásku.

Nejen při psaní této práce jsem často myslela na otce Roberta Mayera (1974 – 2016) s bolestí, ale i vděčností za jeho naplněný život.

Obsah

Úvod.....	6
Teoretická část	8
1. Konfrontace se smrtí v dnešní společnosti.....	8
1.1. Zármutek a truchlení pozůstalých.....	11
1.2. Poradci pro pozůstalé.....	14
2. Role spirituality v zármutku a truchlení.....	21
2.1. Spiritualita.....	21
2.2. Spiritualita pozůstalých.....	27
Metodologická část	34
3. Metodika výzkumu.....	34
3.1. Výzkumná strategie a technika sběru dat	35
3.2. Výběr výzkumného vzorku.....	37
3.3. Průběh výzkumu	40
3.4. Způsob zpracování kvalitativních dat	40
3.5. Etika výzkumu	41
3.6. Dílní výzkumné a rozhovorové otázky	41
Analytická část.....	44
4. Prezentace výsledků výzkumu	44
4.1. Pohled poradců pro pozůstalé na oblast spirituality	44
4.2. Změny ve spiritualitě pozůstalých očima poradců	48
4.3. Role spirituality v životě pozůstalých očima poradců	53
4.4. Další témata vzešlá z výzkumu.....	60
Závěr a doporučení do praxe.....	62
Seznam použitých zkratk.....	65
Seznam literatury	66
Přílohy	70
Příloha č. 1.....	70
Příloha č. 2.....	71

Úvod

Smrt blízkého člověka vyvolává jednu z nejtěžších krizí, které nás mohou potkat v našich životech. Ten se navždy změní a už nikdy nebude takový jako dřív. Vyrovnávání se se smrtí je obvykle obtížným a někdy i celoživotním úkolem pozůstalých. Mnozí z nich naleznou „záchrannou“ ruku a pro ně samé dostačující podporu ve svých rodinách, u svých blízkých nebo v komunitách, jiní vyhledají pomoc u pracovníků v pomáhajících profesích (např. praktických lékařů, psychologů, psychiatrů, sociálních pracovníků, duchovních).

V dnešní době mají pozůstalí možnost obrátit se na odborníky v doprovázení po ztrátě blízkého člověka, profesionální poradce pro pozůstalé (dále také jen jako poradci nebo odborní poradci). Poradenství pro pozůstalé je přitom zaměřeno holisticky; poradce doprovází pozůstalého jeho zármutkem a truchlením s ohledem na všechny čtyři dimenze jeho osobnosti: fyzickou, psychickou, sociální a spirituální. Posledně jmenovaná dimenze je u pozůstalých často aktivizována. V období po skonu blízkého člověka si mnohý člověk začne klást existenciální a spirituální otázky, nad kterými by se za jiných okolností dost možná s takovou naléhavostí nikdy nezamýšlel. A právě na spiritualitu pozůstalých z pohledu poradců se ve své práci zaměřím. Uvědomuji si, že samotný termín spiritualita je obtížně uchopitelný – pro účely své práce si jej vymezím poměrně široce, jako oblast přesahu, která se týká nitra člověka, cesty jeho vnitřního rozvoje a jeho duchovního přístupu k životu. Do spirituality zahrnuji i oblast religiozity.¹

Předložená diplomová práce je tedy orientována na pohled odborných poradců pro pozůstalé na to, jak spiritualita jejich klientů vstupuje do procesu vyrovnávání se se ztrátou blízkého člověka (zda a jak zármutek a truchlení z jejich pohledu ulehčuje nebo naopak komplikuje, popř. zasahuje jiným způsobem). Cílem je hledání odpovědi na hlavní výzkumnou otázku ve znění: "Jakou roli hraje spiritualita pozůstalých klientů v zármutku a truchlení očima profesionálních poradců pro pozůstalé?" Zajímá mě tedy, jakou zkušenost s fenoménem spirituality u svých truchlících klientů poradci zaznamenávají.

K volbě tématu mě vede moje vlastní praxe. Nad rámec svého hlavního pracovního úvazku působím v neziskové organizaci „Klára pomáhá, z. s.“ jako odborná poradkyně

¹ Více viz kap. 2.1 Spiritualita.

pro pozůstalé a s truchlícími klienty se na konzultacích tématu spirituality rovněž věnujeme. Ráda bych prozkoumala, jak vidí roli spirituality v zármutku a truchlení moje kolegyně a kolegové z různých sfér poradenství pro pozůstalé, kteří s truchlícími také pracují. Ze zkušenosti vím, že téma spirituality pozůstalých je v práci poradců aktuální, často se řeší např. na skupinových supervizích, které pravidelně podstupujeme.

Rozčlenění textu sestává tradičně ze tří hlavních částí: teoretické, metodologické, analytické. V teoretickém oddílu konceptualizuji klíčové pojmy z hlavní výzkumné otázky a uvádím čtenáře do kontextuálních souvislostí. Nejprve se zaměřuji na fenomén smrti v dnešní postmoderní společnosti a postavení pozůstalých, kterým ztráta blízkého člověka výrazně zasáhne do kvality jejich životů; ten se navždy změní a nikdy už nebude takový jako dřív. Představuji také zatím nepříliš známou profesi poradců pro pozůstalé. Dále definuji spiritualitu a pokouším se zasadit její roli do vybraných teorií zármutku a truchlení. Posléze přibližuji metodiku svého výzkumu realizovaného kvalitativní výzkumnou strategií. Prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů zjišťuji, jak nahlíží na dané téma vybraní poradci pro pozůstalé, držitelé profesní kvalifikace, která je od 2012 zveřejněna v Národní soustavě kvalifikací. Výsledky výzkumu podrobují analýze a interpretaci a zároveň je konfrontuji s teoretickými kořeny. V závěru zodpovídám hlavní výzkumnou otázku a z výsledků výzkumu vyvozují konkrétní doporučení do praxe, která by poradcům pro pozůstalé mohla pomoci zkvalitnit jejich náročnou práci s klienty. V průběhu celé diplomové práce kladu důraz na etickou dimenzi práce poradců pro pozůstalé a životní situace jejich klientů – truchlících pozůstalých.

Teoretická část

1. Konfrontace se smrtí v dnešní společnosti

Šiková připomíná, že ještě před sto či sto padesáti lety umírali lidé na území dnešní střední Evropy především v dětství. Většina narozených se nedožila ani deseti let svého života. Umíralo se také hodně v mládí, v různých bojích, při porodech, hladomorech, požárech a povodních nebo při úrazech či epidemiích. Tak umírali lidé, kteří byli pro přežití skupiny nějak významní. To, že si smrt brala lidi i v jejich nejlepším věku, jí dodávalo na důležitosti.² Haškovcová k tomu dodává, že lidé si prostě přáli žít dlouho, neboť si vždy přejí to, čeho je jako šafránu.³

Smrt byla více na očích a lidé obvykle trávili své poslední okamžiky ve svém přirozeném prostředí v přítomnosti svých blízkých. „Umírání se neodsouvalo za závěsy nemocničních postelí, jako je tomu dnes. Většina lidí místo toho umírala doma, s členy rodiny přítomnými jejich poslední chvilce. Prakticky žádná rodina nebyla nedotčena předčasnou smrtí, hroby byly umísťovány na hřbitovech blízko domova a byly často navštěvovány.“⁴

V dnešní době se většina z nás dožije seniorského věku, neboť řada faktorů (zejména rozvoj medicíny) nám umožnilo výrazně prodloužit délku života. V České republice každoročně umírá kolem 100 000 lidí, z nichž 75% je starších 65 let. Smrt je tak přirozeně situována do vyššího věku a je tak spojována se stářím. Taková smrt je vnímána jako přiměřená a přirozená.⁵ Naděje dožití se postupně rok od roku zvyšuje, tento údaj znamená průměrný počet let života, který mohou očekávat osoby příslušného věku při zachování současných úmrtnostních poměrů. Muž bydlící v hlavním městě Praze, který nyní dosáhl věku 65 let, má naději dožití dalších 17,0 let a žena stejného věku 20,1 let.⁶ Možná o to víc nás zasáhne, jsme-li konfrontováni se smrtí náhlou, tragickou a předčasnou, kterou považujeme za velkou „osudovou nespravedlnost“.

² Srov. ŠIKOVÁ, Jiřina. *Vyhoštěná smrt*. Praha: Kalich, 2013, s. 14 – 15.

³ Srov. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, s. 33.

⁴ YALOM, Irvin D. *Pohled do slunce. O překovávání strachu ze smrti*. Praha: Portál, 2008, s. 88.

⁵ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Terminologické vymezení základních pojmů – umírání, smrt, zármutek a truchlení. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 36.

⁶ Srov. BENEŠOVÁ, Jarmila. Seniorů přibýlo. Nejvíce na Karlovarsku. *Statistika@my* 2016, roč. 6, č. 1, s. 20 - 21.

„Protože smrt se zpravidla realizuje v kontextu rodiny, je smrtí svého člena narušena struktura, stabilita a fungování celého rodinného systému.“⁷ Role rodiny v poskytování vzájemné pomoci se značně pozměnila. Dříve byli její členové nejbližšími společníky, kteří poskytovali umírajícímu příbuznému fyzickou péči a duchovní doprovod. Dnes je v této roli nahrazují cizí profesionálové. Rodiny jsou dnes navíc menší a zvláště ve velkých městech žijí izolovaně, chybí tedy výrazná komunitní pospolitost a tím i podpora.⁸ Stejně tak Worden poukazuje na skutečnost, že dříve ve velkých rodinách panovala velká soudržnost, a že existovaly pevné sousedské vazby, které byly pro truchlící nápomocné.⁹

Žijeme ve společnosti orientované na individualismus, v níž u mnohých panuje přesvědčení, že každý si své problémy má řešit sám „za zavřenými dveřmi“. Pokud jsme však konfrontováni se smrtí svých blízkých, ocitáme se v extrémní situaci, kdy ne vždy jsme schopni krizovou situaci „ustát“ sami nebo za pomoci svých blízkých.¹⁰ Úmrtí blízkého člověka představuje pro pozůstalé vždy těžkou krizovou situací, a to i v případech, kdy je smrt anticipována.

Smrt má mnoho významů, a to se stává pro moderního člověka problémem, píše Přidalová. Ačkoliv mohou být osvobozující ve smyslu nabídky různých alternativ, mnohostrannost těchto významů a jednotlivých pohledů na smrt zesiluje hrůznost smrti v jejím obecném smyslu. Dnes totiž není autorita, která by jednoznačně řekla, jak je to doopravdy, a který z přístupů je ten nejsprávnější. Čím větší diverzita přístupů ke smrti, tím obtížnější je najít společně sdílený význam, který by zmírnil strach a úzkost z nevyhnutelného konce. V tradičních společnostech takovou monopolní autoritu na význam smrti držela církev a křesťanské náboženství. Právě se zhroucením tohoto velkého vyprávění přišla naše postmoderní společnost o sdílení významu smrti a ponechává zcela na jednotlivci, jak smrt zařadí do svého života. Dochází k privatizaci významu.¹¹

Sokol konstatuje, že v naší dnešní společnosti nehraje náboženství příliš významnou roli. Nenáboženská většina o něm mnoho neví, a zejména je k ničemu nepotřebuje. „Jen občas, ve chvílích společenských krizí a otřesů, kdy si sám neví rady, jak dál, ho možná

⁷ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství pro pozůstalé. Principy, proces, metody*. Praha: Grada, 2013, s. 66.

⁸ Srov. MARKOVÁ, Monika. *Sestra a pacient v paliativní péči*. Praha: Grada, 2010, s. 18.

⁹ Srov. WORDEN, William J. *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner*. New York: Springer Publishing Company, 2009, s. 217 – 244.

¹⁰ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 175 - 176.

¹¹ Srov. PŘIDALOVÁ, Marie. Proč je moderní smrt tabu? *Sociologický časopis* 1998, roč. 34, č. 3, s. 347 - 361.

napadne, zda by mu náboženské poselství nemohlo nabídnout nějakou orientaci v nepřehledné přítomnosti.¹² Domnívám se, že tato Sokolova teze platí nejen pro chvíle společenských, ale rovněž individuálních krizí a otřesů, kdy si uvědomíme, že náš život se navždy změnil a už nikdy nebude takový jako dřív. Také smrt člověka však může mít společenský rozměr; příkladem bylo veřejně deklarované truchlení části společnosti po úmrtí prezidenta Václava Havla v prosinci 2011. Toto truchlení mělo podobu společných pietních setkání v ulicích, zahrnující chvíle ztišení a zapalování svíček nebo rušení předvánočních večírků pro zaměstnance v organizacích a institucích.

Davis rovněž poukazuje na skutečnost, že dnešní doba je charakterizována důrazem na individualitu a osobní svobodu.¹³ Muž a žena postmoderního světa jsou neustále vystaveni riziku, že se v hloubi stanou individualisty, tvrdí papež František. Mnohé nynější sociální problémy klade do souvislosti s egoistickým hledáním bezprostředního uspokojení, s obtížným uznáváním druhého.¹⁴

„Součástí tohoto důrazu na osobní prožitek a svobodu je přání, aby byl život prožíván co možná nejvíc srozumitelně a autenticky, což však nutně neznamená, že má být prožíván s ohledem na ustálené náboženské představy. A právě v této souvislosti dochází ke změně paradigmatu smrti. Stále méně lidí věří v posmrtný život, takže jsou méně ochotní přijímat tradiční rituály čistě proto, že se jedná o tradici. Je velmi pravděpodobné, že přijímané formulace pohřebního obřadu čím dál častěji neodpovídají skutečnému přesvědčení tisíců lidí, kteří využívají při pohřbech služeb církve.“¹⁵

Sokol uvádí, že ve společnosti, která není „náboženská“ skrz naskrz, od narození do smrti, doma i na veřejnosti, je pohled většiny na náboženství z povahy věcí nutně vnější a viditelné projevy tohoto fenoménu se jednou zdají spíše přitažlivé, jindy odpudivé.¹⁶

Přehnaná civilizační tabuizace, která zakazuje výraz silných, spontánních emocí, nám při konfrontaci s těmito posledními věcmi člověka často svazuje jazyk i ruce.¹⁷ Smrt vyvolává silné emoční reakce, s nimiž mnohdy neumíme zacházet. Souhlasím s Váchou, který píše: „Nejsme racionální bytosti, které občas užívají emoce. Jsme emocionální bytosti, které občas užívají rozum.“¹⁸

¹² SOKOL, Jan. *Člověk a náboženství. Proměny vztahu člověka k posvátnému*. Praha: Portál, 2004, s. 15.

¹³ Srov. DAVIES, Douglas J. *Stručné dějiny smrti*. Praha: VOLVOX GLOBATOR, 2007, s. 90.

¹⁴ Srov. PAPEŽ FRANTIŠEK. *Laudato Si'. Bud' pochválen. Encyklika o péči o společný domov*. Praha: Paulínky, 2015, s. 102 – 103.

¹⁵ DAVIES, Douglas J. *Stručné dějiny*, s. 90.

¹⁶ Srov. SOKOL, Jan. *Člověk*, s. 17.

¹⁷ Srov. ELIAS, Norbert. *O osamělosti umírajících*. Praha: Nakladatelství Franze Kafky, 1998, s. 28.

¹⁸ VÁCHA, Marek. *Modlitba argentinských nocí*. Brno: Cesta, 2011, s. 54.

Podle Haškovcové jsou i v dnešní době propracované církevní rituály nezřídka záchranou pro ty, kterým víra „nic neříká“. Žijeme sice v sekularizovaném světě, ale ve vysoce emotivních situacích, ke kterým patří vážná nemoc, zármutek nad hrozící ztrátou, umírání, smrt a rozloučení se zemřelým, vděčně přijímáme zklidnění, které nabízí zvládnutý řád obřadů.¹⁹ Oproti tomu Špatenková tvrdí, že rituály pomáhaly pozůstalým v tradiční společnosti, kdy truchlícím sociální podporu poskytovala jejich rodina, komunita, církev apod. Dnes je již podle této autorky situace jiná; smrt je tabuizována, popírána, vytěšňována. Pohřební rituály a rituály truchlení jsou prázdné a vyčpělé.²⁰

1.1. Zármutek a truchlení pozůstalých

Tato podkapitola je zaměřena vystižení základní charakteristiky životní situace pozůstalých – lidí, kteří jsou konfrontováni s úmrtím (ať již anticipovaným nebo neanticipovaným) blízkého člověka. Opatrný považuje za blízké okolí (v jeho publikaci píše o blízkém okolí nemocného) ty, kteří jsou s dotyčným rodově nebo citově spojeni.²¹ Je známo, že vazby a vztahy nekončí smrtí člověka, ale pokračují na jiné úrovni, již bez fyzické přítomnosti zesnulého. Smrt ale tyto vztahy poznamenává a zraňuje. Pozůstalí se učí žít sociálně přijatelným způsobem na tomto světě bez zesnulého.

Přirozenou reakcí na smrt blízkého je prožitek zármutku. Zármutek vyvolává truchlení, jako chování vyjadřující žal nad ztrátou. Truchlení můžeme charakterizovat jako hlubokou krizi osobnosti, jejímž spouštěčem je skon blízké osoby. Proces truchlení přitom pomáhá pozůstalým adaptovat se na ztrátu.

Jako poradkyně pro pozůstalé se setkávám i s klienty, kteří se identifikují jako truchlící pozůstalí, nicméně jejich okolí o této skutečnosti buď vůbec neví, nebo ji neakceptuje či podceňuje. Často se jedná o osoby, které se zesnulým netvořily rodinu v obvykle chápaném slova smyslu. Mnohdy s ním v období před skolem nebyli v pravidelném či „pro cizí oči“ zveřejněném kontaktu. Jedná se např. o homosexuální nebo bývalé partnery či utajované milence / milenky sezdaných osob, dávné přátele, popř. spolužáky, sousedy, nevlastní děti, vzdálené příbuzné, kteří bydlí velmi daleko

¹⁹ Srov. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie. Nauka o umírání a smrti*. Praha: Galén, 2007.

²⁰ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 175 - 176.

²¹ Srov. OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních skupin*. Červený Kostelec: Pavel Merkvart, 2014, s. 67.

atp. Další skupinu takto „neviditelných“ pozůstalých tvoří maminky, kterým zemřelo dítě ještě v době těhotenství, případně v průběhu nebo těsně po porodu. Jejich ztráta bývá nejen společností, ale i jejich okolím bagatelizována; vysvětlení je obvykle takové, že dítě vlastně nikdo kromě matky, která s ním byla v těsném spojení díky těhotenství, neznal. V této souvislosti jsem se také setkala s označením tabu pozůstalí; tj. pozůstalí, kteří jsou opomíjeni z výše uvedených důvodů. Mluvíme o sociálně neuznaném smutku. Nešporová připomíná, že poradci pro pozůstalé přiznávají všem pozůstalým právo na truchlení. „Tedy i těm, kterým se ho jinak ve společnosti nedostává.“²²

Jaké to vlastně je být pozůstalým? Řičan tvrdí, že smrt blízkého člověka „může být důležitější otázkou, těžší starostí a větším trápením než smrt vlastní – a zároveň je naše jednání a prožívání spojené se smrtí druhých důležitou přípravou na vlastní smrt.“²³ Jeho slova potvrzuje Virt: nejintenzivnější existenciální zkušeností smrti není představa vlastní smrti a už vůbec ne konfrontace s „hranou“ smrtí v médiích, nýbrž smrt milovaného člověka, protože: „Teprve láska dělá člověka člověkem a teprve smrt milovaného člověka dává vytušit propastnost smrti.“²⁴ Pozůstalí jsou ovšem konfrontováni nejen se smrtí milovaných lidí, ale také s úmrtím osob, s nimiž sice např. žili v každodenních interakcích, ale vzájemné vztahy byli komplikované. Výjimkou nejsou ani ambivalentní vazby mezi rodinnými příslušníky. „Díky mezilidským vztahům získáváme představu vlastní identity a díky jejich ztrátě poznáváme bolest.“²⁵

Jak konstatuje Špatenková, smrt blízkého člověka nevyvolává u pozůstalých pouze silné emoční reakce, ale nabourává také jejich pocit vlastní identity (např. změna statusu manželka - vdova) a integrity (ztráta části svého já), vztahy s jinými lidmi (pozůstalému často není dobře ani mezi lidmi, ani o samotě) a také přesvědčení o stabilitě a bezpečnosti světa (vyrovnání se pozůstalého s tím, že zemřel právě jeho blízký).²⁶

Smrt blízkého člověka zasahuje i do praktických záležitostí pozůstalých; tento aspekt ztráty bývá neprávem přehlížen. Pozůstalí se musejí rozhodnout, jak naloží s dědictvím, z jakých zdrojů bude uhrazen pohřeb (a zda jej vůbec uspořádají), co bude s věcmi po zesnulém, jak nově (v případě potřeby či přání) uspořádají své finance a bydlení atp. Všechny tyto kroky navíc uskutečňují pod velkým psychickým tlakem.

²² NEŠPOROVÁ, Olga. *O smrti a pohřbívání*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2013, s. 261,

²³ ŘIČAN, Pavel. *Cesta životem. Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2006, s. 372.

²⁴ VIRT, G. *Žít až do konce: Etika umírání, smrti a eutanazie*. Praha: Vyšehrad, 1999, s. 95.

²⁵ DAVIES, Douglas. J. *Stručné dějiny*, s. 31.

²⁶ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 10 - 11.

V kontaktu s pozůstalými je třeba respektovat, že každý pozůstalý je, stejně jako každý zesnulý byl, neopakovatelnou a jedinečnou osobností. Špatenková poukazuje na požadavek respektování individuality každého pozůstalého člověka: „Každý klient je jiný, jeho ztráta (smrt blízkého člověka) je jiná, a i kdyby je jednalo o obdobný typ úmrtí, jedná se o naprosto jedinečné a neopakovatelné truchlení.“²⁷ Truchlení je proto značně individuální. To, co může být útěšné pro jednoho, je pro druhého bolestnou připomínkou ztráty blízkého člověka. Špatenková publikovala obecně formulované, univerzální, desatero rad pro pozůstalé, které je ovšem třeba modifikovat, aby přinesly užitek konkrétnímu truchlícímu.²⁸ Toto desatero je obsahem přílohy č. 1.

Přestože je proces smutku (truchlení) individuální a projevy zármutku jsou multideterminovány, můžeme podle Špatenkové identifikovat jisté fáze, kterými procházejí ti, kteří prožili nějakou signifikantní, významnou, ztrátu:

- Krátké období, otřesu, šoku.
- Období intenzivního zármutku, ventilace emocí a manifestace symptomů zármutku.
- Období akceptace (přijetí), smíření, zvládnutí, životní ztráty.²⁹

Kast připomíná, že se smrtí milovaného člověka zakoušíme, co je to smrt. „Tento zážitek smrti nás postihne, zasáhne a způsobí, že v sobě máme náhle zmatek i ve všem, co jsme do té doby považovali za samozřejmé. Otřese naším porozuměním světu a sobě samotným, ale nutí nás i k proměně – ať chceme nebo ne.“³⁰ Obdobně Gilbert píše, že „Každá smrt by nás měla změnit a ukázat nám, co v životě nemáme opominout.“³¹

1.1.2. Anticipovaná a neanticipovaná ztráta

Terminální onemocnění milovaného člověka a následně jeho smrt je velmi bolestnou zkušeností pro všechny zúčastněné. Svědectví o utrpení někoho nám blízkého představuje obtížnou výzvu, která konfrontuje každého z nás s otázkami týkajícími se života a smrti. V případě, že umírajícím je dítě nebo mladý člověk, jsou jeho blízcí postaveni před mnoho faktorů, kvůli kterým se tato výzva stává ještě obtížnější.³²

²⁷ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 43.

²⁸ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 179.

²⁹ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Ztráta jako krize a krize jako ztráta. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kol. *Ztráta jako krize a krize jako ztráta*. Praha: Grada, 2011, s. 56 – 57.

³⁰ KAST, Verena. *Truchlení. Fáze a šance psychického procesu*. Praha: Portál, 2015, s. 10.

³¹ GILBERT, Guy. *Tváří v tvář utrpení*. Praha: Portál, 2014, s. 61.

³² Srov. RANDO, Therese A. *Grief, Dying, and Death: Clinical Interventions for Caregivers*. Champaign: Research Press, 1984, s. 383 – 401.

Reakce na ztrátu blízké osoby jsou obvykle mírnější, jedná-li se o smrt avizovanou (ať už řadou příznaků nebo upozorněním lékaře); v takových případech se pozůstalí vyrovnávají se ztrátou lépe a rychleji než ti, kterým zemřel blízký náhle a nečekaně.³³ V těchto případech se mohou blízcí na skon alespoň „teoreticky připravovat“. Na druhou stranu je otázkou, zda se dá na smrt našeho blízkého vůbec přichystat, i když ji očekáváme. Jinak řečeno, dovedeme si dopředu vůbec představit bolest, která je s úmrtím blízkého spojena?

Kubíčková (provdaná Špatenková) dodává, že v případě předčasného a náhlého úmrtí jsou patologické reakce na ztrátu častější. „Pojmem náhlá smrt označujeme situaci, kdy došlo ke smrti neočekávaně, bez předchozího varování (např. při srdečním selhání, nehodě nebo vraždě).“³⁴ Intenzita zármutku a truchlení závisí na i na tom, jakým způsobem a za jakých okolností zemřel člověk, po němž truchlíme. Mezi nejtraumatičtější způsob smrti patří ztráta blízkého osoby v důsledku sebevraždy, vraždy nebo katastrofy.³⁵

Pro některé pozůstalé je toto členění ztráty na anticipovanou a neanticipovanou nepřijatelné, neboť situaci prožívají odlišně od teorie. Např. pozůstalá matka se může cítit rozhořčena tvrzením, že měla „prostor“ se na smrt své dcery připravit, protože do poslední chvíle čekala na zázrak a nevěřila, že situace opravdu skončí tragickou smrtí dítěte. Nebo vdovec po neanticipované ztrátě se svěřuje, že vždy tušil, že jednoho dne o svoji ženu předčasně přijde a může zažívat výčitky, že tímto svým strachem smrt manželky vlastně „přivolal“.

1.2. Poradci pro pozůstalé

Z výše uvedeného je zjevné, že truchlící se opravdu ocitají v nezáviděníhodné situaci. „Neumějí sami zacházet se svým zármutkem a jejich blízcí jim v tom příliš nepomohou. Nejen z tohoto důvodu se jejich truchlení nezdá komplikuje, vlastně celý stávající a budoucí život pozůstalých je najednou komplikovaný.“³⁶ Pokud pozůstalí nenaleznou dostatečnou pomoc a podporu ve svém sociálním okolí, mohou se

³³ Srov. WORDEN, William J. *Grief Counseling*, s. 83 – 120.

³⁴ KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: ISV nakladatelství, 2001, s. 44 – 45.

³⁵ Srov. PARKES, Colin Murray – RELFOVÁ, Marilyn – COULDRICKOVÁ, Ann. *Poradenství pro smrtelně nemocné a pozůstalé*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu, 2007, s. 168.

³⁶ ŠPATENKOVÁ, Naděžda – KOTRLÝ, Tomáš – BĚHOUNKOVÁ, Tereza. Konstitucionalizování formalizované péče o pozůstalé. *Sociální práce/Sociálna práca* 2010, roč. 10, č. 2, s. 110.

obrátit na pomáhající pracovníky (psychology, psychoterapeuty, praktické lékaře, psychiatry, sociální pracovníky, duchovní), nebo na profesionální poradce pro pozůstalé, kteří jsou specialisty na oblast doprovázení v zármutku a truchlení. Je známo, že pro člověka v tísní „má hodnotu blízkost a pomoc druhých (sociální opora).“³⁷ Znamé je i tvrzení, že sdílená bolest je poloviční bolest. Pozůstalí se nacházejí v obtížné životní situaci, kdy oporu (ať už má podobu formální či neformální) mnohdy opravdu potřebují.

Kubíčková definuje poradenství pro pozůstalé jako institucionalizovanou formu pomoci truchlícím. Význam poradenství pro pozůstalé tkví v předcházení psychiatrickým a psychosomatickým onemocněním u pozůstalých, ve vytváření bezpečného rámce pro ventilaci a zpracování jejich emocí, v pomoci zorientovat se v jejich prožívání a reakcích na ztrátu a celkově v podpoře práce na truchlení. Poradci pro pozůstalé jsou tedy specialisty na oblast doprovázení v zármutku a truchlení.³⁸

Poradci neposkytují pouze emoční podporu, poskytují i poradenství v praktických věcech (např. z oblasti legislativy) a v případě potřeby jsou k dispozici jako doprovod např. při jednání s pohřební službou, úřady atp. Mohou také pro klienty koordinovat návazné služby (např. zprostředkují schůzku s psychologem nebo duchovním).

Poradci pro pozůstalé jsou si vědomi toho, že jejich klienti potřebují pomoc a podporu zejména v následujících čtyřech oblastech:

- psychické (např. pokud mají potřebu mluvit o úmrtí, nevědí, jak zvládat vlastní reakce i reakce okolí);
- pragmatické (např. pomáhat s výběrem rakve, hrobu, úpravou těla zesnulého);
- informační (zjišťování, kde se přechodně nachází tělo zesnulého, jaká je zákonná lhůta k objednávce pohřbu);
- ekonomické (např. pohřebné, pohřeb na splátky).³⁹

Klienty poradenství pro pozůstalé jsou lidé prožívající krizovou situaci. Psychická krize je přitom fenomén, který neoznačuje jen diagnózu člověka, ale má širší význam. „Odkazuje na specifickou existenciální situaci člověka, která má nejen psychologické, ale také kulturní a spirituální souvislosti.“⁴⁰

³⁷ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2004, s. 93.

³⁸ Srov. KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc*, s. 197 – 241.

³⁹ Srov. DOHNALOVÁ, Zdeňka – MUSIL, Libor. Přínos sdružení Dlouhá cesta pro matky a rodiny vyrovnávající se se ztrátou dítěte. *Sociální práce/Sociálna práca* 2008, roč. 8, č. 2, s. 106 – 120.

⁴⁰ MAUER, Miloš. Utrpení, nemoc, hledání smyslu. In VÁCHA, Marek – KÖNIGOVÁ, Radana – MAUER, Miloš. *Základy moderní lékařské etiky*. Praha: Portál, 2012, s. 83.

Poradenství pro pozůstalé je proto zaměřeno holisticky; poradce doprovází pozůstalého procesem vyrovnávání se se smrtí signifikantního druhého s ohledem na čtyři dimenze jeho osobnosti: fyzickou, psychickou, sociální a spirituální.⁴¹ Z těchto čtyř dimenzí vychází také potřeby každého člověka. Opatrný v souvislosti s nemocnými píše právě o potřebách biologických, sociálních, psychologických a spirituálních. Uvádí, že na všechny je třeba brát přiměřený zřetel a podle jejich naléhavosti a saturování situaci nemocného hodnotit. Domnívám se, že tato teze platí i pro práci s pozůstalými, včetně důrazu na pozornost věnovanou subjektivnímu vnímání situace člověkem zasaženým nemocí nebo ztrátou blízkého.⁴² Ne všichni autoři však s konceptem čtyř dimenzí souzní, např. Marková má dle vlastních slov velký problém s touto diferenciací, protože naznačuje, že člověka lze nějak dělit, a „svádí to k tomu, nepojímat ho jako celistvou plně integrovanou bytost“.⁴³

1.2.1. Institucionalizace poradenství pro pozůstalé

Je třeba připustit, že poradenství pro pozůstalé nemá v naší zemi žádnou tradici a zatím není příliš rozšířeno. Příčiny shrnuje Špatenková do dvou důvodů. Prvním je nabídka pomoci a podpory této specifické skupině klientů, která je zatím oproti projektům v anglosaských zemích minimální, druhým je poptávka po ní. Oba okruhy se vzájemně determinují. V mnohých je stále zakotvené tabu vůči psychologickým a psychiatrickým službám. A sami pozůstalí doufají, že se jejich bolest časem zmírní. Kromě toho pozůstalí sami sebe nevidí jako adresáty obecně formulované nabídky různých psychologických a jiných poraden. Jasně formulovaná nabídka by mohla tento blok prolomit.⁴⁴

V České republice se poradenství pro pozůstalé postupně institucionalizuje. Od roku 2009 působí při Ministerstvu pro místní rozvoj skupina pro tvorbu standardů v poradenství pro pozůstalé. Od roku 2012 existuje hodnotící standard Poradce pro pozůstalé. Ten ověřuje jistou odbornou i osobnostní kompetenci u osob, které by chtěly poradenství pro pozůstalé realizovat, a stanovuje kritéria pro jejich hodnocení.⁴⁵ Významnou roli v procesu profesionalizace sehrává Národní soustava kvalifikací a také

⁴¹ Pochopitelně nemůže být odborníkem ve všech těchto oblastech, ale je důležité, aby je bral v potaz a případně byl schopen odkázat svého klienta na příslušného specialistu.

⁴² Srov. OPATRŇY, Aleš: *Pastorace v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 66.

⁴³ MARKOVÁ, Monika. *Sestra*, s. 64.

⁴⁴ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda, *Poradenství*, s. 30.

⁴⁵ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda, *Poradenství*, s. 30 – 34.

Národní soustava povolání. Jak jsem již uvedla v úvodu, v Národní soustavě kvalifikací byl vytvořen kvalifikační standart Poradce pro pozůstalé, platný rovněž od roku 2012.

Národní soustava povolání popisuje poradce pro pozůstalé jako „kvalifikovaného pracovníka, který samostatně a systematicky pod dohledem supervizora doprovází klienty prostřednictvím poradenského vztahu vytvořeného v průběhu umírání jim blízké osoby při přípravě pohřebních obřadů a při jejich práci se smutkem...“ a jeho pracovní činnosti vymezuje následovně:

- samostatné provádění soustavné psychosociální podpory a podle potřeby akutní krizové intervence;
- vytváření dlouhodobých pietně uměřených vztahů klienta k zemřelému;
- vedení poradenského rozhovoru a specializovaných programů usnadňujících práci se vzpomínkami a ventilaci emocí;
- analytická a metodická činnost v individuálním a skupinovém poradenství pro pozůstalé;
- identifikování „komplikované“ reakce na ztrátu blízké osoby;
- doporučování dostupné svépomoci (jak mohou pozůstalí účinně pomoci sami sobě);
- evidování klíčových dat o průběhu a výsledcích poradenského procesu.⁴⁶

Člověk, který se hodlá stát poradcem pro pozůstalé, musí splňovat dané požadavky; není přitom důležité, jakým způsobem uchazeč předepsané kompetence získal (např. absolvováním nějakého konkrétního akreditovaného kurzu), rozhodující je, zda těmito kompetencemi disponuje, či nikoliv. K ověření dochází během zkoušky před autorizovanou osobou.⁴⁷

Poradci pro pozůstalé se rekrutují např. z řad psychologů, psychoterapeutů, lékařů, duchovních, sociálních pracovníků, sociálních pedagogů, pracovníků v pohřebních službách atp.,⁴⁸ kteří si touto specializací rozšiřují své profesní portfolio. Z hodnotícího standardu Národní kvalifikace vyplývá, že u zkoušky jsou budoucí poradci pro pozůstalé zkoušeni z oblastí spadajících do sféry pomáhajících profesí (psychologie, pedagogika, sociální práce atp.), ale také filosofie, teologie, sociologie, antropologie,

⁴⁶ Srov. Národní soustava povolání. *Poradce pro pozůstalé*.

⁴⁷ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 32.

⁴⁸ Srov. DOHNALOVÁ, Zdeňka – NEČASOVÁ, Mirka – RÍDLOVÁ, Renáta. Institucionalizace poradenství pro pozůstalé v ČR v kontextu postmoderní doby z pohledu sociální práce. *Sociální práce/Sociálna práca* 2016, roč. 16, č. 2, s. 39 – 56.

religionistiky, práva a dalších oblastí.⁴⁹ Jedná se o kombinaci rozličných modelů, z nichž jsou potom vyvozovány konkrétní přístupy a techniky práce s truchlícími klienty.

Za účelem rozvoje a propagace poradenství pro pozůstalé byla založena Asociace poradců pro pozůstalé. Sdružení usiluje, zpracování koncepce poradenství pro pozůstalé, spolupráci s orgány veřejné správy a samosprávy, podílení se na řešení aktuálních otázek z oblasti poradenství pro pozůstalé, realizaci výzkumné činnosti v této oblasti, připomínkování legislativních norem z oblasti pohřebnictví, vzdělávání poradců pro pozůstalé, supervizi v této oblasti, atp.⁵⁰

K 23. březnu 2016 bylo v České republice certifikováno 71 poradců pro pozůstalé. Znamená to, že prošli teoretickou i praktickou zkouškou před autorizovanou osobou. Seznam poradců i autorizovaných osob je k dispozici na webových stránkách Ministerstva pro místní rozvoj.⁵¹

1.2.2. Poradce pro pozůstalé jako pracovník v pomáhající profesi

Jak jsem již uvedla výše, poradce pro pozůstalé můžeme zařadit mezi zástupce pomáhajících profesí, neboť doprovází pozůstalé cestou jejich zármutku a truchlení. Podle Géringové mají pomáhající profese některé společné rysy, které je odlišují od ostatních povolání. „Například je k jejich vykonávání vždy nutný vztah s klientem a zapojení vlastní osobnosti pomáhajícího do pracovního procesu. U některých jiných povolání se také můžeme setkat s pomáháním, které je však vedlejším účinkem, nikoliv hlavním cílem. Pomáhající profese tedy představují systém, na jehož jedné straně stojí pomáhající (učitel, lékař, zdravotní sestra, kněz, sociální pracovník, psycholog, terapeut,...) a na straně druhé ten, jemuž má být pomoheno (žák, pacient, klient, chovanec, student, uživatel...).“⁵²

Ve shodě s Kopřivou, který tvrdí, že hlavním nástrojem pracovníka v pomáhajících profesích je jeho osobnost,⁵³ se Vávrová domnívá, že doprovázení vždy bylo a bude založeno na lidském vztahu mezi doprovázejícím a doprovázeným. „Pracovníci všech skupin pomáhajících profesí vědí, jak jsou mezilidské vztahy křehké a jak bývá obtížné

⁴⁹ Srov. Národní soustava kvalifikací. *Hodnotící standard Poradce pro pozůstalé (kód: 69-020-M)*.

⁵⁰ Srov. Asociace poradců pro pozůstalé. *O nás*.

⁵¹ Srov. Ministerstvo pro místní rozvoj. *Kvalifikace poradce pro pozůstalé*.

⁵² GÉRINGOVÁ, Jitka. *Pomáhající profese – tvořivé zacházení s odvrácenou stranou*. Praha: Triton, 2011, s. 21.

⁵³ Srov. KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál, 2011, s. 13 - 28.

s nimi citlivě pracovat.“⁵⁴ Pomáhající pracovníky považujeme za odborníky na mezilidské vztahy, komunikaci a mezilidské soužití vůbec.

Poradce pro pozůstalé tedy doprovází pozůstalého na jeho nelehké pouti zármutkem a truchlením. Úlehlá doprovázení vymezuje jako spolupráci pracovníka s klientem, která začíná v situaci, kdy klient přichází pro pomoc v souvislosti s těžkostí, kterou nelze změnit, což smrt blízkého jednoznačně splňuje. „Klient neočekává změnu toho, co je dáno, ale chce mít někoho, kdo mu pomůže všechno nést, snášet a zvládat. Klient tedy od pracovníka chce, aby mu poskytl své naučené schopnosti a dovednosti zvládat těžké situace, odvalu neleknout se ani nejtěžších témat a profesionalitu ‘lidsky’ mluvit i o nejvíce ohrožujících otázkách. Na to musí být pracovník předem připravený, teoreticky i prakticky.“⁵⁵

Poradce pro pozůstalé jako profesionál v pomáhající profesi nemůže v doprovázení jednat jen podle nějakých dogmaticky nastavených pravidel. V této citlivé a hluboce lidské oblasti je zapotřebí empatického porozumění, ale také kritické sebereflexe, týmové spolupráce a supervize jako součásti profesionální poradenské práce. Poradce pro pozůstalé je konfrontován s nejrůznějšími problémy a situacemi, kterým není schopen čelit pouze svou odbornou kompetencí. Profesionální poradenství pro pozůstalé vyžaduje etické povědomí a chtění, které vytváří ve spojení s odbornou kompetencí součást jeho profesní etiky.⁵⁶

Je třeba si uvědomit, že poradci pracují s lidmi velmi zranitelnými, zasaženými hlubokou ztrátou. Musí tedy nanejvýš pečlivě dbát na dodržování etických zásad, především těch týkajících se utváření vztahu ke klientovi a posouzení jeho životní situace.

Poradce se musí dobře orientovat v hodnotovém kontextu poradenství pro pozůstalé. Pro výzkum, který budu prezentovat v praktické části této diplomové práce je důležité zejména to, že se poradce v hodnotícím standardu např. zavazuje k otevřenosti vůči víře, přesahu a smyslu, k citlivosti vůči odlišnosti při truchlení a je si vědom duchovního rozměru smrti.⁵⁷

Poradci jsou také postaveni před množstvím etických otázek. Machula připomíná, že etické otázky jsou součástí každé profese. Tento autor je přesvědčen, že nepřítomnost nejistoty a otázek v situacích, které přináší pracovní život, není v žádném případě

⁵⁴ VÁVROVÁ, Soňa. *Doprovázení v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012, s. 10.

⁵⁵ Srov. ÚLEHLA, Ivan. *Umění pomáhat. Učebnice metod sociální práce*. Praha: Slon, 2005, s. 35.

⁵⁶ Srov. ŠPATEKOVÁ, Naděžda. *Profesionalizace*, s. 143.

⁵⁷ Srov. Národní soustava kvalifikací. *Hodnotící standard Poradce pro pozůstalé (kód: 69-020-M)*.

znakem profesionality, ale naopak stereotypu a nevnímavosti komplikovanosti situace: „Profesionál není ten, kdo nemá otázky, ale ten, kdo s nimi dokáže pracovat.“⁵⁸

Parkers také upozorňuje na bezmocnost, s níž je poradce pro poradce konfrontován. Bolest je totiž v případě úmrtí blízkého člověka nevyhnutelná a neodvratná. Vychází z vědomí poradce i klienta, že ani jeden nemůže dát tomu druhému to, co potřebuje. Poradce nemůže zemřelého přivést zpět k životu a pozůstalý nemůže poradce uspokojit tím, že se bude tvářit, jak moc mu pomohl.⁵⁹

Výše v textu jsem uvedla, že poradci pracují se svými klienty v holistickém, komplexním modu. Všímají si všech čtyř dimenzí osobností truchlících: fyzické, psychické, sociální a spirituální, přičemž cílem jejich intervence je celkové zlepšení životní situace klientů. V centru pozornosti této diplomové práce stojí posledně jmenovaná dimenze, které věnuji následující kapitolu.

⁵⁸ MACHULA, Tomáš. Základní etické teorie. In FISCHER, O. – MILFAIT, R., a kol. *Etika pro sociální práci*. Praha: Jabok, 2008, s. 46 – 58.

⁵⁹ Srov. PARKES, Colin Murray. *Bereavement. Studies of Grief in Adult Life*. London: Penguin Books, 1996, s. 163.

2. Role spirituality v zármutku a truchlení

2.1. Spiritualita

Slovo „duchovní“ a ještě více jeho ekvivalent „spirituální“ se dnes stalo poněkud módním, konstatuje Opatrný.⁶⁰ Rovněž Smékal v souvislosti se spiritualitou mluví o duchovní dimenzi člověka. Podstata člověka je duchovní, ale člověk má vedle podstaty i přirozenost, „a ta je biologická a společenská, neboť člověk se rodí jako organismus a společenskou bytostí se stává v procesu socializace.“⁶¹

Duchovní dimenzí „svého bytí osobnost překračuje (transcenduje) svou každodennost a otvírá se formování takových charakteristik jako je láska, odpovědnost a prozíravost, moudrost, uměřenost, ušlechtilost. Přijmeme-li tento předpoklad, že v duchovní říši jsou i hodnoty negativní, může se i na této úrovni utváření osobnost stát pyšnou, zpupnou, sobeckou a zlovolnou.“⁶²

Jankovský píše, že člověk je tělesný, duševní a duchovní zároveň. Všechny tři dimenze jsou vůči sobě navzájem ve zvláštním vztahu. „Jako duchovní bytosti (osobě) jde člověku o zakotvení ve smyslu, o hodnoty, jakými jsou víra, spravedlnost, svoboda, odpovědnost, smysluplnost aj.“⁶³

Z vlastní zkušenosti vyzorovaný pohled na spiritualitu přináší Samojský, který uvádí, že spiritualita je:

„Aktivita, která nám pomáhá naplňovat život duchovním rozměrem.

Duševní nebo fyzická činnost týkající se otázek smyslu v životě.

Aktivita, která jedinci pomáhá vnímat sebe sama v kontextu okolního světa a vesmíru.

Akt symbolického přesáhnutí do jiného rozměru, spojení s tím, co přesahuje všední lidskou dimenzi.“⁶⁴

Slezáčková konstatuje, že náboženství a spiritualita jsou tím, co nás, příslušníky lidského pokolení, odlišuje od ostatních živých stvoření. Dále upozorňuje, že náboženství a spiritualita vždy nejsou chápány jako totožné pojmy. Spiritualita a

⁶⁰ Srov. OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 33.

⁶¹ SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: Člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: Barrister @ Principal, 2007, s. 19.

⁶² SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání*, s. 21.

⁶³ JANKOVSKÝ, Jiří. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton, 2003, s. 19.

⁶⁴ SAMOJSKÝ, Petr. *Spiritualita (nejen) pro skeptiky*. Praha: Unitaria, 2014, s. 20.

náboženství tedy mohou, ale nemusí jít ruku v ruce.⁶⁵ Spiritualitu a religiozitu naopak ve své publikaci ztotožňuje Rawson, která tuto oblast vnímá jako výrazně nápomocný faktor v zármutku a truchlení⁶⁶ a varuje před možnou patologizací projevů spirituality v období po ztrátě blízkého člověka.⁶⁷

Říčan tvrdí, že to, co bylo tradičně považováno za jádro náboženství, tedy jeho subjektivní prožitková stránka, se nyní odlišuje a nazývá spiritualitou.⁶⁸ Náboženství je v myslích dnešních lidí spojováno spíše s institucionalizací víry, náboženskými praktikami a doktrínami, spiritualita je chápána jako cesta vnitřního rozvoje a duchovního přístupu k životu.⁶⁹ Spiritualitu chápe jako určité duševní rozpoložení člověka i Lopez, Pedrotti a Snyder.⁷⁰

Religiozitu tedy můžeme pojímat jako podmnožinu spirituality. Religiozita je jedním (nejvýraznějším, relativně snadno zachytitelným a obvykle zkoumaným) druhem spirituality. Religiozita je v tomto pojetí tradičně a institučně zakotvená spiritualita. Spiritualita však zahrnuje i ty projevy vztahu k posvátnému, které není možné přiřadit k nějakému náboženské tradici či instituci. Zdroje spirituality nemusí být vázány na jednu duchovní tradici, ale mohou využívat i dalších zdrojů.⁷¹ Obdobný názor zaujímá Bartůšková, která konstatuje, že spiritualita může mít konkrétní projev v religiozitě, ale může se manifestovat i jinými způsoby.⁷²

„Náboženství můžeme chápat jako určitým způsobem formulovanou spiritualitu, která je zpravidla sdílená s jinými osobami. Jde potom o 'osobní náboženství člověka' nebo o náboženství, které má tvar určitého náboženského systému, charakterizovaného vírou a praxí konkrétní církve či náboženské společnosti, se kterým se dotýčný člověk převážně ztotožňuje. V tom případě zpravidla sám a o sobě vyznává, že patří do té či oné církve nebo toho či onoho náboženského uskupení, je jeho členem či stoupencem.“⁷³

⁶⁵ Srov. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce pozitivní psychologií: Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2012, s. 156 – 157.

⁶⁶ Srov. kapitola 2.1.1. Spiritualita jako faktor usnadňující zármutek a truchlení.

⁶⁷ Srov. RAWSON, Penny. *Heaven touching Earth. Spirituality or psychopathology? In Bereavement and Loss*. Milton Keynes: United p. c. publisher, 2014.

⁶⁸ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 11.

⁶⁹ Srov. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 157.

⁷⁰ Srov. LOPEZ, Shane J. – PEDROTTI, Jennifer Teramoto – SNYDER, C. R. *Positive Psychology. The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Los Angeles: Sage, 2015, s. 280.

⁷¹ Srov. VOJTÍŠEK, Zdeněk – DUŠEK, Pavel – MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012, s. 25.

⁷² Srov. BARTŮŠKOVÁ, Ludmila. Spirituální dimenze nemoci. *Psychosom* 2013; roč. 11, č. 1, s. 25 – 32.

⁷³ OPATRNÝ, Aleš. Nemocní. In MARTINEK, Martin a kol. *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. Praha: Jabok, 2008, s. 143.

Halík pokládá náboženskost za přirozenou dimenzi člověka a společnosti. Připomíná také, že může být rozvíjena a pěstována nebo může zůstat na okraji našeho života, „zastíněna něčím jiným, nebo být úplně zanedbána, či dokonce vědomě potlačena. Podobně jako je tomu u ostatních životních oblastí, i náboženskost může během let měnit podobu a intenzitu své přítomnosti v našem životě.“⁷⁴

Se začátkem 20. století se spiritualita stala oblíbeným pojmem alespoň ve třech oblastech, které přímo nesouvisí s církví. Zprv si někteří teologové přáli začlenit vlastní představu víry do svého akademického tématu, aby mohli hovořit o významu prožívané podoby víry. Zadruhé se některá nová náboženská hnutí, stojící mimo systém tradičně zavedených církví, při popisu svého úsilí odvolávala na svou spiritualitu. Zatřetí tento pojem využívají lidé, kteří se zabývají terapií a paliativní péčí. V této oblasti se jisté pojetí spirituality vyvinulo v druh úvahy o kvalitě života umírajících.⁷⁵

„Zbývá, aby se touto cestou vydali i odborníci zabývající se smrtí a bolestí ze ztráty blízké osoby. Měli by formulovat takovou spiritualitu smrti, která umožní soustředění a vyjádření zkušenosti, emoce a sebereflexe tváří v tvář smrti, a to způsobem, který by umožnil pozitivně ji hodnotit. Je totiž důležité poznamenat, že i ve všech třech zmiňovaných oblastech vyrůstal pojem 'spirituality' v pozitivním duchu.“⁷⁶

Prokop uvádí, že spirituální otázky (např. „Co bude po smrti?“ nebo „Nebyl můj život zbytečný?“), které završují celý život, si klade každý člověk. Někdo k jejich zodpovězení využívá myšlenkového schématu některého ze světových náboženství. V rámci náboženství jsou kladeny velmi podobné otázky, snad jen jinak formulované, a jsou na ně nabízeny odpovědi, které jsou v konotacích daného náboženského pohledu na svět. Věřící člověk odpovídá na své obecné spirituální otázky náboženskými odpověďmi, zatímco nevěřící člověk si musí „svoji cestu prošlapat sám“, případně se nechat inspirovat různými možnostmi, které nabízí svět kolem (literatura, kultura, dějiny...). Dalo by se říci, že věřící člověk to má snazší v tom, že zná terminologii, ví, jak ji používat, a zná, jak jednotlivé vnitřní pocity interpretovat. Na druhou stranu může někdy zůstat v zajetí svého vlastního pohledu na náboženství. „Naopak nevěřící (nebo nepraktikující věřící) sice nemá vypracovaný slovník, kterým by mohl uchopit životní

⁷⁴ HALÍK, Tomáš. *Co je bez chvění není pevné*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002, s. 28.

⁷⁵ Srov. DAVIES, Douglas J. *Stručné dějiny*, s. 89.

⁷⁶ Tamtéž, s. 89.

situaci, kterou prochází, ovšem zase má větší myšlenkovou svobodu, co se týká možností výkladu, a tak více individuálního pojetí odpovědí na své spirituální otázky.⁷⁷

Pro účely této diplomové práce budu spiritualitu chápat jako oblast, která se týká nitra člověka, cesty jeho vnitřního rozvoje a jeho duchovního přístupu k životu.⁷⁸ V rozhovorových otázkách se přitom zaměřím jak na spiritualitu, tak i religiozitu. Ve shodě s Opatrným považuji za spirituální oblast tu oblast v nitru člověka, kde se řeší nejdůležitější a nejniternější otázky a kde se člověk opírá o své základní a poslední jistoty. Autor dále prezentuje názor, že v této oblasti se člověk dotýká svých fundamentálních životních zážitků a zkušeností, a kde také často navazuje na to, co mu kdysi předali či zprostředkovali jeho blízcí lidé. Spiritualita je tedy vnitřním světem člověka, který je v interakci se společností a s okolním světem, případně s tajemstvím, které je obecně nazýváno v náboženském světě bůh či božstvo a které má v chápání konkrétního člověka více či méně osobní povahu.⁷⁹ Uvědomuji si, že existují různé spirituality, protože však žijeme v evropském křesťanském kulturním kontextu, zaměřím se v následující podkapitole na spiritualitu křesťanskou.

2.1.1. Křesťanská spiritualita

Nyní tedy přejdu k přiblížení křesťanské spirituality, neboť křesťanský aspekt nebyl v předchozím textu uveden a pro křesťany výše zmíněná vymezení mohou být nedostatečná, respektive neúplná. Křesťanská spiritualita je totiž chápána jako vědomý vztah k Bohu v Ježíši Kristu, prostřednictvím imanentního Ducha svatého a v prostředí obce věřících.⁸⁰ Spiritus (Duch svatý) je jedno ze tří slov, která jsou křesťanům nejsvětější. Mezi další dvě řadí Špidlík Theos (Bůh Otec) a Logos (Slovo).⁸¹

Slovo duchovní, které jsem již v textu opakovaně použila, nám napovídá, že předmětem zájmu není jen vnější jednání, ale vnitřní život, srdce, osobní jádro, z něhož vyvěrá dobro i zlo, o němž lidé přemýšlejí a které konají. Zahrnuje i hlavu, ale

⁷⁷ PROKOP, Jiří. *Spiritualita umírajících pacientů*. Disertační práce. Brno: Masarykova univerzita, 2006, s. 20.

⁷⁸ Srov. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 156 – 159.

⁷⁹ Srov. OPATRŇÝ, Aleš. *Nemocní*, s. 142 – 143.

⁸⁰ Srov. SHELDRAKE, Philip. *Spiritualita a historie. Úvod do studia dějin a interpretace křesťanského duchovního života*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2003, s. 62 – 63.

⁸¹ Srov. ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského východu. Systematická příručka*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 2002, s. 9.

poukazuje na něco víc, než je rozum a vědění. Připomíná nám, že zde působí jiný Duch – duch Páně.⁸²

„Spiritualita se tudíž zabývá spojením teologie, modlitby a křesťanské praxe. Jejím ústředním rysem je fakt, že spiritualita odvozuje svou identitu od křesťanského přesvědčení, že jakožto lidé jsme schopni navázat vztah k Bohu, který je transcendentní, ale současně také imanentně přítomen v jádru všech stvořených věcí. Tento vztah je žitý, ale nikoli v izolaci, nýbrž v obci věřících, jež vzniká z oddanosti k Ježíši Kristu. Ta zachovává při životě aktivní přítomnost Ducha svatého v každém z jejich členů i v obci jako celku. Z křesťanského hlediska je povznesení nad sebe sama, které patří k situaci, kdy život vztahujeme k něčemu, co jej přesahuje, darem Ducha božího, který zakládá životadárný vztah s Bohem v Ježíši Kristu v rámci obce věřících. Jinak řečeno platí, že soudobá křesťanská spiritualita je výslovně trojiční, christologická a církevní.“⁸³

Současné ekologicky orientované křesťanské spiritualitě se ve své encyklice *Laudato Si'* věnuje i papež František, který v kapitole *Radost a pokoj* uvádí: „Křesťanská spiritualita nabízí alternativní způsob chápání kvality života a povzbuzuje k prorockému a kontemplativnímu životnímu stylu, takže člověk se dovede hluboce radovat, aniž by byl posedlý spotřebou.“⁸⁴ Obdobně se vyjadřuje i Vácha, když píše o tom, že: „Vzdát se, oprostít se, vyprázdnit se od zbytečných věcí znamená zároveň přijetí, získání, naplnění Božským. Bůh je studna, otec Jan, ze které každý načerpá tolik, jak velkou si přinese nádobu.“⁸⁵

2.1.2. Pojetí smrti v křesťanství

Tématům souvisejícím s umíráním a smrtí se věnuje kapitola věrouky nazvaná eschatologie (učení o posledních věcech člověka a světa).

Opatrný píše, že v autentickém křesťanském pohledu není smrt sama o sobě snadná, lehká ani žádoucí. „Je akceptovatelná jen proto, že jí prošel Ježíš a udělal z ní bránu ke vzkříšení.“⁸⁶ Smrt je v křesťanství chápána jako konec pozemského života. To hlavní, tedy naše duše, je nesmrtelná. Brána smrti představuje přechod z jedné formy existence do druhé při zachování nesmrtelnosti duše a očekávaném vzkříšení těla.

⁸² Srov. BARRY, William A. – CONNOLLY, William A. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009, s. 23.

⁸³ SHELDRAKE, Philip. *Spiritualita*, s. 62 – 63.

⁸⁴ PAPEŽ FRANTIŠEK. *Laudato Si'*, s. 140.

⁸⁵ VÁCHA, Marek Orko. *Kéž bych pod hvězdami dobře odtančil svůj tanec*. Brno: Cesta, 2010, s. 191.

⁸⁶ OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 72 – 73.

Křesťanská teologie chápe smrt jako přechod do věčného života s Bohem, „s ujištěním, že osobní identita pokračuje ve vzkříšení těla.“⁸⁷

Křesťanství přijímá Bibli jako Boží slovo, „které má lidské kroky řídit tak, aby se život, bez ohledu na délku jeho trvání, stal opravdovou cestou, která má své završení u Boha.“⁸⁸ Písmo je pro křesťany nejen pramenem Zjevení, „ale také nepostradatelným východiskem pro morálku. Křesťané jsou přesvědčeni, že v Bibli mohou nalézt pokyny a normy správného chování k dosažení plného života.“⁸⁹

Pokud jsme v našem životě konfrontováni se smrtí milovaného člověka a chceme nalézt odpověď na otázky týkající naší bolesti v Bibli, nemůžeme se vyhnout Knize Jób, která je hlubokým zamýšlením nad otázkou lidského utrpení. Na některých úmrtních oznámeních jsou pro příjemce smutné zprávy o smrti člověka připravena tato útěšná Jóbova slova, vyslovená s pokorou: „Hospodin dal, Hospodin vzal, jméno Hospodinovo buď požehnáno.“ (Jb 1,21) Smrt je v tomto pojetí chápána jako přirozená součást našich životů. Život, který smrti předchází, ať je jakkoliv dlouhý, přitom máme chápat jako Boží dar a za tento dar vyjadřovat svůj vděk. Vácha však poukazuje na to, že celý zbytek příběhu Jób marně křičí do hluchého a zamračeného nebe, ve kterém se Bůh paktuje s ďáblem a nechá jej vymýšlet další zkoušky.⁹⁰ „A my, podobně jako kdysi Jób křičíme k nebi a na naše volání, podobně jako kdysi u Jóba nepřichází odpověď.“⁹¹ Smrt je pro nás tajemstvím.

Filipi upozorňuje, že z celého Písma se asi nejčastěji vracíme k žalmům. Biblické žalmy jsou nám blízké možná proto, že jsou syrově lidské. V žalmech se nic nepředstírá ani nezastírá. Že na zemi existuje neštěstí, trápení, nemoc a smrt, a že se tyto zlé věci nevyhýbají lidem dobrým a zbožným – nic z toho není v žalmech zatajeno nebo zaretušováno. Žádný falešný heroismus víry. Žádné trápení není sladce opentleno, žádné utrpení přijímáno trpně a bez protestu.⁹²

⁸⁷ McGRATH, Alister E.(ed.). *Blackwellova encyklopedie moderního křesťanského myšlení*. Praha: Návrat domů, 2001, s. 471.

⁸⁸ SZABO, Miloš. *Zpověď? Ne! ...nechci! neumím! nezvládnou to!* Brno: Cesta, 2015, s. 15.

⁸⁹ *Bible a morálka. Biblické kořeny křesťanského jednání*. Papežská biblická komise. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 7.

⁹⁰ Srov. VÁCHA, Marek. *Modlitba*, s. 118.

⁹¹ VÁCHA, Marek. *Modlitba*, s. 117.

⁹² Srov. FILIPI, Pavel. *Kdo slyší můj nářek? Poselství kajících žalmů*. Třebenice: Mlýn, 1997, přebal knihy.

2.2. Spiritualita pozůstalých

„Otázky související se smrtí byly vždy úzce spjaty se spiritualitou a duchovní tradice stále hledají cesty, jak se vyrovnat se strachem ze smrti. Smrt podněcovala duchovní hledání od úsvitu dějin a nelze ji oddělit od tématu společného života. Vědomí smrtelnosti totiž často dodává životu váhu a učí člověka odpovědnosti.“⁹³

Jak jsem již uvedla výše, spirituální složka osobnosti, která se týká každého z nás, je u pozůstalých často aktivizována a může, ale nemusí, být spojena s náboženstvím. Haškovcová potvrzuje, že i vlažně věřící či dokonce nevěřící (i nevíra může být vírou) mají určité spirituální potřeby.⁹⁴ U různých lidí hraje spiritualita různě důležitou úlohu.⁹⁵

Ve výzkumu, jehož výsledky prezentuji v praktické části práce, se poradců pro pozůstalé ptám na jejich profesní zkušenost se spiritualitou pozůstalých. Nyní se proto pokusím zachytit možnou typologii klientů z hlediska spirituality. Budu přitom vycházet z konceptu Opatrného, jenž odkazuje na Filipiho, který tvrdí, že křesťan se zpravidla nechá bez protestů označovat slovem „křesťan“ nebo „věřící“.⁹⁶ Ovšem řada lidí, kteří nepřijali svátost křtu a nežijí ve spojení s žádnou církví a denominací se dnes velmi ohrazuje, jsou-li nazýváni nevěřícími. „Právem. Je třeba jejich víru poznat a respektovat, ať už je jakákoliv. Slovo ateista je dobré rezervovat jen pro ty, kdo se tak sami označují nebo aktivně bojují proti náboženské víře.“⁹⁷ Jsou lidé věřící v Boha, ale nehlásící se k žádné církvi či jiné náboženské organizaci. Vácha připomíná slova Josefa Ratzingera: „na dně duše každého věřícího kmitá malý plamének ateismu a na dně duše každého ateisty kmitá malý plamének víry.“⁹⁸

Ptám-li se v hlavní výzkumné otázce na roli spirituality v zármutku a truchlení z pohledu poradců pro pozůstalé, budu tuto roli předpokládat ve třech možných variantách, přičemž ovšem nechám otevřený prostor účastníkům výzkumu k dalším možnostem. Varianty jsem na základě vlastních zkušeností a studia teoretických konceptů⁹⁹ vymezila následovně:

⁹³ VOJTÍŠEK, Zdeněk – DUŠEK, Pavel – MOTL, Jiří. *Spiritualita*, s. 198.

⁹⁴ Srov. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie*, s. 176.

⁹⁵ Srov. VOJTÍŠEK, Zdeněk – DUŠEK, Pavel – MOTL, Jiří. *Spiritualita*, s. 13.

⁹⁶ Srov. OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 20.

⁹⁷ OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 21.

⁹⁸ VÁCHA, Marek. *Modlitba*, s. 128.

⁹⁹ Srov. např. SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání*, s. 21.

- oblast spirituality jako faktor usnadňující zármutek a truchlení,
- oblast spirituality jako faktor komplikující zármutek a truchlení,
- oblast spirituality jako ambivalentní faktor v zármutku a truchlení.

V první variantě považuji oblast spirituality za faktor, který převážně pozitivním způsobem zasahuje do životní situace pozůstalých v jedné nebo více fázích truchlení. Pozůstalí subjektivně vnímají zlepšení svého stavu (alespoň v některých aspektech). Ve druhé variantě naopak působí převážně negativně ve stejném kontextu a pozůstalí prožívají zhoršování svého stavu. Ve variantě první a druhé můžeme hodnotit roli spirituality i z dlouhodobého hlediska. Ambivalentním faktorem v zármutku a truchlení (třetí varianta) mám na mysli, že u pozůstalých v jedné fázi truchlení dochází k protichůdným postojům ke vlivu spirituality na jejich zármutek a truchlení. Dané rozčlenění je však pouze modelem, který nemusí zachycovat život pozůstalých v celé komplexivně. Také hranice mezi těmito variantami mohou být neostré.

2.1.1. Spiritualita jako faktor usnadňující zármutek a truchlení

Firthová, Luffová, Oliviere jsou přesvědčeni, že v blízkosti smrti svého blízkého nachází mnoho lidí útěchu v duchovní oblasti.¹⁰⁰

Grün píše: „Zvraty v našem životě rozbijí i krunýř, který jsme si vybudovali okolo sebe, abychom se chránili před svou vlastní duší. Když ztroskotáme ve svém povolání, když máme problémy se zdravím, když se nám rozpadne vztah, když nám manžel nebo manželka umře, pak se ukazuje, že vnější systémy našeho zabezpečení jsou křehké. Právě v těchto zkušenostech cítíme svou duši.“ Duši přitom Grün rozumí vnitřní sféru člověka, „sféru, kde v něm přebývá sám Bůh.“¹⁰¹

Marková hlásící se ke svému křesťanskému zázemí, tvrdí: „Obecně lze říci, že tomu, kdo vyznává Boha jako milujícího Otce, který stvořil a řídí tento svět a běh dějin i mého konkrétního života, se ze života odchází jinak, než tomu, který tuto víru nesdílí. A podobně může tato víra pomáhat i blízkým umírajícího a pozůstalým.“¹⁰² Tuto tezi rozporuje na základě svých dlouholetých klinických zkušeností Haškovcová, jenž vyvozuje poznatek, že víra v Boha je vhodným předpokladem pro zvládnání extrémní

¹⁰⁰ Srov. FIRTHOVÁ, Pam – LUFFOVÁ, Gill – OLIVIERE, David. *Ztráta, změna a zármutek v kontextu paliativní péče*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu. 2007, s. 84.

¹⁰¹ GRÜN, Anselm. *Život je teď: Umění stárnout*. Praha: Portál, 2010, s. 94 – 95.

¹⁰² MARKOVÁ, Monika. *Sestra*, s. 17 – 18.

zátěže, jakou umírání a vyrovnávání se se smrtí blízkého jistě reprezentuje, ale rozhodně není sama o sobě zárukou, že se tak stane.¹⁰³

Filipi v návaznosti na biblické poselství dochází k tomu, že člověk nebude se svým životem vyrovnán, bude-li uhranutě hledět na své trápení a doporučuje upřít svůj pohled mimo sebe, k věrnosti a milosrdenství Božímu. „Trápení tím nepřestane být trápením a hřích nepřestane být hřichem. Ale přestanou být sevřením, jež náš život ovládá a uzavírá nám cestu k radosti, k naději, k druhým lidem. Člověče, nehledej své spasení, svou záchranu, své štěstí sám v sobě – takové je upozornění ‘nářků’ v žaltáři, ano vlastně celého žaltáře, včetně žalmů kajících.“¹⁰⁴

Jak jsem uvedla výše, ztráta většinou negativně zasahuje do kvality života pozůstalých. Psychologie ovšem zachycuje možnou změnu k lepšímu, kterou označuje jako posttraumatický rozvoj. Posttraumatickým rozvojem člověka rozumím ve shodě s Marešem hledání pozitivních důsledků u negativních životních událostí. Mareš upozorňuje na skutečnost lidí pronásledovaných osudem (a přeživších utrpení), jenž za určitých podmínek z těžkých zážitků vyjdou posílení, změněni k lepšímu. Závažná životní událost, prožité trauma, může paradoxně nastartovat pozitivní změny, přivést člověka na novou cestu životem. Tyto změny se mohou týkat právě prohloubení spirituality. Ve své knize věnované posttraumatickému rozvoji Mareš píše, že toto hledání je obsaženo rovněž v učení všech velkých světových náboženství.¹⁰⁵ „(...) náboženství učí: teprve velké zkoušky ukážou, co v člověku je; člověk si musí nový život zasloužit, překonat překážky, obstát ve zkoušce.“¹⁰⁶ Ostatně i staré české přísloví „Skrze kříž Bohu blíž“ připomíná, že i prožívané utrpení může mít v lidském životě smysl tím, že vede potenciálně k prohloubení religiozity dotyčného.

Stejně tak Rohr uvádí, že křesťané se učí identifikovat svá vlastní zranění s Ježíšovými ranami a utrpením celého těla Kristova (Flp 3, 11 – 12; Kol 1, 24 – 25). Upozorňuje, že každé zdravé náboženství nám udává směr, co máme dělat se svou bolestí. „Velké náboženství vám ukazuje, co máte dělat s absurditou, s tragédií, s nesmyslností a nespravedlností.“¹⁰⁷ Naděje, kterou přináší víra je prvořadá, neboť, jak píše Rivoireová, odstraňuje bariéry smrti.¹⁰⁸

¹⁰³ Srov. HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie*, s. 89.

¹⁰⁴ FILIPI, Pavel. *Kdo slyší můj nářek? Poselství kajících žalmů*. Třebenice: Mlýn, 1997, s. 9 – 10.

¹⁰⁵ Jmenuje přitom judaismus, křesťanství, buddhismus a některé proudy islámu.

¹⁰⁶ MAREŠ, Jiří. *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada Publishing, 2012, s. 13.

¹⁰⁷ ROHR, Richard. *Skryté věci. Písmo jako spiritualita*. Brno: Cesta, 2009, s. 31.

¹⁰⁸ Srov. RIVOIREOVÁ, Bénédicte. *Naděje tváří v tvář umírání*. Praha: Paulínky, 2007, s. 57 – 59.

Nápomocné může být i působení náboženské komunity, která pomáhá bolest pozůstalého nést a dotyčný se má o koho opřít; má s kým sdílet své prožitky. Worden konstatuje, že truchlení je sociální proces, s nímž se nejlépe vyrovnává v sociálním prostředí, protože se lidé ve svém zármutku ze ztráty mohou vzájemně podpořit a povzbudit.¹⁰⁹

2.2.2. Spiritualita jako faktor komplikující zármutek a truchlení

Špatenková však připomíná, že pozůstalí mohou po smrti blízkého prožívat spirituální krizi (řadí sem např. ztrátu smyslu života, krizi víry). „Truchlení totiž není jen psychologickým procesem, dotýká se celé osobnosti pozůstalého, všech dimenzí lidského života.“¹¹⁰

Opatrný konstatuje, že vyrovnat se s utrpením znesnadňují různá myšlenková a hovorová klišé, která se mnohde vydávají za obecně platný názor. Řadí mezi ně i tvrzení, že utrpení dělá lidi lepšími či že utrpení dělá lidi věřícími.¹¹¹ Pozůstalí mohou zažívat zklamání, že jich se tyto skutečnosti netýkají, že neprocházejí osobnostním posunem nebo nepocítují Boží blízkost.

V knize *Pastorační situace u nás* Opatrný připomíná, že v mezní životní situaci, kam řadí i tragické úmrtí v rodině, někdo vyhledá, či najde náboženství, „které použije jen a pouze jako tišícího prostředku nebo jako posledního kouzelného proutku k odvrácení hrozícího zla. Okamžitý efekt může být velký, dlouhodobý žádný. Nicméně věc lze někdy rozpoznat až po určitém čase. Obrácení si opravdu nelze ušetřit.“¹¹² I víru mohou věřící prezentovat špatně, třeba právě jako neselhávající kouzelnou „medicínu“. „V tom případě je dotyčná osoba spíše svedena na nesprávnou cestu než přivedena ke Kristu.“¹¹³ Lachmanová tvrdí, že naše představy o Bohu mohou být totiž natolik vzdálené originálu, že náš vztah s ním spíše narušují, než umožňují. Nakonec i mnozí nevěřící odmítají nikoli Boha, ale jakousi jeho karikaturu, o níž se domnívají, že představuje Boha, protože jim jej někdo takto prezentoval.¹¹⁴

¹⁰⁹ Srov. WORDEN, William J. *Grief Counseling*, s. 127.

¹¹⁰ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 71.

¹¹¹ Srov. OPATRNÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 31.

¹¹² OPATRNÝ, Aleš. *Pastorační situace u nás. Analýzy a výhledy*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1996, s. 23.

¹¹³ Tamtéž, s. 24.

¹¹⁴ Srov. LACHMANOVÁ, Kateřina. *Karikatury Boha*.

Lewis rovněž upozorňuje na nebezpečí zneužití víry k vlastnímu prospěchu - útěše po smrti blízkého. Vychází z vlastních zkušeností, když píše: „V okamžicích, kdy jsem ve svém životě opravdu hluboce věřil, byl v centru mých myšlenek vždy sám Bůh. Tím, že jsem v něj věřil, mohl jsem pak věřit i v Nebe jako nutný důsledek. Avšak opačný postup, nejprve věřit v setkání s milovanou osobou a pak, kvůli tomuto setkání, věřit v Nebe, a nakonec, kvůli Nebi, věřit v Boha – ten fungovat nebude.“¹¹⁵ Autor varuje před tím, abychom se obraceli pro pozemskou útěchu k nebi. „Nebe může poskytnout nebeskou útěchu, žádnou jinou. A ani země nemůže poskytnout pozemskou útěchu. Jak ukáže zkušenost, pozemská útěcha neexistuje.“¹¹⁶ Podle Lewise jsme stvořeni pro Boha. Pozemská milovaná osoba může vzbudit naši lásku jen tím, že je v nějakém ohledu jako On. „Tady dole je to všechno jenom ztráta a odříkání. Skutečným smyslem bolestné ztráty (pokud nás postihne), je patrně vnútit nám toto poznání. Jsme pak nuceni, abychom se snažili uvěřit něčemu, co ještě nemůžeme vnímat, abychom se snažili uvěřit, že naším pravým Milovaným je Bůh. Proto je úmrtí blízké osoby v jistém smyslu snazší pro nevěřícího než pro nás. Ten se může bouřit a vztekat se a hrozit pěstí vesmíru (...).“¹¹⁷

Küshner pojednává o nespravedlnosti toho, jak je na tomto světě rozdělováno utrpení. „Neštěstí, které postihuje dobré lidi, není problém pouze jejich a jejich rodin. Je to problém každého, kdo chce věřit ve spravedlivý a poctivý svět, v němž se dá žít. Nutně vyvolává řadu otázek týkajících se dobroty, laskavosti, a dokonce samotné existence Boha.“¹¹⁸

Pro věřící může být setkání se smrtí blízkého člověka velkou zkouškou jejich víry. Mohou se ptát, jak jen Bůh mohl smrt jejich milovaného vůbec dopustit? Mohou se za to na Boha zlobit a poté zažívat výčitky, jak si tuto emoci vůči Všemohoucímu vlastně mohli dovolit. Také plané útěchy typu „už je u Boha, na lepším místě“, mohou být pro pozůstalé traumatizující, neboť znevažují a bagatelizují jejich bolest.¹¹⁹ Navíc tato slova od člověka, který sám není v krizové situaci, mohou znít jako výsměch a signalizují nepochopení hloubky bolesti pozůstalého. Lewis rovněž varuje před tím, abychom pozůstalé křesťany utěšovali vírou v pozdější setkání se zesnulým v nebi, jež by se mohlo stát hlavní náplní jejich křesťanského bytí. Vychází přitom ze svého vlastního

¹¹⁵ LEWIS, Clive Staples. *Čtyři lásky*. Praha: Návrat domů, 1997, s. 105.

¹¹⁶ Tamtéž, s. 106.

¹¹⁷ Tamtéž, s. 106.

¹¹⁸ KÜSHNER, Harold S. *Když se zlé věci stávají dobrým lidem*. Praha: Portál, 2005, s. 19.

¹¹⁹ Srov. VÁCHA, Marek. *Modlitba*, s. 113 – 122.

prožitku po úmrtí manželky: „Neodvážuji se – tím spíše, že mé vlastní touhy a obavy mě k tomu vedou – utvrdit některého opuštěného a zdeptaného čtenáře ve velmi rozšířené iluzi, že opětované spojení s milovaným mrtvým je cílem křesťanského života. Popření této iluze možná zní uším těch, kteří jsou zdrceni neštěstím, tvrdě a neskutečně, popřena však být musí.“¹²⁰

2.2.3. Spiritualita jako ambivalentní faktor v zármutku a truchlení

Na základě své vlastní profesní zkušenosti a studia teoretických zdrojů jsem došla k závěru, že oblast spirituality může vstupovat do zármutku a truchlení klientů v jedné fázi truchlení také ambivalentně, tj. ve stejné době na jednu stranu být faktorem usnadňujícím, na druhou stranu komplikujícím životní situaci pozůstalých.

Např. zvládnutý řád křesťanských pohřebních obřadů může pozůstalému poskytnout oporu v období zmatku a chaosu, který prožívá po smrti svého blízkého. Dávají mu totiž pevnou strukturu, ví, co se bude dít, co se od něj čeká a má nad situací alespoň omezeně kontrolu. „Pohřební obřady se skládají z řady modliteb, žehnání a biblických čtení, mohou začít v domě zemřelého (pokud se odtud vynáší rakev), pokračovat v kostele (případně při mši za zemřelého, rekviem) nebo v hřbitovní kapli či krematoriu a končit uložením rakve či urny do hrobu.“¹²¹ Věřící pozůstalý však může mít problémy s vyjadřováním svých emocí, kdy např. cítí, že si nemůže dovolit (nebo má tento pocit on sám nebo jeho okolí) zoufat a propadat beznaději, vyjadřovat svůj vztek vůči Bohu. Opatrný zdůrazňuje, že je omylem si myslet, že žádný křesťan nemá právo být smutný při ztrátě blízké osoby. „Křesťan nemá být zoufalý nad věčnou ztrátou člověka, ale právem je smutný ze ztráty pozemské blízkosti druhého. Má právo a má mít prostor na to, aby mohl také truchlit.“¹²²

Někteří pozůstalí z řad věřících sice také mohou zažívat pomoc a podporu ze strany svého církevního společenství, ale zároveň pociťují nedostatek schopnosti empatie u jednotlivých členů. Mohou se zlobit na své bratry a sestry ve víře, kteří se jim zdají pokrytečtí, tvrdí, odtažití a nic nechápající. Dvořáková ve své knize *Proměněné sny* přináší deset rozhovorů s lidmi, kteří mají jedno společného. Problematický, a přesto velmi blízký vztah k Bohu a katolické církvi. Čtenáři se zde mohou seznámit např.

¹²⁰ LEWIS, Clive Staples. *Čtyři lásky*. Praha: Návrat domů, 1997, s. 105.

¹²¹ HALÍK, Tomáš. „Poslední věci“ v křesťanské tradici. In ONDRAČKA, Lubomír – KROPÁČEK, Luboš – HALÍK, Tomáš a kol. *Smrt a umírání v náboženských tradicích současnosti*. Praha: Cesta domů, 2010, s. 77. s

¹²² OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 78.

s názory bývalé řeholnice Evy, která se sama, dobrovolně, rozhodla odejít z kláštera. Tato žena je přesvědčena o tom, že u některých řeholnic, stejně jako mnoho jiných výrazně katolicky orientovaných žen, se „objevuje taková zvláštní tvrdost k utrpení druhých. Snad je to proto, že utrpení berou jako oběť pro Boha, jako nesení kříže. A tak ztratily přirozený soucit s lidskou bídou. Smíření s tím, že každý nese svůj kříž, je uzavřeno do určité citové pasivity. Ony (řeholnice, pozn. autorky) slouží nemocným z lásky k Bohu, a třeba je to i baví, ale svým způsobem se jich to osobně nedotýká.“¹²³

Další argument k možné ambivalenci vlivu spirituality v zármutku a truchlení přináší Rotter, když píše o tom, že jedna z možností, jak lépe snášet utrpení, spočívá v tom, že za něj učiníme odpovědného Boha. „Tímto způsobem se nám otevírá možnost zaměřit svou agresivitu a pocit zklamání směrem k Bohu. Je to jisté vnitřní ulehčení i v případě, že se na své neštěstí díváme jako na trest Boží za nějakou naši vinu.“¹²⁴ Tyto přístupy sice mohou pozůstalému dočasně pomoci, ale mnohdy komplikují jeho osobní vztah k Bohu.

¹²³ DVORÁKOVÁ, Petra. *Proměněné sny. Deset rozhovorů o iluzích a deziluzích, které přináší víra.* Brno: Host, 2006, s. 78.

¹²⁴ ROTTER, Hans. *Osoba a etika.* Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 1997, s. 78.

Metodologická část

3. Metodika výzkumu

V teoretické části diplomové práce jsem konceptualizovala klíčové pojmy z hlavní výzkumné otázky: „Jakou roli hraje spiritualita v zármutku a truchlení očima poradců pro pozůstalé?“ Také jsem čtenáře této diplomové práce uvedla do kontextuálních souvislostí.

Připomínám, že oblast spirituality jsem si pro účely svého výzkumu vymezila poměrně široce, nicméně primárně mě bude zajímat subjektivní percepce poradců, účastníků výzkumu. Nejde mi totiž o nalezení jednotné definice spirituality, ale o jejich pohled na tento fenomén, zkušenosti s konkrétními projevy spirituality a názor na roli spirituality v zármutku a truchlení u pozůstalých klientů. V dílčích výzkumných otázkách, jejichž prostřednictvím hledám odpověď na hlavní výzkumnou otázku, se zaměřuji na oblasti spirituality, a to proto, že budu v konkrétních rozhovorových otázkách vycházet z pojetí spirituality svého komunikačního partnera, kterou zjišťuji v úvodních okruzích dotazů pro poradce.

Při formulaci výzkumného cíle vycházím z teze potvrzené výše citovanými autory, že spiritualita je také jedním z faktorů, který do prožitku zármutku a procesu truchlení zasahuje. Tento zásah předpokládám ve třech variantách:

- oblast spirituality jako faktor usnadňující zármutek a truchlení,
- oblast spirituality jako faktor komplikující zármutek a truchlení,
- oblast spirituality jako ambivalentní faktor v zármutku a truchlení.

V první variantě vycházím z toho, že poradce pro pozůstalé danou oblast spirituality vnímá na základě svých profesních (případně osobních) zkušeností jako faktor, který převážně pozitivním způsobem zasahuje do životní situace pozůstalých v jedné nebo více fázích truchlení. Ve druhé variantě danou oblast spirituality poradce vnímá jako převážně negativní zásah do životní situace pozůstalých ve stejném kontextu. Ptám-li se na ambivalenci, mám na mysli fakt, že poradce vyzoroval u klientů protichůdné postoje ke vlivu oblasti spirituality na zármutek a truchlení v jedné fázi truchlení. Uvědomuji si ovšem, že dané rozčlenění je pouze orientační, neboť hranice mezi variantami mohou být jen velmi neostré. Navíc je životní situace pozůstalých mnohdy natolik komplikovaná, že může být pro poradce obtížné odlišovat jednotlivé fáze truchlení, které se často prolínají, a rovněž identifikovat jednotlivé dimenze osobnosti

pozůstalých. Za výhodu realizace výzkumu s těmito odborníky naopak považují jejich odstup (nejsou do situace tolik emočně angažováni). Tento odstup se může projevat určitým nadhledem na životní situaci klientů.

3.1. Výzkumná strategie a technika sběru dat

V sociálním výzkumu rozlišujeme dvě základní strategie ke zkoumání skutečnosti, kvantitativní a kvalitativní, případně jejich kombinace (tzv. smíšený výzkum). Níže v textu budu prezentovat výsledky výzkumu realizovaného prostřednictvím kvalitativní strategie, neboť ji považuji vzhledem k podstatě zkoumaného problému za nejvhodnější.

Žižlavský k tomuto způsobu bádání uvádí, že ačkoliv při vstupu do terénu nepředpokládá výzkumník předem žádné závěry, přesto nezačíná výzkum bez formulace „citlivých pojmů.“¹²⁵ Tyto „citlivé pojmy“, obsažené v hlavní výzkumné otázce, jsem vydefinovala již v teoretické části této diplomové práce.

Strauss a Corbinová doporučují kvalitativní výzkum v případě, kdy se snažíme odhalit podstatu něčích zkušeností s určitým jevem, což se týká i mého výzkumného záměru.¹²⁶ Zjišťuji, jak nahlíží na fenomén spirituality u svých truchlících klientů vybraní poradci pro pozůstalé. Významným aspektem kvalitativního výzkumu je jeho subjektivní povaha. Loučková považuje za cíl této výzkumné strategie prozkoumat sociální skutečnost prostřednictvím odrytí subjektivních významů. Sociální skutečnost nevzniká sama od sebe, ale je konstruována svými subjekty, tedy lidmi, kteří do ní vkládají subjektivní významy.¹²⁷

Důležitou charakteristikou přitom je, že kvalitativní přístupy se pokoušejí tuto sociální realitu „určitý fenomén (prvek, aspekt, proces apod.) nahlížet v pro něj autentickém prostředí.“¹²⁸ Předmětem kvalitativní metodologie je studium běžného, každodenního života lidí v jeho přirozených podmínkách.¹²⁹ „V kvalitativní výzkumné

¹²⁵ Srov. ŽIŽLAVSKÝ, Martin. *Metodologie pro sociální politiku a sociální práci*. Brno: Masarykova univerzita, 2003, s. 107.

¹²⁶ Srov. STRAUSS, Anselm – CORBINOVÁ, Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu*. Brno: Sdružení Podané ruce – Boskovice: Nakladatelství Albert, 1999, s. 11.

¹²⁷ Srov. LOUČKOVÁ, Ivana. *Integrovaný přístup v sociálně vědním výzkumu*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2010, s. 46.

¹²⁸ REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing, 2009, s. 40.

¹²⁹ Srov. PETRUSEK, Miloslav. *Teorie a metoda v moderní sociologii*. Praha: Univerzita Karlova, 1993, s. 129.

strategii výzkumník neměří, nevymezuje proměnné veličiny, ale chce porozumět pojmům, které vytvořili 'herci' (aktéři) na 'scéně' každodenního života.¹³⁰

„Kvalitativní metody se užívají k odhalení a porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho ještě moc nevíme. Mohou být také použity k získání nových a neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco víme. V neposlední řadě mohou kvalitativní metody pomoci získat o jevu detailní informace, které se kvantitativními metodami obtížně podchycují.“¹³¹

Ve kvalitativním výzkumu se jedná o rozsáhlý, do hloubky zaměřený sběr dat u malého počtu jedinců. Cílem je pak slovní, mnohdy velmi podrobný popis jednotlivých témat a objevení souvislostí, které nelze zjistit statistickými metodami.¹³² Je to nenumerické šetření; data, s nimiž výzkumník pracuje, jsou kvalitativní povahy – mohou být buď verbální, nebo vizuální. Základním cílem je vytvořit bohatou a detailní deskripci reality. Mým cílem je přinést hloubkový vhled do dané problematiky na úkor poměrně malého výzkumného vzorku.

Disman píše o slabé standardizaci kvalitativního výzkumu – nízké reliabilitě. Naopak tato výzkumná strategie poskytuje vysokou validitu. Tedy velký počet získaných informací od menšího počtu respondentů. Za cíl tohoto výzkumu označuje odkrývání významů, které pokládáme sdělovaným informacím.¹³³

Technikou sběru dat se staly v mém výzkumu polostrukturované rozhovory (dále také jako interview). Polostrukturovaný rozhovor je vlastně kombinací prvků strukturovaného a nestrukturovaného rozhovoru. Část rozhovoru má volnější charakter; část je striktně vedena na bázi předem připravených otázek.¹³⁴ Miovský uvádí, že výhodou polostrukturovaného interview je skutečnost, že eliminuje nevýhody strukturovaného i nestrukturovaného rozhovoru tím, že ponechává respondentům větší prostor pro vyjádření a zároveň se drží určitého schématu, které mu zaručuje maximální výtěžnost informací. Možnost kombinace prvků nestrukturovaného a i strukturovaného

¹³⁰ ŽIŽLAVSKÝ, Martin. *Metodologie*, s. 15.

¹³¹ STRAUSS, Anselm – CORBINOVÁ, Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu*. Brno: Sdružení Podané ruce – Boskovice: Nakladatelství Albert, 1999, s. 11.

¹³² Srov. GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000, s. 31 – 34.

¹³³ Srov. DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost. Příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum, 1993, s. 285 – 287.

¹³⁴ Srov. SILVERMAN, David. *A very short, fairly interesting and reasonably cheap book about qualitative research*. London: Sage Publications, 2007, s. 37 – 61.

interview činí z metody polostrukturovaného interview téměř ideální nástroj pro oblasti aplikace většiny výzkumných plánů v rámci kvalitativního výzkumu.¹³⁵

Po celou dobu sběru dat dbám na to, aby byla výzkumná situace vytvářena nejen mnou, ale také komunikačními partnery, kteří jsou v případě mého výzkumu experty na danou oblast.

Jak upozorňuje Miovský, vzájemná pozice mezi účastníky výzkumu by měla být rovnocenná. „Je rovnocenná v tom smyslu, že o jednotlivých účastnících uvažujeme jako o osobách nadaných vůlí a vlastním způsobem seberealizace, přestože samozřejmě zohledňujeme také biologické determinanty lidského chování atd. Přísně však respektujeme individuální odlišnosti a necháváme dostatečný prostor, aby se tyto odlišnosti mohly projevit. Nevnučujeme účastníkům výzkumu za každou cenu naši představu o tom, jak výzkumná situace má proběhnout, ale chápeme ji jako dialogickou, tj. spoluvytvářenou oběma stranami.“¹³⁶

Vzhledem k tomu, že realizuji expertní rozhovory, budu pokládat také otázky zahrnující odbornou terminologii. Polostrukturovaný rozhovor jsem zvolila i proto, že mi umožňuje doptávat se na skutečnosti, kterým ve vyprávění účastníků výzkumu nebudu rozumět, neboť témata související se spiritualitou jsou mnohdy pojmově obtížně uchopitelná a je třeba zjistit význam subjektivně připsovaný daným slovům.

Další technikou sběru dat jsou terénní poznámky a analýza písemných odpovědí jedné účastnice výzkumu, která se odmítla šetření zúčastnit tváří v tvář, ale navrhla, že na zaslané otázky napíše odpovědi, které mi poté zašle zpět prostřednictvím emailové komunikace. Jsem si vědoma, že touto cestou přicházím o autentické postřehy dané poradkyně, ale ráda jsem využila této možnosti zjistit její pohled.

3.2. Výběr výzkumného vzorku

Svůj výzkum budu realizovat s odbornými poradci pro pozůstalé, držiteli profesní kvalifikace, kteří mají profesní zkušenost s přímou prací¹³⁷ s truchlícími klienty. Není přitom pro mě rozhodujícím faktorem, jak dlouho v praxi poradenství působí, neboť se jedná o novou, zatím nepříliš rozšířenou, profesi. Záměrně jsem kritériem pro zařazení do výzkumu nezvolila ani věk účastníků výzkumu či jejich vzdělání, ani jejich profesní

¹³⁵ Srov. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody psychologického výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 161.

¹³⁶ MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup*, s. 73.

¹³⁷ Myšleno ve smyslu tváří v tvář.

specializaci v oblasti poradenství pro pozůstalé. Rovněž nepracuji s genderovým aspektem dotazovaných, i když jsem si vědoma toho, že profese poradců pro pozůstalé, stejně jako většina dalších pomáhajících profesí, je silně feminizovaná. Z celkového počtu 71 poradců je pouze 9 mužů a většinu tvoří 62 žen. Také mého výzkumu se zúčastnily pouze ženy, poradkyně pro pozůstalé.¹³⁸

Sama od ledna 2014 působím jako certifikovaná poradkyně pro pozůstalé,¹³⁹ rozmlouvala jsem tedy o profesních zkušenostech se svými kolegy. Nevstupuji do výzkumného terénu jako „cizinec“, který nerozumí kontextu tématu, ale jako „zasvěcený“, tedy člověk, který se stýká s účastníky výzkumu i mimo jeho rámec.

První účastnicí výzkumu se stala kolegyně, s níž mě pojí nejen profesionální zájem, ale i přátelství. S touto poradkyní jsem v březnu 2016 absolvovala první pilotní rozhovor, jehož cílem bylo otestování výzkumného nástroje, rozhovorových otázek. Na základě analýzy tohoto rozhovoru jsem otázky upravila, aby lépe odpovídaly mému záměru ve výzkumu a byly pro mé komunikační partnery lépe srozumitelné.

Rovněž další participanty jsem vybírala ze svého sociálního okolí. Při konstruování vzorku jsem původně usilovala o zastoupení poradců, o nichž jsem věděla, že jsou praktikující věřící, dále věřící v Boha, ale nehlásící se k žádné církvi, či ti, co se označují za hledající, popř. ti, kteří k žádnému náboženství neinklinují a deklarují svoji nevěru. Byla jsem však překvapena, že čtyři oslovení poradci, kteří se nahlásí k žádnému náboženství, na můj návrh na participaci ve výzkumu zaměřeného na téma spirituality pozůstalých, reagovali odmítnutím z důvodu subjektivně vnímaných obav, že mi k tématu nebudou mít co říci. Za všechny oslovené, co se výzkumu nechtěli zúčastnit, uvedu email¹⁴⁰ jedné z nich, která sama sebe označuje za ateistku, v němž mi vysvětluje své důvody.

„Ahoj.

Ráda Tě uvidím, jen se obávám, že Ti v DP nepomůžu.

Aktuálně mám dvě pozůstalé a obě jsou nevěřící.

I ostatní předchozí klienti to tak měli.

Asi vrána k vráně....

(podpis poradkyně)“

¹³⁸ Údaj je platný k 23. březnu 2016. Srov. Ministerstvo pro místní rozvoj. *Kvalifikace poradce pro pozůstalé*.

¹³⁹ Od roku 2007 jsem přitom působila jako laická poradkyně.

¹⁴⁰ Email je zveřejněn se souhlasem jeho autorky, které jsem přislíbila zachování anonymity.

Z obav těchto poradců mluvit o tématu spirituality truchlících mohu vyvozovat domněnku, že u nich dochází ke ztotožnění tohoto fenoménu s religiozitou a jedná se o oblast, k níž se necítí kompetentní se vyjadřovat. Tyto obavy jsou u dané poradkyně, autorky citovaného emailu, způsobené prožívaným pocitem absence profesních, ale i osobních zkušeností s danou problematikou. Domnívám se, že pokud tito poradci pracují se spirituálními otázkami svých klientů, možná tak činí neuvědomovaně a dost možná zaměňují spirituální a psychickou dimenzi člověka.

Vzhledem k této zkušenosti jsem od daného kritéria ustoupila a oslovovala poradce, s nimiž jsem v době před zahájením výzkumu blíže spolupracovala. O většině z nich jsem věděla, že sami sebe označují za věřící, přestože někteří z nich se nehlásí k žádné církvi ani náboženskému směru. Jsem si vědoma, že při oslovování možných účastníků jsem mohla primárně preferovat ty osoby, se kterými sdílím ze svého pohledu obdobný pohled na svět a názory. Také si uvědomuji, že odpovědi těchto dotazovaných mohou být ovlivněny faktem, že jsou obeznámeni s mojí příslušností k římskokatolické církvi, což u nich možná v průběhu výzkumných rozhovorů mohlo vyvolávat tendenci odpovídat v souladu s mým, dotazovanými předpokládaným, očekáváním.

Celkem jsem oslovila 14 možných účastníků výzkumu, čtyři odmítli z výše naznačených důvodů, jedna z důvodu značného pracovního vytížení a jedna poradkyně se byla ochotna výzkumu zúčastnit distanční formou písemných odpovědí; její nabídku jsem přijala. Celkem se tedy do výzkumu zapojilo devět odborných poradkyň pro pozůstalé: Jarmila, Dana, Irena, Dorka, Anežka, Martina, Kateřina, Veronika a Vladimíra.

Jsem přesvědčena, že znalost terénu mi pomohla k navození důvěrné atmosféry během rozhovorů (jsme s poradci „na jedné lodi“). Vlastní zkušenost s prostředím mohla mít pozitivní vliv na moji teoretickou citlivost.

„Teoretická citlivost je schopnost vhledu výzkumníka do souvislostí výskytu, vývoje a charakteru zkoumaného fenoménu. Je to schopnost dát údajům význam, oddělit související od nesouvisejícího, podstatné od nepodstatného a porozumět tomu. Je to schopnost rozpoznat, co je v získaných údajích důležitého, a umět v údajích nacházet smysl.“¹⁴¹

¹⁴¹ Srov. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup*, s. 227.

3.3. Průběh výzkumu

Realizovala jsem celkem osm hloubkových rozhovorů, které trvaly od 42 do 78 minut. Výzkumné rozhovory probíhaly v průběhu března, dubna a května 2016. Odehrávaly se v prostředí, kde se komunikační partnerky běžně pohybují (jejich domácnost, kancelář, oblíbená kavárna). Vždy jsem se snažila, aby prostředí poskytlo co nejméně rušený prostor pro vedení rozhovoru. Rozhovory jsem nahrávala na diktafon a následně přepsala ty pasáže, které souvisely se zkoumaným fenoménem. Pouze jedna z poradkyň si nepřála pořízení digitálního záznamu z rozhovoru, a proto jsem si v jeho průběhu dělala písemné poznámky.¹⁴² Využila jsem rovněž data z emailu, v němž mi jedna účastnice výzkumu¹⁴³ odpověděla na otázky písemnou formou; email jsem obdržela v květnu 2016 na svoji soukromou emailovou adresu.

Po každém rozhovoru jsem si zaznamenávala terénní poznámky, kde jsem se snažila zachytit celkovou atmosféru rozhovoru a další postřehy. Uváděla jsem zde technické informace, důležité informace o průběhu a délce rozhovoru, vazby mezi komunikačními partnery (mohou předvídat odpovědi druhých), nové téma pro další rozhovory atp. Mimo jiné jsem si zapisovala i důležité myšlenky k tématu vyřčené komunikačními partnery před nebo po vypnutí diktafonu.

3.4. Způsob zpracování kvalitativních dat

Všechna výzkumná data jsem převedla do písemné podoby a dále je zpracovávala metodou otevřeného a tematického kódování.

Pod pojmem kódování rozumíme operace, pomocí nichž jsou zjištěné údaje analyzovány, konceptualizovány a skládány novými způsoby. Kódování je procesem analýzy údajů (výzkumných dat) a jeho výsledkem jsou záznamy kódování. V otevřeném kódování seskupujeme pojmy do kategorií.¹⁴⁴ V písemných záznamech jsem z důvodu zachování autenticity ponechávala původní podobu sdělení, včetně poradkyněmi užívané „slovní vaty“ a hovorových nebo nespisovných výrazů. K pojmenování kódů jsem používala odborné termíny, ale také in vivo kódy (jako kódy tudíž fungují některé výrazy účastnic výzkumu). Citace z rozhovorů s vybranými poradkyněmi pro pozůstalé v analytické části uvádím kurzívou.

¹⁴² Z tohoto důvodu nebudu uvádět v analytické části přímé citace z rozhovoru této účastnice výzkumu - Vladimíry.

¹⁴³ Jedná se o Veroniku.

¹⁴⁴ Srov. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup*, s. 228 – 229.

Tematické kódování se již váže k jednotlivým případům. V tematickém kódování nejprve začínáme kategorizací kódů, ale již na úrovni jednotlivých případů; vytváříme touto cestou sérii případových studií.

3.5. Etika výzkumu

Již při kontaktování jednotlivých účastníků výzkumu prostřednictvím emailu nebo telefonu jsem je informovala o tématu a účelu mého výzkumného šetření. Ujistila jsem je o anonymitě výzkumu, která spočívá v tom, že v diplomové práci nejsou uváděna jejich skutečná jména¹⁴⁵ ani jiné údaje, které by mohly vést k jejich jednoznačné identifikaci (např. přesná délka praxe či konkrétní sféra, v níž působí). Z tohoto důvodu také nebudu do příloh dávat přepisy rozhovorů, neboť by informace zde uvedené mohly odtajnit jejich identitu. Příloha č. 2 ovšem přináší alespoň stručné představení komunikačních partnerek, aby byl čtenář této práce uveden do kontextu profesní dráhy dotazované.

Zvýšenou pozornost ochraně anonymity účastníků svého výzkumu věnuji z toho důvodu, že se jedná o poměrně malou a vztahově provázanou profesní komunitu poradců pro pozůstalé a byla bych ráda, kdyby se z prezentovaných dat nemohli participanti a další kolegové poradci identifikovat i navzájem mezi sebou. Dala jsem rovněž osloveným prostor se svobodně rozhodnout, zda se do výzkumu zapojí či nikoli, čehož někteří z nich využili.

Během realizace výzkumu jsem také dbala na to, aby rozhovory probíhaly v klidné atmosféře, přičemž dotazované jej mohly kdykoliv ukončit, či na některou otázku neodpovídat bez uvedení důvodu. Rozhovorové otázky jsem se také pokusila naformulovat neutrálně, aby účastnice výzkumu nebyly k určitému typu odpovědi mou formulací dotazu naváděny. Na začátku každého rozhovoru jsem je ubezpečila o tom, že mi jde o zjištění jejich subjektivního názoru na danou problematiku, o jejich pohled na profesní zkušenosti s klienty poradenství pro pozůstalé.

3.6. Dílčí výzkumné a rozhovorové otázky

Na začátku této podkapitoly znovu představím hlavní výzkumnou otázku a dále dílčí výzkumné a rozhovorové otázky. Prostřednictvím dílčích výzkumných otázek, které

¹⁴⁵ Každá z dotazovaných si vybrala pseudonym pro účely této diplomové práce.

jsem vyvodila z teoretické části práce, hledám odpověď na hlavní výzkumnou otázku. Níže uvedené rozhovorové otázky jsou pouze orientační, neboť jsem v souladu s technikou polostrukturovaných rozhovorů, přizpůsobovala průběh interview dané komunikační partnerce. Tedy ne všechny otázky v průběhu každého rozhovoru skutečně zazněly, či zazněly v uvedené podobě.

HVO. Jakou roli hraje spiritualita v zármutku a truchlení u pozůstalých klientů pohledem poradců pro pozůstalé?

První tři okruhy otázek jsou tzv. zahřívací, abych se na začátku rozhovoru uvedla do kontextu práce svého komunikačního partnera.

1. Jak dlouho a v jakém kontextu pracujete v oblasti poradenství pro pozůstalé (např. v nemocnici, v neziskové organizaci, na „volné noze“)?
2. Máte specializaci na klienty v dané věkové kohortě nebo s určitým typem ztráty? Jak dlouho po ztrátě se na vás nejčastěji obracejí a jak si to zdůvodňujete?
3. S jakými tématy na konzultacích nejčastěji s pozůstalými pracujete?

DVO 1. Jak nahlíží na oblast spirituality vybraní poradci pro pozůstalé?

Okruhy otázek mapující názor na spiritualitu:

4. Moje diplomová práce je zaměřena na pohled poradců pro pozůstalé na spiritualitu pozůstalých. Když se řekne spiritualita, co všechno podle vás do této oblasti lidského žití spadá?
5. Jaký je váš názor na vazbu mezi spiritualitou a religiozitou? *Pokud již toto téma není zodpovězeno v otázce č. 4.*
6. Máte zkušenost s prací s klienty, kteří se deklarují jako věřící i těmi, kteří sami sebe označují jako „nevěřící“,¹⁴⁶ popř. hledající? Je pro vaši práci důležité, a případně v čem, zjistit, k jakému náboženskému vyznání se váš klient hlásí? Zjišťujete nějak cíleně tuto skutečnost? Pokud ano, tak jakým způsobem?
7. Myslíte si, že v souvislosti s vyrovnáváním se se smrtí blízkého člověka dochází u pozůstalých ke změnám ve spirituální oblasti? Pokud ano, k jakým? Pokud ne, jak si to zdůvodňujete?

DVO 2. S jakými projevy spirituality se poradci pro pozůstalé setkávají u svých klientů?

Okruh otázek vztahující se ke zkušenosti s prací poradce pozůstalé:

¹⁴⁶ Účastnice výzkumu upozorním, že termínem „nevěřící“ rozumím člověka, který se sám nehlásí k žádnému konkrétnímu náboženskému vyznání.

8. Věnujete se při práci s pozůstalými klienty i spirituálním tématům? Pokud ano, v jaké fázi spolupráce a kdo toto téma obvykle otevírá? O jakých konkrétních tématech z této oblasti spolu mluvíte?
9. Věnujete se na konzultacích s klienty také explicitně náboženským tématům? Pokud ano, na které aspekty religiozity se s klienty zaměřujete?
10. Jaké to podle vás je pro pozůstalé klienty mluvit o těchto mnohdy niterných věcech s vámi jako s pomáhajícím pracovníkem? Vidíte nějaký rozdíl mezi věřícími a „nevěřícími“? *Otázka položena v případě, že daná témata společně otevírají.*
11. Vidíte nějakou vazbu mezi např. typem ztráty (anticipovaná, neanticipovaná), věkem zesnulého, okolnostmi úmrtí a spiritualitou pozůstalých?

DVO 3. Jak a v čem může být oblast spirituality nápomocným faktorem v prožitku zármutku a v procesu truchlení?

12. Měl/a jste klienta/klientku, popř. klienty, o nichž si myslíte, že jim jejich spiritualita (respektive to, co sami vnímáte jako spiritualitu) prožitek zármutku a proces truchlení usnadnila? V čem konkrétně a jak? Můžete mi popsat konkrétní kazuistiku?

DVO 4. Jak a v čem může být oblast spirituality faktorem komplikujícím prožitek zármutku a proces truchlení?

13. A opačná situace? Zažil/a jste to, že spiritualita naopak situaci pozůstalého zkomplikovala? Pokud ano, tak v čem? Můžete to doložit na konkrétní kazuistice?

DVO 5. Jak a v čem může být oblast spirituality ambivalentním faktorem v prožitku zármutku a procesu truchlení?

14. Myslíte si, že role spirituality v zármutku a truchlení může být také ambivalentní, protichůdná? Že např. v něčem může u jednoho klienta v jedné fázi truchlení v obtížné situaci pomáhat a v něčem ji naopak komplikovat? Vzpomenete si na nějakou konkrétní kazuistiku?

Závěrečná otázka

15. Napadají vás ještě jiné možnosti týkající se role spirituality v zármutku a truchlení?

Analytická část

4. Prezentace výsledků výzkumu

Obsahem této kapitoly je prezentace zjištěných dat, jejich analýza a interpretace. Výsledky výzkumu budu zároveň komparovat s teoretickými kořeny.

4.1. Pohled poradců pro pozůstalé na oblast spirituality

Ve výzkumných rozhovorech, i v jenom písemném záznamu odpovědí, poradkyně pro pozůstalé prezentovaly rozličné pohledy na oblast spirituality. V jejich vymezeních tohoto fenoménu zaznívala tvrzení v souladu s definicemi z odborné literatury. Ve shodě s teoretickými kořeny také účastnice výzkumu uváděly, že spiritualita je jakousi nadmnožinou religiozity, chápou ji ve větší šíři než náboženskost.¹⁴⁷ V některých z odpovědí se objevovaly i prvky křesťanského pojetí spirituality.¹⁴⁸

Nyní již přejdu k vymezení zkoumaného fenoménu účastnicemi výzkumu, přičemž nejprve představím kódy,¹⁴⁹ které jsem následně slučovala do kategorií. Spiritualita je vybranými poradkyněmi pro pozůstalé chápána jako oblast hlubokého nitra člověka (Kateřina, Vladimíra, Jarmila, Martina), oblast přesahu (Irena, Jarmila) a přemýšlení o smyslu lidského života (Anežka, Dorka, Jarmila, Martina), oblast lidské duše (Dana), soubor nejvnitřnějších a nejzákladnějších jistot (Martina), oblast hodnot (Anežka, Dorka), víra v něco nebo v někoho (Dorka, Irena, Veronika, Kateřina, Anežka, Martina, Dana, Jarmila, Vladimíra), duchovní zaměření člověka (Irena, Dorka, Kateřina), duchovnost (Dana). Výpovědím poradkyň se v této podkapitole budu věnovat podrobněji, neboť jejich pohledy na oblast spirituality mohou mít vliv na další výzkumné otázky.

Na dotaz, co všechno by do spirituality zařadila, odpověděla jedna z poradkyň:

„Lidi říkají, že je to duchovní směr. Já si myslím, že není jenom jeden směr (...) člověk se ponořuje někam (...), každý člověk má v sobě něco, čemu věří, k čemu se obrací, když má bolest (...). Že když se v tomto světě cítí nedobře, tak se ponořuje někam, kde se uklidní nebo dostane nějaké souznění s tím svým pocitem.“ (Kateřina)

¹⁴⁷ Srov. kapitola 2.1. Spiritualita.

¹⁴⁸ Srov. kapitola 2.1.1. Křesťanská spiritualita.

¹⁴⁹ Vzhledem k nejasnosti terminologie z oblasti spirituality budu používat nejen vlastní kódy, ale i in vivo kódy - explicitně pojmenované termíny vyslovené komunikačními partnerkami.

Z výpovědi vyplývá, že Kateřina spiritualitu vnímá jako vnitřní dimenzi člověka, která je aktivizována v obtížných životních situacích. Domnívám se, že daná odpověď mohla být formována i na základě její obeznámenosti s tématem mojí diplomové práce, neboť i když jsem se ptala na vymezení spirituality obecně, Kateřina se již ve své definici, pronesené v úvodní fázi rozhovoru, dotýká způsobu vyrovnávání se s obtížnými životními situacemi.¹⁵⁰

Stejně tak Jarmila, která své pojetí spirituality klade do souvislosti s finalitou života, je přesvědčena, že se jedná o rozměr v životě každého člověka:

„Já si myslím, že to je přesah a přemýšlení o smyslu života a smyslu toho konce života. (...) I lidi, kteří o sobě říkají, že jsou ateisti, tak opravdu přemejšlej, jestli to je konec nebo není. Jakej to má vlastně rozměr, jestli za tím ještě něco je nebo není. Jako nějak přemejšlej o tom absolutním konci...“ (Jarmila)

Hledání smyslu života v každé životní situaci je jedním z klíčových témat logoterapeutického přístupu, ke kterému se tato dotazovaná v průběhu výzkumného rozhovoru přihlásila jako k jednomu ze svých pracovních nástrojů. Jarmila zdůrazňuje univerzalitu spirituality. Stejně tak Dorka implicitně prezentuje ve svém vymezení spirituality i myšlenky logoterapie. Spiritualitu přitom chápe i ve smyslu křesťanského zakotvení víry v Boha. Ale navíc uvádí: *„Nechápu jen ve vztahu k nějakému náboženství. Takže spiritualitu chápu doslova jako, že člověk věří v něco nebo v někoho (...). No že to není jenom víra v Boha, ale třeba i víra v život....“* (Dorka) Spiritualita tedy může, ale nemusí, souviset s religiozitou.¹⁵¹

Obdobný názor zastává Irena vymezujíc tuto oblast za pomoci konceptu přesahu vybočujícího z každodenní reality. Do oblasti spirituality řadí:

„Asi všechno, co člověka nějak přesahuje. Může to být něco spojeného s vírou, s tou, v jaký podobě ji známe, může to bejt jakýkoliv duchovní zaměření toho člověka, hledá něco za horizontem, něco někde, co je mimo to všednodenní, vědecky podložený.“ (Irena)

Veronika, analogicky s Dorkou, do svého vymezení spirituality rovněž včleňuje prvek transcendence, který dává do souvislosti s vírou v Boha, jehož vnímá ve smyslu

¹⁵⁰ Více k tématu nápomocné role spirituality v zármutku a truchlení viz kapitola 4.3.1. Oblast spirituality jako faktor usnadňující zármutek a truchlení.

¹⁵¹ Srov. např. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 156 – 157.

jakési „vyšší instance“, která má na náš život pozitivní vliv. „*Jako pod slovem spiritualita si představuji víru člověka v Boha, prostě víru v něco, co vede naše kroky a dodává nám sílu, abychom byli lepší ve svém bytí....*“ (Veronika)

U jedné z účastnic výzkumu se projevila nejistota v terminologickém zakotvení. Tento výzkumný závěr doložím ilustrujícím příkladem. Každou z dotazovaných jsem na začátku rozhovoru informovala o tématu diplomové práce, načež dotyčná odvětila: „*No ale tak mi řekni, co si pod tou spiritualitou představuješ. Já bych potřebovala vědět, co si ty představuješ, abych byla schopná odpovědět.*“ (Dana) Tuto poradkyni jsem musela ubezpečit, že mi jde o její pohled na fenomén spirituality, to znamená, že nebudu hodnotit, zda je její odpověď správná nebo špatná. Účastnice výzkumu ovšem trvala na tom, že chce slyšet moje vymezení spirituality.¹⁵² Přednesla jsem jí jej s vědomím rizika, že ji svojí odpovědí mohu směřovat určitým směrem. Po tomto podnětu již Dana uvedla svoji definici spirituality, kterou má úzce spojenou s představou duše člověka a podle svých slov je ovlivněna esoterickými směry:

„No, já to mám jako takovej obraz, že jsme jako všichni spirituální, ale v té duši jako. Nechcu říkat aura...Jako tělo a duše a v duši je podle mě ta spiritualita. To jsou věci, nad kterými přemýšlíš, ale který i tvoříš, jako inspirace, intuice, charisma. Jako já to vnímám takhle a myslím si, že si to nese...když toho člověka vidíš, tak nevíš, jakou má spiritualitu, ale vidíš, že je to někdo. Nemůžeš to uchopit. (...) Něco vyzařuje, ale neřekne to slova...třeba může říkat bláboly, ale ty víš, že je třeba jinej.“ (Dana)

Z jejího pojetí spirituality vyplývá aktivní přístup a kreativní uchopení tohoto fenoménu. Zdůrazňuje rovněž úlohu mimosmyslové zkušenosti při poznávání spirituality vlastní i jiných osob.

Dana si i při pokládání dalších otázek nebyla jistá zvolenou terminologií, neboť např. neznala pojem religiozita, který byl součástí následné z výzkumných rozhovorových otázek. Nejistotu jsem u ní identifikovala i v obsahové náplni užívaných pojmů, např.: „*Já su ovlivněna tou esoterikou, teda doufám, že je to esoterika.*“ (Dana) Domnívám se, že terminologické zaváhání této poradkyně může souviset s faktem, že nejsou přesně stanoveny požadavky na předchozí vzdělávání poradců,¹⁵³ kteří se rekrutují z různých profesí, nejen pomáhajících.

Odlíšnou zkušenost jsem zaznamenala v souvislosti s terminologickým zakotvením další účastnice výzkumu, Martiny. Tato poradkyně naopak využívala odbornou terminologii bez sebemenšího zaváhání. Dokladem je např. právě její charakteristika

¹⁵² Srov. kapitola 2.1 Spiritualita, s. 23 – 24.

¹⁵³ Myšleno před složením zkoušky poradce pro pozůstalé před autorizovanou osobou.

spirituality: „*U mě jako...spiritualita je takový soubor konstitutivních znaků typických pro danou osobu. Je to vlastně takovej ten soubor těch nejvnitřnějších, těch nejzákladnějších jistot, charakteristik toho každého jedince.*“ (Martina) Na otázku vazby mezi spiritualitou a religiozitou uvedla stejná komunikační partnerka:

„*Tak já vidím to, že ta spiritualita je širší pojem než teda ta religiozita. Religiozita to je už určitý vztah člověka k nějakému souboru myšlenek, jednání...který ten soubor je zkrátka pro určité náboženství typický, ano? Takže ta spiritualita je uvnitř a to náboženství je více takové to vnější. A je to konkrétně pojatá už spiritualita, určitým způsobem zacílená.*“ (Martina)

Obdobně jasné rozlišení spirituality a religiozity jsem zaznamenala např. i u Jarmily, která rovněž zdůrazňuje vnitřní prožitek spirituality: „*Já tu spiritualitu беру už hodně za niternou věc, a že obřady vidím spíš jako ty projevy religiózní...*“ (Jarmila) Tento názor je v souladu s pojetím např. Slezáčkové, která říká, že náboženství je v mysli dnešních lidí spojeno spíše s institucionalizací víry, spiritualita je potom chápána jako cesta vnitřního rozvoje atp.¹⁵⁴

Vlastní pohled na spiritualitu vyjádřila Anežka, vycházejíce ze své dlouholeté praxe, těmito slovy:

„*Já i na základě zkušeností s nemocnými nejenom s umírajícíma nebo s pozůstalýma (...). Ta spiritualita je pro mě velmi široká. Já myslím, že je opravdu možné tu spiritualitu rozdělit na takovou náboženskou a nenáboženskou. A samozřejmě část pacientů nebo těch pozůstalých spadá do té první kategorie, do té náboženské. Opravdu si myslím, že často ta spiritualita nenáboženská, opravdu v tom nejširším slova smyslu, otázky po smyslu života, po nějakém naplnění, po nějakých hodnotách, po nějakém ukotvení, po nějaké smysluplnosti existence a tak dál.*“ (Anežka)

Nenáboženské pojetí spirituality dotazované je dle mého názoru ovlivněno stejně jako u Dorky nebo Jarmily myšlenkami logoterapie ve smyslu hledání nejvyššího smyslu života člověka.¹⁵⁵ K této tezi se připojuje i Martina, když tvrdí: „*Jako ta potřeba smyslu je tam neobyčejně intenzivní. (...) potřebují lidé najít ten smysl.*“ (Martina)

Také Irena prezentovala svoji typologii klientů z hlediska jejich spirituality:

¹⁵⁴ Srov. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 157.

¹⁵⁵ Srov. FRANKL, Viktor E. *Psychoterapie a náboženství. Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2007.

„(...) znám spoustu lidí, kterým se to prolíná (oblast spirituality a religiozity, pozn. autorky), (...) je pro ně ta religiozita nějak důležitá (...) ale zároveň to pro ně není dogma. Prolíná se jim do toho něco z jiných náboženství, nebo jenom něco takového, co je prostě, co je přesahuje. Ale zase znám spoustu lidí, kteří to mají odděleně hodně, kteří prostě buď absolutně netihnou k žádný církvi, spíš se tomu vyhýbají tomu zaškatulkování někam a ty duchovní věci pojmají jako, že vědí, že je něco (...) slovy mých klientů, vím, že je něco mezi nebem a zemí a věřím tomu, ale zároveň nemaj vazbu nikam, na něco tak nějak konkrétního. Žijou si tak nějak po svém a hledaj si to svoje. Čtou třeba knížky z různých typů náboženství nebo i třeba esoterika se jim do toho prolíná. Prostě cokoliv takového. A pak zase znám lidi, kteří to maj hodně striktně, prostě ano, moje církve je ta pravá církev a všechno ostatní, tam shledávám něco, co mi neseď. Může to být napevno, ale zase (...) je to hodně individuální.“ (Irena)

Tato poradkyně vyjadřuje respekt k autonomii svých klientů a jejich spirituální dimenzi osobnosti. Přesto z jejího vyjádření vyplývá podle mého názoru přesvědčení, že člověk by si měl najít svoji vlastní spirituální cestu (např. i na základě četby literatury a dalších pramenů). Potvrzuje tedy názor, že zdroje spirituality nemusí být vázány na jednu duchovní tradici, ale mohou využívat i dalších zdrojů.¹⁵⁶ Příslušnost k církvi označuje dotazovaná Irena jako „zaškatulkování se“, což může odrážet až její odmítavý postoj k náboženským společnostem. Tuto moji tezi ostatně sama potvrdila v průběhu výzkumného rozhovoru. Je přesvědčena, že církve příliš důrazně udávají směr, kterým se má spiritualita členů společenství ubírat, což ale může být v rozporu s jejich vnitřním nastavením.

Typologii spirituality nabízí také poradkyně Vladimíra, která rozlišuje oblast spirituality na dvě dimenze. První z nich je světonázorová, v níž se setkávají lidé stejného filosofického či náboženského založení. Druhou dimenzí je dimenze lidská, v níž se sbližují dvě a více lidských bytostí, kteří nachází společnou řeč, i když se na mnohém neshodnou. Jsou schopni navázat hluboká přátelství, i přes množství názorově odlišných stanovisek. Proto se podle Vladimíry může stát, že jsou si lidé z křesťanských denominací bližší s člověkem z jiné církve než s příslušníkem vlastní farnosti nebo sboru.

4.2. Změny ve spiritualitě pozůstalých očima poradců

Až na Anežku všechny účastnice výzkumu shodně odpovídaly, že v souvislosti s úmrtím blízkého člověka může docházet ke změnám ve spirituální oblasti. A ani

¹⁵⁶ Srov. VOJTÍŠEK, Zdeněk – DUŠEK, Pavel – MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012, s. 25.

Anežka tyto změny nevylučuje, pouze s ní nemá empirickou zkušenost ze svého profesního působení. „*Jako hypoteticky to může mít nějaký vliv, ale z toho vzorku (svých klientů, pozn. autorky), co si vybavuju, si to nemyslím. Nanejvýš si někdo pak tak položí otázku, jestli teda neudělal něco, že by ho Bůh potrestal....jestli to není jako trest za něco.*“ (Anežka) Tato poradkyně dochází k závěru, že si v této obtížné životní situaci začne člověk klást nové otázky (související např. s možnými pocity viny), které by si za jiných okolností možná nepoložil. „*Že si třeba ty otázky položí bez toho, aby si je dřív kladl...*“ (Anežka) Grün je přesvědčen, že mnozí křesťané, kteří získali negativní představy o Bohu, vytrvale krouží kolem svých vin. Mnozí depresivní lidé dle něj nedokáží věřit v odpouštění, protože podleli fixní ideji, že za svou vinu musí zaplatit.¹⁵⁷ Konbzul v této souvislosti vyjadřuje svoje přesvědčení: „Milovat a nechat si odpustit je známkou nejen lidské, ale i křesťanské zralosti.“¹⁵⁸

Na otázku, zda se domnívá, že u svých pozůstalých klientů mohou nastávat v souvislosti se zármutkem a truchlením změny v oblasti spirituality, odpověděla Dorka: „*No já myslím, že tam většinou dochází ke změně celého hodnotového systému.*“ (Dorka) Tato dotazovaná tedy zahrnuje do možných změn hierarchii hodnot člověka. Podle Slezáčkové hodnoty úzce souvisí s tématem spirituality, neboť tvrdí, že otázka smysluplnosti života je velmi těsně spjata s otázkami motivace, hodnot, cílů a právě spirituality. Rovněž připomíná, že význam smysluplnosti se naplno odkrývá v případech, kdy nám život ukáže svou odvrácenou tvář,¹⁵⁹ což dokládají i výsledky mého výzkumu, neboť téma hledání smyslu ztráty pozůstalých vyslovují účastnice výzkumu opakovaně.

Dorka identifikuje i změny v oblasti religiozity. „*A může to být, že i člověk začne věřit, když byl nevěřící, nebo třeba že i jde do toho kostela nebo jde do nějaké náboženské společnosti.*“ (Dorka) Stejně tak Martina je přesvědčena, že „*ve chvílích největší tísně se člověk obrací k nějakému transcendentnu, ve smyslu konkrétního Ty. Není to něco abstraktního.*“ (Martina) V citaci výpovědi Martiny zaznívá odkaz na křesťanské poselství.

Obdobně Jarmila říká, že smrt blízkého člověka je pro pozůstalého: „*(...) mezní zkušenost, kde se ta víra testuje v něčem nebo ten přístup k životu.*“ (Jarmila) Dana tuto tezi potvrzuje na základě zkušenosti s jednou pozůstalou matkou: „*(...) ta našla svoji*

¹⁵⁷ Srov. GRÜN, Anselm. *Deprese jako šance. Spirituální impulzy*. Praha: Portál, 2009, s. 87.

¹⁵⁸ KONZBUL, Pavel. *Naslouchání. Kázání a zamyšlení v liturgickém roce C*. Brno: Cesta, 2015, s. 85.

¹⁵⁹ Srov. SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 130.

cestu přes ztrátu dítěte.(...) Je to živá bytost, která teď rozdává. Ona teď zase frčí na buddhismu, různých takových věcech. Je strašně spokojená.“ (Dana) Poradkyně u této své klienty implicitně vysledovala prvky posttraumatického rozvoje,¹⁶⁰ které dává do souvislosti s úmrtím dcerky své klientky. Klientka, jak soudí poradkyně, našla svůj nový smysl života v pomoci jiným lidem, což jí do života přináší uspokojení.¹⁶¹ Navíc se jí, podle Dany, rozšířil spirituální pohled, neboť se začala zajímat o myšlenky východního náboženství, buddhismu a dalších směrů. Také Irena se ve své praxi setkala s ženou, katoličkou, které po smrti svého muže imponovalo téma minulých životů. Uvěřila mu, přestože dříve tento koncept odmítala z důvodu nesouladu s učením římskokatolické církve. Změna v oblasti spirituality po úmrtí blízkého člověka může tedy zahrnovat i posun v životním zaměření, včetně hledání nových forem spirituality, či religiozity nebo jejich prohloubení.

Možné důvody změn v dimenzi religiozity u pozůstalých zachytila jedna z účastnic výzkumu následovně:

„Možná se ty témata pohybovaly právě kolem, nebo ta víra se nějak rozšiřovala, od toho, že aby měli nějakou naději, že něco je, že něco přesahuje a že třeba (...), že se s tím člověkem třeba můžou ještě někdy setkat. Nebo že to úplně neskončilo, že přijde nějaký čas, kdy něco. Anebo u žen se to dost objevovalo, takovýto – a on vlastně o mě ten zemřelý manžel všechno ví a slyší mě a vidí, co dělám.“ (Irena)

Víra tedy podle Ireny nabízí pozůstalým vztah k tomu, „co nás přesahuje“ a naději na opětovné setkání se zesnulým. V citaci z rozhovoru s touto účastnicí výzkumu dále zaznělo, že některé její klientky, vdovy, pokračují ve vztahu se zesnulým, již bez jeho fyzické přítomnosti, a žijí ve stínu jeho, jimi subjektivně vnímané, kontroly.

Dana je přesvědčena, že je rozhodující, „*jak ten člověk uchopí tu ztrátu a záleží také, kdo to je ten jeho nejbližší* (který zemřel, pozn. autorky).“ (Dana) Změny ve spiritualitě pozůstalých jsou ovlivněny mnoha faktory. Např. Dorka se vyjádřila ke změnám v souvislosti s věkem zesnulého:

„(...) že když třeba zemře mladší, tak většinou se ty lidi opravdu ptají hodně, proč k tomu došlo, kdo za to může nebo proč se to stalo. Možná více se pátrá po těch jako důvodech, než když je to třeba v tom vyšším věku. Takže si myslím, že tu otázku smyslu té ztráty, se více řeší u těch klientů mladších.“ (Dorka)

¹⁶⁰ Srov. MAREŠ, Jiří. *Posttraumatický rozvoj*.

¹⁶¹ Více k tématu nápomocné role spirituality v zármutku a truchlení viz kapitola 4.3.1. Oblast spirituality jako faktor usnadňující zármutek a truchlení.

Obdobně Irena pracovala se starším sourozencem, který prožíval silné pocity nespravedlnosti, že jeho mladší bratr zemřel. Objevovale se u něj tzv. vina za přežití. Stejně tak Rando, konstatuje, že zemře-li dítě nebo mladý člověk, jsou jeho blízcí postaveni před množstvím faktorů, které jejich proces vyrovnávání se se smrtí komplikují.¹⁶²

Tuto tezi potvrzuje i Kateřina, když komparuje možné prožitky pozůstalých po starším a mladším zesnulém:

„Když umře starý člověk, přirozenou smrtí, stářím, tak tam možná aji dokáže to příbuzenstvo...sice se trápí, ale tak si říkají, 'tak dobře, tak jsme tady s babičkou žili dlouho, babička na nás třeba bude koukat se shora a nemáme problém vzpomínat, vyprávět si o ní příběhy hezký'. Ale když je to mladý člověk, tak tam se spíš člověk noří do těch negativních věcí, 'proč odešel on?', 'to je nespravedlivý!', 'je tady teda ten Bůh?', a 'k čemu ten život vlastně je?'“ (Kateřina)

V této citaci zaznívá zpochybnění existence Boha v souvislosti s bolestí spojenou s předčasným úmrtím, které považujeme za nespravedlivé a mnohdy nepochopitelné. O tom, že si mnozí kladou po úmrtí blízkého otázky o dobrotě, laskavosti a existenci samotného Boha pojednává i Kushner.¹⁶³ Kateřina také připomíná, že smrt mladého člověka u některých pozůstalých vyvolává krizi smyslu života, což doloží i následující citace. Dotazovaná Dorka v ní dává do souvislosti se změnami v oblasti spirituality kromě věku zesnulého i okolnosti úmrtí:

„To je si myslím, jak s tím věkem...třeba u těch sebevražd, tam je to ještě výraznější, pokud se neví, proč člověk zemřel, proč se zasebevraždil, tak to toho pozůstalého člověka více trápí a o to více si klade otázku toho, ty spirituální otázky...proč nebo jako to má smysl proč právě mně se to stalo nebo proč právě já jsem zůstala jako pozůstalá.“ (Dorka)

„Vědomí smyslu je tím, co nám výrazně napomáhá zvládat náročnější životní situace a udržovat si, popřípadě znovu obnovit narušenou duševní pohodu a vyrovnanost.“¹⁶⁴ Frankl je přesvědčen, že život má smysl i v té nejtěžší situaci, sám přitom prožil hrůzy koncentračního tábora.

Rovněž Martina je přesvědčena, že ke změnám ve spirituální oblasti v souvislosti s úmrtím blízké člověka dojit:

¹⁶² Srov. RANDO, Therese A., *Grief*, s. 383 – 401.

¹⁶³ KÜSHNER, Harold S. *Když se zlé věci*, s. 19.

¹⁶⁴ SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce*, s. 130.

„Může tam dojít k hlubokému otřesu, ke krizi víry až mnohdy. To vidím třeba, když zemře dítě nebo mladá maminka. Takže u toho jejího partnera...zamává to s ním. A otřese to. Takže ta otázka: proč? Jako málokdy ta otázka po smyslu úmrtí nezazní.“ (Martina)

Na eventualitu krize víry, jejímž spouštěčem je ztráta blízkého člověka, poukazuje i Špatenková.¹⁶⁵ Opět se v předchozí výpovědi objevuje odkaz na hledání smyslu ztráty, který je jednou z klíčových myšlenek logoterapeutického přístupu. Frankl tuto skutečnost vysvětluje: „(...) Má-li život vůbec nějaký smysl, pak jej musí mít i utrpení.“¹⁶⁶

Zkoumané změny dává Martina do souvislosti, stejně jako Dorka, s věkem zesnulého a životními okolnostmi. Martina vidí rozdíl mezi typem ztráty (anticipovaná a neanticipovaná) a spiritualitou, kdy vyrovnávání se s úmrtím usnadňuje v případě anticipované ztráty možnost rozloučit se, *„když se ten život nějak uzavře, řekne se sbohem.“* (Martina)

Naopak Dorka nesouhlasí s tezí, že na smrt blízkého je možné se nějakým způsobem přichystat:

„I když víme, že třeba je anticipovaná ztráta, člověk má nějaký čas na to se s tím vypořádat, tak pozůstalý to takto nepopisují. Nevidí rozdíl v anticipované a neanticipované ztrátě ve vztahu ke spiritualitě nebo k prožívání toho truchlení (...). Učebnice jako popisují, že se dá připravit na tu smrt, ale to prostě tak není, že...“ (Dorka)

Dorka tedy na základě svých zkušeností rozporuje Wordenovu tezi, že reakce pozůstalých na anticipovanou smrt bývají mírnější.¹⁶⁷ Zkušenosti Martiny jeho koncept naopak potvrzují.

Znovu se krátce vrátím k otázce možnosti rozloučení se s umírajícím, kterou také Kateřina považuje za velmi důležitou. Popsala mi spolupráci s jednou klientkou ve středním věku, které náhle zemřel manžel při autonehodě cestou do práce. Krátce předtím se partneři, kteří jinak prožívali spokojené manželství, pohádali a před mužovým odjezdem kvůli přetrvávajícímu sporu spolu nepromluvili. Obě ženy musely hledat cesty, jakými by se mohla vdova rozloučit s manželem po jeho skonu (nakonec

¹⁶⁵ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 71.

¹⁶⁶ FRANKL, Viktor E. *A přesto říci životu ano. Psycholog prožívá koncentrační tábor*. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 78.

¹⁶⁷ Srov. WORDEN, William J. *Grief Counseling*, 217 – 244.

pozůstalá napsala velmi osobní dopis, který spolu s posledním dárkem vložila zesnulému do rakve). Poradkyně na tuto situaci vzpomíná se slovy:

„Tam přesně nastane ten moment, kdy si najednou člověk uvědomí, jak je hrozně důležitý, aby lidi zahodili ty nesmyslný hádky a kvůli hloupostem (...). Aby si užívali každou chvíličku, každou vteřinku toho života, uměli říkat: 'mám tě rád', 'chci být s tebou', 'je hezky', prostě užívat si každou chvíličku.“ (Kateřina)

4.3. Role spirituality v životě pozůstalých očima poradců

4.3.1. Oblast spirituality jako faktor usnadňující zármutek a truchlení

Všechny účastnice výzkumu se shodly, že jimi subjektivně ohraničená oblast spirituality může proces truchlení a prožitek zármutku usnadňovat. Důvody nyní shrnu prostřednictvím identifikovaných kódů: dodání a potřeba smyslu ztráty (Jarmila, Dana, Anežka, Martina, Dorka, Veronika), sociální opora společenství (Jarmila, Dorka), opora ve vyšší instanci (Jarmila), znalost, kam ztrátu zařadit (Dana), nápomocná role rituálů (Dana, Kateřina), usnadnění rozhodování v praktických věcech (Anežka), víra v Boha (Dana, Kateřina, Anežka, Vladimíra, Veronika), specifické pokračování vztahu se zesnulým (Dana, Veronika), víra v opětovné setkání se zesnulým (Kateřina, Veronika, Dana).

Dana v průběhu výzkumného rozhovoru vzpomínala na klientku, jejíhož syna našli oběšeného:

„ale ona si nemyslí, že se oběsil. Myslí si, že je to vražda. To ona dělala různé rituály a teď je jako v pohodě. Ona byla dost taková černá, ta maminka, taková strašně smutná, ale teď jako (...) tak mi připadá lepší. A ona jako věří v Boha a věří v napojení na to dítě.“ (Dana)

Tato poradkyně tedy za nápomocný faktor v zármutku a truchlení považuje rituály (má na mysli rituály církevní, ale i osobní vycházející z individuálních potřeb každého člověka), víru v Boha a možnost specifického zachování vztahu i po smrti blízkého člověka. V tomto případě považuji za důležitou i skutečnost, že Danina klientka nepřijímá oficiální závěr policie týkající se příčin smrti syna, což může potvrzovat názor

Špatenkové, že jedním ze způsobů, jak se rodiny sebevrahů vyrovnávají s vinou a doprovodnými pocity studu, je odmítnutí hypotézy sebevraždy.¹⁶⁸

O skutečnosti, že rituály mohou zármutek a truchlení usnadňovat je přesvědčena na základě svých dlouholetých zkušeností i další z poradkyň tvrdí: „*Já si myslím, že lidi, dělají strašnou chybu, když nedělají pohřby...*“ (Kateřina) Rituály mohou dle ní vnést do zjištěné situace alespoň částečné uklidnění a řád. Vypozorovala, že věřící lidé jsou častěji ochotni pohřeb uspořádat, cítí to jako svoji povinnost i vůči zesnulému a jeho posmrtné existenci.

„Převážná část věřících lidí považuje takový ten přechod do toho jiného světa. (...) kdy pro ně tento pozemský svět skončil. A oni vlastně tím přechodem, tou smrtí, přecházejí do další dimenze a k tomu vlastně patří to rozloučení, v kostele, s farářem a všemi těmi náležitostmi, které k tomu patří.“ (Kateřina)

Zajímavé je, že Kateřina si všímá individuálních rozdílů ve věrouce věřících osob, neboť zaznamenala, že pouze „*převážná část věřících*“ zastává daný názor.

Dorka si během rozhovoru připomněla klientku, již ztráta blízkého člověka vnesla do života impuls k hledání nových cest na pouti svým životem. S jednou pozůstalou:

„se kterou jsem pracovala, jsme jako mluvily o smyslu jejího života, což já považuji, že to spadá do té oblasti spirituality a tam ta otázka smyslu života jí pomohla určit vlastně to, co chce v životě dělat nebo v čem by chtěla být prospěšná. A to si myslím, že pokud mám od ní zpětnou vazbu, tak podařilo se nám najít aktivity, ve kterých se uplatňuje a to jí pomohlo vlastně zpracovat i to komplikované truchlení. A nevím, jestli je to úplně ukázkový vzor, ale u ní si myslím, že měla ta otázka spirituality opravdový význam. A to bylo teda komplikované truchlení. Posunulo ji to...začala více myslet na sebe...podařilo se jí vyhradit si čas i sama na sebe. Dalo by se říct, že v tom byla sama, bez podpory rodiny.“ (Dorka)

V poslední větě výše uvedené citace se znovu potvrzuje názor, že na poradce pro pozůstalé se často obracejí lidé, kteří nenaleznou ze svého pohledu dostatečnou oporu ve svém sociálním okolí.¹⁶⁹

Značný důraz na pomoc a podporu ze strany okolí klade i Jarmila, když mluví o náboženských komunitách: „*to společenství hodně pomáhá, ty vztahy mezilidský.*“ (Jarmila) V tomto bodě ale poradkyně zdůrazňuje, že se musí jednat opravdu o zdravě fungující společenství. I Rotter tvrdí: „Ve chvíli, kdy snášíme utrpení, nám pomáhá

¹⁶⁸ ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Pozůstalí po sebevrazech*. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 119 – 123.

¹⁶⁹ Srov. kapitola 1.2 Poradci pro pozůstalé.

pozornost a láska bližních.¹⁷⁰ Stejný autor dále uvádí, že pomoc trpícím je důležitým úkolem pro každé lidské společenství, neboť může velmi pomoci snášet těžký úděl.¹⁷¹ Ostatně i apoštol Pavel nabádá v 1Tm (5,3) k péči „o vdovy, které jsou skutečně opuštěné.“

Další nápomocnou funkci spirituality vnímá Jarmila v souvislosti s konceptem přesahu, prostřednictvím kterého charakterizovala oblast spirituality: „(...) že se jako lidi můžou o něco opřít, že můžou něco i pustit.“ (Jarmila) Všechna tíha zármutku a truchlení tedy neleží pouze na nich, což mohou v obtížné situaci vnímat jako úlevu.

Veronika v písemném záznamu zachytila kazuistiku klientky, která prožívala sociálně neuznaný zármutek související s absencí sociální opory okolí:

„(...) klientka (nevěřící) měla vztah se ženatým mužem, který náhle zemřel na selhání srdce, velmi ho milovala, ale protože to byl neformální vztah, nemohla dát najevo svou bolest, nemohla truchlit, protože nikdo nechápal, proč by měla. Tato klientka se více jak rok trápila, byla hyperaktivní, probíhalo u ní komplikované truchlení, neměla se komu svěřit, nebyl, kdo by jí naslouchal. Tak se upnula na to, že on tam nahoře někde, že na ní dává pozor a že odešel, protože ona je silnější, aby tu bolest zvládla, a že se jednou potkají. To jí pomohlo lépe zvládnout bolest z jeho ztráty.“ (Veronika)¹⁷²

Klientce podle poradkyně pomohlo ujištění o smyslu smrti partnera, a že pokud měl jeden z mileneckého páru umřít, byl to on, neboť „ona je silnější, aby tu bolest zvládla (...).“ Tento názor klientku zkompetentnil ke zvládnutí situace; sama sebe ubezpečila, že svoji bolest překoná. Její postoj ji dále dodává pocit bezpečí, neboť je pod stálou ochranou svého milého, s nímž se později znovu setká.

Kateřina mi zprostředkovala pro ni překvapující zkušenost s klientkou v seniorském věku po ztrátě dospělé dcery:

„Ona byla vždycky věřící člověk (...). I když je to už sedmý rok (po ztrátě dcery, pozn. autorky), ona nachází útěchu u toho Boha. Ona se neptá, že je to nespravedlivé, že jí Bůh sebral dceru tak mladou a ona zůstala sama na tom světě. (...) ona nenachází pochopení ve svém okolí, ale Bůh ji pochopí a respektuje, že má tu bolest pořád v sobě.“ (Kateřina)

¹⁷⁰ ROTTER, Hans. *Osoba*, s. 78.

¹⁷¹ Tamtéž, s. 79.

¹⁷² Obdobnou zkušenost s prožitkem subjektivně vnímaného „dozoru“ zesnulého u vdov jsem již prezentovala v předchozí kapitole v citaci z rozhovoru s Irenou na s. 50.

Tato klientka si musela sama pro sebe objevit způsob, jak se s úmrtím dítěte naučit žít, což komplikovala absence podpory sociálního okolí. Pozůstala potřebovala ujištění, že má právo truchlit tak dlouho jak potřebuje a má právo najít si vlastní individuální cesty vyrovnávání se s bolestí. Tato klientka nachází pochopení a respekt u Boha. Rotter souhlasí: „Právě tím, že v Boha důvěřujeme i v utrpení, nacházíme velkou pomoc. Bůh nás sice neušetří utrpení, které s sebou přináší život na tomto světě, ale dám nám sílu toto utrpení unést, pokud mu důvěřujeme.“¹⁷³

Analogicky Veronika se uvedla: „*lidé, kteří věří v Boha, lépe akceptují ztrátu milovaného člověka než ti, kteří nemají žádnou víru...*“ (Veronika)

Také Anežka je přesvědčena, že oblast spirituality, respektive religiozity, usnadňuje zármutek a truchlení „*u těch, kteří jsou věřící, tam je to nosný hodně.*“ (Anežka) Na základě svých zkušeností vyvozuje poznatek, že jsou věřící lidé více ochotni připravovat se na blížící se smrt i ve smyslu zabezpečení praktických záležitostí (pozůstalost, rozhodnutí o podobě pohřbu atp.) „*Jsou na to připraveni, berou to jako součást, prostě patří to k tomu náboženskému životu.*“ Ti, co nejsou takto ukotveni „*nechtějí přemýšlet o smrti, nechtějí to nějak moc otevírat tyhle témata. Spíš se snaží tomu vyhnout. Nebo hůř se to otevírá.*“ (Anežka)

4.3.2. Oblast spirituality jako faktor komplikující zármutek a truchlení

Na tom, zda může oblast spirituality zármutek a truchlení naopak komplikovat, se poradkyně pro pozůstalé neshodly. Některé z nich tuto myšlenku na základě svých zkušeností odmítají (Anežka, Vladimíra). Jiné vyjadřují svůj souhlas s tím, že spiritualita může životní situaci pozůstalých rovněž ztěžovat (Dorka, Dana, Kateřina, Martina, Veronika, Jarmila, Irena). Mezi identifikovanými kódy jsem zaznamenala spirituální stigmatizaci pozůstalých ze strany křesťanských společenství (Dorka, Jarmila, Irena); spiritualita ve formě touhy „jít za zesnulým“ (Kateřina); spiritualita v podobě zloby (Martina, Veronika); zneužití spirituality jako magie (Martina); spiritualita jako cesta duše nasměrovaná chybným směrem (Dana).

Možnou komplikaci spatřuje Dorka v obtížném uchopení některých témat vztahujících se k příčinám smrti v křesťanských společenstvích, v nichž může docházet ke stigmatizaci truchlících. Poukazuje přitom na pozůstalé po sebevrazech, ale

¹⁷³ ROTTER, Hans. *Osoba*, s. 78.

domnívám se, že obdobná stigmatizace může nastat i v případě pozůstalých po zesnulých, kteří byli nakaženi virem HIV či trpěli onemocněním AIDS, popř. skonali na následky autonehody nebo úrazu pod vlivem drog či alkoholu.

„Tak třeba v tom křesťanství nejsou ty sebevraždy...jo, sice jsou tolerované, ale jakoby, že pro ty lidi věřící je to těžké třeba pak ve vztahu k té komunitě, třeba jim říct, že můj manžel se zasebevraždil, takže v tomhle může být takový ten blok, proč to neventilují, proč o tom třeba nechtějí mluvit. Že tam ta stigmatizace, i ta spirituální stigmatizace, že tam může být. Náboženství může lidi stigmatizovat např. v tom vztahu k těm sebevraždám.“ (Dorka)

Znovu tedy poukazuje na specifika okolností skonu a sociální oporu pozůstalého, což jsou faktory výrazně ovlivňující způsob vyrovnávání se se ztrátou. Dorčina slova potvrzuje i Preissová Krejčí:

„Církev, v tomto případě hovoříme konkrétně o nejpočetnější církvi v ČR, tedy církvi katolická, toto břímě nepomáhá nést, alespoň ne oficiálně. Přístup církve při dopadech sebevražděného chování na její členy není stále čitelný. Infámie, která byla v minulosti se sebevrahy a jejich rodinami spojována, není pouze historickým jevem. Pouze forma jejího dopadu je mírnější. Hroby sebevrahů jsou na hřbitovech, jejich pohřby se čas od času odehrávají s církevní asistencí, pozůstalí nejsou vždy znectěni.“¹⁷⁴

Kateřina popisuje případ ze své rodiny, kdy uvádí kazuistiku svojí babičky věřící v Boha, *„která do kostela nechodila, ale měla takovou tu víru, že po smrti něco existuje.“* (Kateřina) Vdova po smrti milovaného manžela, s nímž sdílena velmi hluboký vztah, ztratila smysl života, přestože žila uprostřed výborně fungující a podporující rodiny:

„A dědeček umřel a babička, byť byla plná síly, žila v domě, kde bylo plno lidí, plno dětí (...). Tak babička najednou se rozhodla, že odejde za dědou. A to byl její jediný cíl umřít, odejít za dědou a do měsíce zemřela. Ona jediný co opakovala, že tady prostě bez dědy nezůstane, že to byl její jediný cíl (...). To bylo úplně poprvý, co jsem viděla, když někdo dokáže zemřít z lásky.“ (Kateřina)

Pro pozůstalé bylo babiččino odhodlání zemřít, „jít za dědečkem“, nepochopitelné a i s odstupem si poradkyně vyčítá, že situaci nebyla schopna zabránit. Uvědomuje si však, že babička z tohoto světa odejít skutečně chtěla, pomáhalo jí přitom vědomí, že se její blízcí o sebe postarají i ve smyslu vyrovnání se s její smrtí.

¹⁷⁴ PREISSOVÁ KREJČÍ, Andrea. Infámie sebevrahů včera a dnes. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 114 – 115.

Martina na otázku, zda byla ve své praxi konfrontována s tím, že oblast spirituality byla faktorem komplikujícím zármutek a truchlení, odpověděla:

„To je hodně těžká otázka. Většinou jsem se setkala, a to je drtivá většina, kdy spiritualita jako opravdu pomáhá. Pomáhá, zmírňuje, i ten smutek, než aby to komplikovala. To jsou naprosto ojedinělé případy a je to vždy jen na přechodnou dobu. Když se třeba jako může objevit vztek, třeba i vůči osudu. Třeba i na osud se vztekají, že takto zasáhl, takhle jako fakt náhle, nepředvídaně a tak krutě strašně (...) do těch rodinných vztahů. Ale to jen určitá fáze, která přejde. Většinou...Samozřejmě jak u každého může být různě dlouhá.“ (Martina)

Hněv pozůstalých se může, v určité fázi truchlení, obracet i vůči lékařům v nemocnici, personálu, ale i vůči Bohu. Martina také potvrzuje skutečnost, že truchlení je záležitostí zcela individuální.

Obdobný názor jako Martina zastává i další dotazovaná: *„(...) tuším moment, kdy věřící člověk, prožívá zlobu na Boha a víru, že mu vzal milovaného člověka, je to pouze můj laický pohled.“ (Veronika)* Veronika opětovně vyjadřuje nejistotu z vlastní interpretace religiózních prožitků svých klientů, která pramení z toho, že nepatří do žádné z církví a označuje se za nevěřící (ale nikoliv ateistku).¹⁷⁵

Martina, která je sama praktikující věřící, také upozorňuje na možnost:

„zneužívání spirituality jako magie (...). Člověk to ale nemá jako za zlé těm lidem a nehodnotím to vůbec nějak negativně, protože zase chápu, že hledají pomoc, kde se dá. Takže proč ještě nevyzkoušet i tohle. To spektrum je široké, například čerpají tu sílu ze stromů. Někdo zase jako z kamenů.“ (Martina)

Během rozhovoru dávala Martina neverbálně najevo svůj výrazný nesouhlas s touto spirituální cestou, která podle ní může ohrožovat psychický stav a duchovní život dotyčného. Martina si ale uvědomuje nutnost akceptace rozhodnutí klienta, kterou potvrzuje slovy: *„Člověk jako nemůže brát tu víru, jako plně respektuje.“ (Martina)*

Svůj názor vyjadřuje i Dana, která nejprve obhájí nápomocný přínos spirituality: *„Já si myslím, že spiritualita není negativní (...). Já to mám hodně spojený s duší a ta duše se usmívá.“ (Dana)* Dále však vyslovuje podmínku, že cesta duše musí být nasměrována správným směrem, tj. že člověk musí žít v souladu sám se sebou. Chybně pojatá spiritualita může dle Dany ublížit člověku tím, že nežije autentickým způsobem života a je proto nespokojen. Uvádí příklady pozůstalých, kteří pod vlivem tragické

¹⁷⁵ Srov. OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních*, s. 21.

události skonu svého blízkého rezignovali na život a už na tomto světě pouze přežívají bez radosti a naděje na zlepšení své životní situace. Analogický názor nabízí Rotter, který tvrdí, že k utrpení je možné zaujmout pozitivní postoj (vyzráváme, jsme silnější), ale i negativní postoj, kdy v utrpení rezignujeme, jsme zoufalí, zahořklí a nepřístupní.¹⁷⁶

4.3.3. Oblast spirituality jako ambivalentní faktor v zármutku a truchlení

Nejméně výzkumných dat jsem zjistila o ambivalentní roli v zármutku a truchlení u klientů v jedné fázi smutku pohledem poradců pro pozůstalé. Ambivalentní roli v zármutku a truchlení identifikuje Jarmila (podpora komunitou, ale zároveň neumožnění autentického prožitku), Dorka (nemožnost stanovit hranice dimenzí osobnosti) a Vladimíra (útěcha ve víře a zároveň obavy z nejisté formy posmrtné existence zesnulého).

V níže uvedené citaci Jarmila komparuje možné způsoby vyrovnávání se se smrtí blízkého u věřících a nevěřících:

„U těch věřících je to těžší v něčem (...). Tam je ten paradox, že jako mají v něčem oporu té církve nebo nějakýho kontextu, ve kterým se pohybují, což může pomoci jim v něčem. Ale zároveň na druhou stranu je to může brzdit. Dostat se k takovému tomu jako opravdovému prožitku. Jít ještě kousek za to, co je v té církvi jako podpora ...“ (Jarmila)

Církev dle ní mohou bránit prožitku hlubších, autentických emocí. Obdobný názor zastává Irena, která je přesvědčena, že církev příliš jednostranně určují spirituální směr svých členů.¹⁷⁷ Tuto tezi potvrzuje i Prokop, který tvrdí, že nevěřící (nebo nepraktikující věřící) mohou mít větší myšlenkovou svobodu při hledání odpovědi na své spirituální otázky.¹⁷⁸

Jinou odpověď, která ambivalenci nevyklučuje, přináší Dorka. Opětovně zdůrazňuje nutnost individuálního přístupu ke klientům a poukazuje na nemožnost ohraničit hranice spirituality: *„je to hrozně individuální, do toho vstupuje tolik faktorů. My nemůžeme při práci s klienty identifikovat...to je teď to spirituální. A buď to vede dopředu toho klienta, nebo ho to může poškodit.“* (Dorka) Poradce podle Dorky mnohdy neví, zda se

¹⁷⁶ Srov. ROTTER, Hans. *Osoba*, s. 71 – 72.

¹⁷⁷ Srov. citace Ireny na s. 48.

¹⁷⁸ PROKOP, Jiří. *Spiritualita*, s. 20.

při práci s klientem pohybuje na poli potřeb spirituálních nebo psychických. Pro jeho práci to však z pohledu dotazované není vždy podstatné.

Vladimíra zase pracovala s věřící klientkou, katoličkou, které náhle zemřel nevěřící manžel. Tato žena pro sebe nacházela velkou útěchu ve své víře, ale byla znepokojena nejistotou, v jakém stadiu posmrtné existence se nachází její zesnulý choť. Obávala se, že dost možná nedosáhl nebe, neboť tam se dostává člověk, který zemřel ve stavu posvěcující milosti; další variantou je peklo, tam přijde ten, kdo zemřel v těžkém hříchu a očištec nabízející možnost očištění pro ty, kdo zemřeli v lehkém hříchu.¹⁷⁹

4.4. Další témata vzešlá z výzkumu

V této kapitole představím některá další témata, která jsem identifikovala ze zjištěných dat, a přestože souvisí s danou problematikou a považuji je za zajímavá, nevedou přímo k zodpovězení hlavní výzkumné otázky.

Překvapujícím výzkumným zjištěním pro mě byla skutečnost, že přestože žádná z rozhovorových otázek nebyla explicitně zaměřena na vlastní spiritualitu poradců, se všemi komunikačními partnerkami, s nimiž jsem vedla rozhovor, jsme o tématu jejich vlastní spirituality diskutovaly. Ať již v průběhu výzkumného rozhovoru nebo po jeho skončení při neformálním rozhovoru; impuls k otevření tématu vždy vzešel od účastnic výzkumu. Jedním z možných vysvětlení je varianta, že poradkyně mají potřebu tuto problematiku sdílet, ale ve svém každodenním životě k tomu nemají příležitost. Tuto tendenci jsem zaznamenala jak u poradkyň věřících v Boha a hlásících se k nějaké církvi, tak u žen sice věřících, ale bez církevního zázemí.

Poradkyně Veronika, která na otázky odpověděla prostřednictvím emailu, dokonce chápe svůj postoj k náboženství pro práci poradkyně pro pozůstalé jako nevýhodu: „(...) *nemám zkušenosti jako věřící člověk, nikdo (z řad klientů, pozn. autorky) se mě nikdy neptal na to, zda věřím v Boha, jen já sama jsem se cítila hůře, že nemám znalosti v této oblasti a nemohu nabídnout modlitbu atd.*“ (Veronika) Tato účastnice výzkumu je přesvědčena, že jako „tradiční“ věřící by svým klientům mohla nabídnout širší nabídku služeb. Svoji nejistotu v přístupu k práci s tématem spirituality dokládá následující výrok: „*jsem nevěřící, ale pokud by bylo třeba, klientovi řeknu pravdu a pomohu mu najít poradce, co je věřící...*“ (Veronika) Sama sebe označuje v této souvislosti za laika, proto, v případě potřeby či přání klienta, je připravena odkázat dotyčného pozůstalého

¹⁷⁹ Srov. HALÍK, Tomáš. „Poslední věci“, s. 71 – 78.

na poradce věřícího, kterého tato poradkyně považuje za lépe připraveného k práci se spirituálními otázkami.

Dalším významným tématem nad rámec hlavní výzkumné otázky byly způsoby práce poradců se spirituálními tématy na konzultacích s truchlícími klienty. Ve shodě s poznatky z odborné literatury se poradkyně shodly na nutnosti individuálního přístupu ke klientům, protože: „*Co člověk to příběh a ten příběh se pokaždý něčím lišil.*“ (Irena) Stejně tak Špatenková zdůrazňuje, že každý klient je jiný a i kdyby se jednalo o obdobný typ ztráty, vždy se jedná o neopakovatelné a jedinečné truchlení.¹⁸⁰ Odlišnými cestami poradkyně přistupují k otevírání spirituálních témat, některé z nich čekají na impuls od klienta, až si získají jeho důvěru a on sám začne o těchto věcech hovořit (např. Martina, Anežka), jiné se jich na tuto oblast lidského života přímo zeptají (např. Dana).

Poradkyně, které se zúčastnily mého výzkumu, rovněž uváděly, že se jim lépe pracuje s klienty, kteří o své spiritualitě (případně religiozitě) otevřeně mluví a tuto dimenzi svojí osobnosti odkrývají v procesu poradenství pro pozůstalé.

„Vlastně můžu říct, že vždycky se mně líp pracovalo s klienty, kteří v něco věřili. Kterí jako to nějak měli...takoví ti, co už od dveří prohlašovali, mě ten můj blízký zemřel a já jsem ateista, nevěrec, spíš nějak technicky, vědecky to musím mít podložený, prostě s tím přesahem se dobře pracuje, protože ty lidi, to je potřeba natukávat, aby člověk nešlápl vedle, aby jim něco nepodsouval.“ (Irena)

Potřeba respektovat sebeurčení každého klienta je jedna ze základních premis poradenství pro pozůstalé.

Nedostatek pozornosti věnované spiritualitě v rámci vzdělávání pociťuje Dorka, která se domnívá, že vedení k uvědomování si vlastní spirituality by mělo být zahrnuto v penzu učiva, s nímž jsou seznamováni žáci / studenti již od základních škol. Spirituální témata by měla procházet rozličnými oblastmi vyučovaných předmětů a neměla by, podle Dorky, být ztotožňována oblast religiozity a spirituality.

„Já si myslím, že ta spiritualita je hodně opomíjená i v rámci vzdělávání a prostě třeba u těch pomáhajících pracovníků je potřeba, aby o tom věděli a uměli mluvit a já ze svých zkušeností mám takový pocit, že ti naši studenti o tom ani nechtějí mluvit, nejsou na to připraveni. Téma spirituality by se mělo probírat na základních a středních školách nejen v rámci náboženské výchovy nebo náboženství.“ (Dorka)

¹⁸⁰ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 10 – 11.

Závěr a doporučení do praxe

V úvodu diplomové práce jsem si položila hlavní výzkumnou otázku: "Jakou roli hraje spiritualita pozůstalých klientů v zármutku a truchlení očima profesionálních poradců pro pozůstalé?"

Při hledání odpovědi jsem nejprve konceptualizovala základní pojmy a uvedla čtenáře do kontextuálních souvislostí. V první kapitole teoretické části jsem otevřela téma konfrontace se smrtí v dnešní společnosti, představila koncepty zármutku a truchlení a přiblížila životní situaci pozůstalých po anticipované i neanticipované ztrátě blízkého člověka. Dále jsem čtenářům představila povolání poradce pro pozůstalé a zasadila působení poradců do oblasti pomáhajících profesí. Poslední část teoretického oddílu je věnována spiritualitě, specifikům křesťanské spirituality a roli spirituality v zármutku a truchlení.

Metodická část odkrývá metodické zázemí výzkumu, který byl realizován kvalitativní výzkumnou strategií prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s vybranými poradkyněmi pro pozůstalé. Popisují zde průběh výzkumu, způsob zpracování kvalitativních dat a pozornost jsem soustředila i na etické aspekty šetření.

V analytické části již prezentuji výsledky svého výzkumu, které rovněž komparuji s teoretickými kořeny. Účastnice výzkumu podávaly rozličné pohledy na oblast spirituality. Ve shodě s teorií rovněž uváděly, že spiritualita je jakousi nadmnožinou religiozity, chápou ji ve větší šíři než náboženskost. V některých z odpovědí se objevovaly i prvky křesťanského pojetí spirituality, kdy spiritualita zahrnuje víru v Boha. Spiritualita, jak vyplývá z výsledků výzkumu, je tedy chápána jako oblast hlubokého nitra člověka, prostor přesahu a přemýšlení o smyslu lidského života, který je vždy konečný, teritorium lidské duše, soubor nejvnitřnějších a nejzákladnějších jistot, víru v něco nebo v někoho, duchovní zaměření člověka a duchovnost.

Změny ve spiritualitě související se smrtí blízkého člověka se mohou projevat zvraty v hodnotovém řebříčku pozůstalých, nalezením nových forem nebo prohloubením spirituality, ale také krizí, ořesením víry a ztrátou nebo obtížným hledáním smyslu života v nových podmínkách, již bez zesnulého. Tyto změny dávají mnohé poradkyně, účastnice výzkumu, do souvislosti s věkem zesnulého a okolnostmi jeho skonu. Tyto dva faktory totiž prožitek zármutku a proces truchlení významně ovlivňují. Dalším důležitým prvkem, který vstupuje do procesu vyrovnávání se se ztrátou blízkého člověka, je sociální opora okolí pozůstalého.

Komunikační partnerky považují oblast spirituality za činitel, který pozitivním způsobem vstupuje do životní situace pozůstalých. Spiritualita může pomoci v hledání smyslu ztráty, důležitá je také sociální opora náboženských společenství, nalezení opory ve vyšší instanci. Poskytuje také znalost, kam ztrátu zařadit. Nápomocná je také role rituálů a překvapivě může oblast spirituality usnadňovat rozhodování pozůstalých v praktických věcech (např. v přípravě na vlastní smrt u věřících osob). Pozůstalí také nacházejí útěchu ve víře v Boha a ve specifickém pokračování vztahu se zesnulým vycházející z myšlenky, že vzájemná láska smrtí nekončí. Víra jim také dodává naději v opětovné setkání se zesnulým.

Spiritualita však může také situaci komplikovat, např. tím, že dotyčný je stigmatizován okolnostmi smrti svého blízkého (např. u sebevraždy). V tomto případě se pozůstalý může cítit vyčleněn z křesťanského společenství. Spiritualita také někdy nabývá různých, pro poradce mnohdy hůře akceptovatelných, podob (např. magie). Člověk také v jisté fázi truchlení může prožívat velký vztek na Boha, který, z jeho pohledu, smrt blízkého dopustil. Riziko je také, z pohledu jedné účastnice výzkumu, v chybném nasměrování spirituality, kdy člověk nežije v souladu se svojí duší a je proto nespokojen.

Spiritualita může vstupovat do zármutku a truchlení také protichůdně, kdy člověk v jedné fázi truchlení sice např. zažívá podporu ze strany náboženské komunity, ale jeho církev mu zároveň neumožňuje plně autentické prožití obtížné situace. Pozůstalí také sice mohou nacházet útěchu ve své víře, ale znepokojuje je představa posmrtného života zesnulých.

Dále přináším několik doporučení do praxe, které vycházejí z mých poznatků nejen z průběhu výzkumu, ale i z fáze jeho přípravy. Někteří z poradců se do výzkumu odmítli zapojit z důvodu obav, že se k tématu spirituality nebudou umět vyjádřit. Proto se domnívám, že by Asociace poradců pro pozůstalé mohla uspořádat seminář, v němž by byly představeny rozličné pohledy na spiritualitu a možnosti, jak s tímto fenoménem pracovat v praxi poradenství pro pozůstalé. Seminář by mohl být inspirován logoterapeutickým přístupem, který mimo jiné pracuje se spirituálními, ale nenáboženskými, tématy, což by poradcům zajistilo bezpečný prostor. Myslím, že je mezi poradci pro pozůstalé potřeba rozšířit povědomí, že spirituální rozměr se týká každého člověka, tedy i jich samotných, a může, ale nemusí, jít ruku v ruce s religiozitou.

Během výzkumu jsem také identifikovala úzkou provázanost vlastní spirituality poradců pro pozůstalé s jejich pohledem na spiritualitu truchlících klientů a jejich potřebu téma osobní spirituální cesty otevírat. Došla jsem proto k závěru, že na supervizích poradců by této dimenzi měl být věnován větší prostor. Zvažuji i zorganizování supervize tematicky zaměřené právě na oblast spirituality pomáhajících pracovníků – poradců pro pozůstalé.

Dalším doporučením je vytvoření adresáře vybraných spolupracujících duchovních, zástupců registrovaných církví a náboženských společností, s nimiž by mohli poradci spolupracovat a odkazovat na ně podle potřeb své klienty na základě jejich náboženské, popř. spirituální orientace. Věděli by přitom, že konkrétní duchovní je připraven na konfrontaci s tématy souvisejícími s umíráním a smrtí a je ochoten respektovat zásady poradenství pro pozůstalé. Tento seznam by také mohl být zveřejněn na webových stránkách Asociace poradců pro pozůstalé a jeho sestavení by musela předcházet důkladná příprava.

Závěrem bych chtěla poděkovat všem kolegům z řad poradců pro pozůstalé, neboť jsem si při psaní této práce opětovně uvědomila odvahu, s níž vstupujeme do životní situace truchlících s cílem alespoň částečně zmírnit jejich bolest. Moje zvláštní poděkování patří PhDr. Mgr. Naděždě Špatenkové, Ph.D., která je propagátorkou poradenství pro pozůstalé v naší zemi a díky které jsem se stala poradkyní pro pozůstalé také já. Jsem za to moc ráda.

Seznam použitých zkratek

AIDS	syndrom získaného selhání imunity (Acquired ImmuneDeficiency Syndrome)
atp.	a tak podobně
č.	číslo
DVO	dílčí výzkumné otázky
Flp	List svatého apoštola Pavla Filipanům
HIV	virus lidského imunodeficitu (Human Immunodeficiency Virus)
HVO	hlavní výzkumná otázka
Jb	Kniha Job
Ko	List svatého apoštola Pavla Kolosanům
např.	například
pozn.	poznámka
roč.	ročník
s.	strana / strany
srov.	srovnej
Tm	List svatého apoštola Pavla Timotejovi
tzv.	takzvaný / takzvaná / takzvaně
z.s.	zapsaný spolek

Seznam literatury

- Asociace poradců pro pozůstalé. *O nás*. [2016-06-06]. <<http://poradci-pro-pozustale.cz/>>.
- BARRY, William A. – CONNOLLY, William A. *Praxe duchovního doprovázení*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2009.
- BARTUŠKOVÁ, Ludmila. Spirituální dimenze nemoci. *Psychosom*, 2013; 11 (1), s. 25 – 32.
- BENEŠOVÁ, Jarmila. Seniorů přibýlo. Nejvíce na Karlovarsku. *Statistika@my* 2016, ročník 6, č. 1, s. 20 – 21.
- Bible a morálka. Biblické kořeny křesťanského jednání*. Papežská biblická komise. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010.
- Bible. Písmo svaté Starého a Nového zákona*. Český ekumenický překlad. Praha: Česká biblická společnost, 2001.
- DAVIES, Douglas J. *Stručné dějiny smrti*. Praha: VOLVOX GLOBATOR, 2007.
- DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost. Příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum, 1993.
- DOHNALOVÁ, Zdeňka – MUSIL, Libor. Přínos sdružení Dlouhá cesta pro matky a rodiny vyrovnávající se se ztrátou dítěte. *Sociální práce/Sociálna práca* 2008, roč. 8, č. 2, s. 106 – 120.
- DOHNALOVÁ, Zdeňka – NEČASOVÁ, Mirka – RÍDLOVÁ, Renáta. Institucionalizace poradenství pro pozůstalé v ČR v kontextu postmoderní doby z pohledu sociální práce. *Sociální práce/Sociálna práca* 2016, roč. 16, č. 2, s. 39 – 56.
- DVOŘÁKOVÁ, Petra. *Proměněné sny. Deset rozhovorů o iluzích a deziluzích, které přináší víra*. Brno: Host, 2006.
- ELIAS, Norbert. *O osamělosti umírajících*. Praha: Nakladatelství Franze Kafky, 1998.
- FILIPÍ, Pavel. *Kdo slyší můj nářek? Poselství kajících žalmů*. Třebenice: Mlýn, 1997.
- FIRTHOVÁ, Pam – LUFFOVÁ, Gill – OLIVIERE, David. *Ztráta, změna a zármutek v kontextu paliativní péče*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu, 2007.
- FRANKL, Viktor E. *A přesto říci životu ano. Psycholog prožívá koncentrační tábor*. Praha: Karmelitánské nakladatelství, 2006.
- FRANKL, Viktor E. *Psychoterapie a náboženství. Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2007.
- GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000.
- GÉRINGOVÁ, Jitka. *Pomáhající profese – tvořivé zacházení s odvrácenou stranou*. Praha: Triton, 2011.
- GILBERT, Guy. *Tváří v tvář utrpení*. Praha: Portál, 2014.
- GRÜN, Anselm. *Deprese jako šance. Spirituální impulzy*. Praha: Portál, 2009.
- GRÜN, Anselm. *Život je teď: Umění stárnout*. Praha: Portál, 2010.
- HALÍK, Tomáš. „Poslední věci“ v křesťanské tradici. In ONDRAČKA, Lubomír – KROPÁČEK, Luboš – HALÍK, Tomáš a kol. *Smrt a umírání v náboženských tradicích současnosti*. Praha: Cesta domů, 2010, s. 71 – 78.
- HALÍK, Tomáš. *Co je bez chvění není pevné*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010.
- HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Thanatologie. Nauka o umírání a smrti*. Praha: Galén, 2007.
- JANKOVSKÝ, Jiří. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton, 2003.
- KAST, Verena. *Truchlení. Fáze a šance psychického procesu*. Praha: Portál, 2015.

- KONZBUL, Pavel. *Naslouchání. Kázání a zamyšlení v liturgickém roce C*. Brno: Cesta, 2015.
- KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál, 2011.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál, 2004.
- KUBÍČKOVÁ, Naděžda. *Zármutek a pomoc pozůstalým*. Praha: ISV nakladatelství, 2001.
- KÜSHNER, Harold S. *Když se zlé věci stávají dobrým lidem*. Praha: Portál, 2005.
- LACHMANOVÁ, Kateřina. *Karikatury Boha*. [2016-06-06].
<<http://www.vira.cz/Texty/Clanky/Karikatury-Boha.html>>.
- LEWIS, Clive Staples. *Čtyři lásky*. Praha: Návrat domů, 1997.
- LOPEZ, Shane J. – PEDROTTI, Jennifer Teramoto – SNYDER, C. R. *Positive Psychology. The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Los Angeles: Sage, 2015.
- LOUČKOVÁ, Ivana. *Integrovaný přístup v sociálně vědním výzkumu*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2010.
- MACHULA, Tomáš. Základní etické teorie. In FISCHER, O. – MILFAIT, R., a kol. *Etika pro sociální práci*. Praha: Jabok, 2008, s. 46 – 58.
- MARKOVÁ, Monika. *Sestra a pacient v paliativní péči*. Praha: Grada. 2010.
- MAUER, Miloš. Utrpení, nemoc, hledání smyslu. In VÁCHA, Marek – KÖNIGOVÁ, Radana – MAUER, Miloš. *Základy moderní lékařské etiky*. Praha: Portál, 2012, s. 63 – 97.
- McGRATH, Alister E.(ed.). *Blackwellova encyklopedie moderního křesťanského myšlení*. Praha: Návrat domů, 2001.
- Ministerstvo pro místní rozvoj. *Kvalifikace poradce pro pozůstalé*. [2016-06-07]. [2016-06-06]. <<http://www.mmr.cz/cs/Podpora-regionu-a-cestovni-ruch/Pohrebnictvi/Kvalifikace-poradce-pro-pozustale>>.
- MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody psychologického výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2006.
- Národní soustava kvalifikací. *Hodnotící standard Poradce pro pozůstalé* (kód: 69-020-M).
- Národní soustava povolání. *Poradce pro pozůstalé*. [2016-06-06]. <http://katalog.nsp.cz/karta_p.aspx?id_jp=101680&kod_sm1=20cz>.
- NEŠPOROVÁ, Olga. *O smrti a pohřbívání*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2013.
- OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorační situace u nás. Analýzy a výhledy*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1996.
- OPATRŇÝ, Aleš. Nemocní. In MARTINEK, Martin a kol. *Praktická teologie pro sociální pracovníky*. Praha: Jabok, 2008, s. 140 – 146.
- OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace zvláštních skupin*. Červený Kostelec: Pavel Merkvart, 2014.
- OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001.
- PAPEŽ FRANTIŠEK. *Laudato Si'. Bud' pochválen. Encyklika o péči o společný domov*. Praha: Paulínky, 2015.
- PARKES, Colin Murray – RELFOVÁ, Marilyn – COULDRICKOVÁ, Ann. *Poradenství pro smrtelně nemocné a pozůstalé*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu, 2007.
- PARKES, Colin Murray. *Bereavement. Studies of Grief in Adult Life*. London: Penguin Books, 1996.

- PETRUSEK, Miloslav. *Teorie a metoda v moderní sociologii*. Praha: Univerzita Karlova, 1993.
- PREISSOVÁ KREJČÍ, Andrea. Infámie sebevrahů včera a dnes. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 109 – 118.
- PROKOP, Jiří. *Spiritualita umírajících pacientů*. Disertační práce. Brno: Masarykova univerzita, 2006.
- PŘIDALOVÁ, Marie. Proč je moderní smrt tabu? *Sociologický časopis* 1998, roč. 34, č. 3, s. 347 – 361.
- RANDO, Therese A. *Grief, Dying, and Death: Clinical Interventions for Caregivers*. Champaign: Research Press, 1984.
- RAWSON, Penny. *Heaven touching Earth. Spirituality or psychopathology? In Bereavement and Loss*. Milton Keynes: United p. c. publisher, 2014.
- REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing, 2009.
- ROHR, Richard. *Skryté věci. Písmo jako spiritualita*. Brno: Cesta, 2009.
- ROTTER, Hans. *Osoba a etika*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 1997.
- ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem. Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2006.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007.
- SAMOJSKÝ, Petr. *Spiritualita (nejen) pro skeptiky*. Praha: Unitaria, 2014.
- SHELDRAKE, Philip. *Spiritualita a historie. Úvod do studia dějin a interpretace křesťanského duchovního života*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2003.
- SILVERMAN, David. *A very short, fairly interesting and reasonably cheap book about qualitative research*. London: Sage Publications, 2007.
- SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce pozitivní psychologií: Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2012.
- SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: Člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: Barrister @ Principal, 2007.
- SOKOL, Jan. *Člověk a náboženství. Proměny vztahu člověka k posvátnému*. Praha: Portál, 2004.
- STRAUSS, Anselm – CORBINOVÁ, Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu*. Brno: Sdružení Podané ruce – Boskovice: Nakladatelství Albert, 1999.
- SZABO, Miloš. *Zpověď? Ne! ...nechci! neumím! nezvládnou to!* Brno: Cesta, 2015.
- ŠIKOVÁ, Jiřina. *Vyhoštěná smrt*. Praha: Kalich, 2013.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda – KOTRLÝ, Tomáš – BĚHOUNKOVÁ, Tereza. Konstitucionalizování formalizované péče o pozůstalé. *Sociální práce/Sociálna práca* 2010, roč. 10, č. 2, s. 109 – 113.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství pro pozůstalé. Principy, proces, metody*. Praha: Grada, 2013.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Pozůstalí po sebevrazech*. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 119 – 123.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Profesionalizace poradenství pro pozůstalé. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 139 – 144.

- ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Terminologické vymezení základních pojmů – umírání, smrt, zármutek a truchlení. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda et al. *O posledních věcech člověka. Vybrané kapitoly z thanatologie*. Praha: Galén, 2014, s. 31 – 43.
- ŠPATENKOVÁ, Naděžda. Ztráta jako krize a krize jako ztráta. In ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kol. *Ztráta jako krize a krize jako ztráta*. Praha: Grada, 2011, s. 56 – 57.
- ŠPIDLÍK, Tomáš. *Spiritualita křesťanského východu. Systematická příručka*. Velehrad: Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 2002.
- ÚLEHLA, Ivan. *Umění pomáhat. Učebnice metod sociální práce*. Praha: Slon, 2005.
- VÁCHA, Marek Orko. *Kéž bych pod hvězdami dobře odtančil svůj tanec*. Brno: Cesta, 2010.
- VÁCHA, Marek. *Modlitba argentinských nocí*. Brno: Cesta, 2011.
- VÁVROVÁ, Soňa. *Doprovázení v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012.
- VIRT, G. *Žít až do konce: Etika umírání, smrti a eutanazie*. Praha: Vyšehrad, 1999.
- VOJTÍŠEK, Zdeněk – DUŠEK, Pavel – MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2012.
- WORDEN, William J. *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner*. New York: Springer Publishing Company, 2009.
- YALOM, Irvin D. *Pohled do slunce. O překovávání strachu ze smrti*. Praha: Portál, 2008.
- ŽIŽLAVSKÝ, Martin. *Metodologie pro sociální politiku a sociální práci*. Brno: Masarykova univerzita, 2003.

Přílohy

Příloha č. 1

Desatero pro pozůstalé¹⁸¹

1. Zapojte se do přípravy pohřbu.
2. Věnujte pozornost tomu, co jíte a pijete.
3. Zachovejte pokud možno normální režim.
4. Posuďte svůj zdravotní stav.
5. Hovořte o zemřelém člověku.
6. Dovolte si truchlit.
7. Udělejte si čas na truchlení.
8. Dovolte si zlostné pocity.
9. Dovolte druhým, aby vám pomáhali.
10. Nebojte se vyhledat / požádat o pomoc.

¹⁸¹ Srov. ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Poradenství*, s. 179.

Příloha č. 2

Stručné představení účastnic výzkumu

Jarmila se orientuje na doprovázení umírajících a poradenství pro pozůstalé. Věnuje se většinou práci s pozůstalými po anticipované ztrátě, pomáhá jí přitom její dřívější zkušenost s doprovázením onkologicky nemocného člena rodiny, který zemřel v její přítomnosti. Nejčastěji pracuje s pozůstalými seniory, kteří prožívají sociálně neuznaný smutek. Zajímá ji rovněž téma alternativních způsobů rozloučení.

Dana při své práci využívá svých životních zkušeností s dlouhodobou péčí a následně smrtí blízkého člena rodiny. Pracuje ve sféře doprovázení umírajících a poradenství pro pozůstalé. Převažuje u ní práce s doprovázením neformálních pečovatелů a příjemců péče (nevléčitelně nemocných a umírajících). Specializuje se na problematiku umírání a smrti dětí a mladých lidí. Zajímá ji v této souvislosti téma sourozenců nevléčitelně nemocných dětí a pozůstalých bratrů a sester.

Dorka se profesně orientuje na paliativní a hospicovou péči a doprovázení umírajících a pozůstalých. Zabývá se rovněž krizovou intervencí. Aktivně působí především ve sféře vzdělávání v uvedených oblastech, ale má i zkušenosti s přímou prací s truchlícími klienty. Zajímá se o téma perinatální ztráty dítěte a významu pohřebních rituálů v postmoderní společnosti.

Irena ve své praxi propojuje psychoterapeutický přístup a poradenství pro pozůstalé. Pracuje pouze s dospělými klienty; neposkytuje poradenské služby pozůstalým rodičům, neboť v této oblasti nemá osobní zkušenost, kterou považuje za nápomocnou při kontaktu s touto skupinou pozůstalých. Pracuje s pozůstalými po anticipované i neanticipované ztrátě.

Kateřina se nevěnuje doprovázení umírajících, ale pouze pozůstalých po anticipované i neanticipované ztrátě. Poskytuje poradenství tváří v tvář, ale i distanční formou. Zajímá ji téma pohřebních rituálů v postmoderní společnosti a hledání cest k alternativním životním rozloučením. Angažuje se v diskusi o zkvalitnění a zmodernizování nabídky pohřebních služeb, aby více vyhovovala individuálním potřebám pozůstalých.

Anežka je odbornicí v oblasti doprovázení umírajících a pozůstalých především po anticipované ztrátě. Pracuje rovněž s rodinnými příslušníky nemocných, kteří jsou hospitalizováni, popřípadě již byli předáni do domácí péče. Domnívá se, že neformální pečovatelé jsou velmi opomíjenou skupinou, což následně ztěžuje jejich proces vyrovnávání se se ztrátou blízkého člověka (příjemce péče). Nabízí i doprovázení prostřednictvím modlitby.

Martina rovněž doprovází umírající, jejich blízké a pozůstalé především po anticipované ztrátě. Nejčastěji pracuje se seniory a pozůstalými rodiči. Poskytuje krizovou intervenci a poradenství pro pozůstalé. Při práci se podle svých slov často zaměřuje na spirituální dimenzi osobnosti, která stojí v centru pozornosti jejího zájmu. Nabízí i doprovázení prostřednictvím modlitby.

Vladimíra jako jediná z účastnic výzkumu odmítla pořízení digitálního záznamu z rozhovoru z důvodu trémy a obav, že nebude odpovídat autenticky. Pracuje se všemi skupinami pozůstalých zejména po anticipované ztrátě; je často přítomna i oznamování úmrtí blízkého pozůstalým. Pokud tito chtějí, pokračuje s nimi ve spolupráci formou krizové intervence a poradenství pro pozůstalé. Také ona nabízí doprovázení ve společné modlitbě.

Veronika odpovídala na sadu rozhovorových otázek prostřednictvím emailu. Osobní setkání by pro ni bylo komplikované z důvodu značného pracovního vytížení. Tato poradkyně se zaměřuje na distanční formu poradenství pro pozůstalé se všemi cílovými skupinami truchlících.