

Obsah

Úvodem	9
1. Proč poradenství pro pozůstalé?	13
2. Kdo provádí poradenství pro pozůstalé?	21
Svépomocné skupiny pro pozůstalé	23
Pomoc laiků, resp. dobrovolníků	27
Pomoc profesionálů	31
2.1 Poradce pro pozůstalé a jeho kompetence	35
Supervize	43
Péče o sebe sama	45
2.2 Poradce pro pozůstalé jako profesní kvalifikace	48
3. Co je poradenství pro pozůstalé?	55
3.1 Specifika poradenství pro pozůstalé	59
3.2 Principy poradenství pro pozůstalé	62
1. Pomoc pozůstalým v akceptaci jejich ztráty	63
2. Pomoc pozůstalým identifikovat své pocity a vyjádřit je	65
3. Pomoc pozůstalým žít dál bez zemřelého	67
4. Podporovat pozůstalé v emocionálním odpoutávání od zemřelého	68
5. Poskytnout pozůstalým prostor a čas pro truchlení	72
6. Interpretovat „normální“ reakce na ztrátu	72
7. Respektovat individuální rozdíly v truchlení	74
8. Poskytovat pozůstalým kontinuální podporu	74
9. Prozkoumat obranné mechanismy a copingové strategie pozůstalých	75
10. Identifikovat potíže a doporučit adekvátní pomoc	76

3.3 Průběh poradenského procesu	77
1. Příprava poradenského procesu	78
2. Fáze vzájemného přijetí účastníků poradenského procesu	79
3. Porozumění problému	80
4. Hledání cest k řešení problému	89
5. Ukončení poradenského procesu	90
4. S kým probíhá poradenství pro pozůstalé?	91
Individuální poradenství	94
Párové poradenství	95
Rodinné poradenství	97
Skupinové poradenství	98
4.1 Problémová klientela	106
Klienti přicházející pozdě	106
„Absentující“ klienti	107
„Nekomunikující“, mlčící klienti	108
Intoxikovaní klienti	109
Agresivní klienti	109
Manipulativní klienti	110
Klienti se sklonem k sebevraždě	111
Klienti se sklonem k vraždě	113
Klienti s mentálním handicapem	115
Klienti prožívající několikanásobnou ztrátu	116
5. Kdy probíhá poradenství pro pozůstalé?	119
5.1 Členění procesu truchlení	123
Metafora hory hoře	126
6. Kde by mělo poradenství pro pozůstalé probíhat?	131
6.1 Distanční poradenství pro pozůstalé	138
6.2 Nutné podmínky poradenství pro pozůstalé	143
Pozůstalý se cítí přijatý	144

Poradce je vůči klientovi autentický	144
Poradce je empatický	147
Poradce a klient vytvářejí vztah důvěry	148
7. Kolik má být poradenství pro pozůstalé?	151
7.1 Komplikované truchlení	153
8. Jak vypadá poradenství pro pozůstalé?	159
8.1 Jak nemá poradenství pro pozůstalé vypadat	160
Používání eufemismů místo „silných“ slov	160
Obava zmínit se o zemřelém	161
Rozpačitá práce s pláčem	161
Neadekvátní nebo nadměrný fyzický kontakt	162
Podléhání mýtům o truchlení	163
Dávání „dobrých rad“	164
Poskytování „planých útěch“	165
Hraní si na spasitele	166
Překračování hranic	167
Ezoterika, okultismus a spiritismus	167
Nezvládání problémů	168
8.2 Jak má poradenství pro pozůstalé vypadat	170
8.3 Metody a techniky poradenství pro pozůstalé	178
Práce s biografií	180
Evokující jazyk	181
Využití metafor	181
Cirkulární dotazování	182
Psaní	183
Album vzpomínek	184
Archiv vzpomínek	185
Čtení	186
Arteterapeutické techniky	188
Hudba	192

Rodinné rituály	193
Sociální rituály	194
Vzpomínkové akce	197
Řízená imaginace	198
Kognitivní restrukturační	199
Hra	199
9. Modely poradenství pro pozůstalé	203
9.1 Klinický model	204
9.2 Model chaosu	210
9.3 Dualistický model	221
9.4 Model „znovupoznání“	231
9.5 Šest „R“ model	234
9.6 Úkolový model	237
Závěrem	247
Přílohy	253
Příloha 1: Desatero pro pozůstalé	253
Příloha 2: Přemýšlení o mém vlastním pohřbu	254
Příloha 3: Dotazník zaměřený na vědomí sebe samého – konfrontace s tématy života a smrti	258
Příloha 4: Hodnoticí standard poradce/poradkyně pro pozůstalé	261
Příloha 5: Hodnoticí standard průvodce/průvodkyně umírajících a pozůstalých	271
Seznam literatury	281