

Anna Pabiańczyk

EDUKACJA RODZINY W ZAKRESIE TANATOLOGII. INTERPRETACJA WYNIKÓW BADAŃ WŁASNYCH

Wprowadzenie

Trudno jest rodzinom pogodzić się z faktem odejścia kogoś bliskiego. Nawet jeżeli wydaje im się, że są do tego przygotowani, nawet kiedy czują, że śmierć jest nieuchronna i jest wybawieniem chorego od cierpień. W chwili śmierci nie pozwala się bliskiemu spokojnie odejść. Egoistyczną miłością pragnie się przedłużyć agonię tak długo, jak tylko jest to możliwe. Rodzina wierzy w to, że dopóki żyje ciało, choćby tylko dzięki podłączonym do niego maszynom, jest jakaś nadzieja. Nikt nie tłumaczy, że czasem wystarczy być z chorym i trzymać go za rękę, aby śmierć była spokojniejsza.

Niniejszy artykuł ma na celu przeanalizowanie i omówienie niektórych ze sposobów zapobiegania kryzysowi związanemu ze śmiercią bliskiej osoby; stanowi próbę „oswojenia ze śmiercią”, wskazuje możliwości uzyskania fachowej pomocy po śmierci bliskiego oraz konieczność edukacji młodzieży w zakresie tanatologii na poziomie szkół średnich.

Opracowanie zawiera interpretację wyników badań własnych przeprowadzonych na oddziale opieki paliatywnej w Krakowie, w hospicjach (Kraków, Limanowa, Miechów) oraz w Liceum Ogólnokształcącym nr 3 w Krakowie. Badaniami objęto 23 pracowników oraz 91 uczniów. Podstawowymi technikami sondażowymi, które umożliwiły zebranie materiału badawczego były wywiad jawny, skategoryzowany i indywidualny (19 pracowników), wywiad pogłębiony, narracyjny, jawny i indywidualny (4 pracowników) oraz ankieta (uczniowie). Materiał empiryczny został poddany głównie analizie jakościowej.

„Oswajanie śmierci”

Śmierć jest przejściem do innego wymiaru, do świata, za którym tak naprawdę wszyscy tęsknimy, do świata, w którym nie ma przyziemnych pragnień, dążeń, niepowodzeń, niesprawiedliwości. Jest dobro, spokój, miłość – tak przynajmniej zakłada większość religii. Jeśli śmierć to gwarantuje – dlaczego nie oczekiwać jej w spokoju? Trudno jest nawet rozpocząć rozmowę o śmierci nie tylko osobom, które utraciły kogoś bliskiego. Jak namówić osoby zdrowe do rozważań na tematy, które ich bezpośrednio nie dotyczą? Można pokusić się o pytanie, czy w ogóle, a jeżeli tak to gdzie – śmierć jest „oswojona”? Bo jeżeli jest takie miejsce, to pewnie łatwiej się tam o umieraniu rozmawia. Nasuwa się jedna odpowiedź – to hospicjum. Czy faktycznie w hospicjach można przygotować się do odejścia bliskiej osoby? Odpowiedzi na to pytanie udzielili pracownicy tych placówek. Śmierć nie jest przez pracowników lubiana. O ile w ogóle można akceptować śmierć to tylko taką, która niesie wybawienie od męki fizycznej i cierpień psychicznych. Czasem jednak i im trudno jest pogodzić się z odejściem pacjenta. Czasem i oni, którzy na co dzień przebywają tak blisko śmierci, nie rozumieją jej. Mimo tych obaw i wątpliwości większość osób pracujących z umierającymi zwraca uwagę na konieczność prowadzenia rozmów na tematy tanatologiczne. To skuteczny sposób na to, aby spróbować ją oswoić.

Tabela 1. Sposoby przygotowania młodzieży do śmierci (wg pracowników)

Lp.	Sposoby przygotowania młodzieży do śmierci	Liczba osób
1.	Rozmowa; śmierć nie jest tematem tabu	14
2.	Towarzystwo osobie umierającej	2
3.	Brak odpowiedzi	3
Razem		N=19

Trzeba nauczyć się głośno i otwarcie mówić o cudzie śmierci tak, jak mówi się o cudzie narodzin. Tylko dialog pozwoli rodzinie na rozwianie wątpliwości i problemów związanych z lękiem, wiarą. Często bliscy potrzebują zapewnień, że życie jest tylko etapem, a śmierć jest kluczem, który otwiera w naturalny sposób drzwi do lepszego świata. Takie filozoficzno-psychologiczne rozważania pomagają osobom zdrowym zrozumieć sens umierania, a wtedy łatwiej jest się pogodzić ze śmiercią. Śmierć współcześnie traktowana jest jako jeden z tematów tabu, którego bezpieczniej jest nie poruszać.

Stanowisko pracowników warto porównać z przekonaniem młodzieży, jakie ma ona w związku z tak samo postawionym pytaniem („Jak można przygotować młodych ludzi do śmierci?”). Respondenci również i w tym przypadku podkreślają wartość rozmów na tematy tanatologiczne (59,3% badanych uczniów). Młodzież jest zdania, że to najprostsze być może rozwiązanie może okazać się najskuteczniejsze.

Tabela 2. Sposoby przygotowania do śmierci (wg młodzieży)

Lp.	Sposób przygotowania młodzieży do śmierci	Liczba uczniów	Wskaźnik procentowy
1.	Rozmowa	54	59,3
2.	Nic można przygotować	16	17,6
3.	Uświadomienie, że to początek nowego życia	5	5,5
4.	Kontakt z ludźmi starszymi, umierającymi	4	4,4
5.	Przygotowanie duchowe, religijne	2	2,2
6.	Unikanie myślenia o śmierci	2	2,2
7.	Inne	8	8,8
Razem		N=91	100%

W związku z taką odpowiedzią pojawia się pytanie: na kim spoczywa obowiązek prowadzenia rozmów dotyczących śmierci? Przede wszystkim na rodzicach. Skoro jednak rodzice bywają nieprzygotowani do prowadzenia dialogu z dziećmi, obowiązek ten spoczywa na szkole, przede wszystkim zaś na pedagogach, nauczycielach. Jeżeli ponad połowa badanych uczniów i zdecydowana większość pracowników uważa za najlepszy sposób przygotowania do śmierci rozmowę, to można wnioskować, że takich dialogów nie prowadzi się. Dlaczego tak się dzieje? Ta forma przygotowania do śmierci wymaga ze strony rozmówcy ogromnego wycucia i indywidualnego podejścia do każdej rodziny, a czasem nawet każdego jej członka z osobna. Rozmowa o śmierci z bliskimi chorego ma na celu uświadomienie rodzinie faktycznego stanu jego zdrowia, pozwala jej zrozumieć, że niedługo może go zabraknąć. To również podkreślanie potrzeby kontaktu z umierającym w ostatnich chwilach jego życia. „Oswajanie ze śmiercią” to nie tylko rozmowa o umieraniu, to także możliwość powiadomienia rodziny o procedurach związanych z pogrzebem. Zdarza się bowiem i tak, że to nie zgon, a związany z nim pochówek stanowi źródło największego zdenerwowania rodziny. Trudne to rozmowy...

Pracownicy zwracają też uwagę, że można zbliżyć się do problematyki śmierci poprzez obcowanie z nią (patrz tabela 1). Towarzyszenie osobie umierającej w jej ostatniej drodze może przezwyciężyć u osoby zdrowej lęk przed śmiercią. To prawie mistyczne zetknięcie życia i śmierci. Jedną z możliwości obcowania z ludźmi terminalnie chorymi jest wolontariat w ośrodkach hospicyjnych, oddziałach opieki paliatywnej. Wolontariuszem może zostać praktycznie każdy, kto zgłosi się do placówki opiekującej się osobami umierającymi. Musi jednak przejść szkolenie, które odpowiednio przygotowuje ochotnika do niesienia pomocy pacjentom. Uczestnictwo w takim kursie jest także obowiązkowe dla wykwalifikowanych pielęgniarek, lekarzy, którzy chcą rozpocząć pracę z osobami terminalnie chorymi. Po ukończonym kursie wolontariusz podejmuje pierwsze czynności pod nadzorem profesjonalnie przygotowanego pracownika. Dopiero po jakimś czasie może objąć samodzielną opiekę nad chorym. Podczas pełnienia swoich obowiązków wolontariusz ma prawo do bezpłatnych porad psychologa. Taki sposób na „oswojenie” śmierci proponuje również część młodzieży (patrz tabela 2). Pracownicy ośrodków hospicyjnych podkreślają, że bardzo często lęk przed śmiercią wynika z braku wie-

dzy z zakresu opieki nad terminalnie chorym. To przecież inny rodzaj pielęgnacji aniżeli w przypadku osób, które chorują na choroby uleczalne. Niewiedza bardzo często bywa powodem lęku przed śmiercią. Zdarza się również, że już na etapie terminalnej fazy choroby u członków rodziny pojawiają się stany depresyjne, które mogą doprowadzić nawet do głębokiego kryzysu w rodzinie.

Inną propozycją, którą wskazali respondenci (patrz tabela 2) jako pomocną w lepszym zrozumieniu śmierci jest modlitwa. Ogromna odpowiedzialność za duchowe przygotowanie do odejścia spoczywa na katechetach, kościele w szerokim tego słowa znaczeniu. Uświadomienie, że śmierć to nie koniec, ale początek nowego życia, wiara w „życie po życiu” pomaga przygotować się do śmierci.

Problematyka tanatologiczna a młodzież licealna

Śmierć jako sytuacja trudna rzadko bywa tematem rozmów pomiędzy rodzicami a ich dziećmi. Młodzież, jak wynika z przeprowadzonych badań, uważa rozmowę za jeden z najlepszych sposobów na „oswojenie” tej problematyki. Jeżeli rodzina nie podejmuje takiego dialogu, to obowiązek ten powinien spocząć na szkole. Do badanych uczniów skierowano pytanie o to, czy w szkołach poruszane są tematy związane ze śmiercią.

Tabela 3. Przedmioty, na których poruszana jest problematyka tanatologiczna

L.p.	Przedmiot	Liczba osób wybierających dany przedmiot	Wskaźnik procentowy
1.	Język polski	53	77,9
2.	Katecheza	53	77,9
3.	Biologia	36	52,9
4.	Sztuka	21	30,9
5.	Godzina wychowawcza	14	20,6
6.	Historia	9	13,2
7.	Geografia	5	7,4
8.	Chemia	3	4,4
9.	Wychowanie fizyczne	1	1,5
10.	Fizyka	1	1,5
11.	Matematyka	1	1,5

Aż 74,7% respondentów uznało, że w czasie zajęć szkolnych problem ten był rozważany. Przedmioty, na których najczęściej poruszana jest tematyka tanatologiczna to język polski i katecheza. Jest to związane z treściami nauczania tych przedmiotów, które obejmują m.in. takie tematy jak: śmierć jako motyw przewodni w literaturze i sztuce, rocznice śmierci osób zmarłych (język polski), śmierć w ujęciu religijnym, śmierć jako początek nowego życia (katecheza). Poza tym uczniowie wskazywali na biologię, sztukę, godzinę wychowawczą oraz historię. Pojedyncze osoby wymieniali pozostałe przedmioty. Treści programowe biologii pozwalają na zwrócenie uwagi uczniów na biologiczne aspekty umierania, proces starzenia się organizmu oraz choroby i uzależnienia. Na przedmiotach skupionych w bloku tematycznym sztuki, zagadnienia tanatologiczne bywają poruszane przy

okazji omawiania życiorysów czy twórczości osób już nieżyjących. Kolejną lekcją, która o dziwo, otrzymała tylko 20,6% wszystkich wskazań, była godzina wychowawcza. To zajęcia, które moim zdaniem wspaniale można wykorzystać do „rozmów o umieraniu”. W szkołach porusza się tematykę *ars moriendi* przy okazji rozmów o narkomanii, samobójstwach. A przecież godzina wychowawcza to również cykl zajęć z zakresu przygotowania do życia w rodzinie. To stwarza okazję do podjęcia próby nawiązania dialogu z młodzieżą. Szkoda, że nauczyciele nie korzystają z takiej możliwości. Częstotliwość poruszania zagadnień tanatologicznych podczas zajęć szkolnych jest niewielka.

Tabela 4. Częstotliwość podejmowania tematyki związanej ze śmiercią

Lp.	Częstotliwość	Liczba uczniów	Wskaźnik procentowy
1.	Raz w semestrze	25	36,8
2.	Cyklicznie (seria zajęć)	12	17,6
3.	Raz w miesiącu	12	17,6
4.	Raz w roku szkolnym	11	16,2
5.	Częściej niż raz w miesiącu	8	11,8
Razem		N=68	100%

Według 1/3 badanych, podejmuje się takie rozmowy średnio raz w semestrze. Czyli nauczyciel tylko jednego przedmiotu, jeden raz w semestrze decyduje się omawiać problem śmierci. To nie wystarcza, aby przygotować młodzież do zrozumienia istoty i sensu umierania. Zwłaszcza, jeżeli sposób ujmowania tej problematyki to przede wszystkim śmierć jako motyw przewodni w literaturze i sztuce, choroby przewlekłe i nieuleczalne, rocznice śmierci osób znanych. To główne okazje do poruszania zagadnień związanych z umieraniem. Z danych wynika, że problematyka ta jest traktowana trochę „po macoszemu”, ogólnikowo, niepewnie, a podejmowane próby nawiązania dialogu z młodzieżą są zazwyczaj nieudane. O śmierci nie mówi się wprost. Jaki jest więc powód unikania rozmów o umieraniu? Zbyt mała wiedza nauczycieli, lęk przed samym rozpoczęciem tzw. trudnego, niewygodnego tematu, czy może niedojrzałość uczniów? A może przeszkodą są zbyt ogólne wskazówki, co do realizacji poszczególnych treści programowych? Przykładem niech będą *Treny* Jana Kochanowskiego. Jeżeli nauczyciel boi się mówić o śmierci, może ograniczyć się do omówienia budowy trenu jako gatunku literackiego, czy omówienia retorycznych środków wyrazu w twórczości Kochanowskiego. Być może wprowadzenie obowiązkowej tematyki tanatologicznej do programów nauczania rozwiązałoby ten problem?

Z czym kojarzy się respondentom śmierć? Wszyscy ankietowani jako podstawowe skojarzenie wymienili ból i cierpienie, jakie towarzyszą umierającemu. Dlaczego śmierć jest tak właśnie kojarzona? Młodzież zna śmierć głównie z filmów, czasem osoby straciły kogoś bliskiego – był to najczęściej zgon w szpitalu, w miejscu nieprzystosowanym do odejścia, czasem śmierć znana jest z opisów przedawkowania narkotyków, leków. Ten rodzaj umierania rzeczywiście przepełniony jest bólem i cierpieniem. Taki obraz śmierci jest kreowany przez media, taki jest też obraz szpitalnej śmierci. To smutna śmierć osób nieprzygotowanych na

odejście. Młodzież obawia się śmierci, utraty godności i autonomii, nie zna pojęcia „godnego umierania”. Młodzież myśli o śmierci, choć niejednokrotnie boi się do tego przyznać przed rówieśnikami. Uczniowie bardzo dojrzałe potrafią mówić o umieraniu. Śmierć dla młodych ludzi ma wymiar *sacrum*. Umieranie i wszystko, co z nim związane, to dla młodzieży swego rodzaju świętość. A świętość jest na tyle osobista, że istnieje obawa przed tym, jak zostanie odebrana chęć rozmowy o tym. A mimo to respondenci chętnie uczestniczyliby w lekcjach, na których mądrze i z taktem rozmawia się o sztuce umierania.

Z badań wynika, że szkoła nie przygotowuje młodzieży do śmierci. Zbyt mała liczba nauczycieli ma odwagę podejmować rozmowy o umieraniu. Nie ma programów, gotowych konspektów, które ułatwiłyby prowadzenie zajęć o tematyce tanatologicznej. Nauczyciele rzadko poruszają te kwestie, choć okazji ku temu jest wiele. Brakuje w szkole kształtowania postaw humanitarnego stosunku do umierających. Grono pedagogiczne nie wdraża idei wolontariatu, wspierania psychologicznego odchodzących. To raczej jednostki, świadome konieczności rozmów o śmierci poruszają w szkołach tematy związane z umieraniem.

Gdzie szukać pomocy?

Rodziny osoby chorej, mimo występowania symptomów śmierci, bywają do niej nieprzygotowane. Pomoc w tym przypadku może zapewnić hospicjum. Nawiązuje ono pierwszy kontakt z rodziną chorego już w momencie jego przybycia do placówki. Jest ona stale informowana o stanie zdrowia pacjenta, o nadchodzącym czasie odejścia. Jest namawiana do obecności w czasie agonii aż do ostatniego momentu życia. Przez cały czas rodziny nie tylko te, których bliscy przebywają na oddziale, mogą liczyć na wsparcie i pomoc pracowników hospicjów. Umożliwia się rodzinom kontakt z Ośrodkiem dla Osieroconych. Bardzo często jednak rodzina, mimo iż wie o chorobie i jej następstwach, oczekuje się cudu. Respondenci wspominają przypadki, w których rodziny uparcie twierdziły, że lekarze nie zrobili wszystkiego, za mało się starali. Nie próbują zrozumieć, że pacjenci oddziałów paliatywnych trafiają tam w terminalnych fazach choroby i nikt nie jest w stanie ich wyleczyć. Nie taki zresztą jest cel medycyny paliatywnej. Zdarza się i tak, że rodziny po stracie bliskiego zaczynają inaczej patrzeć na życie, próbują znaleźć odpowiedź na pytanie, co tak naprawdę w życiu jest ważne. Rodziny mają umożliwiony kontakt z psychologiem, mogą podzielić się z nim swoimi przeżyciami, przemyśleniami.

Przy oddziałach opieki paliatywnej działają ośrodki wsparcia osieroconych, które opiekują się rodzinami zmarłych nawet przez pół roku po zgonie. Psychologowie prowadzą terapie i grupy wsparcia. Na terapiach zajęciowych można spotkać się z osobami o podobnych problemach, porozmawiać z ludźmi, którzy kogoś stracili i starają się odnaleźć w nowej dla siebie sytuacji. Terapie te to propozycja spędzenia kilku godzin dziennie w atmosferze wzajemnego zrozumienia, życzliwości i akceptacji.

Śmierć chorego bywa dla rodziny sytuacją na tyle trudną, że wymaga wsparcia długo po odejściu bliskiego. Psychologowie pracujący z umierającymi uważają, że żałoba nie powinna trwać dłużej niż pół roku. Jeżeli trwa zbyt długo określa się ją mianem „żałoby patologicznej”. Osoba, która cierpi na takie zaburzenie wymaga stałych konsultacji z terapeutą a niejednokrotnie również wspomagania farmakologicznego. Może liczyć na fachową pomoc zgłaszając się do jakiegokolwiek ośrodka opieki paliatywnej.

Podsumowanie

Współczesność, oprócz rozwoju nauki i wielu wynalazków z dziedziny techniki, przyniosła zwiększenie liczby ludzi atakowanych przez choroby nowotworowe i inne nieuleczalne, tzw. choroby cywilizacyjne. Z tymi chorobami mają do czynienia dzieci, dorośli i ludzie starsi. Na niektóre z nich współczesna medycyna nie znalazła jeszcze lekarstwa. Wynika stąd konieczność podejmowania edukacji tanatologicznej już od najmłodszych lat szkolnych.

Obecnie unika się rozmów o umieraniu, choć telewizja, prasa codziennie ukazują różne oblicza śmierci. Z jednej strony pokazana jest łatwość, z jaką można życia pozbawić, z drugiej jednak proces umierania bywa skrywany za szpitalnym parawanem. Brakuje kształtowania postaw ofiarności, miłości, poświęcenia dla słabego, cierpiącego człowieka. Powoduje to, że nie doceniamy życia i majestatu śmierci. Stąd tak ważnym problemem staje się upowszechnianie tematyki tanatologicznej wśród młodzieży. Jeżeli dorośli nie umieją o śmierci rozmawiać, to nauczmy to czynić młodych ludzi. Młodzież świadoma potrzeb człowieka terminalnie chorego, pełna postawy współczucia dla człowieka, który zmaga się z cierpieniem, z myślą o opuszczeniu rodziny, pytaniami egzystencjalnymi o sens życia, choroby i śmierci, ale równocześnie umiejąca towarzyszyć umierającemu w jego osamotnieniu, pomagająca dźwigać ciężar odchodzenia i dająca nadzieję – to efekt dobrego i skutecznego wychowania przez dom i szkołę. Takie wychowanie pozwala mieć nadzieję, że nasze społeczeństwo, przestanie wstydić się mówić o śmierci.