

ROK 2024 OČAMI PSYCHOLOGIČKY

„Smrť je súčasťou života, je jeho súčasťou už v momente nášho narodenia“

- I.D. Yalom

Čo pre mňa znamená „pracovať“ v HOSPICI? Práca v Hospici, to nie je zamestnanie... dovoľm si povedať, že je to **poslanie**, je to niečo mimoriadne. Práca psychológa nie je len odborná činnosť, je to niečo veľmi osobné, hlboké, ktoré rezonuje v najhlbších miestach môjho srdca. Výsada *sprevádzať človeka v najkrehkejších a najdôležitejších chvíľach jeho života, byť mu oporou, načúvať... kráčať každodenne s ním.*

Túto cestu si každý z nás prechádza originálne a sám. Je to cesta završenia životného príbehu, originálneho, jedinečného, s mnohými životnými zákrutami, priamymi cestami, či širokou rýchlou dialnicou. Takto by sme mohli prirovnať beh života, dnes vnímaný ako veľmi rýchly. Súčasťou príbehu sú najbližší - manžel, manželka, deti, súrodenci, rodičia, priatelia.... hlboká láska, vzťahy, priateľstvo, vzájomná blízkosť.... ale často aj neporozumenie, bolesť zo zlých vzťahov, emocionálne traumy, neopustenie, nie je vždy všetko ideálne.

Pacienti, ktorí k nám prichádzajú sú konfrontovaní s viacerými novými okolnosťami... fyzická bolesť, strata prítomnosti najbližších, osamotenosť, ale aj emocionálne prežívanie – strach z blížiacej sa smrti, úzkosť z toho, čo ich čaká, ako proces odchádzania bude prebiehať, čo čaká po smrti. Spirituálna dimenzia osobnosti – kam kráčam? Existuje Boh? Verím, že smrťou život nekončí.... ? I.D. Yalom považuje smrť za primárny zdroj úzkosti. Strach z nebytia je hlavným zdrojom úzkosti, človek je vydesený, že sám seba stratí a stane sa ničím.

Pacienti vnímajú krátkosť – obmedzenosť času premýšľajú, čo by ešte mohli urobiť pre seba, či najbližších. Veľa otázok, hľadanie odpovedí a zmyslu v tom, čo práve prežívajú. *Som „tu“ pre každého osobitne, s jeho konkrétnymi potrebami, prežívaním... Vstupujem do životného príbehu, kráčam každodenne s pacientom, som v blízkosti tak, aby som podala odbornú, ale aj ľudskú pomoc vždy, keď je potrebná.*

Významnou úlohou je aj stretnutie sa s najbližšími príbuznými našich pacientov. Často len pozorné načúvanie a prítomnosť majú liečiaci účinok.

V najbolestivejších chvíľach bez slov...

Psychologická pomoc v paliatívnej starost-

livosti znamená byť človeku nablízku v najťažších chvíľach – keď sa lúči, bilancuje, hľadá zmierenie alebo len potrebuje, aby ho niekto v tichu držal za ruku. Je to práca, ktorá si vyžaduje veľkú citlivosť, pokoru a srdce.

Každý človek si zaslúži odísť s dôstojnosťou a v prítomnosti porozumenia.

Helena Stašáková

