

Gdzie niebo **styka się z ziemią**



„Osobiste przeżycia mają często wpływ na podjęcie decyzji o pracy w hospicjum. Pamiętam słowa ks. Dutkiewicza wypowiedziane po tragicznej śmierci jego siostrzenicy: „Obcując na co dzień z umierającymi – mówił mi – przeżyłem ból straty i cierpienie z tak dużą intensywnością, że nie mogę od razu wrócić do chorych. Ciągłe stoi mi przed oczami twarz mojej siostrzenicy, która zginęła tragicznie pod kołami tramwaju”.

Czasami tak intensywne przeżycia towarzyszą także śmierci pacjentów,

z którymi się zaprzyjaźniamy.

Młoda kobieta płakała przy naszej pacjentce, która umarła niespodziewanie. Nie zdążyliśmy zapalić świecy, odmówić modlitw, a nawet zorientować się, że pani Halina odchodzi do wieczności. Dlaczego ta wolontariuszka płacze? Przekonani, że był to pierwszy zgon, przy którym asystowała, próbowaliśmy ją pocieszać, dziękując za to, że była przy chorej. Spojrzała na nas zapłakanymi, ale błyszczącymi dziwnym blaskiem oczyma. „Ja po to tutaj przyszłam. Dzisiaj Pani Halina dała mi to, czego tak potrzebowałam!” - Co takiego? – zapytałem z ciekawością. Wtedy wolontariuszka opowiedziała swoją historię.

Kiedy byłem na studiach, moja mama ciężko chorowała. Gdy ją odwiedzałem, zawsze prosiła mnie, abym była przy niej, kiedy będzie umierać. Obiecałem jej to. Gdy otrzymałem wiadomość, zostawiłem wszystko i ruszyłem w drogę. Trasa z Gdańska do Białegostoku jest koszmarnie długa, ale tym razem miałam wrażenie, że dłużej się w nieskończoność. Kiedy dojechałam, mama już nie żyła. Była jeszcze w szpitalu. Zobaczyłam ją, ale nie zdążyłam się pożegnać. Miałam wyrzuty sumienia, że nie dotrzymałam słowa. Nie pomagał fakt, że widziałam się z nią przed tygodniem i spędziłam z nią wiele godzin. Poczucie winy towarzyszyło mi przez całe lata. Wiem, że to było irracjonalne, ale nie dawało mi spokoju.

W programie telewizyjnym o hospicjum usłyszałam o szkoleniu dla wolontariuszy. Zdecydowałam spróbować. – Może to przywróci mi wewnętrzny spokój – pomyślałam. – Pomogę innym w ostatnich chwilach życia tak, jak chciałam pomóc mojej umierającej mamie.

Skończyłam kurs. Nauczyłam się wielu cennych rzeczy dla ludzi, którym pomagam i dla siebie samej. Praktyki pod okiem doświadczonych pielęgniarek były dużym przeżyciem i niełatwym wyzwaniem. Widziałam, jak niektórzy nie radzą sobie z pielęgnacją, kąpielami czy ze zmianą pampersów. Kiedy było mi trudno, myślałam o mojej kochanej mamie. I wreszcie samodzielne dyżury w hospicjum stacjonarnym. Służyłam pomocą pacjentom, którzy ciągle czegoś potrzebują. Najbardziej potrzebują naszej obecności.

Często odwiedzałam panią Halinkę. Była samotną, cichą i doświadczoną przez cierpienie pacjentką. Lubiałam przy niej

posiedzieć i głaskać jej dłoń tak, jak głaskałam moją mamę. Pewnej soboty, kiedy miałam pełnić dyżur, doszło do wymiany zdań między mną a mężem. Nalegał, abym została w domu, bo spędzam z rodziną mało czasu. – Dziś muszę iść do hospicjum, ale obiecuję nie brać już sobotnich dyżurów – odpowiedziałam. Dzień był spokojny tak, jak całe hospicjum w sobotę. Nawet pacjenci czują, że to dzień wolny od pracy. Pomogłam personelowi i udałam się do sali pani Halinki. Była dziwnie spokojna, oddech jakby krótszy, a ręka chłodniejsza. Poprawiłam poduszkę, kołdrę i przysiadłam jak zwykle. Głaskałam jej dłoń. Nagle śpiąc spokojnie, kilka razy mocniej nabrała powietrza. Potem otworzyła oczy i długo na mnie patrzyła. To spojrzenie było szczególne... Te oczy... Nie wiem dlaczego, ale pomyślałam wtedy o oczach mojej mamy. Chwyliłam ją za zimną rękę. Popłynęły mi łzy. Pani Halinka zamknęła oczy, odetchnęła głęboko, jakby z ulgą i przestała oddychać.

Siedziałam kilka minut, płacząc. Mimo łez byłam szczęśliwa, bo pani Halinka nie umierała samotnie. A ja poczułam, jakby wielki kamień spadł mi z serca. Przed wyjściem na długo zatrzymałam się w kaplicy. - Mamusiu, choć nie zdążyłam przed twoją śmiercią, to byłem przy śmierci osoby, która bardzo potrzebowała mojej obecności – wypowiedziałam w duchu ważne dla mnie słowa. Łzy, które ciekły mi po policzkach, były jak wyzwolenie. Wyszedłam z hospicjum odmieniona.”

Pacjenci i opiekunowie, pracownicy i wolontariusze, cierpiący i niosący im pomoc. Rodzina hospicyjna. Jak to się dzieje, że stajemy się jej częścią? Co skłoniło Ciebie i mnie, aby być w hospicjum? Co sprawia, że czytasz te słowa i myślisz, czy i jak się zaangażować? Mam nadzieję, że próbą odpowiedzi na te pytania będzie książka, którą piszę wspólnie z wieloma osobami z hospicjów w całej Polsce. „Zdążyć z prawdą... Hospicyjne opowiadania o sztuce komunikacji” już niedługo ukaże się drukiem. Kilkanaście prawdziwych historii i pełnych emocji świadectw o więzi pacjentów z opiekunami. Czytelnikom dwumiesięcznika dedykuję pierwsze jej fragmenty, zachęcając do refleksji na temat straty, osierocenia i żałoby, które są tematami tego numeru.

Wiemy, że Hospicjum to szczególne miejsce, bo tutaj niebo styka się z ziemią. Pacjentom staramy się pomóc w przeżyciu ostatnich dni życia. Sobie samym możemy pomóc lepiej zrozumieć życie, by owoconiej je przeżywać i znaleźć odpowiedzi na najważniejsze pytania.

Wasz Duszpasterz - Ks. Piotr Krakowiak

Od redakcji:

Teściąg książki: „Zdążyć z prawdą...Hospicyjne opowiadania o sztuce komunikacji” są opracowane fragmenty opowiadań z hospicjów przysłane w czasie kampanii „Hospicjum to też Życie”. Podstawowe informacje o sztuce komunikacji z pacjentem, napisane są przystępnym językiem i opatrzone bibliografią, dla bardziej dociekliwych. Książkę kończy ilustrowane sprawozdanie z przebiegu II Kampanii Społecznej. Informacje o dystrybucji książki będą wkrótce dostępne na www.hospicja.pl

Jak powiedzieć o tym **dziecku?**

Wrażliwa psychika dziecka wymaga nie lada umiejętności ze strony tego, kto musi poinformować małego człowieka o odejściu bliskiej osoby. Śmierć jednego z rodziców, dziadków lub rodzeństwa, a nierzadko także przyjaciela, to przeżycie traumatyczne. Jak o tym powiedzieć? Co robić potem, by ukoić ból?

Jedno jest pewne: dziecka nie da się oszukać. I nie wolno tego robić. Ono czuje, że coś jest nie w porządku. Mówiąc, że „Bóg zabrał mamę do siebie” możemy wywołać na przykład bunt, bez względu, czy jest to dziecko czy nastolatek. Dlatego tak ważne jest używanie dobrze przemyślanych sformułowań, które odzwierciedlają naprawdę sytuację. Jeśli dziecko pyta, a my nie znamy odpowiedzi, przyznajmy się do tego. Nie uciekajmy od płaczu przy dziecku. Nie ukrywajmy jak bardzo ważną była osoba, która zmarła.

Każde dziecko jest inne

Reakcją przedszkolaka może być nocne moczenie, jękanie, zaburzenia koncentracji, płaczliwość, nieodstępowanie bliskich na krok, strach przed nawet najkrótszą rozłąką. Jak sobie z tym poradzić? Psychologowie zalecają najlepsze lekarstwo z możliwych: okazywać miłość, czułość, być blisko. Bliżej niż do tej pory.

Nastolatki przeżywają żałobę tak, jak dorośli. Nierzadko obserwuje się u nich wahania nastrojów, stany depresyjne czy agresję. Mogą również cierpieć na zaburzenia łaknienia, snu czy bóle głowy.

Dzieci w każdym wieku mogą zareagować na stratę w następujący sposób:

◆ **Zaprzeczeniem** - „Nie wierzę w to. To się nie stało, to po prostu sen. Tata niedługo wróci”.

◆ **Poczuciem winy** - „Zachorowała, ponieważ byłem niegrzeczny. Zabiłem ją”.

◆ **Obwinianiem innych** - „To wina lekarza. Nie leczył go we właściwy sposób”.

◆ **Niepokojem** - „Kto się mną teraz zajmie?”

O ile dzieci z małych miejscowości i wsi obserwują często cykl życia: od narodzin do śmierci, chociażby na przykładzie zwierząt w gospodarstwach, o tyle w miastach nie ma takiej możliwości. Może być im trudniej zrozumieć odejście bliskiego. Ważny jest też fakt, że na wsiach częściej dziecko otoczo-

Symptomy, które mogą wskazywać na to, że dziecko potrzebuje pomocy, to:

- ◆ brak zainteresowania codziennymi czynnościami
- ◆ naśladowanie zmarłej osoby
- ◆ niechęć do pozostawiania samemu
- ◆ chęć dołączenia do zmarłego lub naśladowanie zmarłego.

ne jest wielopokoleniową rodziną, której obecność łagodzi szok i rozpacz osamotnienia.

Pogrzeb

Ceremonia pogrzebu jest szczególną chwilą, kiedy dziecko może pożegnać się ze zmarłą osobą ostatecznie. Wcześniej przygotowane do pogrzebu wiedzą, czego mogą się spodziewać, jak będzie przebiegał, nie będzie dla nich szokiem czy traumatycznym przeżyciem.



Szkoła

Nauczyciel lub wychowawca ma dużą rolę w ułatwieniu powrotu osieroconego dziecka do szkoły lub przedszkola.

Przed wszystkim powinien porozmawiać z klasą przed przyjściem dziecka. Zawiadomić o tym, że ten uczeń może być teraz bardziej wrażliwy, może płakać, nie uczestniczyć w zabawach. Nauczyciel może też pomóc bezpośrednio uczestnicząc w pogrzebie. Powiedzieć uczniowi o tym, że nie jest samo w swoim cierpieniu, że zawsze może liczyć na pomoc, porozmawiać, wyzalic się.

Uczestniczenie w szkolnych zajęciach pozwala dziecku w pewien sposób „zapomnieć”, daje siłę, a kontakty z rówieśnikami dostarczają pozytywnych emocji.

Natalia Filipionek

Na podstawie artykułów Anny Błońskiej, serwis www.urwis.pl oraz psycholog Doroty Topczewskiej, serwis www.maluchy.pl