

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tina Krapež

Pomoč družini v procesu žalovanja ob umiranju in smrti otroka

Magistrsko delo

Ljubljana, 2022

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tina Krapež

Pomoč družini v procesu žalovanja ob umiranju in smrti otroka

Magistrsko delo

Študijski program: Socialno delo z družino

Mentorica: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Ljubljana, 2022

Pomoč družini v procesu žalovanja ob umiranju in smrti otroka

Povzetek magistrskega dela

V magistrskem delu pišem o pomoči družini v procesu žalovanja ob umiranju in smrti otroka. Zanimalo me je sprejemanje smrti v družini, proces žalovanja in vpliv izkušnje smrti otroka. Želela sem raziskati pomoč socialnega dela pri žalovanju, tako za starše kot tudi otroke. Smrt otroka je najhujši dogodek, ki se v družini lahko zgodi, saj so starši prepričani, da jih bo otrok preživel, nihče pa se ni pripravljen posloviti od svojega otroka. Pri tem so tudi njihovi sorojenci, ki se morajo spopasti z izgubo in ob tem potrebujejo pomoč, saj si največkrat, še posebno, če so mlajši, sami ne znajo pomagati oziroma čustva in občutke zadržujejo v sebi, ker ne želijo s tem obremenjevati žalujočih staršev. V svoji magistrski nalogi sem ugotovila, da se je o smrti otroka potrebno pogovarjati in ozaveščati, spregovoriti o bolečini, ki jo v obdobju žalovanja občutijo starši in sorojenci. Podpreti jih moramo in tako prispevati k njihovi moči, da spregovorijo in dobijo izkušnjo ter se lahko pogovarjajo in so slišani. Prav tako je potrebno nuditi podporo in znanje okolici, da znajo začeti in spodbuditi pogovor o smrti otroka, da se znajo v dani situaciji ustrezno odzvati. S svojo nalogo sem želela raziskati odnos staršev do smrti otroka in prispevati k detabuizaciji teme, o kateri se v slovenski družbi še vedno »ne smemo« pogovarjati. Ugotavljam ravno nasprotno – ljudi, zlasti starše in sorojence umrlega otroka, je potrebno ozaveščati in jih podpreti, da se pogovarjajo in doživijo izkušnjo, da so slišani in v svojem žalovanju niso sami.

Ključne besede: pomoč družini, smrt otroka, proces žalovanja, socialno delo

Grief counseling in the family during the dying process and after the death of a child

Master's Thesis Summary

In the master's thesis I write about grief counseling during the dying process and after the death of a child. I was interested in family acceptance of death, the grieving process, and the impact of experiencing the death of a child. I wanted to explore how social work supports parents and children in their grief. The death of a child is the worst event that can happen in a family, as parents are convinced that the child will survive and no one is ready to say goodbye to their child. The siblings also have to cope with the loss and need help during this time because in most cases, especially when they are younger, they do not know how to help themselves or keep their emotions and feelings to themselves because they do not want to burden the grieving parents. In my master's thesis, I found that it is necessary to talk about the death of a child and raise awareness and talk about the pain that parents and siblings feel during the time of grief. We need to support them and thus help them raise their voices and gain experience so that they can speak and be heard. It is also necessary to provide support and guidance to those around them so that they are able to start and encourage a conversation about the death of a child, and are able to respond appropriately in a given situation. With my work, I wanted to explore parents' attitudes towards the death of a child and contribute to the destigmatization of a topic that is still not "allowed" to be talked about in Slovenian society. On the contrary, people, especially parents and siblings of a deceased child, need to be sensitized and supported so that they can talk about it and know that they are heard and are not alone with their grief.

Keywords: family support, death of a child, grieving process, social work

KAZALO

1	DRUŽINA	1
1.1	OPREDELITEV DRUŽINE	1
1.2	RAVNANJE S ČUSTVI V DRUŽINI.....	2
2	ŽALOVANJE	3
2.1	POMEN ŽALOVANJA.....	3
2.2	MODELI ŽALOVANJA.....	4
2.2.1	<i>PREDELOVANJE SMRTI PO FREUDU</i>	<i>6</i>
2.3	TABU SMRTI.....	7
2.4	POTREBE ŽALUJOČE DRUŽINE	8
3	POMOČ OB SMRTI OTROKA	10
3.1	IZGUBA OTROKA.....	10
3.2	ŽALOVANJE STARŠEV.....	11
3.3	KAKO ŽALUJEJO SOROJENCI	12
3.4	POMOČ ŽALUJOČIM STARŠEM IN SOROJENCEM.....	14
4	POMOČ SOCIALNEGA DELA.....	19
5	EMPIRIČNI DEL.....	21
5.1	VRSTA RAZISKAVE.....	21
5.2	RAZISKOVALNI INSTRUMENT	21
5.3	POPULACIJA IN VZORČENJE.....	21
5.4	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA.....	21
5.5	ZBIRANJE PODATKOV	22
5.6	OPISAN POSTOPEK ANALIZE INTERVJUJA.....	22
6	REZULTATI IN INTERPRETACIJA.....	23
6.1	POTEK PROCESA ŽALOVANJA DRUŽINE OB IZGUBI OTROKA IN DOŽIVLJANJE LE-TEGA Z VIDIKA SOCIALNE DELAVKE	23
6.1.1	<i>Potek procesa žalovanja</i>	<i>23</i>
6.1.2	<i>Občutki in čustva v procesu žalovanja</i>	<i>23</i>
6.1.3	<i>Potrebe družine v procesu žalovanja</i>	<i>24</i>
6.2	VAROVALNI DEJAVNIKI IN DEJAVNIKI TVEGANJA DRUŽINE V PROCESU ŽALOVANJA.....	24

6.3	ZADOVOLJSTVO POMOČI FORMALNE IN NEFORMALNE MREŽE DRUŽINE OB IZGUBI OTROKA.....	26
6.3.1	<i>Podpora socialne delavke.....</i>	27
6.4	DOŽIVLJANJE OŽJE IN ŠIRŠE SOCIALNE MREŽE DRUŽINE OB IZGUBI OTROKA	28
6.4.1	<i>Doživljanje ožje okolice na smrt otroka socialne delavke</i>	28
6.5	SPREJEMANJE IZGUBE ZA SOROJENCE IN POMOČ.....	29
6.5.1	<i>Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca</i>	29
6.5.2	<i>Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca in njihov odziv</i>	30
6.5.3	<i>Potrebe sorojencev od izgubi.....</i>	30
6.6	VPLIV IZKUŠNJE SMRTI OTROKA NA DRUŽINO	31
7	RAZPRAVA	32
7.1	PRISPEVEK IN OMEJITVE.....	36
8	SKLEP IN ZAKLJUČEK	37
9	LITERATURA.....	39
	PRILOGE	43
	PRILOGA 1: VPRAŠALNIK ZA DRUŽINO	43
	PRILOGA 2: VPRAŠALNIK ZA SOCIALNO DELAVKO	46
	PRILOGA 3: ODPRTO KODIRANJE	47
	PRILOGA 4: OSNO KODIRANJE INTERVJUJA Z DRUŽINO	71
	PRILOGA 5: OSNO KODIRANJE INTERVJUJA S SOCIALNO DELAVKO	76

KAZALO SLIK

Slika 3.4.1.: Miselni vzorec – opredeljevanje vpliva izgube (Neimeyer, 2015, str. 114).....	17
---	----

1 DRUŽINA

1.1 OPREDELITEV DRUŽINE

V posameznih kulturah imajo različne nazore o tem, kdo sestavlja družino. V večini zahodnih držav poznamo in je uveljavljena monogamnost, vendar pa je tudi nekaj držav, kjer ima lahko mož več žena. Podobno različno je tudi pojmovanje družine v različnih zgodovinskih obdobjih. Na primer v Veliki Britaniji so pred sto leti predstavljali družino vsi, ki so živeli pod isto streho, torej starši, otroci, stari starši, služinčad. Danes besedo »družina« pogosto uporabljamo, kot bi imela samo en pomen in bi samo tega poznali. Veliko ljudi si pod to besedo idealistično predstavlja starša nasprotnih spolov z dvema otrokoma, ki živijo v družinski sreči. Nekje v ozadju pa so morda tudi ljubeči stari starši. Takšne družine so po splošnem prepričanju »normalne«, čeprav je stvarnost povsem drugačna. V sodobnih časih poznamo veliko različnih oblik družin, na primer neporočene pare, istospolne družine, pare brez otrok (Asen, 1998).

V družinskem zakoniku (2017) je družina opredeljena kot »... življenjska skupnost otroka, ne glede na starost otroka, z obema ali enim od staršev ali z drugo odraslo osebo, če ta skrbi za otroka in ima po tem zakoniku do otroka določene obveznosti in pravice. Zaradi koristi otrok uživa družina posebno varstvo države.«

Zavedati se moramo, da je vsaka družina svet zase. Kot katerakoli druga organizacija ima tudi vsaka družina svoja pravila in posebne značilnosti. Njeno krhko ravnovesje lahko porušijo številni dejavniki, kot so bolezen, smrt, brezposelnost, rojstvo novega otroka. V kriznih situacijah poskuša vsaka družina iznajti način za vnovično vzpostavitev ravnovesja. Organiziranost družine se nenehno spreminja, s tem pa se prilagaja zunanjim in notranjim pritiskom. Vsaka družina ima jasno izdelan svoj vrednostni sistem o tem, kaj je dobro in kaj slabo, kaj je dovoljeno in kaj ni. Na ta sistem vplivajo tudi potrebe in želje, ki so v tesni povezavi s kulturnim, socialnim in delovnim okoljem ter religijo posameznika. (Kvas in Naka, 2004). Nekatera prepričanja so jasno izražena, druga so implicitna in se pokažejo šele tedaj, ko nekdo v družini nekaj ne naredi prav oziroma nehote prekrši katero izmed pravil (Asen, 1998).

Velika večina ljudi v družini preživi obdobje svojega najbolj dejavnega razvoja. Mnoge osebne poteze oziroma osebni vzorci delovanja se zastavijo in oblikujejo v prvih letih življenja. Tam nastanejo tudi prve socialne in čustvene izkušnje, ki izvirajo iz odnosov z osebami v družini. Večina ljudi v njej doživi prve občutke ponosa in sramu, obe neskončno zapleteni razsežnosti (socialnega) čustvovanja, ko se notranji svet podreja merilom zunanjega sveta. Od družine so tudi odvisne človekove prve vrednostne ocene sebe kot samostojnega bitja

in prve predstave o vrednotah sploh. Zato ga izkušnje iz družine, v kateri je odraščal, ob pomembnih vplivih širšega družbenega okolja, odločilno usmerjajo in sooblikujejo njegove motive še takrat, ko od nje ni več odvisen. Družina torej ni pomembna samo za otroka v njegovem razvojnem obdobju, ampak vse življenje – ne glede na starost ali okoliščine (Tomori, 1994).

1.2 RAVNANJE S ČUSTVI V DRUŽINI

Starši krivde zaradi smrti otroka ne smejo prenesti na otroka, saj bi to za njega pomenilo dodatno breme, ki bi ga nosil poleg žalosti. Tudi preživelega otroka ne smejo zamenjati za umrlega, niti pričakovati, da bo slednjega nadomestil in bo od smrti sorojenca naprej enak njemu. Starši morajo preživelemu otroku dovoliti in omogočiti, da žaluje, izrazi vsa čustva in se o tem skupaj pogovarjajo. Vsi v družini morajo biti slišani in razumljeni v tem, da prestajajo težko obdobje, kjer potrebujejo prostor zase in za svoje občutke. Worden (1996) meni, da so agresivno in delikventno vedenje, ki ga preživeli otrok razvije v času žalovanja, povzročile velike spremembe v družini, nepovezanost družinskih članov in to, da je starš pod hudim stresom ter preživlja zelo globoko žalost. Potrebno se je zavedati, da otrok ni ravno navajen videti starša žalostnega, nemočnega, saj ga ima za pokončnega, močnega človeka, ki mu bo vedno stal ob strani. Zato je v taki situaciji dobro, da za otroka poiščemo dodatno pomoč oziroma strokovno osebo, ki ji bo zaupal in povedal občutke ter misli, namesto da jih predeluje sam. Pomembno je, da si družinski člani izkažejo podporo, se poslušajo in znajo komunicirati. Samo tako bodo zmogli ohraniti dobre odnose, biti čustveno stabilni in dobiti oporo okolice, preživeti skupaj kot družina.

Tudi ko govorimo o partnerskem odnosu, ne moremo mimo tega, da se ta po smrti otroka pogosto spremeni. Nekateri pari izgubo sprejmejo na način, da se njihov odnos izboljša, nekaterim se poslabša. Ko starša zmoreta integrirati izgubo otroka v svoje življenje, partnerski odnos navadno postane tak, kot je bil pred smrtjo (Ozbič, 2015). Z izgubo se bolje soočajo tisti, ki zmorejo sprejemati razlike v žalovanju, odprto komunicirati in deliti svoja čustva ter tisti, ki imajo podporo svoje družine (Worden, 2003). Pomembno je, da si delijo svoja čustva in občutke, saj le tako lahko razumejo stisko in misli, ki jih ima oseba poleg njih. Moški žalujejo drugače, bolj introvertirano in razumsko, sami pomoč težko sprejmejo. Po izgubi se počutijo dolžni pomagati svoji družini in ji biti v oporo (Doka in Martin, 2001).

2 ŽALOVANJE

Žalovanje je proces, ki se začne, ko posameznik zazna, da je njegova izguba neizogibna. V žalovanju so lahko velike individualne razlike v izražanju in trajanju stiske ter žalosti. Pomembno je, da si vsak posameznik dovoli doživljati in izražati čustva, saj bo le na ta način lahko smrt prebrodil. Vedeti pa moramo, da če nekoga ne vidimo žalovati, še ne pomeni, da tega ne počne. S smrtjo se res konča fizični stik z umrlim, vendar to ne pomeni, da se s tem zaključi tudi naš odnos z njim (Intihar, 2019).

Nikomur ne moremo odpreti oči, vsak mora sam priti do tega. To, da se na začetku izgube znajdemo v popolnem kaosu, je nekaj normalnega. Človeku moramo pustiti, da žaluje in mu ne predpisovati časa žalovanja. Iz kaosa bo počasi zraslo nekaj novega, kar pa ne pomeni, da človeka izguba ne boli več. Bolečina ostane in z njo živimo, le korak dlje naredimo (Gržan, 2000).

2.1 POMEN ŽALOVANJA

Ko v življenju doživljamo vzpone in padce, s tem razvijamo vednost in modrost o sebi kot o ljubečih, duhovnih bitjih. Pomemben del življenjske izkušnje je žalost, ki je naravna posledica izgube. Silovitost bolečine in neugodja, ki sta povezana z žalostjo, je odvisna od tega, kako velika je izguba in kakšen odnos imamo do nje. Na vsakogar vpliva drugače in vsakdo se odzove na svoj način (Van Praagh, 2001).

Kot piše Lake (1988, str. 8), je namen žalovanja, »... da se sčasoma sprijaznimo s tem, kar se je zgodilo, in spet zaživimo /.../. Žalovanje nam omogoči, da na nov način občutimo in sprejmemo strah, jezo in skrb, pa tudi veselje in mir ob tem doživljamo siloviteje.«

Ne obstaja način, kako čim prej in čim lažje preboleti izgubo. Spoznanje, ki je večini ljudem v pomoč, je v tem, da nismo sami in je vse, kar razmišljamo in občutimo, del procesa žalovanja. Zavest, da se podobno dogaja tudi drugim žalujočim, nam v težkih trenutkih lahko pomaga, nas osvobodi. Pomembno je tudi vedeti, da žalovanje samo od sebe ne izgine, saj potrebuje svoj prostor in čas. Pomembno je, da v procesu žalovanja zase najdemo oporne točke, svoje vire moči, ki nam pomagajo pri žalovanju. Če to traja preveč časa ali si sami ne dovolimo žalovati, se zapremo vase in v družbi ne znamo več funkcionirati, si je dobro omisliti obisk strokovnjaka ali skupine za pomoč, kjer bomo svojo izkušnjo delili s sebi podobnimi ali pa samo poslušali druge. Pomembno je poslušati samega sebe in ugotoviti, kaj nam pri žalovanju najbolj pomaga (Švetak, 2021).

Ko razmišljamo o tem, kaj človek »dobi«, ko žaluje, pridemo do treh funkcij žalosti (Milivojević, str. 457), ki jih navajam v nadaljevanju.

- Predelava in diferenciacija vrednostnega sistema – emocije občutimo takrat, kadar izgubimo nekaj, kar je za nas pomembno. Bolj kot smo bili na osebo navezani in nam je veliko pomenila, bolj smo žalostni. Čustvo žalosti je naš notranji signal za zavest, da smo nekaj izgubili. To občutje v nas sproži preverjanje vrednostnega sistema, da bi lahko dojeli, kaj se nam zdi izrednega pomena. S tem si poskusimo povrniti oziroma poiskati in ohraniti vrednostni sistem v neki podobni situaciji v prihodnosti.
- Emocionalna razveza od izgubljenega objekta in prilagoditev novim razmeram – mnogi, ki so soočeni z izgubo pomembnega objekta, se branijo pred sprejetjem tega dejstva in zanikajo, da je do tega zares prišlo. Ko sprejmejo, da je do izgube prišlo, se lahko začne sprememba. To pomeni, da se mora oseba, ki se je vezala, razvezati, da bi se lahko ponovno navezala.

Ko se konča žalovanje, je opravljena čustvena razveza in človek takrat drugače zazna doživljanje in odnos do svoje izgube. Človek se čuti emocionalno osvobojen od situacije, čemur rečemo, da je prebolel določeno izgubo. Žalovanje, v emocionalni in mentalni komponenti, omogoči prilagoditev na nove življenjske okoliščine, kar pomeni, da oseba ohranja sposobnost za čustveno navezovanje in ljubezen.

Ti dve opisani funkciji spadata med t. i. psihične funkcije, poznamo pa še eno, socialno funkcijo. V socialnem svetu ima vsako izražanje čustev samo po sebi pomen določenega sporočila – transakcije, s katero nagovarjamo socialno okolje k določeni reakciji. Solidarnost sorodnikov in prijateljev ne more povrniti mrtve osebe, ima pa funkcijo podpore, tolažbe, izkazovanje ljubezni skupnosti (Milivojević, 2008).

2.2 MODELI ŽALOVANJA

Zavedati se moramo, da so vsi stadiji v procesu žalovanja zdravi in da vsak posameznik lahko vsakega izmed njih doživlja drugače. Včasih se zgodi, da posameznik obtiči v enem in se ne more premakniti naprej. Treba je biti potrpežljiv in se zavedati, da je žalovanje proces, ki se mora odvijati in mu moramo dati čas. Mnogi žalujejo sami, nekateri pa tega ne zmorejo in zato poiščejo pomoč ali priporočila drugih. Poznamo tudi več različnih faz in potekov žalovanja.

Van Praagh (2001, str. 10) stadije žalosti tako opiše:

1. Šok

Oseba je le redko pripravljena na dogodek in je povsem presenečena, kar prinese prvi odziv in to je dvom. Prva stopnja žalosti je čas, ko ne moremo razumeti, kaj se je pravzaprav zgodilo in ne moremo dojeti, da se je to zares zgodilo. Osupli smo, čutimo, da drevenimo. V duhu si vedno znova ponavljamo fraze: *To ne more biti res* ali *Tega ne verjamem*. Šok lahko traja od nekaj ur do nekaj mesecev. Pomembno se je zavedati, da ne izgubljam razuma, ampak da je to povsem normalen odziv. Otopelost je začasna, šok pa lahko traja nekaj časa. Precej pogoste so motnje spomina, nekateri se vedejo kot roboti, ljudje nam nekaj govorijo, mi pa jih ne slišimo. Čutijo tudi, kot bi se jim telo gibalo v počasnem posnetku. Vsi ti odzivi so del intenzivnega šoka, ki ga občutijo. Šok je bolj ali manj obrambni mehanizem. Ko začneta šok in otopelost popuščati, začnemo razumevati, kakšno je dejansko stanje. Včasih se še vedno lahko zalotimo pri misli *Tega ne verjamem*, ampak to je zato, ker se ukvarjamo s stanjem, ki je popolnoma drugačno in se moramo le temu privaditi.

2. Zanikanje

Zanikanje je zelo podobno šoku, nastopita skoraj sočasno. Z zanikanjem se branimo pred resnično situacijo. Tako smo navajeni na določene ljudi v našem življenju, da spremembe, ki se pojavijo, nočemo sprejeti. Zanikanje ostane del našega življenja, dokler nismo pripravljene sprejeti izgube in preboleti žalosti. Pri tem ostanemo zato, ker se ne želimo soočiti z vso bolečino in žalostjo. Poiščemo si stvari v življenju, ki nas zamotijo, da o tem ne razmišljamo in lahko potlačimo svojo bolečino. Dlje kot zanikamo, globlja postaja bolečina, zato se moramo z žalostjo soočiti. Če tega ne storimo, s tem ohromimo pozitivna čustva, ki delajo naše življenje prijetno. Da bi se po izgubi lahko pobrali, moramo občutiti vsa čustva, tako prijetna kot tudi neprijetna.

3. Pogajanje

Pogajati se začnemo takoj po izgubi, to pa počnemo zato, da bi obvladovali situacijo. To je še ena vrsta obrambnega mehanizma. Pogajanje je zelo pogosto pri osebah, ki niso bile poleg pri smrti ali pogrebu. V tem primeru oseba smrti ne vidi na svoje lastne oči in se prepričuje, da se v resnici ni zgodila in bo oseba prišla nazaj. K tovrstnemu razmišljanju se zatekamo zato, ker je šok zaradi izgube tako velik, da ga ne moremo prenesti. Ta stadij žalosti in izgube je nekaj časa normalen, če pa traja predolgo, lahko onemogoči okrevanje.

4. Jeza

Občutek nemoči in pomanjkanje nadzora sta značilna za občutenje jeze. Zelo pogosto smo jezni takrat, ko nekdo umre in imamo občutek nemoči. Jeza se preusmerja predvsem na tiste, za katere menimo, da so odgovorni za to, da smo se znašli v položaju, v katerem smo. Nekateri preživljajo stadij jeze zelo dolgo, nekateri si postavijo cilj, da bodo jezni vse življenje. Dokler jezo zatiramo ali tlačimo, ostaja v naših telesih, kar se lahko izrazi z boleznijo oziroma nezmožnostjo za opravljanje vsakodnevnih stvari. Če v sebi kopičimo zamero ali jezo, se to lahko kaže tudi na drugih področjih, kar lahko vpliva na naše odnose z drugimi.

5. Krivda

Je naraven stadij žalovanja. Ljudje se pogosto počutijo, kot da niso opravili svoje dolžnosti, da so storili kaj narobe. Drug vidik krivde je samoobtoževanje. Ko na primer mati in oče izgubita otroka, se pogosto počutita odgovorna za njegovo smrt. Smrt otroka je za starša osebni neuspeh, njuna krivda pa se neredko sprevrže v občutja nevrednosti in obsojanja.

6. Žalost in potrto

Žalost je čustvo, ki je ob izgubi najbolj očitno. Začnemo se izogibati socialnim stikom, sami sebe postavljamo v osamo, kjer se počutimo popolnoma nemočni. To je eden najtežjih stadijev, ki jih moramo preživeti. Žalost in potrto sta procesa, ki potekata skozi celoten proces žalovanja. Zavemo se, da oseba, ki smo jo izgubili, ne bo več z nami, zavemo se, da nikoli več ne bomo videli svoje ljubljene osebe. Spoznamo, da so se okoliščine spremenile in nikoli več ne bo tako, kot je bilo. Ko preživljamo hudo potrto, je včasih težko najti pomoč, zato je pomembno, da imamo ob sebi osebo, ki ji zaupamo in se nanjo lahko opremo.

7. Sprejetje

Je končni cilj proces žalovanja, v katerem si priznamo položaj, takšen kot dejansko je. Izgubo moramo sprejeti, kar pa ne pomeni, da smo veseli in da smo nehali žalovati. Ko sprejmemo, se zavedamo, da nam je v življenju danih nekaj položajev, ki jih ne moremo spremeniti oziroma nadzorovati. Ko sprejmemo izgubo, začnemo reševati težavo in si obnavljati moči, ki smo jih tekom procesa žalovanja izgubili. Ob spoznanju, da se nam ljubljene ne bo več vrnil, da so se okoliščine spremenile, se lahko osredotočimo na življenje in si ustvarimo nove vrednote.

2.2.1 PREDELOVANJE SMRTI PO FREUDU

Sigmund Freud je proces žalovanja povezal z melanholijo, ampak poudaril, da sta to dve različni reakciji, ki jo vzbudita isti vrsti dogodka – izguba. Psihične lastnosti, ki so značilne za

melanholijo, so izguba zanimanja za zunanji svet, izguba sposobnosti ljubiti, pomanjkanje upoštevanja samega sebe do stopnje, ko se najdejo izgovori za očitiranje samemu sebi in samoponiževanje, kar kulminira v zavajajoče pričakovanje kazni. To postane bolj razumljivo, če upoštevamo, da, z eno izjemo, na iste značilnosti naletimo pri žalovanju (Erić, 2012).

Freud je žalovanje razumel kot aktiven psihološki proces. Žalovanje spremlja funkcija prilagajanja, nenehno se predelujejo spomini na izgubljeni ali zapuščeni objekt ljubezni. To je nehoteni proces, ki zajema miselne predstave užalostene osebe v obdobjih intenzivnega hrepenenja in psihološkega poglobljanja. Čeprav je čustveno boleča, se po tej poti realnost izgube zlagoma sprejema, povezava med posameznikom se spreminja, dokler se njegove sposobnosti ne osvobodijo, kar omogoči novo prilagajanje. Freud je sklepal, da ko nekdo izgubi osebo, teži k temu, da bi sam bil kot ta oseba. Tako oseba poskuša zmanjšati ali znikati obstoječo izgubo – senca objekta pade na ego. Reakcija identifikacije z odsotno osebo in potrebo po objektu je imel za splošno značilnost psihičnega življenja ljudi, ker je identifikacija obramba pred izgubo objekta (Erić, 2012)

2.3 TABU SMRTI

»Ne bojimo se smrti, temveč misli na smrt.« Seneka

Še vedno se ljudje neradi pogovarjamo o smrti, sprašujemo, kaj se je zgodilo, koliko je bil otrok star ... Še manj pa se o tej temi pogovarjamo z otroki. Ampak vsi se zavedamo, da je življenje minljivo in da se bomo morali vsi soočiti s smrtjo svojih najbližjih. Zato je vsekakor pomembno, da se o tej temi ne bojimo spregovoriti, spraševati in raziskovati. Kot pravi Aščić (2020), »smrt je del življenja in ni nujno ena najbolj groznih, tragičnih stvari v življenju. Pomembno je, da trenutke z umirajočo osebo preživimo kar se da lepo in tudi po smrti živimo in ne životarimo.«

Kot pravi psihoterapevtka Švetak (Intihar, 2019), se v naši družbi premalo govori o smrti, saj je tema, ki se ji raje izognemo. Če govorimo o bolezni ali smrti, je to nekaj težkega, bolečega, predvsem pa nekaj dokončnega. To je smrt. Seveda si je lažje zatiskati oči in živeti v nevednosti, kot da bi se soočili z neizogibnim. Že Freud je žalovanje opredelil kot pričakovan, praviloma boleč in dalj časa trajajoč odziv na izgubo. Ker je ritem življenja zelo hiter, nimamo časa in si ne dovolimo začititi čustev, sploh pa ne tistih neprijetnih, niso dobrodošla in vzamejo preveč časa ter energije. Ob smrti drugega pa se soočimo tudi z lastno minljivostjo, kar zna biti preveč boleče in zastrašujoče. Ker je smrt še vedno tabu, se veliko ljudi ravno zaradi tega ne obrne po pomoč in raje žalujejo sami in potihoma (Intihar, 2019).

»Tabu je prepoved, ki se razumsko ne utemeljuje, ki pa deluje v določeni družbeni skupnosti – povsod naletimo na prepovedi, ki jih ne opravičuje noben racionalen argument (Babič, 2015, str. 75).« Otrokom smrt predstavlja tabu, ki ga ustvarjamo odrasli, vseeno pa so sami polni vprašanj, čustev, saj se s smrtjo srečujemo povsod. Želijo se pogovarjati o tem, razjasnjevati, če imajo ob sebi zaupanja vredno in poslušno osebo. Vsak otrok se bo soočil z izgubo – hišnega ljubljénčka, doma, igrače idr. Če otroku ne dopustimo, da bi to izkušnjo doživel, se bo v odraslosti še težje soočil s tem (Babič, 2015).

2.4 POTREBE ŽALUJOČE DRUŽINE

»Vse, kar boli, potrebuje sočuten odnos, v katerem bodo solze prišle na dan in oprale bolečino, ki razjeda dušo in telo.« (Marc, 2020)

Potrebe so odvisne od vsake družine posebej, glede na njihova individualna občutja, osebnosti ter samih okoliščin otrokove smrti. Vendar pa so vseeno neke splošne potrebe, ki so skupne vsem, in sicer senzibilnost, razumevanje, sočutje, odkritost, možnost izbire, podpora, čas, možnost, da so s svojim otrokom, zasebnost, duhovne potrebe in spoštovanje (Zečević, Urek, Kokol in Cehner, 2003).

- Senzibilnost – starši si zaslužijo, da ljudje ravnajo z njimi z največjo senzibilnostjo po otrokovi smrti. Najmočnejši spomini na smrt so pogosto komentarji prijateljev in sorodnikov, ki so verjetno bili dobronamerni, a nekoristni, ali besede zdravstvenih delavcev, ki jih niso pazljivo izbirali.
- Razumevanje – ne govorimo jim, kaj naj čutijo, saj le oni zares to vedo. Pokažimo jim, da razumemo njihova občutja, skrbi in strahove. Pomaga tudi, če se zavedamo, da starši v takšnih trenutkih težko izražajo čustva in potrebe, hkrati pa težko razumejo. Zato je pomembno, da jih dobro poslušamo, kaj nam pripovedujejo in smo pozorni na misli, ki jih ne moremo izraziti z besedami.
- Sočutje – pomaga jim, če čutijo, da so tudi drugi žalostni zaradi smrti. Pri tem je pomembno, da jim pokažemo, kako nam je hudo, vendar jih ne smemo preplaviti s svojimi lastnimi čustvi, ki pa so pogosto rezultat naših osebnih izkušenj.
- Odkritost – karkoli se dogaja, je za starše lažje, da smo z njimi odkriti. Strah zaradi nejasnih možnosti je pogosto težje prenašati, kot se soočiti z resnico.
- Možnost izbire – kolikor je le mogoče, jim ponudimo možnost izbire glede tega, kar se dogaja z njimi in njihovim otrokom (npr. možnost pokopa, ali želijo biti sami z otrokom ipd.), saj v tem primeru dobijo občutek, da imajo dogajanje pod kontrolo.

- Podpora – čeprav ne more nihče vzeti občutka bolečine in žalosti, ki jo doživljajo ob smrti otroka, jim lahko pomagamo izraziti in razumeti njihova občutja ter postopno sprejemati otrokovo smrt. Obenem pa moramo biti razumevajoči in jih ne smemo siliti k nekemu vzorcu, če želijo žalovati sami in na svoj način.
- Čas – potreben je čas za vsako odločitev, ki jo družina ima. Zavedati se moramo in pri tem biti strpni, saj nobena odločitev ni lahka.
- Možnost, da so s svojim otrokom – nekateri starši želijo svojega mrtvega otroka objeti, spet drugi se tega bojijo. Biti moramo razumevajoči in jim vsako željo, če je le mogoče, uresničiti.
- Zasebnost – družina potrebuje svoj čas, da se od otroka poslovijo. Za sorojence, stare starše, sorodnike je lažje dojeti smrt, če lahko umrlega pozdravijo in se poslovijo od njega.
- Duhovne potrebe – za nekatere starše je pomembno, da je otrok pred smrtjo krščen, drugi želijo ob pokopu igračo, ki jo je otrok imel rad, da ne bo sam.
- Spoštovanje – spoštovati moramo čustva in odločitve družine. Le-te se lahko razlikujejo od tega, kar morda sami mislimo, da bi občutili, če bi se znašli v takšni situaciji. Pomagamo, če vemo, da vsak žaluje na svoj način.

Tudi otroci bodo ob smrti bratca ali sestrice občutili žalost, čeprav morda ne bodo razumeli, kaj se je zgodilo, bodo pa vseeno občutili žalost in nemir staršev. Zato je pomembno, da otroci vedo, kako se počutijo starši in zakaj jim je hudo. Včasih lahko pride do krivde, ki jo otrok občuti, zato mu moramo dati zagotovilo, da oni in starši ne bodo umrli in da lahko življenje normalno nadaljuje. Otroci potrebujejo tisti občutek, da lahko izrazijo čustva in občutja, da se o izgubi lahko pogovarjajo in vprašajo, kar želijo. Pri tem je pomembno tudi, da vzgojitelj ali učitelj v šoli ve, kaj se je zgodilo, da lahko učenec o tem v šoli govori in dobi podporo ter pozornost (Zečević, Urek, Kokol in Cehner, 2003).

Pravice otrok, ko jim bratec ali sestra umre (Zečević, Urek, Kokol in Cehner, 2003):

- 1) upoštevati jih moramo kot individuume s čustvi, ki morajo biti izražena;
- 2) dati jim moramo priložnost, da vidijo in se dotaknejo otroka pred ali po njegovi smrti;
- 3) upoštevati jih je treba pri odločitvah, ki zadevajo spomine na otroka;
- 4) razložiti jim moramo čustva povezana z žalovanjem in jim ponuditi priložnost, da se srečajo s svetovalci;
- 5) družba mora spoštovati dejstvo, da bodo vedno ljubili in pogrešali umrlega otroka.

3 POMOČ OB SMRTI OTROKA

3.1 IZGUBA OTROKA

Smrt ni nikdar lahka, saj s seboj nosi posledice in spremembe v življenje tistih, ki se morajo z njo spoprijeti. Še posebej boleča je smrt otroka, ki starše navadno prizadene bolj kot smrt partnerja ali kakšnega sorodnika. Predstavlja enega najbolj stresnih dogodkov oziroma izkušenj obeh staršev, pa če gre za splav, smrt v zibki, mrtvorojenega otroka ali kakšno drugo obliko smrti. Starši pogosto doživljajo žalost, ki je lahko pervazivna, kompleksna in vztrajna. Pomembno je vedeti, da smrt otroka ne pomeni le izgube otroka, temveč tudi ciljev, upanj in sanj, ki so jih imeli starši (Topolovec, b. d.).

Ljubezen do otroka je nekaj posebnega, saj starši želijo za njega skrbeti, ga tolažiti in mu nuditi pomoč pri iskanju sreče. Nihče ne želi otroka videti v bolečinah, kaj šele, da mu pri tem nikakor ne more pomagati. Žalovanje za otrokom je posebej kompleksno zaradi narave odnosa med otrokom in starši. Ob izgubi otroka lahko starši občutijo, kot da so izgubili svojo prihodnost, ker s tem umrejo sanje in upanje, hkrati pa tudi velik del smisla v njihovem življenju. Ob smrti občutijo, da je bila smrt otroka krivica, tako velika, da jo je težko izraziti (Čižman Štaba in Žurga, 2017).

Žalost pogosto primerjamo z rano, ki naj bi se čez čas zacelila, vendar je smrt otroka bolj podobna izgubi uda ali funkcioniranja – nič ne more zaceliti tega, kar je bilo izgubljeno, lahko pride le do postopnega sprejemanja in prilagajanja. Staršem se zdi, da se njihova izkušnja konfliktov razlikuje od lastnih pričakovanj in pričakovanj družbe o tem, kaj naj bi bilo normalno. Pomembno se je zavedati, da se izražanje žalosti razlikuje že med materjo in očetom, trajanjem, intenziteto in načinom. Ženske v večini primerov intenzivneje in dolgotrajnejše izražajo žalost, razlike pa so tudi v spoprijemanju z izgubo, kar lahko vodi do konfliktov med partnerjema in prispeva k še večji bolečini ter izoliranosti (Čižman Štaba in Žurga, 2017).

»Vzroki za razlike bi lahko bili (Wing, Clance, Burge-Callaway in Armistead, 2001, str. 60)

- navezanost, ki jo starš oblikuje z otrokom;
- spolne razlike v reakcijah in stres;
- razlike v socializaciji spolnih vlog (npr. pri emocionalnem izražanju, prepoznavanju in poročanju o emocijah);
- različne metode spoprijemanja;
- različna identitetna konfiguracija in različna socialna okolja, ki jih izkusijo po izgubi.«

V slovarju ne najdemo besede za starša, ki je izgubil otroka, kar lahko interpretiramo, da je ta bolečina ob izgubi neizrekljiva. Globina žalosti je tako velika, da jo dojamejo le tisti, ki so jo doživeli. Posebno huda je t. i. smrt v zibki, ko otrok nepričakovano umre, brez vidnega vzroka. Starše vse življenje preganja vprašanje »Kaj bi bilo, če bi bilo ...« (Šilc, 2012).

3.2 ŽALOVANJE STARŠEV

Otrokovo smrt starši vedno doživljajo kot nepričakovano izgubo, saj ni skladna z naravnim potekom življenja. Prepričani so, da jih bodo otroci preživeli in da bodo sami umrli pred njimi. Pri žalovanju je pomembna medsebojna podpora partnerjev, ki jim je v pomoč ali pa je lahko vir stresa, in je povezana s tem, kako se bodo starši soočali z izgubo. Čeprav si partnerja delita izgubo iste osebe, še ne pomeni, da bosta žalovala podobno, zato je pomembno poznati razlike v žalovanju med spoloma. Ljudje so prepričani, da se ob izgubi partnerja zblížata, vendar ni vedno tako. Nekaterim partnerski odnos postane od žalovanju sekundarni stresor. Raziskave namreč ugotavljajo, da se pri mnogih starših odnos spremeni – precej se izboljša ali precej poslabša, po žalovanju pa se odnos normalizira. Otrokova smrt lahko v redkih primerih vodi tudi v ločitev, vendar jo takrat razumemo kot sprožilni dejavnik nerazrešenih zapletov, ki so se začeli že pred otrokovo smrtjo (Ozbič, 2015).

Za starše je izrednega pomena, da imajo ob sebi nekoga, s katerim se lahko pogovarjajo, posreduje jim informacije o pogrebu, skupini za pomoč v procesu žalovanja. Podporo lahko dobijo tudi v skupini za pomoč, kjer govorijo o umrlem otroku z drugimi starši, ki so doživeli enako usodo. Na žalovanje poleg razlik med spoloma vpliva tudi proces socializacije, versko prepričanje, kulturna in etična dediščina idr. V raziskavi, o kateri je pisala Baznik (2005), so za ocenjevanje žalovanja uporabili listo, ki je vsebovala šest kategorij (Hogan grief reaction checklist, 2010):

- razočaranje, ki se kaže kot brezvoljnost, žalost in osamljenost;
- panično vedenje, ki je psihološka karakteristika strahu in somatskih simptomov;
- osebna rast, ki meri duhovno zavedanje in eksistenco;
- krivda in jeza, ki merita občutke bridkosti in sovražnosti;
- navezovalna kategorija, ki zrcali izogibanje drugim in sebi;
- neorganiziranost, ki se izraža v koncentraciji in spominu.

Pri tem so ugotovili, da se ženske bolj identificirajo z opisnimi kategorijami kot moški, saj so dosegle večje število točk.

Nekateri zmorejo iti skozi proces žalovanja sami oziroma v krogu svoje družine, spet drugi potrebujejo pomoč in sočutje od zunaj. Veliko dejavnikov vpliva na žalovanje, vendar je izrednega pomena prav to, v kakšno okolje oziroma družino je posameznik vpet. Ali družina predstavlja konstruktivno delujoč sistem ali so v družini destruktivno delujoči (disfunkcionalni) in podrti odnosi. »Funkcionalna« družina in posameznik v njej lahko močno in odprto reagirata, ker lahko izražata čustva in se na izgubo hitro prilagodita. Če pa je družina »disfunkcionalna«, zahteva določen način vedenja, tlačenje čustev, se posameznik na to ne more prilagoditi in iti naprej. Potreba po žalovanju je globoka človekova nujnost in v njem samem je, da reagira na izgubo (Marc, 2020). Premalo se tudi zavedamo, kako huda je bolečina očeta ob izgubi otroka. Nekateri menijo, da se oče ne more tako navezati na otroka kot mati. Okolica pričakuje, da je oče v procesu žalovanja trden, da poskrbi za družino, ne sme kazati čustev, junaško mora funkcionirati v posebej težkih časih. Taka miselnost moške oropa pravice do žalovanja in na nek način morajo čustva potlačiti. Ob žalosti pa se pri starših pojavlja tudi jeza, ki v družbi ni sprejemljiva, kar spet ljudem onemogoča, da bi polno žalovali. Po pogrebu se bližnji vrnejo nazaj vsak v svoje življenje, žalovanje pri starših pa traja mnogo dlje. Okolica želi smrt pustiti zadaj, največkrat otroka ne imenujejo in mislijo, da bodo s tem staršem prihranili bolečino (Šilc, 2012).

Raziskave so pokazale, da so žalujoči starši zelo ranljiva skupina. Pri starših, ki so izgubili otroka, je tveganje za hospitalizacijo zaradi afektivnih motenj večje kot pri starših, ki niso izgubili otroka. Seveda obstajajo med starši individualne razlike v poteku žalovanja in načinih spoprijemanja z izgubo. Na splošno se je pokazalo, da nekatere individualne in medosebne značilnosti vplivajo na prilagoditev na izgubo. Žalujoči, ki niso pričakovali smrti ljubljene osebe, dosegajo višje ocene na postavkah žalovanja kot tisti, ki so izgubo pričakovali. Presenetljivo malo empiričnih raziskav pa je bilo opravljenih posebej o vplivu okoliščin, ki spremljajo smrt (tj. tistih, ki so povezane z dejanskim časom izgube in v dneh po smrti), na proces žalovanja. Vendar pa je verjetno, da so ti dogodki zelo pomembni. Na primer, na splošno velja, da prisotnost ob bolniški postelji ob smrti otroka blagodejno vpliva na žalujoče (Wijngaards-de Meij, M.S.Stroebe, W. Stroebe, Schut, van den Bout in van der Heijden, 2018).

3.3 KAKO ŽALUJEJO SOROJENCI

Izraz »otroci, pozabljeni žalovalci« je prvi uporabil Earl Grollman. Izraz je sam po sebi zgovoren, saj so otroci po smrti bližnjih, pogosto spregledani in prepuščeni samim sebi. Zaradi specifik otrok v vedenju in odzivanju si odrasli pogosto ustvarimo predstavo, da je z njimi vse v redu in da zaradi svoje mladosti ne čutijo posledic izgub tako kot odrasli. Največkrat otrok

potrebuje človeka, ki mu zaupa in bo z njim tudi takrat, ko ni najbolj prijetno. Pomembno se je zavedati, da (Babič, 2015, 76):

- je žalovanje naravna reakcija na izgubo – ob smrti se sprožijo številne čustvene in fizične reakcije, ki so zelo različne, vendar intenzivne; gre za naravne odzive, ki jih ne moremo zanikati, zamenjati, saj je žalovanje pot brez bližnjic;
- je izkušnja z žalovanjem za vsakega otroka edinstvena – nihče ne more predvideti, kaj bo otrok zares čutil, kako bo šel čez izkušnjo; če mu želimo pomagati, moramo biti dobri, empatični poslušalci; razumeti je treba, da je vsak otrok edinstven, z različnimi načini izražanja žalosti, jih podpreti brez sodb, napotkov, ignoriranja in zanikanja;
- ni pravih in napačnih načinov žalovanja;
- se žalovanje nikoli ne zaključí; je nekaj česar otroci ne bodo nikoli zares preboleli.

Med procesom žalovanja mnogi mladostniki začasno uteho iščejo v drogah, alkoholu in spolnosti. Ker mladostnik prikriva čustva ter premaguje žalost in zapolnjuje praznino globoko v sebi, se začne posluževati prepovedanih substanc oziroma destruktivnih metod (Cobain, 2008).

Dojemanje smrti je različno glede na starost, ki pogojuje njihovo sposobnost dojetanja. Kot piše Dodič (2016) je Jean Piaget ugotovil, da otroci razmišljajo drugače kot odrasli, zato je razvoj mišljenja razdelil v štiri stopnje.

- Senzomotorična (zaznavno-gibalna) stopnja traja od rojstva do 2 let in je prva faza kognitivnega razvoja. V tej je pojem smrti povezan z ločitvijo in odsotnostjo. Kadar kakšne osebe ni v otrokovem vidnem polju, zanj ne obstaja več.
- Predoperativna stopnja, ki traja od 2 do 7 let, na stopnji egocentrizma je otrok zmožen razmišljanja o tem, da mrtva bitja spet oživijo, lahko ima občutek, da nekdo umre le takrat, ko si on to želi. Smrt je v tej fazi le nekaj prehodnega, saj je pomen besede mrtev nasprotje od besede živ šele od 7. leta dalje.
- Stopnja konkretno logičnega razmišljanja traja od 7 do 11 let, kjer se razvija logično mišljenje, otrok razume spremembe na konkretnih predmetih. V tej stopnji začneja razumeti, da smrt pomeni konec življenja. Po njihovem je smrt rezultat nekega zunanega dejavnika (nesreča, požar, vojna idr.).
- Stopnja formalno logičnega mišljenja je od 12. leta naprej, ko mišljenje postane abstraktno in je podobno mišljenju odraslih. Pri teh letih je otrok zmožen razumeti, da smrt lahko nastopi zaradi notranjega procesa.

Babič (2015) piše, da je po smrti sorojenca pri otrocih možnih tudi več reakcij, kot so vedenjske (glasni izbruhi, preklinjanje, agresivno vedenje, izolacija, prepiri idr.), emocionalne (negotovost, strah, jeza, bes, žalost, apatičnost idr.), socialne (umik od prijateljev, družine, aktivnosti, zloraba prepovedanih substanc, želja po večji bližini domačih idr.), fizične (glavoboli, bolečine v želodcu, trebuhu, nočne more, samopoškodbe idr.), težave v šoli (slaba koncentracija, poslabšanje uspeha, pozabljivost idr., pri tem je pomembno izpostaviti tudi, da se sošolci pogosto težko vživijo v čustva žalujočega, zato so ti velikokrat tarča posmeha ali bolečih opazk).

3.4 POMOČ ŽALUJOČIM STARŠEM IN SOROJENCEM

»Če otrok svoje nerešeno žalovanje prenese v odraslo dobo, je zelo mogoče, da bo v prihodnjih odnosih težko ljubil in zaupal. Poznejše izgube bodo postale sestavni del njegovega žalovanja. Mnogi odrasli, ki so v otroštvu ali najstništvu izkusili smrt v družini, v svojem srcu še vedno nosijo breme nedokončanega žalovanja.« (Zavod Pogreb ni tabu, 2019)

S smrtjo je spremljanje umirajočega končano in svojci so pred veliko preizkušnjo – poslavljanjem in izpuščanjem, žalostjo. Sedaj potrebujejo ti, ki so do sedaj spremljali, nekoga, ki jih bo spremljal in razumel. Žalovanje je dolg proces in naučil se ga ni še nihče, ki izgube bližnje osebe sam ni doživel. Če žalosti ne damo dovolj časa in je ne doživimo, potem ostane bolečina smrti nerazrešena (Pera, 1998). Mit, ki nikakor ne drži, je, da čas zaceli vse rane. Res, da s časom ta ostrina žalosti izgine, ampak to se včasih zgodi le tako, da bolečino zakopljemo globlje. Da zakopljemo bolečino, ni dobra metoda za njeno obvladovanje, in sicer iz več razlogov (Levine in Kline, 2008):

- bolečina se lahko nepričakovano vrne in vznemirja;
- potlačena bolečina lahko povzroča težave pri povezovanju in vzpostavljanju intimnosti, ker ohranja strah pred izgubo in zapustitvijo;
- ogromna količina energije se porabi za to, da zakopana čustva ostanejo pod površjem.

Pomembno je, da starši takoj po smrti dobijo ustrezno pomoč, saj je ta povezana z zmanjšanjem tveganja za neugodne izide. To lahko nudijo različne strokovne osebe, kot so zdravniki, medicinske sestre, socialni delavci, psihologi idr.

V procesu žalovanja so pomembni tudi razni obredi, med njimi pogreb, ki ni namenjen samo umrli osebi, temveč tudi žalujočim. Tam se zbere veliko ljudi, ki se pogovarjajo in žalujočemu dajo občutek, da ni sam, vendar pa je hudo, ko se pogreb konča in vsi odidejo, žalujoče pa pustijo same. Mnogi tudi ne dovolijo, da bi bili otroci na pogrebu, ker naj bi bil to za njih

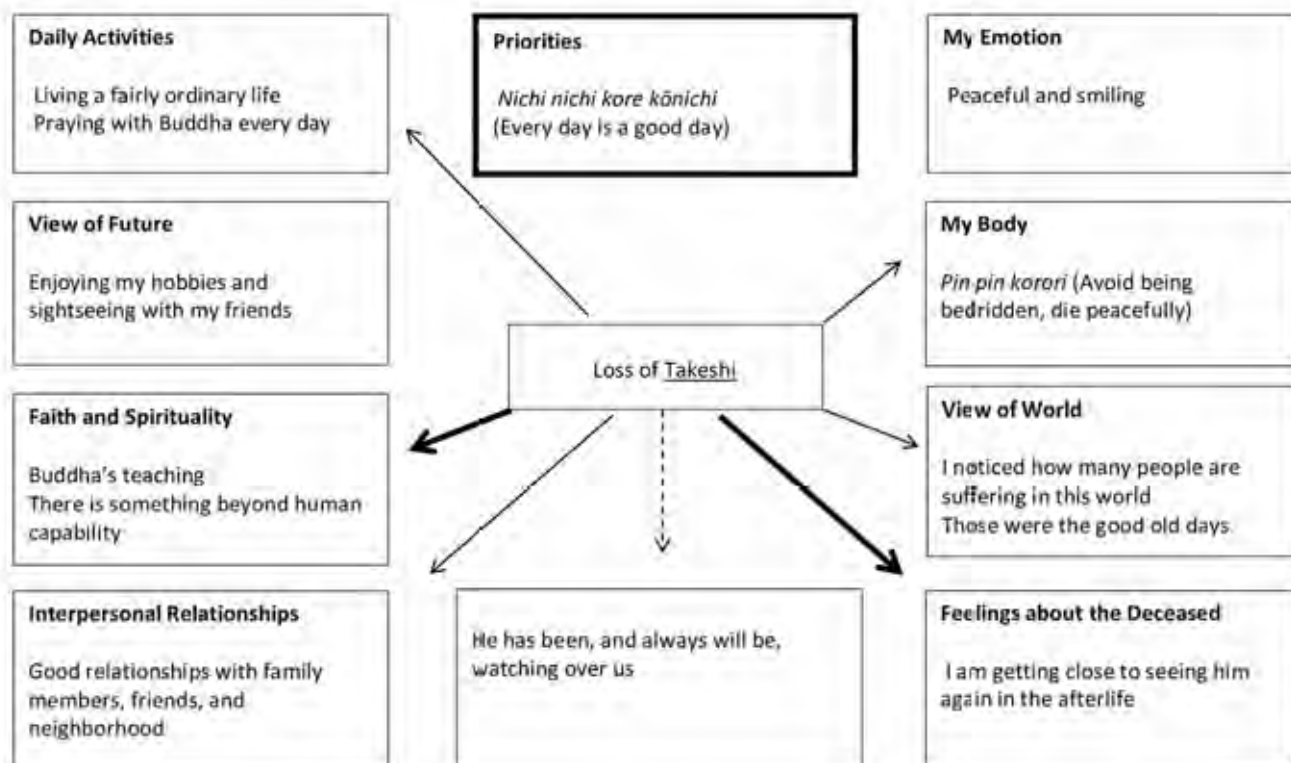
prevelik šok. Vendar to ni res, saj tudi oni razumejo in žalujejo za umrlo osebo (Klevisar, 2006). Otroci (in tudi odrasli) so zaradi čustev pogosto v zadregi. Lahko jih poskušajo skriti, saj ne želijo staršem povzročiti dodatne bolečine, oziroma starši ne želijo, da bi jih otroci videli jokati. Primerno je, da odrasli jokajo skupaj z otroki. Otrokom je pomembno povedati, da so solze, strahovi in jeza normalen sestavni del žalovanja. S solzami je mogoče precej razbremeniti bolečino in stres (Levine in Kline, 2008). Normalno je, da bodo nekatera vprašanja ostala neodgovorjena. Ko so otroci pripravljani, je pomembno, da razvijejo neko mero razumevanja o značilnosti smrti. Dobro je tudi delati na tem, da se čustveno sprijaznijo s smrtjo. Potrebno je jokati, dati iz sebe občutke, ki jih občutijo, saj se lahko tako olajšajo. S tem postopoma sprejmejo svoje misli, spomine. Ker pa je le-teh pogosto veliko, je lahko tudi sam proces zelo dolgotrajen. Pomembno je, da se ne premleva ene in iste misli ali znova in znova iste slike. Mogoče lahko nekomu pomaga tudi pisanje dnevnika ali zapiskov, saj lahko pisanje samemu sebi pomaga ostati v stiku s svojimi čustvi, ne da bi ga le-ta preplavila (Čižman Štaba in Žurga, 2017).

Otroci se v odgovorne in zrele odrasle ne razvijejo tako, da jih starši in odrasli varujemo pred bolečino, ampak da se s tem soočijo, mi pa jim stojimo ob strani in se jim pomagamo spoprijeti s tem. Ob žalovanju bodo izkusili veliko čustev, zato je pomembno, da jim pomagamo le-te izraziti. Pri mladostnikih lahko to spodbujamo z risanjem, vajo z »možičkom«, kjer otroci pokažejo, kako se počutijo, kakšna čustva občutijo. Na list papirja narišemo obris človeškega telesa in postavimo barvno kodo čustev, otrok obris preprosto zapolni z različnimi barvami in tako pokaže, kako se počuti v različnih delih telesa (celo telo lahko obarva npr. modro, če se počuti zelo žalosten, ali pa z rdečo označi dele telesa, kjer občuti prijetno čustvo itn.). Senzomotorična dejavnost risanja pomaga sprostiti čustva prek ustvarjalnega izražanja, ker angažira intuitivno desno stran možganov. Z barvanjem pa daje tudi odraslim dragoceno informacijo o tem, kaj otroka vznemirja in katera čustva se morajo še izraziti in jim prisluhniti (Levine in Kline, 2008). Odrasli prepogosto pričakujejo, da bodo otroci žalovali na posebne načine. Po afriškem pregovoru je "potrebna vas, da vzgojiš otroka". Tudi za žalujočega otroka je potrebna vas, da pozdravimo njegove rane. Žalujoči otroci potrebujejo podporno mrežo odraslih in včasih odraslih, ki imajo strokovno znanje za delo z žalujočimi otroki in razumejo tudi življenjske izkušnje, ki vplivajo na naravo njihove žalosti. Otroci imajo bogato notranje življenje in žalost je lahko podobna ali močno drugačna od žalosti odraslih in drugih otrok. Da bi pomagali otrokom, ki so izgubili ljubljene, se morajo odrasli v svojem življenju zavedati, da

otroci žalujejo, njihovo žalost je treba priznati, narava otroške žalosti pa se močno razlikuje glede na starost in zrelost (Jeffreys, 2011).

Čeprav poznamo veliko tehnik, kako žalujočemu pomagamo osmisliti izgubo, razjasniti misli in občutke ter ga spodbuditi k boljšemu razumevanju samega sebe, bom opisala samo nekatere, ki so se mi zdele zelo zanimive oziroma sem jih tudi sama že preizkusila. Zanimiva se mi je zdela aktivnost, ki jo opisuje Neimeyer (2015), v kateri s pomočjo miselnega vzorca opredeljuje vpliv izgube. S tem lahko opredelimo različna področja, kot so vsakodnevne dejavnosti in naloge, dojemanje sebe, medosebni odnosi, pogled na prihodnost, pogled na svet ter vera in duhovnost. Sogovorniku pojasnimo, da je pomen te naloge, da razmisli o tem, kako izguba vpliva na njegovo življenje. Po tem navodilu povemo, da naj v prazen prostor napiše ime ali začetnice umrlega. Nato naj razmisli o vplivu in zapiše odgovore na različnih področjih (npr. dnevne dejavnosti, primarne naloge, čustva), razporejenih okoli tega osrednjega polja. Žalujoči osebi moramo povedati, da lahko napiše kar koli in je ne smemo spodbujati, naj vpliv izgube prikaže na vseh področjih – le na tistih, ki se ji zdijo pomembna. Če oseba začuti edinstvena čustva ali misli, ki ne ustrezajo obstoječim domenam, jo spodbudimo, da uporabi nedefinirano domeno. Po izpolnitvi miselnega vzorca prosimo, da pripoveduje o vsebini in odnosih, na postavljenih vprašanjih, kot na primer "Na katero področje najbolj vpliva vaša izguba?" – "Ali obstaja kakšno področje, na katero je vplivala vaša izguba in se je prej niste zavedali?" – "Ali obstaja kakšno področje, na katerega vaša izguba ni vplivala?" – "Ali obstajajo kakšne povezave med področji?". Na koncu osebo povabimo, da naredi nov zemljevid, ki upošteva morebitne prihodnje vplive njene izgube. Če je mogoče, še naprej poslušamo pripovedi o življenju. Kot vzorec prilagam sliko (Slika 1), kjer je primer, kako se miselni vzorec izpolnjuje – primer je izpolnila 46-letna Yuike, ki je izgubila moža (Neimeyer, 2015, str. 114).

Slika 3.4.1.: Miselni vzorec – opredeljevanje vpliva izgube (Neimeyer, 2015, str. 114)



Pisanje pogosto omogoča pobeg iz tihega brezna obupa. Izrazno pisanje lahko olajša tudi proces odkrivanja čustev, ki omogoča, da se um nežno spoprime z bolečino, povezano z izgubo. Pisanje spodbuja samorefleksijo, ki je potrebna za oblikovanje novega pomena, ko se posamezniki poskušajo prilagoditi spremenjenemu življenju. Oblikovanje novega pomena je osrednjega pomena za celjenje srca, ki je ključno za intimnost, ne le z drugimi, temveč tudi in predvsem s samim seboj. Odrasli, ki doživljajo žalost zaradi izgube ljubljene osebe, pogosto povedo, da imajo "luknjo v srcu", praznino, ki je ni mogoče zapolniti. Umrle osebe ne morejo in nočejo nadomestiti, čeprav so morda pripravljeni preiti v novo fazo žalovanja. Za to luknjo, ki je pogosto polna konfliktov in bolečine, je lahko koristen proces zdravljenja, ki se spodbuja s pisanjem pisem samemu sebi. V nasprotju s spomini, ki so napisani o sebi, ali pisanjem pisem drugim, kot obliko resnične ali abstraktne povezanosti. Pisanje samemu sebi razumemo kot samopomoč, ki utrjuje nov občutek identitete. Sočutje drugih začne sčasoma upadati, vendar žalovalci povedo, da je luknja še dolgo po smrti odprta in prazna. Neimeyer in njegovi sodelavci (2010) opozarjajo na pomen konstruiranja nove identitete in uporabo metaforičnega jezika. Opisana tehnika pisanja pisem daje žalujočemu posamezniku priložnost, da metaforično rekonstruira zgodbo, in s tem ponovno potrjuje, da ima žalujoči dejansko notranjo moč, da osmisli izgubo. Z nagovarjanjem sebe na treh različnih točkah življenjske časovnice, predstavljenih v nadaljevanju, lahko s spremembami v besedišču od enega pisma do drugega

dosežemo preobrazbo. Alternativne formulacije lahko sprožijo samorefleksivno preobrazbo, saj se pisec ne ozira le v preteklost, temveč tudi v prihodnost.

1. Pisanje odraslega sebi kot majhnemu otroku

Odrasli jaz, ki pozna stiske in boje, se prek pisma vrne k otroku v sebi, da bi mu povedal, kaj bi morda moral vedeti, a ne ve, da bi se pripravil na pot skozi življenje. Odraslemu daje priložnost, da svojemu notranjemu otroku da spodbudo, moč in upanje za prihodnost. S tem lahko sogovorniku pomagamo razjasniti prepričanja in izkušnje. Ta proces je način, kako ponovno narediti ali popraviti tisto, kar je bilo morda uničeno. Sam začne graditi nove temelje, saj se na novo oblikujejo temeljna prepričanja. V pismu naj odgovori na spodaj navedena vprašanja in natančno izrazi misli.

- Kaj želite povedati svojemu »otroku«, da bo pripravljen na prihodnje življenje?
- Kaj si želite, da bi vedeli, da bi vas pripravili na prihodnje življenje?

2. Pisanje majhnega otroka sebi kot najstniku

Drugo pismo je pismo majhnega otroka, nedolžnega, polnega negotovosti, ki bo sprejel življenje, ki je pred njim. Sogovornika prosimo, naj to pismo napiše z roko, ki ni dominantna, saj bo tudi tako videti bolj otroško, saj se dotakne leve strani možganov ter novosti in neznanega. V tem pismu otrok piše pismo svojemu najstniškemu jazu, saj se mladostnik bolj zaveda sveta, vključno s kruto realnostjo življenja, skupaj z resnostjo, tesnobo, depresijo in bolečino, ki so morda začele odmevati v njem. To je priložnost, da otrok s samopomočjo ponudi sporočilo temu resnemu in ranjenemu najstniku ter ga spomni na to, česar se mora zavedati na pragu odraslosti, da bi mu te lastnosti ostale na voljo vse življenje. Damo mu navodila.

- Vaš mladi, nedolžni notranji otrok naj napiše pismo najstniku, ki je morda postal resen, nespodbuden ali nesamozavesten. Na kaj bi otrok najstnika opomnil, na kar je najstnik morda pozabil?
- Kaj želi vaš otrok, da ohranite, kar bi se lahko izgubilo med odraščanjem?

3. Pisanje iz sedanjosti v prihodnost

To pismo, napisano z dominantno roko, se osredotoča na sedanjo bolečino in strah, skupaj z upi, ki jih ima sogovornik za prihodnost zdaj, ko ljubljene osebe ni več v njegovem življenju. Običajno se v tem položaju zelo dobro zaveda, da se umrli ne bo vrnil in da prazne luknje ne bo mogoče zapolniti, čeprav dragoceni spomini ne bodo nikoli pozabljeni. S tem sedanjost

premosti s preteklostjo v stalno povezanost s pokojnikom, hkrati pa se premakne k ponovnemu vlaganju v prihodnost. Spodaj navajam vprašanja, ki jih lahko zastavimo.

- Kateri so vaši največji strahovi pri tem "novem začetku", ko se soočate s smrtjo in izgubo?
- Kaj vas najbolj vznemirja, ko prevzimate nova tveganja? Kaj upate, da boste spremenili v prihodnosti?

Vsa tri pisma se napišejo v okviru istega delovnega srečanja, na različne papirje, ki jih izbere sam, vsa pa se vložijo v eno zapečateni ovojnico, naslovljeno nase. Na tej točki pisem ne preberemo na glas. Sogovornika prosimo, da se na ovojnico podpiše, da ve, da pisma ne bodo posredovana naprej in da bodo ostala zaupna. Odvisno od trajanja terapije, pismo pošljemo po pošti, za kar sogovornika tudi obvestimo, tako da jih prejme na svoj dom pred zadnjim zaključnim srečanjem. Seznanim ga tudi, da ima, ko pismo prejme po pošti, možnost, da ga odpre takrat ali da prinese ovojnico na srečanje, kjer jo bo odprl. Namen tega je dvojen. Prvič, pri izgubi osebe, ki je umrla, ni imel izbire. Ta možnost izbire, kdaj odpreti pismo, vnaša nekaj občutka nadzora v situacijo. Drugič, branje pisem sebi pogosto sproži močna čustva, zato je sogovornik na to vnaprej opozorjen, nato pa ima možnost izbire, kdaj želi ponovno obiskati ta čustveni prostor. Ne more izbrati časa, ko je bil prisiljen vstopiti v izgubo, lahko pa izbere čas, ko se je pripravil ponovno srečati s to rano in močnimi čustvi, ki jih sproža.

Za otroke je največkrat zdravilen pogovor, katerega glavno vodilo naj bo, da se otroku ne prikriva, ne okoliši, ne manipulira, ne laže, čeprav želite le najboljše za njega in dobronamerno. Pomagate mu lahko tudi z branjem oziroma pripovedovanjem zgodb o smrti (na primer Auschitzka, 2021, Umrl je nekdo, ki si ga imel rad; Oliveri, 2021, The invisible string; Where are you? A child's book about loss).

4 POMOČ SOCIALNEGA DELA

Travma je dogodek, ki pri človeku povzroči visoko stopnjo stresa, le-ta pa presega posameznikovo sposobnost sprejemanja in integracije čustev ter občutkov. Od vsakega posameznika je odvisno, ali bo zanj dogodek travmatičen, saj je to odvisno od osebnostnih lastnosti, predhodnih izkušenj in drugih dejavnikov, ki vplivajo na človeka, ter sam dogodek (Rozman, 2015). Najbolj značilna posledica nepredelanih travm je potravmatska stresna motnja, saj je le-ta posledica preživetja izjemno hudega dogodka. Ob tem je bila oseba močno prestrašena, doživela je občutek nemoči ali je bila v šoku (Nacionalni inštitut za javno zdravje RS, 2008). Kearns (2014) piše, da je smrt otroka eden takšnih dogodkov, ki lahko povzroči potravmatsko stresno motnjo, saj je to za starša najhujši dogodek. Zato je pomembno, da kot

socialni delavci staršem nudimo oporo in pomoč, saj, kot pišeta Čačinovič Vogrinčič in Mešl (2020), smo usposobljeni za to, da s starši soustvarjamo rešitve oziroma dobre izide. Pri tem je pomembno, da se slišijo vsi glasovi, da se skupaj ukvarjamo z zelenimi izidi ter hkrati soustvarjamo pomoč in podporo za spremembe. Pomembno je, da sogovornike spodbujamo k izražanju njihovih čustev in občutkov, hkrati pa jim dajemo vedeti, da jih razumemo. Biti moramo tudi tukaj in zdaj z žalujočimi, katerim to pomaga, da se izrazijo v trenutku in skupaj gledamo naprej, v prihodnost. Včasih se nam tudi zgodi, da nas preplavi tišina, da ne vemo in ne znamo odreagirati v trenutku, ampak nič zato. Včasih potrebujemo trenutek tišine za razmislek, da se lahko osredotočimo na situacijo, saj je žalovanje za otrokom zelo težko tudi za socialne delavke. Če želimo krepiti moč pri družini v procesu žalovanja, je aktualen pristop odpornosti, ki je najkoristnejši in potreben pri družinah, kjer so zaradi ponavljajočih se frustracij in neuspehov opazni občutki obupa in premaganosti (Čačinovič Vogrinčič in Mešl, 2020). »Odpornost je sposobnost za uspešno prilagajanje, pozitivno delovanje, kljub tveganjem, stresu in travmam. Odporni ljudje imajo izkoriščene in neizkoriščene rezerve, ki jim omogočajo spoprijemanje z neuspehi, izzivi in strahovi vsakodnevnega življenja« (Čačinovič Vogrinčič in Mešl, 2020, str. 118). Pri tem je pomembno, da človek spozna in sam postane odporen, ko premaga nesreče, bolečine ali izzive, le-ti pa mu dajo dodaten zagon za življenje. Odpornost krepimo na dveh ravneh, in sicer na prvi ravni kot temeljno izkušnjo odnosa, na drugi pa z večjo razvidnostjo posameznikovega življenja, razvidnost odnosov, ki jih družinski član vzpostavlja s pomembnimi drugimi. Walsh in McGoldrick (1991) pišeta, da izguba prinese spoznanje, da je naš čas zelo dragocen in omejen. To lahko posameznika spodbudi, da se posveti reševanju konfliktov, poglobi odnose, empatijo. Soočenje s smrtjo otroka lahko starše popelje v globino, v tisto, kar je dejansko pomembno. Čeprav se velikokrat pogovarjamo s starši in jim nudimo pomoč, se je potrebno zavedati, da tudi žalujoči otroci potrebujejo pogovor. Govoriti otroku znamo odlično, govoriti z otrokom pa je nujna dragocena izkušnja, ki jo moramo utrditi (Čačinovič Vogrinčič in Mešl, 2020). Pomembno je, da damo tudi otroku priložnost, da nam ločeno od staršev pove, kako se počuti, saj mu je včasih lažje. Se mu pridružimo, da bi slišali njegov glas in raziskovali skupaj v procesu ukvarjanja z zelenimi izidi.

Kot piše Weinstein (2008), imamo večšine socialnega dela, ki jih moramo upoštevati pri delu z družino:

- ohraniti trezno glavo in se ne zmesti, vpletati ali se neustrezno soočiti, (konfrontirati);
- zavedati se »oblikovanja pomena«, ki je značilno za vsako družino, in ga ozavestiti med družinskimi člani;

- poslušati in opazovati vzorce komuniciranja v družini in se o tem pogovoriti oziroma seznaniti;
- spodbujati člane družine k neposredni medsebojni komunikaciji;
- pomagati družini razumeti dinamiko moči znotraj družine glede na spol, starost idr.

5 EMPIRIČNI DEL

5.1 VRSTA RAZISKAVE

Raziskava bo kvalitativna, empirična. Pojem kvalitativno raziskovanje je skupni pojem za zelo različne teoretične, metodološke in metodične pristope k družbeni resničnosti. Pri kvalitativnih podatkih so vrednosti spremenljivk navedene besedno, atributivno. Za metode vzamemo odprt intervju, opazovanje z udeležbo, skupinsko udeležbo (Mesec, 1998).

5.2 RAZISKOVALNI INSTRUMENT

Merski instrument je vprašalnik, oblikovan kot vodilo intervjuja. Pred izvedbo intervjuja sem staršem poslala vprašanja, da so se lahko pripravili. S tem sem želela prispevati k njihovem manjšemu občutku nemoči in pritiska za sodelovanje. Med intervjujem sem jim zastavila tudi podvprašanja, saj sem želela pridobiti čim več podatkov, kar je pripomoglo k odgovorom na raziskovalna vprašanja.

5.3 POPULACIJA IN VZORČENJE

Vzorec v raziskavi je bil neslučajnostni, starše pa sem pridobila po metodi snežne kepe. Intervju sem izvedla z dvema materama in enim očetom, vsi trije so živeči v Sloveniji in imajo izkušnjo izgube otroka, ter eno socialno delavko v osnovni šoli, ki je delala z družino, ki je otroka izgubila. Prva intervjuvanka je bila razvezana mati z dvema hčerkama, pri drugem intervjuju pa sta bila poročena mati in oče z eno hčerko.

5.4 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

V raziskovalnem delu sem želela odgovoriti na spodaj navedena raziskovalna vprašanja.

- Kateri so bili varovalni dejavniki in kateri dejavniki tveganja v procesu žalovanja intervjuvanih oseb?
Podvprašanja: Kaj jih je varovalo oziroma jim dajalo moč in upanje v boljši jutri? Kaj in kdo jim je bil v težkih trenutkih v oporo? Kaj je bilo za njih najtežje in kje so videli tveganje oziroma doživljali ogrožajoče dejavnike?
- Kako vprašani ocenjujejo pomoč, ki so je bili deležni?

Podvprašanja: Ali so bili s pomočjo neformalne socialne mreže oziroma s strokovno pomočjo zadovoljni? Če ne, kaj bi predlagali za izboljšanje?

- Kako so vprašani doživljali širšo in ožjo socialno mrežo, oziroma kako je ta sprejela njihovo izgubo otroka in žalovanje?

Podvprašanja: Zanima me predvsem, kako se je njihova socialna mreža odzvala na izgubo otroka in kakšne besede oziroma pogovori so jih spodbudili, da so spregovorili?

Kaj so najraje slišali od drugih in kako so sami začeli pogovor?

- Kako so otrokom razložili smrt sorojenca in kako so to sprejeli? Kakšne vrste pomoči so nudili otrokom?
- Kakšen vpliv ima izkušnja izgube otroka na starše?

5.5 ZBIRANJE PODATKOV

Metoda zbiranja podatkov je delno strukturiran intervju, s katerim sem zbrala goste besedne opise. To pomeni, da so zapisi pogovorov, ki sestavljajo izhodiščno empirično gradivo za analizo, celoviti, podrobni in izčrpni. Pri tem pa čimbolj zvesti in življenjski (Mesec, 1998). Intervju sem na začetku želela izvesti v živo, saj sem želela družino videti in jo začutiti, vendar zaradi bolezni covid-19 to ni bilo mogoče. Intervju sem zato izvedla preko videokonferenčnega sistema oziroma aplikacije Zoom, v živo pa sem izvedla intervju s socialno delavko. Oba intervjuja s starši sta bila izvedena aprila 2021, s socialno delavko pa julija 2021. Pogovor sem snemala s soglasjem, da sem ga lahko prepisala in analizirala.

5.6 OPISAN POSTOPEK ANALIZE INTERVJUJA

Zbrane podatke sem obdelala kvalitativno, analizirala sem jih z odprtim in osnim kodiranjem, kar je postopek, ki je sestavljen iz niza postopkov, v katerih podatke po odprtem kodiranju spet združimo z analiziranim gradivom, in sicer tako, da ugotavljamo povezave med kodami in kategorijami. To ugotovimo tako, da kode in kategorije povežemo z besedilom in poskušamo ugotoviti vzrok in posledice (Terminološki slovar vzgoje in izobraževanja – Termania). Za vsak intervju sem naredila razpredelnico, ki vključuje stolpec s šifro izjave, sestavljeno iz črke (oznaka intervjuvane osebe – A je mati iz prvega intervjuja, B sta starša iz drugega intervjuja in C je intervju s socialno delavko), številko izjave (A1, B1 itd.), stolpec z relevantno izvorno izjavo, sledijo stolpci za pojem, kategorijo in temo. Pri osnem kodiranju sem izpostavila teme in pod njimi kategorije. Na koncu sem oblikovala poskusno teorijo.

6 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

V nadaljevanju predstavim rezultate raziskave po temah, ki sem jih oblikovala s pomočjo analize intervjuja. Predstavim rezultate dveh družin, ki sta se soočili z izgubo otroka in sorojenca, in socialne delavke, ki je delala z družino z izkušnjo smrti otroka in sorojenca. Odločila sem se za zapis neknjižnega in narečnega pogovornega jezika, saj sem želela ohraniti slogovne posebnosti.

6.1 Potek procesa žalovanja družine ob izgubi otroka in doživljanje le-tega z vidika socialne delavke

6.1.1 Potek procesa žalovanja

Obe družine v raziskavi sta izpostavili, da je bil proces žalovanja zelo dolg (*Moj proces žalovanja je bil zelo dolg. (A1), Proces žalovanja je bil precej dolg. (B1)*). Starši se na smrt otroka ne morejo pripraviti oziroma se sprijazniti, saj je le-ta misel preveč boleča in nemogoča (*Če prou smo vsi vedli, kaj sledi iz njegove bolezni, se nismo mogli na to pripraviti. (B4)*). V procesu lahko pride do negativnega poteka, kjer družina ne vidi več izhoda in si sama ne zna pomagati, boji se za njen obstoj (*Po določenem času, sm vedu, da moremo neki spremenit, če ne gre drugače pa poiskat pomoč. Ker enostavno noben ni več vidu izhoda in včasih sm mel občutek, da bo naša družina razpadla, da se bomo ločili. (B33)*).

6.1.2 Občutki in čustva v procesu žalovanja

Občutki in čustva, ki so jih starši doživeli ob izgubi svojega otroka, so bili mešani, vendar nekateri enaki. Žalost in jezo sta občutili obe družini, saj sta ti dve čustvi najintenzivnejši (*Am ... bla sm na trenutke žalostna (A2), ... jezna (A3)*). Na začetku je druga mama po smrti bila brez čustev (*Par mescev se mi zdi, da sem bla prou brez čustev in občutkov (B5)*). Je pa prvo družino oziroma mamu to tako zelo prizadelo, da si sama ni znala pomagati in je imela v sebi le neprijetna čustva in občutke (*Apatičnost (A4); In sm spala in spala in spala in js nism upala več in js bi kr umrla (A9); ... Sm se dala u ulogo žrtve in tam sm bla in sm žalovala (A14); Tko nč me ni zanimalo, nč zanimivo, nč me ni prtegnlo (A15)*). Tudi socialna delavka je v intervjuju omenila, da je mama doživljala močno žalost in depresijo (*Grozno velika žalost, močna depresija (C1)*). Imeli sta tudi obdobje, ko je bil prisoten občutek nemoči, si zanikaš, da se to ni zgodilo in upaš, da se bo tvoj otrok vrnil nazaj (*Res ful časa sem si zanikala, si govorila, da se to ni res zgodilo in da bo pršu nazaj. (B2, B3)*).

6.1.3 Potrebe družine v procesu žalovanja

V prvi družini se za otroke vsakodnevne potrebe niso spremenile, (*Potrebe so ble in po šolanju in ... po domače povedano po kosilu, po pranju, po likanju (A6); in po čustveni nežnosti in po odnosih (A7)*), saj sta hčerki še vedno potrebovali mamo in njeno prisotnost (*Govorila je, da nej se zbudim, da je tud ona moj otrok in je N že dauno mrtva (A38)*). Kot je povedala socialna delavka je bila potreba mame spodbuda oziroma močne besede hčerke, da se je začela prebujati (*Takrat se je začela prebujat, ker do takrat je hodila vsak dan na pokopališče, brala knjigice, pesmice. (C4)*). Sama pa je imela potrebo po tem, da ji nekdo pomaga, da se nekdo z njo ukvarja (*In potrebe u procesu žalovanja so ble prou to, da ji nekdo pomaga pri otrocih, da nekdo skrbi za položnice, prehrano, da nekdo dobesedno skrbi za use ostalo, ker ona je skrbela samo zase, ker ostalo ni zmogla. Fizično in psihično ni zmogla. (C6)*). Medtem ko so v drugi intervjuvani družini potrebovali povezanost, pogovor in so poslušali svojo hčerko, saj je tudi ona potrebovala žalovanje (*Ona je takrat rabla žalovanje enako ku midva. (B12)*). Pomembno je tudi spoštovanje osebnega prostora, kjer se lahko posameznik umakne in ima čas in prostor zase (*... da smo eden drugega spoštovali, ko smo rabili prostor in čas na samem. (B15)*). Med žalovanjem so želeli biti slišani, pokazati svoja čustva (*Od žalovanja se nismo umikali in skrivali, ampak pokazali, da nam je hudo, da smo slišani. (B26)*) ter da bi jih okolica razumela (*... se nismo želeli nobenemu smiliti oziroma iskati pozornost s tem, da so se ljudje ukvarjali z nami. (B27)*). Je pa mama bila razvezana, in kot je povedala socialna delavka, je oče to smrt drugače doživljal in so bile tudi hčerke pri njem drugačne, bolj jih je zaposlil (*To je bla razvezana družina, tudi oče jih je pršu kdaj iskat. Oče je to drugači dau skozi, moški to nrdijo na drug način in so šle bolj u akcijo (C7)*). Zagotovo pa sta imeli obe družini potrebo po času, po tem, da sestavijo stvari nazaj na svoje mesto, saj, kot je povedala socialna delavka, je za to potrebna energija in čas, za nekatere manj, za ostale več (*Sej je res, da kdr umre otrok mami, da umre en del mame. To je res. To mislim, da je to nekej najhujšega, kar se ti lahko zgodi u življenju. Ma nekako moreš sestavit tudi to. Js ne poznam recepta, ma vrjetno gre ogromno moči u to akcijo, da to zmores in da začneš s tem živet. In tko ku rečejo, potrebn je čas. Eni rabijo dve leti, eni štiri, oni so rabli osm let. (C22)*).

6.2 Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja

V prvem intervjuju je mama izpostavila, da je bil njen varovalen dejavnik podpora družine (*Zlo ob strani so mi stali mama, sestra in tata. Use so nrdili namesto mene. (A13)*), pozneje tudi pes, saj se je z njim zamotila in pobegnila v naravo (*Smo še kužka kupli in se z njim ukvarjali. (A43)*), *Sama sm se z njim puhno ukvarjala, ga vozila vn v naravo, da sm mela izgovor med*

njimi dvemi ... (A44)). Socialna delavka je povedala, da je mami bil v oporo obisk psihiatra ter pogovor z njim (... mama hodila h psihoterapevtu, k psihiatru je hodila na pogovor. Samo je bla ta bolečina tko močna, ku da bi del nje umru. Res je blo hudo. (C15)), otrokoma pa to, da sta šla k njej na pogovor, da so se skupaj učili ... (Otrokom je blo u pomoč to, da so pršli h meni, da so se tuki učili, da smo se pogovarjali. (C8)). Za otroka je tudi pomembna vključitev v kakšno skupino, šport (Da grejo, da pozabijo, da se uklopijo u skupino, v kak šport. (C10)), saj je bilo to okolje zaradi mame zelo depresivno in je to potem prenašala tudi na otroka, kar pa je bila v procesu žalovanja precej velika ovira (To je blo res tako ekstremno depresivno okolje, prou iz strani mame. (C11)). Za mamo so bili velika ovira ljudje, ki so od nje nekaj zahtevali (Kot ovira tkrt so bli ljudje, k so od mene neki zahtevali (A16), in seveda antidepresivi, ker, kot pravi, ti otopijo del možganov (... negatiuno uplivalo na moje žalovanje, kr antidepresivi ti otopijo en deu možganov (A17)). Socialna delavka izpostavlja kot oviro tudi brezposelnost (Je pa tud tko ... mama je bla brezposelna, ni mela drugih opravku. Ni zaposlila možgane z drugimi rečmi, tko da je blo to tolk bolj poglobljeno to žalovanje. Kr če bi mogla it vn ... ji ni blo treba. (C16), izgubo prijateljstva (Tud prjatlice so se ji začele izogibat, kr je samo jokala. To je biu sklop ljudi k so drugače živeli. (C17), pasivnost (Ona je bla ubistvu pasivna, ona bi mogla bit aktivna. Bi mogla pokazat, neko voljo, neki dat od sebe, da bi se začelo ... mislim, da ta pasivnost je bla najbolj. (C20)). Razlog za vse te ovire izpostavlja ravno ločenost družine, saj kot pravi, če bi imela moškega, bi ji lahko dal malo optimizma in bi se sama prej pobrala (Vrjetno je bla ovjra tudi ta, ne da ne, da je bla družina ločena. Ker kljub usemu tko ku je blo, če bi biu oče zravn, bi vrjetno to mamo prej h sebi spravu. (C23)). Njej v oporo ni bila niti pomoč okolice (In pa tudi to... njej so ubistvu usi stali ob strani, in mama, in sestra in tata. Ma dejansko ... in prjatlice. Ma če bi jo kdo kej prej malo brcnu, usem se je smilla, uloga žrtve. (C24) in da ji niso nudili opolnomočenja (Potrebovala je opolnomočenje s strani družine. In tega ni dobila, ker se je vsem smilla in so jo rajš pustili tam na mjru ... (C25)). V drugi družini jim je veliko pomagal pogovor (Mislim, da nam je najbolj pomagu pogovor (B18), razumevanje okolice, da potrebujejo čas zase (... in razumevanje okolice, da rabimo čas. (B19)), ter prostor za žalovanje (... povedali, kaj smo čutili, dovolili so, da žalujemo (B25)). Kljub žalovanju pa se vseeno niso popolnoma zaprli vase in odriivali prijateljev od sebe, kot smo to lahko opazili v prvem intervjuju (... smo bli vsi veseli obiskov in opore, to nam je tudi pomagalo pri žalovanju. (B20)). Ovire so bile vsekakor prisotne in to že takoj na začetku, ker, kot je povedala mama, je cel čas mislila na otroka (... da sm stalno misnla na njega. (B28), in si pri tem ni dopuščala, da bi uživala, bila taka kot je ona sama (U enem trenutku si nism pustila, da bi uživala, bla js (B29)). Sama obžaluje, ker si že na začetku ni poiskala strokovne pomoči, da bi se z nekom

pogovarjala (*Si nism že na začetku poiskala strokovne pomoči, da bi se z nekom strokovno pogovarjala* (B30), kar ji je predstavljalo veliko oviro, saj se ni znala umiriti in obvladati svojih čustev (... *ker nism znala obvladat mojih misli in se umirit* (B31)). V enem trenutku se je začela tudi prepirati s svojo hčerko, ker je ni razumela, kaj želi, hkrati pa je bila hčerka jezna nanjo, ker se je ves čas jezila (... *da smo se z A res kregale, ker je nism razumela, kaj hoče, ona pa me je bila naveličana, ker sm vse stresala nanjo.* (B32)). Ovira v družini pa se je pojavila že pri pogostitvi po pogrebu, ki je niso imeli, saj, kot je rekla sama, bi ji to predstavljajo obremenitev, ker bi se počutila, kot da se veseli, da je pokopala svojega otroka (*Po pogrebu nismo imeli nobene pogostitve, kot je to v navadi, ker se mi ni zdelo primerno in bi to zame bla ovira pr žalovanju, ker se bi počutila, ku da sm se veselila, da smo ga pokopali.* (B23)).

6.3 Zadovoljstvo pomoči formalne in neformalne mreže družine ob izgubi otroka

Kot opisuje mama iz prve družine, je hodila tako k psihiatrinji kot psihoterapevtki (*sm hodila h psihiatrinji, h psihoterapevtki* (A18), vendar sama s pomočjo psihiatrinje ni bila zadovoljna, saj ji je dala recept, s katerim je hodila samo od doma v lekarno po antidepresive (... *psihiatrinja se je z mano pogovorila in mi dala recept. Tko da s tistimi recepti sm hodila od doma v lekarno in to je blo tko.* (A19)). Medtem ko sta starša v drugem intervjuju tudi hodila na psihoterapijo (*Naprej smo hodili k družinskemu terapevtu* (A34) in sta bila z le-to zadovoljna in hvaležna za pomoč (*Sm hvaležna za vsako pomoč, za pomoč psihoterapevtke* (B40)). Pomoč socialne delavke v šoli sta imeli obe družini (*Pri otrocih sm se obrnla na socialno delauko. Ona je poskrbela za njih u šoli* (A20), (*V šoli je pa itak cel čas delala z A socialna delavka, kar so mi ponudli že na začetku. Sm sprejela, ker sm vedla, da je tko zanjo najboljše in bo njej vrjetno največ povedala in ji zaupala.* (B35), s katero sta bili tudi obe zadovoljni in jim je bila v pomoč tako pri šolskih opravilih, kot tudi pogovoru (*A je bla vedno zadovoljna, da je šla h njej in so se pogovarjale.* (B36), (*Midva res nisva več znala in vedla, kako se z njo pogovorit. Res smo bla vesela, da je bla v tistem obdobju z nami in se pogovarjala, nas poslušala, kadar smo jo rabli.* (B37)).

Iz prvega intervjuja lahko razberemo, da materi takrat pogovor s socialno delavko ni bil v pomoč, ampak ji je sedaj hvaležna, da je lahko šla vsaj iz hiše (*Tkrt mi ni blo u pomoč hodit u šolo, h njej na pogovore, v njeno pisarno in ne tle doma. Ma zdej sm ji hvaležna, da sm usaj malo šla vn iz hiše* (A24), (*Ona je z mano sodelovala, puhno mi je pomagala, da sm urejala use papirje, hodila na socialno.* (A22)). Med pogovorom je tudi izrazila željo, da bi si želela več pomoči strokovnjakov, da bi bila manj let na antidepresivih, saj je, kot opisuje, bila s pomočjo

vse prej kot zadovoljna (*Želela pa bi si več pomoči s strani strokounjakov, ki so se z mano pogovarjali o moji izgubi in da bi bla manj let na antidepressivih.* (A32)).

Obe družini sta imeli tudi neformalno pomoč v procesu žalovanja in sta bili z njo zadovoljni, saj sta imeli ob sebi ljudi, ki so jim pomagali, bili razumevajoči in poslušni. V prvi družini je materi največ pomenilo, da so za hčerki skrbeli stari starši (*... moji starši za otroke doma in to mi je tkrat dosti pomenlo.* (A21)). Medtem ko so v drugi družini imeli nekaj več različne pomoči, saj je materi pomagala opora in pogovor svoje matere (*Meni je najbolj pomagala mama, njen pogovor* (B21), opora moža in otroka (*...mož in A* (B22) ter pomoč najboljši prijateljice (*Najbolj je meni pomagala moja najbolj prjatlca Maja, ker sm se z njo res lahko pogovarjala, kar sm hotla in ji nikol ni blo težko poslušat.* (B39)). V tistem času se je zavedala tudi, da je zelo pomembna samopomoč in da mora stvari vzeti v svoje roke (*sm mogla sama začet predelovat stvari* (B41)).

6.3.1 Podpora socialne delavke

Podpora socialne delavke je bila v družini zelo pomembna, saj je morala materi postavljati cilje in zahteve (*Mi je blo zlo hudo, ker s to mamu smo skupej rastle, smo ble prjatile. Useeno sm mogla pr sebi razmejiti ta del. Meni se niso smeli smilit, kar je blo na začetku zelo težko, ampak sm mogla postavljat cilje, zahteve ...* (C18), moč na svojem področju pa je čutila v svoji pisarni (*Ona je od mene pričakovala, da bom pršla h njej na kafe, ma sm rekla ne, ti pridi h meni. Na mojem področju sm js bolj močna, sm si mislna. Tam bi tudi mene zlomu jok, vrjetno. In ne to potem ni pomoč. To je sočustvovanje in to ji ne pomaga.* (C19)). Kot je opisala, je bila v pomoč tako otrokom kot tudi mami, da je stala ob strani (*Nism mela zadržkov, kr sm vedla, da otrok rabi suport, rabi pomoč. Da rabi tudi mama in sm jim stala ob strani.* (C26)), opolnomočila in imela kontrolo (*Prou opounomočenje. In ubisvtu neka kontrola še zrav. Ena taka, brez pomilovanja in brez postavljanja u ulogo žrtve.* (C27)). Glede na to, da sta bili prijateljici, pa je morala nuditi pomoč socialne delavke, kar pomeni, da je imela tudi sama s seboj določena pregovarjanja, občutke, ki jih je morala skriti (*Ja tko ... k se mi je začela smilit, sm si sama pr sebi rekla »ne, zdey se mi ne sme smilit. Ona je ta ženska. Ne, tko morš nrdit!« Sama pr sebi sm preklopla in šla u dejanja.* (C29), (*Tud če sm se šla pol jokat. Pred njo sm mogla stat trdna, močna, vztrajna in dosledna.* (C30)). Biti je morala popolnoma brez občutka za smiljenje (*... ni se mi smela smilit, k čim sm mela občutek, da se mi smili, sm vedla, da nism objektivna.* (C28)), hkrati pa ji je morala nuditi, kar je mati potrebovala – pomoč z doslednostjo in dogovori (*... njo je držalo po konci ta doslednost, tej dogovori. Ma je pa prhajala pol redno, ni biu noben problem.* (C31)).

6.4 Doživljanje ožje in širše socialne mreže družine ob izgubi otroka

Odziv okolice in občutki ob odzivu na smrt otroka so bili pri obeh družinah mešani, ampak večinoma pozitivni. Ljudje so čustvovali z družino (... prvih par mesecev so ljudje sočustvovali z mano (A24) ter jim dajali občutek razumevanja in žalovanja (*Najbolj so mi pomagale besede, k so pomenle žalovanje, čustvovanje ... takrat sm res rabla samo to.* (A30)). Prvi intervjuvanki ni bilo všeč, da so ji govorili, da se mora več ukvarjati z otroki (*Potem so mi začeli govorit, nej se ukvarjam z otroki, nej jih peljem na igrišče ... ma js nism mogla.* (A25)), imela je celo občutek, da ljudje ves čas mislijo samo na to, da je izgubila otroka (*Js vrjamem, da so me razumeli, ampak mela sm občutek, ko me je nekdo pogledu, al ogovoriu, da misli samo na to, da sm zgudila otroka.* (A26)). Zaradi mišljenja, da ljudje vedno govorijo o drugih in kaj govorijo (... vedno govorijo o drugih. *To je biu moj občutek...* (A28)) in občutka strahu pred vprašanji o smrti, se je zaprla vase (... me bo uprašu kako sm, zto sm se rajši zprla vase. (A27)).

Tudi starši v drugem intervjuju so bili z odzivom zadovoljni, saj so bili deležni pomoči družine in prijateljev (... prjatlje in družino, k so nam stali ob strani in nam vedno hotli pomagat. (B38), dobili so oporo okolice (... njihova opora, razumevanje, da rabimo čas zase in poslušnost, zaupanje. (B42), tolažbo (*Tolaženje, da smo lahko jokali* (B43), ... *sedeli in me tolažli in sm se počutla super, ker noben ni vrtu u mene* (B47)), in kot je mati sama rekla, je na začetku najbolj potrebovala – tišino (*na začetku so bli samo tiho, kar sm u tistem trenutku rabla ...* (B46)). Mati ni bila vesela vaških govoric (*najbolj so mi šle na žiuce vaške govornice* (B44)) in neprimerni stavki za žalujoče (*najbolj mi je šlo na žiuce »sej bo, bo šlo mimo« ...* (B45)). Vseeno so bili občutki dobri, saj so bili veseli podore družine (*Zavedam se, da smo meli veliko srečo take družine in prjatlju, k so nam stali ob strani in se družli z nami, kljub smrti.* (B49)) in seveda so se zavedali, da ljudje ne želijo nič slabega, le redkokdo zna v takih trenutkih pristopiti in razumeti starše v situaciji (*sm se zavedu, da ljudje velikokrat ne želijo nč slabega, samo ne znajo reagirat na tako stvar in ne razumejo staršu v tisti situaciji ...* (B48)).

6.4.1 Doživljanje ožje okolice na smrt otroka socialne delavke

Kot je povedala socialna delavka je bilo v njenem primeru pri starših veliko prisotnega občutka, kaj si drugi mislijo o njih (*Najbolj stresno jim je blo to, kr ona je misnla in tudi otroci so misnli, da usak k jih pogleda, misli: »Lej ta je sestra od une k je umrla.« To je to, kaj si drugi mislijo o nas, ne.* (C21)). Odziv in doživljanje otrokove okolice je bil s strani prijateljic, ki so bile žalostne (*Tudi tiste njene ožje prjatlce so sprejele zelo žalostno, tudi same jokale.* (C41)), intudi s strani celotnega razreda (*Ta razred, kjer je to dete umrlo, in so ostali brez sošolke, je blo pa zeeelo hudo. Ker je bla to tud bolezn, k so jo spremljali, jo hodili obiskovat, so ji prinašali*

*zvezke. Ona jih je pršla obiskat u šolo, smo se dobivali. Za njih je blo to grozno. (C42)). Ožja okolica je vse skupaj doživljala precej hudo, na koncu celo z boleznijo starih staršev, saj sta ves čas držala celotno družino na nogah (*Hudo so doživljali ... Ko se je mama teh otrok opounomočila, sta zbolela oba, ker sta držala pokonci use te reči. (C32)).**

6.5 Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč

Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca so bili mešani, pri obeh družinah je bila prisotna žalost (*... ble so doma, ko je N umrla, vidle so, ko je umrla. So zelo jokale, so ble žalostne. (A33)), (Midva sva jo vidla res samo žalostno. (B53)), (Je pa ta žalost trajala dolgo (B54)). Medtem ko se je pri prvi družini kazalo predvsem z uporništvom (*... tamlajša hčerka, ker se je začela upirat (A10)), (... agresijo do mene, do drugih, je postajala uporniška, se je kregala ... (A36)), agresijo (... je bla ubistvu agresivna do mene (A11), (... tamala je pa to žalost obrnla u agresijo (A35)), (kričala name, me cukala in bla jezna ... (A37)), jezo na mamo (Govorila je, da nej se zbudim, da je tud ona moj otrok in je N že dauno mrtva. (A38)), in razočaranjem mlajše hčerke (*Ni bla žalostna zaradi smrt, ku je bla razočarana, da se ne ukvarjam z njo. (A39)).* Vsa ta čustva so bila bolj usmerjena na mater, kot na umrlega sorojenca, saj, kot sem že zgoraj omenila, je ona sama potrebovala njeno pozornost, ki pa je ni bila deležna.**

6.5.1 Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca

Kot sta opisala druga intervjuvana starša je bilo veliko vključevanja sorojenca v dogajanje pred smrtjo otroka (*Midva sva ji res veliko o tem govorila, z nama je tudi hodila v bolnico, res sva jo poskušala čimbolj vključit. (B50)), saj sta želela, da sta skupaj do konca (... sm nekako želela, da je ob njemu, da se lahko usaki dan poslovil od njega (B51)). Pomagala pa sta ji tudi pozneje pri sprejemanju izgube (sva pa res veliko delala na temu, da je čim bolj sprejela (B52)). Veliko so se pogovarjali o tej temi (veliko sva ji pomagala midva s pogovorom (B55)), brali knjige (sposodli smo si tudi knjige o smrti, da jih je brala (B56)). Pomembna je bila tudi opora sošolcev (*V oporo so ji bili tudi sošolci, kateri so ji stali ob strani in bili žalostni z njo (B58)).* Kot opisujeta obe družini, je bila pomoč socialne delavke še kako dobrodošla, saj so se tam otroci pogovarjali o izgubi in občutkih (*Otrokom je blo u oporo, da so lohko kadarkoli šli h socialni delauki in se pogovarjali o izgubi. (A40)), (sva pol vseeno prosila še socialno delavko v šoli za pomoč, ker se nama je zdelo, da bi to bilo pametno, da bi lahko svoje občutke povedala tudi nekomu drugemu. Da bi lahko več povedala, se bolj odprla. (B57)), o situaciji doma (*Ne samo o izgubi, tudi o stanju doma, o situacijah doma, o jezi, o trenutkih situacijah, ki so nastajale. (A41))* in pa seveda tudi o ostalih stvareh, ki so jih želeli dati iz sebe (*včasih so se pogovarjale tudi kaj drugega in ne samo o smrti. (B60)).* Pomoč se jim je zdelo koristna (*pomoč v šoli se mi***

je zdela koristna, saj se je A lahko pogovorila z njo (B59)), saj je bila socialna delavka opora, dober poslušalec in svetovalec (*Socialna delavka ji je bila v oporo, znala jo je poslušati in ji svetovati.* (B61)).

6.5.2 Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca in njihov odziv

Kot je povedala socialna delavka, so sorojenci hodili k njej, da so se pogovarjali, urejali potrebščine, se učili (... *so hodile h meni, smo urejale potrebščine, smo se učili, pogovarjali. Začeli smo tednsko, ma potem je blo to tko ... da je pršlo na mesec, potem tastarejša je šla že u srednjo šolo in je ona pomagala mlajši sestri in je manj hodila h meni* (C12)), veliko je bilo vprašanj zakaj (*Ogromno smo se pogovarjali. Ogromno je blo uprašanj zakaj – zakaj meni, zakaj jaz, zakaj to, zakaj, zakaj, zakaj. In dosežt to stanje, da na določeno vprašanje nimaš odgovorov* (C33)). Med pogovorom je bilo velikokrat tema o čustvih, žalovanju (*Dosti pogovorov, ne delavnic, ma samo pogovorov. Kako izjokat, zakaj povedat, zakaj je dobro dat vn iz sebe in ne tiščat v sebi. Zakaj eni jokajo na glas, to je blo vprašanj ... zakaj eni jokajo potiho, zakaj eni samo doma, ponoči. Res veliko smo se o tem pogovarjali, da so lahko predelali.* (C43)). Kljub vsem pogovorom pa so bili odzivi ene od sorojenk precej burni in negativni, saj je postala upornica zaradi nezadovoljenih potreb (*Js mislim, da do ene mjre ja, zato ker ni dobila te mamine ljubezni, ne, v teh letih. In te pozornosti ... in otrok, ki ne doseže pozornosti, ne dobi ljubezni, jo bo dosegu na tak način k bo najdu. Zato je tudi s tem uporom doseгла, da je mama začela opuščat antidepressive, da se je to zmanjšalo in da je potem se začela ukvarjat z otrokmi.* (C14)), kar je pripeljalo do jeze na sorojenca (... *jeza, kaj me briga, če je mrtva, sej je ni več.* (C35)), ker se nikakor ni mogla sprijazniti z neodzivnostjo mame, da se ne ukvarja z njo (*Se sprjaznt s tem, zakaj se mama z njo ne ukvarja, zakaj je pozabla na njo, zakaj jo pokliče po imenu sestrice, k je že mrtva.* (C34)). Starejša sestra se je odzvala popolnoma drugače, na začetku je žalovala (*Ta starejša je zelo žalovala* (C36)), pozneje pa je prevzela vlogo matere, da je lahko skrbela za mlajšo sestro (... *preuzela ulogo mame in skrbela za mlajšo sestro, prezgodej je dozorela. Rabla je tudi učno pomoč, k je nikol prej ni rabla.* (C37)).

6.5.3 Potrebe sorojencev od izgubi

Potrebe so bile ogromne, saj je bila potreba po materinem odzivu, kot sem že omenila, neverjetna (*Ta punčka je rabla, da bi se mama jezila, to boš nrdila ... Ma mama ni na nič reagirala, bla je odsotna.* (C39)), kar je vodilo v borbo in uporništvo. Potrebo je imela po ukazovanju, da bi jo nekdo vodu, se odzval (*Tamajhna se je upjrala, da bo šla h tatu, da ne bo več živela z njo, da je dobila cvek. K otroci rečejo, starši mi težijo, ma to rabijo. In pr tej družini je to se pokazalo črno na belem.* (C40)). Kljub vsemu pa je bil potreben čas za žalovanje, ki pa

je za vsakega različen (*Pustit smo mogli času čas za žalovanje. Ni nekega določenega obdobja, kolko lahko žalujemo, usak posameznik potrebuje svoj čas.* (C44)).

6.6 Vpliv izkušnje smrti otroka na družino

Vplivi izkušnje smrti otroka na družino so bili tako pozitivni kot tudi negativni. Kot opisujeta družini, so se med seboj bolj povezali (*kljub usemu smo se zelo povezali med sabo. Kljub usem bojem, žalostjo, otopelosti, ne samo ožja družina, tud širša, smo se zelo povezali med sabo.* (A45)), (*Smo se še bolj povezali* (B62)). Prva intervjuvana mati je kot pozitivno izkušnjo povezala tudi z novim partnerjem (*Ko je šla ta kriza mimo, sm spoznala novega moškega, ki mi je pomagu z izgubo* (A47)) ter še enim otrokom (*mam še enga otroka ... Nism več tko žalostna ku sm bla, nism več na antidepresivih.* (A48)). Tudi otroci so nekaj pozitivnega dobili, saj, kot pravi mati, je starejša hči vzgojiteljica (*Tavelika je vzgojiteljica, kar se mi zdi, da je malo useeno povezala s to smrtjo, da se lahko posveti otrokm.* (A50)) in mati dveh otrok, z njima preživi ogromno časa, ker se zaveda, da je čas minljiv (*Ma tudi dva svoja, k da za njih res use in z nimi preživi ogromno časa. Če mene prašaš, je use povezano s tem. Se zaveda, da je čas minljiv.* (A51)). Meni, da se po procesu žalovanja zaveda, da se mora več ukvarjati s svojimi otroki (*Meni se zdi, da sm dobila to, da se zavedam, da se morem več ukvarjat s svojimi otroki.* (A53)), se med seboj pogovarjati (*Puhno se usi med sabo pogovarjamo, si pomagamo in se poslušamo.* (A52)). Prisotno je tudi več zaupanja (*... in si bolj zaupamo oziroma več povemo* (B63)) ter misel, da je življenje minljivo (*Smrt dala res misliti, da je življenje minljivo in da moremo izkoristiti vsak dragocen trenutek, ki nam je dan.* (B64)).

Negativen vpliv izgube otroka na nadaljnjo življenje je pri vseh intervjuvanih starših prisotnost strahu pred boleznijo (*Sm pa zelo prestarešena, če se sinu karkoli zgodi. Če ma vročino, če kašlja, to me vrže s tjra. To je to, kar mi je ostalo ob te bolezni, od te smrti* (A49)), (*Vseeno pa me je po tej smrti strah vsake bolezni, k jo A dobi, ker me je vedno strah, da bo kej narobe.* (B65)). Pri eni družini pa se je kot negativen vpliv pokazala slaba povezanost s širšo okolico, saj so veliko časa živeli v mehurčku, kot pravi mati sama, se ščitili pred vsem (*Slabo je blo mogoče to, da se nauzvn nismo povezovali, ampak smo ostali kot u mehurčku. Ku da smo edn družga ščitli pred usem.* (A46)).

7 RAZPRAVA

V tem poglavju povzamem temeljne ugotovitve raziskave in odgovorim na zastavljena raziskovalna vprašanja. Ugotovitve povežem s strokovno literaturo, predstavljeno v teoretičnem uvodu.

Kateri so bili varovalni dejavniki in kateri dejavniki tveganja v procesu žalovanja intervjuvanih oseb? Kaj jih je varovalo oziroma jim dajalo moč in upanje v boljši jutri? Kaj in kdo jim je bil v težkih trenutkih v oporo? Kaj je bilo za njih najtežje in kje so videli tveganje oziroma doživljali ogrožajoče dejavnike?

Obe materi in oče so poudarili, da je bil pomemben varovalni dejavnik ravno podpora družine, saj so tam dobili največ opore in razumevanja v procesu žalovanja. Pomembna je bila tudi psihoterapevtska pomoč in pomoč socialne delavke otrokom, kar lahko povežem s tem, kar piše Jeffreys (2011), in sicer da potrebuje družina varen prostor za izražanje svojih občutkov. Nekateri bodo to želeli storiti sami, spet drugi s svojim partnerjem. Izbirajo lahko med več možnostmi: družinski člani, prijatelji, socialna delavka, medicinska sestra ali duhovnik. Zato je zelo pomembno, da se takoj zadovoljijo te potrebe, ki jih par ima, da lahko žaluje in čuti podporo ter razumevanje. Pomemben je pogovor o občutkih, fizičnem počutju, mislih, ki jih ima žalujoča oseba v danem trenutku, mogoče potrebujejo starši tudi kakšen strokovni odgovor na svoje vprašanje, zato je pomembno, da se v proces žalovanja vključi socialna delavka. Ena mati je kot varovalni dejavnik omenila tudi razumevanje okolice, da prizadeti potrebujejo čas in prostor za žalovanje. Slednje se je staršem zdelo pomembno, saj so lahko sami pri sebi razčistili določene stvari in šele nato začeli pogovor z okolico in odgovarjati na njihova vprašanja.

Obstajajo tudi dejavniki, na katere pari ne morejo vplivati, ti pa lahko pokvarijo ali tudi rešijo zakon. Kot piše Krisch (2021), žalost, travma in depresija vplivajo na človekovo sposobnost sodelovanja v odnosih. Videl je pare, kjer je so si vedno bližje, podpirajo drug drugega, saj je partner edina oseba, ki resnično razume, kako se počutijo. Slednje je izpostavila tudi mati v drugem intervjuju, kjer je bil eden od varovalnih dejavnikov ravno podpora partnerja. Ker ji je zaupal, jo poslušal in podpiral, je lahko trezno razmišljala in bila prisotna za svojo hčerko in moža, ko sta jo potrebovala.

Prvo leto po izgubi otroka so starši izpostavljeni večjemu tveganju za samomor, saj doživljajo vse od hude depresije do zapletenega žalovanja. Zapleteno žalovanje se od običajnega razlikuje v tem, da se pojavijo intenzivnejši simptomi, ki se izmenjujejo z obnašanjem brez opaznih simptomov – otopelostjo, kar lahko poslabša delovanje staršev (Krisch, 2021). Opisano je

potrdila tudi mati v prvem intervjuju, ko je povedala, da je bila depresivna, to pa je poslabšalo še jemanje antidepresivov, ki so »otopeli njene možgane«. Socialna delavka je kot ogrožajoče dejavnike videla depresivno okolje, brezposelnost. Mati je izkusila tudi izgubo prijateljstva, saj se je zaprla vase, v svoj mehurček in ni želela z nobenim komunicirati oziroma se družiti.

Staršem pomaga, da se družijo, da lahko komu zaupajo svoja čustva, pa tudi če je to partner, kar je poudarila tudi socialna delavka. Mati, s katero je imela izkušnjo, je bila ločena, kar je po njenem mnenju slabo, saj bi jo lahko moški navdal z optimizmom, morda bi si prej opomogla in manj časa bila v začaranem krogu žalovanja.

Kot sem že zgoraj omenila, je zelo pomembno, da si starši pomoč poiščejo takoj na začetku oziroma ko začutijo, da ne zmorejo sami. Sogovornica je rekla, da ji je žal, da si ni že na začetku poiskala strokovne pomoči, saj bi verjetno pozneje drugače odreagirala na hčerkinе želje in vprašanja, medtem ko sama v tistem trenutku ni znala obvladati čustev in se umiriti, kar je privedlo ravno do nerazumevanja v odnosu z otrokom. Ovira pri pogrebu se je pojavila pri drugi sogovornici, ko je prišlo do vprašanja pogostitve, saj se ji ni zdelo primerno tega narediti, ker je imela občutek, da bi to izgledalo, kot da se veseli pokopa svojega otroka.

Kako vprašani ocenjujejo pomoč, ki so je bili deležni? Ali so bili s pomočjo neformalne socialne mreže oziroma s strokovno pomočjo zadovoljni? Če ne, kaj bi predlagali za izboljšanje?

Mati iz prve intervjuvane družine s formalno pomočjo psihiatrinje ni bila zadovoljna, saj ji je dajala samo recepte za antidepresive, sama pa je hodila od doma do lekarne, kar ji ni veliko pomagalo. Povedala je, da bi si želela več pomoči strokovnjakov, da ne bi bila toliko let na antidepresivih. Mati v drugem intervjuju pa je hodila na psihoterapijo in bila z njo zadovoljna in je hvaležna za pomoč. Med drugim je bila zadovoljna tudi s pomočjo socialne delavke, ker je zaradi sestajanja z njo šla vsaj ven iz hiše, se pogovarjala in delila svoje občutke, hkrati pa ji je socialna delavka pomagala pri obveznostih, ki jih sama ni bila sposobna opraviti.

Thompson in sodelavci (2011) pišejo, da so žalujoči starši kmalu po smrti otroka povedali, da je dobro imeti družbeno podporo. Starši in sorojenci so najpogosteje svetovali, naj se žalujoči po izgubi otroka zanašajo na različne vire podpore. Družinski člani so govorili o tem, kako pomembno je, da se obrnejo na svoje družine, prijatelje in cerkvene skupnosti. To so potrdili tudi starši v mojih intervjujih, saj sta jim tako strokovna pomoč socialne delavke kot tudi pomoč družine zelo pomagali pri spoprijemanju z žalostjo in vsemi občutki v procesu žalovanja. Otroci so se s socialno delavko v šoli lahko pogovarjali, spraševali, se učili in poslušali. Stroebe, Schut in Finkenauer (2012) navajajo avtorje De Montigny, Beaudet in Dumas (1999), ki so preučevali posledice izgube otroka in vpliv perinatalne izgube na kakovost in količino vezi v socialnih

mrežah med 20 starši. Izguba je na te vezi močno vplivala; večina žalujočih mater in očetov je poročala o dolgotrajni izgubi odnosov s prijatelji, sodelavci ali člani razširjene družine. Slednje je potrdila tudi intervjuvanka, ki je rekla, da ni imela stikov s prijateljicami oziroma širšo družino, ker se je zaradi žalosti zaprla vase.

Vsekakor pa so starši v obeh intervjujih imeli neformalno pomoč v procesu žalovanja in so bili z njo bolj zadovoljni kot s formalno pomočjo, saj so imeli ob sebi ljudi, ki so jim pomagali, bili razumevajoči in jih poslušali. V prvi družini je materi največ pomenilo, da so za hčerki skrbeli stari starši. V drugi družini so imeli več različnih oblik pomoči, saj je materi z oporo in pogovorom pomagala njena mati, pomagala pa ji je tudi najboljša prijateljica. V tistem času se je zavedala, da je zelo pomembna samopomoč in da »mora stvari vzeti tudi v svoje roke.«

Kako so vprašani doživljali širšo in ožjo socialno mrežo oziroma kako je le-ta sprejela njihovo izgubo otroka in žalovanje? Zanima me predvsem, kako se je njihova socialna mreža odzvala na izgubo otroka in kakšne besede oziroma pogovori so jih spodbudili k temu, da so spregovorili? Kaj so najraje slišali od drugih in kako so sami začeli pogovor?

Odzivi okolice in občutki ob odzivu na smrt otroka so bili pri starših mešani, ampak večinoma pozitivni. Ljudje so čustvovali z družino ter jim dajali občutek razumevanja in žalovanja. Prvi intervjuvanki ni bilo všeč, da so ji govorili, da se mora več ukvarjati z otroki, imela je celo občutek, da ljudje ves čas mislijo samo na to, da je izgubila otroka. Zaradi vtisa, da okolica govori o njej, ter občutka strahu pred vprašanji o smrti se je zaprla vase. Tudi starša v drugem intervjuju sta bila z odzivom zadovoljna, saj je bila družina deležna pomoči družine in prijateljev, dobili so oporo okolice, tolažbo in, kot je intervjuvana mati sama rekla, na začetku je najbolj potrebovala – tišino. Edina stvar, ki jo ljudje, ki so izgubili otroka, sovražijo slišati od drugih, je, da slednji vedo, kaj preživlja prizadeta družina – ne morejo vedeti, če skozi smrt otroka niso šli sami (Krisch, 2021). Opisano izkušnjo je izpostavila tudi mati, ki ji ni bilo všeč, da so ji ljudje iz njene socialne mreže govorili, da bo šlo mimo, da se vse zgodi z razlogom ipd. Pa tudi vaških govoric ni marala, čeprav se je zavedala, da ljudje ne želijo nič slabega, le redkokdo zna v takih trenutkih pristopiti in razumeti žalujoče starše.

Kot pravi Dodič (2016), vznemirjanje, če ne najdemo besed, ni potrebno, saj je včasih dovolj le tišina. Ne vemo, kaj bi rekli o izgubi, morda predelujemo še lastne vzorce vedenja in čustvovanja. Včasih je dovolj, da smo le ob človeku, da čuti ljubezen in toplino. To je potrdila tudi druga intervjuvanka, ki je povedala, da je v enem trenutku želela le tišino, ni hotela vprašanj zakaj, kako, kdaj ..., ampak samo razumevanje, da ji nekdo stoji ob strani in ji nastavi ramo za oporo, jok. Tudi prva intervjuvanka se je prav zaradi občutka, da ljudje ves čas mislijo samo na

to, da je izgubila otroka, in strahu pred vprašanji o smrti, zaprla vase. Sprva so želeli o tem govoriti le z ožjo okolico, pozneje, ko so se misli zbistrile, pa tudi z ostalimi.

Kako so otrokom razložili smrt sorojenca in kako so ti to sprejeli? Kakšne vrste pomoči so nudili otrokom?

Prve študije strokovnega ravnanja v procesu družinskega žalovanja zaradi smrti otroka oziroma sorojenca so pokazale, kako individualni modeli oskrbe žalujočih ne uspejo dokončati žalovanja, če se v družini ohranjajo dejavniki, ki onemogočajo reševanje problema. Murray Bowen je spoznal, kako čustvena nedosegljivost omejuje družinsko harmonijo, medtem ko učinkovita komunikacija in medsebojna podpora spodbujata »zdravljenje«. Družina predstavlja naravno podporno mrežo žalujočih, pa tudi družbeno okolje, ki ga je izguba najbolj prizadela (po Kissane in Francine, 2014). Slednje lahko povežemo z žalovanjem otrok, saj v prvem intervjuju ni bilo čustvene podpore matere, kar se je pokazalo z negativnim čustvenim odzivom mlajše hčerke. Izražala je uporništvu, jezo in razočaranje. Vsa ta čustva so bila usmerjena na mater, a jih je sorojenka umrlega otroka povezala s smrtjo. Mati se ravno zaradi žalovanja ni odzivala na njene potrebe in ji ni nudila pozornosti, ki jo je hčerka potrebovala.

Smrt otroka je lahko ena najtežjih in najglobljih izkušenj za preživele brate in sestre, stare starše in druge družinske člane ter starše. V primeru bolezni, kot je rak v otroštvu, so lahko pred smrtjo sledili meseci ali leta stresnega zdravljenja, pri katerem so bila družinska pozornost in viri osredotočeni na bolnega otroka (Field in Behrman, 2003).

Odrasli pogosto podcenjujejo otroka in njegove zmožnosti spoprijemanja s svetom. Žalovanje in izguba sta del življenja in nihče ne more skriti resničnosti smrti pred otroki. Ko otroku omogočimo, da izkusi izgubo, žalovanje in trpljenje ob smrti, mu omogočimo, da razvije lastna sredstva za spopadanje z negativnimi čustvi in mu pomagamo pri vzpostavljanju novih vezi (Dodič, 2016). Opisano je potrdila tudi druga intervjuvana družina, kjer so sorojenki omogočili prisotnost ob smrti, vključevali so jo v dogajanje pred smrtjo sorojenca, po smrti pa so skupaj brali knjige, pustili prostor za izražanje čustev, se pogovarjali. V družini, ki je v procesu žalovanja, so torej zelo pomembni medsebojna podpora, zmožnost delovanja (funkcionalnost) in razumevanje, saj bodo družinski člani le tako lahko skupaj premagali oviro. Za otroke je dobrodošla tudi pomoč socialne delavke, saj se lahko z njo odprto pogovarjajo o izgubi in občutkih, delajo za šolo. To sta potrdili obe intervjuvani družini, ki sta bili s pomočjo socialne delavke v šoli zadovoljni, saj je le-ta bila opora, dobra poslušalka in svetovalka za otroke, ki so v tistem obdobju pomoč potrebovali.

Povezovanje staršev s šolo in sodelovanje med starši in strokovnimi delavci lahko prepreči marsikatero težavo v šoli, ki je posledica otrokove čustvene prizadetosti (Mikuš Kos, 2000). To je potrdila socialna delavka v intervjuju, kjer je povedala, da sta sorojenki umrlega otroka hodili k njej na pogovor, da so skupaj urejale potrebščine, brale knjige idr. Veliko je bilo tudi vprašanj zakaj, saj nista razumeli smrti, odgovori na vprašanja pa so jima marsikaj razjasnili. Čeprav so bili odzivi mlajše sorojenke precej burni in je imela tudi v šoli težave, so to skupaj rešile. Kot je povedala, je bil odziv starejše sestre popolnoma drugačen, saj je ona žalovala, pozneje pa sama prevzela vlogo matere, da je lahko skrbela za mlajšo sestro.

Kakšen vpliv ima izkušnja izgube otroka na starše?

Žalujoči starši poročajo o številnih potencialno pozitivnih in negativnih posledicah prilagajanja na izgubo. Pripovedujejo o svoji izkušnji, da so se zaradi nje spremenili, se naučili na novo ceniti tisto, kar jim je resnično pomembno, in ponovnem pregledu prioritet. Nekateri odnosi z družino in prijatelji se okrepijo, drugi ugotovijo, da si vezi želijo, ker jih predhodno niso imeli. Morda je najpomembnejši odnos, na katerega vpliva izguba otroka, odnos staršev (Field in Behrman, 2003). To lahko potrdim tudi s svojo raziskavo, saj so starši izkušnjo s smrtjo otroka povezali tako pozitivno kot negativno. Obe družini sta se med seboj bolj povezali, prva intervjuvana mati je celo našla novega partnerja in imela še enega otroka. Tudi otroci so dobili nekaj pozitivnega, saj je starejša hčerka, kot pravi njena mati, vzgojiteljica in mati dveh otrok. Moja sogovornica meni, da se njena hči po procesu žalovanja zaveda, da se mora več ukvarjati s svojimi otroki, se z njimi pogovarjati, saj ve, da je čas minljiv. Prisotno je tudi več zaupanja ter misel, da je življenje minljivo.

Negativen vpliv izgube otroka na nadaljnje življenje je pri intervjuvanih starših prisotnost strahu pred boleznijo. Prva intervjuvanka pravi, da je na družino negativno vplivala tudi slaba povezanost z okolico, saj so veliko časa živeli v mehurčku in se ščitili pred vsem.

Worden (po Weinstein, 2008) na svoje vprašanje »Kdaj se žalovanje konča?« odgovarja, da je žalovanje povezano s tem, kdaj lahko razmišljamo o pokojniku »brez bolečine«, da je žalost prisotna, vendar ni »izmuzljiva« in da se lahko žalujoči ponovno vključi v življenje.

7.1 Prispevek in omejitve

Svoj prispevek z raziskavo o pomoči družini v procesu žalovanja sem dala predvsem družbi, saj menim, da je smrt otroka še vedno tabu tema – ljudje se izogibajo pogovoru in soočanju s starši, ki so doživeli takšno izgubo. Menim, da je zelo pomembno, da se o tem spregovori, da vidimo, kako si starši v tako težkih trenutkih pomagajo. V svoji raziskavi sem intervjuvala

mater, ki je bila razvezana, v drugem intervjuju pa poročeno mater in očeta. Ker se mi je ponudila taka možnost, se mi je zdelo zanimivo predelovanje izgube otroka pri ločenih starših in pri starših, ki so skupaj. Pomembno je tudi, da raziščemo vire pomoči, iz katerih črpajo starši, zato se mi je zdelo pomembno, da intervju opravim tudi s socialno delavko in dobim pogled s strokovnega vidika. Zavedati se moramo, da smo lahko socialni delavci v šoli prvi stik z družino, ki je v procesu žalovanja ob izgubi otroka. Zato je pomembno, da se o tem izobražujemo in znamo v trenutku pravilno pristopiti in pomagati tako staršem kot tudi otrokom.

Kot omejitev raziskave vidim predvsem to, da je bil moj vzorec raziskovanja majhen in nereprezentativen, ampak kljub vabilu številnim osebam sta bili samo dve družini pripravljene o tem govoriti z mano. Ostali niso bili pripravljene deliti svoje osebne izkušnje ali pa je od smrti minilo preveč časa in so bili mnenja, da na določene stvari gledajo popolnoma drugače kot takrat, ko se je to zgodilo.

Kot omejitev vidim tudi pogovor preko videokonferenčnega sistema oziroma aplikacije Zoom, vendar sem bila zaradi bolezni covid-19 primorana pogovore opraviti na daljavo. Dobila sem občutek, da pogovor ni bil tako intimen, osebni in doživet, kot če bi ga opravila v živo, kjer bi se z družino lahko bolje povezala in jo začutila.

8 SKLEP IN ZAKLJUČEK

Izgubiti otroka je za starše najhujša izkušnja v življenju, ki je nekdo, ki tega ni doživel, ne more v celoti razumeti. Proces žalovanja traja različno dolgo in vsak se različno odziva na situacijo. Vsak človek je različen in tako je tudi za vsakega različen potek žalovanja. V magistrski nalogi sem želela poglobljeno spoznati zgodbe družin, ki so se soočile s smrtjo otroka, saj me je zanimalo, kako so se s tem spoprijeli in kakšne pomoči ter odzivov so bili deležni. Čeprav je težko govoriti o smrti otroka, sta bili družini pripravljene o tem spregovoriti. Zavedati se moramo, da smo v procesu žalovanja pomembni predvsem strokovni, svetovalni delavci, da lahko nudimo pogovor, oporo in uho, ki posluša, da znamo svetovati in razumeti doživljanje. Ker je v družbi smrt še vedno tabuizirana tema, menim, da bi se morali o tem več pogovarjati, predvsem pa ozaveščati na družbeni ravni. Smrt bi morala biti predstavljena kot nekaj naravnega in nekaj česar se ne smemo bati, o njej moramo govoriti, saj bomo le tako lahko to temo detabuizirali.

Tema o procesu žalovanja po smrti otroka je pomembna in bi jo bilo smiselno vključiti v študij, saj bi pomagala pri razumevanju in spoznanju pomoči tako za starše kot otroke. Pomembno bi bilo izobraževati o možnih pristopih in aktivnostih, ki jih lahko ponudimo žalujočim staršem in

otrokom. Aktivnosti lahko različno prilagodimo, glede na starost otrok in fazo žalovanja staršev, saj temelji pomoč na pogovorih o čustvih in občutkih, ki jih v tistem trenutku oziroma skozi celoten proces občutijo in jim s tem lahko pomagamo osmisлити določene stvari. Kot sem med raziskovanjem lahko opazila, je bila socialna delavka na to dobro pripravljena, menim pa, da so k temu pripomogle dolgoletne izkušnje dela, ki jih je imela. Potrebno bi bilo več informiranosti o tej temi, saj tako strokovni delavci kot tudi splošna populacija ne znajo pristopiti ali pa se bojijo karkoli reči, saj imajo občutek, da so nekompetentni za pogovor o tako težki temi, kot je smrt otroka.

Pomembno je, da pri tem pomagamo tudi otrokom, pri čemer moramo upoštevati njihovo starost, da znamo z njimi pravilno vzpostaviti odnos in pogovor o smrti. Če se starši ne čutijo kompatibilne oziroma dovolj močne za pomoč svojim otrokom, naj za to prosijo strokovne delavce, ki bodo z veseljem pomagali. Otrokom je treba ponuditi pomoč ob pravem času, na pravem mestu, saj bomo le tako lahko preprečili negativne posledice, ki jih lahko imajo, če k njim in temi o smrti ne pravilno pristopimo.

9 LITERATURA

- Asen, E. (1998). *Družine*. Ljubljana: DZS.
- Aščič, J. (ur.). (2020). *Tednik* [TV program]. RTV Slovenija, Oddaja Tabu smrti. Pridobljeno 16. 8. 2021 s <https://4d.rtv slo.si/arhiv/tednik/174729545>.
- Babič, N. (2015). Otroci, mladostniki in žalovanje. V A. Mrgole, Z. Švfaljek, A. Vilotič, & N. Breitenberger (ur.), *Odgovori sodobnim izzivom odraščanja: zbornik ob 25-letnici delovanja TOM telefona*. Ljubljana: Zveza prijateljev mladine Slovenije.
- Baznik, S. (2005). Podpora staršem ob izgubi kritično bolnih otrok v enotah intenzivne zdravstvene nege in terapije. *Obzornik Zdravstvene Nege*, 39(1), 47–53. Pridobljeno od <https://obzornik.zbornica-zveza.si/index.php/ObzorZdravNeg/article/view/2533>.
- Cobain, B. (2008). *Ko nič več ni važno: priročnik za mladostnike z depresijo*. Radovljica: Didaktika.
- Čaćinovič Vogrinčič, G., & Mešl, N. (2020). Socialno delo z družino: Soustvarjanje zelenih izidov in družinske razvidnosti. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čižman Štaba, U., & Žurga, A. (2017). *Izguba, bolečina in zdravljenje: priročnik o žalovanju za starše*. Ljubljana: Zavod Varna pot.
- Dodič, D. (2016). *Smrt in žalovanje*. Ljubljana: Corason.
- Doka, K. A., & Martin, T. (2001). Take it like a man: Masculine response to loss. V D. A. Lund (ur.), *Me coping with grief* (str. 37–47). New York: Baywood Publishing.
- Družinski zakonik* (2017). Ur. L. RS 729/2017. Pridobljeno 17. 6. 2022 s <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO7556>.
- Erić, L. (2012). Motnje razpoloženja – uvodna razmišljanja. V L. Erić (ur.), *Psihodinamična psihiatrija V, somatoformne, disocialne in razpoloženske motnje*. Ljubljana: Hermes IPAL.
- Field J., M., & Behrman, E. R. (2003). *When children die: Improving palliative and end-of-life care for children and their families*. Institute of Medicine (US): Committee on Palliative and end-of-life care for children and their families. Pridobljeno 18. 3. 2022 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK220798/>.
- Gržan, K. (2000). *Stiske slovenskih družin*. Ljubljana: Družina.

- Intihar, A. (2019). Smrt nam predstavlja zadrego. Za slovo od umrlega in čustva je vedno manj prostora. *Delo, 1.11*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s <https://www.delo.si/novice/slovenija/smrt-nam-predstavlja-zadrego-za-slovo-od-umrlega-in-custva-je-vedno-manj-prostora/>.
- Jeffreys, S. J. (2011). *Helping grieving people – When tears are not enough: A handbook for help providers*. New York: Taylor & Francis Group.
- Kearns, C. (2019). *PTSD and the bereaved parent*. Pridobljeno 15. 8. 2021 s <https://carolkearns.com/ptsd-and-the-bereaved-parent/>.
- Kissane, D. W., & Francine, P. (2014). *Bereavement care for families*. New York: Routledge.
- Klevišar, M. (2006). *Spremljanje umirajočih*. Ljubljana: Družina.
- Krisch, J. A. (2021). *What the loss of a child does to parents, Psychologically and biologically*. Pridobljeno 17. 3. 2022 s <https://www.fatherly.com/health-science/how-parents-experience-the-death-of-a-child/>.
- Lake, T. (1988). *Kako premagujemo žalost*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Levine, A. P., & Kline, M. (2008). *Skupaj premagujemo travme in stres: kako pri otrocih krepimo samozavest in psihično odpornost*. Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.
- Marc, P. (2020). *Izgube je potrebno izžalovati* [blog]. Pridobljeno 9. 4. 2021 s <https://srcdljubljana.com/blog-srcd/125-izgube-je-potrebno-izzalovati>.
- Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Mikuš Kos, A. (2000). *Nesreče, travmatski dogodki in šola*. Ljubljana: DZS.
- Milivojević, Z. (2008). *Emocije: razumevanje čustev v psihoterapiji*. Novi Sad: Psihopolis Institut.
- Nacionalni inštitut za javno zdravje. (2014). *Mednarodna klasifikacija bolezni in sorodnih zdravstvenih problemov za statistične namene*. Pridobljeno 15. 6. 2022 s https://www.nijz.si/files/uploaded/ks_mkb10-am-v6_v02_splet.pdf.
- Neimeyer, R. A. (2015). *Techniques of grief therapy. Assessment and intervention*. New York: Routledge.

- Ozbič, P. (2015). Medsebojna podpora partnerjev v procesu žalovanja po otrokovi smrti. *Psihološka obzorja*, 24, 44–56. Pridobljeno 16. 6. 2022 s <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-3NK7JA38>.
- Pera, H. (1998). *Razumeti umirajoče*. Ljubljana: Župnijski urad Ljubljana – Dravlje.
- Rozman, S. (2015). *Pogum – Kako preboleti travmo*. Ljubljana: Modrijan.
- Stroebe, M., Schut, H., & Finkenauer, C. (2012). *Parents coping with the death of their child: From individual to interpersonal to interactive perspectives*. Pridobljeno 18. 3. 2022 s https://www.researchgate.net/publication/263220994_Parents_coping_with_the_death_of_their_child_From_individual_to_interpersonal_to_interactive_perspectives.
- Šilc, S. (2012). *Kadar otrok umre, se svet ustavi*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s <https://www.pogrebni-tabu.si/2012/01/kadar-umre-otrok-se-svet-ustavi/>.
- Švetak, M. (2021). *Žalovanje potrebuje prostor in čas* [blog]. Pridobljeno 11. 4. 2021 s <https://www.mojpsihoterapevt.si/clanek/Zalovanje-potrebuje-prostor-in-cas/id/171>.
- Thompson L., A., Miller S., K., Barrera, M., Davies, B., Foster, L., T., Gilmer, M., J., Hogan, N., Vannatta, N., & A. Gerhardt, C. (2011). *A qualitative study of advice from bereaved parents and siblings*. Pridobljeno 18. 3. 2022 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3230284/>.
- Tomori, M. (1994). *Knjiga o družini*. Ljubljana: EWO.
- Topolovec, S. (b. d.). *Kako izgubiti del sebe: smrt otroka*. Pridobljeno 9. 4. 2021 s http://kakosi.si/clanki/druzina/Kakor_izgubiti_del_sebe_smrt_otroka.pdf.
- Van Praagh, J. (2001). *Zdravljenje žalosti*. Tržič: Učila International.
- Walsh, F., & McGoldrick, M. (1991). A time to mourn. Death and the family life cycle. V F. Walsh, & M. McGoldrick (ur.), *Living beyond loss: Death in the family* (str. 30–40). New York, London: W.W. Norton & Company.
- Weinstein, J. (2008). *Working with loss, death and bereavement. A guide for social worker*. London: SAGE.
- Wijngaards-de Meij, L., Stroebe, M., Stroebe, W., Schut, H.A.W., Van den Bout, J., & van der Heijden, P.G.M. (2018). *The impact of circumstances surrounding the death of a child on parents' grief*. Pridobljeno 18. 3. 2022 s

https://www.researchgate.net/publication/23172817_The_Impact_of_Circumstances_Surrounding_the_Death_of_a_Child_on_Parents'_Grief.

Wing, D. G., Clance, P. L., Burge-Callaway, K. & Armistead, L. (2001). *Understanding gender differences in bereavement following the death of an infant: implications for treatment*. *Psychotherapy*, 38(1), 60-73. Pridobljeno 25.5.2022 s https://www.paulineroseclance.com/pdf/Wing_Bereavement.pdf.

Worden, J. W. (1996). *Children and grief: When a parent dies*. New York: Guilford Press.

Worden, J. W. (2003). *Grief counseling and grief therapy. A handbook for mental health practitioners*. New York: Springer Publishing Company.

Zavod Pogreb ni tabu. (2013). *Tabor levjesrčni 2019 – da otroci ne ostanejo prezrti žalovalci*. Pridobljeno 18. 3. 2022 s <https://www.pogreb-ni-tabu.si/2019/10/tabor-levjesrcni-2019/>.

Zečević, B., Urek, P., Kokol, S., & Cehner, M. (ur.) (2003). *Prazna zibka, strto srce*. Krško: Društvo SOLZICE.

PRILOGE

Priloga 1: Vprašalnik za družino

Potek procesa žalovanja družine ob izgubi otroka in občutki

1. Opišite, prosim, kako je pri vas potekal proces žalovanja? Podvprašanja: Kakšna čustva in občutke ste doživljali med žalovanjem? Kakšne so bile potrebe vaše družine v procesu žalovanja?

Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja

2. Kaj vam je bilo v tistem obdobju v pomoč, da ste lažje preživeli izgubo? Podvprašanja: Katere vaše osebne značilnosti, morda kateri vaši partnerski ali družinski vzorci (navade, rituali)? Kdo od bližnjih vam je bil pri spoprijemanju z izgubo v oporo?
3. Kaj vam je morda oteževalo vzpostaviti potrebne spremembe v življenju? Podvprašanja: Kaj se vam je v tem obdobju zdelo najbolj stresno? Kaj ste videli kot oviro, kako na to gledate danes? Kaj vam ni bilo v pomoč oziroma je negativno vplivalo na vaše žalovanje in spoprijemanje z izgubo?

Zadovoljstvo pomoči formalne in neformalne mreže družine ob izgubi otroka

4. Ste poiskali strokovno pomoč? Če da, koga, kdaj ter kdaj v samem procesu? Podvprašanja, če je odgovor *da* in navede *pomoč socialne delavke*: Kako ocenjujete podporo socialne delavke in njeno sodelovanje z vami? Kaj vam je in kaj vam ni bilo v pomoč?

Doživljanje ožje in širše socialne mreže družine ob izgubi otroka

5. Kakšni so bili odgovori vašega okolja, vaše ožje socialne mreže na vašo izgubo, kako ste to doživljali? Podvprašanja: Kako ste širši okolici povedali, da ste izgubili otroka? Kakšni so bili odzivi na to?
6. Kateri odgovori ožjega socialnega okolja so vam bili najbolj in kateri najmanj v podporo? Česa bi si želeli več?

Sprejemanje izgube otroka za sorojence in pomoč

7. Koliko so bili stari vaši ostali otroci (sorojenci), ko je otrok umrl in kako ste jim razložili? Podvprašanja: Kako so se odzivali? Kakšna čustva so kazali?
8. Kakšne oblike pomoči so imeli vaši otroci? Kaj je bilo otrokom v oporo? Kako ocenjujete morebitno pomoč socialne delavke?

Vpliv izkušnje smrti otroka na družino

9. Kaj vam je kot družina ta težka izkušnja smrti otroka vendarle dala dragocenega? Kaj ste se iz nje naučili in kako vpliva na vsakdanje življenje vaše družine?

Priloga 2: Vprašalnik za socialno delavko

DOŽIVLJANJE PROCESA ŽALOVANJA PRI DRUŽINI

1. Opišite, prosim, kako ste doživljali proces žalovanja pri družini. Kakšna čustva in občutke ste zaznali pri družinskih članih med pogovorom? Kakšne potrebe so izrazili v procesu žalovanja?

VAROVALNI DEJAVNIKI IN DEJAVNIKI TVEGANJA PRI DRUŽINI V PROCESU ŽALOVANJA

2. Kaj se vam zdi, da je bilo družini takrat v pomoč, da so lažje preživeli izgubo?
3. Kaj je po vaši oceni družini morda oteževalo vzpostaviti potrebne spremembe v življenju?
Podvprašanja: Kaj je družina opisala kot najbolj stresno? Kaj je takrat videla kot oviro? Kaj je negativno vplivalo na žalovanje oziroma spoprijemanje z izgubo?

DOŽIVLJANJE POMOČI DRUŽINI V PROCESU ŽALOVANJA

4. Kakšna je bila pomoč? Na kakšen način je potekala?
5. Kaj ste vi doživljali – kako ste se počutili, kaj ste razmišljali – v kontekstu pomoči v procesu žalovanja?
6. Kdaj v procesu žalovanja je družina poiskala pri vas pomoč? Kako ste se vi kot socialna delavka odzvali na to in kakšne morebitne pomisleke/zadržke ste imeli glede pomoči v procesu žalovanja?

ODZIV IN DOŽIVLJANJE OŽJE OKOLICE NA IZGUBO OTROKA V DRUŽINI

7. Kako se je po vaši vednosti družinska ožja okolica odzvala na izgubo in kako so sami to doživljali?

SPREJEMANJE IZGUBE OTROKA ZA SOROJENCA IN POMOČ

8. Če ste pomagali tudi otrokom v šoli, ki so se srečali z izgubo sorojenca, kakšno oporo ste jim nudili?
9. Kako so se sorojenci umrlega otroka odzvali na izgubo in kakšne so bile njihove potrebe v procesu?

Priloga 3: Odprto kodiranje

ŠT. IZJAVE	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	TEMA
A1	Moj proces žalovanja je bil zelo dolg	Zelo dolg proces žalovanja	Potek procesa žalovanja	Proces žalovanja družine
A2	Am... bla sm na trenutke žalostna	Žalost	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A3	...jezna	jeza	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A4	...apatična	apatičnost	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A5	... ta čustva so se mešala	Mešanje čustev	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A6	Potrebe so ble in po šolanju in ... po domače povedano po kosilu, po pranju, po likanju	Šolanje in domača opravila	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A7	in po čustveni nežnosti in po odnosih	Čustvena opora	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A8	Js, ku pomislim na N, se začnem jokati	Žalost	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A9	In sm spala in spala in js nism upala več in js bi kr umrla.	Želja po smrti	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A10	... tamlajša hčerka, ker se je začela upirat	Uporništvo	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za in pomoč sorojence in
A11	... je bla ubistvu agresivna do mene	Agresija na mamo	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za in pomoč sorojence in
A12	Očitno sm te antidepressive rabla, kr vrjetno če ne, bi si kej	Občutek nemoči	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine

	nrdila, sm bla nemočna			
A13	zlo ob strani so mi stali mama, sestra in tata. Use so nrdili namesto mene	Podpora družine	Podpora procesu žalovanja v	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
A14	... sm se dala u ulogo žrtve in tam sm bla in sm žalovala	Vloga žrtve	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A15	Tko nč me ni zanimalo, nč zanimivo, nč me ni prtegnlo	Nezanimanje za stvari	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A16	kot ovira tkrt so bli ljudje, k so od mene neki zahtevali	Ljudje, ki so nekaj zahtevali	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
A17	... negatiuno uplivalo na moje žalovanje, kr antidepressivi ti otopijo en deu možganov	Antidepressivi	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
A18	sm hodila kpsihiatrinji, k psihoterapevtki	Obisk psihoterapije in psihiatrinje	Pomoč strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
A19	... psihiatrinja se je z mano pogovorila in mi dala recept. Tko da s tistimi recepti sm hodila od doma v lekarno in to je blo tko.	Napisan recept za antidepressive	Nezadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu	Formalna in neformalna pomoč v družini
A20	Pri otrocih sm se obrnla na socialno delauko. Ona je poskrbela za njih u šoli	Pomoč socialne delavke v šoli	Pomoč strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
A21	... moji starši za otroke doma in	Pomoč družine za otroke	Neformalna pomoč v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini

	to mi je tkrat dosti pomenlo.			
A22	Ona je z mano sodelovala, puhno mi je pomagala, da sm urejala use papirje, hodila na socialno.	Pomoč socialne delavke v šoli	Zadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
A23	Tkrt mi ni blo u pomoč hodit u šolo, k njej na pogovore, v njeno pisarno in ne tle doma. Ma zdej sm ji hvaležna, da sm usaj malo šla vn iz hiše	S težavo hodila k socialni delavki na pogovore v pisarno	Nezadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu	Formalna in neformalna pomoč v družini
A24	... prvih par meseceu so ljudje sočustvovali z mano	Sočustvovanje ljudi	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A25	potem so mi začeli govorit, nej se ukvarjam z otroki, nej jih peljem na igrišče ... Ma js nism mogla.	Naveličanost v siljenje družjenja z otroki	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A26	Js vrjamem, da so me razumeli, ampak mela sm občutek, ko me je nekdo pogledu al ogovoriu, da misli samo na to, da sm zgubila otroka.	Občutek, da ljudje ves čas mislijo samo na to, da je izgubila otroka	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A27	... me bo uprašu, kako sm, zto sm se rajši zprla vase.	Zaprto vase	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A28	... vedno govorijo o drugih. To je biu moj občutek ...	Kaj ljudje govorijo	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine

A29	U začetku žalovanja mi je najman pomagalo to, da so mi rekli: » Moreš se zaposlit.«	Siljenje v zaposlitev	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A30	Najbolj so mi pomagale besede, k so pomenle žalovanje, čustvovanje ... takrat sm res rabla samo to.	Občutek razumevanja žalovanja	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
A31	Da se zjočem na glas	Jokanje na glas	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
A32	Želela pa bi si več pomoči strokovnjakov, ki so se z mano pogovarjali o moji izgubi in da bi bla manj let na antidepressivih.	Želja po več pomoči strokovnjakov	Nezadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu	Formalna in neformalna pomoč v družini
A33	... ble so doma, ko je N umrla, vidle so, ko je umrla. So zelo jokale, so ble žalostne.	Žalost	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A34	Ta velika je bla žalostna še dougo časa,	Žalost	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A35	mlajša je pa to žalost obrnla u agresijo	Agresija na mamo	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A36	... agresijo do mene, do drugih, je postajala uporniška, se je kregala ...	Upornišтво	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A37	kričala name, me cukala in bla jezna ...	Agresija na mamo	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za

				sorojence in pomoč
A38	Govorila je, da nej se zbudim, da je tud ona moj otrok in je N že dauno mrtva.	Jeza na mamu	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A39	Ni bla žalostna zaradi smrti, ku je bla razočarana, da se ne ukvarjam z njo.	Razočaranje	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A40	Otrokom je blo u oporo, da so lohko kadarkoli šli k socialni delauki in se pogovarjali o izgubi.	Pogovor o izgubi	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A41	Ne samo o izgubi, tudi o stanju doma, o situacijah doma, o jezi, o trenutnih situacijah, ki so nastajale.	Pogovor o situaciji doma	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A42	... ko je tastarejša zapustila osnovno šolo, je še vedno kdaj šla k njej, ker je delovala ku prostovolna delavka in so imele še naprej stike.	Pomoč starejše sestre, ker je bila prostovoljka v OŠ	Pomoč prostovoljne (socialne) delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
A43	Smo še kužka kupli in se z njim ukvarjali.	Pes	Podpora v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
A44	Sama sm se z njim puhno ukvarjala, ga vozila vn v	Sprehod v naravo s psom	Podpora v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine

	naravo, da smela izgovor med njimi dvema ...			v procesu žalovanja
A45	kljub usemu smo se zelo povezali med sabo. Kljub usem bojem, žalostjo, otopelosti, ne samo ožja družina, tudi širša, smo se zelo povezali med sabo.	Povezanost z družino	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A46	Slabo je bilo mogoče to, da se nauzvn nismo povezovali, ampak smo ostali kot u mehurčku. Ku da smo edn družga ščitli pred usem.	Slaba povezanost s širšo okolico (v mehurčku)	Negativen vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A47	ko je šla ta kriza mimo, sm spoznala novega moškega, ki mi je pomagu z izgubo	Nov partner	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A48	mam še enga otroka ... Nism več tko žalostna, ku sm bla, nism več na antidepressivih ...	Nov otrok	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A49	Sm pa zelo prestarešena, če se sinu karkoli zgodi. Če ma vročino, če kašlja, to me vrže s tjra. To je to, kar mi je ostalo od te bolezni, od te smrti	Strah pred boleznijo	Negativen vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino

A50	Tavelika je vzgojiteljica, kar se mi zdi, da je malo useeno povezala s to smrtjo, da se lahko posveti otrokom.	Posvečanje drugim otrokom	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A51	Ma tudi dva svoja, k da za njih res use in z nimi preživi ogromno časa. Če mene prašaš, je use povezano s tem. Se zaveda, da je čas minljiv	Čas preživet z otroki	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A52	Puhno se usi med sabo pogovarjamo, si pomagamo in se poslušamo.	Medsebojna pomoč	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
A53	Meni se zdi, da sm dobila to, da se zavedam, da se morem več ukvarjat s svojimi otroki.	Čas preživet z otroki	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
B1	proces žalovanja je bil precej dolg	Zelo dolg proces žalovanja	Potek procesa žalovanja	Proces žalovanja družine
B2	Res ful časa sem si zanikala, sm si govorila, da se to ni res zgodilo	Zanikanje	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B3	... da bo pršu nazaj	Upanje, da se bo vrnil	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B4	Čeprou smo vsi vedli, kaj sledi iz njegove bolezni, se nismo mogli na to pripraviti.	Nemoč priprave na smrt	Potek procesa žalovanja	Proces žalovanja družine
B5	par mescev se mi zdi, da sem bla prou brez	Nekaj časa brez občutkov	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine

	čustev in občutkov			
B6	... žalost	Žalost	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B7	... jeza	Jeza	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B8	... tesnoba	Tesnoba	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B9	... pritisk v prsnem kosu	Pritisk v prsnem košu	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B10	Smo se res povezali v družini	Povezanost v družini	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B11	... poskušali čim več pogovarjati. To smo rabli ...	Pogovor	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B12	Ona je takrat rabla žalovanje enako ku midva.	Potreba po žalovanje sorojenke	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B13	... vsem takrat najbolj pomembna medsebojna opora	Medsebojna podpora	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B14	... poslušnost	Poslušnost	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B15	... da smo eden drugega spoštovali, ko smo rabili prostor in čas na samem.	Spoštovanje zasebnosti	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B16	Občutu sm nemoč, jezo ...	Občutek nemoči	Občutki in čustva v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B17	Vedu sm, da morem bit močn, pozitivn za njo in A, k sta me rable	Pozitivnost za družino	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B18	Mislím, da nam je najbolj pomagú pogovor	Pogovor	Podpora v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine

				v procesu žalovanja
B19	in razumevanje okolice, da rabimo čas.	Razumevanje okolice, da potrebujemo čas	Podpora procesu žalovanja	v Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B20	... smo bli vsi veseli obiskov in opore, to nam je tudi pomagalo pri žalovanju.	Obiski in opora	Podpora procesu žalovanja	v Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B21	Meni je najbolj pomagala mama, njen pogovor	Opora mame, njen pogovor	Neformalna pomoč v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B22	... mož in A (otrok)	Opora moža in otroka	Neformalna pomoč v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B23	po pogrebu nismo imeli nobene pogostitve, kot je to v navadi, ker se mi ni zdelo primerno in bi to zame bla ovira pr žalovanju, ker se bi počutila, ku da sm se veselila, da smo ga pokopali.	Pogostitev po pogrebu (občutek, da se veseli)	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B24	Bili smo v krogu najbližjih in tam tudi dobili pomoč pri žalovanju in premagovanju izgube	Krog najbližjih	Podpora procesu žalovanja	v Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B25	... povedali, kaj smo čutili, dovolili so, da žalujemo	Prostor za žalovanje	Podpora procesu žalovanja	v Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja

B26	Od žalovanja se nismo umikali in skrivali, ampak pokazali, da nam je hudo, da smo slišani.	Želja po slišnosti	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B27	se nismo želeli nobenemu smiliti oziroma iskati pozornost s tem, da so se ljudje ukvarjali z nami.	Razumevanje okolice	Potrebe družine v procesu žalovanja	Proces žalovanja družine
B28	... da sm stalno mislna na njega.	Misel na otroka	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B29	U enem trenutku si nism pustila, da bi uživala, bla js	Nedopušcanje uživanja sama sebi	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B30	Si nism že na začetku poiskala strokovne pomoči, da bi se z nekom strokovno pogovarjala	Neiskanje strokovne pomoči	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B31	... ker nism znala obvladat mojih misli in se umirit	Neznanje obvladanja misli	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B32	... da smo se z Ares kregale, ker je nism razumela, kaj hoče, ona pa me je bila naveličana, ker sm vse stresala nanjo	Prepiranje in nerazumevanje otroka	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
B33	Po določenem času, sm vedu, da moremo neki	Negativen potek procesa žalovanja	Potek procesa žalovanja	Proces žalovanja družine

	spremenit, če ne gre drugače, pa poiskat pomoč. Ker enostavno noben ni več vidu izhoda in včasih sm mel občutek, da bo naša družina razpadla, da se bomo ločili.			
B34	Naprej smo hodili k družinskemu terapevtu	Obisk psihoterapije	Pomoč strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B35	V šoli je pa itak cel čas delala z A socialna delavka, kar so mi ponudli že na začetku. Sm sprejela, ker sm vedla, da je tko zanjo najboljše in bo njej vrjetno največ povedala in ji zaupala.	Pomoč socialne delavke v šoli	Pomoč strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B36	A je bla vedno zadovoljna, da je šla h njej in so se pogovarjale.	Pomoč socialne delavke v šoli	Zadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B37	Midva res nisva več znala in vedla, kako se z njo pogovorit. Res smo bla vesela, da je bla v tistem obdobju z nami in se pogovarjala, nas poslušala, kadar smo jo rabli.	Hvaležnost za pomoč socialne delavke	Zadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B38	... prijatle in družino, k so nam stali ob strani in nam vedno hotli pomagat.	Pomoč družine in prijateljev	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine

B39	Najbolj je meni pomagala moja najboljš prijatelca Maja, ker sm se z njo res lahko pogovarjala, kar sm hotla in ji nikol ni blo težko poslušat	Pomoč najboljš prijateljice	Neformalna pomoč v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B40	Sm hvaležna za vsako pomoč, za pomoč psihoterapevtke	Pomoč psihoterapevtke	Zadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B41	sm mogla sama začeti predelovat stvari	Samopomoč	Neformalna pomoč v procesu žalovanja	Formalna in neformalna pomoč v družini
B42	... njihova opora, razumevanje, da rabimo čas zase in poslušnost, zaupanje.	Opora okolice	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B43	Tolaženje, da smo lahko jokali	Tolažba	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B44	najbolj so mi šle na žiuce vaške govorice	Vaške govorice	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B45	najbolj mi je šlo na žiuce: »Sej bo, bo šlo mimo« ...	Neprimerni stavki ob žalovanju	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B46	na začetku so bli samo tiho, kar sm u tistem trenutku rabla ...	Tišina	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B47	... sedeli in me tolažli in sm se počutla super, ker noben ni vrtu u mene	Tolažba	Odziv okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B48	sm se zavedu, da ljudje velikokrat ne želijo nič slabega, samo ne znajo reagirat na tako stvar in ne razumejo	Zavedanje, da ljudje ne želijo nič slabega	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine

	staršu v tisti situaciji ...			
B49	Zavedam se, da smo meli veliko srečo take družine in prijatelju, k so nam stali ob strani in se družili z nami, kljub smrti.	Veselje ob podpori družine in prijateljev	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Ožja in širša socialna mreža družine
B50	Midva sva ji res veliko o tem govorila, z nama je tudi hodila v bolnico, res sva jo poskušala čimbolj vključit.	Vključevanje sorojenca v dogajanje	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B51	... sm nekako želela, da je ob njemu, da se lahko usaki dan poslovi od njega	Želja, da sta skupaj	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B52	sva pa res veliko delala na temu, da je čim bolj sprejela	Pomoč pri sprejemanju izgube	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B53	midva sva jo vidla res samo žalostno.	Žalost	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B54	Je pa ta žalost trajala dolgo	Žalost	Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B55	veliko sva ji pomagala midva s pogovorom	Pogovor	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B56	spodli smo si tudi knjige o smrti, da jih je brala	Branje knjig	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B57	sva pol vseeno prosila še socialno delavko v šoli za pomoč, ker se nama je zdelo, da bi to bilo pametno, da bi	Pogovor o izgubi	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč

	lahko svoje občutke povedala tudi nekemu drugemu. Da bi lahko več povedala, se bolj odprla.			
B58	V oporo so ji bili tudi sošolci, kateri so ji stali ob strani in bili žalostni z njo	Opora sošolcev	Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B59	pomoč v šoli se mi je zdela koristna, saj se je A lahko pogovorila z njo	Pogovor o izgubi	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B60	včasih so se pogovarjale tudi kaj drugega in ne samo o smrti.	Pogovor o drugih stvareh	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B61	Socialna delavka ji je bila v oporo, znala jo je poslušati in ji svetovati.	Poslušanje in svetovanje socialne delavke	Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi	Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč
B62	Smo se še bolj povezali	Povezanost z družino	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
B63	... in si bolj zaupamo oziroma več povemo	Zaupanje	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
B64	Smrt dala res misliti, da je življenje minljivo in da moremo izkoristiti vsak dragocen trenutek, ki nam je dan.	Misel, da je življenje minljivo	Pozitiven vpliv izkušnje izgube otroka na nadaljnjo življenje	Vpliv izkušnje na družino
B65	Vseeno pa me je po tej smrti strah vsake bolezni, kjo A dobi, ker	Strah pred boleznijo	Negativen vpliv izkušnje izgube otroka na	Vpliv izkušnje na družino

	me je vedno strah, da bo kej narobe.		nadaljnjo življenje	
--	--------------------------------------	--	---------------------	--

ŠT. IZJAVE	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	TEMA
C1	Grozno velika žalost, močna depresija	Žalost in močna depresija	Čustva in občutki v družini	Doživljanje procesa žalovanja
C2	Ko se je želela antidepresivov rešit je zapadla v grozno jezo do življenja, do zdravnikov, do bolezni, do vsega.	Jeza do življenja, zdravnikov, bolezni	Čustva in občutki v družini	Doživljanje procesa žalovanja
C3	Ko je prišla najmlajša hči u šesti razred, se je postaula na svoje noge in rekla, mama zdej pa zadosti, tudi js sm tle in N je že dougo mrtva.	Prebujanje v realnost	Potrebe procesu žalovanja v	Doživljanje procesa žalovanja
C4	Takrat se je začela prebujat, ker do takrat je hodila vsak dan na pokopališče, brala knjigice, pesmice.	Prebujanje v realnost	Čustva in občutki v družini	Doživljanje procesa žalovanja
C5	Ona se je ukvarjala samo s sabo in s to mrtvo hčjrko, k je ni blo več	Ukvarjanje samo s sabo	Čustva in občutki v družini	Doživljanje procesa žalovanja
C6	In potrebe u procesu žalovanja so ble prou to, da ji nekdo pomaga pri otrocih, da nekdo skrbi za položnice, prehrano, da nekdo	Skrb za otroke s strani družine	Potrebe procesu žalovanja v	Doživljanje procesa žalovanja

	dobesedno skrbi za use ostalo, ker ona je skrbela samo zase, ker ostalo ni zmogla. Fizično in psihično ni zmogla			
C7	To je bila razvezana družina, tudi očeh jih je pršu kdaj iskat. Oče je to drugači dau skozi, moški to nrdijo na drug način in so šle bolj u akcijo.	Odziv očeta na smrt otroka	Čustva in občutki v družini	Doživljanje procesa žalovanja
C8	Otrokom je bilo u pomoč to, da so pršli k meni, da so se tuki učili, da smo se pogovarjali.	Pogovor socialno delavko	Podpora procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C9	Pogovori so jim pomagali.	Pogovor socialno delavko	Podpora procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C10	Da grejo, da pozabijo, da se uklopijo v skupino, v kak šport.	Vključitev v skupino, šport	Podpora procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C11	To je blo res tako ekstremno depresivno okolje, prou s strani mame.	Depresivno okolje	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C12	... so hodile k meni, smo urejale potrebščine, smo se učili, pogovarjali. Začeli smo	Obisk socialne delavke	Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč

	tednsko, ma potem je blo to tko ... da je pršlo na mesec, potem tastarejša je šla že u srednjo šolo in je ona pomagala mlajši sestri in je manj hodila k meni			
C13	Ta mlajša sestra je postala zelo uporna, res uporniška punca.	Upornica zaradi nezadovoljenih potreb	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C14	Js mislim, da do ene mjre ja, zato ker ni dobila te mamine ljubezni, ne, v teh letih. In te pozornosti ... In otrok, ki ne doseže pozornosti, ne dobi ljubezni, jo bo dosegu na tak način, k bo najdu. Zato je tudi s tem uporom dosegla, da je mama začela opuščat antidepressive, da se je to zmanjšalo in da je potem se začela ukvarjat z otrokmi.	Upornica zaradi nezadovoljenih potreb	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C15	... mama hodila k psihoterapevtu, k psihiatru je hodila na pogovor. Samo je bla ta bolečina tko močna, ku da bi del nje	Obisk psihiatra, pogovor	Podpora v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja

	umru. Res je blo hudo.			
C16	Je pa tud tko ... Mama je bla brezposelna, ni mela drugih opravku. Ni zaposlila možgane z drugimi rečmi, tko da je blo to tolk bolj poglobljeno to žalovanje. Kr če bi mogla it vn ... Ji ni blo treba.	Brezposelnost	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C17	Tud prjatlece so se ji začele izogibat, kr je samo jokala. To je biu sklop ljudi, k so drugače živeli.	Izguba prijateljstva	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C18	Mi je blo zlo hudo, ker s to mamu smo skupej rastle, smo ble prjatle. Useeno sm mogla pr sebi razmejiti ta del. Meni se niso smeli smilit, kar je blo na začetku zelo težko, ampak sm mogla postavljat cilje, zahteve ...	Postavljanje ciljev, zahtev	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči v procesu žalovanja
C19	Ona je od mene pričakovala, da bom pršla k njej na kafe, ma sm rekla ne, ti pridi k meni. Na mojem področju sm js bolj močna, sm si mislna. Tam bi tudi mene zlomu jok, vrjetno. In	Občutek moči v svojem okolju	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči v procesu žalovanja

	ne, to potem ni pomoč. To je sočustvovanje in to ji ne pomaga.			
C20	Ona je bla ubistvu pasivna, ona bi mogla bit aktivna. Bi mogla pokazat, neko voljo, neki dat od sebe, da bi se začelo ... Mislím, da ta pasivnost je bla najbolj.	Pasivnost	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C21	Najbolj stresno jim je blo to, kr ona je misnla in tudi otroci so misnli, da usak, k jih pogleda, misli: »Lej, ta je sestra od une k je umrla.« To je to, kaj si drugi mislijo o nas, ne.	Kaj si drugi mislijo o njih	Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka	Odziv in doživljanje ožje okolice na izgubo otroka v družini
C22	Sej je res, da kdr umre otrok mami, da umre en del mame. To je res. To mislim, da je to nekej najhujšega, kar se ti lahko zgodi u življenju. Ma nekako moreš sestavit tudi to. Js ne poznam recepta, ma vrjetno gre ogromno moči u to akcijo, da to zmores in da začneš s tem živet. In tko ku rečejo, potrebn je čas. Eni rabijo dve leti, eni štiri,	Potreben je čas	Potrebe procesu žalovanja v	Doživljanje procesa žalovanja

	oni so rabli osm let.			
C23	Vrjetno je bla ovjra tudi ta, ne, da ne, da je bla družina ločena. Ker kljub usemu, tko ku je blo, če bi biu oče zravn, bi vrjetno to mamu prej k sebi spravu.	Ločena družina	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C24	In pa tudi to ... Njej so ubistvu usi stali ob strani, in mama in sestra in tata. Ma dejansko ... In prjatlice. Ma, če bi jo kdo kej prej malo brcnu, usem se je smilla, uloga žrtve.	Pomoč iz vseh strani in vloga žrtve	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C25	Potrebovala je opolnomočenje s strani družine. In tega ni dobila, ker se je vsem smilla in so jo rajš pustili tam na mrju ...	Nezadovoljena potreba po opolnomočenju	Ovira v procesu žalovanja	Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja
C26	Nism mela zadržkov, kr sm vedla, da otrok rabi suport, rabi pomoč. Da rabi tudi mama in sm jim stala ob strani.	Podpora družini	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči v procesu žalovanja
C27	Prou opounomočenje. In ubistvu neka kontrola še zravn. Ena taka, brez pomilovanja in brez postavljanja u ulogo žrtve.	Opolnomočenje s strani socialne delavke	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči v procesu žalovanja

C28	... ni se mi smela smilit, k čim sm mela občutek, da se mi smili, sm vedla, da nism objektivna.	Brez smiljenja	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči procesu žalovanja v
C29	Ja, tko ... K se mi je začela smilit, sm si sama pr sebi rekla: »Ne, zdej se mi ne sme smilit. Ona je ta ženska. Ne, tko morš nrdit!« Sama pr sebi sm preklopla in šla v dejanja.	Pregovarjanje same sebe	Občutki socialne delavke ob pomoči procesu žalovanja v	Doživljanje pomoči procesu žalovanja v
C30	Tud, če sm se šla pol jokat. Pred njo sm mogla stat trdna, močna, vztrajna in dosledna.	Borba s svojimi čustvi	Občutki socialne delavke ob pomoči procesu žalovanja v	Doživljanje pomoči procesu žalovanja v
C31	... njo je držalo po konci ta doslednost, tej dogovori. Ma je pa prhajala pol redno, ni biu noben problem.	Pomoč z doslednostjo, dogovori	Podpora socialne delavke	Doživljanje pomoči procesu žalovanja v
C32	Hudo so doživljali ... Ko se je mama teh otrok opounomočila, sta zbolela oba, ker sta držala pokonci use te reči.	Poznejša bolezen starih staršev	Doživljanje ožje okolice na smrt otroka	Odzivi in doživljanje ožje okolice na izgubo otroka v družini
C33	Ogromno smo se pogovarjali. Ogromno je blo uprašanj zakaj – zakaj meni, zakaj jaz, zakaj to, zakaj, zakaj, zakaj. In dosežt to stanje, da na	Pogovor in vprašanja	Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč

	določeno vprašanje nimaš odgovorov			
C34	Se sprjaznt s tem, zakaj se mama z njo ne ukvarja, zakaj je pozabila nanjo, zakaj jo pokliče po imenu sestree, k je že mrtva.	Sprjaznjenje z neodzivnostjo mame	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C35	... jeza, kaj me briga če je mrtva, sej je ni več.	Jeza sorojenca na	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C36	Tastarejša je zelo žalovala	Žalovanje	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C37	... preuzela ulogo mame in skrbela za mlajšo sestro, prezgodej je dozorela. Rabla je tudi učno pomoč, k je nikol prej ni rabla.	Prevzem mamine vloge	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C38	Tamala pa ... Težko rečem kolko, ampak tam je bil več al manj boj za mamino pozornost.	Boj za mamino pozornost	Odziv sorojencev na izgubo	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C39	Ta punčka je rabla, da bi se mama jezila, to boš nrdila ... Ma mama ni na nič reagirala, bla je odsotna.	Potreba maminem odzivu po	Potrebe sorojencev izgubi ob	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
C40	Tamajhna se je upjrala, da bo šla k tatu, da ne bo več živela z njo, da je dobila cvek. K otroci	Potreba ukazovanju, odzivu po	Potrebe sorojencev izgubi ob	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč

	rečejo: »Starši mi težijo.« Ma to rabijo. In pr tej družini je to se pokazalo črno na belem.			
C41	Tudi tiste njene ožje prijateljce so sprejele zelo žalostno, tudi same jokale.	Žalosten odziv prijateljic	Odziv in doživljanje otrokove okolice na izgubo	Odziv in doživljanje ožje okolice na izgubo otroka v družini
C42	Ta razred, kjer je to dete umrlo, in so ostali brez sošolke, je blo pa zeeelo hudo. Ker je bla to tud bolezn, k so jo spremljali, jo hodili obiskovat, so ji prinašali zvezke. Ona jih je pršla obiskat u šolo, smo se dobivali. Za njih je blo to grozno.	Žalosten odziv razreda	Odziv in doživljanje otrokove okolice na izgubo	Odziv in doživljanje ožje okolice na izgubo otroka v družini
C43	Dosti pogovorov, ne delavnic, ma samo pogovorov. Kako izjokat, zakaj povedat, zakaj je dobro dat vn iz sebe in ne tiščat v sebi. Zakaj eni jokajo na glas, to je blo vprašanj ... Zakaj eni jokajo potih, zakaj eni samo doma, ponoči. Res veliko smo se o tem pogovarjali, da so lahko predelali.	Pogovor o čustvih, joku	Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč

C44	Pustit smo mogli času čas za žalovanje. Ni nekega določenega obdobja, kolko lahko žalujemo, usak posameznik potrebuje svoj čas.	Čas za žalovanje	Potrebe sorojencev ob izgubi	Sprejemanje izgube sorojenca in pomoč
-----	---	------------------	------------------------------	---------------------------------------

Priloga 4: Osno kodiranje intervjuja z družino

Potek procesa žalovanja družine ob izgubi otroka

Potek procesa žalovanja

- Zelo dolg proces žalovanja (A1,B1)
- Nemoč priprave na smrt (B4)
- Negativen potek procesa žalovanja (B33)

Občutki in čustva v procesu žalovanja

- Žalost (A2, A8 B6)
- Jeza (A3, B7)
- Apatičnost (A4)
- Mešanje čustev (A5)
- Želja po smrti (A9)
- Občutek nemoči (A12, B16)
- Vloga žrtve (A14)
- Nezanimanje za stvari (A15)
- Jokanje na glas (A31)
- Zanikanje (B2)
- Upanje, da se bo vrnil (B3)
- Nekaj časa brez občutkov (B5)
- Tesnoba (B8)
- Pritisk v prsnem košu (B9)

Potrebe družine v procesu žalovanja

- Šolanje, domača opravila (A6)
- Čustvena opora (A7)
- Povezanost v družini (B10)
- Pogovor (B11)
- Potreba po žalovanju sorojenke (B12)
- Medsebojna podpora (B13)
- Poslušnost (B14)
- Spoštovanje zasebnosti (B15)
- Pozitivnost za družino (B17)

- Želja po slišanosti (B26)
- Razumevanje okolice (B27)

Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja družine v procesu žalovanja

Podpora v procesu žalovanja

- Podpora družine (A14)
- Pes (A43)
- Sprehod v naravo (A44)
- Pogovor (B18)
- Razumevanje okolice, da potrebujemo čas (B19)
- Obiski in opora (B20)
- Krog najbližjih (B24)
- Prostor za žalovanje (B25)

Ovira v procesu žalovanja

- Ljudje, ki so nekaj zahtevali (A16)
- Antidepresivi (A17)
- Pogostitev po pogrebu (občutek, da se veseli) (B23)
- Misel na otroka (B28)
- Nedopuščanje uživanja sama sebi (B29)
- Neiskanje strokovne pomoči (B30)
- Neznanje obvladovanja misli (B31)
- Prepiranje in nerazumevanje otroka (B32)

Zadovoljstvo pomoči formalne in neformalne mreže družine ob izgubi otroka

Pomoč strokovnjakov v procesu žalovanja

- Obisk psihoterapije in psihiatrinje (A18)
- Pomoč socialne delavke v šoli (A20, B35)
- Obisk psihoterapije (B34)

Neformalna pomoč v procesu žalovanja

- Pomoč družine za otroke (A21)
- Opora mame, njen pogovor (B21)
- Opora moža in otroka (B22)

- Pomoč najboljših prijateljic (B39)
- Samopomoč (B41)

Zadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja

- Pomoč socialne delavke v šoli (A22, B36)
- Hvaležnost za pomoč socialne delavke (B37)
- Pomoč psihoterapevtke (B40)

Nezadovoljstvo s pomočjo strokovnjakov v procesu žalovanja

- Predpisovanje receptov za antidepresive (A19)
- S težavo hodila k socialni delavki na pogovore v pisarno (A23)
- Želja po več pomoči s strani strokovnjakov (A32)

Doživljanje ožje in širše socialne mreže družine ob izgubi otroka

Odziv okolice na smrt otroka

- Sočustvovanje ljudi (A24)
- Siljenje v zaposlitev (A29)
- Občutek razumevanja in žalovanja (A30)
- Pomoč družine in prijateljev (B38)
- Opora okolice (B42)
- Tolažba (B43, B47)
- Vaške govorice (B44)
- Neprimerni stavki ob žalovanju (B45)
- Tišina (B46)

Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka

- Naveličanost v siljenje druženja z otroki (A25)
- Občutek, da ljudje ves čas mislijo samo na to, da je izgubila otroka (A26)
- Zaprtost vase (A27)
- Kaj ljudje govorijo (A28)
- Zavedanje, da ljudje ne želijo nič slabega (B48)
- Veselje ob podpori družine in prijateljev (B49)

Sprejemanje izgube za sorojence in pomoč

Občutki in čustva otroka ob izgubi sorojenca

- Upornišтво (A10, A36)
- Agresija (A11, A35, A37)
- Žalost (A33, A34, B53, B54)
- Jeza na mamo (A38)
- Razočaranje (A39)

Pomoč družine in prijateljev ob izgubi sorojenca

- Vključevanje sorojenca v dogajanje (B50)
- Želja, da sta skupaj (B51)
- Pomoč pri sprejemanju izgube (B52)
- Pogovor (B55)
- Branje knjig (B56)
- Opora sošolcev (B58)

Pomoč socialne delavke ob otrokovi izgubi

- Pogovor o izgubi (A40, B57, B59)
- Pogovor o situaciji doma (A41)
- Pogovor o drugih stvareh (B60)
- Poslušanje in svetovanje socialne delavke (B61)

Pomoč prostovoljne (socialne delavke) ob otrokovi izgubi

- Pomoč starejše sestre, ker je bila prostovoljka v OŠ (A42)

Vpliv izkušnje smrti otroka na družino

Pozitiven vpliv izgube otroka na nadaljnjo življenje

- Povezanost z družino (A45, B62)
- Nov partner (A47)
- Nov otrok (A48)
- Posvečanje drugim otrokom (A50)
- Čas preživet z otroki (A51, A53)
- Medsebojna pomoč (A52)
- Zaupanje (B63)
- Misel, da je življenje minljivo (B64)

Negativen vpliv izgube otroka na nadaljnjo življenje

- Slaba povezanost s širšo okolico (v mehurčku) (A46)
- Strah pred boleznijo (A49, B65)

Priloga 5: Osno kodiranje intervjuja s socialno delavko

Doživljanje procesa žalovanja pri družini

Čustva in občutki v družini

- Žalost in močna depresija (C1)
- Jeza do življenja, zdravnikov, bolezni (C2)
- Prebujanje v realnost (C4)
- Ukvarjanje samo s sabo (C5)
- Odziv očeta na smrt otroka (C7)

Potrebe v procesu žalovanja

- Prebujanje v realnost (C3)
- Skrb za otroke s strani družine (C6)
- Potreben je čas (C22)

Varovalni dejavniki in dejavniki tveganja pri družini v procesu žalovanja

Podpora v procesu žalovanja

- Pogovor s socialno delavko (C8, C9)
- Vključitev v skupino, šport (C10)
- Obisk psihiatra, pogovor (C15)

Ovira v procesu žalovanja

- Depresivno okolje (C11)
- Brezposelnost (C16)
- Izguba prijateljstva (C17)
- Pasivnost (C20)
- Ločena družina (C23)
- Pomoč iz vseh strani in vloga žrtve (C24)
- Nezačudenja potreba po opolnomočenju (C25)

Doživljanje pomoči v procesu žalovanja

Podpora socialne delavke

- Postavljanje ciljev, zahtev (C18)
- Občutek moči v svojem okolju (C19)

- Podpora družini (C26)
- Opolnomočenje s strani socialne delavke (C27)
- Brez smiljenja (C28)
- Pomoč z doslednostjo, dogovori (C31)

Občutki socialne delavke ob pomoči v procesu žalovanja

- Pregovarjanje same sebe (C29)
- Borba s svojimi čustvi (C30)

Odziv in doživljanje ožje okolice na izgubo otroka v družini

Doživljanje ožje okolice na smrt otroka

- Poznejša bolezen starih staršev (C32)

Občutki ob odzivu okolice na smrt otroka

- Kaj si drugi mislijo o njih (C21)

Odziv in doživljanje otrokove okolice na izgubo sorojenca

- Žalosten odziv prijateljic (C41)
- Žalosten odziv razreda (C42)

Sprejemanje izgube otroka za sorojenca in pomoč

Pomoč socialne delavke ob izgubi sorojenca

- Obisk socialne delavke (C12)
- Pogovor in vprašanja (C33)
- Pogovor o čustvih in joku (C43)

Odziv sorojencev na izgubo

- Upornica zaradi nezadovoljenih potreb (C13, C14)
- Sprijaznjenje z neodzivnostjo mame (C34)
- Jeza na sorojenca (C35)
- Žalovanje (C36)
- Prevzem mamine vloge (C37)
- Boj za mamino pozornost (C38)

Potrebe sorojencev od izgubi

- Potreba po maminem odzivu (C39)
- Potreba po ukazovanju, odzivu (C40)
- Čas za žalovanje (C44)