

WITAJ UCZNIU KLASY 8!

Dzisiaj, omówimy sobie trudny temat, zwłaszcza w młodym wieku, temat choroby, cierpienia i śmierci...

Nie ma rodziny, w której nie byłoby doświadczenia choroby lub śmierci. Cierpienie bliskich osób, np. dziadków, rodziców, rodzeństwa czy przyjaciół, a także ich odejście, sprawiają, że zadajemy sobie pytania o sens życia.

Media codziennie informują o wypadkach i innych tragediach, uświadamiając nam, że człowiek nie jest istotą doskonałą i nieśmiertelną.

Pierwszą reakcją na ból czy cierpienie jest często zaskoczenie i niedowierzanie.

Człowiek w szoku nie myśli racjonalnie, nie przyjmuje złych wiadomości i próbuje zaprzeczyć rzeczywistości.

Informacja o ciężkiej chorobie dziadka czy poważnej wadzie genetycznej nienarodzonego brata może wywołać strach i panikę.

Gdy emocje opadną, z trudną sytuacją można się zmierzyć na dwa sposoby.



Psychologowie mówią o tak zwanym reagowaniu konstruktywnym i reagowaniu destrukcyjnym. To pierwsze uruchamia energię do działania i zachęca do przyjęcia postawy: **wiem że jest ciężko, ale spróbuję temu sprostać.**

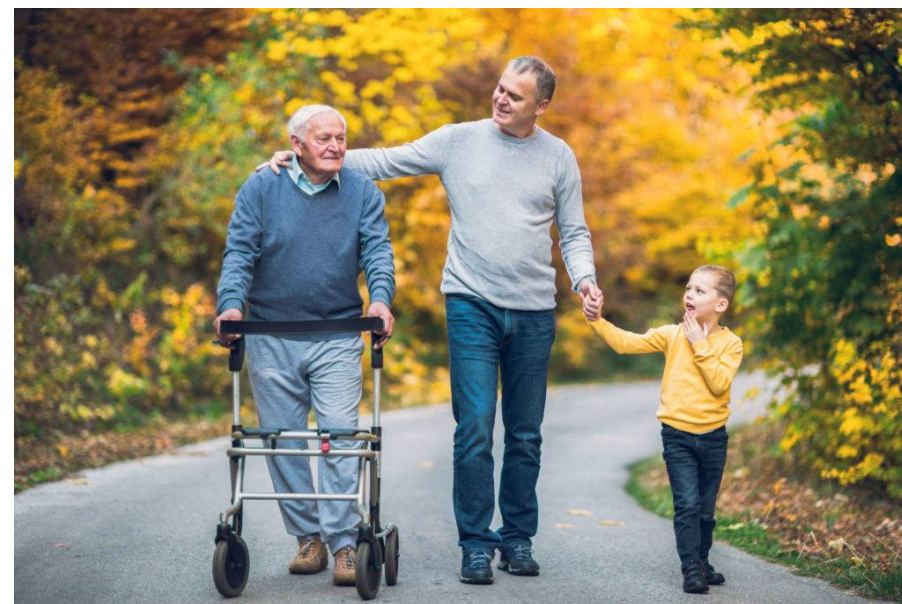
Z kolei osoby reagujące destrukcyjnie popadają w czarnowidztwo i marazm.

Rodzina we właściwy sposób służy choremu, kiedy wykonuje niezbędne zabiegi pielęgnacyjne, respektuje podstawowe potrzeby psychiczne chorego np. potrzeba intymności, godności, samodzielnego decydowania o sobie i zachęca go do walki z chorobą, ale nie żyje wyłącznie z nią, rezygnując z jakichkolwiek aktywności w innych obszarach życia.

Czasami mówi się, że choroba bliskiego człowieka jest **egzaminem z miłości**. Zdajemy ten egzamin, jeśli starość niedołęstwo czy niepełnosprawność osoby bliskiej wyzwala w pozostałych członkach rodziny pokłady troskliwości, empatii, cierpliwości i życzliwości.

Niejednokrotnie choroba jednej osoby sprawia, że rodzinne więzy się zacieśniają. Czasem właśnie w ostatnich tygodniach i dniach życia chorego cała rodzina zbliża się do siebie najbardziej.

Pielęgnując go uczy się okazywać bezinteresowna miłość.



Jednym z najtrudniejszych życiowych doświadczeń już jest śmierć bliskiej osoby. Tak jak umierający człowiek nie może nabrać wprawy w spotkaniu ze śmiercią, tak jego bliscy nie mogą się przygotować na jego odejście. Gdy ważna dla nas osoba choruje i z miesiąca na miesiąc obserwujemy jak słabnie, to śmierć wydaje się naturalną konsekwencją i z pozoru łatwiej się z nią pogodzić.

Bywa, że odejściu ukochanego człowieka towarzyszy odczucie pewnej ulgi:
już nie cierpi, już nic go nie boli.

Jednak mimo racjonalnych tłumaczenie rozłąka z kimś bliskim zawsze jest traumą, której towarzyszy niezgoda na nieodwracalność sytuacji.

Osoby, które deklarują wiarę w Boga, uważają, że śmierć nie jest końcem, ale początkiem nowego życia, przejście do wieczności.



Zdaniem ateistów człowiek nie ma nieśmiertelnej duszy, więc śmierci ciała definitywnie kończy jego istnienie.



Jednak wszyscy ludzie, niezależnie od przekonań religijnych, troszczą się o godny pochówek ciała zmarłego.

Obrzędy pogrzebowe są oznaką szacunku do osoby, która odeszła. Nazywa się ostatnią posługą, ostatnim pożegnaniem, ostatnim aktem miłości.

Dawne obyczaje, np. obmycie ciała zmarłego i ubranie go w odświętny strój, uświadamiały pogrążonej w żałobie rodzinie i przyjaciołom, że życie kochanej osoby dobiegło końca.

Zaangażowanie w załatwieniu wszelkich formalności pogrzebowych, a następnie uczestnictwo w uroczystości, nadawały pożegnaniu większą rangę.

Jeszcze kilkadziesiąt lat temu śmierć była postrzegana jako element życia na zasadzie:

urodziliśmy się, aby umrzeć.

Szczególnie na wsiach uważano za coś naturalnego, za konsekwencje życia ciało zmarłego umieszczano w domu na katafalku wśród kwiatów i świec. Przyjeżdżała rodzina, przychodzili sąsiedzi. Bliscy zmarłego wspominali go, wspólnie płakali, śpiewali, a w wierzących domach – modli się. W pokoju obok bawiły się dzieci. Śmiech, zabawa i beztroska spletały się z powagą i tajemnicą śmierci.



Obecnie kult młodości, zorientowanie na postęp i sukces, coraz częstsze umieranie w szpitalach oraz usługi zakładów pogrzebowych, które nas we wszystkim wyręczają, sprawiają, że ludzie mają pokusę wyparcia rzeczywistości śmierci. Chcą przyglądać się trudnym wydarzeniom z pozycji obserwatorów, a nie zaangażowanych uczestników. Tym samym stają się wobec śmierci coraz bardziej bezbronni, a myśl o odejściu wywołuje paniczny lęk.

To wszystko sprawia, że trudno im przeżyć żałobę.



Pamięć o zmarłych jest elementem kultury, pomaga oswajać nieobecność, to **wyraz miłości**.

Polska jest krajem, w którym pamięć o zmarłych jest kultywowana w sposób szczególny.

Mnóstwo płonących zniczy i tłumy ludzi odwiedzających w listopadzie cmentarze to specyfika naszego kraju.

Odwiedzanie grobów i rodzinne spotkania, podczas których można wspominać zmarłych bliskich, pomaga ją przeżyć żałobę, gdyż osoby po stracie zwykle czują potrzebę dzielenia się uczuciami.

W tym znaczeniu pamięć o zmarłych może mieć wymiar terapeutyczny. Jest też dowodem miłości.

Póki nas ktoś pamięta, wciąż żyjemy.

Chciałabym, abyś nie zapomniał, że możesz do mnie również napisać, wykorzystując do tego pocztę mailową:

sp17soswpt@gmail.com

Nie zapomnij, w tytule maila dodać: **WDŻWR** oraz wpisać **klasa 8**

Chętnie odpowiem na wszystkie pytania.

Pozdrawiam Cię serdecznie i życzę dobrego tygodnia!

Ewa Szkólnik ☺