

**Utrata i żałoba**  
**Teoria i praktyka**



NR 3441

# Utrata i żałoba Teoria i praktyka

Redakcja naukowa

Renata Kleszcz-Szczyrba i Anita Gałuszka

Recenzent  
Stanisława Steuden

Redaktorzy pomocniczy  
Urszula Kmieć, Jagoda Sikora

Książka powstała we współpracy z Fundacją „By dalej iść”.

# Spis treści

Wstęp ( <i>Renata Kleszcz-Szczyrba, Anita Gałuszka</i> ) . . . . .	7
--	---

## Część pierwsza

### **Filozofia i psychologia śmierci**

Anita Gałuszka	
Blisko, coraz bliżej... Biologiczne i psychologiczne aspekty umierania i śmierci . . . . .	11
Danuta Ślęczek-Czakov	
Próby oswojenia śmierci w filozofii i bioetyce . . . . .	21
Małgorzata Okupnik	
Doświadczenie utraty w perspektywie fenomenologii . . . . .	33

## Część druga

### **Śmierć i umieranie w kulturze i sztuce**

Anna Długozima	
Cmentarze jako przestrzenie terapeutyczne . . . . .	47
Małgorzata Gnyś-Nidecka	
Inskrypcje na nagrobkach dziecięcych w odczycie kulturoznawczym . . . . .	63
Iwona Grodz	
Przedstawienie śmierci i procesu żałoby w filmie <i>Niebieski</i> Krzysztofa Kieślowskiego . . . . .	75
Urszula Kmiec	
<i>Antychryst</i> Larsa von Triera — film o przeżywaniu żałoby i wadliwie prowadzonej terapii . . . . .	95

## Część trzecia

**Diagnoza przeżywania żałoby i wsparcie społeczne**

Renata Kleszcz-Szczyrba	
Czy każdej stracie „potrzebna jest” żałoba i czy każdej żałobie „potrzebna jest” terapia? . . . . .	111
Joanna Dreżewska, Ewelina Sitarska	
Patologiczne przeżywanie żałoby przez osoby o osobowości zależnej — studium przypadków . . . . .	123
Joanna Krawczyk	
Rodzina w obliczu samobójstwa . . . . .	133

## Część czwarta

**Śmierć dziecka w okresie prenatalnym i perinatalnym**

Renata Kleszcz-Szczyrba	
Radzenie sobie ze stratami prenatalnymi i perinatalnymi jako wyzwanie naszych czasów . . . . .	145
Joanna Majewska	
Wczesne poronienie z perspektywy kobiety . . . . .	155
Izabela Barton-Smoczyńska	
Jak pomagać, aby pomóc? Refleksje na temat komunikacji w obrębie zespołu terapeutycznego . . . . .	165
Anna Stachulska	
Rola położnej w udzielaniu wsparcia kobietom po stracie dziecka w okresie ciąży i porodu . . . . .	175
Słów kilka od fundacji . . . . .	187
Informacje o Autorach . . . . .	189

## Wstęp

Umieranie, śmierć, żałoba i osierocenie to zagadnienia o charakterze uniwersalnym, poruszane w obrębie wielu dyscyplin naukowych, wśród których psychologia, antropologia, filozofia, a także kultura i sztuka poświęcają im szczególną uwagę.

Silna tendencja do tabuizacji tematyki śmierci, umierania i żałoby obliguje środowiska naukowe do bardziej uważnego zajmowania się nią, wbrew obowiązującym trendom i modom. Dysocjowanie się od tematów wywołujących trudne emocje, które jest domeną współczesnego człowieka, każe nauce, zupełnie paradoksalnie, asocjować się z nimi, poznawać i zgłębiać. Współczesny człowiek zdaje się żyć tak, jak gdyby śmierci nie było, jakby go nie dotyczyła, a przynajmniej stanowiła zjawisko tak odległe, że niezaskłujące na głębszą uwagę. Równocześnie, zupełnie przewrotnie, jest ona (śmierć) wszechobecna w przekazach medialnych, stanowiąc gwarancję wzrostu poczytności czy oglądalności. To zastanawiające, że potrzeba dzisiaj „debatować” o żałobie (na forum społecznym i naukowym), zamiast pozwalać jej „wybrzmieć” (w psychice jednostki).

Każda strata, jeśli stanowiła wartość dla tego, który traci, wymaga okresu adaptacji do niej. Proces żałoby wyznacza rytm tej adaptacji. Każda śmierć osoby bliskiej i każda żałoba po śmierci osoby bliskiej rozgrywają się jednocześnie na kilku płaszczyznach: wewnątrzpsychicznej, związanej z przeżywaniem żalu po stracie; interpersonalnej, związanej z dynamiką wsparcia i pomocy; kulturowej, związanej z rozumieniem śmierci, rytuałami pożegnania, miejscami pamięci, itp. W monografii każda z tych płaszczyzn zostaje w mniejszym lub większym stopniu wypełniona. Pierwsza część monografii nawiązuje do psychologii i filozofii śmierci, druga traktuje o śmierci w kulturze i sztuce, w trzeciej poruszane są zagadnienia diagnozy i pomocy psychologicznej w sytuacji straty, a czwarta skupia się na bardzo specyficznej stracie (prenatalnej i perinatalnej), którą społeczeństwo dopiero uczy się konstruktywnie przeżywać.

Autorzy poszczególnych rozdziałów reprezentują różne dziedziny nauki i praktyki, dzięki czemu monografia prezentuje obraz utraty i żałoby niezwykle bogaty i zróżnicowany.

Oddając do Państwa rąk niniejsze opracowanie, żywimy nadzieję, że stanie się ono źródłem pogłębionej refleksji na temat umierania, śmierci i żałoby. Mamy nadzieję, że będzie to refleksja daleka od współczesnych tendencji, które zapraszają do „psychologicznej ucieczki” od tematyki śmierci. Wszak śmierć od zawsze była i na zawsze pozostanie częścią życia...

*Renata Kleszcz-Szczyrba  
Anita Gałuszka*

Katowice, 8.10.2015 r.



## Słów kilka od fundacji

Oddajemy w Państwa ręce książkę, która w sposób wielowątkowy omawia tematykę śmierci — obecną w życiu każdego z nas, lecz niestety często nazbyt tabuizowaną. W publikacji tej znajdziecie Państwo wiele informacji teoretycznych, jak i wskazówek praktycznych. Wiemy z doświadczenia, że śmierć osoby bliskiej to często jedno z najistotniejszych wydarzeń dla żegnającego. Nieporadzenie sobie ze śmiercią najbliższego może skutkować depresją, a nawet niejednokrotnie skłonić do samobójstwa. Tym bardziej konieczne jest akcentowanie wagi udzielania profesjonalnej pomocy osobom pogrążonym w żałobie. Niech publikacja ta stanowi uzupełnienie wiedzy wszystkich tych, którzy w skuteczny sposób chcą pomagać osobom po stracie najbliższych.

Z poważaniem, życząc miłej lektury,

*Justyna Brzózka — Prezes Fundacji*

Fundacja „By dalej iść” powstała, aby wspierać rodziny po stracie dziecka. Działa non-profit. Ma status organizacji pożytku publicznego. Pomaga rodzicom zrozumieć stan emocjonalny, którego doświadczają po śmierci dziecka, oraz przygotowuje do tego, aby rodzice mogli przejść okres żałoby, a w konsekwencji pogodzić się z nieodwracalnością straty i wrócić do funkcjonowania w społeczeństwie. Osobom samotnym udziela porad prawnych. Poprzez uczestnictwo w grupach wsparcia, psychoterapii grupowej czy indywidualnej pragnie otoczyć profesjonalną pomocą zarówno rodziców, jak i osierocone dzieci. Ponadto organizuje na terenie całej Polski specjalistyczne szkolenia z zakresu pomocy i wsparcia w temacie szeroko rozumianej straty. Szczegółowe informacje o proponowanych formach pomocy i szkoleniach znajdują się na stronie internetowej Fundacji:

[www.bydalejisc.pl](http://www.bydalejisc.pl)

Pomóż osobom po stracie najbliższych, przekazując darowiznę  
na rzecz Fundacji „By dalej iść” na numer konta:

37 1050 1214 1000 0090 3031 5031

oraz swój 1% podatku dochodowego, nr KRS 0000367585

## **Informacje o autorach (w porządku alfabetycznym)**

Mgr Izabela Barton-Smoczyńska

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie

Interdyscyplinarne Stowarzyszenie Rozwoju Metod Pracy ze Stresem Growth

ibarton@swps.edu.pl

Dr inż. Anna Długozima

Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Katedra Sztuki Krajobrazu

ania.dlugozima@gmail.com

Mgr Joanna Dreżewska

Mgr Ewelina Sitarska

Polskie Towarzystwo Psychoterapii Humanistyczno-Egzystencjalnej

ptphepolska@gmail.com

Dr Anita Gałuszka

Uniwersytet Śląski w Katowicach

Wydział Pedagogiki i Psychologii

anita.galuszka@us.edu.pl

Dr Małgorzata Gnyś-Nidecka

m.nidecki@uw.edu.pl

Dr Iwona Grodź

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Instytut Filologii Polskiej

iwonagrodz@op.pl

Urszula Kmieć

Szpital Geriatryczny im. Jana Pawła II w Katowicach  
urszula.kmiec@emc-sa.pl

Dr Renata Kleszcz-Szczyrba

Uniwersytet Śląski w Katowicach  
Wydział Pedagogiki i Psychologii  
r.szczyrba@wp.pl

Mgr Joanna Krawczyk

Dolnośląski Szpital Specjalistyczny — CMR im. T. Marciniaka we Wrocławiu  
Uniwersytet Medyczny w Łodzi  
jkrawczyk@wp.eu

Mgr Joanna Majewska

Uniwersytet Warszawski  
Wydział Pedagogiczny  
asia.majewska@gmail.com

Dr Małgorzata Okupnik

Akademia Muzyczna im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu  
Wydział Dyrygentury Chóralnej, Edukacji Muzycznej i Muzyki Kościelnej  
m.okupnik@onet.eu

Mgr Anna Stachulska

Uniwersyteckie Centrum Kliniczne im. Prof. Kornela Gibińskiego Śląskiego  
Uniwersytetu Medycznego w Katowicach  
anadarek@op.pl

Dr hab. prof. UŚ Danuta Ślęczek-Czakon

Uniwersytet Śląski w Katowicach  
Instytut Filozofii, Zakład Etyki  
danuta.sleczek-czakon@us.edu.pl

