

INTERVJU

*Tatjana Fink ter Jože Ramovš in Tina Lipar*SPREMLJANJE UMIRAJOČIH IN ŽALUJOČIH –
NENADOMESTLJIVA IZKUŠNJA ZA ČLOVEKOV RAZVOJ**Ključne besede:** Tatjana Fink, hospic, umiranje, žalovanje, spremljanje umirajočih, mir, bolečina**AVTORJI:**

Tatjana Fink je po izobrazbi diplomirana sociologinja. Od ustanovitve slovenskega hospica leta 1995 s svojim znanjem in osebnostjo živi za poslastavo tega sodobnega gibanja, to je »z vso subtilnostjo prisluhniti fizičnim, psihosocialnim in duhovnim potrebam umirajočih bolnikov in njihovih svojcev, lajšanje trpljenja, podpiranje v njihovi preobrazbi in doseganju želene kakovosti življenja z zagotavljanjem celostne sočutne oskrbe, vzgoje in zagovorništva vsakega, ki si bo izbral živeti do konca v domačem ali domu podobnem okolju.« Zadnji dve leti vodi prvo hišo hospica v Sloveniji, že prej pa je bila predsednica Slovenskega društva hospic (<http://drustvo-hospic.si>).

Dr. Jože Ramovš je antropolog in socialni delavec. Po letu 1990 dela predvsem na področju socialne gerontologije in medgeneracijskega sožitja. V ospredju njegove znanstvene in akcijske pozornosti so med drugim medgeneracijsko sožitje in komunikacija, osebna priprava na kakovostno staranje in družbeno priprava na velik delež starega prebivalstva ter oblikovanje novih medgeneracijskih programov v sodobni socialni mreži.

Tina Lipar je diplomirana medicinska sestra; diplomirala je na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani. Dosedanja poklicna pot jo je vodila predvsem na področje nutricionistike in preprečevanja kroničnih nenalezljivih bolezni. Na Inštitutu Antona Trstenjaka sodeluje pri izvajanju različnih preventivnih programov, pripravi revije *Kakovostna starost* in oblikovanju spletnih strani.

1. ŽIVLJENJSKA POT

RAMOVŠ in LIPAR: Gospa Tatjana, smo v hiši hospica, ki jo vodite; vodite tudi slovenski hospic, ki je letos praznoval 18-letnico delovanja. Najprej bi Vas rada povprašala po vaši življenjski poti, ki vas je pripeljala prav sem.

FINK: Življenjska pot me je dejansko pripeljala v hospic. Pri štirih letih mi je namreč umiral oče, mama je bila medicinska sestra,

zelo zaposlena. Očeta so oskrbovali doma. Sama sem bila lahko ob njem ves čas in takrat me je v resnici učil živeti. Z menoj se je pogovarjal tako, kot da sem odrasla. Mogoče se to sliši neverjetno, vendar določeni stavki so bili taki, ki jih še danes slišim in se niso izgubili tekom teh 50 let. Razlagal mi je, da je človek veliko več kot samo fizično telo in da bo tudi potem, ko umre, na nek način še vedno moj oče, saj najin odnos sega onkraj fizičnih meja. Obljubljal je, da mi bo lahko takrat dal še veliko več ljubezni.

Kot otrok nisem povsem razumela, kaj to pomeni, moram pa reči, da mi po toliko letih v hospicu ob vseh teh življenjskih zgodbah, ki jih srečujem, velikokrat pridejo na misel te njegove besede, ki še vedno držijo.

Najin odnos mi je tudi pomagal pri tem, da sem v trenutku njegove smrti vedela, kaj se je zgodilo, čeprav sem bila v drugi sobi. To mi daje občutek zavedanja, kako smo ljudje kot bitja med seboj zelo povezani. In kako pomembni so odnosi, kako jih živimo, kako jih zaključujemo in kako jim v današnjem času posvečamo premalo pozornosti. Takrat me je učil, da je proces umiranja veliko več kot medicinski proces, da je to čas zaključevanja odnosov do bližnjih, ki jih imaš rad, do sveta, do Boga, do skupnosti in predvsem do sebe.

Ko je oče umrl so se sorodniki trudili, da bi mi prihranili žalost, ker so vedeli, da sva bila zelo povezana; takrat so poskrili vse njegove slike. Zelo mi je ostala v spominu moja otroška stiska. Bala sem se, da bom pozabila očetov obraz. On mi je namreč rekel, da se bova nekoč v nebesih spet srečala, jaz pa sem se bala, da ga ne bom več prepoznala.

Pred 18 leti sem šla s Fakulteto za socialno delo na strokovno ekskurzijo v Ameriko; poln avtobus študentov se je ustavil pred eno izmed hiš hospica. Večina kolegov se je odločila, da v hišo ne bo šla. Bila sem presenečena in me je zanimalo, kaj se v hiši dogaja: nisem vedela, kaj hospic je. In ko sem stopila tja, sem začutila neko domačo energijo, spomnila sem se časa prebitega ob očetovi bolniški postelji kot pra-spomin. No, v tej hiši je bilo 6 umirajočih bolnikov, ki so bili obkroženi s svojimi družinami. Tam sem občutila neverjeten mir, zdelo se mi je, da sem prišla domov. Ko so razložili, da je tam varna hiša za umiranje, sem začutila, da je to nekaj, kar bi rada v življenju počela. To je bil notranji klic, da bom poiskala v Sloveniji tako hišo. Zelo naivno, saj smo bili takrat v Sloveniji zelo daleč celo od same ideje o taki hiši. Poiskala sem dr.

Metko Klevišar, ki je takrat ravno ustanovila Slovensko društvo hospic. To je bila zame priložnost za vstop v prvo prostovoljsko skupino in da sem lahko od tistega entuziastičnega začetka male družine, male skupine, soustvarjala nekaj, kar se mi je zdelo tako zelo čudovito in navdihujoče. Nek ideal ne samo o tem, kako umiraš, ampak o tem, kako drugače živiš. Hospic mi je dal spet zavedanje tistega, kar je oče govoril, da je proces umiranja veliko več, kot samo medicinski proces. Tukaj res lahko vedno znova srečaš sebe, ugotavljaš, kdo si, saj je spremljanje človeka, ki umira, vedno odraz tebe, kje si tisti trenutek, kaj želiš, kaj so tvoje vrednote, kaj je tvoja duhovnost.

Ob odločanju za študij sociologije nisem razumela, zakaj prav ta študij. Ob vstopu v hospic pa sem se zavedla smiselnosti svojega študija in te odločitve. Sociologija namreč nudi priložnost za spreminjanje kulture in odnosov v družbi do minljivosti. In tukaj sem našla velik del svojega poslanstva.

V začetku sem razmišljala o študiju medicine, saj sem vedno imela idejo o humaniziranju tega poklica. Mama pa je rekla, da sem prevelik idealist, da ne bom uspela, saj je medicina trda, konkretna stvar in ni za sanjače. Tako sem se potem iskala v drugih poklicih.

Žalovanje je močno zaznamovalo moje življenje. Proces žalovanja za očetom je pri meni potekal zelo dolgo. To ni tisto, ko rečeš, da si žalosten tri mesece ali eno leto. Lahko bi rekla, da sem bila žalostna leta, ne da bi se zavedala, saj je bilo to nekje globoko v meni. Ta proces žalovanja se je odražal v številnih dejanjih v življenju.

Potem, ko je oče umrl in bil pokopan v kraju, kjer sta živela moja babica in dedek, se je mama odločila, da me preseli k njima, zato, da bi ona lahko hodila v službo z dežurstvi. Zame je bila to še ena velika izguba v življenju, saj sem na nek način izgubila tudi mamo, ki je sicer prihajala, ampak ni bila prisotna v tolikšni meri, kot sem jo potrebovala.

V procesu žalovanja sem uhajala na bližnje pokopališče, kjer je bil pokopan moj oče. Kadar je bil le prosti trenutek, sem izginila tja in posedala na robu groba. Spoprijateljila sem se z vaškim grobarjem, ki je kopal jame za pokope. To je bil star mož, redkobeseden, nenavaden sogovornik za šestletno deklico, pa me je vseeno neznansko bogatil. Rekel je, da so v grobovih samo fizična telesa, a je potrebno biti zelo spoštljiv, ker so ti ljudje še veliko več. Učil me je spoštovanja in dostojanstva do človeka. Tam sem izgubljala strahove, ki jih imamo do smrti. Najino »prijateljstvo« me je na nek poseben način gradilo, da lahko danes delujem v tem poslanstvu. Kasneje sem našla številne elemente v hospic filozofiji in pristopu, ki so mi bili še od takrat tako domači.

Mojo poklicno pot je kasneje, ko sem že bila nekaj let v hospicu, zaznamoval enoletni študij duhovne opore v San Franciscu, ki je bil osredotočen izključno na vzgojo za duhovno spremljanje v procesih zaključevanja življenja. Srečala sem se z duhovnimi praksami različnih religij. Začetna ideja, da odidem tja in na staro sebe dodam nova znanja, se je že na samem začetku sesula. »Odrinila sem na globoko« in doživela srečanje s seboj in še veliko več.

Kmalu po prihodu nazaj je moje življenje zaznamovala kratka bolezen, ko lahko na nek način rečem, da sem se zelo osebno srečala z bližino smrti. To mi je zelo spremenilo življenje. Čutila sem osvoboditev, da mi v življenju ni treba početi stvari, ki mi ne pomenijo vrednot; postala sem bolj prisotna v tem življenju, v temu trenutku, moja komunikacija je postala globlja, spremenila se mi je identiteta – začutila sem, kako sem del nečesa večjega, začela sem uživati tudi v tišini. Skratka življenje je dobilo več nians in odprla se je neskončna hvaležnost za prav vse.

Lahko bi rekla, da mi je bila dana priložnost, da živim dalje in učim tudi druge, da je življenje brez smrti, oz. zavedanja minljivosti, samo polovičarsko življenje. Ko to enkrat sprejememo, živimo mnogo polnejše.

RAMOVŠ: Ko ste govorili o svojem celostnem gledanju na človeka in s tem povezani humanizaciji zdravstva na področju umiranja, sem se spomnil znanega psihiatra Viktorja Frankla, ki je kot zdravnik veliko govoril o rehumanizaciji medicine. Ali se Vam ne zdi, da s konkretnim razvojem hospica v Sloveniji po vaši poklicni poti ne uspevate še lažje, kot če bi neposredno kot zdravnica delali z umirajočimi?

FINK: To je zagotovo drugačna pot, širše naravnana na preprosto vsakega človeka. Trdim, da pri javnem problematiziranju neumestitve hiše hospica v sistem zdravstva in sociale nikakor ne gre le za prizadevanje za dobrobit dvanajstih bolnikov, ki so oskrbovani v njej, ampak zato, da bi tudi drugje začeli razmišljati o tem, zakaj je celosten pristop k človeku pomemben in ne le, da skrbimo samo za fizično telo; o tem, zakaj sta bolnik in njegovi svojci nerazdružljiva enota oskrbe in so nam vodilo bolnikove odločitve; zakaj se je pomembno zavedati, da minljivost ves čas trka na vrta vseh ...

RAMOVŠ: Koliko vam sociološko, družboslovno znanje pri tem pomaga, da to smer zastopate in jo uveljavljate v Sloveniji?

FINK: Kot družboslovcu so mi bolj poznani globalni vzvodi družbe, kot če bi prihajala iz neke druge stroke. Se pa kot družboslovka čutim poklicano, da vzpostavljam ravnovesje v oskrbi umirajočih s poudarjanjem psihosocialne in duhovne opore umirajočih in njihovih svojcev, ki sta v primerjavi z medicinsko oskrbo tako zastavljeni v naši družbi. Ker vem, da se družbene spremembe dogajajo počasi, mi to daje veliko potrpežljivost.

Nedavno sem se pogovarjala z eno izmed naših donatork, ki je menila, da ne vidi prav kmalu izida tega bojevanja z mlini na veter. Prišli sva do zaključka, da mogoče sploh ni tako zelo pomembno priti na cilj, pomembna je pot, ki vodi do tja, ki bo družbi in gibanju prinesla veliko več. Gre za bogato pot, ki se dotika mnogih in ima več

dobrobiti, kot morda sam cilj na koncu. Toliko ljudi je začelo razmišljati o tem, na kakšen način bi pravzaprav želeli zaključiti svoje življenje. Toliko ljudi nam na različne načine sporoča, da nas podpirajo. Ne zaradi nekega manjšinskega programa v državi, kjer je še veliko drugih dobrih socialnovarstvenih in zdravstvenih programov, ampak zato, ker pri tem tudi oni sami vidijo možnost zase, da bo v bodoče še kje kaka taka hiša hospica, ne le v Ljubljani.

Pred časom mi je neka gospa rekla, da nas podpira iz zelo »egoističnih« razlogov. Odkar ve, da obstaja hospicov program na domu ali v tej hiši, ne daje več vsako leto na novo vloge v dom za stare. Ve, da obstaja nekdo, ki bo takrat poskrbel zanj. Našla je svoj mir, občuti veliko manj pritiska ob misli, da nima potomcev, ki bodo poskrbeli zanj pred in ob smrti.

Dobrobit tega gibanja vidim predvsem v tem, da se širi zavedanje, da imamo možnost živeti in zaključevati svoja življenja kot človek do konca. Vendar pa moramo to usmeritev sami izbrati. Tak celovit pristop namreč ni edina primerna izbira za vsakega človeka.

RAMOVŠ: Prej ste omenili Metko Klevišar, s katero se poznam že iz študentskih let. Vi nadaljujete njeno pot na področju hospica, umiranja in žalovanja, ona pa hodi skupaj z drugo samsko zdravnico, Julko Žagar, zelo zanimivo pot staranja. Po upokojitvi sta kupili sosednji stanovanji, kjer sta živeli lepo povezani med seboj in sodelovali pri aktivnem delu v širši slovenski skupnosti; v reviji Kakovostna starost smo imeli konec leta 2010 obsežen pogovor z njima o vsem tem. Sedaj sta odšli v dom za stare ljudi, kjer nadaljujeta tako dejavno staranje (imata redne javne pogovore o življenju in umiranju) kot »izpuščanje« nepotrebnega v smislu sprejemanja človeške minljivosti; odhod v dom za stare ljudi je namreč eden večjih korakov pri izpuščanju dotedanjega načina samostojnega življenja. Bi nam povedali kak svoj spomin

na Metko ali svoj komentar na njuno skupno staranje z Julko?

FINK: Kadar se spomnim začetkov, mi vedno pri srcu postane toplo. Bili smo kot ena majhna družina. Skupni imenovalc tistega obdobja je bil velik entuziazem. To je prva ljubezen, ki je žarela v nas in jo sedaj težko začutim pri zaposlenih sodelavcih, ki pridejo v hospic samo v službo. Lahko pa jo začutim pri prostovoljcih. Spominjam se tistega ognja, tiste ljubezni, ki človeku omogoča, da mu ni nič težko narediti.

Moj spomin na Metko je kot na veliko vizi-onarko, karizmatično vodjo, ki je jasno vedela, zaradi česa je to vredno početi. Vedno me je nagovarjala s svojo neutrudno močjo, zagnano-stjo. Včasih je imela po dve ali tri predavanja na dan. Vedno sem občudovala, kako je to zmogla, zavedela pa sem se, da je tudi veliko dobila in delila dalje.

Nekoč sem jo vprašala, zakaj neke podarjene knjige ne želi obdržati zase. Rekla je, da ima samo eno in pol sobno stanovanje in če bi želela vse, kar bi ji ljudje želeli podariti, zadržati, bi potrebovala večje stanovanje. Ta njena izpuščanja sem vedno občudovala. Je velik človek v tem, da nas je ves čas učila, kako v preprostih rečeh vedno najti smisel in kako se iz njih učiti.

Julka je bila ves čas, od vsega začetka soustvarjanja hospica, pomembna sopotnica. Skupaj z Metko sta hodili na predavanja, tudi Julka je bila odlična sogovornica. Njuno sobivanje je zagotovo model lepega sožitja.

2. HOSPIC, UMIRANJE IN SPREMLJANJE UMIRAJOČIH

LIPAR: Slovensko društvo hospic, nevladna, neprofitna humanitarna organizacija, je letos praznovalo 18. obletnico delovanja, vi pa v njem delujete že od začetka. Na kaj ste najbolj ponosni?

FINK: Hospicu sem se pridružila kmalu po ustanovitvi društva, v prvem letu. Ponosna sem,

da je iz tistega izvira, tiste majhne skupine, nastalo tako gibanje, veletok. Zagotovo sem ponosna, da sem lahko to soustvarjala.

Ponosna sem tudi na to, da imajo umirajoči v Sloveniji priložnost biti oskrbovani na tako celosten način pristopa k človeku. Hospic postaja prepoznaven v tem, da »tam za ljudi dobro poskrbijo«. Ljudje so nam hvaležni za to, kar soustvarjamo, povedo nam, da je bil njihov čas poslavljanja zaradi vključenosti hospica drugačen. Da je to sicer težko razumeti, vendar je bil to lep čas. Na to sem ponosna.

Ponosna sem tudi na to, da sem v gibanju hospic srečala velike učitelje, ki pa so bili v svojem bistvu zelo skromni. To so bili moji veliki učitelji, od Metke Klevišar do nekaj svetovnih učiteljev, med njimi Cicely Saunders, Peter Fässler-Weibel, Heinrich Pera, Stein Husebo, Frank Ostaseski, Joan Halifax ... Prav tako sem ponosna in predvsem hvaležna, da sem se uspela spustiti v majhnost ob srečevanju z ljudmi, ki so se poslavljali, mi zaupali svoje male, res ganljive trenutke. Ti ljudje so me veliko naučili. Stvari, ki so v resnici zelo preproste. Naučili so me živeti, kako vsak trenutek šteje. Tako začneš živeti svoje življenje povsem drugače.

RAMOVŠ: Preprostost je en steber na katerem gradite, drugi je celostnost. Za hospic je namreč značilno, da ne spregleda ničesar bistvenega od življenja, pri tem pa življenja ne razparcelirate, kot to naredijo znanosti, stroke in posamezni poklici. Človeka jemlje kot eno celoto, z vsem kar je, je bil in bo.

FINK: Naj povem drobec iz včerajšnjega večera v hiši hospica. Zdravnik se je precej pozno vrnil v hišo hospica, ker je pozabil svoj plašč. Nočna sestra mu je sporočila, da želi gospod J. z njim spregovoriti par besed. Zdravniku se je sicer mudilo, si je pa vseeno vzel nekaj trenutkov in stopil k njemu v sobo. Gospod ga je že tretjič ali četrtič vprašal isto stvar: »Kako dolgo bom še?« Gospod ni dementen, dobro se zaveda, kaj se

dogaja. Zdravnik se je v tistem trenutku zavedel, da je mogoče z gospodom govoril doslej preveč »medicinsko«. Usedel se je k njemu in se začel z njim pogovarjati o tem. Gospod se je sprostil in pri odhodu zdravniku dejal: »Veste, sedaj ste se z mano pogovarjali kot župnik, oba sva pozabila, da ste zdravnik.«

Če hočemo zagotoviti celostnost oskrbe, moramo preseči svoje vloge. Res je, da ne more predpisovati receptov medicinska sestra, socialni delavec pa ne dajati injekcij. Če imaš ob sebi dobro dopolnjujoč interdisciplinarni tim, ki je v hospicovem pristopu osnova vsega in prihajaš predvsem kot človek k človeku, se ta celostnost lahko zgodi. Človeka srečaš tam, kjer je. Nisi omejen z neko doktrino niti z neko stroko.

LIPAR: Vaše poslanstvo, vaše delo vam omogoča, da vas ti ljudje učijo živeti. V družbi pa je še vedno zelo prisoten stereotip, da je hospic samo kraj umiranja.

FINK: Mislim, da so si ljudje o umiranju ustvarili predstavo, ki ni tisto, kar bi si želeli. Umiranje povezujejo z bolečino, s trpljenjem, z zapuščenostjo, osamljenostjo, s cevkami v nosu, utripajočimi monitorji. Skratka pozabljajo, da je to še vedno samo življenje in to do zadnjega trenutka. Ko rečem, da je hospic hiša življenja in program podpore ljudem, da živijo do konca, so začudeni, zato to skušam razložiti skozi zgodbe.

Živeti do konca je preprosta stvar, a mnogi tega ne znajo. Sprašujem se, če tudi v svojem življenju prej niso živeli. Življenje naj ne bo samo »prazen tek«. In na koncu spet in spet samo čakanje, tokrat na konec. Čakanje je v bistvu samo iluzija našega uma. Kadar čakaš ne živiš.

Živeti do konca je lahko tudi priložnost, da je mogoče zaključiti nedokončane stvari ali storiti, česar doslej niso imeli priložnosti ali poguma.

Zelo pomembno se mi zdi, da zmoremo pri sebi in pri drugih doseči to, da živimo. Podpreti jih v tem, kaj je še vredno in smiselno, v kaj lahko

še upajo. Ker potem vidijo spet majhno lučko, ki ji lahko rečejo smisel.

Velikokrat me vprašajo, kaj lahko sploh upajo v tem brezupnem času. Ampak ta čas sploh ni brezupen. Na koncu večina pove, da je bil to lep čas, ker so ga izrabili, ker so ga izživali. Nekateri so bili bolj živi, kot so bili pred desetletji. Ker so se zgodile stvari, ki so na videz zelo preproste. Včasih le to, da jih je nekdo srčno objel kot nekoč davno nazaj njihova babica, da so lahko zaužili še malce svoje nekoč priljubljene hrane, da pride po letih na obisk otrok, s katerim niso imeli kontaktov. Ali, da gledajo kako lepo je nebo, brez razmišljanja, da je to znak dobrega vremena.

Namreč to življenje je težko zapustiti, če imaš občutek, da nisi živel. Ko nekdo vpraša, kaj je dobra smrt, na kakšen način se lahko ljudje pripravimo na dobro smrt, mu odgovorim: »*Tako, da polno živimo, da se zavedamo dragocenosti vseh trenutkov, saj je lahko vsak zadnji.*«

RAMOVŠ: *Pedagog Pediček je poleg pedagogike, hebegogike, andragogike in gerontagogike govoril tudi o tanatagogiki. Tanatagogika je dobesedno vzgoja za smrt, je pa tudi vzgoja za obvladovanje in prenašanje izgub, se pravi za izpuščanje. Bi morda povedali o izpuščanju, izgubah in vzgoji za umiranje?*

FINK: Učenje glede smrti in umiranja poteka vse življenje, je del socializacije. Pomemben vpliv imajo družina, religija, izobraževalni sistem, mediji in navsezadnje tudi politični sistem in ekonomija. Osebe, stvari, prostor, tradicija v vedenju, ki nam predstavljajo smrt ali odvzem bližnje osebe, so del našega odnosa do smrti, del kulture. Ta socializacija se začne že pri zelo malih otrocih, pa se niti ne zavedamo. Nedavno sem se peljala z znanko in njeno malo hčerko, ki je sedela zadaj. Naenkrat je sunkovito zavila in punčki skušala pokriti oči, ker je bila ob cesti povožena muca in ni želela, da bi jo otrok videl. Vprašala sem jo, zakaj tako ravna; kaj bi ji rada prihranila. Odgovorila mi je, da ne bo žalostna. To me je zelo pretreslo, ker sem se zavedela, v kakšne globine

sega potreba staršev, da bi obvarovali svoje otroke dotika minljivosti. S tem onemogočajo, da bi se otrok spontano učil in razvijal.

Kmalu zatem sem doživela drugo skrajnost, ko je ob povoženi mucu ob cesti babica razlagala vnuku podobne starosti, da je muco povozil avto, ker staršem ni dala roke, predno je šla čez cesto. V trgovini za male živali sem doživela, da je neka gospa kupovala hrčka iste barve, kot jim je poginil doma, da otroci ne bi vedeli, da je drugi hrček.

Pred nekaj tedni so nas v hiši hospica obiskali prvošolčki iz bližnje šole v okviru projekta *Srca za hišo hospica* in prinesli izdelana srca. Neka deklica je vprašala: »*A tukaj pa ljudje umrejo?*« Pritrdila sem ji. Vprašala je dalje radovedno in neposredno, kako to zgleda. Začeli smo se pogovarjati o tem, kako umiraš in potem obiskali sobo z mlajšo bolnico, ki so ji otroci zapeli pesmico. Bolnica je bila radostna. Na koncu je ista deklica v bolničini sobi povedala, da ji je pred dvema tednoma umrla babica v bolnici. Vzela sem jo v naročje in jo vprašala ali je kaj žalostna. Pokimala je in povedala, da mamica tudi, a se o tem ne govori.

V hišo hospica pridejo tudi odrasli »otroci« pri petdeset ali šestdeset letih, ki skorajda ne zmorejo vstopiti v hišo, iti sami v bolniško sobo svojega bližnjega. Šele tu se učijo dovoliti si ranljivost, kaj pomeni biti za njih tam in jim s tem dati pozornost, ljubezen. To je rezultat moderne družbe, kjer smo zadnja desetletja skrb za druge, ki je naša naravna izkušnja kdo smo, spremenili v breme, jo sprofesionalizirali, pretvorili jo v medicinski dogodek in se od njega oddaljili. Tako smo pozabili, kar v resnici znamo, in smo se začeli smrti bati.

Včasih, ko opazujem nekatere svojce bolnikov naše hiše se mi zdi, da živijo, kot da bodo živeli 300 let. Izpuščanje bližnje osebe boli in pripravljeni so velikokrat narediti marsikaj, da do tega ne bi prišlo. Potrebna je podpora v pripravi na slovo. Ne toliko v smislu načrtovanja obredov

slovesa. Opogumljam jih, da je največje dejanje naše ljubezni to, da dovoli bližnjemu oditi, umreti, ker je zanj pretežko, prenaporno, morda preboleče, da bi še vztrajal tukaj. In seveda, da prej odpusti stvari.

RAMOVŠ: Rekli ste tudi, da je umiranje enkratno dogodek, kot rojstvo, in da oba lahko povezeta družino. Nam lahko poveste več o tej povezovalni vlogi umiranja: ko človek, ki umira, poveže svoje življenje v eno celoto, ko se svojci pred umirajočim tesneje povežejo z njim in med seboj, pa tudi najširše, koliko lahko umetnost izpuščanja in spoštovanja smrti poveže to našo slovensko in evropsko družbo, ki je tako raztrgana. Ta vaša misel, da umiranje lahko povezuje ljudi in družbo, se mi zdi zelo lepa.

FINK: Trdim, da je proces umiranja proces osebne preobrazbe, ko se posameznik, ki vsaj zasluti iztekajočo se pot, odpravi na nekakšno notranje duhovno potovanje, kjer dela življenjsko bilanco, reflektira svojo identiteto – kdo sem, se spušča v procese odpuščanja in sprave ter vzpostavlja odnos do »večnosti«. Tudi zato je proces umiranja zelo dragocen čas, ko zaključujemo odnose do sebe, bližnjih, skupnosti, sveta, Boga, vesolja... To je pravzaprav postavljanje stvari na svoje mesto. Priložnost pogledati na stvari z druge perspektive. Vedno mi je bilo lepo, če so ljudje težke dogodke, ki so se jim dogajali ali so jih povzročili v življenju, potem na koncu videli z druge perspektive. In jih tudi izpustili, pa četudi so jih prizadeli. Prepoznajo, da so skozi te dogodke zrasli, postali so drugi ljudje, odprle so se jim nove poti. Spremljevalci smo večkrat mistovi, da zmorejo videti onkraj zamer in drugih ovir, preseči ločenost v odnosu. Ta povezanost v enost je nekaj, za kar potrebuješ »varen prostor«, ne toliko v fizičnem smislu.

Da umirajočemu svojci lahko stojijo ob strani v zadnjih trenutkih, je največ, kar lahko storijo za ljubljeno osebo. To je največje in najtežje dejanje z duhovnega vidika, saj se zaveš lastne

krhkosti in občutiš žalost, ki si je prej nisi mogel niti predstavljati.

Primerno spremljani in podprti v varnem okolju imamo še toliko večjo priložnost za izraziti hvaležnost, da je bil nekdo del našega življenja, za spravo, za prejeti ali dati blagoslov za nadaljnje korake v življenju. Oditi na tak način iz življenja je veliko lažje in daje tudi žalujočim veliko olajšanje za proces žalovanja. Tisti občutek, da so naredili vse in da tudi bližina ostaja v drugi obliki, nas poveže v enost. In nas uči živeti spravljeno s seboj in drugimi.

Pred nekaj meseci je umirala v hiši bolnica srednjih let, ki nikakor ni želela, da bi oče, ki je živel v neki daljni vasi centralne Srbije, izvedel kako zelo je bolna. Čutili smo, da je zanjo oče pomembna oseba. Nagovorili smo njenega moža, da se je z njo o tem ponovno pogovoril, potem je privolila, da vseeno povabijo očeta, da pride. Snidenje je bilo ganljivo, oče je bil na videz še bolj bolan kot hči. Ob njunem slovesu je rekel, da »sicer ni intelektualec in marsičesa ne ve, ve pa, kako se po človeško konec s koncem zveže«.

LIPAR: Hospic je ta hiša za spremljanje umirajočih, prav tako pa imate hospicovo terensko ekipo za spremljanje umirajočih; kako se ta dva načina med seboj razlikujeta ali dopolnjujeta?

FINK: Poti razvoja hospicev po svetu so v različnih družbah potekale različno. Pri nas v Sloveniji je zelo pomembno, da človek zaključuje svoje življenje tam, kjer želi; to je največkrat doma. Zato smo tudi temeljni program društva namenili oskrbi na domu in tako ostaja navkljub hiši hospica tudi v bodoče. Imamo mobilne time v sestavi diplomirane medicinske sestre in socialnega delavca, ki jih dopolnjujejo po potrebi še prostovoljci za družabništvo. Ko bivanje doma ni več možno, se lahko preseli v hišo hospica.

V hiši hospica oskrbo zagotavlja interdisciplinarni tim, ki ga sestavljajo dipl. medicinska sestra, socialna delavka, zdravnik, gospodinja,

dušebrižnik, negovalke in prostovoljci. V hiši imamo zaradi 24-urne namestitve možnost mnogo bolj spremljati in urejati moteče simptome bolezni, imamo več priložnosti za čustveno in duhovno podporo bolnikov in svojcev, intenzivnost odnosov je navadno globlja. Na domovih prostovoljec spremlja samo enega bolnika, v hiši hospica pa se posveča naenkrat večim. V hiši so svojci razbremenjeni skrbi za osnovno in zdravstveno nego in prehrano ter so lahko mnogo bolj prisotni za svojega bolnega družinskega člana. Obe vrsti oskrbe hospica pa sta brezplačni.

RAMOVŠ: Ali bi nam pokazali bistvene razlike med hospicem, bolnico in domovi za stare; povsod namreč ljudje pogosto umirajo?

FINK: Kot v življenju tudi v obdobju umiranja ni modela, ki bi bil odličen za vse. Veliko ljudi bi želelo ostati doma, nekateri te možnosti nimajo ali ne bi radi obremenjevali bližnjih. Takrat je primerna rešitev hiša hospica, ki natančno sledi potrebam posameznika in njegovih bližnjih. Omogoča oskrbo v skladu z izbirami in potrebami bolnika, ni urnikov, imajo svojo zasebnost, o minljivosti se odkrito pogovarjamo. V hospic pristopu je bolnik in njegov trenutni problem središče dogajanja, on odloča.

V bolnišnici so vezani na ravnanje po doktrini in utečenih delovnih procesih, prevladujoč medicinski pristop daje noto vsem aktivnostim, zagotovo je poudarek na fizičnem udobju in ne na čustveni in duhovni podpori. Mnogokrat ne odnehajo s kurativnim zdravljenjem, ker je doslej še premalo znanja o možnostih, ki jih paliativna oskrba prinaša.

V domovih za stare se paliativna oskrba šele uvaja. Neustrezni kadrovske normativi doslej ne omogočajo pravega paliativnega pristopa, saj o njem ne moremo govoriti, če ni ustrezne kadrovske zasedenosti. Vidim pa prihodnost razvoja predvsem v medgeneracijskih središčih, kjer bodo posebne sobe ali oddelki namenjeni

tudi hospic oskrbi. Tako je tudi v tujini, na ta način tudi manjša mesta lahko omogočijo hospic namestitvene enote.

RAMOVŠ: Poljska, ki je nam podobna posocialistična tranzicijska država in novinka v Evropski uniji, ima 460 programov hospica; sorazmerno s številom prebivalcev bi Slovenija morala imeti blizu 20 hiš. V naši javnosti pa je zadnje čase zelo očitno, kako hude bitke bijete za finačno preživetje te edine hospicove hiše v Sloveniji. Še večji paradoks je, da so na vaši strani zdravstvena in druge stroke ter močna civilna podpora – pomislimo na akcije »Srca za hiše hospica« in »Veriga luči za hospic«. Kako vi v tej luči doživljate položaj hospica v slovenski stvarnosti?

FINK: Vsi ti projekti in akcije hospica, ki jih omenjate, skušajo detabuizirati smrt in umiranje in pomagajo, da se javnosti prebujajo, postajajo senzibilizirane do teh vprašanj in se bolj zavejo, da minljivost trka na vrata vseh. Pretreslo me je, ko je nekdanji minister za zdravje trdil, da je za umirajoče v naši družbi dobro poskrbljeno. Jaz pa trdim prav nasprotno. Da smo domovom za stare naložili brez dodatnih sredstev ta za čas življenja najdražji in najzahtevnejši del zdravstvene oskrbe, da bolnišnice niso usposobljene niti namenjene umiranju, pa vendar se tam to množično dogaja.

Hospic je v dobrih osemnajstih letih opravljanja svojega poslanstva pustil močno sled. S problematiziranjem neumestitve hiše hospica v sistem zdravstva in sociale je marsikateri Slovenec pomislil, kako in kje se bo on poslavljal, če se bo družba odpovedala skrbi za to ranljivo skupino.

Slovensko društvo hospic ima že 18 let hospicove mobilne time, ki oskrbujejo ljudi na domu, država to obliko uradno šele letos začenja uvajati na področju paliativne oskrbe. Da hiša hospica preživi, ni pomembno zaradi 12 bolnikov, ki jih lahko naenkrat oskrbuje – to je majhno število

v primerjavi z letnim številom umirajočih v družbi, je pa pomembno zaradi inovativnega modela oskrbe, ki ga vzpostavlja, in zaradi humanizacije odnosa do umirajočih. Ocenjujem, da gre hospic pogumno naprej, tako na področju nujenja oskrbe kot tudi ozaveščanja javnosti in spreminjanja kulture.

RAMOVŠ: Kaj ste se naučili v vseh teh letih hospica ob umirajočih?

FINK: Naučila sem se ponižnosti in odpuščanja. Smrt nas odpre k življenju na pravi način. Različne duhovne tradicije učijo, da je smrt naš največji svetovalec, saj ob njej začnemo drugače ceniti življenje. Ko spoznamo dragocenost življenja, ga želimo bolj polno živeti, hkrati pa se ne jemljemo več tako resno.

Pri svojem delu sem se soočila s strahovi, žalostjo, krhkostjo, nemočjo. Delo z umirajočimi stre srce, a ga pri tem tudi na široko odpre; le tako uvidimo, kaj je v življenju dejansko pomembno. Zaradi hospica sem nedvomno veliko srečnejši človek.

3. ZAHTEVNO IN BOGATO OSEBNO PROSTOVOLJSTVO

LIPAR: Strah pred umiranjem in smrtjo je tudi strah pred neznanim. Eden izmed načinov, da se s tem spoprimemo, je mogoče prostovoljsko spremljanje umirajočih ljudi. Kakšna je vloga prostovoljcev v hospicu?

FINK: Prostovoljci so srce gibanja hospic. Bolnikom prinašajo čas, ki ga imajo, pripravljenost biti s človekom, ga srečati tam, kjer je. So uho, ki sliši tudi onkraj – tisto, kar ni povedano. Pogosto gre za vzpostavljanje odnosa na globljih ravneh, torej za duhovno oporo. Ne gre le za prijaznost, da človeka samo vprašaš, kako gre, kako je spal, ali je kaj jedel, ampak ga res srečaš s sočutjem. Zdi se mi, da smo uspeli najti pravo mero odnosa prostovoljcev

do človeka, ki umira – to je prostovoljstvo, ki običajno presega zgolj družabništvo. Seveda, če nekdo želi, da mu samo beremo, z njim molimo, poslušamo glasbo, je tudi to vedno dobrodošlo. Prostovoljec je lahko dober sogovornik, da se človek čuti sprejetega, slišaneega, upoštevanega, spoštovanega.

RAMOVŠ: Prostovoljstvo v hospicu je zelo zahtevno prostovoljstvo. Kakšna osebnost je primerna zanj? Kakšni ljudje se vam javljajo za prostovoljce?

FINK: Težko bi opredelila kakršno koli osebnost, saj so ljudje, ki prihajajo zelo različni in prav je tako. In njihovi motivi za prostovoljsko delo so zelo različni. Včasih gre samo za zadovoljevanje lastnih potreb, kot je npr. naučiti se osebne bližine in distance, ali pa potreba po več socialnih stikih; pri nekaterih je motiv učiti se pristne komunikacije. Včasih so motivi nezaveščeni, skriti v njihovih odnosih z bližnjimi, ki so jih izgubili ali ki jih niso zaključili in se jim zdi, da bi morali sedaj nekaj nadoknaditi z drugim človekom. Motiv je tudi dobra izkušnja s hospicem – včasih pravijo svojci, da ko bodo odžalovali, bodo postali prostovoljci, da bodo nekaj od tega, kar so dobrega prejeli, dali naprej. Včasih pa je motiv altruističen – narediti nekaj dobrega za drugega človeka in ob tem pri sebi prepoznati določene stvari, služiti drugim.

Pomembno je, da so prostovoljci čustveno stabilne osebe; da to ni nekdo, ki se mu drugi nenehno smilijo, pa zato joka; da ni obremenjujoč za drugega, da ima v sebi določen mir; da je sposoben biti za človeka prisoten, ga spremljati tudi, ko ta trpi ali je močno prestrašen.

Včasih so kandidati razočarani, ko opravijo začetno usposabljanje za prostovoljce, ampak niso prepuščeni potem v samo prostovoljsko delo ob bolniku. Jim pa ponudimo druge možnosti, da nam pomagajo pri administrativnih, organizacijskih, kreativnih delih kar je enako pomembno, da se lahko poslanstvo izvaja.

RAMOVŠ: *Koliko je takih?*

FINK: Manj kot polovica. Že pred začetnim usposabljanjem imamo pogovore, kjer se dotikamo motivov, zakaj pravzaprav to želijo, kaj se jim je v življenju zgodilo, kjer so se dotaknili minljivosti. Usposabljanje ni namenjeno samo spoznavanju procesa umiranja, ampak tudi opogumljanju, da se podajo v neznano. Pomembno se mi zdi, da jim ne dajemo nasvetov, kaj naj v določeni situaciji naredijo. So določene usmeritve, kako npr. komunicirati, ni pa receptov. Zato je pomembno, da so ljudje dovolj odprtega duha. Ena izmed stisk prostovoljcev je, kako bom znal, kaj če se mi pripeti to in to Usposabljanje je naravnano na to, da gredo kandidati skozi podobne procese, kot gre bolnik, jasno simulirano. Je zelo izkustveno, z veliko igranja vlog, z različnimi vizualizacijskimi vajami. Nekateri ob tem spoznajo, da je to zanje pretežko.

LIPAR: *Ali obstaja kak profil teh prostovoljcev, npr. so določene starosti, prihajajo bolj iz družboslovnih poklicev, imajo za seboj že neko zgodbo umiranja ...?*

FINK: Ne, ni nekega profila, niti ni opredeljen tip »idealnega« prostovoljca. Zelo dobro je to, da so raznoliki. Prostovoljci so stari od 18 let naprej, tja do preko 70 let in prihajajo iz različnih poklicev, imajo različne hobije, ker so tudi ljudje, katere spremljajo, zelo različni. Ta raznolikost je zelo pomembna, saj prinese razgibanost bolnikom, ki pogosto pravijo: »Aha, danes pride pa tista gospa, s katero bomo brali, jutri pride mladenič s psičko, ...«. Nekateri bolniki npr. v hiši začnejo prilagajati tudi obiske svojcev, saj si želijo zagotoviti čas za prostovoljce.

Zelo je pomembno, da so med drugimi tudi prostovoljci, ki imajo izkušnjo dobrega umiranja. So pa tudi zanimivi kandidati in potem prostovoljci, ki nimajo nobenih izkušenj z izgubo. Če so dovolj odprtega duha, so kot prazna čaša. Težje je pri ljudeh, ki so šli skozi neko izkušnjo in potem skušajo delati po tem svojem »modelu«: »Jaz sem pa ravnal z mojo mamo tako in je

delovalo.« Nikakršno fiksiranje ljudi namreč ni v hospicu zaželeno.

RAMOVŠ: *Kako pa prostovoljsko spremljanje umirajočih in potem žalujočih vpliva na človekovo osebno rast, razvoj? Kakšni so odnosi med prostovoljci in svojci pri spremljanju umirajočih?*

FINK: Svojci zelo radi vidijo pomoč prostovoljcev, saj so zanje razbremenitev. Četudi so svojci veliko prisotni, je vstop prostovoljca nek svež duh. Nekdo, ki si vzame čas, ki skuša razumeti, sočutiti. Pomeni, da lahko z njim delim nekaj, kar s svojimi morda ne morem.

Je pa res, da prostovoljci poročajo, da svojci potrebujejo večinoma več podpore, kot pa sam bolnik. Tukaj je prostovoljec most med bolnikom in svojci, kar pa je pogosto težko, še posebej takrat, ko gre za nasprotujoče si interese. Tudi konflikt med umreti in živeti, ko se nekdo odloči, da je njegova pot zaključena in bi rad umrl, pa svojci tega še ne morejo sprejeti in so še zelo v zanikanju.

Prostovoljstvo je tudi priložnost za prostovoljca. Nekoč mi je ena izmed njih rekla: »Veste, jaz sem doživela hospic kot avtocesto v osebni razvoju. V svojem življenju sem toliko spremenila, da so bližnji in predvsem moj mož imeli težavo sprejeti te spremembe, saj sem postala druga oseba.«

Seveda so tudi procesi, ko prostovoljci ne zmorejo in se umaknejo kljub redni superviziji, ker niso pripravljeni na resnico, ki jo življenje sporoča. Ne samo bolniki, ampak življenje. Jaz sem se kot prostovoljka največ naučila v situacijah z ljudmi, ki mi niso bili blizu. Kjer sem si rekla: »Nikoli ne bi v življenju ravnala na tak način. Ne bi želela imeti takih odnosov.« To je tisto, kar nas življenje uči, in ne samo ti ljudje, ko ti nekaj povedo. Kot prostovoljcu se ti na spontan način odprejo gledališča življenj ljudi, ki jih spremljaš, ampak obenem kažejo tudi na večje ogledalo tvojega življenja. To reflektiranje lastnega življenja te postavi zelo na preprih, kdo v resnici si in kam v življenju greš.

4. MIR, ŽALOVANJE IN BOLEČINA

RAMOVŠ: Veliko ste omenjali besedo mir. Umiranje dobesedno pomeni iti »v mir«. Vaša hiša je hiša miru, tudi danes je tukaj tako mirno, čeprav imate 12 sob z umirajočimi ljudmi, svojci, prostovoljci, osebjem ... Današnji svet je pa svet dinamike, živahnega razvoja. To je povsem nasprotni pol od miru in umiranja – o tem danes malo slišimo. Bi morda povedali še kako besedo o tem vašem miru.

FINK: Ta mir je nekaj, na kar je ekipa hiše ponosna in je eden izmed naših temeljnih ciljev. Doseči notranji mir je seveda cilj vsake duhovne oskrbe. Pomembna je pot do tega cilja. Ta družba, ki je usmerjena v dinamiko, v delovanje, je zelo nasprotna temu, kar se tukaj notri dogaja. Tudi svojce skušamo navdahniti v ta mir. Prosimo jih, da ne prihrumijo takoj s ceste v sobo k bolniku, spodbujamo jih, da si vzamejo čas. Imamo garderobo, kjer se preobujejo v copate, zato da je to nek presek od zunanjega sveta. Imamo tudi čajno kuhinjo, kjer se lahko usedejo, si skuhamo čaj in kavo, knjižnico, kjer prelistajo dnevne časopise in revije ali vzamejo kako knjigo, imamo tiho sobo, kjer se lahko potopijo v tišino, se umirijo in potem gredo v sobo k bolniku. Spodbujamo jih, da tudi ob odhodu posedijo v miru in ne odbrzijo. Učimo jih neke druge kulture bivanja brez radija in televizije.

Pravijo, da je naše delovanje, kot da je življenje tukaj v hiši upočasnjeno: bolj umirjen ton govorjenja, gibi niso nervozni, ni tekanja po stopnicah ... Zdravnik hiše je nekoč rekel, da je bil na začetku kariere urgenten zdravnik, sedaj na koncu pa hospičev – torej druga skrajnost, ko nima ne inštrumentov, včasih niso potrebne niti besede, ampak je samo s človekom. To mi je bilo tako lepo slišati.

Mir je veliko darilo, ki si ga lahko damo drug drugemu. Je sveti prostor, kjer se lahko srečamo.

RAMOVŠ: Eden od temeljnih pojmov hospica in njegovo poslanstvo je tudi žalovanje in spremljanje žalujočih. Povedali ste svojo temeljno osebno izkušnjo žalovanja za očetom, ki je temelj vašega sedanjega plodnega dela. Podelite z nami še kako spoznanje ali življenjsko izkušnjo o žalovanju.

FINK: Dolga leta sem v sebi nosila to neizžalovano žalost iz otroštva za očetom. V mladosti sem plesala izrazne plese in me je učitelj kmalu nagovoril, zakaj plešem ves čas predvsem ritem žalosti. Začela sem se zavedati, kako ne morem polno živeti, če ne grem skozi ta proces, kako me to omejuje. In sem se podala v to. Ko sedaj govorim o svojih procesih žalovanja, govorim o njegovih dobrobitih. Žalovanje človeka odpre k samemu sebi in v svet. Je priložnost za osebno preobrazbo, da postaneš drugačen in da preoblikuješ svoj odnos – tako do človeka, ki si ga izgubil, kot do sebe. Zato pravim, da je proces žalovanja veliko darilo, ki si ga mnogi ne vzamejo. Škoda.

Osebno bi si v procesu žalovanja želela ob sebi nekoga, ki bi sedel ob meni in delal družbo meni in moji žalosti. Verjamem, da bi lahko čutila njegovo ljubezen v pripravljenosti, ne da bi me kakorkoli spreminjal. Lahko bi čutila utrip življenja v takem druženju in spodbudo. Taka izmenjava nekoga, ki bi bil lahko z mojim trpljenjem, bi mi bilo več vredno od tisoč modrih besed tolažbe. Tako jaz; drugi imajo drugačne potrebe v procesu žalovanja, ni pravil.

RAMOVŠ: Je pa žalovanje tudi bolečina. Logoterapevtsko bi dejal, da je žalovanje bolečina ob izgubi nečesa, kar je vredno. Ali vam je ta definicija ustrezna?

FINK: Ja, morda bi še dodala, da se večinoma bojimo bolečine. Največji je strah pred bolečino, tako v procesu umiranja kot v procesu žalovanja. Zato doživimo, da mami čim prej po smrti moža otroci kupijo psa, jo pošljejo v zdravilišče, na potovanje ..., ker sami ne znajo

ali ne zmorejo prav ravnati z bolečino drugega. Zdi se mi pomembna podpora za pogum, da se človek z bolečino sreča.

Nekoč sem slišala dobro primerjavo, ki mi še danes odzvanja. Neki žalujoči gospod je rekel: »Veste, jaz sem električar in odnos do bolečine vidim kot ravnanje z električnim drogom. Večina ljudi bi, če bi videli, da električni drog pada, zbežalo stran, zato, da te ne oplazi. Moja logika pa je drugačna. Potrebno je iti zraven, čim bližje, ker če si tam zraven, veš, kam se nagiba, v katero smer pada.« In z žalovanjem je podobno, saj vodi pot žalovanja vedno skozi žalost, ki ima nešteto obrazov, je tudi bolečina, strah, nemoč, obup, praznina... .

Brez stika z bolečino ni preobrazbe.

RAMOVŠ: *Kot rojstvo sta torej sestavini del življenja tudi smrt in bolečina; vsega tega se moraš zavestno držati pri izviru, če ne te življenje podre.*

FINK: Izpuščanje boli. Ljudje, ki jih srečujem v času njihovega poslavljanja, imajo pogosto velik strah pred to bolečino. Nekateri trepetajo že pred pričakovanjem bolečine v procesu umiranja, zato si želijo evtanazijo. Tu se je potrebno vprašati, kako živimo v svojem vsakdanjem življenju. Če se tako zelo bojimo, da se nas bolečina dotakne, potem moramo živeti zelo na površju. Nekoč mi je neka gospa rekla, da bi vsi bili radi brez bolečin, ne predstavljamo pa si, kakšno bi bilo življenje, če bi bil ves svet samo ravnina.

RAMOVŠ: *Ali menite, da je možno žalovanje časovno omejiti, mu dati nek časovni okvir? V tradicionalni kulturi so npr. eno leto nosili črnino. Danes je vse prepuščeno lastni presoji vsakega posameznika.*

FINK: Delodajalci bi najraje videli, da sploh ne bi žalovali. Največkrat to tudi prezrejo in včasih pride kdo od žalujočih in se potoži, da jim je nadrejeni povedal, da so pač v takšni službi, da več kot en teden ne smejo biti žalostni in oblečeni

v temne barve. Verjamem, da je to zelo težka preizkušnja za človeka in globoko nespoštovanje.

Seveda časovno tega procesa ne morem opredeliti. V hospicu smo postavili nek okvir, da žalujoče spremljamo navadno do 2 leti po njihovi izgubi, ker žalujoče spremljamo v njihovi žalosti in nimamo terapevtskih pristopov. Tudi v hospicih po svetu je podobno, to seveda ne pomeni, da ne boli več. Ampak tisti glavni valovi žalovanja naj bi nekako izzveneli v tem času. Seveda je to precej drugače pri izgubi otroka, pri kaki drugi nenadni travmatični smrti, pri multipliciranih izgubah, ko je žalovanje lahko oteženo.

Ljudje žalujejo zelo različno. Neki gospod je imel v letu in pol pet ali šest težkih izgub; nesreče in samomori v družini. Potem je pri nas umirala njegova žena. Tudi tu se je zelo hrabro držal, ves čas je bil močan. Kako leto pozneje pa me je poklical in rekel: »Mene je življenje čisto 'sezulo'«. Poslušala sem ga. In mi je povedal, da mu je poginil pes. Na psa sicer ni bil navezan, drugi so skrbeli zanj; »imel sem ga zato, da nisem prišel v prazno stanovanje«, je dejal. Ampak, ko je kuža poginil, je zbolel, vse za nazaj se mu je vrnilo; vse izgube, v katere prej sploh ni pogledal.

Vsaka neizžalovana žalost nekje izbruhne, lahko tudi v telesni bolezni.

RAMOVŠ: *Kaj bi ob svojih bogatih izkušnjah dela v hospicu odgovorili človeku, ki bi vas vprašal, kako se kakovostno starati po upokojitvi?*

FINK: Naj se veselijo vsakega trenutka življenja, naj jih živijo polno, se trudijo za notranji mir in naj bodo hvaležni za vse kar še je. Preprosto.

RAMOVŠ in LIPAR: *Gospa Tatjana, hvala za ta poglobljen pogovor ob vaših življenjskih spoznanjih in izkušnjah; hvala, ker tako zavzeto in modro uvajate v Sloveniji hospic – enega od nepogrešljivih programov na področju gerontologije in medgeneracijskega sožitja.*