

## SZKOLENIE DLA OPIEKUNÓW OSÓB CHORYCH I INNYCH OSÓB Z OTOCZENIA ORAZ WOLONTARIUSZY

**24.03.2022 – „Oswajanie śmierci”**

**Prowadzenie: psycholog Jolanta Wanot**

1. Ćw. indywidualne: Moje pierwsze spotkanie ze śmiercią (Czy przeżyłeś śmierć zwierzęcia domowego? Czy pamiętasz jakiś opis śmierci z literatury? Czy zmarł ktoś z twoich bliskich? Jakiego masz inne doświadczenia związane ze śmiercią?) Rozmowa w parach na te tematy.
2. Ćwiczenie indywidualne: Pogrzeb (Jeśli zmarł ktoś z twoich bliskich to kto to był i jak dawno temu? Czy zmarł ktoś z twojej grupy rówieśniczej, dawniej lub obecnie? jak to na ciebie wpłynęło? Czy byłeś na pogrzebie kogoś sobie znanego? jakie wrażenie to na tobie wywarło? Jak sądzisz czy dzieci powinny odwiedzać umierających bliskich? Jak sądzisz czy dzieci powinny chodzić na pogrzeby?) Rozmowa w innych parach na te tematy.
3. Ćwiczenie indywidualne: Umierający (Czy widziałeś osobę zmarłą? Przy jakiej okazji to się wydarzyło? Czy zdarzyło ci się rozmawiać z osobą, która wie, że umiera? Czy ta osoba dzieliła się z tobą tą informacją? Jak to przeżywałaś?)
4. Ćwiczenie indywidualne: Wartości (Wypisz 5-10 wartości, które były lub są dla ciebie najważniejsze w życiu, bez których twoje życie byłoby znacznie uboższe. Wykreśl te, które już utraciłeś lub tracisz. Ponumeruj wartości, które zostały od najważniejszych (1) do mniej ważnych.) Chętni dzielą się swoimi refleksjami z całą grupą.
5. Ćwiczenie: Mój koniec (Napisz co byś robiła gdybyś się dowiedziała, że masz przed sobą jeden tydzień życia, na co byś go poświęciła? Weź pod uwagę omawiane wcześniej wartości, które są dla ciebie najważniejsze i rzeczy które robisz aby twoje życie było pełne radości i spełnienia. Pan Bóg się zlitował i dał ci jeszcze miesiąc, jak byś go spędziła? Dostałaś jeszcze cały rok życia, co byś robiła?) Każdy odczytuje na forum grupy.
6. Ćwiczenie: Brama (Umarłeś i stoisz u bram nieba, Święty Piotr przedstawia cię Panu Bogu mówiąc: Wpuść Panie tę osobę do nieba bo ona za życia.....- dokończ wypowiedź Świętego Piotra.) Chętni odczytują zapisane zdanie.
7. Podsumowanie, test końcowy, pytania, dyskusja.



Pszczyna, dnia 24.03.2022r.

**Lista obecności na szkoleniu „Oswajanie śmierci” dla opiekunów chorych i innych osób z otoczenia oraz wolontariuszy**

**Prowadzenie: psycholog, Jolanta Wanot**

Lp.	Nazwisko i imię	Podpis
1.	Szendera Aleksandra	Szendera
2.	GRUBSZKO Jolanta	Jm
3.	Szeroka Jerzy	Sz.
4.	Adamska Ewa	Adamska
5.	Frydecka Danuta	D. Frydecka
6.	Janosz Barbara	B. Janosz
7.	Kmolecki Bogumiła	Kmolecki
8.	Piech Samanta	Piech
9.	Wiecha Danuta	Wiecha
10.	Rybańska Jolanna	J. Rybańska
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		





Pszczyna 24.03.2022

## Test tematyczny na zakończenie szkolenia „Oswajanie śmierci”

Imię .....

Nazwisko .....

### Pytania kontrolne:

1. Dlaczego warto rozmawiać i śmierci?

.....  
.....  
.....

2. W jaki sposób doświadczenia opieki nad niesamodzielnym członkiem rodziny mogą wpłynąć na oswojenie się ze śmiercią?

.....  
.....  
.....

3. W jaki sposób udział w pogrzebach znanych lub bliskich ludzi może przybliżyć do myśli o własnej śmierci?

.....  
.....  
.....



