

## **Moč moškega žalovanja**

Namen projekta: celovita podpora moškim žalujočim in preseganje spolnih stereotipov o procesu žalovanja.

Izkušnje v hospicu kažejo, da se moški z izgubo bližnjega pogosto soočajo tako, da bolečino skrivajo, se med seboj ne podpirajo ustrezno, v primerjavi z žensko populacijo se tudi težje o njej izrazijo. Pogosto stereotipno odzivanje je v neskladju s tem, kar dejansko občutijo in potrebujejo. Dejavnik tega je v družbi splošno sprejet vzorec, da je jok za fantke oziroma priznanje stiske za moškega znak šibkosti. Neizražena stiska pa vodi v nepredelane konflikte, v kompenzacijska vedenja za pomanjkanje samospoštovanja, neredko tudi v zasvojenost. V javnosti je prisotno tudi zavračanje posebnosti v žalovanju moškega in ženske. V Sloveniji je malo programov, ki bi se sistematično lotevali problema enake obravnave med spoloma v procesu žalovanja, s poudarkom na celoviti podpori. Projekt vključuje individualno in skupinsko obravnavo, informiranje in izobraževanje javnosti ter raziskovalno delo.

Cilji:

- opolnomočiti moške za sprejemanje lastnega čustvovanja ob izgubi bližnjega
- zmanjšati občutek izoliranosti in nerazumljenosti po izgubi
- omogočiti razumevanje in sprejemanje posebnosti pri odzivanju na izgubo pri sebi in drugih
- razviti veščine učinkovite in varne komunikacije v povezavi z izgubo
- izboljšati duševno zdravje in telesno počutje v procesu žalovanja
- zagotoviti zagovorništvo pravic v procesu žalovanja
- opolnomočiti za ponovno vključitev v vsakdanje življenje
- prispevati k zmanjševanju neenakosti pri obravnavi uporabnikov
- preseči spolne stereotipe o žalovanju moških v družbi
- povečati kompetence strokovnih delavcev in zaposlenih v službah pomoči za delo z moškimi žalujočimi in ustrezno obravnavo specifičnih potreb žalujočih moških,
- osveščati in prispevati k premagovanju zmot o umiranju, smrti in žalovanju.

Vir: Slovensko društvo Hospic