

DR. ZSÁK ÉVA

Beszámoló a második Európai Gyászkonferenciáról

Összefoglalás ♦ 2024. november 11. és 13. között Dublin adott otthont az második európai gyászkonferenciának. A konferencia szervezését a Bereavement Network Europe (Európai Gyáshálózat – <https://bereavement.eu/>) irányításával az Ír Hospice Alapítvány (Irish Hospice Foundation), az Ír Orvosi és Egészségtudományi Egyetem (Royal College of Surgeons in Ireland) és a Dán Nemzeti Gyászközpont (Danish National Center for Grief) valósította meg. A szervezők célkitűzése az volt, hogy kutatók, terapeuták és a gyásszal bármely szinten foglalkozó, érintett szakemberek találkozhassanak és együtt gondolkodjanak a kultúráktól függő európai és nemzetközi gyásztámogatás lehetőségeiről, feladatairól. Az eseményen 34 európai és Európán kívüli ország közel 400 érintett szakembere vett részt. Az alábbi tanulmány ennek a három napnak az összefoglaló beszámolója.

Kulcsszavak: Európai Gyászkonferencia, Bereavement Network Europe, veszteség, gyász, gyásztámogatás

Report on the second European Conference on Grief and Bereavement.

Summary ♦ From 11 to 13 November 2024, Dublin hosted the second European conference on grief and bereavement. The conference was organised by the Irish Hospice Foundation, the Royal College of Surgeons in Ireland and the Danish National Center for Grief, under the auspices of Bereavement Network Europe (<https://bereavement.eu/>). The aim of the organisers was to bring together researchers, therapists and relevant professionals working with bereavement at all levels to reflect together on the possibilities and challenges of cross-cultural bereavement support in Europe and internationally. The event was attended by nearly 400 relevant professionals from 34 European and non-European countries. The following paper aims to give a summary of these three days.

Keywords: European Grief Conference, Bereavement Network Europe, grief, bereavement care, grief therapy

A 2022. szeptemberében Koppenhágában megrendezett első Európai Gyászkonferencia után 2024. november 11 és 13 között Dublin adott helyet a második, - európai és Európán kívüli közönséget is vonzó – Európai Gyászkonferenciának. A European Grief Conference címet viselő tudományos rendezvény ezúttal a *Bereavement and Grief: Responding to need and building collaborative networks* (Gyász és veszteség: reagálás a szükségletekre és az együttműködési hálózatok kiépítése) alcímet kapta, amely iránymutatóként szolgált a konferencia alapvető témáit és kontextusát illetően. A konferencia szervezését a Bereavement Network Europe (Európai Gyászhálózat – <https://bereavement.eu/>) irányításával az ír Hospice Alapítvány (Irish Hospice Foundation), az ír Orvosi és Egészségtudományi Egyetem (Royal College of Surgeons in Ireland) és a Dán Nemzeti Gyászközpont (Danish National Center for Grief) valósította meg azzal a célkitűzéssel, hogy kutatók, terapeuták és a gyással bármely szinten foglalkozó, érintett szakemberek találkozassanak és együtt gondolkodjanak a kulturáktól függő európai és nemzetközi gyásztámogatás lehetőségeiről, feladatairól. A konferencia struktúrája – az első konferenciával megegyezően – az alábbi képen látható, a közegészségügyi ellátási szemléletet tükröző, négy szintű, szükséglet-alapú gyásztámogatási piramismodellelre épült.



Forrás: <https://europeangriefconference.org/conference-programme>

A konferencia az ábrán látható szinteknek megfelelően szerveződött, a nulladik szinttől a harmadik szintig haladva a program felépítésében, a gyásztámogatás kérdéseinek vizsgálatában. A bemutatott piramismodell alapján a 0. szint a gyászról való társadalmi ismeretek bővítését, az arról való párbeszédet, a gyászfolyamat jobb megértését, valamint a gyászolók közösségben való támogatásának fontosságának felismerését jelenti, míg az 1. szint a normális gyászfolyamat megéléséhez szükséges információkra és támogatásra helyezi a hangsúlyt. A gyásztámogatás következő szintjén a 2. szint szerint megfogalmazott kiemelt támogatást értjük, amikor a gyászolók egy részének a gyász és veszteség elhordozásához további specializált, szakmai segítségre van szüksége. A 3. szint pedig a nehezített, komplikált vagy elhúzódó gyászreakció speciális terápiás diagnózisát és támogatását foglalja magában.

A betegségek nemzetközi, egységes meghatározását adó ICD-11 és a DSM-V-TR szakmai kézikönyvek szerint az elhúzódó vagy komplikált gyász olyan kórkép, amely egységesített gyásztámogatási lehetőségeket, kezelési módokat igényel, éppen ezért szükséges a gyásztámogatás európai és nemzetközi szintű standardizálása annak érdekében, hogy a rászorulóknak a szükségleteiknek leginkább megfelelő támogatásban részesülhessenek. Mindezen szempontokkal a szervezők célkitűzése az volt, hogy minél több, elsősorban európai ország gyással foglalkozó szakemberei vegyenek részt a rendezvényen, valamint ez tükröződjék a szervezési folyamat során a beérkezett absztraktok elbírálásban és kiválasztásában éppúgy, mint az elfogadott előadásokban és poszterekben is. Ennek eredményeként a második konferencián, az előző eseményen jelentősen túlnőve, 34, európai és Európán kívüli ország közel 400 érintett szakemberrel képviseltette magát. A konferenciának Dublin egyik meghatározó intézménye, a Croke Park stadion adott otthont.

A szervezőbizottság tagjaként izgalmas volt belelátnom az előkészületekbe, megtapasztalni, hogyan formálódik a konferencia hétről hétre a rendszeres megbeszélések során, a mindenre kiterjedő szakmai és emberi figyelemnek köszönhetően. A koppenhágai rendezvény tapasztalatai, az ott megfogalmazott igények megvalósítására való törekvés és a magas szintű szakmai és organizációs háttér, amely a házigazdákat jellemzi, iránymutatóak voltak az esemény szervezési feladataiban. A konferenciafelhívásra beérkezett közel félezer absztrakt értékelése, amelyben szintenként és kategóriánként több kolléga vett részt, volt hivatott biztosítani a magas színvonalat és a sokszínűséget. A tudományos bizottság tagjai az európai, a gyással, gyásztámogatással különböző szinteken foglalkozó közösség elismert szakemberei. Nagy megtiszteltetés volt, hogy én is részt vehettem a munkájukban.

A konferencia három napja során a fentiekben leírt támogatási szintek szerint két-két plenáris előadást, valamint három-három párhuzamos szekcióban különböző fókuszú szóbeli

prezentációkat hallgathattak meg a jelenlévők annak megfelelően, hogy kutatáshoz, gyásztámogatáshoz vagy szakmai irányelvekhez/képzéshez kapcsolódott-e az adott előadás témája. Mindegyik szinthez tartoztak ezen felül szakmai műhelyek is, amelyek széles spektrumon mutatták be a támogatási lehetőségeket a halál, a veszteség és a gyász megélésében. A szekciók végén pedig a poszttereket kiállító előadókkal beszélgethettek az érdeklődők. Ezúttal az öngyilkosság okozta veszteségek és a gyermekek gyásztámogatásának lehetőségei, feladatai kaptak kiemelt hangsúlyt a programban.

A konferencia résztvevőit Michael D. Higgins, Írország köztársasági elnöke, Jean Callanan, az Irish Hospice Foundation elnöke, valamint Jarlath Burns, a Gaelic Athletic Association elnöke, a Croke Park házigazdája üdvözölte köszöntő szavaikkal. A konferencia előestéjén a köszöntő fogadás a Royal College of Surgeons in Ireland központi épületének dísztermében történt, ahol örömmel fedeztünk fel már jó ismerősöket, kollégákat korábbi alkalmakról, ismerkedtünk új arcokkal és lehetőség nyílt a posztterek egy részének tanulmányozására is finom ételek és italok kíséretében.

A megnyitó plenáris előadásban Prof. Danai Papadatou és Ruthmarijke Smeding, a Bereavement Network Europe két kiemelkedő alakja meghatározó és személyes reflexiókon alapuló prezentációban emlékezett meg a gyász kutatásban és gyásztámogatásban úttörő munkásságú, az év elején elhunyt Colin Murray Parkes-ről (1928-2024), akinek szellemisége, öröksége meghatározó és iránymutató a szakemberek számára világszerte.



Forrás: <https://shapesofgrief.com/contributors/dr-colin-murray-parkes/>

A gyásztámogatás alapját jelentő 0. ellátási szinthez tartozó prezentációkban a gyászról való társadalmi ismeretek bővítése, az arról való párbeszéd, a gyászfolyamat jobb megértése, továbbá a gyászolók közösségben való támogatásának fontossága szerepeltek. A szintet

bevezető, első plenáris előadásban Prof. Samar Aoun, a Nyugat-Ausztráliai Egyetem és a Perron Intézet egyetemi tanára a közösségek gyásztámogatásban betöltött szerepére hívta fel a hallgatóság figyelmét, kiemelve, hogy az empatikus, együttérző és támogató kisebb és nagyobb közösségekre esszenciális feladat hárul a gyász, mint szociális létesemény megélésében. Jóllehet a gyászfolyamat során az egyén eltávolodik az addig ismert világtól, a társas kapcsolatoktól, gyászában az egyén nem az egyedüllétre vágyik, hanem távolságot tart a közösségi élettől. A gyászmunka velejárója a világnak, a mindennapoknak keretet adó struktúra újraalkotása. A gyász megélése, a gyászmunka elvégzése komplex csoportközi jelenség, közösségi élmény, hiszen meghatározó benne a közvetlen környezet reakciója, támogatása, éppen ezért lényeges az együttérző, a gyászt értő közösség megléte.

Dominic Campbell, az Irish Hospice Foundation kreatív igazgatója előadásában azokat a lehetőségeket mutatta meg, amelyek révén a nemzeti szinten megvalósuló művészeti és kulturális képzési program járulhat hozzá a minél szélesebb körű ismeretterjesztéshez az életvég kérdéseinek, és így a gyásznak az edukációs programokba történő integrálásával. A bemutatott megoldások mindegyik esetben jól példázták, hogy hányféle aspektuson keresztül lehet a veszteséget megjeleníteni, a hiányt kiemelni, az emberi lét értékét, fontosságát hangsúlyozni.

A szinthez tartozó szekciók előadásai foglalkoztak többek között a gyásztámogatás lehetőségeivel és kihívásaival a munkahelyen, iskolában, a gyász palliatív szakemberekre gyakorolt hatásaival, a gyermekek gyásztámogatásával, az öngyilkosság miatti gyász gyakorlati és érzelmi nehézségeivel, valamint a COVID-19 járvány miatt felmerült különböző igényekkel is. Az itt bemutatott poszterek sok, különböző szempontból világítottak rá a gyász közösségben megélhető voltára, a családban éppúgy, mint a munkahelyen. A haláltudatosságról való párbeszéd, az öngyilkosság miatti gyásztámogatáshoz kapcsolódó edukációs program, az országos szintű gyásztámogatási irányelvek kidolgozásának lehetőségei, interkulturális tanulmányok, valamint iskolai gyásztámogatási program voltak a kiállított poszterek főbb témái.

A nem nehezített lefolyású gyászfolyamatról szóló, a piramis második szintjének (azaz az 1. ellátási szintnek) megfelelő plenáris előadásokban a gyással kapcsolatos általános ismeretek és a megfelelő szintű közösségi támogatás kerültek fókuszba. Dr. Pamela Grassau, az Ottawai Carleton Egyetem egyetemi tanára plenáris előadásában a haldoklás és a gyász kihívásairól az azonos neműekhez vonzódó emberek szemszögéből beszélt, rámutatva azon speciális helyzetekre, amikor a szexuális preferencia hangsúlyossá válik. Kiemelte, hogy a normálisnak tartott gyászfolyamathoz elengedhetetlen a támogató közösség az az érzelmileg és fizikailag is

nehéz időszakban. Tina Graven Ostergaard, a Danish National Center for Grief nemzetközi kapcsolatokért felelős vezetője a kutatóintézet Grönlandon megvalósított gyásztámogatási projektjét mutatta be, megvilágítva a közösségi támogatás jelentőségét egy olyan, nagymértékben izolált országban, amely az egyik legmagasabb öngyilkossági rátával bír a világon. A prezentációját kísérő videó sokunknak mutatott meg egy ismeretlen világot, amelyben a földrajzi korlátok szociális barriereként is megjelennek.

Az 1. ellátási szinthez tartozó prezentációk a gyásztámogatást a támogatást nyújtó szakemberek szemszögéből mutattatták meg. Az online felületeken keresztül megvalósuló gyásztámogatás kihasználása, a szülő, testvér vagy házastárs elvesztésekor való gyásztámogatás legfontosabb aspektusai, a munkahelyek nehézségeinek feltérképezése perinatális veszteségekben, a komplikált, nehezített gyászfolyamat támogatásában érintett szakemberek lehetőségei, valamint a droghasználat miatt bekövetkezett haláleset utáni gyász szerepeltek az előadások témái között. A poszterek a gyásztámogatás és a tanatológiai ismeretek terjesztésének különböző módjaira hoztak példákat: a fiatal felnőttek támogatásában jelentős képzési program, orvosi egyetemi tanatológiai program, a COVID-19 járványhoz kapcsolódó kutatások, a mozgásterápia szerepe és lehetőségei, az idősök gyásza, az alapellátás kereteinek kidolgozása, a gyász és az egyéniség kapcsolatának egzisztenciális kérdései, továbbá a kommunikáció szerepe egyaránt jelen voltak a bemutatott anyagok között.

A gyásztámogatási piramis következő szintje szerint megfogalmazott kiemelt támogatás (az ellátás 2. szintje), azaz a gyász és veszteség elhordozásához szükséges további szakmai, specializált segítség szerepelt a második nap első részének programjában. A szekciókat bevezető plenáris előadások a formálisabb, specializált szakmai felkészültséget igénylő támogatás jellegzetességeire mutattak rá. Prof. Danai Papadatou az athéni egyetem professzora sok éves tapasztalatát összegezve mutatta meg, hogyan élük meg a kísérő nélkül európai országokba érkező kiskorúak, fiatalok a hazátlansággal járó veszteség és gyász fájdalmát, megrendítő felvételekkel illusztrálva előadását. Annak érdekében, hogy ezek a hazájukból menekülni kényszerülő fiatal emberek képesek legyenek értékes életet kialakítani újra maguknak, elengedhetetlen, hogy feldolgozzák a maguk mögött hagyott múltat, és képesek legyenek a limbó-szerű jelenből a reményteljes jövőbe nézni az elvégzett gyászmunkán keresztül is. Emily Harrop plenáris előadása jól illusztrálta a kulturális sokszínűség, a társadalmi szokások és kisebb közösségek hagyományainak jelentőségét a gyásztámogatásban. A palliatív területen dolgozó walesi szakember a COVID-19 járvány időszakában bekövetkezett halálesetekre reflektálva járta körbe a kérdést.

A plenáris előadásokat követő prezentációs szekciók ismételten rávilágítottak a gyász sokszínűségére. A 2. ellátási szinthez kapcsolódó témák között szerepeltek az elhúzódó, komplikált gyász diagnosztizálásának kritériumai, a gyásztámogatásra kifejlesztett ír elearning program bemutatása, a gyásztámogatásra létrehozott telefonos segélyszolgálat feladatainak ismertetése, az öngyilkosság miatti gyászmunka lehetséges útjai és az azokat befolyásoló tényezők vizsgálata, valamint az eutanázia miatt megélt veszteség, gyász hatásainak ismertetése is. A szinthez bemutatott poszterek tovább árnyalták a megelőzés lehetőségeit, valamint a kiemelt támogatást igénylő esetek rizikófaktorait is. Öngyilkosság, hirtelen tragédia miatti veszteségek, korai gyermekkorban megélt közeli hozzátartozók elvesztése, a hospice-palliatív ellátásban dolgozó szakemberek által megtapasztalt gyász jellegzetességei, a művészetterápia lehetőségei a gyászfeldolgozásra, online támogatási opciók bemutatása, valamint stigmatizált veszteségek miatti gyász mind-mind a tárgyalt kérdések között voltak.

A komplikált gyászreakciók diagnózisát és terápiás lehetőségeit feldolgozó negyedik programszakasz (3. ellátási szint) a korábbiaktól eltérően a szóbeli prezentációs szekciókkal kezdődött, a plenáris előadást pedig egy kerekasztal-beszélgetés zárta. Az ICD-11 és a DSM-V-TR szerint definiált elhúzódó, komplikált gyász (*prolonged grief disorder* – PGD) olyan kórkép, amely szakszerű terápiás kezelési módokat igényel annak érdekében, hogy az egyén képes legyen a veszteséget a személyisége részévé tenni, és jó életminőséget elérni. Ez volt a központi vezérfonal a prezentált előadásokban. A prolongált, elhúzódó gyászfolyamat jellemzőinek feltérképezése, továbbá a nehezítő tényezők azonosítása éppen ezért nagy jelentőségű. A speciális jegyek, mint például az elkerülő viselkedésmód, a kognitív nehézségek, egy párhuzamos világban való élés, a veszteség mivolta, továbbá az elveszített személlyel való kapcsolat minősége meghatározó faktorokként jelennek meg a prolongált gyász kórképének megjelenésében. Még a szakemberek körében sincs teljes konszenzus mindmáig arra vonatkozóan, hogy a betegségként definiált gyász diagnosztizálása hogyan történjen egyhangúan – mutatott rá egy előadás. A jelenlegi ismereteink alapján újabb, célzott diagnosztikai eszközök fejlesztése, validálása és elfogadott irányelvek szolgálhatnak módként a komplikált gyászban élők megfelelő támogatásában. A hatékony terápiának fontos elemeit képezi az egyedi sajátosságokra is kiterjedő fókusz és figyelem, úgy mint a menekültek, a börtönökben levők, az eutanázia vagy öngyilkosság miatt gyászt megélők, a perinatális veszteségeket kísérő gyászban lévők, továbbá a fizikai és mentális egészségi gondoktól (például az életminőséget meghatározó kondíciók, kognitív hanyatlás, demencia) szenvedők igényei is. A gyászolók körülbelül 10%-át jelentő, komplikált gyásztól szenvedő populáció a gyász-kontinuum legspecifikusabb és orvosi ellátási módjait igényli, erre alkalmazhatóak online,

gyógyszeresen kiegészített, kognitív viselkedésterápiás megoldások – mutatták be a szinthez kapcsolódó posztterek –, mint ahogy az integrált kezelési módok is.

A konferenciát lezáró kerekasztal-beszélgetés összegezte a prolongált gyászról folyó kutatások eddig ismert eredményeit, így zárva le a szakmai programot. Dr. Maarten Eisma, a Gröningen-i Egyetem professzora a komplikált gyászról tartott, összefoglaló előadásában bemutatta a kórképként leírt gyászfolyamat fenomenológiai kérdéseit, a kockázati és protektív tényezőket, továbbá rámutatott az elhúzódó gyász szociális hatásaira is. Dr. Martin Lytje a Bergen-i Egyetemről a komplikált gyász gyermekekre kifejtett hatásait összegezte, felfedve a nekik szükséges támogatás elemi tényezőit is. Az Alicante-i Egyetem Egészségpszichológiai Intézetében dolgozó Dr. Manuel Fernandez Alcántara pedig a prolongált gyász idegtudományi jellemzőit illusztrálta látványos képalkotó felvételekhez fűzött magyarázatokkal. A kerekasztal negyedik tagja Fiona Toumey volt, az ír HUGG jótekonysági szervezet alapítója, amely öngyilkosság miatt szerettüket elveszítők támogatását biztosítja. Saját veszteségéből fakadó értékes és fontos gondolatokkal, adatokkal gazdagították a tudományos eredményeket.

A konferencia ismét bizonyítékul szolgált arra, hogy szükséges olyan szakmai konferencia, amelynek kizárólag a gyász a témája. A három nap során megtapasztalhattuk, milyen széleskörű érdeklődés övezi a gyász és veszteség kérdését és mennyit jelent a megfelelő környezetben erről beszélni, kapcsolatokat kiépíteni és naprakész ismeretekre szert tenni. Koppenhágához hasonlóan itt is kiemelt fontosságú volt a holisztikus szemlélet, az információk megosztására, új ismeretek szerzésére, valamint az új, többszintű szakmai és emberi kapcsolatok építésére nyíló lehetőségek elősegítése. A közösségi hangulat, az oldott légkör, a közös érdeklődés sokat könnyítettek a nehéz téma befogadásán. A szervezők, mindezt megélve, örömmel és újabb tervekkel teli készülnek a következő, 2026-ban megrendezendő alkalomra, amelynek ezúttal a portugáliai Porto városa ad majd otthont. Viszontlátásra Porto-ban!

Dr. Zsák Éva PhD

társadalomkutató

Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet

zse1976@gmail.com