

1. Hledání smyslu v práci pracovníků pomáhajících profesí
2. Krizová intervence v kontextu rolové ztráty – ztráty zaměstnání

3. dubna 2017

FSS MU Brno  
Zdeňka Dohnalová

# LOGOTERAPIE A EXISTENCIÁLNÍ ANALÝZA

# STRUKTURA PREZENTACE

---

- ✘ *Cíl - shrnutí klíčových myšlenek, které se vztahují k tématu hledání smyslu v pracovní oblasti života se zaměřením na pracovníky pomáhajících profesí. Zaměření na oblast krizové intervence v případě rolové ztráty, ztráty zaměstnání.*
- ✘ *Nejprve se zaměříme na téma smysluplnosti práce, poté na smysluplnost práce v pomáhajících profesích, upozorníme na možná rizika, kterým pracovníci těchto profesí čelí. věnuje se rovněž vymezení a výčtu těchto profesí.*
- ✘ *Probereme specifika krizové intervence u nezaměstnaných.*

# SMYSL ŽIVOTA

---

- ✘ Spojován s kvalitou života, se štěstím a spokojeností se životem (Kubátová, 2010).
- ✘ Otázkou lidského štěstí, smysluplnosti a životního naplnění se lidé zabývají od nepaměti. Například ale vědecká psychologie se těmto otázkám začala cíleně věnovat teprve poměrně nedávno, uvádí v knize o pozitivní psychologii Slezáčková (2012).
- ✘ Jedná se o témata spadající na pole **pozitivní psychologie**, jejímž cílem je podle slov Mareše (2002) péče o zdravý psychický vývoj, kvalitní sociální život, zrání osobnosti, spění k moudrosti a vedení smysluplného života.
- ✘ Snyder a Lopez (2002) řadí téma hledání smysluplnosti života rovněž do oblasti pozitivní psychologie, konkrétně do sekce speciálních způsobů zvládání životních problémů, konfliktů, distresů, kam kromě již jmenovaného počítají ještě humor, meditaci, spiritualitu, vnímání kladných věcí (kladů dění) a růstu (zrání), připomínání si kladných okamžiků, vyprávění a psaní životních zážitků.

# SMYSLUPLNOST PRÁCE

---

- ✘ Faktor přispívající výrazně ke **zvýšení kvality života** pomáhajících (nejen) pracovníků.
- ✘ Seligman (2011) jmenuje prožívanou smysluplnost existence a pracovní (případně i studijní) úspěšnost mezi pěti aspekty šťastného a naplněného života.
- ✘ Může zlepšovat profesní působení člověka. Provazník a Komárková (2004) řadí k nejvýznamnějším obecným pracovním předpokladům výkonnosti pracovníků mimo jiné právě vykonávání smysluplné práce, která má pro organizaci význam, a se kterou se může zaměstnanec identifikovat.
- ✘ Jedna z možných bariér bránící vzniku syndromu vyhoření. „Se syndromem vyhoření je vždy spojena otázka po smyslu vlastní práce“ (Švarcová, 2015).

# PRÁCE A SMYSLUPLNOST

---

- ✘ Definic práce je celá řada. „Jinak ji pojímá filosofie, psychologie, fyzika, sociologie nebo ekonomie. V obecné rovině lze práci považovat za cílevědomou lidskou činnost, spojenou s určitou námahou, která se vyznačuje plánovitostí a souvisí s uspokojováním lidských potřeb. Prací se člověk seberealizuje a vytváří svoji kulturu“ (Rolný, 2012, s. 135).
- ✘ Je ovšem třeba připomenout fakt, na který upozorňuje Mareš (1994), že naší kultuře není důležitá pouhá práce, ale placená práce, práce v zaměstnání.

# PRÁCE A SMYSLUPLNOST

---

- ✘ Freud (1963 in Mareš, 1994) je toho názoru, že práce je pouto, které nás váže k realitě. Jestliže nemáme povinnost každé ráno vstát a jít do práce, pak se ocitáme v nebezpečí, že nás plně ovládnou fantazie a emoce.
- ✘ Podle Frankla (1994) je práce činnost, která potvrzuje jedinečnost člověka ve vztahu ke společnosti.
- ✘ Slezáčková uvádí, že práce a zaměstnání představuje důležitou stránku našeho života. Kromě zdroje našich příjmů je jedinečným prostorem, v němž se uskutečňuje celá škála mezilidských kontaktů, kde můžeme projevit svoje schopnosti a kompetence a v optimálním případě přispívat k něčemu, v čem spatřujeme smysl (Slezáčková, 2012).

# POSTOJ K PRÁCI

---

- ✘ Psychologové mají podle Slezáčkové za to, že každá práce může být i posláním.
- ✘ *„Ať už je náplň práce jakákoli, vždy záleží na postoji daného člověka, na tom, nakolik aktivní a pozitivní vztah si k práci najde. Podstatnou stránkou práce jako poslání je to, pro co se vžil název job craftig, jakási řemeslnost v nejlepším slova smyslu. Takoví lidé přistupují ke své práci tvořivě a s vlastní iniciativou, nevadí jim občas udělat práci navíc a umějí poradit svým kolegům. Práce jim tedy nepřináší jen pocit smysluplnosti, ale také potěšení, radost a dobrý pocit uspokojení (...).“ (Slezáčková, 2012: 234).*

# HODNOTOVÝ ŽEBŘÍČEK

---

- ✘ Schneiderová (2011, s. 86) soudí, že **práce zaujímá v žebříčku hodnot dospělého člověka relativně vysokou pozici**, neboť je aktivitou, *„které jedinec věnuje mnoho životní energie, je prostorem pro jeho seberealizaci a sebeaktualizaci.“*
- ✘ Potřeby seberealizace a sebeaktualizace jsou podle Blažka uspokojovány cestou ztotožňování smyslu vykonávané práce se smyslem života daného člověka. Lidé hledají takovou práci, která pro ně není pouhým zaměstnáním, ale stává se pro ně povoláním či přímo posláním (Blažek, 2011).



# POMÁHAJÍCÍ PROFESE

---

Mezi těmito profesemi můžeme nalézt významné odlišnosti vyplývající např. z rozdílné pracovní náplně, ale i následující shody (Michalík, 2011, s. 30):

- × • „Požadavky na speciální či specializované vzdělávání
- × • Zaměření na individuální potřeby (problémy) jednotlivce
- × • Důležitá role praxe a dalšího vzdělávání
- × • Speciální požadavky na strukturu osobnosti pracovníka
- × • Vyšší riziko syndromu vyhoření
- × • Využívání etických norem
- × • Specifické komunikační schopnosti.“

Pomáhající profese jsou podle Vávrové (2012, s. 116) specifické mimo jiné tím, že by je měli vykonávat lidé, „kteří jsou společenší, rádi pobývají s druhými a také jsou ochotni podporovat druhé.“

# SEBEPOZNÁNÍ A SEBEREFLEXE

- ✘ Součástí práce v pomáhajících profesích je rovněž sebepoznání a sebereflexe.
- ✘ V roce 2009 vydal psycholog Kuneš publikaci o psychoterapeutických principech a postupech sebepoznání. Kniha sice není přímo orientována na pracovníky v pomáhajících profesích, ale tito zde mohou podle mého názoru hledat inspiraci, jak prozkoumávat svůj vnitřní svět a uvědomovat si svoji jedinečnost. To jim může pomoci lépe vnímat své klienty a uvědomovat si jejich jedinečné rysy. Sebecpznání je také mnohdy prevencí toho, aby na klienty promítali své neuvědomované vlastnosti.
- ✘ *„Jestliže vím, že druhý člověk je svým osobitým způsobem unikátní, dokážu si také docela snadno odvodit, že postupy a zákonitosti, které mají smysl v mém životě, nemusí nutně platit v jeho světě. Nebudu mu tedy předkládat své osvědčené zkušenosti jako ty ‘pravé’, ale spíše jej začnu podporovat v jeho vlastních úsudcích. Rovněž si uvědomím, do jakých kategorií druhého člověka zařazuji, a to mi umožní oprostít se od tohoto schematického vnímání, poodstoupit a více si všímat jeho rozmanitých vlastností“ (Kuneš, 2009, s. 12 – 13).*

# HLEDÁNÍ SMYSLU PRÁCE U PRACOVNÍKŮ V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

---

- ✘ Společnými znaky pomáhajících profesí jsou tedy mimořádná psychická zátěž, odpovědnost a rizika pro vlastní duševní zdraví osob, které tyto profese vykonávají (Hartl & Hartlová, 2010).
- ✘ Vávrová (2012, s. 10) soudí, že *„k práci s lidmi a pro lidi nelze přistupovat výhradně jako k zaměstnání, ale spíš jako k poslání.“*
- ✘ Podle Nečasové (2010) bez vnitřního přesvědčení o správnosti poslání sociální práce by pracovník těžko dokázal svoji činnost zvládat.
- ✘ *„Profese orientované na práci s lidmi patří k těm, které mohou nadchnout, které jsou s to angažovat člověka celého. Jsou jednou z možností, jak se vyhnout rozštěpení života na dvě části, kdy jedna část, pracovní, je pouze nezbytnou obětí pro umožnění soukromého života a druhá část je vlastní život, který začíná až po pracovní době.“* (Švarcová, 2015, s. 28)

# PROFESNÍ ZAMĚŘENÍ PRACOVNÍKA

- ✘ Záleží i na oblasti naší práce na poli pomáhajících profesí, kterou si zvolíme.
- ✘ Při práci se starými, chudými, osamělými a postiženými lidmi hodně záleží na životní filozofii pomáhajícího. Některý z pomáhajících pracovníků by jen těžko hledal smysl v práci se starými lidmi, kteří už 'mají všechno za sebou', jiný naopak vnímá osamělost ve stáří jako důležitý a dramatický životní zápas (Kopřiva, 1997).

# SMYSLUPLNOST PRÁCE A SYNDROM VYHOŘENÍ

- ✘ Slezáčková (2012, s. 130) upozorňuje, že smysluplnost neznamena obětování se. *„Existuje mnoho lidí, kteří vykonávají nesmírně důležitou a smysluplnou práci – ve zdravotnictví, ošetrovatelství, v oblasti sociální či hospicové péče. Někteří z nich jsou jí natolik oddáni, že zapomínají sami na sebe – na svoje potřeby, zájmy, svoje radosti a touhy. Do života však stejně jako smysl patří i potěšení, radost a zaujetí.“*
- ✘ Prieß (2015) k tomu dodává, že pro nemocné vyhořením je typické, že nevědí, jak vyjadřovat vlastní emoce a jak s nimi nakládat. *„Nejedná se ovšem jen o chybějící ventil, ale velmi často i o zásadní neschopnost vlastní pocity vůbec vnímat.“* (Prieß, 2015, s. 71)
- ✘ *„Hlavním varovným signálem syndromu vyhoření jsou pochybnosti týkající se smyslu vykonávané práce.“* (Švarcová, 2015, s. 58)

# „SEBEOBĚTOVÁNÍ“ PRACOVNÍKŮ POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍ

---

- ✘ Švarcová (2015) poukazuje na skutečnost, že mnozí mimořádně schopní lidé, kterých by bylo ve školství nutně zapotřebí, odcházejí do jiných, finančně atraktivnějších profesí.
- ✘ *„Na druhé straně se však ve školách setkáváme se skutečnými pedagogickými osobnostmi, které chápou učitelské povolání jako své poslání, kterého se nehodlají za žádných okolností vzdát. Ovšem i toto 'sebeobětování' má svoje limity. Učitel je denně ve středu pozornosti nejen svých žáků, je hodnocen i jejich rodiči a širší veřejností jako představitel kultury a vzdělanosti. Tomu by měla odpovídat i jeho životní úroveň. Měl by mít možnost žít kulturním životem, cestovat, kupovat si knihy a časopisy, důstojně bydlet a vhodně se oblékat, aby tak představoval pozitivní příklad pro děti a mládež, které vzdělává.“ (ibid, s. 39)*
- ✘ Také Kopřiva (1997) připomíná další rozměr práce, který platí v oblasti pomáhajících i ostatních profesí, totiž to, že profesi máme mimo jiné jako prostředek obživy – děláme ji pro peníze.

# ZTRÁTA PRÁCE

---

- ✘ Rotter (1997: 96) připomíná situaci, kdy člověk musí vzít na vědomí své profesní ztroskotání. *„Zde se mu asi velmi tísnivě klade otázka jeho vlastní hodnoty a dalšího smyslu jeho existence.“*
- ✘ Schneiderová (2011, s. 86) je toho názoru, že ztratí-li člověk práci, *„ztratí najednou to, co bylo v jeho životě nosné, smysluplné a oceňované rodinou, sociálním okolím, společností a neposlední řadě i jím samotným.“*

# ROLOVÁ ZTRÁTA (SCHNEIDEROVÁ, 2011)

- ✘ Představuje ztrátu určité sociální role či specifického místa jedince v sociální síti.
- ✘ Význam této ztráty je přímo úměrný míře identifikace s danou rolí.
- ✘ Ztráta zaměstnání, odchod do důchodu, změna pracovního zařazení, sňatek, rozvod...
- ✘ Zaměstnání je jedním z nejdůležitějších principů pořadajících životní dráhu člověka jsou přechod k ekonomické aktivitě a ukončení této aktivity.
- ✘ Cíle, status, sociální kontakty, struktura našeho života i jednotlivých dnů jsou primárně odvozovány z našeho zaměstnání.



# CHARAKTERISTIKY PLACENÉ PRÁCE:

- × Giddens (1989 in Mareš 1994)
- × 1. peníze,
- × 2. úroveň činností,
- × 3. rozmanitost žití,
- × 4. struktura času,
- × 5. sociální kontakt,
- × 6. osobní identita

# NEZAMĚŠTNANOST

- ✗ není vymezena pozitivními atributy, ale negativně jako ztráta zaměstnání,
- ✗ v pracovně orientované společnosti je od nezaměstnaných obecně očekáváno, že budou aktivně hledat práci.
- ✗ Callender (in Mareš 1994): hledání práce je součástí statusu nezaměstnaného, je částí sociálně konstruované identity nezaměstnaných osob. A to nejen jako sociální očekávání, ale i jako morální imperativ.
- ✗ vnímána i jako stigma

# ZTRÁTA ZAMĚSTNÁNÍ

---

- ✘ Může se jednat o tragické vykolejení v životě člověka, zejména jedná-li se o nezaměstnanost nedobrovolnou, a jestliže člověku práce přinášela spokojenost a umožňovala jeho profesní růst.
- ✘ A také, když se hledání nového pracovního uplatnění protahuje.
- ✘ Nezaměstnanost nabourává sebevědomí člověka, jeho sebeúctu.
- ✘ Další dopady nezaměstnanosti?

# PROČ SE LIDÉ OBÁVAJÍ NEZAMĚSTNANOSTI?

- ✘ Lidé pracují proto, aby:
  - + Uspokojili své hmotné potřeby,
  - + Získali pocit bezpečí a psychosociálního bezpečí,
  - + Realizovali sociální kontakty,
  - + Získali a udrželi si sociální postavení,
  - + Mohli se realizovat, ukázat, co umí, cíleně uspokojovat potřebu smysluplné aktivity.

## ZTRÁTA PRÁCE JAKO KRIZE – MŮŽE BÝT PRO:

- ✘ Ty, kteří pracují primárně pro peníze,
- ✘ Nemají jiný smysl života,
- ✘ Neumí ztrátu práce nahradit jinou aktivitou,

# ZTRÁTA ZAMĚSTNÁNÍ JAKO KRIZE

---

- ✘ ne každá ztráta zaměstnání je prožívána jako krize
- ✘ v některých případech je chápána jako „vysvobození“
- ✘ krizový průběh: pracovník je propuštěn pro nadbytečnost, na základě hodnocení zaměstnanců, které považuje za nespravedlivé,...

## KELLER (1997: 75):

- ✘ „Společnosti se vyplatí mít své nezaměstnané, a proto si je pečlivě vydržuje na samém okraji nouze za pomoci minimálních sociálních dávek. Nezaměstnaní na oplátku a zcela zdarma a ve svém volném čase, jehož mají nadbytek, názorně předvádějí zaměstnaným, za co vše vděčí milostivému trhu. Nejen za svá auta, za svoje dovolené a za možnost oblékat, obouvat se a vonět vždy podle poslední módy. Zaměstnaní vděčí trhu především za to, že vědí, kým jsou. Jsou řemeslníky, farmáři, advokáty, holiči, autodopravci či alespoň liberálně konzervativními ideology trhu. Nezaměstnaní nejsou nikým“.

# SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ – I Z MINULÉ PŘEDNÁŠKY

- ✖ Bedrnová, E. & Nový, I. (2002). *Psychologie a sociologie řízení*. Praha: Management Press.
- ✖ Beinar, H. & Clohessy, S. (2017). *Effective Supervisory Relationships: Best Evidence and Practice*. Hoboken: Wiley – Blackwell.
- ✖ Blažek, L. (2011). *Management. Organizování, rozhodování, ovlivňování*. Praha: Grada.
- ✖ Bobek, M. & Peniška, P. (2008). *Práce s lidmi. Učebnice poradenství, koučování, terapie a socioterapie pro pomáhající profese*. Brno: NC PUBLISHING.
- ✖ Frankl, V. E. (1994). *Člověk hledá smysl. Úvod do logoterapie*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.
- ✖ Frankl, V. E. (1996). *Lékařská péče o duši. Základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta.
- ✖ Frankl, V. E. (2006a). *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta.
- ✖ Frankl, V. E. (2006b). *A přesto řící životu ano. Psycholog prožívá koncentrační tábor*. Praha: Karmelitánské nakladatelství.
- ✖ Géringová, J. (2011). *Pomáhající profese – tvořivé zacházení s odvrácenou stranou*. Praha: Triton.
- ✖ Hartl, P. & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.
- ✖ Haškovcová, H. (2007). *Thanatologie. Nauka o umírání a smrti*. Praha: Galén.
- ✖ Kopřiva, K. (1997). *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál.
- ✖ Kubátová, H. (2010). *Sociologie životního způsobu*. Praha: Grada.
- ✖ Kuneš, D. (2009). *Sebepoznání. Psychoterapeutické principy a postupy*. Praha: Portál.
- ✖ Mareš, J. (2002). Pozitivní psychologie: Důvod k zamyšlení i výzva. *Československá psychologie*. XLVI(2), 97 – 117.
- ✖ Mareš, P. (1994). *Nezaměstnanost jako sociální problém*. Praha: Sociologické nakladatelství.
- ✖ Michalík, M. a kol. (2011). *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál.
- ✖ Nakonečný, M. (2005). *Sociální psychologie organizace*. Praha: Grada.
- ✖ Nečasová, M. (2010). Profesionalismus a etické kodexy v sociální práci. In Fischer, O. & R. Milfait a kol. *Etika pro sociální práci* (s. 72 – 94). Praha: JABOK.
- ✖ Prieß, M. (2015). *Jak zvládnout syndrom vyhoření. Najděte cestu zpátky k sobě*. Praha: Grada.
- ✖ Provazník, V. & Komárková, R. (2004). *Motivace pracovního jednání*. Praha: Oeconomica.
- ✖ Rolný, I. (2012). Etika v podnikatelské praxi. In Šmajš, J., B. Binka & I. Rolný. *Etika, ekonomika, příroda* (s. 125 – 176). Praha: Grada.
- ✖ Rotter, H. (1997). *Osoba a etika. K základům morální teologie*. Brno: CDK.
- ✖ Seligman, M. (2011). *Flourish*. New York: Free Press.
- ✖ Schneiderová, A. (2011). Rolová ztráta. In Špatenková, N. a kol. *Krizová intervence pro praxi*. Praha: Grada.
- ✖ Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií. Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada.
- ✖ Snyder, C. R., Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- ✖ Švarcová, I. (2015). *Etika výchovy*. Praha: VŠCHT.
- ✖ Vávrová, S. (2012). *Doprovázení v pomáhajících profesích*. Praha: Portál.