

KRIZOVÁ INTERVENCE 3.BLOK – HANDOUT

Mgr. Alena Olivová, Ph.D.

- Ticho

- **Ticho je přirozená součást komunikace.**
- Ticho může být obrana, strach, nejistota.
- Ticho může být odpor, nesouhlas.
- **„Neutrální“ ticho**
- **„Neproduktivní“ ticho**
- **„Produktivní“ ticho**
- Ticho na začátku / v průběhu / v reakci na intervenci
 - Oslovujeme jej, zda něco signalizuje.

- **Práce s mlčícím klientem**

- Komentujeme ticho – „Nic teď neříkáte.“
- Legitimizace mlčení – „Asi je těžké o tom začít mluvit.“, „Potřebujete se k tomu možná dostat pomaleji.“
- Respekt – „To je v pořádku.“, „Dejte si čas.“
- Reflexe zvuků – „Slyším nějaké šumy, zvuky aut.“
- Dejte mi signál – „Pokud se teď slyšíme, můžete např. ťuknout o stůl?“
- Možnost nabídnout uzavřené otázky
 - „Jste v bezpečí?“
 - „Stalo se něco teď?“
 - ... „Zvládl/a byste mi o tom teď říct víc sama/sám“?
- Informované ukončení / doporučení na e-mail, chat, ... (pokud práce s tichem na klienta po standardní čas nefunguje, příp. pokud je absolutní ticho a pravděpodobnost technického problému)

- Pláč

- Mýty:
 - *Chlapi nepláčou.*
 - *Pláč je ostuda, slabost.*

- *Když někdo pláče, je potřeba ho rozveselit, aby mu nebylo hůř, když s ním v pláči zůstanu.*

- **Práce s plačícím klientem**

- Pojmenování pláče
- To je v pořádku – „klidně plakejte“
- Normalizace
- Přizpůsobit tempo
- Jsem tu s Vámi
- Máme čas
- Jste teď v bezpečí?
- Po pláči opečování – vysmrkat, napít, prodýchat

- Vztek

- *Ad agredior*, Agrese X Agresivita
- Agresivní chování: reaktivní, instrumentální, patologické, trvalý rys osobnosti
- Typy: Fyzická X Verbální, Aktivní X Pasivní, Hetero X Autoagrese
- Témata a typy K: PO, psychózy, intoxikace, vztahové konflikty, nevěra, výchova, péče o děti po rozchodu, sociálně ekonomické obtíže, ...

- **Agresivní klient**

- Ventilace, zrcadlení
- Zdvořilost, přijetí („otevřené dveře“)
- Zpomalit tempo, pokud lze, posadit
- Rozvážnost, dát si čas na odpověď
- Akceptace, případně legitimizace či normalizace
- Teď a tady
- Strukturace
- Limitace a kontrola vlastních emocí
- Myslíme na vlastní bezpečí

- Panika

- Náhlý, nečekaný a intenzivní stav

- Panický záchvat – 5-20 min
 - Vegetativní příznaky
 - Silně úzkostné myšlení, dezorientace
- Nemá jasný spouštěč
- **Práce s panickým klientem**
 - Tunelové vnímání – **mluvíme zřetelně, stručně, direktivně** („ted’ mě poslouvejte!“)
 - **Edukace** („nic se Vám nestane, přejde to“)
 - Práce s tělem (tzv. **grounding**) – posadit, opřít o zeď, chytit se něčeho, nechat otevřené oči
 - Práce s dechem – **dýchání** do břicha, ruku na břicho, dýcháme společně (prohlubujeme a zpomalujeme dech)
 - **Kotvení** v realitě
- Intoxikovaný klient
 - Struktura
 - Direktivita
 - Orientace v situaci
 - Vlastní bezpečí
 - Bezpečnostní zásady organizace
 - Neodsuzovat!
- Psychosociální síť pomoci – kam odkazovat
 - Právně-sociální témata: Občanské poradny, nezisk (Člověk v tísni, ...)
 - Dětská témata: PPP, SVP/DÚ/VÚ, OSPOD, školní psycholog
 - Psychiatrická témata: CDZ, chráněné dílny, OP (ID, ...), ...
 - Partnerská témata: PP, RP
 - Specifická témata pro cílové skupiny: BKB, Podané ruce, Sananim, Anabell, Persefona, ...
- Sebevražedný klient
 - **Myšlenky versus tendence**

- **Typologie:** zkratkovitá, bilanční, účelová/demonstrativní, rozšířena, suicidální dohoda, sebeobětování, sebezabití
 - **Ringelův presuicidální syndrom**
 - Sociální a hodnotové zužování
 - Zadržování agrese a obracení k sobě
 - Sucidiální fantazie
- **Práce se suicidálním klientem**
- **Empatie**, pozornost, vyjádření lítosti, smutku, strachu
 - Zachovat **klid**
 - **Pojmenování situace, otevřený rozhovor** o klientových myšlenkách a pocitech
 - **Mapování sebevražedného plánu, okolností, představ**
 - Úvahy X plán (akutnější)
 - **Zkompetentnění**
 - **Dohoda** o dalších krocích, předání kontaktů, **plánování**
 - Antisuicidální dohoda
- Akutní scénář
- 1. navázání kontaktu
 - 2. otevřená komunikace
 - 3. zhodnocení ohrožení
 - 4. redukce nebezpečí
 - 5. mapování akutní situace
 - 6. spouštěč / motivace
 - 7. hledání záchytného bodu
 - 8. alternativní jednání
 - 9. kontrakt / dohoda o přivolání RZS
- Co nedělat a mýty
- Devalvace a manipulace typu: „Je to sobecké.“, „Nesmíte to udělat.“, „Uvědomujete si, jak tím ublížíte rodině?“
 - **Neobviňovat, neodsuzovat, nemoralizovat, nebagatelizovat**

- *Když někdo o sebevraždě mluví, neudělá ji.*
- *Když s někým o sebevraždě mluvím, vnuknu mu myšlenku ji spáchat.*
- *Sebevražda je impulzivní jednání.*
- *Sebevrazi jsou blázni nebo lidi v depresi.*
- *Lidé, kteří působí v klidu, sebevraždy nepáchají.*

- **Práce s blízkými**

- Pocity sobeckosti a neohleduplnosti, **viny**, hněvu, nezájmu a odmítnutí, ponechání
- Práce se **stigmatem rodiny** (zabránit izolaci a zvnitřňování)
- **Mobilizace rodiny**, zajištění sociální opory, fungovat dál
- Podpora **vzájemné komunikace**
- Podpora adekvátního **vztahování se k zemřelému**
- Svépomocné skupiny