

Krize v životě člověka

člověk v obtížných životních situacích
obtížné životní situace z psychologického hlediska



Význam pojmu krize, psychická krize

□ **Krize** – „bod obratu“, zlom v situaci, v normálním průběhu života, předěl, určité vyvrcholení děje, rozhodující chvíle ...

□ **krinó (řec.)** = volit, oddělit, vybrat,

□ **krisis (řec.)** = rozsouzení, rozhodnutí

■ **Polarita krize** (dvojitý aspekt)

(pozn.: čínský výraz pro krizi: **wei-ji /wej-dži/** = „nebezpečí-příležitost“)

Krize může být současně

□ situací krajní nouze

□ příležitostí k pozitivnímu obratu, k růstu (v osobn. smyslu)

Problém je v tom, že smysl, význam krize (resp. celý její kontext...) vidíme až zpětně (pozn.: Kastová – tvořivý proces)

Druhy krizí

(více možností dělení, toto nejlogičtější a nejpoužívanější)

kritéria: 1. příčina, 2. průběhové charakteristiky, 3. míra uvědomování, dále je důležitá intenzita krize (jako případné kritérium)

Podle příčiny (event. spouštěče) (1)

□ Vývojové (přechodové, transitorní)

„normální“ (tj. postihují víceméně každého), objevují se v určitém vývojovém období (ontogeneticky), popř. jsou mezníky v životě člověka či jeho rodiny **jsou předvídatelné!** (nikoli ale jejich projevy, průběh, důsledky apod.)

Příklady: „separační krize“ v adolescenci, klimakterická krize, „krize středního věku“, mezníky: narození prvního dítěte, odchod do důchodu... ,

- *vývojově psychologicky systematicky rozpracováno: Erikson: 8 věků člověka (in: Dětství a společnost)*

□ Traumatické (pozn.: trauma=úraz, zranění)

- *Individuální (ztráta blízkého, autonehoda, útok, zneužití, svědectví traumatu...)*
 - *Komunitní (povodně, hurikán, zemětřesení, terorismus, válečné situace ...)*
-

Druhy krizí

(více možností dělení, toto nejlogičtější a nejpoužívanější)

kritéria: 1. příčina, 2. průběhové charakteristiky, 3. míra uvědomování

Podle průběhu (2)

□ Akutní krize

nápadné, bouřlivé, často jim předchází traumatizující zážitek (životní událost), jsou nepředvídatelné

(v psychol. nebo psychiatr. ordinacích nejčastěji právě lidé v akutní krizi)

□ Chronické

Začátkem i průběhem nenápadné, mohou probíhat i roky (!!), nejčastěji dlouhodobě ne(vy)řešené problémy či konflikty v mezilidských vztazích

(někdy se mluví o tzv. mikrotraumatizaci - např. po mnoho let)

Akutní a chronická krize – někdy jedna přechází v druhou (akutní se může „chronifikovat“, naopak i chronická k. může vyvrcholit v akutní...)

Druhy krizí

(více možností dělení, toto nejlogičtější a nejpoužívanější)

kritéria: 1. příčina, 2. průběhové charakteristiky, 3. míra uvědomování

Podle míry vědomé reflexe (3)

□ Zjevné krize

člověk si je plně uvědomuje a připouští, někdy je ani „nelze nevidět“
(vážné somatické onemocnění, rozpad manželství, ztráta blízkého člověka...)

□ Latentní

jakoby člověku „utajené“, neuvědomuje si je (resp. ne plně); nejčastěji se projevuje nepřímo: závislosti, somatizace, depresivní ladění, nadměrná únava, nejasné (nepochopitelné) úzkostné stavy, útěk do ...

- významná souvislost: PTSD – posttraumatický syndrom, posttraumat. stresová porucha,
 - další důležitá souvislost: trauma(-tizace) v dětství má za následek vznik určitého „specificky citlivého místa“ (oblast vyšší zranitelnosti) v psychice člověka, někdy dojde k retraumatizaci
-

Psychopatologie krizových stavů

- **Projevy krize** lze popsat pomocí psychopatologických pojmů (*pozor na chápání slova „patologie“*)
 - **úzkost nebo strach** (*úzkost*- nápadný a nepřehlédnutelný příznak), spojeno s neschopností koncentrace, pocitem „zmatku“, často s vegetativním doprovodem, *strach* – většinou situační strachy vázané k určitému místu atp.
 - **deprese** (chorobně smutná nálada, kt. má vliv na ostatní oblasti psychiky, *pozor na slovo „chorobně“*)
 - **vegetativní symptomy** (nejčastěji: 7 „klasických“: astma bronchiale, revm. artritida, thyreotoxikóza, hypertenzní choroba, neurodermatitis, peptický vřed, migréna)
 - **paranoidní reakce** (pocit ohrožení bez reálného podnětu, přenesení úzkosti na osoby v okolí – chápány jako nepřátelské)
 - **psychogenní psychóza** (přítomnost psychotic. symptomů)
-

děkuji vám za pozornost

