

# Krizová intervence

*Příklad – Martina (tatínek), Kamila, Marie, studenti  
Rovina odborné a laické pomoci*

---

- Mezi metody sociální práce patří krizová intervence, kdy vnitřní a vnější spouštěče krizí ohrožují život jedince i celých skupin, a pokud člověk nenachází ve svém prostředí pomocné mechanismy, je zde sociální pracovník, který situaci řeší.
- **Odborná stránka krizové intervence předpokládá speciální výcvik sociálního pracovníka, který zvládá spolu s klientem celý proces napomáhající k vyrovnání situace (Vodáčková, 2007).**
- Krizová intervence ovšem může být v jednodušších případech řešena i laikem (jedinec často vstupuje do problémů svých blízkých, přátel, žáků, studentů, klientů a hledá možná východiska

# Odborná i laická rovina

---



- Utrpení patří k lidskému životu
- Krize patří k životu, jinak by nás nebavil
  - Krize je (může být) šancí
  - Neplatí to pro všechny krize
  - Krize je situace v ohrožení
- Pravda se vyjevuje prožitkem, ne pouhou informací

# Úvaha

---

# V krizi selhávají běžné obranné mechanismy

Psychosociální krize je časově omezena  
Snaha vytvořit novou rovnováhu

---



**Reakce na krizi –  
agrese, útěk, zmrznutí**

---



- Respektovat emoce
- Schopnost sdílet a sdělovat
- Dobrý kontakt s tělem (člověk v krizi nevnímá bolest, nevnímá tělo)
  - Kontakt, vcítit se
  - Kontakt s vlastními potřebami
    - Vědomí vlastní hranice
- Využít vlastních zkušeností, dát na rady a

zkušenosti druhých

# **Vědomé adaptivní postupy v krizi**

---

- **Schopnost využít přirozené komunity lidí**
  - **Schopnost využít vzorců kolektivního chování**
- **Inspirovat se zkušenostmi, vyprávěním, příběhy**
- **Zapojení fantazie, tvořivosti, neuvěřitelné řešení**

# **Důležité**

---



- Řada vynálezů vznikla v nouzi,  
v krizi

## Tvořivé řešení

- Víra a naděje
- Bez naděje je svět děsivým místem
- Nalézt smysl v utrpení (neuróza je utrpení jehož smysl nelze nalézt)

**Fáze krize se podobají fázím  
tvořivého řešení**

---



- Záleží na vývojové etapě
- Situaci, historii rodiny,....
- 55 procent krizí – pocity prázdna, hodnotového vakuua
- Krizi vyvolává spouštěč – příčiny krize
- Poslední kapka nemusí být příčina – chronologický čas

# **Přežít krizi**

---

- Vývojové krize – z dospívání
- Krize ze ztráty – ohrožení života,...
- Krize související s traumaty  
(důležité jsou sny, noční děsy, zbytky raných strachů, někdy předjímají těžkosti, které přijdou, duše je schopna předjímat věci)

## **Možné krize**

---



Stresory mohou být

- ztráta, změna, volba...

Náhradní řešení nebo volba  
menšího zla

**Klasifikace životních  
událostí**

---



- Nejrozšířenější symptom – úzkost
  - Obranné mechanismy proti úzkosti

*(Máme je? Co je pro nás tím mechanismem, reflexe vlastních mechanismů.)*

**Krize – sociální pracovník musí zjistit, co se děje, kdo je vlastně klient, jakmile je klient nečitelný hned doporučit odbornou pomoc**

---

- Dostat se do reálné situace klienta
- Naladění se na celkovou situaci člověka
- Co s čím souvisí
- Musíme se dostat ke klientovi
- Důležitá je opravdovost
- Lidé se brání manipulaci
- Dostat se do hodnot klienta
- Co je pro něco důležité
- Pracovat s vlastním pocitem

## **Základní informace ke krizové intervenci**

---



- Nenabízet hned řešení
- Klást jednoduché otázky
- Je třeba dát rozhovoru směr
- I když klient řekl co chce, musíme zjistit co opravdu chce

## **Upozornění**

---



- Může probíhat kdekoliv
- Nedoporučuje se tváří v tvář, klient si potřebuje oddychnout, uhnout očima
- Klient má mít možnost odejít
- Kapesník, něco chytit do ruky, nemá být sterilní prostředí
- Napít se vody
- Umýt, toaleta
- Informovat klienta o čase
- Představit se

## **Kroky krizové intervence**

---

- Hračka, časopis
- Vytvoření bezpečného rámce, místa
- Klient se nemusí identifikovat
- Věci, které orientují, uklidňují
- Posoudit emoční stav dotyčného
- Navázat kontakt
- Nebýt soudce
- Možnost spontánně mluvit, ale dát i otázky, něco se dozvědět

## **Další možné postupy**

---



- Důležité zjistit, jestli klient už někde řeší problém
- Neptat se na zaměstnavatele
- Povídat, povídat, emočně se vyjádřit
- Je třeba si někdy vytvořit nějakou strukturu
- Vlastními slovy shrneme, co nám klient řekl
- Co nejosobněji
- Zprostředkovat kontakty odborné pomoci

# **další**

---



- Pozor na závažné situace, ohrožení zdraví a majetku
- Stále se vracet k zakázce, na co nás klient potřebuje
- Zkušenost je důležitější než odborná příprava
- Zjistit přítomné obranné strategie – jestli už někdy byla podobná situace a jak jí řešil
- Podle toho poznáme jeho síle i slabiny  
*(kdo mluví o tom, že se zabije, může se zabít)*

# Upozornění

---

- **Významnou roli ve zvládnání krizí sehrává sociální síť, kterou má člověk kolem sebe vytvořenu. Sociální pracovní sleduje vnitřní a vnější spouštěče krizí a napomáhá adaptaci objektu na vlastní vývoj a hybris – zpupnost, „citlivé místo“.**
  - Krizová intervence může být spojena s pojmy: ztráta objektu, volba, změna.
    - Krize dělíme na zjevné, latentní; akutní chronické.
  - Dělení probíhá podle závažnosti. Průběh krize ovlivňuje časový rámec, krizový stav, který může být prohlouben syndromem psychického ohrožení.
  - Je nutné sledovat akutní reakci na stres, jestli se jedná o reakci aktivní, nebo pasivní.

# **Význam sociální sítě, krize, rozdělení**

---



Řešení krize se neobejde bez svépomoci a vzájemné pomoci, **krizová intervence předpokládá v současné době spíše environmentální aspekt** (poukazování na deficit ve službách – např. samoživitelka, gambler, chronicky nemocný, oběť...)

---



- Sociální pracovník definuje minimální cíle, významná je prevence možného zhoršení stavu a kontext klientových vztahů, aktivní i direktivní.
  - Co se týká samotného procesu, tak nastupuje okamžitá redukce ohrožení, kterou zvládají krizová pracoviště, kde proběhne první odhad a posouzení, dále pak psychiatrická anamnéza, formulace hypotézy a intervence (Vodáčková, 2007).
-

- Okamžitá pomoc
- Redukce ohrožení (utváření emocionální podpory, pocitu bezpečí, atd.)
- Koncentrace na problém „tady a teď“
- Časové ohraničení
- Intenzivní kontakt krizového intervenanta s klientem
- Od trpělivého empatického naslouchání až po direktivní zásah v situaci ohrožení zdraví a života
- Individuální přístup ke klientovi

## **Shrnutí – specifické znaky krizové intervence**

---



- Poskytnutí emocionální podpory a pocitu bezpečí
  - Usnadnění komunikace
  - Podpora ventilace emocí
- Konfrontace s realitou a eliminace tendencí k odmítání a zkreslení reality
  - Odhalení skryté zakázky
- Zhodnocení dosavadních adaptačních mechanismů a využití efektivní adaptačních mechanismů
  - Mobilizace zdrojů pomoci – sociální síť
    - Vytvoření plánu pomoci

**Krizovou intervencí v praxi tvoří nejčastěji tyto aktivity**

---

- Utěšování, přesvědčování, dobr rad
- Tlumení emocionální emoci – místo nebreč, ...můžeš se vyplakat“
  - Vynucování rychlých rozhodnutí
  - Bagatelizování intenzivních projevů krizové reakce (spánek, alkohol, přijímání potravy,...)
- Příliš časnému podávání uklidňujících léků

# Čemu se vyvarovat

---



- Studium literatury
- Frankl, Vodáčková

# Doporučení

---