

# 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 obránné 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**

**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
- Na situaci, historii rodiny,....
- **55 procent krizí – pocity prázdna, hodnotového vákua**
- 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 nejsobněji**
- **Zprostředkovat kontakty odborné pomoci**

## **A 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 sílu 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 rámeček, 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).

# Definice

---

- 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, dobré rady
- 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**

---