

# KRIZE

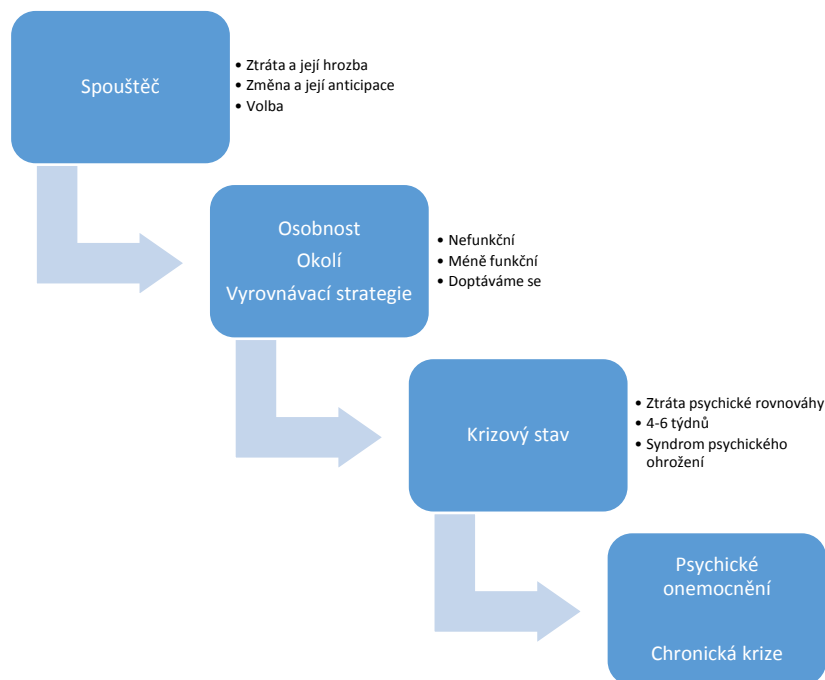
## Krize

(Cimrmannová, T., 2013; Špatenková, N., 2004; Vodáčková, D., 2007)

Důsledek střetu s překážkou, kterou nejsme schopni zvládnout vlastními silami a vyrovnávacími strategiemi v přijatelném čase a navyklym způsobem.

Nejčastější spouštěče:

- Ztráta, změna, volba



## Příznaky krize

(Vodáčková, D., 2007)

- Somatické
- Psychické
- Sociální

## Typy krizí (Baldwin)

(Špatenková, N., 2004a; Vodáčková, D., 2007)

1. Situační krize (ztráta, změna, volba)
2. Tranzitorní krize (očekávané životné změny, vývojové nároky)
3. Krize pramenící z náhlého traumatizujícího stresu
4. Krize zrání (z psychodynamiky jedince)
5. Krize pramenící z psychopatologie (neurózy, závislosti)

## 6. Psychiatrické neodkladnosti (emergentní situace ohrožující život)

### KRIZOVÁ INTERVENCE

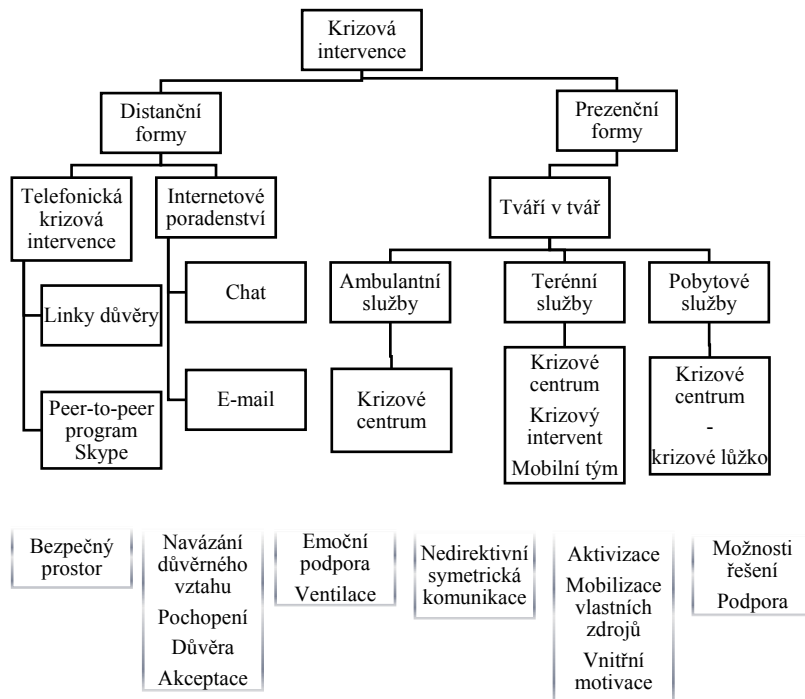
#### Krizová intervence (principy a znaky)

(Špatenková, N., 2011; Vodáčková, D., 2007)

- Včasná, krátkodobá, časově ohraničená
- Snadno dosažitelná a kontinuální
- Strukturovaná metoda
- Aktivní, direktivní přístup
- Abreakce emocí
- Zaměření na vznik současné situace
- „Tady a teď“
- Podpora sebejistoty klienta
- Krátkodobé plány
- Prevence toho, aby se situace zhoršovala
- Práce s celým systémem klienta

#### Formy krizové intervence

(Špatenková, N., 2011; Vodáčková, D., 2007)



## **Proces krizové intervence**

*(Kopřiva, K., 2006; Mičák, Z., 2005; Špatenková, N., 2011; Vodáčková, D., 2007)*

- 1. Navázání kontaktu**
- 2. Práce s emocemi**
- 3. Identifikace zakázky**  
(zjevná, skrytá)
- 4. Mapování a orientace v aktuální situaci**  
(aktuální stav, subjektivní chápání příčin, příznaky, minulá zkušenost, vyrovnávací strategie, poslední kapka, sociální sítě)
- 5. Společné hledání možných řešení**  
(kompetence klienta, mobilizace vlastních zdrojů)
- 6. Směřování hovoru ke konci**  
(rekapitulace a doporučení)

## **Techniky hovoru**

*(Špatenková, N., 2004b; Úlehla, I., 2005; Vodáčková, D., 2007)*

- Provázení
  - prostor pro ventilaci
  - empatické naslouchání
  - zrcadlení
  - ozvěna
- Vedení
  - aktivní dotazování
  - rekapitulace
  - parafráze
  - kotvení
  - pozitivní konotace
- Otázky
  - Uzavřené
  - Otevřené

## SPECIFICKÉ OBLASTI KRIZOVÉ INTERVENCE

(Vodáčková, D., 2007)

- Pubescence
  - Hormonální změny, období prvních lásek
- Adolescence
  - Hledání smyslu života, místa ve světě, identity

Chlapci/Muži	Dívky/Ženy
Mutace Poluce Změna role (otec) Impotence	První menstruace Sekundární pohlavní znaky Těhotenství, porod Potrat Klimakterium Konflikt rolí

### Krizová intervence u dětí

ANO	NE
<ul style="list-style-type: none"><li>• Přizpůsobit věku a zralosti dítěte</li><li>• Přizpůsobit neverbalitu (dotek)</li><li>• Vytvořit bezpečí (hračka)</li><li>• Otevřenost</li><li>• Bezpečná direktivita</li><li>• Vracet „tady a teď“</li><li>• Zjednodušit</li><li>• Oceňovat</li><li>• Normalizovat</li><li>• Fantazie (tři přání, pohádkové příběhy)</li><li>• Neutralita</li><li>• Hledat dospělého spojence</li><li>• Ověřovat si porozumění</li></ul> <b>! VĚŘIT!</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nezlehčovat</li><li>• Nepitvořit hlas</li><li>• Falešné sliby a utěšování</li><li>• Nemoralizovat</li><li>• Nerozkazovat</li><li>• Dlouhý monolog</li><li>• Stále se ptát dokola co by dítě chtělo</li></ul>

### SYNDROM CAN

(Vodáčková, D., 2007)

- Tělesné týrání
- Pohlavní zneužívání
- Citové týrání
- Zanedbávání (tělesné, citové, výchova a vzdělávání)
- Systémové týrání

### Možné symptomy sexuálního zneužívání

- Sexuálně zřetelné chování, nepřiměřené znalosti
- Pomočování
- Sebepoškozování
- Záněty močových cest, drobná genitální poranění
- Bolesti břicha
- Neklid, skleslost
- Vyhýbání se místům, osobám
- Problémy s jídlem, zvracení
- Poruchy spánku, noční děsy
- Odmítání se svlékat na noc, změny v hygieně
- Výkyvy ve škole
- Poruchy chování
- Fenomén tajemství
- Nedůvěra k dospělým
- Promiskuita x neschopnost blízkosti, intimity

### Jak pomoci?

- Na jeho straně
- Věřit, nezpochybňovat
- Neoznačit popisované jako sexuální zneužívání dříve než dítě
- Ujistit, že je dobře, že zavolalo
- Natlačit na odkrytí anonymity
- Nabízet podobnou zkušenost dalších klientů
- Hledat dospělého spojence, v koho má důvěru
- Chválit, že našlo odvahu a sílu
- Co zkusilo, aby se to neopakovalo
- Zdůraznit, že nenesé vinu, odpovědnost je vždy na straně zneuživatele
- Udělat vše pro to, aby se obrátilo na odbornou pomoc
- Pracovat s časovou perspektivou – jednou to skončí
- Když někoho najde – připustit, že mu možná nebudou věřit

- Co bude, když nahlásí na policii – budou kontaktovat rodiče, ptát se jak to bylo
- Odsoudit jednání, ne pachatele
- Ptát se na antikoncepci
- Upozornit na trestnost

## DOMÁCÍ NÁSILÍ

*(Vodáčková, D., 2007)*

Znaky

- Opakování
- Eskalace
- Blízkost osob
- Místo páchaní stranou společenské kontroly

Jak pomoci?

- Vyslechnout s porozuměním
- Postupovat pomalu
- Malé kroky, povzbudit, nastartovat aktivitu klienta
- Nesnažit se donutit klienta k rozhodnutí
- Zdůraznit hledisko zdraví a života (i dětí)
- Hledat vhodná řešení a perspektivy
- Důkazy
- Bezpečnostní plán (předejít napadení, útěk)
- Konečné rozhodnutí musí být na klientovi
- Odsoudit jednání ne pachatele
- Informace: vykázání, intervenční centrum, azylové domy

Kontakty

- DONA linka (<http://www.donalinka.cz/>)
- Poradny pro rodinu, manželství, mezilidské vztahy
- Občanské poradny
- Intervenční centrum (<http://www.ic-brno.cz/>)

- Bílý kruh bezpečí (<http://www.bkb.cz/kontakt/ceska-republika/brno/>)
- Azylové domy

## **SUICIDIUM/SEBEVRAŽDY**

*(Vodáčková, D., 2007)*

MTÚRR (myšlenky, tendence, úmysl, rozhodnutí, realizace)

Signály

- Dává do pořádku různé záležitosti
- Pocity zbytečnosti, bezmoci
- Uklidnění, loučení se – náhlé zklidnění
- Pokus v minulosti, rodinná anamnéza
- Sebepoškozování, užívání drog

Alarmující věty

- Nemá cenu bojovat
- Už mě to netrápí
- Je mi to jedno
- Nechci u toho být
- Jste poslední, s kým o tom mluvím

Jak pomoci?

- Záchytné body při práci se sebevražděnými klienty

## **INTERNETOVÉ PORADENSTVÍ**

*(Horská, B., A. Lásková, L. Ptáček, 2010)*

- E-mail
- Chat
- Skype
- Portály (<http://www.internetporadna.cz/nase-projekty/poradna/iporadna#.VRANvI6G-24>)
- Postupy a techniky jako u krizové intervence
- Struktura e-mailu

## Použité zdroje

- CIMRMANNOVÁ, T. *Krize a význam pomáhajícího prvního kontaktu: aplikace v kontextu rodinného násilí*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2013. 197 s. ISBN 978-80-246-2205-7.
- HORSKÁ, B., A. LÁSKOVÁ a L. PTÁČEK. *Internet jako cesta pomoci: Internetové poradenství pro pomáhající profese*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2010. ISBN 978-80-7419-034-6.
- MLČÁK, Z. *Emergentní psychologie a krizová intervence*. 1. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě - Filozofická fakulta, 2005. 64 s. ISBN 80-7368-036-X.
- ŠPATENKOVÁ, N. *Krizová intervence pro praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004. 197 s. ISBN 80-247-0586-9
- ŠPATENKOVÁ, N. *Krizová intervence pro praxi*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011. 200 s. ISBN 978-80-247-2624-3.
- ÚLEHLA, I. *Umění pomáhat: Učebnice metod sociální práce*. 3. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2005. 128 s. ISBN 80-86429-36-9.
- VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence*. 2. vyd. Praha: Portál, 2007. 544 s. ISBN 978-80-7367-342-0