

## Předmět: **Krize v životě člověka, instrukce, náměty k seminárnímu úkolu**

Podmínkou k ukončení předmětu „*Krize v životě člověka*“ je **splnění seminárního úkolu** a poté **(jedna z následujících dvou možností – dle výběru studenta)**

|1| **buď** jeho **prezentování** (čas. rozsah 15 - 20 min) v pátečním výukovém bloku, konkrétně: **6. 12. 2019** (od 9.00 do 16.00, v učebně č. 27)

|2| **nebo** jeho **odevzdání** (rozsah 3 - 5 normostran) **v elektronické verzi** (na mail-adresu [prokopova@ped.muni.cz](mailto:prokopova@ped.muni.cz)), přičemž odevzdat je možné až do konce zkouškového období.

Váš seminární úkol bude zaměřen **empiricky**<sup>1</sup> (*empirie – „zkušenost jako zdroj poznání“*). Provedete **malý kvalitativní výzkum(ek), ilustrující některý/é z aspektů krize v životě člověka**. Současně se seznámíte se základními pojmy, vztahy a souvislostmi tohoto tématu prostřednictvím stručných podpůrných textů v ISu - <https://is.muni.cz/auth/el/ped/podzim2019/VZpB32/><sup>2</sup> (nebo jiné literatury – např. uvedené jako „doporučená“), abyste mohli získanou zkušenost a výsledky svého autentického zkoumání zasadit do teoretického kontextu (např. pojmenovat, o jaký druh krize se jedná/jednalo, jak probíhala, jaké byly její příčiny, jaké byly rizikové či protektivní faktory, případné následky atd. atd.). Používanými metodami při realizaci výzkum(k)u bude zejména **rozhovor**, dále pozorování, u některých úkolů je vhodná anketa ... atp.). Vhodné pro tyto účely je zejména **narativně biografické interview** - mrkněte [sem](#) a [sem](#), můžete použít i anketu (mezi vašimi vrstevníky např. – vhodné pro námět č. 2) atd.

Úkoly jsou zadány ve formě **námětů**, tzn. - není zde přesné zadání, ale u každého úkolu máte velký „stupeň volnosti“ pro vlastní modifikaci, popř. pro vlastní nápad, úkoly můžete i kombinovat (je samozřejmé, že se obsahově překrývají). Pokud si se svými modifikacemi či nápady nejste jisti, budu ráda, když je se mnou prokonzultujete<sup>3</sup>. Konzultovat můžete kdykoli v průběhu práce na seminárním úkolu (ať už určeném k prezentování nebo odevzdání).

U úkolů (1) až (3) je stručně naznačen způsob jejich realizace, u následujících úkolů je způsob obdobný – vždy se jedná o **autentickou zkušenost konkrétního člověka** (resp. více lidí), vámi zaznamenanou, zpracovanou (pomocí teorie) a zprostředkovanou (buď spolužákům při páteční prezentaci – nebo pomyslnému čtenáři v případě odevzdání práce).

### **Náměty k seminárnímu úkolu:**

**(1) Krize s odstupem let** (dvojitý aspekt krize – s časovým odstupem krize nejen negativní, způsoby zvládnání, faktory, dynamika ... atd.)

**Retrospektivní rozhovor se seniorem**, v němž půjde zejména o vystižení toho, jak vnímá starý člověk s odstupem různá bolavá místa své životní cesty, co mu pomohlo v nejtěžších chvílích, co event. naopak ublížilo atp. Pokud máte

<sup>1</sup> Tentokrát (na rozdíl od předmětu „Rodina v sociálním kontextu“, který většina z vás absolvovala, kde byla možnost vybrat si i úkol zaměřený teoreticky) bude seminární úkol zaměřen „pouze“ © **empiricky**, což je vzhledem k živosti tématu „krize ...“ bezesporu přínosnější.

<sup>2</sup> Jako zdroj nejzákladnějších informací k tématu doporučuji stručnou prezentaci |1| a stručný text |2|.

<sup>3</sup> Konzultační hodiny: **čtvrtek 13-14** v pracovně vyučující nebo kdykoli mailem [prokopova@ped.muni.cz](mailto:prokopova@ped.muni.cz)

možnost rozhovoru s více seniory, je možné též zaměřit se na srovnání jejich různých zkušeností (např. v souvislosti s osobnostními charakteristikami).

## **(2) Krize a její zvládání**

**Rozhovory s vrstevníky**, klíčové otázky - např. co kdo považuje za největší krizi ve svém životě, jak se kdo s touto krizí vyrovnal, co je/bylo nejtěžší na jejím zvládnutí/zvládání, co/kdo komu nejvíce pomáhá v tíživých situacích atp. Půjde zejména o vystižení jak rozdílnosti, tak i společných znaků prožívání krize a jejího zvládání, a to ve vrstevnické věkové skupině.

## **(3) Krize a alkohol či jiná závislost<sup>4</sup>**

**Rozhovor s člověkem, který se stal závislým na alkoholu v souvislosti s nějakou krizí** (ať už akutní – konkrétní trauma – nebo chronickou – dlouhodobá traumatizace). Může jít o člověka, který dosud svou závislost nepřekonal nebo o člověka, který ji naopak překonal. Zde půjde zejména o vystižení souvislosti krize a etiologie závislosti, dále o dynamiku celého procesu, případně také o motivaci k abstinování, prognostickou rozvahu atd.

## **(4) Komunitní krize**

## **(5) „Odložená bolest“ (PTSD – posttraumatická stresová porucha)**

## **(6) Chronická krize (traumatizace)**

## **(7) Syndrom vyhoření (specifická krize u pomáhajících profesí)**

## **(8) Krize v partnerském vztahu**

## **(9) Krize a rodina**

## **(10) Krize jako bod obratu**

---

*Konkrétní výběr úkolů bude probíhat jednoduše:*

*jakmile si vyberete úkol (event. po konzultaci), sdělíte mi – každý z vás sám za sebe, **do 11. října** na adresu: [prokopova@ped.muni.cz](mailto:prokopova@ped.muni.cz) tyto dva údaje:*

→ ***které téma jste si zvolili** (popř. jak hodláte to či ono téma modifikovat, případně i vámi navrhované další – nové téma),*

→ ***jakou formu splnění úkolu jste si vybrali** (buď odevzdání seminární práce nebo prezentování v pátečním bloku 6. 12.),*

*možná, že jsem něco napsala nejasně nebo nenapsala vůbec, klidně se na mě obraťte kdykoli s jakoukoli otázkou mailem nebo za mnou přijďte v konzultačních hodinách!!*

*přeji vám, abyste si úkol dobře zvolili a aby pro vás byl obohacením,  
na setkání s vámi i na vaše seminárky se těším!  
a všechny vás zdravím,*

*Alice Prokopová*

---

<sup>4</sup> Popř. i jiná závislost či jiné látky, přičemž alkohol patří stále mezi nejčastěji užívané látky při pokusech o „samoléčbu“ psychické bolesti.