

Podmínkou k ukončení předmětu „*Krize v životě člověka*“ je **splnění seminárního úkolu (a odevzdání v elektronické podobě)**.

Váš seminární úkol bude zaměřen výhradně **empiricky**¹ (*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/podzim2022/VZkB32/>² (nebo jiné literatury – např. uvedené jako „doporučená“). Jde o to, 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**, u některých úkolů je vhodná anketa ... atp.). Vhodné pro tyto účely je zejména **narativně biografické interview** – mrkněte např. [sem](#) a [sem](#) nebo [sem](#), můžete použít i anketu (vhodné např. 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 prokonzultujete³. Konzultovat můžete kdykoli v průběhu práce na seminárním úkolu.

U úkolů (1) až (4) 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 a zpracovanou (pomocí teorie).

¹ 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 výhradně **empiricky**, což je vzhledem k živosti tématu „krize ...“ bezesporu přínosnější.

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

³ Kdykoli mailem: prokopova@ped.muni.cz nebo po domluvě přes MS TEAMS

Náměty k seminárnímu úkolu:

(1) Krize s odstupem let

(dvojitý aspekt krize – s časovým odstupem krize nejen negativní, způsoby zvládání, 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 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 závislost⁴

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

Zde se nabízí vysoce aktuální téma: Epidemická komunitní krize (covid-19, krize spojená s děním na Ukrajině atp.). Můžete např. zjišťovat, jak kdo (vaši vrstevníci či lidé různého stáří, celé rodiny atd. atd.) prožívají tuto krizi, která různým způsobem a v různé míře zasahuje do života (pravděpodobně) nás všech, jakým způsobem se různí lidé se situací vyrovnávají atp.

(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 (posttraumatický růst)

Seminární úkol mi zašlete do 31. března 2023

na mail-adresu prokopova@ped.muni.cz

Možná, že jsem něco napsala nejasně nebo nenapsala vůbec, klidně se na mě obraťte mailem kdykoli s jakoukoli otázkou.

***Přeji vám, abyste si úkol dobře zvolili
a aby pro vás byl obohacícím;
všechny vás zdravím,***

Alice Prokopová

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