

## Krizová intervence jako poradenská metoda

Krizovou intervenci můžeme vymezit jako „specializovanou pomoc osobám, které se ocitly v krizi.“ Tvoří ji různé formy pomoci, které mají za úkol vrátit jedinci jeho psychickou rovnováhu, narušenou kritickou životní událostí. Krizová intervence zahrnuje především pomoc:

- psychologickou
- lékařskou
- sociální
- právní

Krizová intervence ve formě **psychologické pomoci** spočívá v časově omezeném terapeutickém kontaktu zaměřeném na problém, který krizi vyvolal. Jedinec je z krizí konfrontován a dochází k jejímu řešení. Eliminace příznaků krize a znovuoobnovení psychické rovnováhy zabraňuje dalšímu rozvoji dezorganizace.

**Lékařská pomoc** zahrnuje především intervenci psychiatrickou a v případě potřeby také medikaci a krátkodobou hospitalizaci.

V rámci **sociální pomoci** je krizová intervence chápána jako činnost směřující k okamžitému sociálnímu zásahu zaměřenému na osoby, které se ocitly v akutní krizové situaci. Zahrnuje služby sociální intervence poskytované osobám, které se přechodně ocitly nebo žijí v mimořádně obtížných poměrech.

**Právní pomoc** může být v omezeném rozsahu poskytnuta také sociálním pracovníkem, a to zejména v oblasti sociálně – právní, ale spadá zejména do kompetence právníků.

Krizová intervence tedy představuje komplexní, intenzivní pomoc.

Krizová intervence má svá specifika, jež lze jen obtížně naplnit využíváním klasických psychoterapeutických metod a postupů. Člověk, který se ocitnul v životní krizi, se totiž liší od tradičního klienta psychoterapeutických ordinací. Nepotřebuje často provádět hluboké sondy do své životní historie, potřebuje pouze doprovázet v náročné situaci, která mu z různých důvodů přerostla přes hlavu a již není schopen zvládnout svými obvyklými vyrovnávacími

strategiemi. Cílem krizové intervence v tu chvíli není vyřešit všechny problémy, s nimiž se klient ve svém životě potýká, ale pouze mu pomoci dostat se do stavu, v němž byl před vypuknutím krize.

Cíle krizové intervence jsou jednak aktuální – uklidnit klienta, stabilizovat jeho stav, snížit nebezpečí, že se krize bude nadále prohlubovat, jednak perspektivní – propracovat s klientem blízkou budoucnost, hledat v případě nutnosti další možnosti řešení. V průběhu krizové intervence nabízí pracovník klientovi pomoc s cílem: (a) usnadnit komunikaci (jak mezi klientem a pracovníkem, tak ale převážně mezi klientem a jeho okolím), (b) umožnit klientovi správný odhad problému a jeho účelné řešení, (c) pomoci klientovi při vyjadřování emocí, (d) pomoci klientovi opět získat sebedůvěru, (e) zmapovat možnosti podpory v okolí klienta (jak laické, tak profesionální). Má-li být krizová intervence účinná, je nutné využít intervalu zvýšené otevřenosti pro vnější pomoc a možnost změn. Jakmile akutní krize odezní, motivace a připravenost ke změnám se zmenšuje.

Existují různé formy odborné pomoci v krizi. Můžeme je klasifikovat podle různých kritérií, např. podle typu kontaktu krizového intervenanta s klientem můžeme hovořit o

- **prezenční formě pomoci**
- **distanční formě pomoci**

Prezenční pomoc zahrnuje ambulantní formu pomoci v krizi, hospitalizaci, terénní a mobilní služby.

V praxi jsou výše uvedené formy pomoci prováděny jen zřídka jednou institucí, obvykle se různé instituce zaměřují podle svých možností pouze na některé formy krizové intervence.

Instituce poskytují primárně krizovou intervenci běžně nazýváme krizová centra (viz. Dětské krizové centrum).

Distanční forma pomoci představuje proces krizové intervence, kdy je krizový intervenant prostorově vzdálen od klienta. Distanční forma pomoci zahrnuje zejména telefonický ( Linka důvěry pro děti a mládež, Help line AIDS...) nebo internetový kontakt s klientem( E –linka důvěry...-v poslední době stoupá zájem o tuto formu pomoci).

Pokud Vás Krizová intervence zajímá doporučuji k přečtení:

Špatenková, N. a kol.(2004): Krizová intervence pro praxi. Praha, Grada Publishing.

Vodáčková, D. a kol.(2002): Krizová intervence. Praha, Portál.