



Krizová intervence shrnutí, přehled nástrojů KI, etická
dilemata
PhDr. Daniela Vodáčková

Definice metody

- Krizová intervence je odborná metoda, která vychází z lidských přirozených mechanismů pomoci a podpory v krizi a rozvíjí je pomocí cílených, odborných a reflektovaných postupů.
- Orientuje se na řešení konkrétního problému a na práci se silnými emocemi.
- Časově je orientována na blízkou minulost – to, co vzniku krize předcházelo a na blízkou a bezprostřední budoucnost, do níž je situováno řešení anebo první kroky vedoucí k řešení.

Cíle krizové intervence

- - zpřehlednit a strukturovat prožívání člověka v krizovém stavu,
- - zastavit ohrožující tendence v jeho chování tak, aby znova aktivně ovládal svůj život,
- - redukovat nebezpečí,
- - snížit riziko prohlubování krizového stavu,
- - umožnit jedinci, aby se vrátil na předkrizovou úroveň fungování a případně povzbudit jeho pokrizový růst.
- - Podpořit jedince v jeho kompetenci řešit problém a zprostředkovat mu možnosti, aby dokázal konstruktivně zapojit vlastní síly a využít potenciál přirozených vztahů.

PŘEHLED NÁSTROJŮ KRIZOVÉ INTERVENCE VE VZTAHU K PROCESU KRIZOVÉ INTERVENCE model 4 kroků

- Základním prostředkem v krizové intervenci je rozhovor,
- délka je přizpůsobena aktuální situaci, v níž se klient nachází.
- Struktura rozhovoru je popsána ve čtyřech krocích:
- posouzení
- plánování
- provedení
- vyhodnocení

Robertsův model 7 kroků

- posuzuj situaci včetně rizika
- navaž vztah
- urči hlavní problémy
- aktivně naslouchej a vnímej pocity
- vytvářej a zkoumej různé možnosti řešení
- pojmenuj plán činností
- vytvoř dohodu o hodnocení a hodnotící plán).

- Průběh každého rozhovoru s klientem je možné rozdělit do čtyř fází, které na sebe navazují v krátkých sekvencích a opakují se.
-
- **Nyní budeme vycházet z čtyřfázového modelu:**
-
- **Posouzení**
- **Plánování**
- **Provedení**
- **Vyhodnocení**

Posouzení:

Cílem je zjistit, v jaké situaci člověk je:

- a) Zjišťujeme problém, ohnisko problému, spouštěč (poslední kapka).
- b) Zjišťujeme, jak člověk situaci v krizi prožívá (emoce – v průběhu rozhovoru se obvykle vyvíjejí, proměňují)
- c) Zjišťujeme, jak člověk událost v krizi vnímá, vyhodnocuje, co si o tom sám myslí.
- d) Zjišťujeme sebevražedné riziko (můžeme dát i cílenou otázku tam, kde máme obavy a pochybnosti)
- e) Zjišťujeme další rizika mezních reakcí na zátěž – např. riziko agresivního chování
- f) Zjišťujeme, co potřebuje nyní (zakázka) a jak se jeho potřeby během rozhovoru či dalších rozhovorů rozvíjejí, mění.
- g) Zjišťujeme, jaké má člověk k dispozici vlastní síly
- h) Zjišťujeme, jaké má k dispozici zdroje v okolí (rodina, přátelé, sousedi, církev apod).

•

Plánování:

- a) Stanovení krátkodobých cílů
- b) Stanovení perspektivních cílů (pokud je relevantní)

Plánujeme s ohledem k jedinečnosti hodnot, potřeb, pocitů, myšlenek, potřeb, sociokulturního a náboženského pozadí člověka v krizi

- **Formy plánování:**
- Algoritmy řešení (zkusit vytvořit)
- Různé možnosti řešení (prozkoumat)
- Malé kroky
- Vytvoření reálného a splnitelného plánu
- Prozkoumání náhradních možností

Provedení

- Práce se silnými emocemi, kontejnování, ohraničení, zpracování
- Práce s katastrofickým scénářem
- Hra na jako – představte si, že byste tam šel, že byste jí to řekl apod...
- Dobré navázání kontaktu (během rozhovoru se kontakt vyvíjí, zpevňuje)
- Zjistit a posílit klientovy vnitřní zdroje
- Zjistit a posílit klientovy opory zvenčí
- Postup zplnomocňování
- Stvrzení, že reakce člověka jsou adekvátní situaci
- Stvrzení normality
- Dobré ohraničení krizové intervence – jasné výstupy, dohoda apod.
-

Vyhodnocení

- Sledujeme průběžně:
 - jak se vyvíjí stav člověka během intervence
 - Mění se (změnilo se) chování (prožívání) člověka v krizi?
 - Jak je schopen se nyní vyrovnat se zátěží?
 - Hrozí nějaká rizika?
 - Co se člověk o krizi a vlastní krizové situaci dozvěděl?
 - Vytvořily se nebo se oživily systémy sociální opory?
 - Jaké potřeby zůstaly neošetřené?

Antisuidální kontrakt

- Jasná ústní dohoda mezi interventem a klientem, že klient
- Během určité časového úseku, kdy není v kontaktu s krizovou službou, nepodnikne kroky k sebevraždě (časovým úsekem je myšlena půl hodina, hodina, dvě hodiny, prostě takové množství času, které dle odhadu klienta je zvládnutelné).
- Kdyby cokoliv se nedařilo, bude znovu volat, zavolá si sanitku apod.)

Antisuicidální krizový plán

- Písemná dohoda mezi pracovníkem a klientem (písemná forma není 100 % podmínkou)
- Obsahem plánu jsou:
- **Aktivity, které vyvádějí klienta ze sebevražedného myšlení:**
 - - práce s dechem
 - -jiná poloha těla
 - -bytí v jiné místnosti
 - - konkrétní činnosti - doporučeny drobné malé činnosti

- **Vyhnutí se rizikovým místům a předmětům:**
- - pokud klienta přitahuje okno nebo balkón, bude jinde
- - pokud klienta znepokojují léky, které má, nebo jiné věci, kterými by se mohl zabít, dá je pryč, někomu, odnese je z bytu apod.

- Rozlišováním stupně rizika 1 -10
- (- co dělat u konkrétních stupňů)
- Rozlišovat :
- letmé úvahy,
- systemizovanější myšlenky,
- nutkavé myšlenky,
- myšlenky na konkrétní způsob sebevraždy
- přípravu pokusu o sebevraždu

- Plán, co dělat, když...-:
- Za kým jít
- Komu volat
- Komu volat, když...1-10
- Co přesně dělat
- Co přesně nedělat

- **Nezapomínat na:**

Neodkladné krizové stavy

- Stavy strachu, úzkosti nebo panické úzkosti
- Šokové stavy (obvykle ve spojení s akutní stresovou reakcí)
- Zlost, vztek a zuřivost, násilné chování (agresivní impulzy)
- Akutní konflikt
- Aktuální vliv návykových látek
- Sebevražedné myšlenky, tendence nebo sebepoškozování (autoagresivní impulzy)
- Reakce na těžkou nemoc
- Reakce na fyzické zranění
- Truchlení a zármutek - reakce na náhlou i očekávanou ztrátu
- Dekompenzace depresivního onemocnění
- Dekompenzace psychotického onemocnění

Strach z ohrožení fyzickou agresivitou – klient se cítí být ohrožen

- agresivitou někoho jiného kromě dobrého zmapování, co se děje, je důležité vypracovat s klientem bezpečnostní plán:
- - ví kromě klienta ještě někdo o tom, co se děje? Pokud ne, je vhodné, aby o potížích věděl nějaký důvěryhodný člověk.
- - vypracovat postup, kdy a jak volat policii
- - ujistit se, že klient ví o institutu vykázaní (policie na krizové volání klienta 112 musí přijet a v případě nutnosti násilnou osobu musí vykázat z bydliště – v období koronavirové krize: pokud je násilná osoba v karanténě, převezme do speciálního zařízení, které musel zřídit kraj , pokud je násilná osoba nakažená, převezme ji do nemocnice (konzultováno 1.4. s Petrou Vitoušovou, generální řed. BKB) **Dona linka nepřetržitá telefonická pomoc obětem domácího násilí 116 006 , bezplatná**

- Policie vykáže násilnou osobu, která týrá a napadá fyzicky, nikoliv psychicky.
- - Součástí bezpečnostního plánu je: bezplatné číslo linky DONA (poskytuje psychologické, právní a sociální poradenství a krizovou intervenci.
- - nosit po ruce mobil, mít domluvu s nějakou osobou, aby zavolala policii, kdyby to oběť nemohla udělat,
- - důležité mít jasno, jak postupovat ohledně dětí, aby byly v bezpečí, zajistit dokumenty, peníze, nejnnutnější věci, kdyby se oběť sama potřebovala vzdálit z bytu.
- Linka DONA je k dispozici i vám, odborníkům. Stejně tak může být k dispozici i poradna Acorusu – 283 892 772 , non stop linka

Strach a potíže spojené s psychickou agresivitou:

- Minimalizovat kontakt s osobou x,
- Je-li kam odejít, tak odejít,
- popsat rizikové chvíle, v nichž se to děje
- jaká osobní citlivá místa to u klienta zasahuje
- hledat opory (vně a uvnitř) – podpůrné osoby, zdroje, pojmenovat, co se osvědčilo dříve apod...
- propracovávat další plány sebeochrany

Zlost a potíže s její kontrolou vůči druhým lidem:

- Detekovat a popsat rizikové chvíle, místa, osobní citlivá místa, které mají vztah k tomuto reagování
- Oddělit myšlenky a představy od reálných činů (násilí, které ještě nenastalo)
- Popsat, co člověka k násilným myšlenkám/chování pudí
- Vytvořit plán sebeochrany před násilným myšlením a chováním
- Vytvořit plán, jak se vyhnout dráždivým podnětům

-

Etické dilema

- Etická dilemata vznikají tehdy, cítí-li pracovník, že stojí před dvěma (či více) alternativními možnostmi rozhodnutí, které představují konflikt morálních principů (např. konflikt práva klienta na sebedeterminaci a povinnosti pracovníka chránit zdraví klienta). Není přitom jasné, které rozhodnutí bude přijatelnější.

Funkční napětí mezi polaritami dilematu

- V oblasti pomáhajících profesí obvykle nelze určit jednoznačné řešení. Cílem pracovníků je činit ve prospěch klientů dobro, co to ale znamená?
- Podporu kvality života
- Podporu klientova optimálního rozvoje
- Podporu klientova práva na svobodné rozhodnutí
- Podporu klienta, aby nepodstupoval nadbytečné utpení
- Podporu klientovy autonomie
- Podporu jedince
- Podporu rodinného systému

Lze v jednotlivých cílech najít soulad nebo protiklad?

- Toto napětí vyřeší konstrukce dilematu jako protiklad polarit.
- Podpora bezpečí klienta vs. podpora svobodného rozhodnutí, jak naložit s vlastním životem.
- Podpora dobré kvality života klienta bez zátěžových zásahů vs. podpora klientova života i za cenu zátěžových medicínských zásahů bez dobré perspektivy.
- Podpora jedince vs. podpora rodinného systému.
- Paliativní péče vs. kurativní péče.
-

Dilemata v krizové práci

Dilema I : Předpoklad nemoci – předpoklad zdraví

- V současné době se odborníci zabývající psychologií krize bezpochyby přiklánějí ke stanovisku, že krize je normálním jevem v životě člověka, je zákonitá, má formativní účinky a je víceméně nevyhnutelná. Krize ale také vzniká v kontextu nemoci člověka a může mít také podobu zhoršení zdravotního stavu. Dané dilema se obvykle otevírá při spolupráci zdravotníků a nezdravotníků.

Dilema II: Jedinec (klient, pracovník) – vyšší systém (rodina, obec, tým)

- Důraz na jedince umožňuje: Vztah Já – ty, Výlučnou pozornost pro klienta.
- Důraz na systém umožňuje: Najít sílu ve spolupráci, vidět věci z více úhlů pohledu, chránit zájmy celku.

Dilema III : Zachraňovat za každou cenu – právo svobodně se rozhodnout o svém životě

- Důraz na zachraňování umožňuje: Pracovníkovi angažovat se, zachránit život, postupovat přehledně a jednoznačně, moc na straně pracovníka.
- Důraz na svobodné rozhodování o vlastním životě umožňuje: Respekt ke klientově volbě, omezit tlak, vytvářet prostor, uvolnit energii úzce zaměřenu na zabití se, zplnomocnit, posílit klienta.

Dilema IV : Řešení – proces (pragmatismus vs. entusiasmus)

- Důraz na řešení umožňuje: Myslet na cíl, předpovídat výsledek, třídit podle důležitosti a vést, zaměřit se na to, co je účinné, znát obvyklé potřeby lidí v odpovídající situaci, intervenovat druhově, podat rady a návody, dosahovat měřitelných výsledků ve smyslu účinnosti.
- Důraz na proces umožňuje: Nechat se překvapit, mít naději na růst, dát prostor a hledat, držet se hodnot klienta, intervenovat individuálně – ušít postup klientovi na míru, věřit, že cesta je cílem, zas a znovu se učit.

Řešení?

- Cílem protikladu není stoprocentně stranit některé alternativě, ale hledat optimální poměr mezi alternativami.
- Co je potřeba mít na zřeteli:
- Klientův zájem a jeho přání,
- Klientovy reálné podmínky,
- Reflektovat možnosti pomáhajícího systému,
- Reflektovat postoje pracovníků,
- Reflektovat znalosti a dovednosti pracovníků,
- Reflektovat emoce všech zúčastněných,
- Reflektovat slepá místa pomáhajícího systému.

Použitá literatura

- Baštecká, B., Pfeiffer J., Stříbrná L., Vodáčková D. *Metodika výuky krizové intervence v rámci projektu Matra III*. Praha: CRPDZ, 2004.
- Nečasová, Mirka: *Úvod do filozofie a etiky v sociální práci*. Masarykova univerzita, Brno 2001
- Vodáčková, *Krizová intervence*, Portál Praha, 2002