

# **Krizová intervence**

Specifické metody SP

LS 2016

# Krizová intervence

- **intezivní pomoc** , zaměřená na **okamžitou podporu** při zvládnání životních situací, které pro jedince znamenají **neúnosnou psychickou zátěž**, jsou **zahlcující svojí intezitou, délkou trvání, naléhavostí, nepředvídatelností**
- zahrnuje pomoc psychologickou, lékařskou sociální, právní, pastorační

# Pojem a definice krize

- **Překážka** na cestě za důležitými životními cíli, kterou člověk není schopen překonat v obvyklém čase obvyklými metodami řešení problémů
- **Součást života** každého člověka (i dítěte)
- **Proces, nebezpečí, příležitost**
- **Vynucená změna** (zlom, už nelze jít dál stejným způsobem)
- **Emocionální náročnost**

# Příčiny krizí

- **Zátěžová životní situace**
  - ✓ ztráta či ohrožení významné životní hodnoty člověka
    - čím žije (vztahy, práce, zájmy,..)
    - čím je (postavení , prestiž,....)
    - co vlastní (majetek )
  - ✓ životní změna
  - ✓ nutnost volby mezi dvěma stejnými kvalitami

# Typy krizí

- Podle projevů (zjevné, latentní)
- Podle průběhu (akutní, chronické )
- Podle závažnosti:
  - ✓ **situační** ( stres způsobený vnějšími spouštěči, např. změna, volba,....)
  - ✓ **vývojové** (očekávané změny v životě člověka)
  - ✓ **traumatické** (náhlý traumatizující stres)
  - ✓ **pramenící z psychopatologie**

- **dlouhodobě trvající, opakovaná stresová situace („poslední kapka“)**
- **nepředvídatelná událost – neštěstí („blesk z čistého nebe“)**
- **individuální**
- **komunitní (povodeň, zemětřesení,..)**

# Ukazatelé a projevy krize

- **Emoce** (emoční rozrušení, vnitřní napětí, neklid, pocity zmatku, hněvu, deprese, pokles sebedůvěry, schopnosti soustředění, )
- **Bezmoc, ochromení** (narušení psychické rovnováhy)
- **Nestandardní, nápadné projevy chování** (poruchy sociálního fungování až sociální selhání)
- **Somatické potíže**  
( „ zhroucení, sesypání, složení se, přerostlo to přes hlavu , je na dně, .....“ )

# Krizová intervence

- **Specializovaná pomoc osobám, které se ocitly v krizi**
- **Dovednost poznat kdy už jde o krizi**
- **Schopnost provázet člověka „propadem a vynořením“**
- **KI je provázení člověka procesem krize, pomoc najít stabilitu, ztracený pocit kompetence k řízení vlastního života**
- **KI není řešení problému ani poradenství**



# Cíle krizové intervence

- Poskytnout pomoc:
  - ✓ **obnovit stav rovnováhy a stability**
  - ✓ **vyrovnat se se situací a být schopen ji řešit**
    - ✓ **zvládnout krizi pozitivním způsobem**
- Poskytnout sociální podporu, duchovní podporu

# Principy krizové intervence

- Aktuálnost, **okamžitá pomoc**
- Snadná **dosažitelnost**
- **Kontinuita a návaznost** péče, adekvátní následné odborné služby, (pomoc při vyhledání a navázání kontaktu)
- **Minimální cíle**, podpora klienta “aby běžně fungoval“
- **Kontext klientových vztahů**

- **Prevence možného zhoršení stavu** (signály ohrožení, agresivního nebo autoagresivního chování)
- **Aktivní, popř. direktivní pomoc** (direktivní postup pokud snižuje riziko ohrožení K)
- **Bezpečné prostředí**, okamžitá redukce ohrožení
- Co nejméně omezující prostředí, respekt k přání klienta
- **Znalost právního rámce**
- **Bezpečí pomáhajícího**
- **Etická dilemata, ohlašovací povinnost**

# Proces a metody KI

- hlavní pravidlo „**být tam, kde je člověk v krizi**“
- **redukce ohrožení** ( včetně možnosti ohrožení někoho blízkého jako důsledku krizové situace)
- nejdůležitější metoda **zrcadlení emocí** (zmírní chaos, potvrdí, že reakce člověka jsou v pořádku, respektované, srozumitelné, bezpečný prostor, porozumění)
- Fyzický kontakt, nezvyšovat nejistotu
- **Nekárat, neprojevoval zděšení , odpor**

# Služby a zařízení krizové intervence

- z.č. 108/2006 Sb., o sociálních službách :  
Telefonická krizová pomoc, Krizová pomoc,  
(Tísňová péče)
- zařízení pro krizovou pomoc : RIAPS, Linka  
bezpečí, .....
- Systémy integrované pomoci
- Pomoc v hmotné nouzi - Mimořádná  
okamžitá pomoc