

Krizová intervence

Vedoucí do 18 let

KRIZE

Krise je stav vyvolaný náhlou, vysoce stresující situací, s níž se postižený nedokáže vyrovnat.

V životě každého z nás jsou obtížné situace. S většinou z nich si sami poradíme a umíme je zvládnout. Jsou však takové situace, se kterými si sami neumíme poradit a pak se obracíme na odbornou pomoc. Děti a dospívající mají cestu k pomoci obtížnější, často ani neví, kde ji najít, na koho se obrátit a že vlastně na tuto pomoc mají právo.

Každý člověk je jinak citlivý, někteří lidé zvládnou sami velké rány osudu, jiné vykolejí banální nemoc nebo přijetí nového kolegy na pracoviště. Nikdo, ani odborník, nemůže nikomu předepisovat, kdy má člověk na krizi nárok a kdy ne.

Stav člověka prožívajícího krizi se vyznačuje vysokou úzkostí, nebo depresí nebo směsí obojího. Člověk v krizi může být i agresivní, zdá se mu, že není v jeho možnostech se s náročnou situací vyrovnat. Zdá se mu také, že ve svém okolí nemá dostatečné zdroje pomoci. U řady lidí se v krizi objevují sebevražedné myšlenky, někteří z nich se pokoušejí o sebevraždu a někteří z nich sami svůj život ukončí.

NEJČASTĚJŠÍ PŘÍČINY KRIZE U DĚTÍ A MLÁDEŽE

Z psychologie víme, že každé vývojové stádium má v životě člověka své specifické nároky a situace, se kterými se jedinec setkává a stejně tak vyrovnává. Nejčastější důvody, kdy děti a mladiství využívají různých forem krizové intervence:

- špatný prospěch
- přílišné nároky rodičů
- počátek nové rodiny
- úmrtí v rodině
- narození sourozence
- problém se sourozencem
- úmrtí v rodině
- rodiče se hádají
- alkohol rodičů
- týrání
- zneužívání dítěte
- adopce
- problém s učitelem
- šikana ve škole
- dítě má problém s kamarády (třeba v oddíle), spolužáky apod.
- dětské lásky
- nedůvěra v sebe sama
- útěky z domova
- sebevražedné myšlenky, chování

- tajemství
- drogy
- AIDS
- antikoncepce
- otázky týkající se sexu
- „neřešitelná situace“
- dítě něco ztratilo, ukradlo, zalhalo
- nemoc dítěte
- nemoc v rodině
- změna bydliště
- rodiče nechtějí koupit nebo dovolit to, po čem touží
- zemřelo zvířátko
- dítě je doma samo a má strach
- otázky víry
- dítě má radost a chce jí někomu sdělit.

JAK PROVÉST PRVNÍ POMOC PŘI KRIZI

Ve chvíli setkání s člověkem, ať už po telefonu nebo tváří v tvář, se mu snažíme zajistit veškeré biologické a následně psychické potřeby. Zajištění biologických potřeb je nezbytné pro samotné přežití, proto je uvádím jako první. Nemusí jít jen o zdravotnickou první pomoc, ale mnohdy postačí zajistit teplo, příjem tekutin nebo bezpečí. Nelze se např. bavit s dítětem, které je na útěku z domu o tom, co prožívá. Jako první je nutné zjistit, zda je dostatečně oblečené a jestli mu nehrozí nějaké nebezpečí. Až když zajistíme biologické potřeby a eliminujeme veškeré nebezpečí, se s klientem lze bavit o jeho pocitech a jiných věcech, jež jej trápí. Každý člověk má povinnost poskytnout první pomoc.

Nezbytnou součástí laické první pomoci je přivolání odborné pomoci, tedy záchranné služby na telefonním čísle 155. První pomoc spočívá v přerušení a eliminaci příčiny, která poruchu zdraví způsobila. Obnovení veškerých životních funkcí je cílem první pomoci a předejití následným zdravotním problémům.

Nejzávažnějším případem je pro konzultanta člověk se suicidálním (sebevražedným) chováním. Je nezbytné zmapovat klientovu situaci. Zjistit, co jej do této situace dostalo a jaké měl doposud životní jistoty. Konzultant se nesmí bát s klientem na toto téma hovořit. Dobré je pojmenovat toto chování jako sebevražedné, ptát se na očekávání od smrti. Konzultant se může klienta zeptat na jeho sebevražedný plán – kde, kdy a jak chce sebevraždu provést. Nezbytnou součástí hovoru je odventilování klientových emocí. Konzultant by v hovoru především neměl bagatelizovat, moralizovat, apelovat na morálku, víru nebo logiku ani samotnou sebevraždu zakazovat. V této situaci je nutné s klientem naplánovat nejbližší kroky jeho života. V případě, že s klientem uzavře nějakou dohodu či dá nějaký slib, je nutné vše dodržet, protože nedodržení dohod a slibů klienta zraňuje a může vést znovu k pokusu o sebevraždu. Pokud konzultant zjistí, kde se klient nachází, musí přivolat záchrannou službu a popřípadě psychiatra.

FORMY KRIZOVÉ INTERVENCE U DĚTÍ A MLÁDEŽE

V rámci České republiky mohou děti i mládež využívat různých forem krizové intervence. V základním dělení se však jedná o dvě formy, a to buď **telefonní kontakt** (linky důvěry či specializované linky na určitá témata) nebo **osobní kontakt** (tedy komunikace face-to-face). V tomto kontextu je třeba zmínit fakt, že zásah psychologa v poradně či v jiném (krizovém) zařízení bývá až krajní variantou a řada lidí se k vyhledání této pomoci neodhodlá vůbec, jelikož u nás ještě nemíváme svého psychologa či psychoterapeuta.

Proto často prvním, kdo může danou krizovou situaci u dětí a mládeže odhalit je pedagogický pracovník, ať už přímo ve škole či v zájmových skupinách. Zde již můžeme hovořit sociálně-pedagogickém zásahu. Obecně lze říci, že každý kdo pracuje s dětmi či mládeží by měl věnovat pozornost jejich projevům v rámci jednotlivých činností, které s danou skupinou vykonává. I zde může vyzorovat změnu v chování. Jednoduchým příkladem asi je, pokud žák dříve velmi komunikativní, živý a radostný je najednou utlumený, smutný, straní se kolektivu. Již tento fakt pro nás může být jednoduchým signálem, že něco není v pořádku.

ZÁSADY KRIZOVÉ INTERVENCE U DĚTÍ A MLÁDEŽE

Vyžaduje individuální přístup, proto nejednat s dítětem před skupinou. Jedná se o problémy ve škole nebo v rodině, které je lepší řešit za pomoci odborníků, poněvadž se jedná o emotivní záležitosti, kdy je nutné vytvořit bezpečné prostředí. Při práci s dítětem mu vedoucí nabízí individuální pohovor.

Žádnou informaci, kterou nám jedinec řekne **nelze** brát na lehkou váhu či ji **podceňovat**. I když se nám skutečně může zdát, že o nejde o nic závažného, je třeba si uvědomit, že **jde o naše subjektivní hodnocení**. Pro dítě však můžeme být popsána skutečnost natolik závažná, že naše neadekvátní reakce může celou věc ještě zhoršit. Proto vše musíme brát vážně, brát jako fakt. Obecně řečeno jako specifický náhled do subjektivní prožívání daného jedince, který se rozhodl svěřit se právě nám. Jinak formulováno – jedná se o akceptování pravdy dítěte. Teprve pokud jedince empaticky vyslechneme, můžeme mu začít předkládat návrhy řešení – respektive spíše vhodnější forma je pomocí otázek ho přimět k nalézání odpovědí na řešení problému, kdy před naší intervencí nebyl schopen tyto odpovědi vidět.

Obecný postup při krizové intervenci pro vedoucího oddělu do 18 let

1. *Projeví zájem o dítě, které přijde s problémem*
2. *Pochválit dítě, že chce s námi danou situaci probrat.*
3. *Vyslechnout, a to bez přerušování jeho řeči.*
4. *Vyjadřovat aktivní naslouchání, a to jak slovně, tak i nonverbálně.*
5. *Používat otázky na doplnění, tím vyjadřovat zájem o pochopení situace.*
6. *Parafrázovat závažné skutečnosti, a tím si je ujasňovat.*
7. *Povzbudit dítě, pochválit a motivovat.*
8. *Neprodleně se obrátit na kompetentního spolupracovníka, tzn. vedoucího staršího 18 let, hlavního vedoucího, který zajistí odbornou péči*

Shrnutí :

- Krize je životní situace, která přesahuje obvyklý repertoár vyrovnávacích strategií.
- Krize má subjektivní charakter. Pro každého znamená něco jiného. Je definována jedincem.

- Krize znamená nebezpečí i příležitost. Je důležitým činitelem změny a zrání pro každého jedince.
- Krizový stav trvá několik hodin až dnů. Po této době se zpravidla objeví následek krize, ať pozitivní či negativní.
- Krizi urychlují vnější či vnitřní činitelé.
- Nezvládnutý krizový stav vede k syndromu psychického ohrožení.
- Vedoucí musí své svěřence pozorovat během běžné činnosti oddílu a identifikovat na základě změněných vzorců chování dítěte možnost, že dítě potřebuje pomoci.
- Pokud na základě rozhovoru s dítětem problém zjistí, neodkladně zajistí svému svěřenci odbornou pomoc.

ZÁVĚR

Tato práce měla přispět k objasnění krizové intervence u dětí a mládeže a jednoduše specifikovat jednotlivé náležitosti. Je samozřejmé, že se jedná o téma velice obsáhlé, a zde se jedná jen o „základní vhled do krizové intervence u dětí a mládeže.“

Žádoucím výsledkem krizové intervence je posílení u dítěte schopnosti řešit náročnou situaci, a to buď na základě strategií dříve vyzkoušených, nebo na základě postupů nově vytvořených. Spolu s tím by se mělo zlepšit i sebehodnocení, mělo by dojít i ke zmírnění nepříjemného emočního doprovodu krize (stavů úzkosti, deprese, agresivity).

LITERATURA

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008.
VODÁČKOVÁ, Daniela. *Krizová intervence*. 2. vyd. Praha: Portál, 2007.

Příloha:

LINKY BEZPEČÍ pro děti a mládež:

Linka bezpečí

Zaměření: pro děti a dospívající v obtížné životní situaci (mládež do 18 let a studenti do 26 let)

Bezplatný telefon: 800 155 555

Provoz: NONSTOP

E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz

Web: <http://www.linkabezpeci.cz>

Linka bezpečí Online

E-mailová poradna

E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz (odpovídáme do 3 pracovních dnů)

Chat Linky bezpečí

Kontakt: <http://chat.linkabezpeci.cz/>

Provoz: Po+Út+Čt+So: 15,00 - 17,00 a 19,00 – 21,00 hod.

Internet Helpline

Zaměření: poradna pro bezpečný internet (pomoc dětským obětem internetové kriminality)

Bezplatný telefon: 800 155 555

Provoz: NONSTOP

E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz

Chat: <http://chat.linkabezpeci.cz/>

Web: <http://www.internethelpline.cz>

Linka vzkaz domů

Zaměření: pro děti a mládež na útěku či vyhození

Bezplatný telefon: 800 111 113 (dostupný z pevné sítě)

Mobil: 724 727 777 (běžné tarify operátorů)

Provoz: Po - Ne: 8,00 - 22,00 hod.

E-mail: pomoc@linkabezpeci.cz (odpovídáme do 3 pracovních dnů)

Web: <http://www.vzkazdomu.cz>

Rodičovská linka

Zaměření: rodinné a výchovné poradenství pro rodiče, prarodiče a ostatní členy rodiny, pedagogy

Telefon: 840 111 234

Provoz: Po+St+Pá: 13,00 - 16,00 hod. Út+Čt: 16,00 - 19,00 hod.

E-mail: info@linkabezpeci.cz

Web: <http://www.linkabezpeci.cz>

BRNO - Modrá linka

Jihomoravský kraj, registrovaný poskytovatel sociálních služeb

Centrum a linka důvěry pro děti a mládež, o.s.

Zaměření: pro děti a mládež (též pro rodiče a blízké dětí a profese pracující s dětmi – učitelé, výchovní poradci, psychologové)

Telefon: 549 24 10 10

Mobil: 608 90 24 10

Provoz: Po – Ne: 9,00 - 21,00 hod.

audiochat Skype: skypeusername "modralinka"

E-mail: info@modralinka.cz

Web: <http://www.modralinka.cz/>

Internetová linka

E-mail: help@modralinka.cz