Metodologie sociální práce

I. HUMANISTICKÉ A EXISTENCIÁLNÍ TEORIE

Orientují se na vnitřní svět člověka, často kladena otázka: *„jaký má život smysl?“*

Úkolem soc. pracovníka je odhalovat u klienta významy situací, které prožívá. Všímat si, zda klient už podobnou situaci prošel a jeho minulé reakce na tyto situace (porovnání zkušenosti).Klienta je nutné brát jako partnera.

1. **přístup orientovaný na klienta -** **d**át klientovi možnost, aby viděl účelnost a racionalitu svého života (zavedl Rogers),

2. **transakční analýza -** člověk je samostatná, autonomní jednotka, která má dost síly a odpovědnosti, aby řídila svůj život (Berne),

Carl Ransom Rogers (1902-1987)

Prosazoval „na osobu zaměřenou terapii“

(angl. Person-Centered Approach), která studuje osobnost z vnitřního

vztažného rámce, což se

projevuje důrazem na pohled

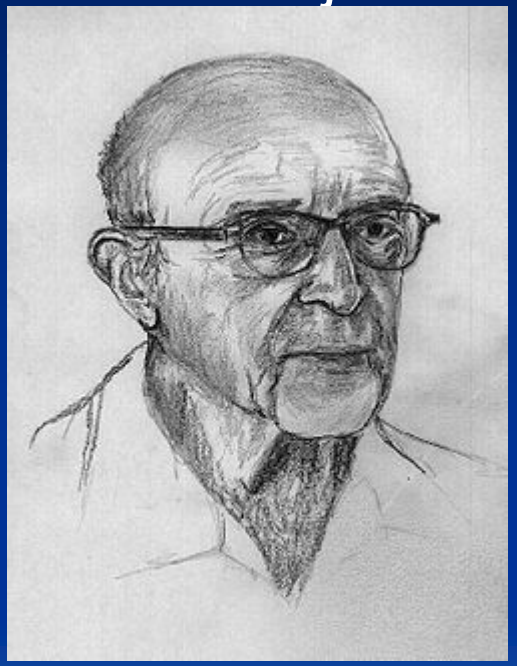
z klientova hlediska.

Uplatňoval kombinace empatie

(vcítění), kongruence (shody)

a reflexe (porozumění, účast na

pacientově světě). Vedení psychoterapie zakládal na bezpodmínenčném pozitivním přijetí klienta psychoterapeutem.



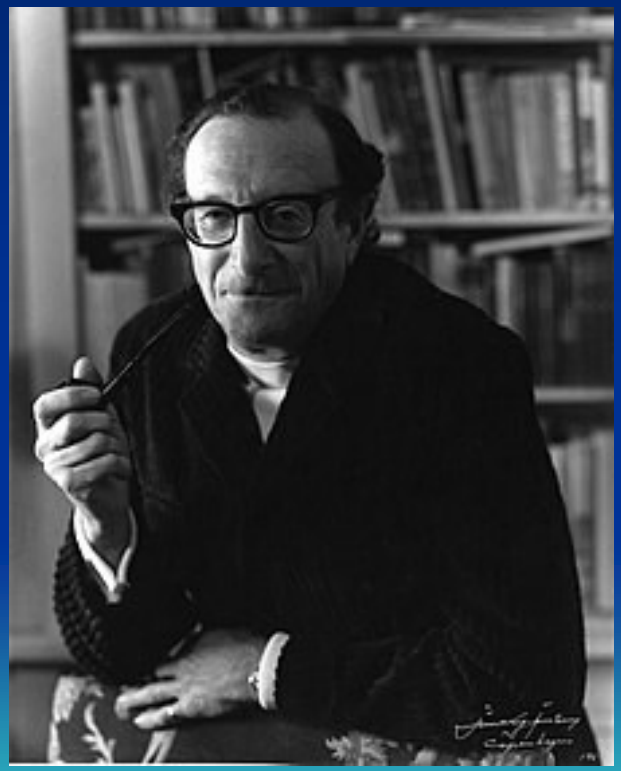
- Cílem terapie podle Rogerse je tedy nepodmíněné pozitivní sebepřijetí. Dále tzv. „dobrý život“, což je spíše shrnutí principů, obsažených v jeho ostatních spisech. Mezi jeho znaky patří:

- vzrůstající otevřenost prožívání
- vzrůstající existenciální kvalita žití
- vzrůstající důvěra v sebe a svůj organismus
- plnější fungování (plnější žití v právě přítomném okamžiku).

- Rogers změnil i pohled na člověka, který vyhledá terapeutickou pomoc, zaměnil běžně v každodenní praxi používané označení „pacient“ termínem „klient“. Zastával názor, že pokud člověka, který žádá o pomoc, označíme za „pacienta“, přispějeme tak spíše k jeho problému než k řešení.

Eric Berne (1910-1970)

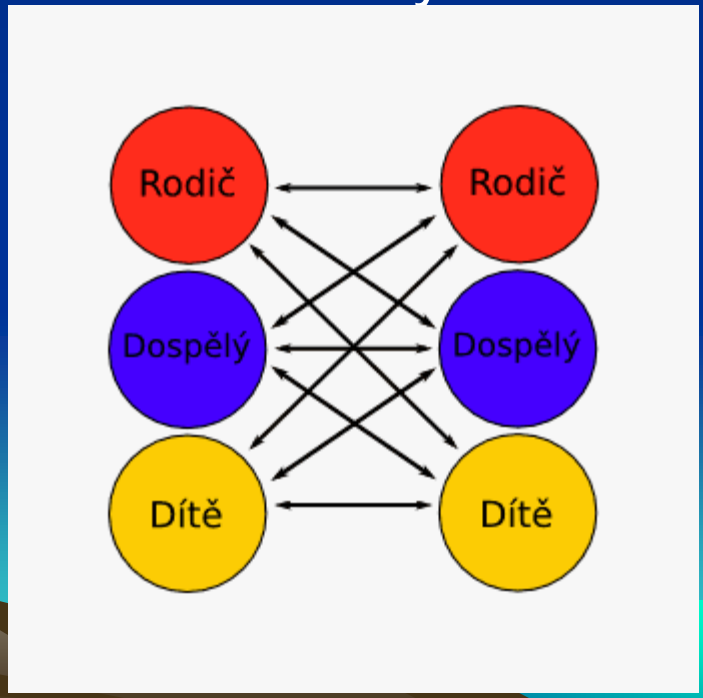
- Psycholog, psychoanalytik, zakladatel „Transakční analýzy“



Transakční analýza

- Podle Berna existují tři různé stavy EGA: **rodič, dospělý, a dítě.** "Rodič" je styl myšlení, chování či jednání převzatý od autorit (například rodičů); má v sobě převážně příkazy, zákazy a pravidla. "Dospělý", druhý stav ega, zpracovává a hodnotí informace na základě vlastní zkušenosti a rozumu. "Dítě" je pozůstatkem vnitřních duševních stavů z dětství. Jednání v souladu s "Dítětem" bývá převážně citového rázu. Má v sobě spontánnost, zvědavost, nezkaženou schopnost prožívat.

- Cílem Transakční analýzy je **zdravý pozitivní rozvoj osobnosti.** V řeči TA by měl mít člověk emancipovaného Dospělého a Dítě schopné přirozených projevů, beze strachu z Rodičovského trestu. Vyspělá osobnost by dále měla být schopna:
- spontánního, přirozeného, autonomního chování a navazování důvěrných vztahů
- jasné nemanipulativní komunikace bez zažitých vzorců her (viz níže).
- plně prožít přítomnou chvíli tady a teď
- vyjádřit srozumitelně vlastní pocity



Viktor Emil Frankl (1905-1997)

existenciální analýza

- člověk potřebuje naplňovat potřeby; není-li některá oblast naplněna,vznikají těžkosti, psych.poruchy, problémy a to se odráží na zdraví (Frankl).

existenční vakuum

- Viktor Frankl vystihl lidskost člověka, jeho logoterapie vidí v člověku bytost hledající smysl a reaguje na volání po smyslu, které dnes nezaslechnuto zanikne. Jsou tři možnosti, jak dát životu smysl:

- vykonáním činu - smysluplné lidské dílo je zacíleno za hranice vlastního já; nevyžaduje přitom hrdinské činy - každý čin vykonaný s ohledem na druhé se stává sebepřesahujícím, lidským a smysluplným
- prožitím zážitku, který obohacuje a povznáší, přičemž nejvyšší hodnotou je láska
- utrpením, které je součástí každého života. I v beznadějné situaci (např. neoperativní karcinom), z níž není úniku, vidí za jistých okolností smysl.

Podle F. je důležité vědomí svobody – důležité rozlišování:

- **svobodu od něčeho**

– pomoci zbavit se negativních věcí (p. kouření)

- **svoboda k něčemu**

– nasměrována na zodpovědnost člověka

II. SOCIÁLNĚ PSYCHOLOGICKÉ A KOMUNIKAČNÍ MODELY

- **teorie rolí**

Linton a Mead = autoři; v rámci života hrajeme určité role;

a) ***role připsané*** – výsledek skutečností, které neovlivníme (věk, pohlaví…)

b) ***role získané*** – výsledek naší činnosti, p. vzděláním, postavením + adekv. chování

c) ***role vnucené*** – následek nepříznivé situace z vnějšku, p. nezaměstnanost

- **etiketizaní teorie** – zdůrazňována tendence lidí označkovat … spojovat s ur. věcmi určité chování člověka

III. SYSTEMICKÝ PŘÍSTUP

Z pohledu systemického přístupu je posláním sociální práce, jako činnosti, kterou vykonává sociální pracovník: *„vést dialog mezi tím, co chce společnost ve svých normách, a tím, co si přeje klient“*

- Systemická sociální práce si klade za hlavní cíl vyvést klienta z nouze, a to především **aktivací jeho vlastních sil**.
- Za dílčí cíl lze považovat: ***„soustavnou koordinaci změn na straně norem i na straně klientových způsobů“***

- Pro naplnění cílů slouží sociálním pracovníkům profesionální způsoby sociální práce, kterými jsou:
- **nabízení pomoci**
- **přebírání kontroly**

Způsoby pomoci a kontroly

- „Když cíl sociálního pracovníka, i ten sebeušlechtilejší, má přednost před přáním klienta, pak plně platí, že cesta do pekel je dlážděna dobrými úmysly“
- sociální pracovník naplňuje nabízení pomoci klientovi volbou mezi:

doprovázením, vzděláváním, poradenstvím a terapií.

Přebírání kontroly nad klientem pak sociální pracovník uskutečňuje volbou mezi **opatrováním, dozorem, přesvědčováním a vyjasňováním.**

Doprovázení

- Sociální pracovník spolupracuje s klientem. Doprovází klienta v jeho těžké životní situaci a poskytuje mu své schopnosti a dovednosti. Sociální pracovník si během svého pomáhání ověřuje, zda pomáhá tak, jak si klient přeje. Sociální pracovník klientovi především nabízí přijetí a poskytuje oporu a stabilitu. Klient je tím, kdo přichází za sociálním pracovníkem, jako držitel problému.

Vzdělávání

- Sociální pracovník spolupracuje s klientem a předává mu vyžádané vědomosti. Sociální pracovník tedy poskytuje klientovi
- na jeho vyžádání informace, vysvětlení či potvrzení atd. Podstatné je, aby si sociální pracovník stále ověřoval, zdali poskytuje informace, které jsou pro klienta potřebné a prospěšné. Klient je držitel problému,
- který žádá o rozšíření svého obzoru.

Poradenství

- Sociální pracovník spoluvytváří s klientem nápady, které jsou platné právě pro danou situaci a klienta. Klient je držitel problému.

Terapie

Sociální pracovník spolupracuje s klientem na otevírání nových možností. Klient přichází za sociálním pracovníkem s přáním ukončit své trápení. Vzájemnou spoluprací vytvářejí nové možnosti pro rozpuštění problému. Sociální pracovník pomáhá především tím, že klienta na jeho cestě k cíli, kde je problém rozpuštěn, oceňuje, potvrzuje a zplnomocňuje.

Opatrování

- Sociální pracovník se staví do role, ve které za klienta přebírá kompletní zodpovědnost. Sociální pracovník pohlíží na klienta, jako na člověka, který se není schopen sám o sebe postarat. Sociální pracovník je plně držitelem problému. Klient je v péči sociálního pracovníka.

Dozor

- Sociální pracovník stanovil klientovi pravidla a kontroluje jejich dodržování. Sociální pracovník se domnívá, že se jedná o období určené k překlenutí klientových nedostatků, a že není možné nechat naplňování pravidel jen na klientovi. Sociální pracovník je tím, kdo drží problém. Klient se podřizuje pravidlům a rozhodnutím sociálního pracovníka.

Přesvědčování

- Sociální pracovník přebírá kontrolu nad rozvojem klientových možností a rozvojem jeho motivací ke změně. Současně má sociální pracovník představu o tom, jakým způsobem pracovat na rozvoji klientových postojů, názorech a hodnotách, které hodnotí, jako nedostatečné.

Vyjasňování

- Sociální pracovník se zaměřuje na společná témata a snaží se podpořit klientovy možnosti. Současně vyjasňuje svou pozici a své možnosti. Sociální pracovník vnímá klienta jako někoho, komu chce dát co nejvíce šancí uspět. Sociální pracovník je i v tomto případě držitel problému. Klient však dostal možnost zorientovat se ve vzniklé situaci.

- Sociální pracovník je tím, kdo má představu o tom, co vše může klientovi nabídnout. Současně je povinen znát práva a povinnosti klienta a tato práva a povinnosti klientovi předat

IV. KOGNITIVNĚ-BEHAVIORÁLNÍ TEORIE

- Základní teze behav. teorie

Projevy chování jsou naučené a souvisí s určitým prostředím.

Terapie vychází z předpokladu, že u většiny psychických problémů dojde ke zlepšení tím, že se identifikují a změní chybné a porušené představy, myšlenky a chování.

Lidé trpící depresemi mají sklon vysvětlovat si všechna fakta ve svůj neprospěch. Úzkostní lidé zas mají tendenci hledět do budoucnosti s obavami a ti, kdo mají nízké vědomí vlastní hodnoty, přeceňují úspěchy druhých a podceňují své vlastní. Tato terapie učí lidi rozpoznávat a měnit nezdravé zvyky v myšlení, což se pak pozitivně odrazí v jejich chování.

To co se mi jeví jako nevhodné, se snažím změnit – metodou učení.

Základní rysy kognitivně-behaviorální terapie

- Je strukturovaná a převážně direktivní. Terapeut je zpočátku více aktivní a zaujímá roli experta, postupně však přenáší odpovědnost za průběh terapie na pacienta a jeho aktivita se snižuje. Vztah mezi terapeutem a pacientem je vztahem vzájemné spolupráce. Od pacienta se očekává, že bude k řešení svých problémů přistupovat aktivně, bude otevřeně sdělovat a zaznamenávat své myšlenky, emoce a zážitky a že bude ochoten zkoušet nové způsoby myšlení a chování i za cenu přechodného zvýšení emoční nepohody.

- Používané terapeutické postupy nejsou cílem samy o sobě, ale jen prostředkem k dosažení konkrétního cíle, na němž se pacient s terapeutem předem dohodli.
- Zvládáním obávaných situací zvyšuje pocit vlastní zdatnosti a své sebevědomí. Postupně dokáže své problémy úspěšně zvládat a přestává terapeuta potřebovat.

V. PŘÍSTUP ORIENTOVANÝ NA ÚKOLY

Sebemenší úspěch člověka motivuje - hybná síla. Klientovi dáváme určité úkoly (malé kroky) a daří-li se mu, bude spokojený, stoupne mu sebevědomí a má pocit, že problém řeší sám.

1. *interpersonální konflikty*
2. *neuspokojení ze sociálních vztahů*
3. *problémy s formálními organizacemi*
4. *problémy s naplňováním rolí*
5. *problémy v souvislosti se soc. změnami*
6. *emocionální úzkost*

KONEC PREZENTACE