



PORADENSKÁ PSYCHOLOGIA

Zlatica Jursová Zacharová

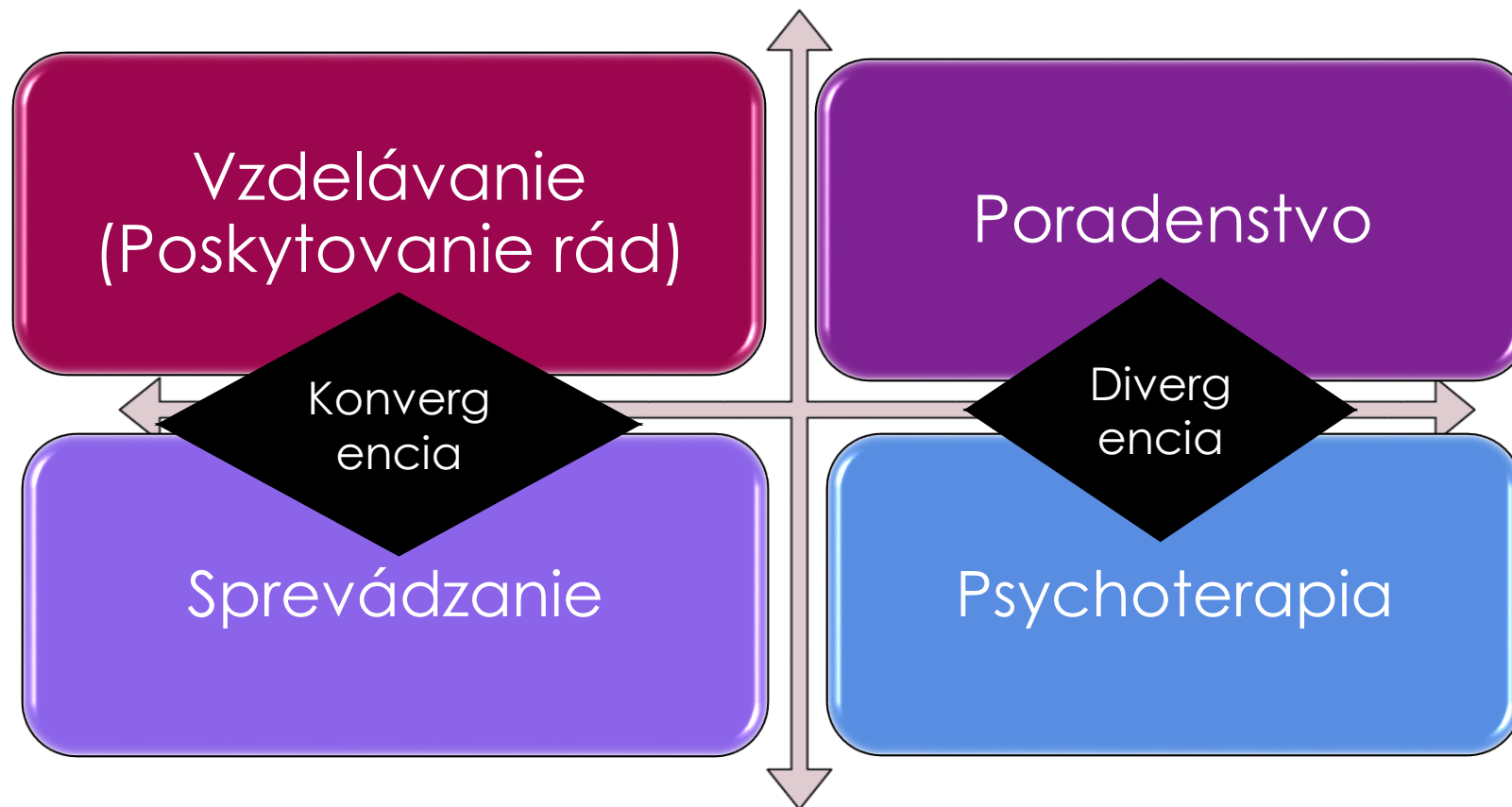
STRETNUTIA

- Prednášky: 1.10.2018; 5.11.2018; 26.11.2018 o 10:30
- Cvičenia: 3.10.2018; 7.11.2018 a 28.11.2018 o 10:00
- Informácie na <https://www.havava.eu/1147?t=Poradenska-psychologia>

ÚVOD DO PP

- Poradenstvo (lat.consultatio, angl. counselling, advising)
- Vzťah medzi klientom a poradcom
- **Ciel'**: podpora a pomoc
- Gabura a Pružinská (1995) ho vymedzujú nasledujúco:
 - Výmena informácií medzi poradcom a klientom
 - Fenomén ľudskej interakcie
 - Poradenstvo ako proces učenia
 - Vedecky fundované vysvetlenie a odôvodnenie ľudského správania s cieľom zlepšiť život klienta, riešiť problémy a vedieť im predchádzať

OBSAH PORADENSTVA



- Sledujeme:
1. Dôvod trápenia
 2. Spôsob pomoci
 3. Trvanie pomoci

ÚLOHA PORADCU

- Korigovať neprimerané očakávania klienta
- Poskytnúť reálny pohľad na možnosti poradenstva
- Rôzna v rôznych poradenských prístupoch:
 - V dynamickom prístupe – sprostredkovanie voľných asociácií, analýza prenosu, porozumenie vytesneným obsahom
 - V behaviorálnom prístupe – pracuje s formou priameho učenia, hľadanie žiadúcej odpovede – posilňovanie
 - Experimentálny prístup – práca s prítomnosťou. Vzájomné ľudské stretnutie, dialóg, empatia, akceptácia a kongruencia, povzbudzovanie sebavyjadrenia a sebarozvoja klienta

Direktívny/nedirektívny

PORADCA A DYNAMIKA PORADENSTVA

- Snaha rešpektovať jedinečnosť každej ľudskej bytosti
- Viera, že prípade pomoci, dokáže klient sám riešiť svoje problémy
- Z hľadiska času rozlišujeme rôzne dynamiky poradenského procesu:
 1. **Intrapsychická** dynamika – vnútri osobnosti každého človeka – práca s funkčným systémom a hierarchickou štruktúrou osobnosti
 2. **Interpsychická** dynamika – vzťahy a fungovanie osobnosti medzi inými ľuďmi
 3. **Minulosť a budúcnosť** v širšom poňatí ľudského spoločenstva. Uvažovanie o kontinuite a diskontinuite, o generačných napätiach a vzťahoch – biodromálna psychológia

PORADENSKÉ SYSTÉMY

- **CPPP a P** – organizačná štruktúra pre mestské časti a vyššie územné celky
- Zaoberajú sa poradenstvom pre deti a mládež
- Deti s poruchami učenia a správania, špecifická poruchy správania, žiak s dysfunkčnej rodiny, šikana, drogy
- Voľba povolania, profesná orientácia (kariérové poradenstvo)
- Práca s deťmi a rodičmi/učiteľmi
- Spojovací článok so školou: výchovný poradca a školský psychológ

PORADENSKÉ SYSTÉMY

- **Zdravotníctvo** – neštátne zdravotnícke zariadenia
- Poradenstvo pre ľudí závislých na nikotíne, alkohole, liekoch, drogách, hazardných hrách, ...
- Linka dôvery – telefonické poradenstvo, poskytuje krízovú intervenciu
- **Bývalé CPPS** – (rezort Ministerstva práce sociálnych vecí a rodiny)
- v rámci sociálneho poradenstva na úradoch – partnerské, predmanželské, rodinné poradenstvo, práca s individuálnym klientom (osobnostné problémy, krízové poradenstvo, psychosomatika); rozvody, dysfunkčné rodiny, náhradná rodinná starostlivosť, práca s nezamestnanými

PRÍSTUPY A SYSTÉMY

- PRVOTNÉ MODELÝ:
- 20 roky 20 storočia –**diagnosticko-psychometrická koncepcia** E.G.Williamson (1965)
- Šesť vymedzujúcich bodov poradenstva:
- Analýza, syntéza, diagnóza, prognóza, konzultácia, spätná väzba
- Vychádzala z **Parsonovho trojfaktorového poradenského modelu**:
 1. Ľudia majú svoje charakteristické črty
 2. Zamestnávateľ, škola, alebo iné životné situácie majú svoje špecifické požiadavky, ktoré zodpovedajú osobnostným rysom
 3. Informované rozhodnutie sa zakladá na súlade osobnostných charakteristík s požiadavkami zamestnania

PRÍSTUPY

- medicínsko-psychoanalytického prístup
- Jednostranné využívanie medicínskeho modelu
- Odklon zo strany psychoanalytického hnutia
- Oslaboval ďalší vývoj a samostatnosť poradenstva
- Medicínsky koncept je málo prepojený na terapiu alebo poradenstvo
- Jeho prístup je obmedzený na zdravie a chorobu
- V centre pozornosti sú informácie o abnormalite, zanedbávanie rozvoja pozitívnych stránok vo vývine osobnosti (Koščo, 1987)

PRÍSTUPY

- Konceptia integrovaného výchovno-rozvíjajúceho prístupu
- ako prevencia od Rappaporta (1987)
- ako aktívny rast,
- Ako kooperatívneho poradenstva a
- Ako kariérový rast

PSYCHOANALYTICKÝ PRÍSTUP

- Princíp determinácie súčasného správania minulosťou a využívanie princípu kauzality
- Poradca je zrkadlom pre klienta (odráža to čo si klient priniesol)
- Využívanie voľných asociácií
- Analýza prenosu a protiprenosu
- Práca so snami a fantáziou, náhľad, práca s úzkosťou a napätím
- Tri princípy_ libido má dominantnú úlohu v správaní človeka, nevedomé impulzy človeka riadia, správanie dospelého jedinca je ovplyvnené prvými piatimi rokmi života

INDIVIDUÁLNA PSYCHOLÓGIA

- A. Adler
- Základným mechanizmom je vývin, ktorý sa podieľa na formovaní osobnosti
- Pocit menejcennosti je kľúčový pojem – ak nie je zvládnutý prerastá do komplexu menejcennosti a podieľa sa na neurotických problémoch
- Prebúdza potrebu a snahu po moci a cit pre spoločenstvo sa odlišuje od citu pre spoločnosť

BEHAVIORÁLNY PRÍSTUP

- Správanie je výsledkom toho, čo a ako sa človek naučil, alebo nenaučil
- Procesy jednotlivých foriem správania – podmieňovanie, posilňovanie, nácvik, tréning, averzný nácvik
- Sleduje, či správanie prináša klientovi zisk, (zákon účinku)
- Pracuje s rôznymi druhmi učenia:
- Operačné (posilňovanie zmeny v načasovaných sekvenciách)
- imitačné (hranie rolí)
- kognitívne (inštrukcie),
- emočné (klasické podmieňovanie s nahradením negatívnych emócií za pozitívne),
- sociálne (proces osvojovania schopností, návykov a postojov).

EXPERIMENTÁLNY PRÍSTUP

- Jedinec ako aktívna bytosť, ktorá je schopná uvedomenia si svojich možností a schopností
- Pre klienta je rovnako dôležité porozumenie tomu, čo robí a prežíva rovnako ako je dôležité zodpovedanie otázky prečo to robí
- Základný kreatívny proces – sebauplatnenie, sebaaktualizácia, sebaapresah
- Formovanie osobnosti klienta
- Poradca je často ako katalyzátor

GESTALT PRÍSTUP


- Vnútrotná stimulácia klientovej aktivity
- Uvedomenie emocionálneho ja
- Nepopiera sa minulosť a na budúcnosť, no dôraz sa kladie na prítomnosť tu a teraz
- Stimulácia rastu klienta
- Sebaporozumenie na hlbších úrovniach, porozumenie a akceptácia klienta ako takého

RACIONÁLNO-EMOČNÝ PRÍSTUP

- Vníma, že príčina problémov klientov je založená na tom, že myslenie je iracionálne a vychádza z nesprávnych predpokladov, čo vedie k vnútornému konfliktu a k emocionálnemu napätiu
- Autor Alber Ellis – RET
- A = spúšťač, udalosť
- B = Vlastné presvedčenie
- C = dôsledok
- D=diskusia, E efektívna nová filozofia, G=cieľ
- Keď sa v reálnej situácii uplatní racionálny princíp B, človek sa správa efektívne a má príjemné pocity C

PRÍSTUP POMOCOU TRANSAKČNEJ ANALÝZY

- E. Berne (1997)
- Analýza a porozumenie správaniu, ktoré objasňuje komunikačné vzorce medzi osobami, podporuje sebavedomie a zdôrazňuje klientovu zodpovednosť za seba samého
- Hra je sled na sebanadväzujúcich transakciách, čiastočne zjavných a čiastočne skrytých
- Pozornosť je zameraná na ego jedinca a môže byť v troch stavoch Rodič (exteropsychický stav), dieťa (archerotypický stav), dospelý (neopsychický stav)
- Dva pary potrieb:
- Potreba podnetov a potreba uznania
- Potreba štruktúry a potreba vzrušenia

- 
- Systemický prístup –rodina ako uzatvorený systém
 - Naratívny prístup -rozprávanie životného príbehu
 - Eklekticko-integratívny prístup
 - Vo všetkých prístupoch existujú spoločne účinné faktory
 - V rôznych prístupoch môžu byť odlišné účinné faktory, ktoré vedú rozličnou cestou k rovnakému výsledku
 - Existujú špecifické účinné faktory, ktoré pôsobia na určitý konkrétny príznak, problém alebo klienta a sú málo účinné v iných prípadoch

RIZIKOVÝ KLIENT

1. Nedobrovoľný klient
2. Klient v odpore
3. Mlčanlivý klient
4. Depresívny klient
5. Suicidálny klient
6. Manipulatívny klient
7. Agresívny klient

KLIENT

- 1. Nedobrovoľní klient** – bez vlastnej motivácie, často si nepripúšťa problémy, posiela ho inštitúcia, rodič, partner... Prináša to so sebou etické otázky, je potrebné najskôr poskytnúť dostatok informácií o poradni a o úlohe poradenstva, nezávislosti a pod...
- 2. Klient odpore** – odpor k zmenám, či intervenciám (obranné mechanizmy, ktoré sú manifestáciou intrapersonálneho konfliktu). Klient napriek jasnej inštrukcii nerozumie, nechce, nevie nastoliť zmenu, je paralyzovaný strachom
- 3. Mlčanlivý klient** – mlčanie je istá komunikačná valencia, niečo signalizuje (úzkosť, odpor, neistota, nedôvera, záťaž), prerušenie, tým že poradca referuje o tom, čo mu počas mlčania prebehlo hlavou, čo cítil, môže dať klientovi úlohu, by si informácie spracoval písomne

KLIENT

4. **Depresívny klient** – jeho stav naznačujú už isté telesné symptómy (skľúčený pohľad, spustené kútiky, nekľud tela, smútok, sklamanie, beznádej, pesimizmus, strach, plačlivosť, únava, spomalenie myslenia, pokles koncentrácie, spomalenie reči, výpadky pamäte, zmena chuti do jedla, zápcha, zanedbaný výzor, prerušenie sociálnych kontaktov, pokles sexuálnej apetencie...
- Vypočúť problémy
 - Urobiť prehľad depresívnych symptómov
 - Pokúsiť sa objasniť podstatu depresie
 - Zistiť, čo klient na odstránenie problému podnikol
 - Zvážiť potrebu psychiatrického ošetrovania
 - Poskytnúť informácie o podmienkach spolupráce
 - Umožniť klientovi odstúpenie od spolupráce
 - Inštrukcie k plneniu úloh
 - Hľadať súvislosti medzi depresiou a interpersonálnymi vzťahmi
 - Zistiť očakávania klienta

KLIENT

5. **Suicidálny klient** – mal by byť v ambulancii psychiatrov – je potrebné identifikovať o aký typ suicidality ide, nechať ho vyrozprávať a poskytnúť mu neprerušovanú podporu

6. **Manipulatívny klient** – snaha o úmyselný vplyv či smerovanie k vlastnej výhode, vyhováranie, zvädzanie, šarm, obviňovanie, podplácanie, zaplavovanie rečami... Manipulácia ako ochrana ega, pred vonkajším svetom, hľadať odpoveď na otázku čoho sa klient obáva a akceptovať jeho strach. Obmedziť čas, dať jasné pravidlá, jednoznačne odmietnutie manipulatívnych ponúk

7. **Agresívny klient** – mať pripravenú miestnosť – dvoje dverí, signalizačné zariadenie, odstránené predmety, ktoré sa dajú použiť ako zbraň. Užitočné je použiť prvky asertivity: technika pokazenej platne, technika otvorených dverí, sebaotvorenie