

# **Modul: „Zvládneme to“**

## **Podmodul § 11 ods. 2, písm. a)**

### **1. Východisková situácia**

Modul je určený na vykonávanie opatrení pre dieťa a rodičov v rozvodových a rozchodových situáciách, kedy je dieťaťu a jeho rodičom potrebné poskytnúť alebo sprostredkovať sociálne poradenstvo.

### **2. Cieľ modulu**

Cieľom je pomocou sociálneho poradenstva prekonať náročné obdobie rozvodu, pomôcť v rodine pri riešení zásadných otázok vyplývajúcich z novej životnej situácie a poskytnúť dieťaťu a jeho rodičom potrebnú pomoc počas rozvodu.

### **3. Cieľová skupina modulu**

- dieťa, ktorého rodičia sa rozvádajú alebo sa už rozviedli, a ktoré potrebuje sociálne poradenstvo, psychologickú pomoc,
- rodičia, ktorí sa rozvádajú alebo sa rozviedli a potrebujú sociálne a prípadne aj psychologické poradenstvo.

### **4. Dôvody vylučujúce zaradenie do modulu**

- podozrenie na násilie v rodine,
- závažné psychiatrické diagnózy v rodine v akútnom stave,
- dlhodobá neliečená závislosť na alkohole a iných látkach ohrozujúcich život,
- závažné poruchy správania – ohrozovanie života dieťaťa, či odborných pracovníkov,
- zvýšená agresivita,
- odmietanie spolupráce zo strany rodiny.

### **5. Obsahové zameranie**

#### **1. stretnutie – ambulantnou formou**

- prvý kontakt v CSS - vzájomné predstavenie sa,
- oboznámenie sa s dôvodom, prečo bol distribuovaný do centra, pomenovanie problému,
- získavanie základných informácií o klientovi prostredníctvom rozhovoru a pozorovania,
- zmapovanie motivácie klientov,
- informovanie klienta o priebehu spolupráce v rámci modulu – v rozhovore mu bude vysvetlený modul, akú formu práce môže od centra očakávať a predstaví mu tím odborníkov, ktorí sa do procesu môžu zapojiť,
- zistenie očakávaní klienta a následné stanovenie priorít,
- oboznámenie klienta s povinnosťou centra podávať písomné správy zainteresovaným inštitúciám (ÚPSVaR, súd, polícia atď.),
- poskytnutie priestoru na prípadné otázky klienta,
- uzatvorenie kontraktu, dohodnutie podmienok a harmonogramu ďalších stretnutí.

#### **2. – 11. stretnutie – terénne/ambulantné**

Stretnutia budú prebiehať terénou alebo ambulantnou formou. Budú zamerané na:

- schopnosť manželov dobre komunikovať,
- aktivizáciu klienta a mobilizáciu jeho vlastných zdrojov,
- stabilizáciu jeho vlastných zdrojov, životného štýlu, zvládnutie novej situácie,

- podporu plnenia rodičovských práv a povinností,
- utváranie a upevňovanie vzťahu medzi rodičmi a deťmi,
- sprevádzanie a iné v závislosti od prípadu.

## **12. stretnutie – terénne/ambulantné**

- zhrnutie záverov vzájomnej spolupráce s klientom, rodinou, dieťaťom,
- odporúčania do budúcnosti,
- vypracovanie sociálnej správy (tiež k nahliadnutiu klientovi).

## **6. Identifikácia rodiny**

- Alternatívy rodiny:
- matka + dieťa/deti,
  - otec + dieťa/deti,
  - matka + otec + dieťa/deti,
  - matka + otec + dieťa/deti + starí rodičia,
  - matka + partner + dieťa/deti,
  - otec + partnerka + dieťa/deti,

## **7. Forma práce s rodinou z hľadiska počtu osôb**

- individuálna,
- individuálna v kombinácii so skupinovú,
- skupinovú.

## **8. Forma realizácie modulu**

- ambulantná,
- ambulantná kombinovaná s terénnou,
- terénna.

## **9. Zamestnanci centra**

- sociálna pracovníčka,
- asistentka sociálnej práce,
- psychologička,
- špeciálna pedagogička/ liečebná pedagogička / pedagogička.

## **10. Štruktúra modulu v kontexte osobohodín**

Na realizácii modulu v konkrétnej rodine sa budú podieľať dvaja odborní pracovníci v závislosti od hlavného problému rodiny. Intervenčný proces môžu pracovníci vykonávať v nasledovnom zložení:

- sociálna pracovníčka + asistentka sociálnych služieb,
- sociálna pracovníčka + psychologička.

### **A variant (2 - 4 osoby v rodine)**

Počet hodín na zabezpečenie PP s klientom/ rodinou na celý variant A v module „Zvládneme to“ je potrebných **54 hodín**.

/Osobohodiny obsahujú: oboznámenie sa so situáciou rodiny, konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala, prvý kontakt s rodinou, 12x príprava na stretnutie, 12x stretnutie, 12x záznam, 10x cesta do terénu, tímové plánovanie, komunikácia so zainteresovaným subjektom, supervízia /

## **B variant (5 - 7 osôb v rodine)**

Počet hodín na zabezpečenie PP s klientom/ rodinou na celý variant B v module „Zvládneme to“ je potrebných **69 hodín**.

/Osobohodiny obsahujú: oboznámenie sa so situáciou rodiny, konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala, prvý kontakt s rodinou, 15x príprava na stretnutie, 15x stretnutie, 15x záznam, 13x cesta do terénu, tímové plánovanie, komunikácia so zainteresovaným subjektom, supervízia /

## **C variant (8 a viac osôb v rodine)**

Počet hodín na zabezpečenie PP s klientom/ rodinou na celý variant C v module „Zvládneme to“ je potrebných **81 hodín**.

/Osobohodiny obsahujú: oboznámenie sa so situáciou rodiny, konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala, prvý kontakt s rodinou, 18x príprava na stretnutie, 18x stretnutie, 18x záznam, 16x cesta do terénu, tímové plánovanie, komunikácia so zainteresovaným subjektom, supervízia /

## **11. Metódy a techniky**

- **pozorovanie** - zachytenie vonkajších prvkov správania klienta zamerané na motorickú, fyziologickú a kognitívno-afektívnu zložku správania sa,
- **motivačný rozhovor** - zameriava sa na rodičov ako aktérov zmien, pomoc realizovať zmeny v živote klienta, ktoré nedokáže realizovať sám,
- **informácia** - pomoc rodine informácie spracovať a overiť si, či ich správne pochopila, napr. informácie týkajúce sa základných práv, nárokov na poskytnutie sociálnych služieb, podpory zo strany samosprávy, štátnych sociálnych dávok, zvýšenie právneho povedomia,
- **interview** - rozhovor s jednotlivcom alebo skupinou,
- **klarifikácia** - rozumová analýza problému alebo celkovej situácie z iného zorného uhla,
- **ventilácia** - pomáha klientovi zbaviť sa nahromadeného napätia, stresu, úzkosti, strachu, rozprávaním o probléme dochádza k zníženiu tenzie a strachu a môže sa vytvoriť priestor pre konštruktívnu poradenskú prácu,
- **povzbudenie** - využitie v iniciálnej fáze, kedy je dôležité hneď povzbudiť klienta - najmä u detí, aby prekonali svoj strach,
- **tréning** - prekonávanie strachu, zvyšovanie sebavedomia pozitívneho sebahodnotenia, základných rodičovských zručností, konštruktívnej hádky, tréning v asertivite,
- **hranie rolí** - v rámci komunitnej práce s klientmi, skupinovej, svojpomocnej skupiny - ostatní členovia rodiny hrajú rolu jedného člena v rôznych situáciách, aby sa dokázali vcítiť do situácie ostatných a lepšie pochopili motiváciu, komunikáciu a správanie,
- **konfrontácia** - sociálny pracovník upozorňuje klienta na rozdiely a rozpory v jeho tvrdeniach, správaní a chápaní seba aj iných,
- **podmieňovanie a iné behaviorálne techniky** - pochvala - pozitívne podmieňovanie, ktorá napomáha regulovať správanie detí a u dospelých osôb ide o čiastkové zmeny jednotlivých postojov,
- **reflexia** - sociálny pracovník preformulováva klientove odpovede, aby stimuloval klientov pohľad a sebareflexiu,

- **abreakcia** - priestor aby mohol klient znovu prežiť problémovú situáciu, uvoľniť skrytú alebo potlačenú emocionalitu, pochopiť aktuálnu situáciu a obnoviť mechanizmy zvládania tejto situácie,
- **persuázia** - iný pohľad na problém, efektívnejšie vzorce správania či riešenia problémovej situácie,
- **sumarizácia** - zhrnutie doterajšej spolupráce s rodinou, poradca povzbudí k sumarizácii rodinu,
- **relaxačné techniky** - využívajú súvislosti medzi uvoľnením svalstva, psychickým preladením a ovplyvnením somatiky,
- **modelovanie** - modelovanie reálnych situácií zo života klienta - odborník ponúka rodine svoj spôsob zvládania určitej situácie a rodina sa môže inšpirovať,
- **metóda incidentu** - detailná analýza situácie s úmyslom pripraviť klienta na jej zvládnutie v budúcnosti.

### Metódy a techniky psychologickej pomoci

- **psychologické poradenstvo** - poznanie negatívnych pocitov, ktoré rozvod rodičov prináša, ich pomenovanie, zvládanie záťažových situácií, porozumenie, posilnenie sebaúcty dieťaťa,
  - a. **individuálne psychologické poradenstvo** - neštruktúrovaný rozhovor, voľná hra, projekcie prostredníctvom kresieb, metódy nedirektívnej hrovej terapie, metódy arteterapie,
  - b. **skupinové psychologické poradenstvo** - štruktúrovaný rozhovor, spätné väzby členov skupiny, sebareflexie, náhľad na emočné prežívanie a situáciu klienta, korekcia vlastného správania,
  - c. **rodinné psychologické poradenstvo**- optimalizácia fungovania rodinného systému, efektívne riešenie situácie, zvládanie krízy a konfliktov, nácvik komunikačných zručností, podpora, oceňovanie,
- **krízová intervencia** - psychológ poskytuje deťom a dospelým v stave akútnej a prevažne situačnej psychickej krízy individuálne i skupinovo, čím sa snaží minimalizovať ohrozenie klienta, posilniť jeho schopnosti vyrovnáť sa s aktuálnu záťažovou situáciou.