

## Specifikace vztahového poradenství

na základě indikací, cílů, prostředků, *základy vychází z Metodiky MRP:*

### Cíle:

#### **Vyřešit aktuální problém**

- Zorientovat se v akt. životní situaci/problému (osobní, vztahové a kontextové části) a rozhodnout se.
- Vyšší míra autonomie - rozvoj **kompetencí** (vědomí - porozumění problému), vědomí možnosti řešení a rozvoj dovedností) potřebných k **řešení problému** a k osobnímu růstu.

Vychází ze **silných stránek, a zdrojů klientů**

### Indikace:

**Problém** (osobní, vztahový, pracovní...), **situace rozhodování**, které K (nebo K systém) nezvládá vyřešit svými silami, či s pomocí přirozeného okolí.

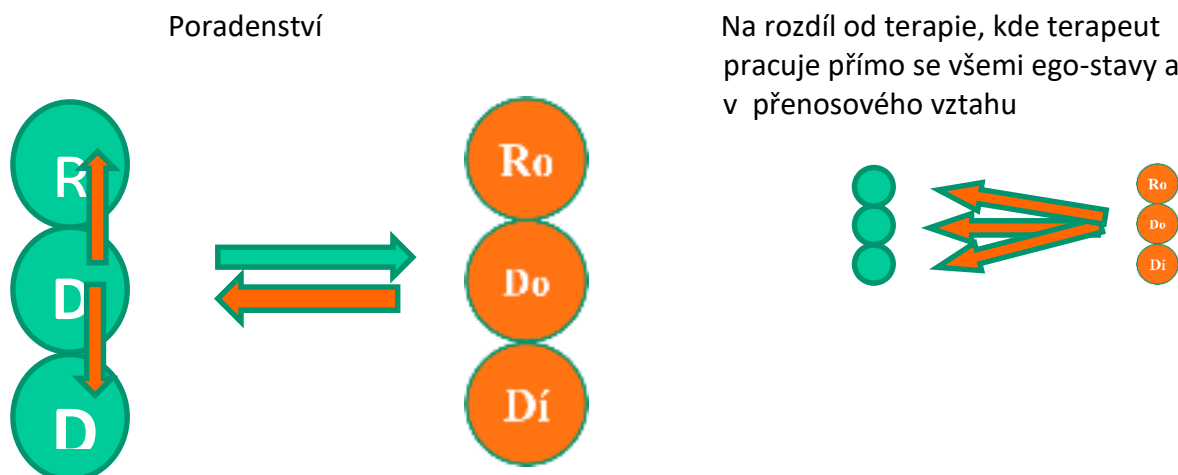
U klienta není psych. onemocnění, pokud ano, je současně léčeno jinde.

### Poradenské prostředky:

Poradce se zaměřuje na **posilování schopností** klienta **porozumět problému, hledat možnosti řešení, rozvíjet své kompetence** a na práci s vnitřními i vnějšími **zdroji** klienta.

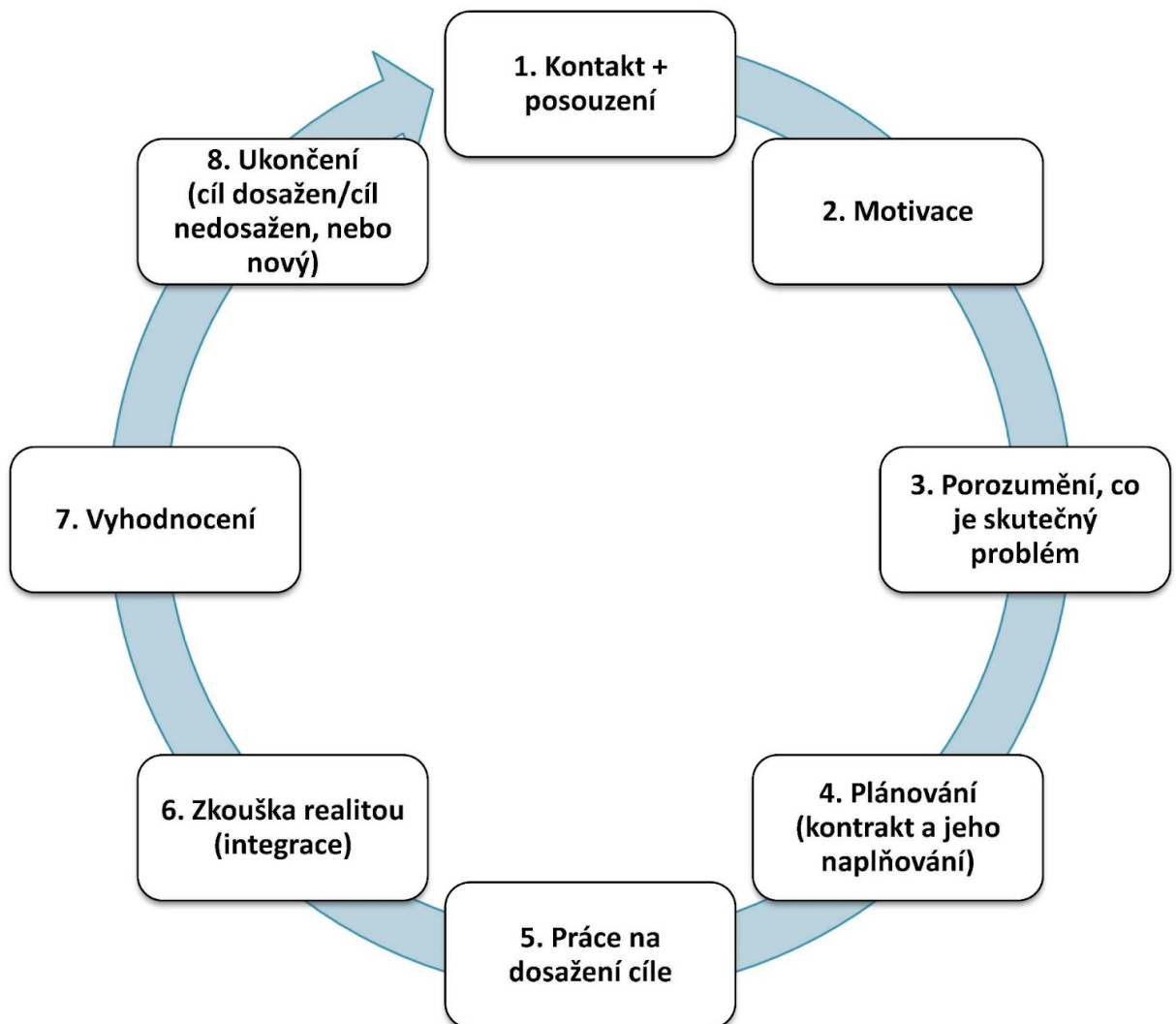
*Poradenství pomáhá lidem prozkoumat problémy takovým způsobem, aby byli schopni se rozhodnout, co s nimi dělat a řešit je. Poradenství je spoluprací klienta s pracovníkem. Pomoc se rozvíjí na základě klientova přání, jímž míří k rozvinutí vlastních možností. Činí tak právě nyní, pro tuto příležitost a pro tohoto klienta. Pracovník klientovi pomáhá najít nejužitečnější cesty, přičemž posuzovatelem užitečnosti zůstává klient sám (Úlehla: Umění pomáhat)*

Dle modelu Transakční analýzy: Poradce pracuje s **dospělým ego-stavem**, posiluje jeho schopnosti, pomáhá K dospělému prozkoumat a změnit vliv Rodiče a Dítěte.



**Hlavní nástroj: je dobrý kontakt (pracovní aliance), dobrý kontrakt**

**Poradenský proces – plánování:** fáze poradenství (zdroj: rozvinutý model Metodiky MRP lektory Poradenské propedeutiky)



## Poradenské kompetence

### 1. Profesní identita a etika

Schopnost popsat vlastní systém hodnot a přesvědčení a dát ho do souvislosti s filozofickými předpoklady a etickými zásadami vztahového poradenství včetně důsledků pro osobní, sociální, etnickou a kulturní identitu. Poradce formuluje promyšlenou profesní vizi jako schopný poradce. Jasná vazba na etické zásady. Je si vědom své vlastní i klientovy sociální, etnické a kulturní identity a možných důsledků pro poradenský proces.

## 2. Vztah

Schopnost během poradenského procesu účinně navozovat a udržovat vztah „já jsem OK – ty jsi OK“ včetně chápání psychologického procesu, který se odehrává mezi poradcem a klientem/klientským systémem a v klientském systému.

## 3. Teorie

Schopnost pracovat s pojmy a diskutovat o poradenství z pohledu různých poradenských teoretických koncepcí/modelů. Prokazuje chápání a uplatňování širokého spektra teorie včetně různých trendů a přístupů, a to s ohledem na aktuální vývoj. Dokáže zvolit vhodné koncepce/modely pro daný kontext (včetně konceptů systémové a vztahové dynamiky) a diskutovat o jejich užití

## 4. Možnosti

Začleňování teorie do praxe. Schopnost vytvářet škálu tvořivých možností v poradenské praxi, diskutovat o nich a dokázat obhájit zvolenou strategii. Poradce je pružný, schopný jít do hloubky v diskuzích o tvořivých možnostech poradenské praxe ve vztahu k teorii, jež podporuje řešení problémů a osobní rozvoj.

## 5. Posouzení

Jasná představa o přesném posouzení poradenské situace na základě kontextu, potřeb a cílů klienta a klientského systému, právních závazků i silných stránek a omezení poradenství.

## 6. Smlouvy a směřování

Schopnost pracovat s poradenskými smlouvami v různém prostředí s jednotlivci a/nebo skupinami, v návaznosti na plánování a vyhodnocování poradenské činnosti. Uzavírá vhodné sdílené poradenské smlouvy s jasnou vazbou na plánování účinného poradenství a intervencí a vyhodnocování poradenského procesu.

## 7. Intervence a účinnost

Poradce prokazuje tvořivost a efektivitu svých intervencí v kontextu vztahu, smlouvy a stádia poradenského procesu. Většina intervencí dosahuje toho, čeho měly. Poradce monitoruje účinek svých intervencí a vhodně na svá zjištění reaguje.

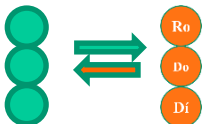
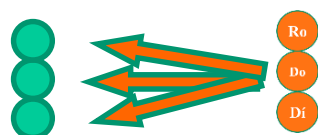
## 8. Zdroje

Zaměření na zdroje: silné stránky a zdroje klienta, zvažování dostupnosti zdrojů v komunitě a zdrojů jiných odborníků. Je schopen využívat silné stránky a existující zdroje klienta nebo klientského systému a stavět na nich. Ví o ostatních zdrojích na podporu klienta a o možnostech postoupení k jiným odborníkům, je-li to nutné.

## 9. Sebereflexe

Schopnost reflektovat svůj vlastní proces při poradenské práci. Vysoké povědomí a chápání svého vlastního procesu a jeho dopadů na poradenské intervence.

**Vymezení poradenství oproti psychoterapii**

Psychoterapie	Poradenství
<p><b>Základní vymezení:</b></p> <p>Léčba psychologickými prostředky</p>	<p><b>Základní vymezení:</b></p> <p>Poradenství <b>odborná činnost v rámci smluvního vztahu</b>. Poradenský proces umožňuje klientům či klientským systémům <b>rozvíjet vědomí, možnosti i dovednosti potřebné k řešení problémů a k osobnímu růstu v každodenním životě, a to prostřednictvím podpory vlastních silných stránek, zdrojů a fungování klientů</b>.</p>
<p><b>FOKUS:</b></p> <p><b>léčba psychopatie</b> Introjekty, traumata, vzorce vedoucí k patologii (dg.:PA, deprese, úzkosti, psychosomatika...)</p>	<p><b>FOKUS:</b></p> <p><b>Podpora při řešení specifického problému. Podpora v orientaci a rozhodování.</b> U klienta není psych. onemocnění, pokud ano, je současně léčeno jinde. Práce více na úrovni Do-Do.</p>
<p><b>Cíl:</b></p> <p><b>Zbavit se nemoci</b> Dosáhnout autonomie</p>	<p><b>Cíl:</b> Pomoci <b>vyřešit aktuální problém, zorientovat se</b> v akt. životní situaci a <b>rozhodnout se</b>. Cílem je vyšší autonomie ve vztahu k jeho sociálnímu, profesnímu a kulturnímu okolí.</p>
<p><b>Délka spolupráce:</b></p> <p>Vyjma krátkodobých terapií, obvykle delší spolupráce, nemusí být jeden cíl</p>	<p><b>Délka spolupráce:</b></p> <p>relativně kratší (1-10 sezení)</p>
<p><b>Způsob práce:</b></p> <p>Pracuje s celou strukturou osobnosti (Rodičovskými introjekty, destruktivními životními rozhodnutími vnitřního dítěte, traumaty,...). T pracuje přímo s vnitřním rodičem a dítětem</p>  <p>Hledá porozumění, co se s K děje (opakuji se vzorcům, myšlení, chování, jeho cílům a strategiím, jak je dosahuje (které jsou nefunkční, nalézání funkčních). Je potřeba, aby K počítal s tím, že nedostane rady a recepty co je užitečné, ale že to <b>bude společně hledání T a K</b>. Což obnáší trochu více nejistoty a interakcí. Využívá techniky <b>práce s tělem regresivní metody, imaginace, psychodrama..... interpretace</b> pracuje s <b>přenosem a protipřenosem</b> ve vztahu T- K</p>	<p><b>Způsob práce:</b></p> <p>P se zaměřuje se na práci s <b>Dospělým ego-stavem</b> (jaký je <b>aktuální problém, pomáhá hledat vlastní zdroje</b> (a zdroje ve svém okolí) k vyřešení problému. Pomáhá K prozkoumat problémy vnitřního rodiče a dítěte přes jeho dospělého.</p>  <p>Hlavní nástroj je <b>kontrakt</b> – co je K cílem, co je cílem poradenství, ... Když není jasný cíl, můžeme něco zkusit, pak zreflektovat, co jsme udělali a jaký má smysl, že se scházíme.</p> <p>P spolu s K může hledat <b>porozumění, co se s K děje v konkrétních situacích</b> (opakuji se vzorcům, myšlení, chování, jeho cílům a strategiím, jak je dosahuje (které jsou nefunkční, vědomé nalézání funkčních). Cílem je zmapování nefunkčních strategií, posílení či nalezení funkčních. Následně pak jejich zakotvení a stabilizace v chování.</p> <p>V poradenství může být P <b>trochu více v expertní roli</b> (než T). Pro K je to méně frustrující K může dostat i doporučení, co je užitečné. P může dát i <b>návod</b> (pak je však důležité ho detailně probrat, jak mu K rozumí a blíže se podívat na to, zda ho K chce). Rozhodnutí o využití doporučení či případných návodů je vždy na klientovi.</p>
<p><b>Proces podobný (specifika psychoterapie)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Kontakt</b></li> <li>2. <b>Motivace</b> – končí, když K chce změnu a věří, že je možná</li> <li>3. <b>uvědomění, spodních problémů</b>, které je potřeba vyřešit k dosažení cíle (př.: povrchový problém nejasný kontrakt, spodní problém přesvědčení, že musím ostatní potěšit, brání dělat jasné kontrakty)</li> <li>4. <b>Kontrakt na změnu</b> – Do - většina práce je hotová</li> <li>5. <b>Vyvedení vnitřního dítěte ze zmatku: dítě se vysvobodí ze zmatku z historie částečně dělám i v poradenství (regresivní práce)</b></li> <li>6. <b>Nové rozhodnutí dítěte = psychoterapie!!!</b> nedělá pro poradenství, ale někdy se v poradenství lidi znovu rozhodnou, jako vedlejší efekt poradenství</li> <li>6. <b>Integrace nového rozhodnutí do života</b></li> <li>7. <b>závěr</b></li> </ol>	