

# **Modul: „Zvládneme to“**

**Modul pre rodinu v rozvodovom období (§ 11 ods. 2, písm. a) a c))**

## **1. Východisková situácia**

Modul je zameraný na predrozvodovú, rozvodovú a porozvodovú situáciu, ktorá závažným spôsobom môže ohrozovať psychický vývin dieťa. V prípadoch, ak rodičia do vzťahu s dieťaťom prenášajú nedoriešené problémy partnerského konfliktu, zabezpečíme potrebnú sociálnu podporu, psychologickú pomoc a sprevádzanie počas celého obdobia rozvodu a po ňom.

## **2. Cieľ modulu**

Cieľom je predovšetkým predchádzať ničivým dôsledkom rozvodu na maloleté deti, a to predovšetkým upriamením pozornosti na prežívanie dieťaťa, uspokojovanie jeho potrieb a rešpektovanie jeho názoru. Pomocou sociálneho a psychologického poradenstva má modul za cieľ eliminovať negatívny vplyv konfliktnej situácie na dieťa, spolupracovať s rodičmi na zvládaní ich emócií, každodenných situácií, riešení ich konkrétnych problémov, zlepšenie komunikácie rodičov navzájom a tiež komunikácie rodičov s deťmi. V neposlednom rade je cieľom modulu pomôcť deťom porozumieť situácii, v ktorej sa ocitla rodina.

## **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. – 2. 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.

### **3. – 18. stretnutie – terénne/ambulantné**

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

- zmapovanie situácie v rodine, vzájomných vzťahov a správania sa medzi jednotlivými členmi rodiny,
- podpora schopnosti manželov dobre komunikovať a plnenia rodičovských práv a povinností,
- aktivizácia konkrétnych členov rodiny a mobilizácia ich vlastných zdrojov,
- stabilizácia a upevňovanie vzťahu medzi rodičmi a deťmi,
- sprevádzanie a iná podpora, v závislosti od prípadu,
- získavanie informácií od iných inštitúcií (ÚPSVaR, MsÚ, ObÚ, škola, lekár a iné).

### **19. – 20. 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**

- a) individuálna,
- b) individuálna v kombinácii so skupinovú,
- c) skupinovú.

## **8. Forma realizácie modulu**

- a) ambulantná,
- b) ambulantná kombinovaná s terénnou,
- c) terénna.

## **9. Zamestnanci centra**

- sociálna pracovníčka,
- asistentka sociálnej práce,
- psychologička,
- špeciálna 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)**

### **Prípravná fáza**

- oboznámenie sa so situáciou rodiny - **0,5 hod.**
- konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala - **0,5 hod.**
- prvý kontakt s rodinou - **0,5 hod.**

### **Ambulantná fáza**

- príprava na stretnutie s klientom - 4 stret. x 0,5 hod. = **2 hod.**
- ambulantné stretnutie (úvodné a záverečné) - 4 stret. x 1,5 hod. = **6 hod.**
- záznam - 4 stret. x 0,25 hod. = **1 hod.**

### **Terénna fáza**

- príprava na stretnutie - 16 stret. x 0,5 hod. = **8 hod.**
- stretnutie + cesta do terénu - 16 stretnutí x 1,5 hod. = **24 hod.**
- záznam - 16 záznamov x 0,25 hod. = **4 hod.**

### **Aktivity súvisiace s realizáciou modulu**

- **tímové plánovanie - 1,5 hod.**
- komunikácia so zainteresovanými subjektmi (prípadová konferencia, príp. iné) - **1,5 hod.**
- analýza materiálov - **1 hod.**
- supervízia - **1 hod.**

### **Záverečná fáza**

- vypracovanie záverečnej správy z realizácie modulu - **1 hod.**

Celý variant A v module "Zvládneme to" na jedného pracovníka obsahuje **52,5 hodiny**, na dvoch pracovníkov **105 hodín**.

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

### **Prípravná fáza**

- oboznámenie sa so situáciou rodiny - **1 hod.**
- konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala - **0,5 hod.**
- prvý kontakt s rodinou - **0,5 hod.**

### **Ambulantná fáza**

- príprava na stretnutie s klientom - 4 stret. x 0,5 hod. = **2 hod.**
- ambulantné stretnutie (úvodné a záverečné) - 4 stret. x 1,5 hod. = **6 hod.**
- záznam - 4 stret. x 0,25 hod. = **1 hod.**

### **Terénna fáza**

- príprava na stretnutie - 19 stret. x 0,5 hod. = **9,5 hod.**
- stretnutie + cesta do terénu - 19 stretnutí x 1,5 hod. = **28,5 hod.**
- záznam - 19 záznamov x 0,25 hod. = **4,75 hod.**

### **Aktivity súvisiace s realizáciou modulu**

- **tímové plánovanie - 1,5 hod.**
- komunikácia so zainteresovanými subjektmi (prípadová konferencia, príp. iné) - **1,5 hod.**

- analýza materiálov - **1,25 hod.**
- supervízia - **1 hod.**

#### **Záverečná fáza**

- vypracovanie záverečnej správy z realizácie modulu - **1 hod.**

Celý variant B v module “Zvládneme to” na jedného pracovníka obsahuje **60 hodín**, na dvoch pracovníkov **120 hodín**.

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

#### **Prípravná fáza**

- oboznámenie sa so situáciou rodiny - **1,5 hod.**
- konzultácia s inštitúciou, ktorá rodinu distribuovala - **1 hod.**
- prvý kontakt s rodinou - **0,5 hod.**

#### **Ambulantná fáza**

- príprava na stretnutie s klientom - 4 stret. x 0,5 hod. = **2 hod.**
- ambulantné stretnutie (úvodné a záverečné) - 4 stret. x 1,5 hod. = **6 hod.**
- záznam - 4 stret. x 0,25 hod. = **1 hod.**

#### **Terénna fáza**

- príprava na stretnutie - 22 stret. x 0,5 hod. = **11 hod.**
- stretnutie + cesta do terénu - 22 stretnutí x 1,5 hod. = **33 hod.**
- záznam - 22 záznamov x 0,25 hod. = **5,5 hod.**

#### **Aktivity súvisiace s realizáciou modulu**

- **tímové plánovanie - 1,5 hod.**
- komunikácia so zainteresovanými subjektmi (prípadová konferencia, príp. iné) - **1,5 hod.**
- analýza materiálov - **1,5 hod.**
- supervízia - **1 hod.**

#### **Záverečná fáza**

- vypracovanie záverečnej správy z realizácie modulu - **1 hod.**

Celý variant C v module “Zvládneme to” na jedného pracovníka obsahuje **68 hodín**, na dvoch pracovníkov **136 hodín**.

### **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 prekonalí 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 psychologickéj 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.