

METODICKÁ PRÍRUČKA
K DIŠTANČNÉMU MODULU VZDELÁVANIA
V OBLASTI PASTORÁLNEHO COUNSELINGU

TRNAVA 2024

© prof. PhDr. Mária Šmidová, PhD., Mgr. Katarína Slezáková, PhD., Mgr. Marta Andraščíková, Mária Nemčíková, MSc. PhD, prof. RNDr. ThDr. Ladislav Csontos PhD., doc. Th Lic. Krzysztof Trębski, PhD., ThDr. Ing. Milan Urbančok SDB, PhD., PhDr. Renáta Jamborová SSS, PhD., PaedDr. Marián Cipár, PhD., doc. Jozef Žuffa, PhD., Gulnora Hundley, MD, PhD, LMHC, LMFT, QCS, 2024

© Trnavská univerzita v Trnave, Teologická fakulta, 2024

Publikácia vyšla v rámci riešenia grantového projektu KEGA č. 006TTU-4/2021 Dištančný modul vzdelávania v oblasti pastorálneho counselingu.

Príručka je súčasťou užívateľskej aplikácie Moodle, zverejneného na: <https://tftu.sk/novy-program-counseling>

Vedeckí recenzenti:

doc. PhDr. Mária Davideková, PhD.

doc. PhDr. Alena Novotná, PhD.

Trnavská univerzita, Teologická fakulta

P. O. Box 173

Kostolná 1, 814 99 Bratislava

tel.: +421 2/52 77 54 10

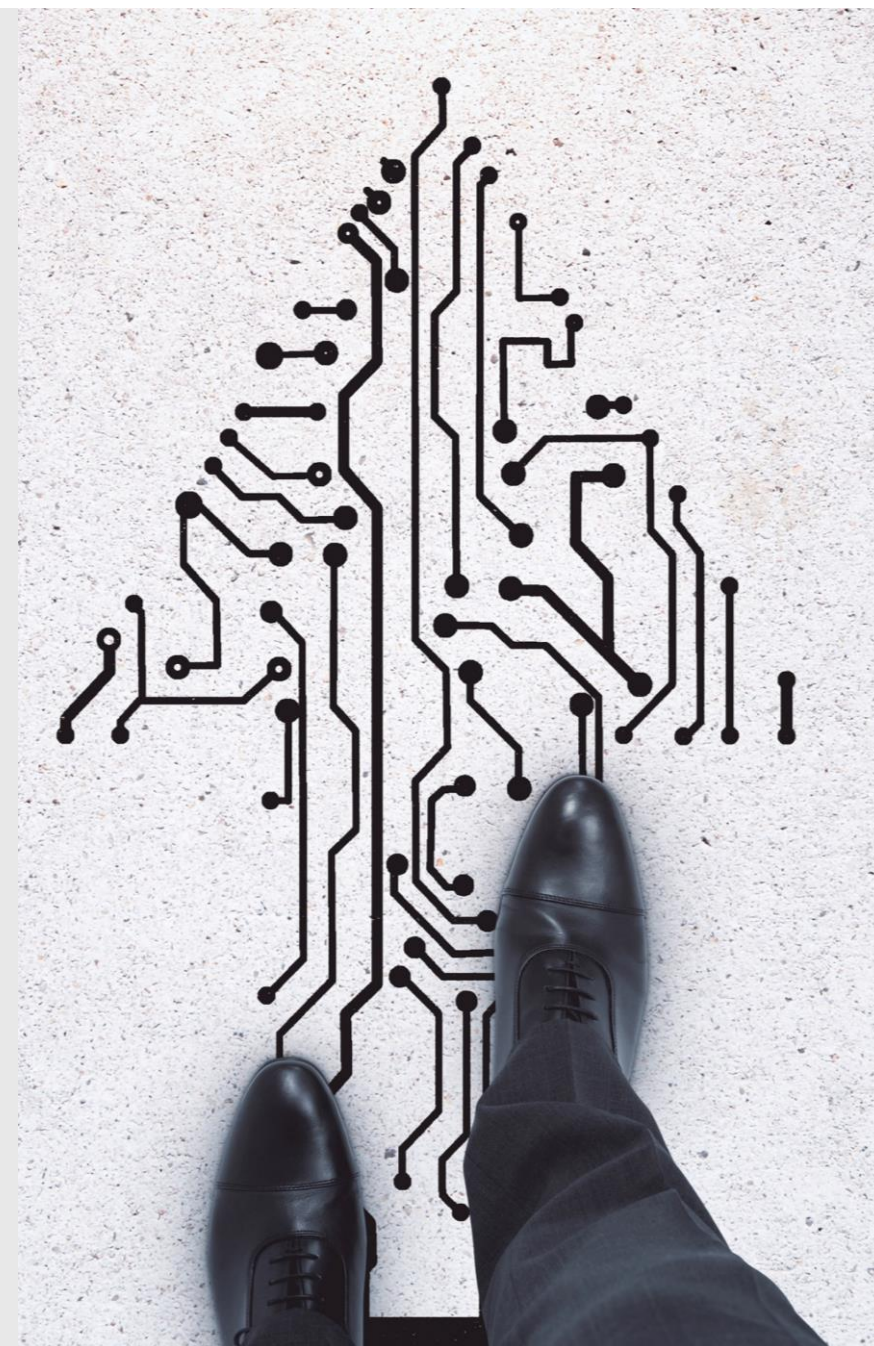
www.tftu.sk

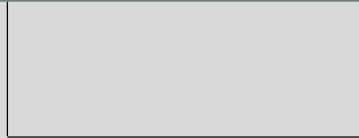
2024

ISBN 978-80-8191-416-4

OBSAH

1. VZDELÁVANIE V OBLASTI PASTORÁLNEHO COUNSELINGU.....	4
2. PREDNÁŠKY DIŠTANČNÉHO VZDELÁVACIEHO MODULU.....	17
2.1 PASTORÁLNY COUSELING A JEHO IMPLEMENTÁCIE DO AKADEMICKÉHO PROCESU.....	19
2.2 HRANICE COUNSELINGU	31
2.3 SPREVÁDZANIE RODÍN S DEŤMI SO ŠPECIFICKÝMI POTREBAMI.....	40
2.4 SPREVÁDZANIE ROZVEDENÝCH KATOLÍKOV.....	53
2.5 SPREVÁDZANIE DLHODOBO CHORÝCH.....	65
2.6 SPREVÁDZANIE MLÁDEŽE	78
2.7 SEBAROZVOJ A SUPERVÍZIA	91
2.8 MOŽNOSTI VYUŽITIA COUNSELINGU	101
2.9 SPREVÁDZANIE PARTNEROV V KRÍZE	107
2.10 COUNSELING V USA	120





1. VZDELÁVANIE

V OBLASTI PASTORÁLNEHO COUNSELINGU

Získaniu akreditácie na nový študijný program predchádzali viaceré kroky a iniciatívy. Od roku 2013 organizovala Katedra NoR efektívne študentské praxe s využitím counselingu, konali sa medzinárodné konferencie a workshopy zamerané na counseling a zároveň členovia katedry získavali univerzitné vzdelanie v zahraničí v študijnom odbore counseling. **Zahraničnú spoluprácu** ohľadom prípravy osnov programu nadviazala katedra s University of Central Florida, University of Scranton, Lateránska univerzita (L'Istituto Internazionale di Teologia Pastorale Sanitaria Camillianum, Rím), Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola a Aspic Counselling & Cultura z talianskej Padovy. So spomínanými univerzitami organizovala katedra NoR viacero medzinárodných konferencií, pracovných stretnutí a stáží, ktorých výsledkom bolo získanie a prehĺbovanie poznatkov z oblasti counselingu, prezentovanie príkladov dobrej praxe zo zahraničia a nakoniec tvorba osnov k novému študijnému programu na TFTU.

Ďalším dôležitým článkom v rozvoji counselingu bola **realizácia viacerých vedeckých projektov**. Prvý vedecký projekt bol realizovaný od roku 2014 a niesol názov KEGA (010TTFU-4/2014) "Nový model efektívnych študentských praxí s využitím sprevádzania (counseling) v rodinách so špecifickými sociálnymi problémami" (2014-2016). Výstupmi projektu boli výskumné zistenia, publikačné výstupy a taktiež tréningový video-manuál, vytvorený riešiteľmi za aktívnej spouúčasti študentov. Počas dvoch semestrov na voliteľnom predmete "Zručnosti sprevádzania", boli so súhlasom študentov a prizvaných hostí všetky výučbové hodiny nahrávané a následne postprodukčne spracované do finálneho videa. Na jednotlivé stretnutia boli pozývaní hostia, ktorí boli ochotní predstaviť svoju reálnu situáciu a vstúpiť s týmto problémom do nácviku sprevádzania. Úvodné a záverečné sekvencie videá sú doplnené krátkymi vstupmi z workshopu, ktorý bol tiež súčasťou projektu.

V súčasnosti je taktiež realizovaný projekt KEGA na tému Dištančný modul vzdelávania v oblasti pastorálneho counselingu - Projekt č. 006TTFU-4/2021, ktorý sa zameriava na aplikáciu získaných výsledkov predchádzajúceho projektu do praxe prostredníctvom dištančného vzdelávania counselingu. Výsledkom jeho doterajšej realizácie je: <https://tftu.sk/novy-program-counseling>

V rokoch 2013 - 2020 uskutočňovali vyučujúci Katedry náuky o rodine a Katedry pastorálnej teológie 7 turnusov efektívnych študentských praxí. Zúčastňovali sa ich vyučujúci ako lektori praxe a študenti študijných programov náuka o rodine, sociálna práca so zameraním na rodinu a katolícka teológia. Klientelu tvorila vybraná cieľová skupina, väčšinou išlo o rodiny s dieťaťom s určitým zdravotným postihnutím alebo dospelých so zdravotným znevýhodnením.

Všetky spomínané aktivity Katedry NoR a Katedry pastorálnej teológie vyústili do vzniku nového študijného programu Counseling v odbore sociálna práca.

Na nasledujúcich stranách je viac priblížený realizovaný projekt Dištančný modul vzdelávania v oblasti pastorálneho counselingu.

OPIS PROJEKTU, KTORÝ PODPORUJE ROZVOJ PASTORÁLNEHO COUNSELINGU FORMOU DIŠTANČNÉHO VZDELÁVANIA

Predkladaný projekt reflektuje potrebu systematického rozšírenia vzdelávacích programov v príprave študentov v študijnom odbore sociálna práca a teológia na Teologickej fakulte Trnavskej Univerzity, ktoré by boli schopné adekvátne reagovať na špecifickú zmenu v požiadavkách praxe v oblasti sociálnej práce a iných pomáhajúcich profesií vo všeobecnosti. Výskumný projekt, ako aplikovaný, je vo svojich výstupoch zameraný na prípravu podkladov pre vytvorenie modulu pozostávajúceho z tematicky previazaných výcvikových jednotiek, orientovaných na counselingové sprevádzanie klientov v kríze. Pri vývoji modulu bude kladený dôraz na e-learningové metódy dištančného vzdelávania. Výskum a následná aplikačná časť podstatne posilní odborné zručnosti, profesijné kompetencie a uplatniteľnosť absolventov v praxi po absolvovaní štúdia.

Cieľom projektu je realizácia výskumu, zameraného na:

- a) identifikáciu typických existenciálnych oblastí personálnej dynamiky absolventov sociálnej práce a pracovníkov v pomáhajúcich profesiách v kontexte ich profesijného života. zistenie potreby a druhu sprevádzania.
- b) analýzu a komparáciu existujúcich e-learningových študijných modulov a programov, etablovaných v niektorých krajinách Európy a USA, ktorá bude slúžiť ako východiskový materiál pri kreovaní skúsenostno-facilitačného modulárneho kurzu s ťažiskom na counselingové sprevádzanie, pre zvýšenie kompetencií študentov a pracovníkov v pomáhajúcich profesiách, buď systematicky včleniteľného do existujúcich študijných programov bakalárskeho/magisterského stupňa alebo v prípade potreby realizovateľného samostatne. Projekt podporí a naplní ciele na terén orientovaného vzdelávania, rozvinie a posilní prvky medzinárodnej spolupráce s využitím implementačných prvkov medzinárodných skúseností a dlhodobého vzdelávania v zahraničí. Projekt prináša skúsenosti z integrovaného vzdelávania s vysoko profesionálnym teoretickým, praktickým a evaluačným kontextom.

Výstupom projektu bude návrh kurzu pre riadnych študentov sociálnej práce, teológie a *akreditované vzdelávanie dospelých v rámci MŠaV SR* v podobe výcvikového modulu tvoreného systematicky vypracovanou štruktúrou vzájomne previazaných predmetových blokov s e-learningovým jadrom, ktoré by špecificky rozvíjali identifikované zručnosti a kompetencie pomáhajúceho pracovníka v procese práce s klientmi. Modul bude s adekvátne rozloženou kreditovou váhou a príslušnou dokumentáciou v súlade s akreditačnými kritériami pripravený na flexibilné vkomponovanie do fungujúcich študijných programov sociálnej práce na TFTU.

Súčasná spoločenská situácia, ktorú vyvolala svetová pandémia COVID-19, poznačila životy ľudí prakticky na celom svete, poukazuje na potrebu ponúkať netradičné možnosti podpory. Je to výzva predovšetkým pre pomáhajúce profesie, ktorých úlohou je zdravotná, psychologická, sociálna aj duchovná podpora osôb, ktoré sú vystavené ohrozeniam vo všetkých oblastiach života. Zároveň sa ukazuje, že spoločnosť nebola dostatočne pripravená na takúto podporu profesionálne ani technicky. Profesionáli s dlhodobou praktickou skúsennosťou referujú o existenciálnej kríze v rôznych fázach ich profesného života, ktorá významným spôsobom ovplyvňuje výkon ich povolania, pričom panuje zhoda, že na podobnú skúsenosť neboli počas formácie tiež pripravovaní. Vzdelávanie s dôrazom na teoretické aj praktické zvládnutie odborných, profesných a praktických zručností kladie dôraz na nevyhnutnosť skúmať a overovať v praxi nové metódy, techniky a praktické zručnosti študentov v príprave na svoju profesiu. Rovnako sa ukazuje potreba rozšíriť a prehĺbiť vzdelávanie pre pracovníkov v pomáhajúcich profesiách, a to k získaniu nových zručností, potrebných pri pomoci klientom. Takisto sa ukazuje potreba systematického budovania podporenej infraštruktúry starostlivosti a sprevádzania samotných pomáhajúcich pracovníkov.

Práve na túto akútnosť chce zareagovať predkladaný projekt aplikovaného výskumu načrtnutej problematiky s výstupom návrhu prehĺbujúceho skúsenostne-výcvikového modulu komplementárne včleniteľného do aktuálne prebiehajúcich študijných programov bakalárskeho a magisterského stupňa v odbore sociálna práca a teológia, ktorý by bol zároveň podkladom pre dopĺňujúce vzdelávanie profesionálov z pomáhajúcich profesií, pre doplnenie ich zručností v nových oblastiach pomoci.

Zámerom projektu je prostredníctvom aplikovaného výskumu pripraviť podklady pre vytvorenie prehĺbujúceho výcvikového modulu systematicky integrovateľného s jadrom študijných programov, ktoré sú v súlade s platným opisom vedných odborov realizovaných primárne na katedre zabezpečujúcu výuku sociálnej práce na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Trnave so sídlom v Bratislave. Modulárny charakter takéhoto výcvikového útvaru však bude umožňovať v prípade potreby jeho systematické včlenenie do iných študijných programov napr. pastorálnej teológie.

Podstatnou charakteristikou modulu je možnosť využívať ho dištančnou formou, prostredníctvom programu Moodle.



Cieľom projektu je vytvorenie podkladov pre ucelený študijný modul, ktorý bude možné integrovať do existujúcich študijných programov vzdelávania v oblasti humanitných a spoločenských vied na TF TU, s cieľom zlepšenia praktickej prípravy študentov a zamestnancov pomáhajúcich profesií. V súvislosti s uvedeným, hlavným cieľom projektu je príprava modulu v oblasti vzdelávania v pastorálneho counselingu s dôrazom na rozvoj a osvojenie profesionálnych poradenských zručností, zvýšenie kompetencií pracovníkov v humanitných profesiách, a tým ich vyššia uplatniteľnosť v praxi. Štruktúra modulu pozostáva zo súboru vybraných voliteľných predmetov z nasledovných odborných oblastí:

- 1/ nástroje pomoci a ich využívanie v rôznych sociálno-kultúrnych prostrediach;
- 2/ komunikačné zručnosti a iné metódy a techniky pastorálneho poradenstva s jednotlivcom a skupinou;
- 3/ intervencie pastorálneho poradenstva a pri rôznych záťažových situáciách;
- 4/ sebahodnotenie kompetencií sprevádzajúceho a tvorba plánu rozvoja.

Ďalším parciálnym cieľom je príprava navrhnutého modulu sprevádzania do e-learningovej podoby dištančného vzdelávania.

JEDNOTLIVÉ KROKY PRI REALIZÁCII PROJEKTU

1. Prípravná fáza – pracovné stretnutie zástupcov vybraných organizácií a vzdelávacích inštitúcií jednotlivých vybraných profesií, ktoré participujú na projekte.
2. Kombinovaný výskum zameraný na overenie potrieb študentov a zamestnancov, ktorí sú zamestnaní v pomáhajúcich profesiách.
3. Zahranické pracovné cesty na univerzity pre učiteľov a doktorandov s cieľom konzultovať overené implementácie existujúcich modulov dištančných foriem tréningu counselingu v iných krajinách.
4. Výcvik a školenie budúcich lektorov dištančného vzdelávania.
5. Príprava výcvikového e-learningového modulu v spolupráci so zahraničnými partnermi.
6. Testovacia fáza e-learningového modulu.
7. Realizácia dvoch skúsenostno-vzdelávacích sústreďení a priebežné hodnotenie študentov a účastníkov vo vopred vytypovaných typoch zručností a profesionálnych kompetencií counselingu.
8. Finalizácia podkladov na e-learningové štúdium, prekladateľské práce a práce spojené s publikovaním štúdií, ktoré budú včlenené do obsahového jadra modulu.

Dištančná forma sa bude môcť využívať nielen pre študentov študujúcich v riadnom štúdiu, ale zároveň bude môcť byť ponúknutý aj profesionálom pôsobiacich v pomáhajúcich profesiách na rozšírenie ich vedomostí a zručností. Ústrednú úlohu v navrhovanom modeli zohráva špecifický typ práce s personálnou dynamikou, counseling, ktorý sa v súčasnosti v zahraničí v pomáhajúcich profesiách čoraz viac osvedčuje. Preto aj tvorba modulu bude zameraná na štúdium, výskum a praktické zapojenie odborníkov zo spolupracujúcich inštitúcií z troch krajín, ktorí majú s využívaním counselingu dlhoročné skúsenosti. Ide o inštitúcie v Taliansku, v Pensylvánii a na Floride v USA. Teoretická príprava bude realizovaná na báze intenzívneho štúdia relevantných tematických oblastí. Obsah a štruktúra výskumu bude realizovaná v rámci činnosti Katedry náuky o rodine Teologickej fakulty Trnavskej univerzity v Trnave s vybranými inštitúciami pripravujúcimi odborníkov v tejto oblasti. Cieľom je zabezpečiť zvýšenú konzistentnosť prípravy v zmysle zacielenosti na konkrétne profesionálne požiadavky counselora pre rôzne oblasti pomáhajúcich profesií. Navrhovaný projekt je chápaný ako súčasť naplňania zámeru katedry, ktorým je výskum a príprava chýbajúcich programov zameraných na celostný pohľad na človeka.

V rámci realizácie tohto projektu sú realizované tri etapy výskumu.

1/kvantitatívny prieskum potrieb v reálnom prostredí

- kvalitatívny výskum typických existenciálnych oblastí personálnej dynamiky absolventov sociálnej práce a pracovníkov v pomáhajúcich profesiách v kontexte ich profesného života. Zistenie potreby a druhu sprevádzania.

Respondenti: riaditelia charít, vedúci pastoračných diel medzi sociálne znevýhodnenými občanmi, profesionáli, pracujúcich v rôznych pomáhajúcich profesiách

2/ kvalitatívny výskum

- identifikovanie obsahu a metodiky pastoračného sprevádzania.

Respondenti: riaditelia charít, profesionálni pracovníci pracujúci s znevýhodnenými skupinami

3/ analýza a komparácia učebných programov counselingu, etablovaných v niektorých krajinách Európy a USA. Jednotlivé modely vzdelávania budú analyzované z pohľadu sylabov a vzájomne komparované ako možné modely vzdelávania, uplatniteľné v podmienkach sociálnej práce a pomáhajúcich profesií na Slovensku.



Výsledky realizovaného výskumu slúžia TFTU ako príprava podkladov na vytvorenie výcvikovo - formačného modulu, zameraného na osvojovanie si seba-reflektívnych a seba-formačných zručností s dôrazom na empatický a akceptujúci rozmer a profesionálnych kompetenciách študentov, absolventov sociálnej práce a pracovníkov pomáhajúcich profesií.

Tieto podklady budú využiteľné na rozšírenie ponuky vzdelávania pre pracovníkov v pomáhajúcich profesiách a pre rozšírenie služieb sociálnych zariadení, úradov práce, sociálnych vecí a rodiny a pre miestne samosprávy, pre tretí sektor a cirkvi na území Slovenskej republiky.

VÝSTUPY PROJEKTU V ROKU 2021 - 2022

Názov výstupu	Opis výstupu
Workshop	Pracovné stretnutie zástupcov vybraných organizácií (univerzít) a zástupcov jednotlivých vybraných profesií (sociálna práca, teológia).
Analýza existujúcich modelov dištančného vzdelávania counselingu na zahraničných inštitúciách	Zahraničné pracovné cesty na špecializované pracoviská a univerzity s cieľom konzultovať overené implementácie existujúcich modulov dištančných foriem tréningu counselingu v iných krajinách.
Koncept harmonogramu štúdia študijných programov s včleneným modulom counselingu, ako aj s jeho e-learningovou zložkou	Identifikácia oblastí využitia a konkrétneho včlenenia counselingu do študijných programoch pastorálnej teológie a sociálnej práce, realizovaných na TF TU.
Vypracovanie metodológie výskumu	Kombinovaný výskum zameraný na overenie potrieb študentov a zamestnancov, ktorí sú zamestnaní v pomáhajúcich profesiách a analýza a komparácia učebných programov counselingu, etablovaných v niektorých krajinách.
Tréning counselingového poradenstva získaný dištančnou formou	Získanie skúseností a záverečného certifikátu na e-learning counseling u spolupracujúcej organizácie
Pilotný dizajn UI dištančného vzdelávacieho modulu v podmienkach výuky na TF TU	Návrh a vývoj e - learningového užívateľského rozhrania pre realizáciu výcvikového modulu.
Overovací skúsenostno-vzdelávací workshop	Skúsenostno-vzdelávací workshop zameraný na priebežné overenie efektivity prípravy formou dištančného štúdia študentov a účastníkov vo vopred vytipovaných typoch zručností a profesionálnych kompetencií counselingu.

VÝSTUPY PROJEKTU V ROKU 2023

Názov výstupu	Opis výstupu
Príprava obsahov, cvičení a harmonogramu e-learningového modulu pre counseling	Návrh metodickéj pomôcky, ktorá bude súčasťou užívateľskej aplikácie dištančného modulu vzdelávania counselingu
Záverečný skúsenostno - vzdelávací workshop	Skúsenostno-vzdelávací workshop zameraný na priebežné overenie efektivity prípravy formou dištančného štúdia študentov a účastníkov vo vopred vytipovaných typoch zručností a profesionálnych kompetencií counselingu
Medzinárodná konferencia	Konferencia za účasti zahraničných odborníkov z oblasti vzdelávania counselingu s využitím e-learningu s cieľom prezentácie a vyhodnotenia navrhnutého modulu
Vypracovanie sprievodných štúdií	Príprava podkladov na štúdium, prekladateľské práce a práce spojené s publikovaním štúdií

Spoločenská prax:

Súčasná situácia vo svete vo vypuklej miere zviditeľňuje nedostatok odborníkov v oblasti sprevádzania. Sú potrebné nové formy pomoci pre obyvateľstvo hlavne v krízových situáciách. Vytvorenie e-learningového modulu vzdelávania v oblasti sprevádzania poskytne možnosť rozšírenia, urýchlenia a zefektívnenia vzdelávania nielen v rámci existujúcich programov ale aj pre širší okruh záujemcov pracujúcich v pomáhajúcich profesiách. Projekt podporí a naplní ciele na terén orientovaného vzdelávania e-learningovou formou, rozvinie a posilní prvky medzinárodnej spolupráce s využitím implementačných prvkov medzinárodných skúseností a dlhodobého vzdelávania v zahraničí.



Ekonomicko - hospodárska prax:

Neodvratne nastupujúca hospodárska kríza si vyžiada zvýšenú mieru intervencie zo strany pomáhajúcich profesií. Zároveň táto situácia vytvorí potrebu nových prístupov. Potreba masívneho personálneho posilňovania prispeje k znižovaniu nezamestnanosti rozšírenou ponukou pracovných miest.

Príprava podmienok pre rozšírenie e-learningového štúdia prinesie zvýšenú uplatniteľnosť budúcich absolventov v praxi v oblastiach, ktoré si vyžadujú návrhy riešení z viacerých odborných pohľadov. Zároveň otvorí možnosti pre odborníkov z pomáhajúcich profesií o rozšírenie kompetencií e-learningovou formou.

Projekt prinesie skúsenosti z integrovaného vzdelávania s vysoko profesionálnym teoretickým, praktickým a evaluačným kontextom.

MEDZINÁRODNÁ SPOLUPRÁCA

**ASPIC, COUNSELING & CULTURA, Verona,
Sede territoriale di Padova,**

Opis spolupráce: Vzdelávanie lektorov, výskum a štúdium e-learningových programov a zdieľanie tréningových programov Centra.

**SCRANTON, PENNSYLVÁNIA, US , 417
McGurrin Hall 18510-4597,**

Opis spolupráce: Podklady pre výskum. Bibliografia, účasť na seminároch, školeniach a medzinárodných konferenciách.

**UNIVERSITY OF FLORIDA /UCF/,
Gainesville, FL 32611**

Opis spolupráce: Analýza a komparovanie programov pastorálneho sprevádzania a nácvik zručností pastorálneho sprevádzania v centre Sprevádzania UCF formou e-learningových programov UCF.

METODIKA TVORBY DIŠTANČNÉHO MODULU

ANALÝZA EXISTUJÚCICH MODELOV DIŠTANČNÉHO VZDELÁVANIA COUNSELINGU NA ZAHRANIČNÝCH INŠTITÚCIÁCH - zahraničné pracovné cesty na špecializované pracoviská a univerzity s cieľom konzultovať overené implementácie existujúcich modulov dištančných foriem tréningu counselingu v iných krajinách.

VYPRACOVANIE KONCEPTU HARMONOGRAMU ŠTÚDIA ŠTUDIJNÝCH PROGRAMOV S VČLENENÝM MODULOM COUNSELINGU, AKO AJ S JEHO ELEARNINGOVOU ZLOŽKOU - identifikácia oblastí využitia a konkrétneho včlenenia counselingu do študijných programoch pastorálnej teológie a sociálnej práce, realizovaných na TF TU

TRÉNING COUNSELINGOVÉHO PORADENSTVA ZÍSKANÝ DIŠTANČNĚNOU FORMOU - získanie skúseností a záverečného certifikátu na e-learning counseling u spolupracujúcej organizácie

VYPRACOVANIE NÁVRHU DIŠTANČNÉHO MODULU VZDELÁVANIA PASTORÁLNEHO COUNSELINGU - vypracovanie a overenie efektivity modulu na základe sprístupnenia uchádzačom z radov študentov



2. PREDNÁŠKY DIŠTANČNÉHO VZDELÁVACIEHO MODULU

Na nasledujúcich stránkach uvádzame všetky prednášky, ktoré sú umiestnené na: <https://tftu.sk/novy-program-counseling>.

Popri sledovaní jednotlivých prednášok je vhodné preštudovať si priložený poznámkový aparát a zodpovedať na kontrolné otázky nachádzajúce sa pod každým videom.



2.1 PASTORÁLNY COUSELING A JEHO IMPLEMENTÁCIE DO AKADEMICKÉHO PROCESU

Mgr. Marta Andraščíková
<https://youtu.be/FPOu4mSOojM>



Zdá sa, že téma counseling je novodobý fenomén, ktorý hľadá spôsob ako prepojiť príliš stresujúce profesie. Netýka sa priamo vzdelávania a výchovného procesu, ale vstupuje doň, a tak pomáha klientovi prekonať ťažkosti. Nedotýka sa málo adaptívneho správania a štrukturálnej zmeny osobnosti, no pomáha mu akceptovať realitu a hľadať vhodné spôsoby integrácie do sveta. Nezaoberá sa čisto poruchami osobnosti a nepoužíva medikamenty na vysporiadanie sa s realitou. May (2001) vníma rolu counselora, resp. sprievodcu ako toho, kto sa zaoberá problémami, ktoré sú napr. pre učiteľa ťažko zvládnuteľné v rámci vyučovacieho procesu, no ešte nie sú tak veľké a hlboké, aby si vyžadovali konzultáciu so psychológom alebo psychiatrom. Counseling podľa Cavanagh (1982) ukazuje na vzťah medzi profesionálom a osobou, ktorá hľadá pomoc. Je to vzťah, v ktorom je dôležité nielen používanie profesionálnych zručností, ale aj atmosféra, v ktorej sa counseling odohráva, aby sa pomohlo klientovi nájsť vzťah k sebe samému a taktiež k druhým cez produktívne spôsoby. Lartey, (2003) uvádza sedem kľúčových elementov counselingu podľa ktorých counselor:

1. musí byť profesionálne trénovaný na túto službu
2. musí byť vo vzťahu s osobu, ktorej pomáha
3. potrebuje rovnako profesionálne zručnosti ako aj osobnostné charakteristiky pre takúto službu
4. pomáha nadobudnúť klientovi nové zručnosti
5. učí klienta budovať vzťah k sebe
6. ukazuje ako vytvárať vzťahy, ktoré podporujú rast
7. cez poradenský proces vyjadruje vzťah medzi poradcom a klientom.

VYMEZENIE COUNSELINGU PODĽA VYBRANÝCH AUTOROV

May (2001) vidí rozdiel medzi counseling a psychoterapiou v tom, že:

1. Counseling je viac zameraný na osobný rast, psychoterapia na deviácie.
2. Counseling je viac výchovný, podporný, orientovaný na realitu a krátkodobý. Terapia je viac zameraná na rekonštrukciu osobnosti, je konfrontačná a dlhodobá.
3. Counseling je viac štruktúrovaný a cieľavedomý, pracuje s konkrétnymi cieľmi.

Psychoterapia je viac ambivalentná, má ciele, ktoré sa vyhodnocujú paralelne s procesom terapie. Na základe hore uvedených definícií môžeme povedať, že novosť counselingu je nájsť odpoveď na otázky v rámci prístupu ku klientovi, a to: Ako môže byť counselor kvalitatívne inak prítomný pre klienta. Ako môže counselor vytvoriť signifikanté iné prostredie, ako je doterajšia skúsenosť klienta? Lartey (2003) tvrdí, že je dôležité, aby counselor pomohol rozpoznať klientovi negatívne sebaocenenie, vnútorné konflikty, negatívne imperatívy, konfliktné potreby a mylné postoje. Rovnako counselor vedie klienta k vysporiadaniu sa s realitou, k rozšíreniu svojho sebapoznania, ku schopnosti vytvárať nové vzťahy a posilňovať rast k vnútornej slobode. Lambourne (1988) hovorí, že srdcom counselingu je podporovanie jedinečnosti a dôstojnosti klienta.

Je to vzťah založený na zručnom profesionálovi, ktorý ponúka klientovi otvorenie sa, nadobudnutie nového vnútorného poznania, a ktorý pomáha klientovi rozpoznať príčinu a afektivitu jeho správania. Teda counseling ako popisuje Lambourne (1988) je založený na zručnostiach, princípoch, ktoré podporujú sebapoznanie, emocionálne prijatie, rast a optimálny rozvoj osobných zdrojov. Celkovo prináša možnosť klientovi žiť plnohodnotný a naplnený život. Modely counselingu vychádzajú zo základných psychologických škôl. Psychodynamicky orientované prístupy sú orientované na vnútorné poznanie klienta. Kognitívne - behaviorálne prístupy sú zamerané na zmenu vonkajšieho správania klienta. Humanitné prístupy sú orientované na vytváranie vzťahov tu a teraz a transpersonálne prístupy ako logoterapia, pomáhajú hľadať a objavovať zmysel života.



Lartey, (2003) zdôrazňuje, že všetky spomenuté psychologické prístupy majú spoločné to, čo charakterizuje akékoľvek poradenstvo a to sú:

- 1. Počúvanie
- 2. Empatia
- 3. Interpatia
- 4. Rešpektovanie
- 5. Srdečnosť
- 6. Úprimnosť
- 7. Konkrétnosť
- 8. Konfrontácia
- 9. Diskrétnosť
- 10. Bezprostrednosť

A close-up photograph of a hand lighting a yellow candle. The hand is in the foreground, holding the candle. In the background, another candle is already lit, and its flame is visible. The scene is dimly lit, with the primary light source being the candles. The title 'PASTORÁLNY COUNSELING' is overlaid on the left side of the image.

PASTORÁLNY COUNSELING

Opísali sme si, ako niektorí autori chápu counseling. Teraz sa pozrieme ako rôzne definície popisujú pastorálny counseling. Pastorálne poradenstvo podľa Lartey (2003), je poradenstvo zamerané na celú osobnosť človeka a jeho dobro, ako na niekoho, kto je súčasťou rodiny - sociálnej jednotky. Klient je vnímaný ako celok s telom, myslou a duchom, s odvolávkou na jeho psychologické, teologické a etnické pozadie. V pastorálnom poradenstve je osoba vedená rozumieť svojim otázkam v kontexte každodenných skúseností, lebo cez ne môže nájsť odpoveď na svoje otázky. Pastorálne poradenstvo používa prostriedky, ktoré kladú dôraz na to, aby sa poradca vedel priblížiť k ľuďom, aby ich vedel motivovať a viesť k tomu, aby boli schopní prevziať na seba risk a urobiť rozhodnutie, ktoré im pomôže byť tými, kým majú byť.

Vyššie spomenutý autor uvádza, že v samotnom pastorálnom counselingu sú zadefinované rôzne prístupy:

1. Sekulárny prístup - je zameraný na osobné dobro a pohodu človeka, o ktorého sa staráme.
2. Náboženský - berie do úvahy klientove vierovyznanie, nakoľko si ho klient do counselingu prináša.
3. Kresťanský - je z pohľadu biblického, silne evanjeliového, ktorý zahŕňa prvky protestantizmu. Je to v tom smere, ktorý v súčasnosti akceptuje a implementuje aj vedecké výskumy ako aj teologický aspekt.

POROVNANIE COUNSELINGU, PASTORÁLNEHO PORADENSTVA A DUCHOVNÉHO SPREVÁDZANIA

Podľa O'Connel je pastorálny counseling proces, ktorý je vyjadrený poctivou prácou a nádejou na pomoc milujúceho Boha. Sullivan vidí pastorálny counseling ako hodnotový systém, ktorý je orientovaný na Boha. Z pohľadu Rhine je pastorálny prístup v kontexte úprimnej obavy o klienta ako spolupútnika vyjadrený úprimnou starostlivosťou a záujmom o klienta. L. Jourrard, profesor psychológie, chápe counselora ako sprievodcu k dobrému životu, ktorý kráča dopredu a slúži ako živý príklad na ceste.

Stewart-Sickling (lecture, 2014) vysvetľuje rozdiel medzi counselingom, pastorálnym counselingom a duchovným sprevádzaním na základe toho, čo jednotlivé smery sledujú. Hedonistický prístup sleduje to, čo je prospešné pre takého človeka. Náboženské a duchovné zdroje sú použité skôr ako prostriedky na naplnenie emocionálnych, mentálnych a fyzických potrieb. Counselor musí poznať klientove zdroje a jeho kultúru.

Druhým je zdravie, ktoré je vyjadrené cez eudaimonický prístup - žiť si dobrý život, striktný so zdravotného hľadiska. Counselor posudzuje všetko, čo súvisí s vývinovými obdobiami človeka. Psychologický a duchovný prístup je súčasťou rozhovoru ako hodnoty a tradícia pomáha popísať ciele. Counselor je viac informovaný o tradícií viery a hodnôt u klienta.

Tretím prístupom je svätosť, ktorý tiež súvisí s eudaimonickým prístupom, no je viac zameraný na mravný postoj človeka, jeho túžbu a úsilie po blaženosti. Counselor sa pozerá na veci z Božej perspektívy. Náboženstvo a duchovnosť sú formované životom ako takým. V tomto prístupe duchovný náhľad ovplyvňuje všetky ostatné pohľady. Hodnoty a tradície sú centrálné, explicitné a sprievodca a klient majú záväzok prehĺbiť klientovu vieru. Na základe týchto troch cieľov. Stewart-Sickling (lecture, 2014) hovorí, že counseling sa zaoberá úplne prvým a čiastočne druhým. Pastorálny counseling sa zaoberá úplne prvým, druhým a čiastočne tretím.

Duchovné sprevádzanie sa zaoberá čiastočne druhým a úplne tretím smerovaním. Z toho vyplýva, že počas pastorálneho counselingu je dôležitá pastoračná prítomnosť, ktorá sa nedá vidieť, alebo počuť, ktorej sa nemôžeme fyzicky dotknúť, je to vnútorné naladenie sa na klienta.



Cheston (2000) to vyjadrila v paradigme pastorálneho poradenstva ako:

1. Spôsob bytia Cheston (2000) hovorí, že to, čo robí pastorálny counseling unikátny je osoba, ktorá vykonáva poradenstvo. Je to spôsob jej bytia, kto je táto osoba, stupeň empatie, ktorú má, hodnoty, ktoré prejavuje, hranice, ktoré sú jasne dané a dôležitosť vzťahu ku klientovi.
2. Spôsob chápania Cheston (2000) hovorí, že spôsob chápania klienta je hlavnou časťou poradenského procesu. Je založený na poznaní, ktoré vychádza z teoretického prístupu a štruktúry, z normálneho a abnormálneho vývoja a rôznych spôsobov, ako uskutočniť zmenu. Counselor používa rôzne varianty zručností, formy prístupu a techník.
3. Spôsob intervencie Spôsob intervencie je práca samotná, sú to prostriedky, cez ktoré counselor interpretuje klientove disfunkčné cykly a podporuje proces alternatívneho myslenia, cítenia a správania. Skutočná prítomnosť si teda vyžaduje srdce counselora, ktoré pomáha ozajstnému naladeniu sa na klienta, ktoré vychádza od srdca k srdcu. Je to priestor, v ktorom counselor chápe hlbšie klienta. Townsend (2009) zdôrazňuje nevyhnutnosť, aby pastorálny counselor bol osobnostne a nábožensky integrovaný, úspešný vo svojej vlastnej terapii a aby bol schopný demonštrovať, formovať a udržať terapeutický vzťah s klientom.

IMPLEMENTÁCIA PASTORÁLNEHO PORADENSTVA V VZDELÁVACOM PROCESSE

Loyolská univerzita opisuje pastorálny counseling skôr psychologickým jazykom ako náboženským. Samotný program je holisticky orientovaný a pomáha hľadať osobe zmysel života v celej jeho komplexnosti. Program je eklekticky zameraný, obsahujúci prístupy orientované na človeka, a to kognitívne, behaviorálne, psychodynamické, pracujúce s rodinnými systémami. Ľudské správanie a skúsenosti človeka vnímame ako integráciu dimenzií psychologickej, intelektuálnej, emocionálnej, sociálnej a duchovnej. Definuje pastorálny counseling ako podporný vzťah, ktorý zámerne zahŕňa vo svojom prístupe otvorenosť klienta na duchovnosť a náboženstvo, cieľom čoho je klientov rast na úrovni emocionálnej a psychologickej. Vzdelávací proces zahŕňa teoretický základ, na ktorý nadväzuje samotná prax s klientom. Teoretický základ obsahuje predmety nevyhnutné ako:

1. Poradenský proces a prax
2. Vývinová psychológia
3. Etika
4. Psychopatológia
5. Základy psychológie
6. Liečenie psychopatológie

Praktická časť

Štvorsestrálna praktická časť tréningu cca 24 hodín týždenne praxe s klientom je postavená na povinnej osobnej terapii študenta - 10 hodín pred samotnou praxou a 10 počas terapie študenta. Počas tohto procesu je študent povinný prejsť viacerými stupňami supervízie ako:

- a) Skupinová v rámci vzdelávacieho procesu (cca 6 študentov – škola)
- b) Individuálna na mieste praxe raz týždenne,
- c) Skupinová na mieste praxe spolu s kolektívom,
- d) Duchovný vodca je silno odporúčaný.

Prepojenie teórie a praxe je manifestované záverečnou prácou, v ktorej študent integruje nadobudnuté teoretické poznatky a skúsenosti z praxe a svoje vlastné osobnostné predpoklady a vízie. Na záver vidíme, že pastorálny counseling je vstúpenie do špeciálneho vzťahu s klientom a prehĺbovanie pastorálneho prístupu - čo môže byť opísané ako prinášanie môjho spirituálneho ja do procesu terapie s klientom (vnímané cez teologické videnie). Wiks (2012) hovorí, že nemôžeme dať to, čo nemáme, preto je dôležité, aby pastorálny counselor bol zakorenený vo svojom náboženstve, aby praktizoval dlhodobý duchovný život, ako je meditácia, modlitba, reflexia, duchovné čítanie a duchovné sprevádzanie. Realizovanie týchto praktík mu pomôže byť pokorným, súcitným a vdáčným. Tieto prvky sú základné vlastnosti pre rozvoj uzdravujúceho vzťahu v poradenskej miestnosti. Pastorálny Counseling sa zdá byť novým fenoménom v našom kultúrnom prostredí. Je dôležité, aby sme pri definovaní tejto služby, či profesie komunikovali aj s odborníkmi aj z iných pomáhajúcich profesií, a tak hľadali definíciu, ktorá bude brať do úvahy celého človeka v rozvíjajúceho sa v kontexte našich kultúrnych, sociálnych, morálnych a duchovných hodnôtach.



LITERATÚRA

Cavanagh, M.E. (1990). *The Counseling Experience*. Wavwln Press, Ing.Illinois

Cheston, S. E. (2000). Counselor preparation. A new paradigm for teaching counseling theory and practice. *Counselor Education and Supervision*, 39, 255-269.

Lartey, Y. E. (2003). *In living color. An intercultural approach to pastoral care and counseling*. Philadelphia. PA: Jessica Kingsley Publisher.

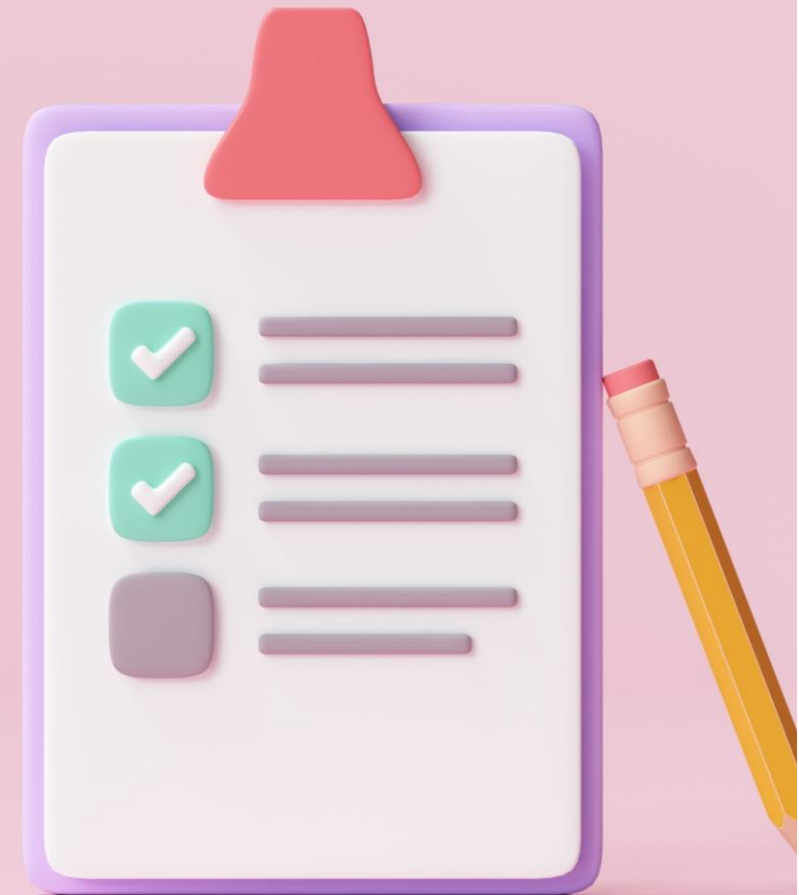
May, R (2013). *The Art of Counseling - How to Gain and Give Mental Health* (Kindle Locations 102-103). Read Books Ltd.. Kindle Edition

Townsend, L. (2009). *Introduction to Pastoral Counseling* (Kindle Locations 1363-1367). Abingdon Press. Kindle Edition.

Wicks, R. J. (2012). *The Inner Life of the Counselor*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké je zaradenie pastorálneho counselingu v rámci pomáhajúcich profesií?
2. Kvôli čomu si klienti vyberajú práve pastorálneho counselora?
3. Môže kresťanský pastorálny counselor slúžiť klientom iného vierovyznania?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.2 HRANICE COUNSELINGU

Mária Nemčíková, MSc. PhD

<https://www.youtube.com/watch?v=dRw6Vvhxx6o>

HRANICE COUNSELINGU

Hlavným spoločným cieľom všetkých pomáhajúcich profesií je pomôcť klientovi zlepšiť jeho kvalitu života. Každá z pomáhajúcich profesií to realizuje zameraním sa na určitý aspekt prežívania alebo správania sa klienta. A každý z nich je nenahraditeľný a podstatný, lebo spoločne dokážu komplexne pomôcť človeku. Zároveň, špecifické situácie si vyžadujú špecifickú odpornú pomoc. Ich efektivita závisí na jasnom vytýčení si svojho cieľa a správnom rozhodnutí sa, akú pomocť klient potrebuje pre jeho momentálny problém/situáciu, ktorú potrebuje riešiť. Tieto tvrdenia sa môžu zdať triviálne, ale ich praktická aplikácia v reálnom živote je často krát veľmi náročná. Alebo sa klientovi ponúkne pomoc, ktorá neodpovedá efektívne na jeho potrebu.

Na druhej strane sa môže stať, že odborník sa snaží pristupovať ku problému príliš komplexne a tak akoby zmieša viacero cieľov do jedného. Pri takom správaní vyvstáva pri pomoci veľké riziko, že sa nedosiahne žiadny efekt, lebo ani jeden z cieľov sa nenaplnuje poriadne. Preto je nesmierne dôležité si na začiatku intervencie zodpovedne zodpovedať, na aký cieľ je moja profesia zameraná, akým prístupom sa ako odborník pri práci riadim, na akú klientelu sa cítim odborne pripravený/á, aké metódy si pri práci s klientom vyberám i ako ich využívam. V nasledujúcej tabuľke vám ponúkam krátky prehľad spoločných črt i špecifik vybraných pomáhajúcich profesií. Mojou ambíciou nebolo vyčerpávajúco a exaktne obsiahnuť všetky fakty. Išlo mi o vystihnutie charakteristických znakov vybraných pomáhajúcich profesií, ako jednoduchú pomôcku pri profesionálnej orientácii (porovnaj Granello and Young (2012). Profession of Counseling).



	COUNSELING	PSYCHOTERAPIA	SOCIÁLNA PRÁCA	PORADENSTVO	DUCHOVNÉ VEDENIE	COUCHING
CIELE - ŠPECIFIKÁ	Zlepšovať prehľad a orientáciu klienta vo svojej záťažovej situácii a hľadať osobné zdroje na jej zvládanie.	Hĺbková terapia, zameranie na liečbu psychických ochorení a porúch	Pomoc zlepšiť konkrétnu sociálnu situáciu	Facilitovať riešenia konkrétnych životných situácií.	Usmerňovanie a podpora v duchovnom raste.	Facilitovať dosahovanie zadaného cieľa.
OBLASŤ PÔSOBNIA (PRÍKLADY)	Kríza povolania. Ľahké depresívne a úzkostné stavy. Šikana. Strata a smútenie. Dlhodobé ochorenia. Paliatívna starostlivosť. Rodiny v záťažovej situácii. Kríza identity. Závislosti. Vyhorenie. Vzťahy.	Psychopatologické ochorenia akéhokoľvek typu. Psychotické stavy. Ťažké depresívne a úzkostné stavy. Ťažké traumy. Osobnostné poruchy. Závislosti. Suicídálne stavy.	Akákoľvek nevyhovujúca sociálna situácia. Strata práce. Hmotná núdza. Závislosti. Streetwork. Bezdomovecťvo. Rizikovní klienti.	Právne. Finančné. Psychologické. Duchovné. Sociálne a iné.	Voľba povolania. Celoživotné vedenie. Prehlbovanie viery. Príprava na sviatosti a iné.	Fyzická kondička. Pracovná pozícia. Zlepšenie životosprávy. Práca na vzťahoch. Závislosti a pod.

PRÍSTUPY – SPOLOČNÉ ČRTY

V oblasti pomáhajúcich profesií existuje viacero možných prístupov, o ktoré sa odborníci opierajú. Oni dávajú filozoficko-antropologické základy a základné východiská pohľadu na človeka a na prácu. Takmer každý z prístupov je aplikovateľný na každú pomáhajúcu profesiu.

Je na odborníkovi, ktorý prístup využíva. Samozrejme, niektoré z prístupov a škôl sú charakteristické pre špecifické profesie. Rozdiel využívania tkvie v spôsobe i využívania a stanovených cieľoch práce.

PRÍSTUPY - ŠPECIFIKÁ

	COUNSELING	PSYCHOTERAPIA	SOCIÁLNA PRÁCA	PORADENSTVO	DUCHOVNÉ VEDENIE	COUCHING
	Counseling vychádza najmä z Rogersovej školy. Dá sa povedať, že Rogers bol zakladateľom counselingu. V counselingu sa využíva aj logoterapia, Gestalt, PNL a ďalšie	V psychoterapii je možné využívať akýkoľvek prístup. Môže ísť o existenciálne prístupy - ako Logoterapia. Typická a pre psychoterapiu takmer výhradne využitelná je psychodynamika, KBT, ale aj humanitných prúdov, ako je Rogers, ale aj gestalt a iné.	Sociálna práca sama o sebe nie je postavená na báze rozhovorov a tak prístupy sa v nej prejavujú nepriamo. Môže ísť napríklad o direktívne verzus nedirektívne sprevádzanie klientov pri zlepšovaní ich sociálnej situácií.	Psychologické poradenstvo využíva skôr nedirektívne prístupy (humanitné, existenciálne a pod.). Ostatné poradenstvá nemusia byť ukotvené v prístupoch, keďže nejde o pomáhajúce profesie (právo, ekonómia a pod.)	Hoci môžu preberať niečo i zo psychologických škôl, duchovné vedenie sa opierať v prvom rade o duchovné školy spirituality (ignaciánska, saleziánska, kamiliánska, púštnych otcov a pod.)	Coaching je metóda sama o sebe. Býva zväčša direktívna a má rôzne podoby. Môže ísť napríklad o PNL, kresťanský coaching, KBT coaching a pod.

METÓDY- ŠPECIFIKÁ

Counseling využíva rôzne metódy rôznych prístupov. Hranica ich využívania tkvie v pýtani sa na: CO? a AKO? Týmto otázkami pomáha sa človeku vyznať v momentálnej záťažovej situácii a pri hľadaní zdrojov zvládania. Ide o neinvazívnu metódu, ktorá je výrazne efektívna, pretože dáva človeku pokojné prostredie pre vlastné „upratanie si“ vlastného prežívania

Psychoterapia má potenciál hĺbkovej terapie a preto jej hranica ide logicky do hĺbky, pýtajúc sa na všetky otázky a aj: „Prečo?“ Psychoterapeut môže ísť do reštrukturalizácie podnetov, osobnosti a pod. Ide tu o liečbu, pomáha odstraňovať bloky, traumy a pod, ktoré človek sám, hoc o nich môže vedieť, nevie prekonať, vysporiadať sa s nimi.

Sociálna práca obsahuje pre ňu typické pracovné postupy, ako individuálne plánovanie, sprevádzanie klienta, sociálna kuratela, pomoc pri riešení konkrétnych praktických úkonov či problémov, sociálnu rehabilitáciu, poradenstvo a pod. Pri niektorých môže využívať metódy i zo zvolených prístupov, taktiež po úroveň:“ Čo a ako?“

Poradenstvo ide do hĺbky čo a ako, a jeho špecifikum je hľadať riešenia. Každý typ poradenstva má svoje odborné špecifikum.

Duchovné vedenie vychádza často z jasne koncipovaných podkladov, ktoré majú presné kroky a pravidlá. Duchovný vodca sa v nich vyzná a vie, do akej hĺbky môže s človekom ísť. Ak sa duchovné vedenie dotkne psychologickú oblasť človeka, je dôležité ostať pri hĺbke „čo a ako“.

Coaching má zväčša vlastné presné pravidlá a postupy. Ak sa využívajú všeobecnejšie metódy, je podstatné ostať na úrovni otázok:“ čo a ako“ a nie ísť do hĺbkovej analýzy či reštrukturalizácie, pýtáním sa na prečo.



METÓDY - SPOLOČNÉ ČRTY

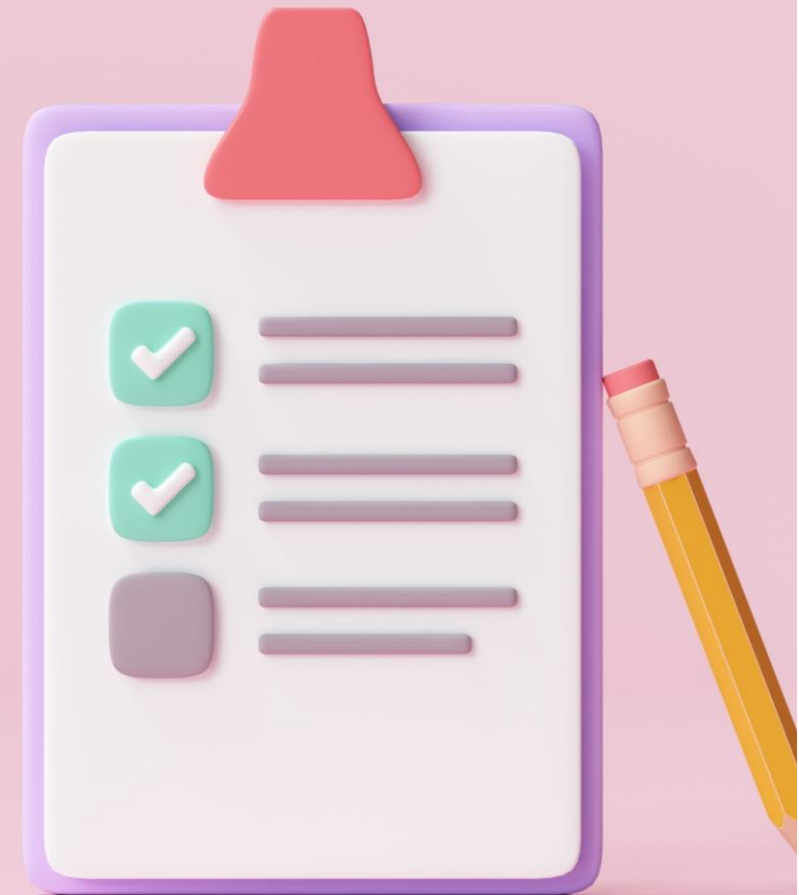
Metódy práce často vychádzajú z jednotlivých škôl či prístupov, o ktoré sa odborník opiera. Keďže rovnaké prístupy sa môžu využívať v rôznych profesiách, i niektoré metódy práce sa logicky na seba podobajú. To čo je určujúce, je hĺbka, do akej odborníci pri ich využívaní idú a zameranie- čo s nimi chcú dosiahnuť. Samozrejme, určité profesie majú výhradne svoje metódy, typické len pre ich profesiu.

KLIENELA - SPOLOČNÉ ČRTY

Väčšina z menovaných pomáhajúcich profesií je aplikovateľná na všetkých, i psychopatologických klientov. To, čo je určujúce, je odborné i praktické skúsenosti profesionála, aby sa vedel v danej oblasti orientovať a aby vedel vystihnúť, v akej úrovni náročnosti sa môže s klientom pohybovať a teda intervenciu podľa toho i zohľadniť (zohľadňujúc napríklad intelekt, mieru slobodného uvažovania, emocionálny stav, psychický stav, duchovný stav, sociálny stav.) Je nesmierne dôležité vedieť, čo od klienta je možné očakávať a ako reagovať na možné skratové či záťažové situácie, ktoré môžu počas poskytovanej služby nastať

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké sú ciele counselingu?
2. Aké metódy counseling využíva?
3. Pre akú klientelu je counseling využiteľný?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.3 SPREVÁDZANIE RODÍN S DEŤMI SO ŠPECIFICKÝMI POTREBAMI

prof. PhDr. Mária Šmidová, PhD.

https://www.youtube.com/watch?v=G6OZR-us_Sc&t=27s

RODINA S DIETĎAŤOM S POSTIHNUTÍM

V živote každej rodiny sa stávajú udalosti, ktorým by sa každá matka, otec i súrodenci radšej vyhli. Jednou z takýchto situácií je aj narodenie dieťaťa s postihnutím. Pozrieť sa realite do očí nie je v takejto chvíli vôbec jednoduché a celej rodine dlho trvá, kým sa s touto skutočnosťou naučí žiť. Deväť mesiacov čakala rodina narodenie zdravého dieťaťa, no tieto predstavy zmaže okamih, keď jej lekár oznámi, že dieťa, ktoré sa práve narodilo, je určitým spôsobom postihnuté.

Je prirodzené, že všetci rodičia chcú mať zdravé, ak nie priam „perfektné“ deti. Väčšina rodičov má dokonca vopred vytvorenú predstavu o tom, ako má ich dieťa vyzerat' a čím sa má v budúcnosti stat', a to často ešte skôr, než sa vôbec narodí. V súčasnosti sa viac ako kedykoľvek predtým vysoká inteligencia a príjemný zovňajšok – popri vždy cennom zdraví – preferujú ako určitá spoločenská norma. Deti s postihnutím, žiaľ, mnohokrát nespĺňajú tieto kritériá. Sú touto skutočnosťou často stigmatizované a následne izolované, pričom stigma a izolácia sa dotýkajú celej rodiny. Čím viac sa dieťa odlišuje od spoločensky uznávaných noriem, tým väčšia je diskreditácia rodiny, nielen zo strany spoločenského okolia, ale nezriedka aj v očiach samotných príslušníkov rodiny.

Postihnutie dieťaťa prináša rodine fyzický, ekonomický, sociálny, a predovšetkým emocionálny – psychický stres. S rodičmi by preto mal od začiatku spolupracovať multidisciplinárny tím odborníkov, medzi ktorými by nemal chýbať ani odborník zaškolený na sprevádzanie (counseling).

Dokazuje to aj prax zo zahraničia, kde sa táto služba rozvíja v rámci rôznych polí pôsobnosti.

Každé postihnutie pôsobí na dieťa i rodinu špecifickým spôsobom, ktorý súvisí:

- s časovým faktorom (t. j. s obdobím, v ktorom došlo k postihnutiu resp. jeho rozpoznaníu a so zmenami rozsahu postihnutia v čase),
- s druhom a stupňom postihnutia,
- s príčinami jeho vzniku.

Ďalšou problematickou skutočnosťou, ktorá postihuje rodiny s dieťaťom s postihnutím, je otázka školskej dochádzky. Rodičia majú v súčasnosti na výber buď sprostredkovať svojmu dieťaťu špeciálnu základnú či strednú školu, alebo sa pokúsiť o ich integráciu v školách, ktoré navštevujú intaktné deti.

V prvom prípade často vzniká problém odlúčenia dieťaťa od rodiny. Na jednej strane sa dieťom poskytuje vskutku erudovaná pedagogická, zdravotná i rehabilitačná starostlivosť, no na strane druhej väčšina týchto detí odchádza do špeciálnych internátnych škôl, to znamená, že počas pracovného týždňa je dieťa mimo dosahu rodičov.

Deti s postihnutím sami seba neraz vnímajú ako menejcenné osobnosti, alebo ako príťaž, čo v žiadnom prípade nemôže viesť k požadovanej psychickej rovnováhe dieťaťa. Častá neprítomnosť dieťaťa v rodine však vplýva aj na rodičov a ostatných členov domácnosti. V súčasnosti sa našťastie rozšírila ponuka špeciálnych škôl, ako aj škôl, ktoré zároveň ponúkajú aj možnosť integrovať dieťa s postihnutím do klasického školského prostredia.





FÁZY PRIJATIA DIEŤAŤA SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM

POPIERANIE

POCIT VINY

NOVÉ SKÚSENOSTI

ADAPTÁCIA

V prvej fáze je táto skutočnosť postihnutia popieraná, zdravotnícky personál je obviňovaný z mylnej diagnózy a až potom prichádzajú výrazné emočné reakcie. Odrazu všetky hodnoty, ktoré dieťa pre rodičov predstavuje, sú ohrozené. Uvedomujú si, že dieťa nebude môcť rozvíjať ich ambície a každodenné spolužitie s ním bude ťažké. Rodičia nedokážu akceptovať fakt, že ich dieťa má určité postihnutie, často sa vyhýbajú kontaktu s inými deťmi, aby ich nemuseli porovnávať.

V druhej fáze sa vyvíja pocit viny. Rodičia sa za vzniknutú situáciu obviňujú navzájom, personál nemocnice alebo obviňujú seba samých. Pociťujú ľútosť a smútok, cítia sa byť podvedení, majú strach z budúcnosti, často sa hnevajú na dieťa samotné a ak ho umiestnia do špeciálneho zariadenia, pociťujú vinu.

V tretej fáze získavajú rodičia nové skúsenosti, ako s dieťaťom správne zaobchádzať, postupne sa učia oddeliť zmysel svojho života od zmyslu života dieťaťa, študujú literatúru, kontaktujú sa s rodičmi rovnako postihnutých detí, začínajú mať predstavu o ďalšom postupe. Svoje dieťa dokážu milovať také, aké je a akceptujú ho. Prežité traumatické skúsenosti zvyrazňujú u rodičov intenzitu pocitu radosti z maličkostí, ktoré by predtým nevnímali.

Adaptácia ako posledná fáza nie je nikdy stopercentná a pri dlhotrvajúcej chorobe nie je nikdy ukončená.

Finálnym stupňom zrelej rodičovskej adaptácie je:

- akceptovanie faktu, že dieťa je postihnuté;
- akceptovanie dieťaťa takého, aké je;
- akceptovanie seba ako rodiča postihnutého dieťaťa, ako aj človeka so všetkými ostatnými životnými rolami, osobnostnými vlastnosťami, skúsenosťami a postojmi.

DOSPIEŤ DO ŠTÁDIA PRIJATIA DIEŤAŤA A
JEHO POSTIHNUTIA VŠAK NIE JE
JEDNODUCHÉ.

LEN MÁLO RODIČOV PREJDE TAKOUTO
ŽIVOTNOU CESTOU SPONTÁNNE, MNOHÍ
POTREBUJÚ PODPORU ODBORNÍKOV,
PSYCHOLOGICKÝCH, MEDICÍNSKÝCH,
VÝCHOVNÝCH ČI SOCIÁLNYCH INŠTITÚCIÍ
A SLUŽIEB.

ODBORNÍCI SA ZHODUJÚ V NÁZORE, ŽE
ČÍM ŤAŽŠÍ DRUH POSTIHNUTIA, TÝM JE
ZAZNAMENANÉ VYŠŠIE RIZIKO STRESU
U RODIČOV.



SPREVÁDZANIE RODINY S DIETĎAŤOM S POSTIHNUTÍM

V counselingu osoba prežívajúca osobné, emocionálne významné udalosti (v tomto prípade rodič dieťaťa s postihnutím), ktorá hľadá pomoc, dostáva „pomoc k svojpomoci“. To znamená, že na zvládanie svojich problémov využíva rodina vlastné zdroje, bez závislosti od interpretácií, rád, alebo príkazov niekoho iného, aj keď pokladaného za odborníka v danom odbore. Sprevádzanie rodičov s dieťaťom s postihnutím má perspektívu zlepšovať vzťahy v rodine, podnecovať jej rozvoj, pomáhať prekonávanie krízy a umožňovať spracovanie emócií a vnútorných konfliktov. Pomoc sprevádzajúceho nespočíva v predkladaní riešení a navrhovaní prípadného terapeutického postupu, ale predovšetkým sa zakladá na odstránení prekážok, s ktorými sa rodičia stretávajú pri realizácii svojich rozhodnutí a konaní. Pre rodičov je preto veľmi dôležité, že sprevádzajúci sa nestavia na úroveň odborníka, ale pôsobí ako osoba, ktorá ponúka pomoc a je dostatočne pripravená ponúknuť ju. Práve postoje, ako prijatie a empatia pôsobia na tieto ťažko skúšané rodiny ako balzam na dušu. **Správanie dieťaťa** môže ovplyvniť hladinu stresu u rodičov nielen z dôvodu „nevhodného“ správania sa dieťaťa, ale i z dôvodu stigmatizácie pochádzajúcej z blízkeho i širšieho okolia. Naopak, poskytnutie sociálnej opory znižuje hladinu stresu a pozitívne ovplyvňuje výchovu dieťaťa a prežívanie rodičov detí. Tu vidíme veľký potenciál práve counselingu, ktorý explicitne poskytuje priblíženie sa k rodičom, sprevádzanie a pomoc v tom období, ktoré je tak náročné a často nepredvídateľné.

Úlohou sprevádzajúceho v prvých fázach prijímania dieťaťa s postihnutím je predovšetkým empatia, podpora, ľudský prístup a aktívne počúvanie. Pri adaptácii na záťažové situácie zohrávajú významnú úlohu faktory, ktoré pozitívne prispievajú k adaptácii rodiny na dieťa s postihnutím. Sprevádzajúca osoba by mala tieto činitele ovplyvňovať takým spôsobom, aby ich rodičia vedeli efektívne využiť či vycibriť.

Úlohou sprevádzajúceho v prvých fázach prijímania dieťaťa s postihnutím je predovšetkým empatia, podpora, ľudský prístup a aktívne počúvanie. Pri adaptácii na záťažové situácie zohrávajú významnú úlohu faktory, ktoré pozitívne prispievajú k adaptácii rodiny na dieťa s postihnutím. Sprevádzajúca osoba by mala tieto činitele ovplyvňovať takým spôsobom, aby ich rodičia vedeli efektívne využiť či vycibriť.



Ide o pomoc pre efektívne využívanie nasledovných zručností:

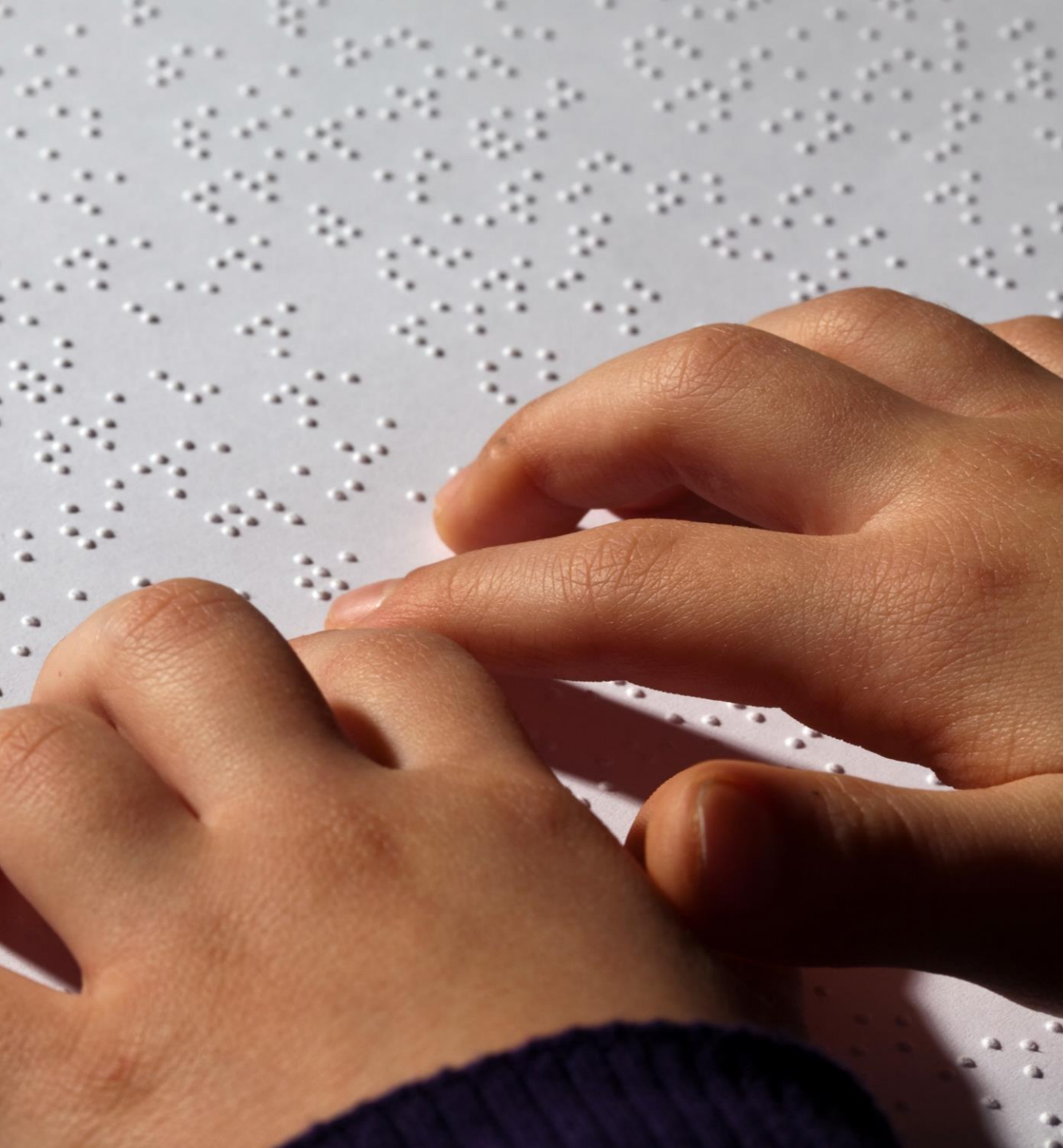
- vôľové vlastnosti (rodičov, postihnutého dieťaťa, ako aj jeho súrodencov);
- schopnosť prekonávať prekážky, húževnatosť a schopnosť nájsť príjemné a pekné chvíle a zážitky aj v ťažkých životných podmienkach;
- vzťahy medzi jednotlivými členmi rodiny, z nich konkrétne manželské vzťahy svojou kvalitou buď procesu adaptácie napomáhajú, alebo ho naopak narúšajú;
- dôležitú úlohu zohrávajú aj dobre udržiavané vzťahy s príbuznými, priateľmi a skúsenosť rodičov s výchovou staršieho zdravého dieťaťa;
- stabilný hodnotový systém rodiny a jej široko rozvinuté záujmy;
- vnímanie postihnutia skôr ako výzvu k boju, než ako neúnosné bremeno;
- vzťah dôvery k odborníkom;
- priaznivé životné podmienky (blízkosť školy, možnosti kontaktu s ďalšími rodinami, ktoré taktiež majú postihnuté dieťa).

Pre prácu s rodičmi je podľa Steva Biddulpha dôležité najmä to, aby si uvedomili, že majú tri hlavné povinnosti, zoradené podľa stupňa dôležitosti:

- starostlivosť o seba;
- starostlivosť o partnerský vzťah;
- starostlivosť o deti.

Možno si to rodičia s postihnutým dieťaťom málokedy uvedomujú, ale práve prvé dve povinnosti a ich realizácia sú základňou, na ktorej je možné vytvárať optimálne prostredie pre výchovu a starostlivosť o deti. Z výsledkov viacerých výskumov vyplýva, že efektívne zvládajú situáciu tí rodičia, ktorí spolupracujú. To im umožňuje zdieľať rodičovskú zodpovednosť, podporovať jeden druhého, získať reálnu predstavu o svojom dieťati a oceniť hodnotu vkladu, ktorý partner urobí s cieľom uľahčiť fungovanie rodiny. Z toho vyplýva, že jedným z najdôležitejších a najsilnejších predpokladov rodinnej adaptability je kvalita manželského vzťahu.





Adaptáciu na ťažkú životnú situáciu podľa Mareša uľahčuje možnosť rodičov vyjadriť prežívané negatívne emócie, opora a porozumenie zo strany najbližších, priateľov, ale i rodičov detí s postihnutím, kvalita manželstva, pomoc profesionálov, ale predovšetkým prijatie dieťaťa a takého, aké je. Výskumy potvrdzujú, že pri adaptácii na zdravotné postihnutie dieťaťa má vplyv aj stupeň inteligencie. Rodičia s nižšou inteligenciou nemávajú s adaptáciou väčšie problémy, zatiaľ čo rodičia s vyššou inteligenciou sa s faktom postihnutia vyrovnávajú oveľa horšie. Taktiež sa zistili rozdiely vzťahujúce sa na vzdelanie rodičov, alebo ich sociálno-ekonomické postavenie.

Najťažšie prebieha adaptácia u matiek zo stredných a vyšších vrstiev, pretože postihnuté dieťa ohrozuje ich vlastné ciele a aspirácie, na rozdiel od matiek s nižším sociálno-ekonomickým statusom, ktoré sa vyrovnávali so situáciou pomerne rýchlo a dobre. Čo je však dôležité, náboženská viera má pozitívny vplyv na adaptáciu, veriaci rodičia sa so situáciou vyrovnávajú ľahšie než neveriaci. Koluchová uvádza, že psychické, zmyslové alebo somatické postihnutie u dieťaťa nie je pre rodinu iba niečím, „čo chýba“, alebo naopak „čo je tu navyše“, ale posúva fungovanie rodiny na kvalitatívne novú úroveň. Sprevádzanie rodičov by malo posunúť kvalitu práve na novú – lepšiu úroveň. Táto služba vyžaduje veľmi aktívny prístup aj zo strany klientov. Sprevádzajúci teda musí spĺňať také predpoklady a kompetencie, aby sa rodičia dokázali aktivizovať a nepodľahnúť pasivite.

LITERATÚRA

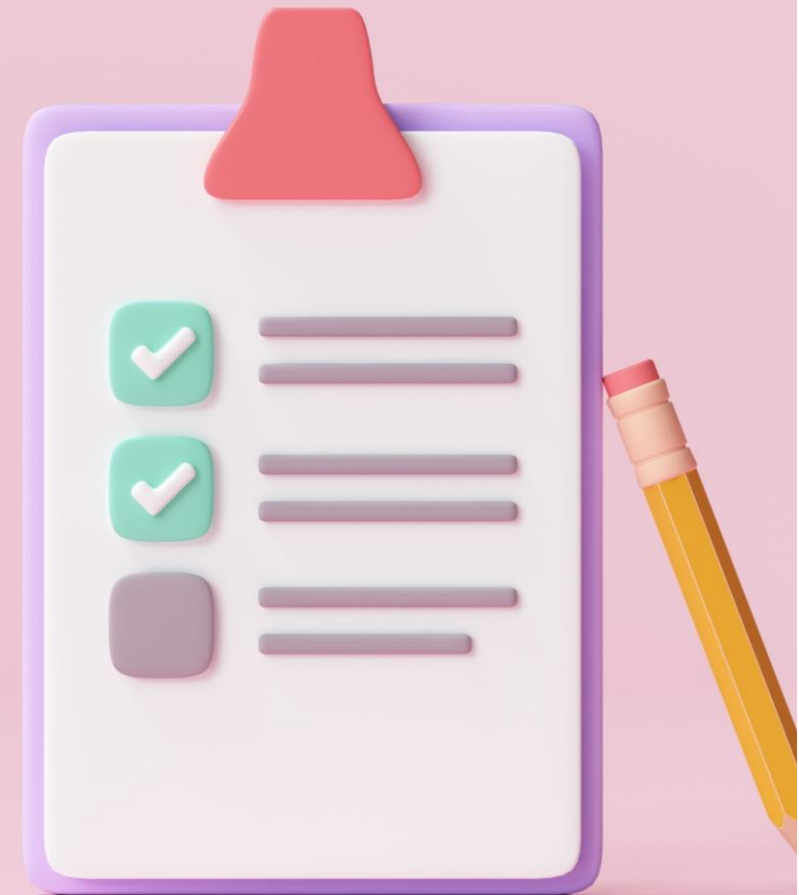
TREBSKI K.: The counselling – a useful tool in helping professions, In Charity, Philanthropy and Social Work. č. 2, 2015. s. 19-28.

MÁRIA ŠMIDOVÁ, JANKA MARKOVÁ, KRZYSZTOF TREBSKI (2013) Perspektívy pomoci ľuďom s postihnutím a ich rodinám. Dobrá kniha Trnava. ISBN 978-80-7141-810-8

MÁRIA ŠMIDOVÁ, MARGITA KOLLÁROVÁ, MAREK ŠMID (2019) Kvalita života rodín s dieťaťom so špecifickými potrebami. Dobrá kniha. Trnava 2019 ISBN 978-80-8191-192-7

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké sú potreby a charakteristiky rodín s deťmi so špecifickými potrebami?
1. Ako môže pastorálny counselor pomôcť tejto skupine ľudí?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.4 SPREVÁDZANIE ROZVEDENÝCH KATOLÍKOV

prof. RNDr. ThDr. Ladislav Csontos PhD.

<https://www.youtube.com/watch?v=MaExpwwgq60&t=3s>

ÚVODOM...

V praxi mnohých katolíkov sa vyvinulo zvláštne chápanie sviatostí, podľa ktorého sú akýmsi automatmi, ktoré zabezpečujú človekovi spásu. Starí rodičia sa usilujú o krst svojich vnúčat, dokonca aj tajne, bez súhlasu alebo vedomia ich rodičov, čím je sotva zaručená náboženská výchova. Zabúdajú na dôležitú skutočnosť, že krst sa vysluhuje vo viere krstenca, alebo jeho rodičov, či iných, ktorí sa zaväzujú poskytnúť pokrstenému dieťaťu potrebnú náboženskú výchovu. Podobne častý je prípad rodičov, ktorí síce prihlasujú svoje deti na vyučovanie náboženstva v škole, no doma vieru nežijú, nemodlia sa a ani v nedeľu nechodia na svätú omšu. Tak sa stáva, že ich deti prejdú prípravou na prijatie sviatostí, na prvé sväté prijímanie, sviatosť zmierenia a sviatosť birmovania, no po ich prijatí zostávajú na periférii kresťanského života, sviatosti už ďalej neprijímajú. Tento scenár sa opakuje i pri uzatváraní sviatostného manželstva, keď rodičia a starí rodičia mladých tlačia do neho tlačia, no sami snúbenci neprejavujú vlastný záujem.

Rozvod sa stal všeobecne rozšíreným fenoménom aj na Slovensku. Po týchto rozvodoch často nasleduje nový zväzok, väčšinou civilný. Je to dôsledok toho, že aspoň jeden z partnerov v novom, civilnom zväzku bol predtým zviazaný platným cirkevným manželským zväzkom. Ak sa niekto odhodlá na nový manželský, hoci aj civilný zväzok, robí to s predstavou novej príležitosti na šťastie. V katolíckom prostredí nie je čudné, že títo ľudia v novom manželskom zväzku aj naďalej túžia po plnohodnotnom, dokonca intenzívnom náboženskom živote.



ZÁKLADNÉ ROZLIŠENIA

V skutočnosti sa vytvárajú pre katolíkov neregulárne situácie, ktoré ho pozbavujú posväcujúcej milosti. Rozlišujem nasledujúce situácie:

- 1. Ľudia v manželskej odluke.** Títo veriaci sú ľudia vo veľmi ťažkej životnej situácii. Ich problémy bolo možné riešiť len odlukou a oddelením od „stola i lôžka“; aby mohli pristupovať ku sviatostiam, musia žiť sami, čo môže prinášať so sebou viaceré duchovné, psychické i sociálne problémy.
- 2. Ľudia žijúci v manželstve uzavretom v inej než Katolíckej cirkvi.** Rozdelenie Cirkvi je dlhoročnou bolestivou ranou na srdci Cirkvi, ktorá sa aj vďaka ekumenickým snahám postupne uzdravuje. Ľudia, ktorí uzavreli nie sviatostné manželstvo, teda manželstvo s príslušníkom inej než Katolíckej cirkvi a v jej kostole, nemôžu mať plnú účasť na sviatostnom živote Cirkvi.
- 3. Osoby, z ktorých jedna je pokrstená v Katolíckej cirkvi alebo do nej prijatá a formálnym úkonom od nej neodpadla a druhá je nepokrstená.** Ide o manželstvo ľudí, keď jedna stránka je veriaci a druhá je neveriaci. „Takéto manželstvo je neplatné, ak nie je dišpenzované za osobitných podmienok v kán. 1125 a 1126.“
- 4. Ľudia civilne zosobášení.** Rímskokatolícka cirkev má v úcte každý potvrdený zväzok muža a ženy. Často sa stáva, predovšetkým po obrátení jedného z účastníkov manželstva, že chce uzavrieť sviatostné manželstvo. Cirkev môže riešiť túto situáciu na základe pavlovského privilegia.
- 5. Ľudia znovu civilne zosobášení.** „Ľudia, ktorí uzavreli sviatostné manželstvo, rozviedli sa a potom sa civilne zosobášili, nemôžu pristupovať ku sviatostiam Cirkvi, pretože sa prehrešujú proti jednote a nerozlučiteľnosti manželstva: »čo teda Boh spojil, človek nech nerozlučuje« (Mt 19,6).“
- 6. Ľudia nezobášení (žijúci v kohabitácii).** Počet takýchto zväzkov výrazne narastá. Sú to „manželstvá na skúšku“, prípadne tí, čo hovoria „my pre naše spolužitie nepotrebujeme papier“. Ľudia žijúci v takomto zväzku nemôžu platne pristupovať ku sviatostiam Cirkvi, pretože porušujú šieste prikázanie. Ku každej takejto skupine treba pristupovať s individuálnou pastoračnou starostlivosťou, no nielen ku skupine, ale predovšetkým ku každému veriacemu, ktorý sa nachádza v takejto neľahkej situácii. Aj keď nemôžu mať plnú účasť na sviatostnom živote Cirkvi, Cirkev im chce podať pomocnú ruku v duchu Pavlovho: „Vy ste Kristovo telo a jednotlivo ste údy ... Ak teda trpí jeden úd, trpia spolu s ním všetky údy.“ (1 Kor 12,26-27).

VÝCHODISKO PASTORAČNÉHO PRÍSTUPU

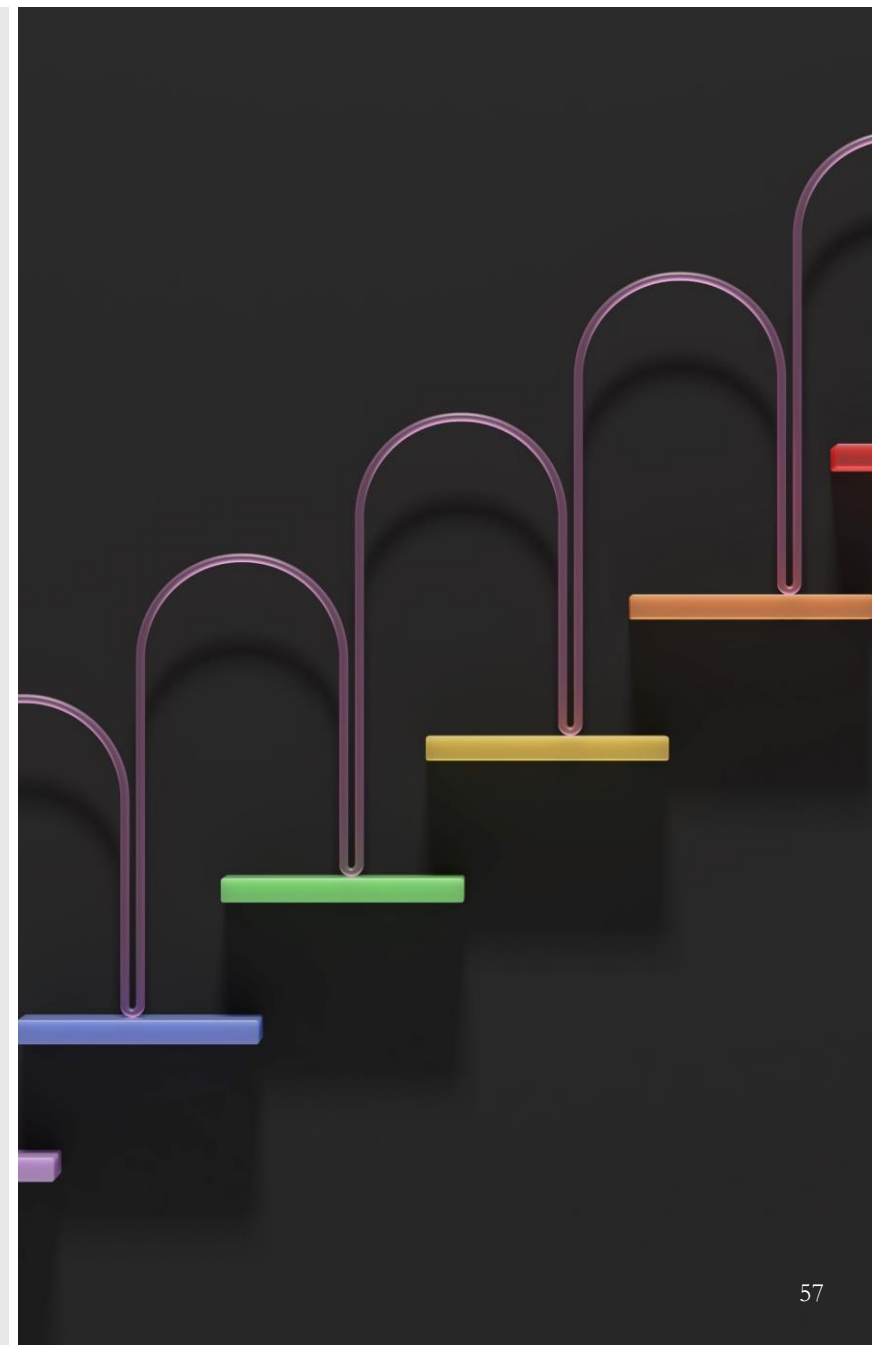
Cirkev predstavuje ustavičnú, skrytú prítomnosť osláveného Pána, ktorý spásonosne pôsobí v Duchu Svätom. Krst je úkonom, v ktorom Kristus »tu« a »teraz« uskutočňuje svoju spasiteľnú činnosť a krstencovi otvára mu cestu do absolútnej budúcnosti. Pokrstený nie je v celi, ale otvoril sa mu prístup, brána, k ďalšiemu rozvoju života viery. „V Písme, najmä u Pavla, ale už aj v jeruzalemskej prvotnej Cirkvi, viera a krst tak spolu súvisia, že je zrejmé, že viera nie je spásonosná bez krstu a krst bez viery. Písmo však neurčuje príliš presne podiel viery a sviatosti. Raz hovorí tak, ako keby spása závisela iba od viery, inokedy tak, ako keby bola ovocím krstu (Ef 3,17; Rim 6,3n; Jn 6,26n). To je vieroučné východisko, aj rozvedení sú pokrstení a je im otvorená cesta k spáse, možno krivolaká, ale otvorená. Z toho vychádza aj zásada prijatia. Prvé stretnutie s katolíckmi v takejto zložitej situácii má byť venované prijatiu a aktívnemu počúvaniu. Rozvedení a znovu sobášení na začiatku často vyjadrujú svoje bolestné pocity, ktoré sa podobajú pocitom pozostalých v prípade úmrtia veľmi blízkej osoby. Zaslужujú si všetku úctu a pochopenie pri duchovnom a pastoračnom rozhovore. Takýto pastoračný rozhovor sa nesmie sklznúť k hľadaniu vinníka, či toho, kto má pravdu alebo zlyhal. Inšpiratívnymi by mali byť slová sv. Jána Pavla II., ktoré vyslovil vo svojom inauguračnom príhovore na začiatku svojej apoštolskej služby Kristovho námestníka: Nebojte sa otvoriť Kristovi, široké polia kultúry a civilizácie, Kristus vie, čo človek potrebuje. To slovo nebojte sa Kristus je s vami zaznieva aj v pastoračnom rozhovore s rozvedenými a znovu sobášenými, ktorí sú ťažkých a zložitých situáciách, keď nemôžu pristupovať k sviatosti zmierenia a prijímať eucharistického Krista. Je to bolestná pravda, ale pravdou je aj to, že Kristus rozumie každému človeku, miluje každého človeka a každému človeku ponúka rozličné prostriedky duchovného života i spásy, ktoré sú určené všetkým i tým, ktorí majú na široko otvorený prístup k sviatostným prameňom Cirkvi.

Ako praktická pomôcka v pastoračii rozvedených v počiatocnom momente sa osvedčila evanjelizačná téma o stretnutí Ježiša so Samaritánkou pri Jakubovej studni. (Jn 4, 1-42). Stretnutie pri studni je pre Samaritánku, a možno aj pre nás, začiatkom novej cesty. To je „milosť nulového bodu“. Pán Boh nás k sebe povoláva vlastne cez prehru, cez životnú biedu. Dalo by sa hovoriť o „sviatosti prehry“. V tejto skúsenosti môžeme nájsť liečivú a spasiteľnú silu Boha. Keď už nič nemáme, v samotnej túžbe sa otvárame na skúsenosť Boha, ktorý z ničoho tvorí niečo nové, kriesi mŕtvych a v prehre dáva začiatok víťazstva. Zážitok Božej blízkosti nie je odmena za dobré správanie, ale odpoveď na našu ľudskú nemohúcnosť. Aj vo výčitkách svedomia a v pocite viny možno nájsť šancu. Ukazujú nám, že nie je možné zostať počas celého života nevinným. O tom, či plníme Božiu vôľu, alebo nie, nerozhoduje vonkajšia forma nášho života, v manželstve alebo mimo neho. Naše srdce je tým miestom, v ktorom sa uzatvárame alebo otvárame Božiemu hlasu. Nijaké životné formy nie sú zárukou, že naše srdce bude patriť Bohu. Každý deň mu musíme otvárať svoje srdce, aby v ňom mohol prebývať a premieňať ho. Nikdy nie sme jednoducho „v poriadku“. Neustále treba smerovať svoj život k nemu a nikdy sa nemožno pred ním definitívne zabezpečiť.

POZVANIE K DUCHOVNÉMU RASTU

Prvé stretnutie venujeme prijatiu a počúvaniu. Tento prvý čas sa začína s pocitmi, ktoré vyjadrujú rozvedení a znovu sobášení. Často vyjadrujú bolestné pocity. Je potrebné konať prijatie v počúvaní: bez toho, aby sa sklízlo k tomu, kto je vinný, kto má pravdu či kto zlyhal. Božie slovo iste provokuje a pomáha objasniť či sme schopní vykročiť na cestu, alebo či sme stuhnúť vo svojom východiskovom bode. Podobenstvo o márnotratom synovi (Lk15,1-32). Dejiny spásy vytvorené Bohom pre záchranu človeka, tak ako ich predstavuje Biblia, nie sú priamočiare, ale komplexné, nesledujú jedinú jednoduchú cestu, ale mnohé cesty, nielen hlavnú cestu, ale aj druhotné cesty, ukazujúce sa kľukatejšie. Mnohokrát posvätné knihy otvára škandalózne prípady, vzhľadom na mentalitu danej doby a v protirečení voči oficiálnym normám, „majster“ vyslovuje v samej Biblii. Farizej a mýtnik v chráme. »Bože, buď milostivý mne hriešnemu.« Hovorím vám: Tento odišiel domov ospravedlnený, a nie tamten“ (Lk 18, 9- 14).

Dvojica, ktorá žije v nesviatostnom manželstve, pričom sa usiluje zostať čo najviac nasmerovaná na Krista. Inými slovami: v aktuálnej situácii, ktorú je pre ňu nemožné zmeniť, ako sa môže usilovať byť dobrou dvojicou. Je pre nich cesta spásy? Z Evanjelia podľa svätého Matúša je inšpirujúci obraz rímskeho stotníka, ktorý prosí Ježiša, aby uzdravil jeho sluhu (Mt 8, 5-13). Rímsky stotník, nakoľko je pohan, nebol hoden, nebol schopný prijat' ako hosť a Ježiša vo svojom dome: pravoverní židia nechodili do pohanských domov. On ho však potrebuje. Ide mu oproti. Nežiada, aby zmenil náboženské pravidlá, ani ich nepovažuje za nespravodlivé. Myslí, že Boh, pretože je všemohúci Boh, má spôsoby zasiahnuť a nechať prísť spásu až po kraje, kde siaha teologická reflexia o nej. Zároveň s prosbou o pomoc, sa ponáhľa povedať, Ježiš nemusí prekročiť pravidlá, aby mu pomohol: Pane, nie som hoden, aby si vošiel pod moju strechu, ale povedz iba slovo a môj sluha ozdravie.





Každý hriech má celkom osobitnú cestu pokánia a to sa týka osobitne situácie rozvedených a znovu sobášovaných. Boh sa snaží dať každému to najlepšie, každému ponúka cestu spásy, ktorú my nepoznáme, po ktorej však treba kráčať v duchu dôvery, poníženej kajúcnosti, pracovitosti. Tak koná mýtnik v podobenstve: neprestáva chodiť do chrámu, pokračuje v modlitbe, stajac vzadu v chráme a ustavične prosí o milosrdenstvo Božie a o prijatie, aby napokon prijal Božie ospravedlnenie a požehnanie. Napokon on odchádza do svojho domu ospravedlnený (lebo Božie cesty sú nevyspytateľné) na rozdiel od iného, „spravodlivého“ farizeja, ktorý sa vracia domov neospravedlnený, lebo v pýche nemohol obsiahnuť Božie požehnanie.

Nový vzťah Cirkvi prijíma s pokojom s úctou, vďaka intenzívnemu dialógu, bez egoizmu čo nemusí byť tak isté, ale iste sa tento nový vzťah prijíma v dobrom pohľade. Deti sú vychovávané a milované ako prešli tou istou vecou, aj od novej dvojice sa vyžaduje seriózna výchova v láske ako u sviatostných manželstiev, a toto je nielen privátna úloha ale je aj plnením Božieho prikázania. Či tí dvaja sa modlia, čítajú a meditujú sv. písmo, či konajú dobré skutky alebo nie; či sú úctiví a milí voči iným, to nie jednoducho tak jedno. Aj znovu sobášení Cirkvi predkladá aby boli v každom ohľade blízki Bohu a jeho Slovu, aby si pestovali čnosť ako dobrí kresťania, aby sa nechali prenikať láskou, pomáhali chudobným, zapájali sa do sociálnej akcie atď.



PRÍPADY NULITY

Keď sa objavia nedostatočné indície v otázke vyhlásenia neplatnosti manželstva, to prináša povinnosť pomôcť zainteresovaným veriacim verifikovať platnosť ich cirkevného manželstva. Je potrebná disponibilita kňazov znalcov kánonického práva a kompetentných laikov, aby orientovali v tomto smere... ponúkajúc konzultácie a spoluprácu v kresťanskom duchu.

Tento aspekt sa ukazuje veľmi dôležitým, ale je málo známy, aj samotným kňazom; a často ich premôže nedôvera: je to zdĺhavé, príliš zložité, finančne náročné... Vo farnosti by mali byť niekoľkí, ktorí sa stal kompetentní pomáhať tým, čo to potrebujú: toto je tiež jedna forma dobrovoľníctva.

KRISTUS JE PRÍTOMNÝ NIELEN V EUCHARISTII

Po nanebovstúpení prisľúbil, že bude prítomný až do skončenia sveta: svojou duchovnou dušou, v Duchu Svätom, ale aj svojim spôsobom svojím telom. Hovoríme jednak o jeho Tele prítomnom v Eucharistii, ale tiež v tajomnom tele, ktorým je Cirkev a my všetci sme jej údmi členmi. 1 Kor 12, 27 „Vy ste Kristovo telo a jednotlivo ste údy.“ Ef 1, 23 „Cirkvi, Výraz „plnosť“ (pléróma) označuje Božiu plnosť. Cirkev je miestom, kde pôsobí plnosť Kristovej milosti. Môže znamenať aj to, že Cirkev ako telo dopĺňa Krista ako hlavu. ktorá je jeho telom, plnosťou toho, ktorý naplňa všetko vo všetkom.“ Ef 4, 12 „aby pripravovali svätých na dielo služby, na budovanie Kristovho tela“, Ef 5, 30 „lebo sme údmi jeho tela.“ Kol 1, 18 „On je hlavou tela, Cirkvi. On je počiatok, prvorodený z mŕtvych, aby on mal vo všetkom prvenstvo.“ Kol 1, 24 „Teraz sa radujem v utrpeniach pre vás a na vlastnom tele dopĺňam to, čo chýba Kristovmu utrpeniu pre jeho telo, ktorým je Cirkev.“ Ak sa cítime byť členmi Cirkvi, on je v nás a v vlieva nám tú istú životnú miazgu. Aj sa cítime jeho údmi, On dnes môže prostredníctvom nás hovoriť, potešovať, uzdravovať a spasit’.

Nakoľko je Eucharistia najvýznamnejším kanálom pre prúd milosti pre kresťana, kresťania prílišným zdôraznením neurobili dobrú službu pre nekonečné božské možnosti pre dobro ľudstva, keď ho urobili jediným kanálom. Ježiš hovoril nielen o potrebe sýtiť sa chlebom života (Eucharistiou), ale aj o potrebe sýtiť sa každým slovom, ktoré vychádza z Božích úst a ktoré nám on hovorí (Lk 24, 32 „Či nám nehorelo srdce, keď sa s nami cestou rozprával a vysvetľoval nám Písma?“ tak sa osvedčili Emauzskí učeníci po tom, čo k nim hovoril Ježiš). Toho Ježiša, ktorého stretávame v Eucharistii je ten istý Ježiš, ktorého stretávame v chudobnom, ten, ktorý potrebuje našu pomoc (Mt 18, 20 Lebo kde sú dvaja alebo traja zhromaždení v mojom mene, tam som ja medzi nimi.“; Mt 25, 40 »Veru, hovorím vám: Čokoľvek ste urobili jednému z týchto mojich najmenších bratov, mne ste urobili.«)



MILUJ MA TAKÝ, AKÝ SI!

Povzbudením môže byť Jakubov zápas s Bohom, keď sa mal stretnúť so svojim bratom Ezauom, ktorého viackrát oklamal a obral o požehnanie prvorodeného. Nemal čisté svedomie, no prosil o milosť požehnania, ktoré mu napokon Boh dal. (porov. Gn 32, 24-33. Na záver stretnutí sa možno spoločne modliť nasledujúcu modlitbu, ktorú pre tieto komplikované situácie zostavil Mons. Lebrun: „Poznám tvoju biedu, trápenia a žiale tvojej duše, nedostatky a nestálosť tvojho tela; poznám tvoj život, i tvoje hriechy a hovorím ti to isté: Daj mi svoje srdce, miluj ma, aký si... k očakávaš, že budeš anjelom, aby si ma mohol milovať, nikdy ma nebudeš milovať. Aj keď si slabý a nedokonalý v uskutočňovaní čností, ak padáš do toľkých hriechov, ktoré by si už nechcel viac opakovať, nezakazujem ti milovať ma. Miluj ma taký, aký si. V akejkolvek prítomnej situácii sa nachádzaš, v dôvere alebo v chlade, v dôvernosti alebo nedôvere, miluj ma, aký si...

Chcem milovať tvoje úbohé srdce tvoje chudobné srdce, ak čakáš, až budeš dokonalý, nikdy ma nebudeš milovať. Ty predsa môžeš z akejkolvek nádoby hnevu, urobiť bytosť žiariacu serafínskou čistotou, vznešenosťou a láskou? Nie som ja Všemohúci? A keď sa mi páči nechať ničím tieto zázračné a vyvolené bytosti a uprednostniť lásku tvojho chudobného srdca, nie som ja patrónom mojej lásky? Syn môj, dovoľ mi milovať ťa, chcem tvoje srdce. Určite ho chcem na svoj čas premeniť, no nateraz ťa milujem, aký si ... a túžim po tom, aby si aj ty konal to isté; chcem vidieť že z tvojich potrieb a z tvojej biedy vychádza láska. Milujem v tebe aj tvoju ubolenosť, milujem láskou chudobných a milosrdných; chcem, aby zo všetkých vychádzal jeden spoločný výkrik: Ježišu, milujem ťa.

Chcem iba spev tvojho srdca, nepotrebujem tvoju vedu, ani tvoj talent. Jedna jediná vec zaväži, vidieť ťa pracovať s láskou. Nie sú to tvoje čnosti, ktoré očakávam; keď si tak slabý, že je podvyživená tvoja láska; netráp sa preto. Bol si určený pre veľké veci; nebuď neužitočným sluhom; príjem od teba aj to málo, čo máš... pretože som ťa stvoril pre lásku. Dnes stojím pred dvermi a klopem ako žobrák, ja Kráľ Kráľov. Klopem a čakám, aby si mi otvoril a prijal ma. Nepredlžuj svoju biedu; ak dokonale poznáš svoju nehodnosť, zomrel by si od bolesti. Čo ma najviac trápí, vidieť ťa, ako pochybuješ a ako ti chýba dôvera vo mňa. Túžim, aby si na mňa myslel vo dne v noci; chcem ti urobiť ešte výraznejší znak jedine z lásky, počítam s tebou, že mi dáš radosť... Netráp sa, že nemáš čnosti; dám ti moje. Keď budeš slabý, dám ti silu. Daj mi svoju lásku, ja ti dám pochopiť milovať ďalej keď počuješ zniet'... ale spomeň si .. miluj ma, aký si... Dal som ti svoju Matku; nechaj všetko prechádzať jej srdcom tak čistým. Čokoľvek sa stane, nečakaj, že budeš svätý zaslužením si lásky, ale nikdy ma neprestaň milovať... Chod'." Je to pozvanie na cestu duchovného rastu a sprevádzania.

Literatúra

CSONTOS, L.: Formy spirituality katolíkov, ktorí žijú v nesviatostnom manželstve. In: Slovo nádeje. Trnava : Dobrá kniha, 2010

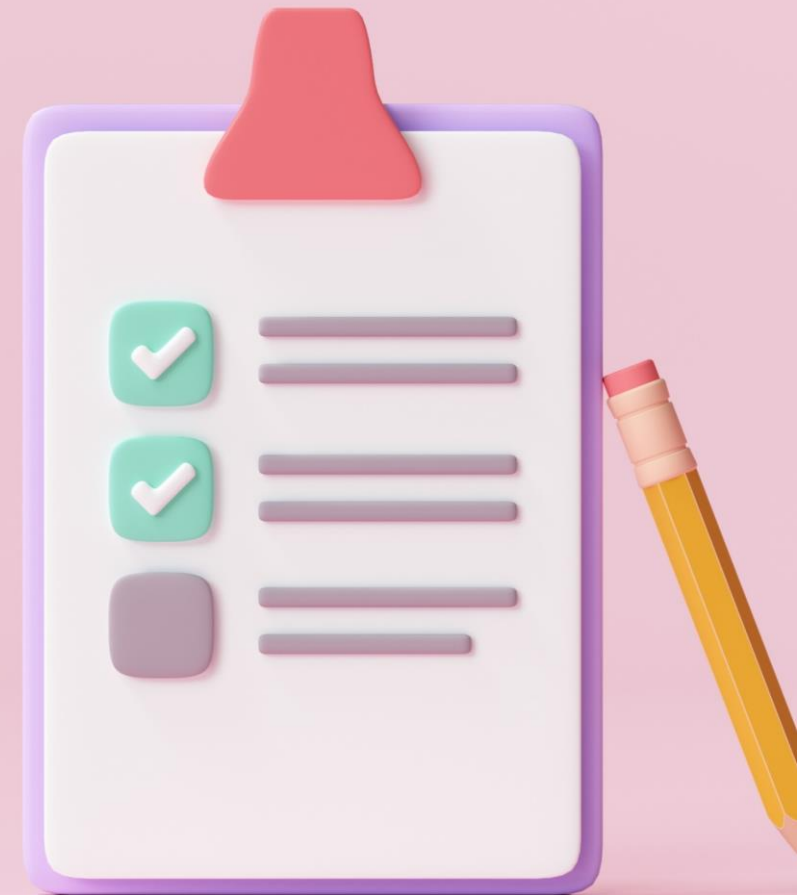
CSONTOS,L.: Pastoračný prístup k rozvedeným katolíkom. Trnava : Dobrá kniha, 2015. - CD ROM

FRANTIŠEK: Amoris Laeitia. Trnava : Spolok svätého Vojtecha, 2016.

JÁN PAVOL II.: Familiaris consortio. Trnava : Spolok svätého Vojtecha, 1993

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Ako prijať rozvedených a ako s nimi nadviazať rozhovor?
2. Aké prostriedky duchovného rastu môže rozvedený človek využívať?
3. Aké je hlavné posolstvo rozvedeným?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.5 SPREVÁDZANIE DLHODOBO CHORÝCH

doc. Th Lic. Krzysztof Trębski, PhD.

https://www.youtube.com/watch?v=kWGXpD_Yufl&t=3s

ÚVOD

Choroba a utrpenie vždy patrili k najvážnejším existenciálnym skúsenostiam človeka. Utrpenie je vždy skúška - niekedy skutočne tvrdá skúška, ktorá dolieha na celé ľudstvo. Bolestné skúsenosti kladú otázky o smere, zmysle a pokračovaní života. To môže urobiť človeka zrelším, môže mu pomôcť rozlíšiť, čo v jeho živote nie je podstatné, aby sa zameral na to, čo je dôležité. Choroba môže človeka podnietiť na hľadanie Boha a návrat k nemu. Životná skúsenosť ukazuje, že v chorobe sa človek stáva „citlivejší“ pre Božie veci, pretože skusuje pominuteľnosť a môže vytušiť smrť. Obmedzenia a bezmocnosť teda otvárajú pomyselné dvere na hľadanie Boha a jeho pomoci.

Úlohou cirkevného spoločenstva je pomáhať človeku prežívať chorobu vo svetle viery. Špecifickou formou tejto pomoci môže byť pastorálne sprevádzanie – pastorálny counseling, ktorý je definovaný ako asistencia a starostlivosť o človeka, ktorý hľadá „duchovno“ a kontakt s vierou v aktuálnych podmienkach jeho života. Pastorálny counseling napomáha čeliť ťažkým situáciám, ktoré ju zasahujú na úrovni osobnej, spoločenskej i spirituálnej. Má taktiež terapeutickú silu: prehľbuje sebapoznanie, porozumenie vlastnému prežívaniu a svojim pocitom. Vytvára priestor pre nové ponímanie seba samého vo vzťahu k Bohu. Učí počúvať vnútorný hlas – hlas svedomia a zbaviť sa všetkého, čo ho nepodporuje. Umožňuje človeku orientovať sa vo svojej momentálnej situácii a povzbudzuje ho k správnym rozhodnutiam, ktoré považuje za najlepšie v perspektíve na večnosť. Pastorálny counseling môže byť uplatnený vo všetkých oblastiach života človeka. Je veľmi užitočný v starostlivosti o dlhodobo chorých pretože im pomáha správne pochopiť situáciu v ktorej sa nachádzajú, realizovať rozhodnutia, či zmeniť problémové situácie vlastného života. Zvyšuje úroveň sebapoznania, napomáha lepšiemu využívaniu duchovných zdrojov vzhľadom na vlastné potreby a smeruje k čoraz vyššiemu stupňu vnútornej pohody (well-being).





Ciele pastorálneho sprevádzania (counselingu) sa nachádzajú v centrálnom postavení človeka s jeho problémami, ktorý je prostredníctvom kompetentnej pomoci vedený k celkovému zdraviu, vnímanému ako plnosť bytia, plnosť pravdy a dobra.

Aby verne vyplnilo túto úlohu, pastorálne sprevádzanie musí byť v súlade s podstatnými elementmi pastorácie, ktoré sa opisuje ako:

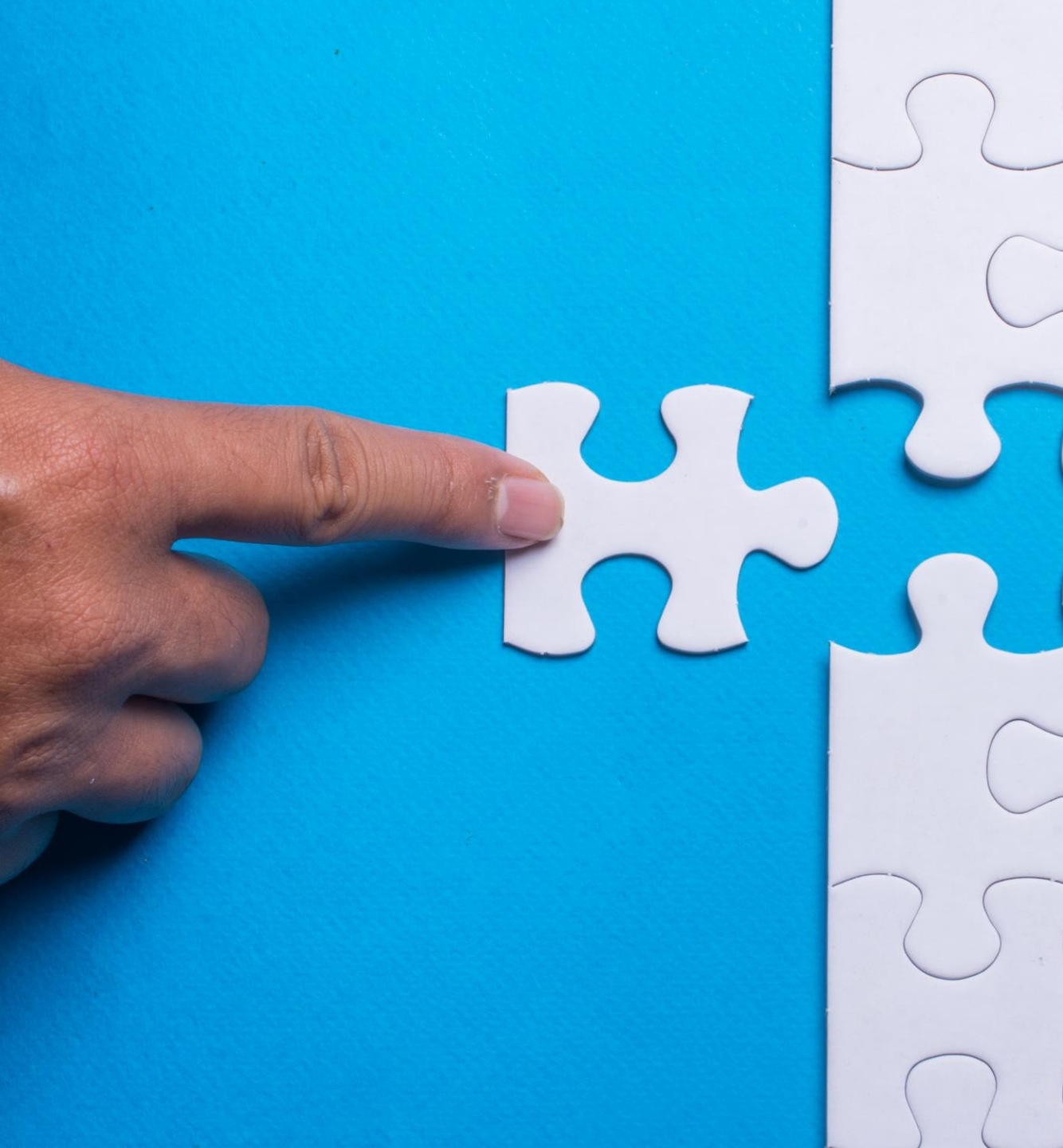
- zvestovanie viery, ponúka k vnútornému obráteniu, vytvorenie vhodného prostredia na duchovnú skúsenosť, výchova na základe biblických mravných zásad, snaha o začlenenie do cirkevného spoločenstva viery;
- sprevádzanie, utešujúca prítomnosť, spolupodieľanie sa na znášaní utrpenia a ťažkostí, ktoré vychádza zo základu vlastnej religiozity človeka pred Bohom;
- spoločné nevtieravé mystické hľadanie Boha v živote každého človeka, ktorý je v ňom prítomný ako tajomstvo; pomoc ľuďom nájsť cestu pri hľadaní ich osobnej najhlbšej duchovnej túžby. Ide o nadobudnutie živej skúsenosti s Bohom;
- spásonosná “terapeutická” záchrana, ktorá je zameraná na konkrétného človeka; ponúka mu možnosť pomoci v otázkach o živote, zmysle, utrpení, krízach; pri pomoci sa používajú psychologické znalosti a metódy, ktoré majú snahu podporiť vedomie vlastnej osobnosti a identity sprevádzaného človeka;
- práca s citmi, ich prežívaním a usmerňovaním, ktorá pomáha človeku vnímať samého seba a vykonávať samostatné etické a mravné rozhodnutia; - medziľudská služba v duchu viery, ktorá spočíva v pomáhajúcej a solidárnej službe ľuďom v akejkoľvek forme ich utrpenia; snaží sa o mobilizáciu ich vlastných síl.
- každodenná, bedlivá prítomnosť, ktorá sa neprezentuje navonok, ale snaží sa pomáhať každému človeku, aby dokázal prijať svoj život so všetkým čo k nemu patrí, a tak sa snažil žiť plnohodnotný život napriek akýmkoľvek vnútorným či vonkajším obmedzeniam.

Azda prvou úlohou pastoračného poradcu je poukázať na prítomnosť niekoho Iného, ktorý stojí blízko pri každom človeku. Kresťanský pohľad vníma človeka so svoju slobodou rozhodovania i krehkosťou ľudskej podmienenosti, a odhaľuje realitu, že bez Božej milosti je on odkázaný k pádu.

Teologická vízia zdôrazňuje, že Božia milosť a jeho pomoc dovoľia, aby človek dokázal pozitívne zmeniť svoje vzťahy a celý život. Z toho vyplýva, že poradca implicitne hovorí a ukazuje, čo explicitne odhalil a praktizoval Kristus: Boh je niekto, kto chápe, miluje a prijíma ľudskú bytosť.

Postoj pastoračného poradcu preto musí odrážať realitu empatie a prijatie Bohom. Prostredníctvom pastoračného sprevádzania, Cirkev - spoločenstvo veriacich, ukazuje človeku, že nie je opustený vo svojom utrpení, a taktiež sa mu okrem ľudskej, fyzickej prítomnosti ukazuje, že ho neopúšťa ani Boh a je prítomný v jeho živote najmä v ťažkých chvíľach. Z tohto pohľadu, boj v akom sa človek snaží dostať zo svojich ťažkostí, naberá iný, oveľa hlbší - spásanosný význam.





ŠPECIFICKÝ CHARAKTER PASTORÁLNEHO COUNSELINGU

Pastorálny counseling obsahuje jedinečné špecifiká. Na lepšie pochopenie viacerých jej, oblastí budeme sa držať definícií A. Brusca, podľa ktorého pastorálne sprevádzanie :

1. Je to „poslanie-povolanie“ veriacich voči trpiacim, alebo tým, čo to potrebujú pomoc v procese ich ľudského a duchovného rastu. Je to jeden zo spôsobov, ktorými sa kresťania stávajú nástrojom vykupiteľskej Kristovej lásky tým, že reagujú na konkrétne problémy ľudí. Táto činnosť môže byť vykonávaná nielen kňazom (s výnimkou prípadov udeľovania sviatosti zmierenia), ale tiež zasvätenými osobami a laikmi s mandátom komunity byť bližšie k trpiacim;
2. Je to služba vykonávaná v mene celej komunity. Vývoj ekleziológie presadzovanej Druhým vatikánskym koncilom, zdôraznil hodnotu pastoračnej komunity. Aj keby pastorálne sprevádzanie bolo vykonávané jedinou osobou, vytvárala by ona svojou činnosťou nástroj pozornosti a lásky celej komunity. Od pastoračného poradcu sa preto vyžaduje silné zakorenenie v komunite veriacich, ktorej on sám je súčasťou.
3. Je to náboženský proces, ktorým človek zažíva Boha, ktorý vykupuje, lieči, zmieruje a podporuje rast smerom k plnosti života.

Žiadny pastoračný poradca (counselor) nemôže predstierať, že dokáže inšpirovať svojimi postojmi alebo správaním, ako keby sa Duch Svätý zdržiaval v ňom: Duch svätý, ten prebýva v priamom vzťahu medzi osobou a poradcom. Pri začiatku dialógu, osoba, ktorá žiada o pomoc či radu - či je to kresťan alebo nie - ponúka poradcovi možnosť novej prítomnosti Ducha. Púť, ktorú osoba hľadajúca pomoc má prejsť má vždy teologickú podstatu, avšak poradca môže túto púť vysvetliť aj jazykom humanitných či prírodovedných vied. Poradca je teda v pozícii predchodcu, ktorý diskkrétne a postupne pripravuje sprevádzanú osobu na priamy kontakt a pôsobenie Ducha. Ide teda o špecifický charakter mediácie, ktorá preniká všetky aspekty dialógu, nie je závislá na žiadnej technike, ale iba na kresťanskej zrelosti pastoračného poradcu;

4. Má teologický základ, z ktorého čerpá svoju špecifickú identitu. Tento základ môže byť zvyrazňovaný rôznymi spôsobmi v závislosti na požiadavkách, ktoré poradca dostane, aby bol sprevádzanou osobou Duch Pánov správne pochopený a uvedený do praktického života;

5. Má dobre definovanú štruktúru a jasne dané ciele, ktorých úmyslom je vysporiadať sa vo svetle viery s ťažkými udalosťami života. V pastoračnom sprevádzaní riešené problémy sa netýkajú výlučne vzťahu s Bohom, ale zahŕňajú všetky aspekty života. Pastoračný poradca (counselor) pomáha vyrovnať sa so zlyhaním, chorobou, strachom zo smrti a osamelosťou. Číta skúsenosti a situáciu sprevádzanej osoby cez prizmu teológie, a tým môže prispieť k jej rozvoju v chápaní hodnoty spirituality pri životnom bilancovaní;

6. Využíva prostriedky behaviorálnych humánnych vied. Praktická realizácia pastoračného counselingu závisí od duchovnej zrelosti, psychologických zručností a osobnosti poradcu, od jeho schopnosti načúvania, bezvýhradného prijatia i od jeho edukačných postupov. Mnohí autori opisujú pastoračný counseling ako vzťah troch, v ktorom Boh je prítomný ako tretia osoba. Vzťah troch je symbolický znak dialógu, ktorý je hlavným nástrojom sprevádzania. Zvyšuje účinnosť dialógu, pretože takto asistovaná kvalita vzťahu medzi poradcom a osobou sa stáva znakom Božej Lásky.

ŠTÝL PASTORÁLNEHO SPREVÁDZANIA

Štýl pastoračného sprevádzania sa môže prejavovať neformálnym a formálnym spôsobom. Pastoračne neformálne sprevádzanie sa skladá z príležitostných stretnutí alebo zo série neštrukturovaných schôdzok. Veľká časť pastoračnej pomoci sa odohráva na jednom stretnutí (v zdravotníckych zariadeniach, počas schôdzok spojených s udeľovaním sviatostí a pod.). Neformálne pastoračné poradenstvo najmä v prípade aktívneho načúvania povzbudzuje osobu hľadať hlbšie a dlhodobejšie sprevádzanie. Formálne pastoračné sprevádzanie sa líši túžbou veriaceho človeka zapojiť sa do štrukturovaného procesu, v súlade s normami a špeciálnymi metodikami.



PASTORÁLNE SPREVÁDZANIE ZOMIERAJÚCICH

Pastorálne sprevádzanie je zvlášť dôležité na konci života. Starostlivosť o nevyliciteľne chorého a zomierajúceho človeka musí byť úplná, to znamená, že sa musí realizovať vo všetkých rovinách ľudskej existencie: v biologickej, psychologickej, sociálnej a spirituálnej.

Priorita potrieb sa v priebehu ťažkej choroby mení, na začiatku sú prvoradé biologické potreby a v záverečnej fáze života sa do popredia dostávajú aj iné potreby, hlavne spirituálne. Ich riešenie u nevyliciteľne chorých a zomierajúcich má veľmi dôležitú hodnotu. Až donedávna boli tieto spirituálne/duchovné potreby viac-menej tabu.

Dnešný holistický prístup v starostlivosti otvoril nové brány pre široko ponímané duchovné sprevádzanie. Dôležitou súčasťou tohto procesu je uspokojenie duchovných potrieb a zmiernenie fyzického a psychického utrpenia umierajúceho. Duchovná potreba sa týka vzťahu terminálne chorého k transcendentnu v kontexte bolesti, smrti, umierania a ich zmyslu. Sú to otázky viery, nádeje, spásy a zjednotenia sa s Bohom.

Z duchovných tém sa často vyskytuje problém utrpenia, pocit neistoty z niečoho neznámeho (približovanie sa k smrti), úzkosť zo smrti, beznádej, bezmocnosť. Táto duchovná tieseň, definovaná ako stav, pri ktorom má jedinec reálne alebo potenciálne narušenú vieru v systém hodnôt, ktoré mu poskytujú silu, nádej a zmysel života, môže sa prejavovať ako:

- duchovná tieseň – problémy pri zmierovaní sa so stratou milovanej osoby alebo veľké utrpenie
- duchovné odcudzenie – vyčlenenie sa z náboženskej spoločnosti
- duchovná úzkosť – pochybnosti v názoroch či hodnotovom systéme;
- duchovná vina – zlyhanie vo vernosti náboženským pravidlám
- duchovný hnev – problémy s akceptovaním choroby alebo utrpenia
- duchovná strata – problémy s hľadaním pohody v náboženstve
- duchovné zúfalstvo – pocit nezájmu o vlastnú osobu.

Ďalšou dôležitou témou, ktorá je súčasťou pastorálneho sprevádzania zomierajúceho, je problematika odpustenia. Každý človek v takejto situácii potrebuje vedieť, že mu bolo odpustené a má potrebu i sám odpúšťať. Pre veriacich ľudí sa môžu dostať do popredia výčitky zo spáchaných hriechov. Vo finálnej fáze života mnohých ľudí znepokojuje skutočnosť, že zostali niečo dlžní sebe, životu, blíznym či okoliu. Pre každého človeka existuje iný spôsob, ako sa s týmto pocitom viny vyrovnat':

- nájsť v sebe silu a skončiť s nesprávnym konaním, priznať si chybu;
- vinu pomenovať, nič neospravedlňovať (... vedť sa to stalo dávno);
- vinu niekomu vyznať (... ďalšej ľudskej bytosti, dať svojej vine presné tvary);
- zmeniť seba samého a svoj prístup k dotknutej osobe: aj keď nie vždy dôjde aj k zmiereniu, je nevyhnutné, aby došlo k odpusteniu iným a sebe.

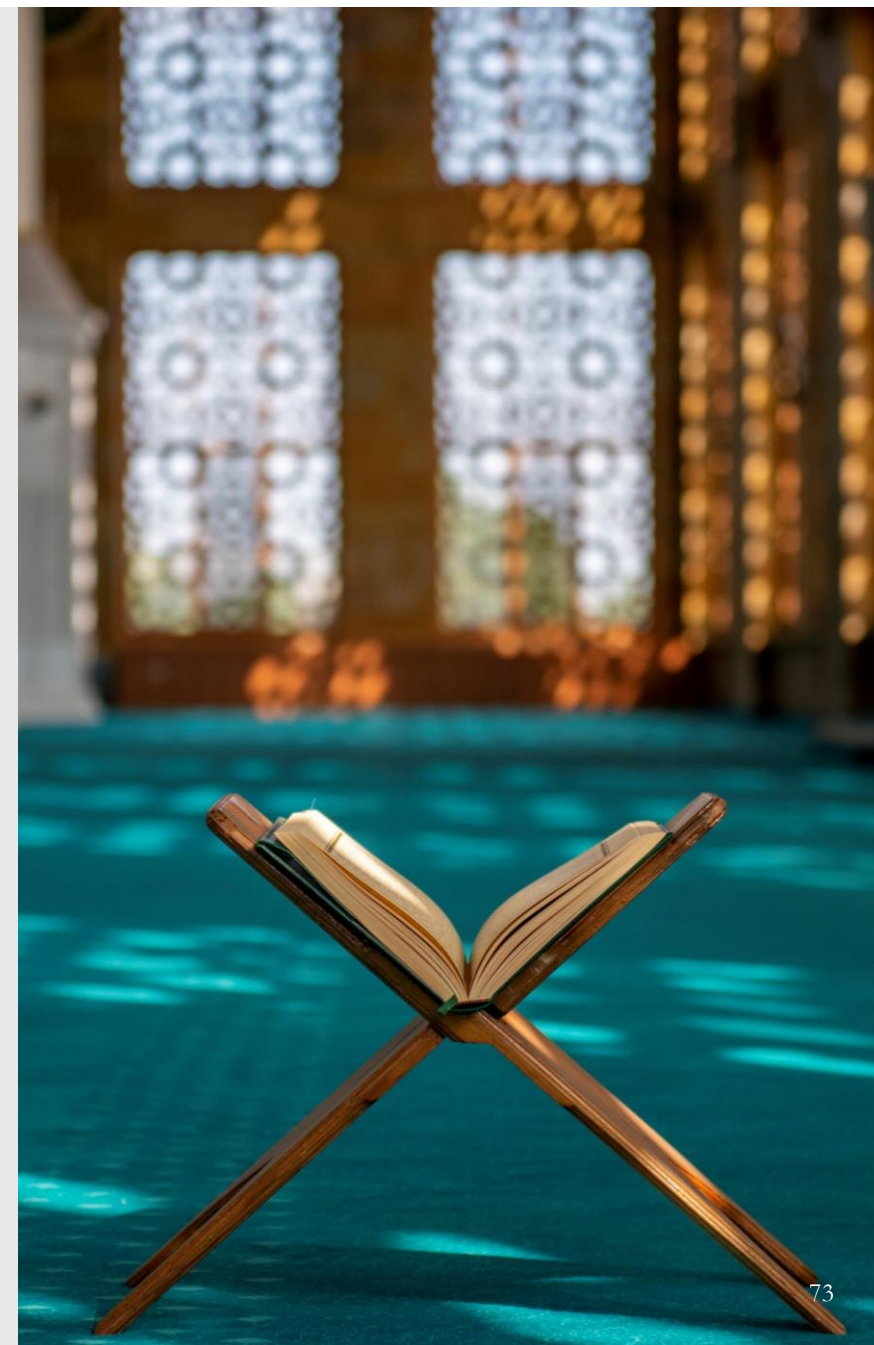
Častokrát sa stáva, že zomierajúci človek obviňuje Boha, že dopustil prítomnosť choroby a zároveň má za obvinenie výčitky svedomia, môže pochybovať o Božej láske, a pritom pociťovať jej potrebu, obviňovať seba za vlastné chyby, odmietat' kontakty s rodinou a účasť na náboženských úkonoch, či naopak, cítiť potrebu stretnúť sa s duchovným vodcom. Niektorí zomierajúci o týchto veciach dokážu hovoriť, iní nie. To však neznamená, že spirituálne otázky nechce riešiť, naopak, často si nevie sám dať rady.

Duchovný rast človeka prebieha väčšinou individuálne na duchovnej úrovni, bez vonkajšej pomoci, a každý uspokojuje svoje duchovné potreby spôsobom, ktorý mu najviac vyhovuje. V terminálnom štádiu ochorenia sa však situácia postupne mení, a preto ide skôr o individuálnu starostlivosť o človeka, ktorý sa ocitol v neštandardnej životnej situácii a potrebuje vonkajšiu asistenciu. Prakticky to znamená umierajúceho človeka duchovne sprevádzať, mať o neho trvalý záujem, dennodenne mu pomáhať vyrovnat' sa so situáciou a prijať fakt konca v duchu kresťanskej lásky. Môže sa to týkať aj ľudí, ktorí nemajú úzke spojenie so svojou cirkvou alebo so spoločenstvom vo viere.

Uspokojovanie duchovných potrieb je súčasťou pastoračnej starostlivosti o chorých. V širšom slova zmysle ju chápeme ako také jednanie s človekom, v ktorom rešpektujeme jeho jedinečnosť, sprevádzame ho v chorobe, utrpení, či umieraní a pomáhame mu zachovať si svoju ľudskú dôstojnosť, zvládať jeho situáciu, vrátane smrti, a to na jemu dostupnej úrovni viery. Pastorálne sprevádzanie môže byť definované ako asistencia a starostlivosť o človeka, ktorý hľadá „duchovno“ a kontakt s vierou v konkrétnom, niekedy veľmi ťažkom, okamihu jeho života. Má taktiež terapeutickú silu: prehĺbuje sebapoznanie, porozumenie vlastnému prežívaniu a svojim pocitom. Vytvára priestor pre nové ponímanie seba samého vo vzťahu k Bohu. Učí počúvať vnútorný hlas – hlas svedomia a zbaviť sa všetkého, čo ho nepodporuje. Umožňuje človeku orientovať sa vo svojej momentálnej situácii a povzbudzuje ho k správnym rozhodnutiam, ktoré považuje za najlepšie v perspektíve na večnosť. Je vedecky dokázané, že vplýva na mentálnu, citovú aj somatickú odpoveď na chorobu, umieranie a smrť.

Pastoračný poradca (counselor) prostredníctvom povzbudenia, usmernenia, rady a modlitby vedie chorú alebo umierajúcu osobu k bližšiemu a autentickému spojeniu s Bohom. Pomáha objasňovať, ako ju vníma a ako miluje Boh, ako vedie a čo od nej očakáva v tomto okamihu života. Svojou prítomnosťou a modlitbou jej pomáha Božiu vôľu rozpoznať a naplňovať. Úlohou toho, kto sprevádza umierajúceho človeka, je poukázať na Boha ako na prioritu. Pripomína mu:

- že Boh ho neopúšťa, ale je s ním v utrpení a súcítí s ním; - že ho Boh chorobou, bolesťou a utrpením netrešťa;
- že je Bohom milovaný aj napriek tomu, že je nedokonalý, pretože nedokonalosť súvisí v pravom zmysle slova s „krehkým človečenstvom“, ktorým ho Boh prirodil, s jeho najvlastnejšou podstatou;
- že Boh miluje človeka a túži po priateľstve s ním, hľadá predovšetkým jeho úprimnosť a otvorenosť, lebo človek sa nedokáže sám spasť skrze dodržiavanie Zákona. „Lebo sme spasení milosťou skrze vieru; a to nie je z nás, je to Boží dar: nie zo skutkov, aby sa nik nevystatoval.“ (porov. Ef 2, 8-9).





Pozeranie zoči-voči smrti nie je ľahké. Každý človek sa do určitej miery bojí smrti. Hlavne pre mladého človeka, ktorý na ňu nie je pripravený, môže byť diagnóza ochorenia v terminálnom štádiu šokom. Mladí ľudia sa problematikou smrti vo vzťahu k sebe samým príliš nezaobierajú a začínajú na ňu myslieť až vtedy, keď sa priblíži ich čas. Viac ako smrti samotnej sa boja spôsobu zomierania. Boja sa strápenia.

Často majú strach, že budú zomierať dlho, v bolestiach, osamotene... Práve v priebehu vážnej choroby, kedy smrti sa už nedá vyhnúť, sa začínajú zapodievať životne dôležitými otázkami o zmysle vlastného života. Sprevádzanie zomierajúcich skôr či neskôr ukáže náš vlastný vzťah so smrťou a vlastným umieraním. Je nevyhnutné, aby sprevádzajúci boli autentickí voči tým, ktorí zomierajú a nechali za sebou každú masku, ktorá predtým slúžila na ukrytie ich skutočných pocitov. Dôležité je si uvedomiť, že ak sa sami bojíme smrti, budeme mať tendenciu vyhýbať sa umierajúcim a izolovať ich od spoločenského kontextu.

Tento postoj sa podstatne protiví ich očakávaniam. Umierajúci má veľkú potrebu naďalej sa cítiť časťou spoločenstva, ku ktorému patril celý život a neprestajne v ňom nachádzať pochopenie a duchovné posilnenie. Duchovná rodina veriacich v týchto zvláštnych chvíľach, ktoré rozhodujú o večnosti, by mala sprevádzať svojho člena láskavou prítomnosťou a kompetentnou pomocou, nezabúdajúc na veľkú hodnotu duchovných nástrojov pomoci (modlitba, sviatosti a duchovné prepojenie s farským spoločenstvom).

Je veľa možností, ako k tomu prispieť. Činorodá láska nájde vždy vhodný čas a spôsob, ako podporovať a sprevádzať umierajúceho človeka v jeho poslednej fáze života, dokáže sprostredkovať pocit bezpečia a duchovej istoty, pomôže sa zmieriť s Bohom a s otázkami transcendentna.

LITERATÚRA

TREBSKI, K.: Pomáhajúci vzťah voči ľuďom so zdravotným postihnutím. In: ŠMIDOVÁ, M.: Perspektívy pomoci ľuďom s postihnutím a ich rodinám, 2. doplnené vydanie. Trnava : Dobrá kniha, 2014.

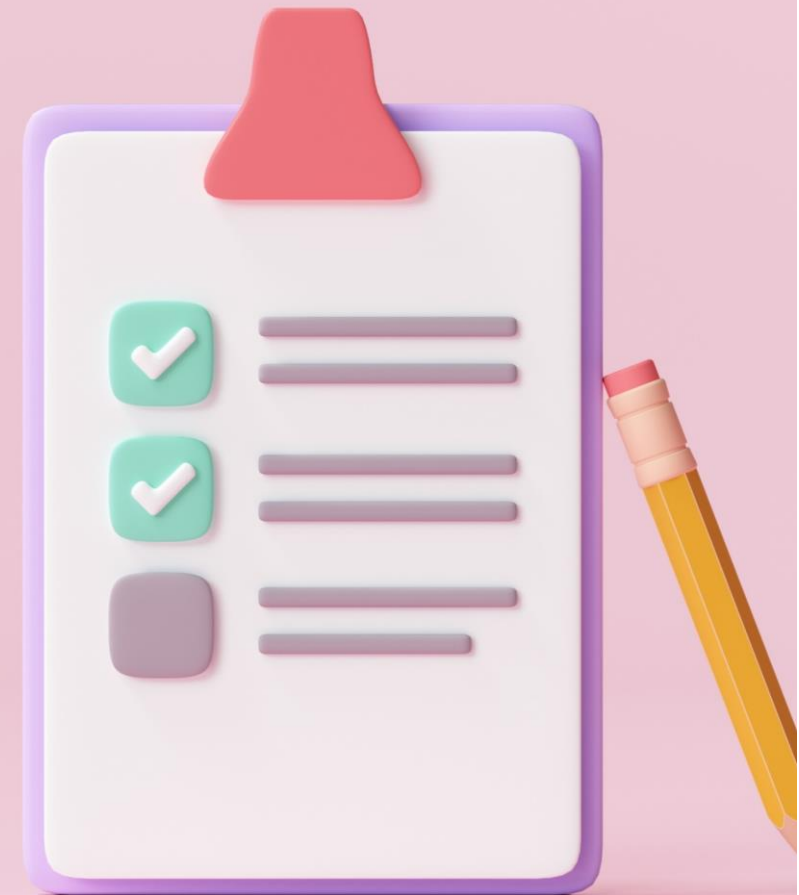
MARTINEK, M. et al.: Praktická teologie pro sociální pracovníky. Praha : JABOK, 2008,

TREBSKI, K.: Counseling ako pomáhajúci vzťah a pastoračné sprevádzanie. Trnava : Dobrá kniha, 2016.

HUDÁKOVÁ, A. – SLANINKOVÁ, J. – TOMAŠČINOVÁ, V.: Aspekty kvality života v terminálnej starostlivosti. In: Molisa 6: medicínsko-ošetrovateľské listy Šariša. Prešov : Prešovská univerzita v Prešove, FNsP J. A. Reimana, 2009

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Kto sú dlhodobo chorí klienti?
2. Aké sú špecifiká práce s dlhodobo chorých klientov?
3. Ako profesia counselora odpovedá na tieto potreby?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.6 SPREVÁDZANIE MLÁDEŽE

ThDr. Ing. Milan Urbančok SDB, PhD.

<https://www.youtube.com/watch?v=G3ir5W8ph5g>

Counseling je jedným z novších príspevkov humanitných vied v oblasti sprevádzania osôb v kontexte ich života a zároveň aj výzvou pre súčasnú pastoráciu, osobitne v oblasti zameranej na dospievajúcich mladých ľudí. Súčasná situácia a aktuálne sociologické a antropologické výskumy nás vedú od všeobecného a abstraktného pohľadu na mládež k tomu, čo je v pastoračnej praxi veľmi podstatné. Jednoducho by sme to mohli priblížiť tým, že tu ide o pozornosť voči dynamickému procesu, ktorý vyznačujú dva póly v živote dospievajúcich mladých ľudí. Jedným z nich je ich vlastná prítomnosť, v ktorej sa odohráva ich vývoj. Je to ich prítomnosť, v ktorej začínajú objavovať svoje nové možnosti a začnú si klásť otázky, ktoré začínajú usmerňovať ich aktivitu a záujem o rast. Druhým pólom je ich budúcnosť, do ktorej môžu úspešne vstúpiť s primerane dosiahnutou zrelosťou. V tejto perspektíve je nesmierne dôležité brať vážne ich prítomnosť so všetkým čo na nich dolieha a čo vo svojej citlivosti prežívajú. Avšak kľúčovým je rovnako i spôsob, ako k nim ako dospelí pristupujeme. Lebo tým vytvárame obraz o ľudskosti, ktorú ponúkame a o ktorú sa delíme. Samozrejme, mohli by sme vo všeobecnej rovine hovoriť o zmene paradigmy pokiaľ ide o pohľad mladých ľudí na život, ale i o zmenu paradigmy v pohľade na podobu prípravy na život. V každom prípade je nám však dnes už jasné, že mnohé otázky o živote dnešných mladých ľudí sa nevyriešia len v rovine schém a teórií, ale skutočne rozhodujúcou sa dnes stáva téma kvality našich vzťahov a vzájomnej komunikácie s mladými ľuďmi. Nádejné riešenia sa začínajú ukazovať vtedy, keď si aj my oslobodíme od predsudkov a rýchlych hodnotení nanovo položíme otázky: akí sú dnes mladí ľudia a čo sa odohráva v ich živote? Na spomenuté otázky sa postupne pozrieme cez optiku counselingu, súčasných perspektív o pastorácii mladých ľudí a cez optiku dnešného pohľadu na sprevádzanie.

Counseling by sme mohli opísať ako profesionálnu činnosť, ktorej cieľom je poskytovať orientáciu a podporovať a rozvíjať potenciál človeka. Tiež podporovať jeho proaktívne postoje a stimulovať schopnosť rozhodovať sa, uvedomovať si sám seba a svoje rozhodnutia. Mladí, dospievajúci ľudia žijú v neistom svete, ich vzťahy sú často vystavené skúškam. Ale mnohí z tých čo by pomoc potrebovali, žiaľ, nevyhľadajú odbornú pomoc a často si ani neuvedomujú, že ju potrebujú. Niektorí ju zasa vyhľadajú až vtedy, keď sa im nepodarilo vyriešiť nejaké závažné problémy a ich život sa stane ťažkým. Counselor pomáha dospievajúcim, aby sa pri vzájomnej komunikácii cítili uvoľnene a sebaisto, najmä tým, že aj sám žije to, o čo sa usiluje. Snaží sa byť úprimný, čestný a rešpektujúci. Vďaka týmto vlastnostiam si bude môcť vytvoriť osobný a autentický vzťah. Pokiaľ ide o prácu s adolescentami counseling nadobúda isté špecifiká.

Tie spočívajú v tom, že counseling s dospievajúcimi je iný najmä preto, že adolescentom musíme ponúknuť osobitný druh vzťahu. Prežívajú obdobie, keď sa stávajú čoraz nezávislejšími, vtedy sa vzťahy s ich rodinou a inými dospelými menia. Treba rešpektovať ich potrebu autonómie. Prístup counselora k dospievajúcemu sa líši tiež od prístupu, ktorý sa používa pri deťoch alebo dospelých. Treba totiž brať do úvahy zrelosť klienta a jeho sebaobraz. V komunikácii sú tiež pre counselora potrebné špeciálne zručnosti a stratégie.

Je veľmi dôležité rešpektovať mladého človeka ako osobnosť, uznávať jeho právo na rozhodovanie o zapojení sa do poradenského procesu a umožniť mu, aby mal skutočný pocit osobnej zodpovednosti za výsledok.

CHARAKTERISTIKA A VÝCHODISKÁ SPREVÁDZANIA MLADÝCH ĽUDÍ PRI COUNSELINGU

Ponajprv by sme mali povedať, že podstata dospievania predstavuje viacrozmerý proces, ktorý zahŕňa postupnú premenu dieťaťa, ktoré sa po dosiahnutí dospelosti stáva novým človekom. Nie vždy si celú komplexnosť pri dospievaní musíme uvedomovať a nie všetky výzvy dospievania generujú ťažkosti. Bežne si väčšinou všímame iba fyziologické zmeny, zmeny v citovej oblasti, otázky v oblasti identity „Kto som, pre koho som tu?“, alebo sociálne výzvy dospievania, očakávania rodičov, alebo morálne a duchovné výzvy. Pokiaľ ide o biologické zmeny, tie v období dospievania ovplyvňujú fyziológiu, sexualitu a afektívnu sféru. Fyziologické zmeny sa objavujú v rôznom veku a postupujú rôznym tempom. V dôsledku toho môže dospievajúci zažívať ťažkosti.

Bežne si väčšinou všímame iba fyziologické zmeny, zmeny v citovej oblasti, otázky v oblasti identity „Kto som, pre koho som tu?“, alebo sociálne výzvy dospievania, očakávania rodičov, alebo morálne a duchovné výzvy. Pokiaľ ide o biologické zmeny, tie v období dospievania ovplyvňujú fyziológiu, sexualitu a afektívnu sféru. Fyziologické zmeny sa objavujú v rôznom veku a postupujú rôznym tempom. V dôsledku toho môže dospievajúci zažívať ťažkosti spojené s rozpakmi, neistotou, trápnosťou a pocitom, že sa odlišuje od rovesníkov, ktorí sa vyvíjajú pomalšie alebo rýchlejšie. Zmeny v afektívnej sfére zase uplatňujú svoj vplyv spolu s ďalšími dôležitými zmenami, ktoré sa objavujú v živote dospievajúceho a ktoré ovplyvňujú sociálne vzťahy, presvedčenia, postoje a vnímanie seba samého. Zatiaľ čo v tele dospievajúceho prebiehajú rôzne biologické premeny, dochádza aj k iným premenám, ktoré ovplyvňujú kognitívnu oblasť. Dospievajúci rozvíja schopnosti abstraktného myslenia, učí sa uvažovať o svojich vzťahových problémoch, zdokonaľuje nové spôsoby spracovania informácií a učí sa myslieť tvorivo a kriticky (Geldard – Geldard, 2009). Dospievajúci sú často egocentrickí. Táto vlastnosť sa začína rozvíjať na začiatku dospievania a výraznejšie sa prejavuje v strednom a poslednom období. Niekedy sa dospievajúci v tomto veku domnievajú, že ich všetci pozorujú, akoby boli na javisku. Preto sa môže stať, že "vystupujú" tak, že zaujmú určité pózy alebo správanie, aby upútali pozornosť. Spolu s pocitom jedinečnosti alebo individualizácie sa u nich rozvíja aj schopnosť kriticky uvažovať o iných ľuďoch a medziľudských vzťahoch. Biologické a kognitívne zmeny nepredstavujú výzvu len samy osebe, ale majú aj dôležité dôsledky pre psychologické fungovanie. Dospievajúci má za úlohu vytvoriť si jedinečnú, individuálnu osobnú identitu. Počas rozvoja vedomého pocitu individuálnej identity sa však dospievajúci bude zároveň nevedome snažiť zachovať kontinuitu svojho osobného charakteru. Ako sa časom vyvíja osobná identita, dospievajúci dozrieva a blíži sa k dospelosti. Množstvo týchto faktorov kladie pre adolescenta neustále výzvy, ktoré ho včleňujú do dynamiky celého procesu dospievania, počas ktorého sa hľadá, nachádza a znovu stráca sám seba, aby o sebe objavil ešte viac.

Je to ako preplávať z jedného brehu na druhý, pričom ten východzí je svet slobody a istoty, ktorú vytvára prostredie rodiny. Ten druhý breh je svet slobody a neistoty, ktorý si začína mladý človek svojimi voľbami neraz aj experimentami tvoriť ako prostredie pevných hodnôt, na ktorých začína budovať svoje nové vzťahy, sny a budúcnosť. Je to pre neho isté 23 dobrodružstvo, ale aj zatŕžkavacia skúška na jeho schopnosť vyrovnat' sa s výzvami dospievania. Tento prechod nezačína na zelenej lúke.

Každý má svoj vlastný príbeh. V ňom sa konfrontuje s vplyvom skúseností z detstva. Tu sa môžu vynoriť problémy spojené s prvými putami, vplyv nevhodného správania rodičov, alebo dokonca dôsledky zneužívania, dôsledky traumy alebo genetické faktory. Potom sú tu rôzne stresové faktory prostredia. Môžu pochádzať z rodinného prostredia, neraz ich zdrojom je školské prostredie, pracovné prostredie, meniace sa vzťahy, problémy súvisiace so sexualitou, sociálno-ekonomické tlaky a neskôr aj obava z nezamestnanosti.

Niekedy sa v týchto procesoch môžu začať rozvíjať aj psychopatologické problémy, ktoré už potrebujú riešenie u odborníka. Najčastejšie sú to depresia, úzkostné poruchy, samovražedné myšlienky a správanie, alebo prvé príznaky psychózy, prípadne post traumatická stresová porucha. Aby sme mohli dospievajúcim účinne pomáhať, musíme pochopiť podstatu dospievania a s ním spojené vývinové procesy. Použiť vhodnú poradenskú metódu a zvoliť adekvátne komunikačné metódy. Pravdepodobne najdôležitejšou psychologickou úlohou, pred ktorou dospievajúci stojí, je formovanie osobnej identity. Osobná identita sa podľa rôznych autorov môže modifikovať prostredníctvom zvyšovania sebauvedomenia a v životnom cykle existujú určité kritické momenty, ako je napríklad obdobie dospievania, keď je zameranie na seba a proces formovania identity intenzívny. Kým dieťa je blízke svojim rodičom a rodine, dospievajúci sa presúva do priestoru nových vzťahov a stáva sa z neho samostatná osobnosť. Inými slovami, dochádza k individualizácii.

Proces vytvárania osobnej identity a dosahovania individualizácie má rôzne sociálne dôsledky. Dospievajúci si môže budovať svoj koncept seba samého len v kontexte vzťahov s inými ľuďmi, ale zároveň sa snaží dosiahnuť aj stav separácie prostredníctvom hraníc. Proces socializácie dospievajúceho je teda založený na rovnováhe medzi identifikáciou a formovaním osobnej identity na jednej strane a integráciou do spoločnosti na strane druhej. Ak sa táto rovnováha nedosiahne, dospievajúci pravdepodobne prechádza osobnými krízami, pri ktorých môže byť vhodné poradenstvo (Geldard – Geldard, 2009). Dospievanie je jednoznačne obdobím zmien a kríz, ktoré môžu niektorí zvládnuť adaptívne, zatiaľ čo pre iných predstavuje riziko nežiadúcich psychologických, sociálnych a emocionálnych dôsledkov. Hlavným cieľom dospievania je prechod z detstva do dospelosti a dospievajúci sa s ním musia vyrovnat', pričom musia zvládnuť celý rad náročných biologických, psychologických a sociálnych zmien. Okrem toho jeho schopnosť úspešne dosiahnuť dospelosť tým, že sa bez ujmy vymaní z náročných prechodov v dospievaní, ovplyvnia aj zážitky z detstva, stresy a riziká na ktorých sa podieľa prostredie (Geldard – Geldard, 2009).



Vo všeobecnosti by sme mohli povedať, že každý človek zažíva rušivú silu túžby pochopiť a porozumieť sebe samému a to ho núti podniknúť dôležité životné cesty, na ktorých zostupuje stále hlbšie do hĺbín svojej identity; otvára svoje srdce novým priestorom na plnší život a vníma čas už nielen ako jednoduché skenovanie okamihov, ktoré nasledujú jeden za druhým, ale získava novú skúsenosť o čase. Je to nová skúsenosť, že čas sa nemeria iba efektívnosťou a rýchlosťou. Skúsenosť, že spomalenie, zastavenie sa, je základnou podmienkou prežívania krásnych zážitkov a uskutočňovania zmysluplných stretnutí. Skúsenosť, že jediný spôsob, ako pochopiť seba samého, je prijať výzvu ísť na stretnutie s inými, ktorí nás oslovia menom, ktorí vyslovia naše meno, nechať ich, aby nám zo zvláštnosti svojej perspektívy povedali, kto sme. Cestu sebapoznávania charakterizujú krehké kroky na horizonte hľadania zmyslu: potreba rozlišovania, potreba opustiť známe cesty, nadšenie zažiť nové, hľadanie spoločníka na ceste (Semeraro - Soreca, 2016). Údiv a úzkosť hľadania, šírka možností, ktoré sa otvárajú na obzore, prítomnosť otázok, ktoré sa usádzajú v duši tých, ktorí sa vydávajú na dobrodružstvo rastu, naznačujú začiatok osobného putovania. Bez neistoty takéhoto existenciálneho stavu by nebolo možné urobiť žiadnu zmenu, človek by nikdy neopustil bezpečné územia predchádzajúcich istôt. A Marcello Semeraro dodáva, že „tí, ktorí začínajú dobrodružstvo rastu, tí, ktorí vytrvajú v nepredvídateľnosti tejto cesty bez toho, aby sa vzdali, majú veľkú túžbu po živote. A keď stretnú sprievodcov schopných počúvať bez moralizovania a predsudkov, ochotných byť spoločníkmi na ceste, ich hľadanie zmyslu života a hľadanie nekonečna sa rozhorí v celej svojej nesmiernosti a obnovujúcej sile.“ (Semeraro - Soreca, 2016).



CHARAKTERISTIKA A SÚČASNÉ PASTORAČNÉ PERSPEKTÍVY ZAMERANÉ NA MLÁDEŽ

Pokiaľ ide o sprevádzanie mladých ľudí pápež František nám v Christus vivit píše, že „Mládež nie je predmet, ktorý možno analyzovať abstraktným spôsobom. V skutočnosti nejedná sa o „mládež“, jedná sa o mladých ľudí s ich konkrétnym životom,“ /CV 71/ a vyzýva nás k širšiemu prístupu k realite mladých ľudí, najmä načúvať im, aby sme boli schopní zachytiť konkrétnosť ich existencie. Dnešné pastoračné perspektívy sústredené na mladých ľudí (opäť sa odvoláme na pápeža Františka) predstavujú posolstvo pre tých, ktorí prežívajú tú fázu života, ktorá je špecificky poznačená rastom a dozrievaním a teda uskutočňovaním voľby a rozhodovania... V skutočnosti tu ide o proces, ktorý by sme nemali ponechať bokom, bez povšimnutia.

Mladosť je čas „veľkodušného dávania, úprimnej obety, (CV, č. 108), „vzácný“ čas snov a rozhodnutí, čas „nepokoja“ (CV, č. 138), ale aj čas „riskovania“ (porov. CV, č. 143), poznačený „silnou túžbou žiť prítomnosť, čo najlepšie“ (CV, č. 144). A potom je to aj o svete nás dospelých – aký obraz „ľudskosti ponúkame“ – aké je naše poslanstvo. Keď sa Rosano Sala v knihe *Pastorácia mládeže* so svojím tímom zamýšľa nad teologicko – pastoračnými kritériami pre službu mladým ľuďom, vyberá si témy, ktoré považuje za osobitne prínosné v tom, aby prepojili teóriu a prax. Pomocou nich sa snaží vyjadriť inšpiratívne a charakteristické prvky tejto služby. Tieto majú podľa neho podobnú funkciu ako korenie v dobrej kuchyni, kde hoci neraz stačí pridať iba malé množstvo, ono dodáva chuť a arómu všetkému. Spomenutú metaforu môžeme aplikovať aj na to: čím sme a čo robíme. V tejto línii sa zastavíme pri piatich prvkoch (Sala, 2017).



BLÍZKOSŤ

Obraz a obsah tohto termínu je hlboko spojený s príbehom o samaritánovi, ako ho vyrozpráva Lukášovo evanjelium. Tu badáme ako sa blízkosť spája s prijatím. Uvedomujeme si ako nás blízkosť oslovuje, ale i to, že sa v nej konkretizuje realizmus vtelenia. Toto kritérium do centra služby mladým kladie blízkosť, zdieľanie a plnú solidaritu. Podľa pápeža Františka „blízkosť a stretnutie“, dve pastoračné kategórie, ktoré vyplývajú zo samotnej originality evanjelia, predstavujú spôsob, akým sa Boh zjavil v dejinách. Sú stelesnením Boha, ktorý je blízko svojmu ľudu. Avšak upozorňuje, že existuje aj "vzdialená" pastorácia, disciplinárna pastorácia, ktorá uprednostňuje zásady, správanie, organizačné postupy... samozrejme bez blízkosti, bez nehy, bez pohladenia, keď sa ignoruje "revolúcia nežnosti", ktorú vyvolalo vtelenie Slova (Francesco, 2013). Spomenutá blízkosť má podobu dialógu a utvára kultúru stretnutia. Z tejto perspektívy vnímame každodenný život ako vhodné miesto na stretnutie s Bohom a príležitosť na odhalenie pravej Božej tváre v Ježišovej ľudskosti (Sala, 2017).

UČENÍCTVO

Pohľad cez túto kategóriu nám umožní vidieť nielen „rytmus“ kresťanského života, ale aj to, že samotný text evanjelia keď hovorí o ceste prvých učeníkov nenakreslí tu lineárny obraz cesty bez zákrut. Skôr tu vystúpi do popredia tá skutočnosť, že hoci máme pred očami istú drámu udalostí kde sa striedajú vzostupy a pády, nadšenie a zrada, skúsenosť opovrhovania i úcty voči milovanému učiteľovi – táto cesta ich privedie k tomu, že si nadovšetko budú vážiť dar priateľstva so svojim Pánom (Martini – Vangeli, 2016), Ide tu o obraz i skúsenosť, že máme pred sebou dynamický a mnohotvárnny pojem s pestrou paletou intenzity a vyjadrenia. Učenie teda nie je možné pochopiť ako statický pojem alebo šablónu. V jeho centre je totiž skôr prežívanie vzťahu priateľstva, ktoré je schopné zjednotiť život, ktorý sa rozvíja medzi konfliktmi a protikladmi.



POVOLANIE

Táto kategória sa spája s témou identity v teologickom i antropologickom význame. V tomto zmysle je povzbudením rozvíjať dialóg otvárajúci cestu do hĺbín pred sebou samým i v Božej prítomnosti. Koľkokrát sa napriek tomu, že sa usilujeme naplňať svoj život, vynára otázka „Kto vlastne som?“ a „pre koho tu som?“ (František, 2019). Pre sv. Augustína povolanie je skúsenosťou nepokoja, ktorý odhaľuje našu identitu a privádza nás k Bohu.

Pápež František to v rozhovore s Antoniom Spadarom veľmi trefne poznamenáva: „Ak má človek odpovede na všetky otázky, potom je to dôkaz, že Boh nie je s ním. Znamená to, že je falošným prorokom, ktorý používa náboženstvo pre seba. [...] Rizikom pri hľadaní a nachádzaní Boha vo všetkých veciach je preto túžba urobiť veci príliš jednoznačnými, povedať s ľudskou istotou a aroganciou: "Boh je tu". Našli by sme len Boha na našu mieru. Správny postoj je augustínovský: hľadať Boha, aby sme ho našli, a nájsť ho, aby sme ho stále hľadali.“ (Francesco - Spadaro, 2017).

Toto hľadanie privádza k poznaniu nového mena, ktoré spozná len ten, kto ho prijíma (porov. Sk 2,17) a v tomto zmysle personalizácia existencie tak dosahuje svoje vrcholné naplnenie. Dar seba samého Ak sme naznačili, že kritérium blízkosti je nevyhnutné, samo osebe však nestačí na to, aby nám vysvetlilo celé kresťanské špecifikum, pretože Božie zjavenie je rozhodujúcim spôsobom utvárané Božím sebadarováním.

Darovanie sa Boha vytvára jeho podstatný obsah a Ježišovo sebadarovanie je zároveň jadrom kresťanskej viery (Benedikt XV., 2005). Príbeh jeho darovania môžeme jednoducho interpretovať tým, že je stále pripravený nielen byť s mladými, alebo odovzdávať dobrú zvesť, ale aj darovať svoj život za nich (Sala, 2017). Uvedená perspektíva ponúka hĺbku i obsah pastoračnej činnosti a orientuje na budovanie spoločenstva. Blízkosť otvára cestu budovaniu spoločenstva tým, že prechádza praxou darovania sa. Blízkosť a darovanie sa sú v kresťanstve prepojené a orientujú k spoločenstvu.



BLAHOSLAVENSTVÁ

Súčasnú, najmä západnú spoločnosť možno aj keď s istým zjednodušením charakterizovať ako spoločnosť, ktorá buduje „svoj sen o slobode prostredníctvom stratégie a kultúry práva“. Tento prvok je iste veľkým výdobytkom modernej spoločnosti, no má aj svoje zraniteľné miesta a preto je dôležité neustále vyvíjať aktívne úsilie, aby sa neoslabil ľudský charakter súčasnej podoby nášho života. Blahoslavenstvá nie sú len krásnym etickým programom, ktorý Majster odovzdá svojim učeníkom; sú Ježišovým autoportrétom. Sú ponukou alternatívy života a formou, s ktorou sa stotožňuje aktívne i pasívne. Je to alternatíva, ktorá nestavia na logike odmeňovania, vzájomne výhodnej výmeny a obchodu, prípadne na logike moci založenej na podriadení a ovládaní druhého. Táto ponuka tu obsahuje aj ponuku stotožnenia sa Druhým, ktorý trpí a je vystavený tyranii moci. Ježiš tu vystupuje pred naše oči nielen ako „vtelené Slovo, syn Boha a človeka, ale aj ako vtelenie bolestnej odlišnosti, ktorá postihuje ľudský stav v jeho krajných situáciách“ (Barcellona, 2010). Blahoslavenstvá v spôsobe ako ich Ježiš žije a ohlasuje sú radikálnou kritikou vôle k moci a perspektíva, ktorú inauguruje Ježišova existencia medzi nami, robí tu a teraz funkčným možný obrat v chápaní individuálneho a spoločného života vychádzajúc z postojov, ktoré definujú nové stvorenie. Na stretnutí s mladými ľuďmi v Rio de Janeiro sa pápež František obrátil na nich s prosbou: „Prečítajte si blahoslavenstvá, tie vám pomôžu“ (Francesco, 2013). Spoločenstvo Podľa Giuseppe Colomba je hlavnou ekleziologickou akvizíciou Druhého vatikánskeho koncilu predstavenie Cirkvi ako "Božieho ľudu" (Colombo, 1998), ktorá jediná je schopná prekonať hierarchickú víziu ekleziológie, ktorá tak dlho dominovala v sebaepochopení samotnej Cirkvi. Táto „ekleziológia spoločenstva je aj ústrednou a základnou koncepciou koncilových dokumentov“ (Theobald, 2011), ako to potvrdila aj synoda z roku 1985. Realizácia tejto myšlienky dnes nadobúda novú potrebu aktualizácie. Cirkev chce budovať svedectvo tvorivého spoločenstva, ktoré je plodnou spolupráťou všetkých hierarchických a charizmatických povolaní. Bez rozvíjania a svedectva spoločenstva sa učeníci Krista nestali „soľou zeme a svetlom sveta“ (porov. Mt 5,14). Žiť spiritualitu spoločenstva znamená žiť duchovnú cestu t. j. snahu napredovať a rásť. V logike tejto spirituality sme pozvaní zamerať sa skôr na kvalitu toho, čo robíme, než na kvantitu.



Pri pastoračnom sprevádzaní dospievajúcich je dôležité venovať pozornosť počúvaniu, prijatiu, ale i „zaužívaným“ a často „kopírovaným“ štruktúrovaným myšlienkam, ktoré ovplyvňujú dospievajúcich. Neraz opustenie týchto schém predstavuje prvý dôležitý krok od detských spôsobov smerom k dospelému postoju. Celý proces poradenstva, ale aj sprevádzania musí zohľadňovať vývojový proces mladého človeka. Možnosti counselingu pri sprevádzaní adolescentov sa osobitne odкрývajú keď poskytuje orientáciu a podporuje a rozvíja potenciál mladého človeka. Dospievajúci sú v priebehu poradenstva často nepokojní a neistí. Counselorovi zvyčajne nestačí byť tichým poslucháčom: musí byť schopný aktívne a dynamicky zapojiť dospievajúceho do procesu vlastného rastu. Lebo ten má tendenciu ľahko podliehať nude a byť netrpezlivý. Preto je vhodné spontánne správanie counselora spojené s tvorivosťou a proces musí byť aktívnejší ako pri dospelých. Je dôležité, aby bol counselor tvorivý a ešte dôležitejšie je, aby bol pohotový, flexibilný a pripravený využiť príležitosti, ktoré sa mu ponúkajú. Všetci sme krehké bytosti. Znakom zrelosti je vedieť krehkosť prijať a integrovať ju do svojho života spolu aj so svojimi osobnými darmi. Pravdou je, že vždy to ide ľahšie, keď nie sme na to iba sami. Preto čas, blízkosť a skúsenosti, ktoré adolescentom ponúkame counselingom a sprevádzaním predstavujú významnú pomoc pre tých, čo si svoje miesto v živote hľadajú a svoju budúcnosť si ešte len pripravujú. Okrem toho je to skutočné gesto ľudskosti a veľký dar.

LITERATÚRA

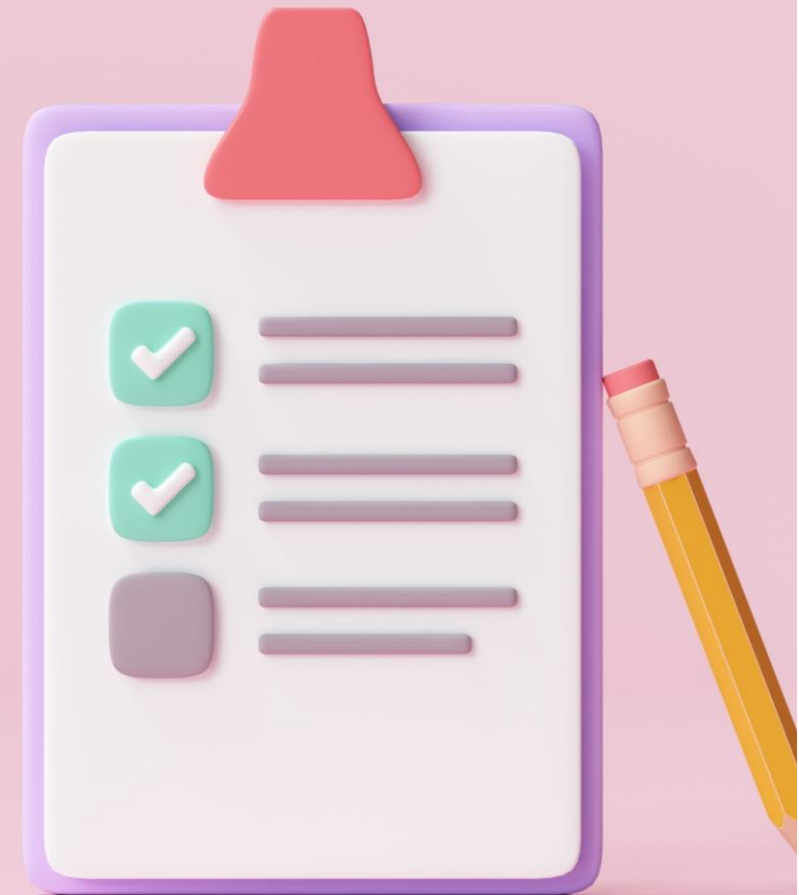
GELDARD, K. e GELDARD, D.: Il counseling agli adolescenti. Strategie e abilità, Trento: Erickson, 2009. 330s. ISBN: 978-88-6137-386-0.

SALA, R. (con BOZZOLO A., CARELLI R. e P. ZINI): Pastorale Giovanile 1, EVANGELIZZAZIONE E EDUCAZIONE DEI GIOVANI Un percorso teorico-pratico, Roma: LAS, 2017, 448s. ISBN: 978-88-213-1290-8.

SEMERARO, M. – SORECA, S.: Accompagnare è generare, Bologna: EDB, 2016, 80s. EAN: 9788810121177, 80s. ISBN: e-book: 978-88-10-962022.

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké sú potreby a charakteristiky mladých dospelých?
2. V čom spočíva úloha pastorálneho counselora pri sprevádzaní mladých?
3. Ako môže pastorálny counseling pomôcť mladým ľuďom?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.7 SEBAROZVOJ

A

SUPERVÍZIA

PhDr. Renáta Jamborová SSS, PhD.

https://www.youtube.com/watch?v=FyHq_TTgpD0&t=25s

HISTORICKÝ NÁČRT SUPERVÍZIE NA SLOVENSKU A PREPOJENIE NA COUNSELING

Prvé náznaky formovania systematickej, profesionálnej supervízie nachádzame v 70- rokoch bývalého Československa, kedy sa začali zavádzať výcviky v psychoterapii. V osemdesiatych rokoch nastal zjavný rozkvet supervízie aj na Slovensku. Pomocou českých kolegov sa začalo rozvíjať hnutie bálintovskej supervízie, v oblasti poradenstva najmä systém predmanželského a manželského poradenstva. V 90. rokoch nastáva viditeľný posun v oblasti vzdelávania v sociálnej práci. Sociálna práca opustila administratívno-byrokratický prístup, centrom záujmu sa stal človek, rodina, sociálna skupina, komunita, formalizuje sa školský systém a vzniká odbor sociálnej práce na univerzitách. V roku 1999 na podnet nemecko - slovenskej pracovnej skupiny pre vzdelávanie sociálnych pracovníkov v spolupráci s MPSVaR bol podporený projekt odbornej prípravy supervízorov. Hlavnými aktérmi prípravy supervízie boli Martin Scherpner, Ján Gabura, Milan Schavel. V rámci tohto medzinárodného projektu boli vytvorené základné piliere a obsah vzdelávania v supervízii. Supervízia v sociálnej práci vychádza z potreby zvyšovania kvalifikácie profesionálnej činnosti. Preniká do všetkých oblastí komerčného aj profesionálneho života. Rozvíja sa nielen v oblasti sociálnej práce, ale aj v oblasti predaja, vízie organizácie, marketingu, spojená s efektivitou dopytu a kvality služieb. V súčasnosti sa na výkon supervízie pripravujú kvalifikovaní supervízori prostredníctvom akreditovaného vzdelávacieho výcviku.

Counseling ako nástroj pomoci vedenia a sprevádzania ľudí v rámci pomáhajúcich humanitných profesií si vyžaduje rovnako sprevádzanie a konzultácie s odborníkom a kvalite svojej práce, intervenčných postupoch, revidovanie pracovného vzťahu a procesu s klientom. Preto supervízia a counseling prichádzajú ako nevyhnutné prepojené pre efektivitu a profesionálne vykonávanú prácu counselora, stabilitu jeho osoby ale aj profesionálne poskytované služby.

SUPERVÍZIA:

- podporuje alternatívne možnosti riešenia
- podporuje využívanie účinných metód
- zaručuje zvyšovanie profesionálnej kompetencie
- chráni klienta pred nekompetentnými intervenciami poradcu
- vedie ku korigovaniu neefektívnych prístupov
- je prevenciou syndrómu vyhorenia



PRÍPRAVA SUPERVÍZORA

Supervízor by sa mal pripraviť na stretnutie /napr. čítaním záznamu, oboznámením sa s prípadom, alebo pripomenúť si predchádzajúce stretnutie/

Supervízor by mal pripraviť miesto na stretnutie s minimálnymi rušivými vplyvmi.

- Byť pripravený ponúknuť pravidelné intervaly stretania /týždenne, mesačne, štvrťročne/.
- Vyjasnenie hraníc medzi supervízorom a supervidovanými - pracovné spojenectvo
- Dôvernosc – vymedziť a vyjasniť, čo znamená dôvera, prehrávanie nahrávok, nakladanie s materiálmi o informáciách.
- Vyjasniť vzájomné predstavy a očakávania
- Podeliť sa o nádeje a obavy...
- Potrebná úcta, reflektovanie, neustála kontrola a supervidovanie vzťahu.

PROCES SUPERVÍZNEHO STRETNUTIA

V rámci supervízneho stretnutia môže supervízor pracovať viacerými štýlmi, využívať model, ktorý je mu blízky profesne aj zručnosťami. Dôležité je, aby supervízor pracoval v modeli, ktorý si zvolí a v ktorom sa cíti ukotvený. Uvádzame niektoré zo štýlov a modelov supervízie.

SUPERVÍZNE ŠTÝLY

✓ Rogerovský štýl,
humanistického
charakteru, alebo využitie
na osobu zameraného
prístupu v supervízii

✓ Psychoanalytický štýl
(psychodynamický štýl)

✓ Behaviorálny štýl,
kognitívno – behaviorálny
prístup v supervízii

✓ Supervízia s využitím
gestalterapie

✓ Supervízia s využitím
transakčnej analýzy

✓ Systematický prístup v
supervízii

✓ Naratívny prístup v
supervízii

✓ Prístup zameraný na
úlohy

✓ Na riešenie orientovaný
prístup

✓ Eklektický prístup v
supervízii

Osobnosť supervízora je kľúčovou a zásadnou ingredienciou práce a vzájomného vzťahu aj kontraktu counselora aj supervízora. Spôsob ako supervízor vystupuje v rámci vedenia, alebo otvorenosti ku counselingu, určuje kvalitu výsledku a úroveň rastu, obidvoch strán. OSOBNOSŤ pochádza z latinského slova „Persona“, z anglického „personality“. Je to osobitné spojenie duševných a telesných vlastností človeka, ktoré sa utvárajú v priebehu individuálneho vývoja a prejavujú sa v spoločenských vzťahoch.

Osobnosť v spojení s prostredím vytvára štrukturovaný celok, pri formovaní ktorého majú dôležitú úlohu biologické, sociálne aj výchovné činitele. V rámci charakteristiky osobnosti môžeme hovoriť o vnútorných a vonkajších charakteristikách. Vnútorné charakteristiky – sa prejavujú prostredníctvom konania človeka, jeho písomných aj slovných prejavov. Patria sem hlavne dispozície, ako pripravenosť človeka, pohotovosť odpovedať, či konať v danej situácii. K vnútorným charakteristikám patria: črty, schopnosti, motívy, procesy. Vonkajšie charakteristiky – patria k nim naše odpovede, reakcie, konanie. Vlastnosti osobnosti - zvyčajne vymedzujú našu stránku ustáleného správania, jednotlivca v určitých situáciách. Keď hovoríme o vlastnostiach zvyčajne hovoríme o tom, že je človek usilovný, čestný, zodpovedný, kreatívny, tvorivý a pod.

Skutočnosť, že človek ako osobnosť sa vyznačuje širokou viac-dimenzionálnou štruktúrou nás vedie k veľmi komplexnému a integratívnemu prístupu. V psychológii sa často stretávame s prístupmi, ktoré delia osobnosť horizontálne a vertikálne. Štrukturálny prístup naznačuje, že osobnosť sa chápe ako niečo stabilné, relatívne pretrvávajúce. Neznamená to však, že človek sa počas svojho života nemôže meniť, hlavne v oblasti správania, postojov či motívov. Osobnostné kvality supervízora by mali preukazovať vysoký stupeň osobnej zrelosti, jasne ukotvené hranice, schopnosť vlastnej reflexie, zachytávať a identifikovať vlastné prenosy a protiprenosy. Pracovať s osobnou kongruenciou, rozvíjať profesionálne zručnosti - ktoré podporujú v klientovi, counselorovi pocit bezpečia, istoty a nádeje.





Nie menej dôležitým aspektom stretnutia v supervízii je aj samotný klient v našom prípade counselor. Je to tiež profesionál na svojej úrovni, neustále sa vzdelávajúci, empatický humanitne zameraný. Je tiež kľúčové s akým postojom ja ako supervízor vnímam svojho klienta counselora. V západnej kultúre je v posledných desaťročiach veľmi zdôrazňovaná téma postojov ku klientom. Klient nie je považovaný za objekt pomoci a starostlivosti, ale je subjektom. Ten, kto poskytuje pomoc, má teda s tým, kto pomoc prijíma, utvorený vzťah ako subjekt – subjekt, partner – partner. Podstatou týchto terminologických posunov je myšlienkový posun vo vnímaní klienta. Ak ku tomu ešte pridružíme sústredenie obsahu psycho – sociálneho na „rozvoj aktívneho a aktivizujúceho úsilia, s aktivizáciou vnútorných intrapsychických kvalít jednotlivca“, stáva sa klient subjektom, ktorý má vlastný postoj, názor, možnosti, potenciál, jedinečnosť. V takomto prostredí, postoji a prístupe môže byť counselor ako klient akceptovaný, hodný úcty, a skutočné dobrého pracovného spojenectva. Má vytvorené všetky predpoklady na to, aby pri zodpovedajúcej podpore mobilizoval svoju tvorivosť a aktivitu na riešenie svojich problémov smerom k svojmu cieľu, odhalil svoje intrapsychické konflikty, ktoré ho brzdia, alebo bránia v jeho práci so svojimi klientami. Counselor, je vlastne v pozícii pomáhajúcej profesie a podporuje klienta, aby našiel samého seba, pomenoval svoje potreby a odvážil sa uvažovať o možnostiach vlastnej sebarealizácie, integrácie a nových náhľadov na seba a svoj život. Podľa Krupu (2003) je človek subjektom a jedinečným preto, lebo:

- ✓ lebo je nositeľom ľudského života, vedomia, bytia;
- ✓ lebo sa rôznym spôsobom a na rôznej úrovni prejavuje ako vnímajúca, chápaná, premýšľajúca bytosť
- ✓ lebo rôznym spôsobom a na rôznej úrovni je v interakcii so sociálnym prostredím
- ✓ lebo si vytvára vzťah, vzťahy a zodpovednosť k sociálnemu prostrediu, v ktorom žije.

Ďalším dôležitým aspektom pri práci supervízora a klienta je aj etika a etický kódex. Každá práca s človekom musí vychádzať z istých etických zásad, ktoré sú vo väčšine prípadov obsiahnuté v etických kódexoch. Etický kódex profesie má ambíciu vyjadriť úplnosť etických záväzkov a zväčša vypovedá o povinnostiach jednotlivých odborníkov. Etický kódex (lat. Codex – kniha) je zbierkou, v tomto prípade morálnych noriem, ktoré odrážajú morálne požiadavky, už predtým živelne vytvorené vedomím spoločnosti. Etika supervízie v sociálnej práci vychádza z poslania profesionality sociálnych pracovníkov, a teda nadväzuje na etický kódex sociálneho pracovníka. Etický kódex obsahuje všeobecné ustanovenia etického správania sa ku každému jednotlivému klientovi, sociálnemu prostrediu i vlastnej profesii.

Sociálny pracovník, v súlade s ním, dodržiava a presadzuje princípy sociálnej práce, hodnoty a metodiku profesie. Je si vedomý profesionálnych a osobných obmedzení. Podnecuje k využívaniu všetkých vedomostí a skúseností. Identifikuje a interpretuje úlohy profesionálnej sociálnej práce. Vo vzťahu ku klientom, akcent kladie na klienta takého aký je, so zachovaním jeho práva a vzťahu vzájomnej dôvery, pričom sociálny pracovník musí uznávať a rešpektovať rozdiely medzi klientami. Kontakt s klientom nie je iba otázka etická, zachádzame ďalej, ak rozmyšľame o následkoch nerovného vzťahu v práci s klientom. Čo ak pracovník pomáhajúcej profesie považuje klienta za nesamostatnú bytosť neschopnú postaviť sa na vlastné nohy, za človeka bez potenciálu sebarozvoja, bez schopnosti viesť vlastný život... Takýto supervízor či counselor, nielenže nevníma svet klientov pozitívne, ale predovšetkým svojím postojom a konaním poškodzuje klienta v tom, že mu prejavuje menej, alebo viac, otvorene vzájomnú „nerovnosť“, a tým prispieva i k sťaženiu klientovho pozitívneho rozvoja a rastu. V ponímaní pomáhajúcej profesii to môže dospieť k tomu, že klient, ktorý je vo svojom živote a ťažkej životnej situácii, sa dostáva do ešte ťažšej situácie. Naopak, skutočnou pomocou je podpora iného človeka – v danom prípade supervízora a counselora, ponechať plnú moc klientovi, aby sa zúčastňovali na rozhodovaní a stanovení cieľov. Je potrebné, aby sa v práci s klientom kládol dôraz na ponechanie „moci slobodného rozhodnutia sa“ u samotného klienta.

Pri našom uvažovaní o práci s človekom je dôležité vnímať že každý z nás je:

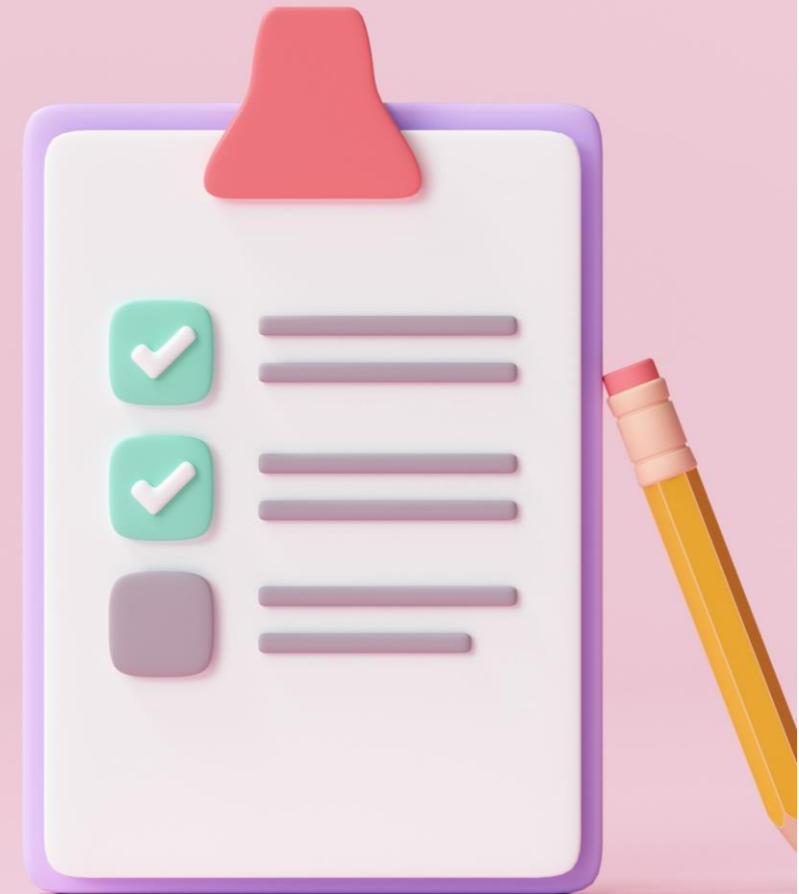
- ✓ jednotou tela, duše a ducha;
- ✓ jedinečnou bytosťou;
- ✓ spoločenskou bytosťou;
- ✓ rovnoprávny s každým iným človekom;
- ✓ zameraný na cieľ;
- ✓ schopný konať rozhodnutia;
- ✓ nesúci zodpovednosť.

LITERATÚRA

JAMBOROVÁ, R. SUPERVÍZIA PRI PRÁCI S
IDENTIFIKOVANÝM KLIENTOM, Trnavská
univerzita v Trnave, Teologická fakulta, 2017.

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Prečo je sebarozvoj dôležitý v rámci pomáhajúcich profesií?
2. Prečo je supervízia dôležitá a potrebná?
3. Ako sa praktizuje supervízia, pre koho je určená?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.8 MOŽNOSTI VYUŽITIA COUNSELINGU

PaedDr. Marián Cipár, PhD.

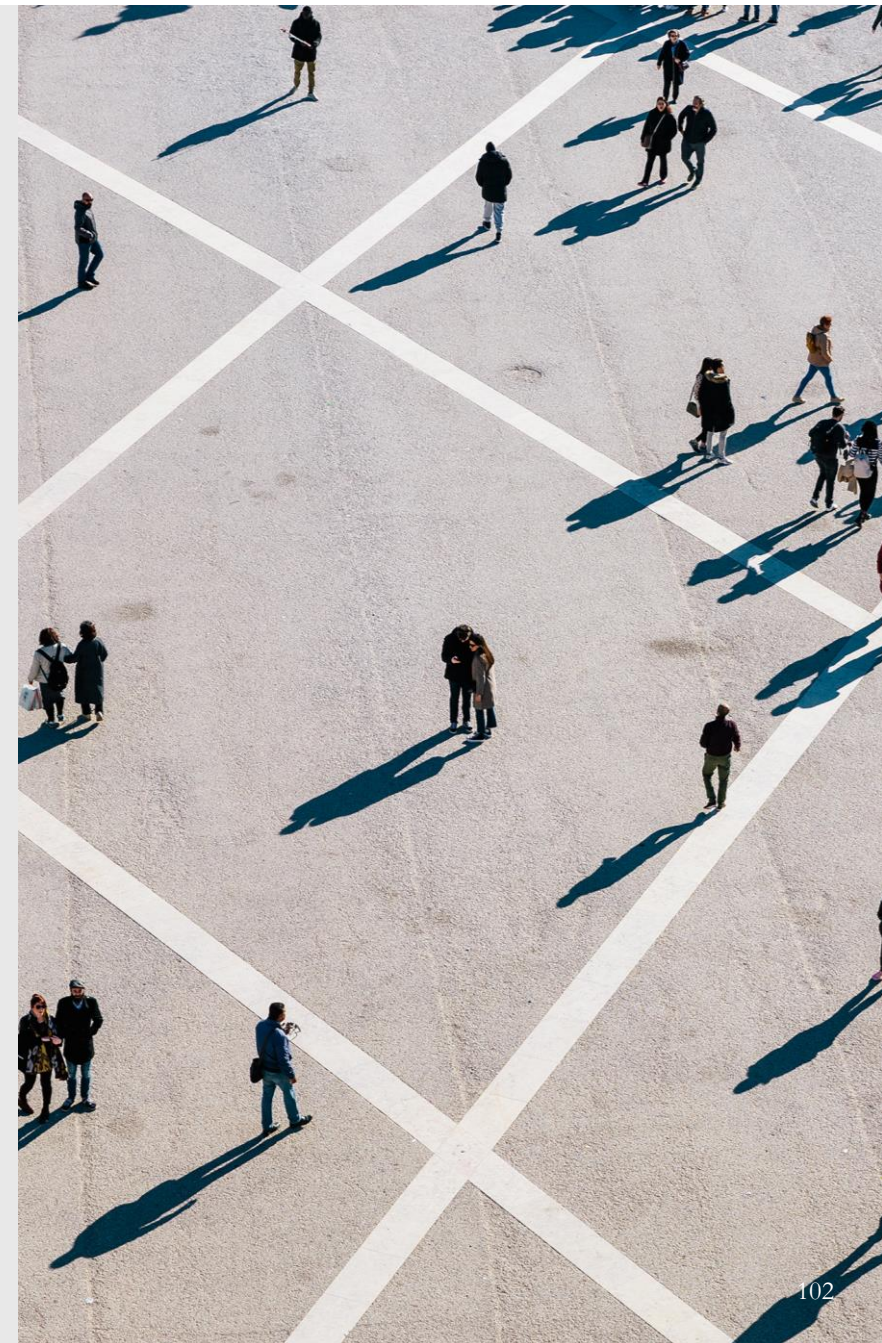
<https://www.youtube.com/watch?v=fP4tZWL4omc&t=15s>

Uvádzame príklad využitia couselingu v rámci podpory poskytovania asistenčných služieb zameraných na zvýšenie zamestnanosti a zamestnateľnosti ľudí žijúcich v sociálne znevýhodnenom prostredí v rámci služieb poskytovaných prostredníctvom pastorácie, mentoringu a sprevádzania s cieľom ich sociálno-ekonomickej integrácie.

Chceme uviesť niekoľko príkladov využitia couselingu v rozvojových sociálnych projektoch. Couseling býva často súčasťou činností pracovných pozícií asistenta, mentora, tútora, dobrovoľníka a pod. v rámci aktivít na ľudskú a sociálnu formáciu klientov s cieľom ich zaradenia do bežného života.

Ako príklad uvádzame zabezpečenie poskytovania counseligu, ako formy individuálneho prístupu pri práci s klientami v rámci asistenčných služieb a aktivít zameraných na zvýšenie zamestnanosti a zamestnateľnosti osôb s cieľom ich sociálno-ekonomickej integrácie a pracovného začlenenia v nasledujúcich oblastiach:

- individuálne a skupinové poradenstvo, mentoring/tútoring/koučing, rekvalifikačné kurzy pre mladých a dospelých Rómov (s cieľom získania vzdelania a uplatnenia na trhu práce),
- formačné stretnutia, kurzy, vzdelávanie pre pozície asistentov/dobrovoľníkov/pastoračných spolupracovníkov, ktoré pracujú priamo s cieľovou skupinou,
- vzdelávacie podujatia, tréningy, workshopy, kluby pre mladých zamerané napr. na finančnú, informačnú gramotnosť, sociálne, komunikačné zručnosti, starostlivosť o rodinu,
- pracovné centrá/inkubátory pre mladých a dospelých/letné školy a tábory zamerané na prácu s cieľovou skupinou a získanie návykov, vedomostí a zručností potrebných pre ich celkovú sociálno-ekonomickú integráciu,
- pracovný mentoring/tútoring za účelom aktívnej podpory a pomoci pri vykonávaní pracovných činností a adaptácie zamestnanca na pracovnom mieste.





Counseling vhodne dopĺňa formačné a vzdelávacie aktivity pre osoby zo sociálne znevýhodneného prostredia. Prax nám ukazuje, že úspešná integrácia sociálne znevýhodnených skupín obyvateľov do spoločnosti je nevyhnutne spojená s osobnou formáciou a podporou (vrátane counselingu). Ako príklad uvádzame činnosti zabezpečenie tutoringu v rámci sociálnych projektov zamestnateľnosti sociálne znevýhodnených skupín. Tutoring formou individuálnej podpory v rámci rozvojových sociálnych projektov, podporovaných prostredníctvom fondov EÚ. Týka sa procesu individuálneho sprevádzania klienta, ktorých nastupuje do pracovného pomeru po dlhej nezamestnanosti (znevýhodnený uchádzač o zamestnanie). Z dôvodu dlhého obdobia nezamestnanosti má nevýhodu znížených sociálno-komunikačných zručností a pracovných návykov.

Prechod do stáleho pracovného pomeru (napr. registrových sociálnych podnikoch) je osobne často náročný (zladenie osobného, pracovného a rodinného života).

Medzi činnosti vykonávané tútorom patria viaceré aktivity, napr.:

- motivácia a aktivizácia osôb smerujúca k udržaniu zamestnania,
- podpora sociálneho začlenenia osôb,
- iné aktivity smerujúce k rozvoju sociálnych kompetencií a pracovných návykov
- práca so zamestnancami zo sociálne znevýhodneného prostredia za účelom vytvárania inkluzívneho pracovného prostredia.

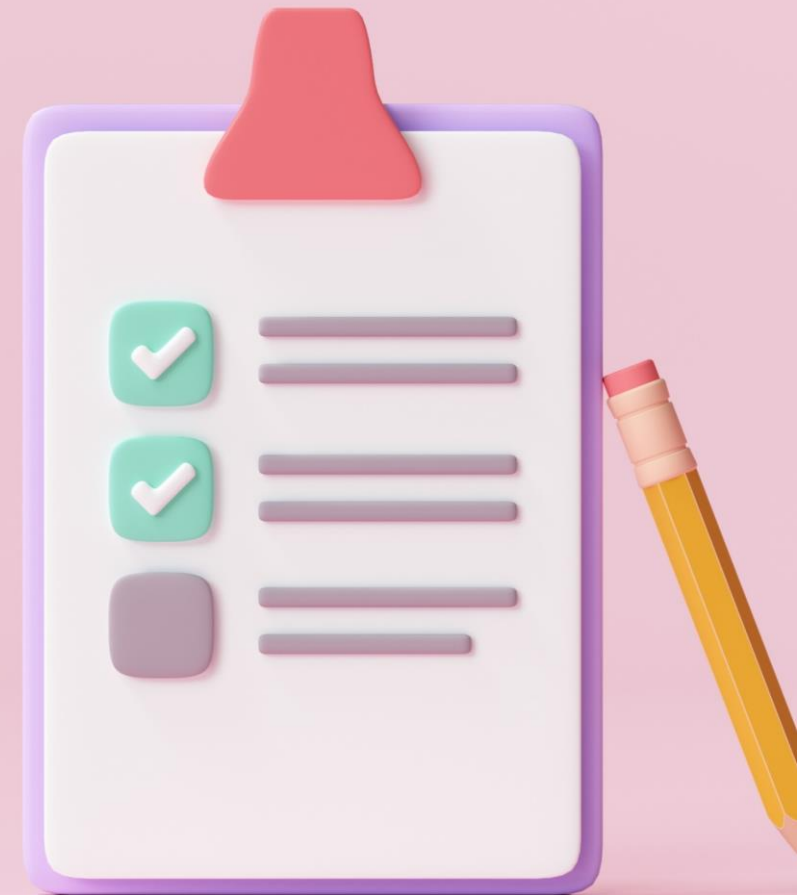


TÚTORING

Tútoring má predovšetkým individuálny charakter – je postavený na osobnej komunikácii s klientom, ktorý rieši množstvo otázok a problémov, týkajúcich sa nových vzťahov v zamestnaní, zmenou postavenia v sociálne znevýhodnenej komunite a zmenami vo vlastnej rodine. Rieši otázky denného režimu života, vzťahy s členmi vlastnej rodiny, vlastné hygienické a psychosociálne návyky, riešenie konfliktov v zamestnaní a množstvo ďalších otázok osobného a pracovného života. Ako vidieť metóda counselingu je veľmi dôležitá pri budovaní, zlepšovaní a udržaní si pracovných návykov znevýhodnených uchádzačov o zamestnanie, zvyšovanie záujmu o prácu, schopnosť adaptovať sa na požiadavky zamestnávateľ a následne sa trvalo uplatniť na trhu práce. Prieskumy a analýzy z praxe nám ukazujú, že osobné sprevádzanie osôb zo sociálne znevýhodnených komunít výrazne zvyšuje úspešnosť ich začlenenia do spoločnosti a uplatnenie na trhu práce.

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké je uplatnenie counselingu?
2. Aké sú možnosti financovania práce s counselingom?
3. Je counseling využitelný v oblasti sociálneho podnikania?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.9 SPREVÁDZANIE PARTNEROV V KRÍZE

doc. Jozef Žuffa, PhD.

<https://www.youtube.com/watch?v=FWMC04O4sH0&t=4s>



KEDY VYHLADAŤ MANŽELSKÝ / PÁROVÝ COUNSELING

Takmer každému páru môže counseling prospieť. Dôležité je však určiť si, v akej oblasti je táto pomoc potrebná. Skúsenosť každého páru s counselingom je jedinečná a odvíja sa od ich situácie.

Medzi spoločné ciele manželského counselingu patrí:

- zlepšenie komunikačných zručností v riešení konfliktov a predchádzanie budúcim hádkam;
- prekonanie ťažkých prekážok v manželstve, ako je stres alebo nevera;
- vytvorenie zdravej rovnováhy medzi povinnosťami a spoločne stráveným časom;
- diskutovanie o nezhodách v otvorenom prostredí bez odsudzovania;
- vyjadrenie svojich myšlienok a pocitov a záujem o obavy svojho manžela/manželky,
- získanie individuálnych usmernení na riešenie sporov;
- uzavretie minulých udalostí, ktoré naďalej ovplyvňujú manželstvo;
- obnovenie dôvery a posilnenie vzájomného puta.

Ciele manželského counselingu sa môžu medzi pármami líšiť, základný motív však zostáva rovnaký: zlepšiť vzťah a posilniť záväzok voči partnerovi. Counseling môže byť preventívny alebo reaktívny. Hoci je prospešný pri riešení aktuálnych konfliktov, ešte užitočnejší je pri prevencii tých budúcich. Keď partneri zlepšia svoju komunikáciu, môžu svoje myšlienky vyjadriť nekonfliktným spôsobom. Spory sa začínajú ako diskusie a vďaka poznatkom získaným cez counseling ich môžu partneri udržať v tomto štádiu bez deštruktívneho eskalovania.

Riešenie manželských problémov je náročné, nakoľko problémy sú zvyčajne vzájomne prepojené a jeden problém súvisí s iným problémom alebo je jeho príčinou. Pár môže mať napr. sexuálne problémy, pretože manželka má pocit, že nie je rešpektovaná, čo brzdí jej sexuálnu túžbu. Okrem toho zdanlivo jednoduchý problém môže byť v skutočnosti dôsledkom oveľa väčšieho problému. Dá sa uviesť napríklad manžel, ktorý nevynáša odpadky, keď ho o to partnerka požiada. Takýto problém by mal byť ľahko riešiteľný. Stačí vyniesť odpadky a problém je preč. Zvyčajne to však nie je také jednoduché, pretože jadrom manželských problémov sú často intenzívne emócie. V uvedenom prípade môžu existovať emocionálne dôvody, ktoré ho vedú k nevynášaniu odpadkov. Možno si myslí, že sa k nemu manželka správa ako k dieťaťu alebo že ho príliš kontroluje a nevynášanie smetí je jeho pasívno-agresívnym spôsobom pomsty. Aj keď sa k tomu nakoniec možno dostane, jeho nevôľa sa pravdepodobne objaví v iných interakciách s manželkou. Manželka v sebe môže držať hnev, pretože ho musí neustále žiadať, aby vyniesol odpadky, a to v nej vyvoláva pocit, že ju jednoducho nepočúva. Uvedomenie si úlohy emócií je dôležitým krokom k zlepšeniu mnohých vzťahov. Riešenie akéhokoľvek problému si vyžaduje, aby sme sa zaoberali emóciami, ktoré za problémom stoja. Bohužiaľ ani to, že vidíme emocionálne pozadie problému, ešte nevedie k jeho riešeniu. Problémy môžu byť všadeprítomné a tak je ťažké vedieť, ako postupovať. Navyše, mnohé z problémov sú zakorenené a stali sa z nich zvyky. Štýly interakcie s partnerom si vytvárame už na začiatku vzťahu, často ešte pred uzavretím manželstva. Keďže sa stali zvykom, môže byť ťažké rozpoznať ich ako potenciálne problémy a teda aj ťažké ich napraviť. Problémy môžu začať ako malé, časom však môžu eskalovať, ak sa neriešia efektívne. Drobné nepríjemnosti sa môžu zmeniť na veľké zdroje nevôle a hnevu. Tie potom môžu zahmlievať to, ako sa partneri navzájom vnímajú, a infikovať ďalšie rozmery vzťahu.



ZNOVUOBJAVENIE MANŽELSTVA

Viac ako polovica párov nezlyháva len v manželstve, ale aj v rozvode. Stále sa rozvádzame vo vysokom počte a zdá sa, že sa z toho nepoučíme: 60 percent druhých manželstiev tiež zlyháva. Po tom, ako sa postavíme zoči-voči zlyhaniu, osušíme slzy a vysvetlíme to všetko deťom, stále nevieme, ako vytvoriť fungujúce vzťahy. Ak sa teda nepoučíme z vlastných neúspechov, je možné poučiť sa z úspechov iných? Viacero výskumníkov dlhodobo zaoberajúcich sa manželstvami sa zameriava na to, aby zistili, vďaka čomu tie dobré fungujú. Teoretické koncepty vzťahovej dynamiky v dlhodobom partnerstve hovoria o viacerých štádiách vývoja smerom k intimitě a vzájomnosti. Každá z týchto etáp predstavuje špecifické výzvy pre rozvoj jednotlivca a páru. Hoci je vývoj predvídateľný, rozhodne nie je plynulý.

Dĺžka manželstva nie je rozhodujúca pokiaľ ide o to, v akých problémoch sa pár môže potácať; niektorí môžu zostať zaseknutí na jednom probléme celé desaťročia. Vývoj neprebíha lineárne od jedného štádia k ďalšiemu; je skôr cyklický. Keď je pár v ktoromkoľvek bode zasiahnutý stresom, môže sa vrátiť do skoršieho štádia. Všetci však v určitej etape čelia bojom o moc a ani tí najlepší sa podľa viacerých autorov nedočkajú úsvitu vzájomnosti - zrelej podpory a intimity - skôr ako po 10 až 15 rokoch. Dôležitými ukazovateľmi jednotlivých štádií sú emocionálne motívy a vzorce interakcie. Napríklad v prvom štádiu – v romantickej fáze - sa manželskí partneri navzájom vnímajú ako dokonalí a identickí. To je potrebné na rozvoj pocitu spolupatričnosti a dôvery v oddanosť toho druhého. Keď sa však objavia obnovené kariérne ciele alebo náznaky záujmov mimo vzťahu, čo je nevyhnutnou fázou, druhý partner to môže vnímať ako zradu. Úlohou je potom vydat' sa po trnistej ceste akceptovania odlišnosti ako posilnenia vzťahu. Podobne v ďalšej fáze páry prežívajú individuálne zmeny ako sklamanie, úzkosť a pochybnosti o sebe: postoj "Čo je so mnou?". Ich spoločnou úlohou je vytýčiť zreteľnú hranicu medzi sebou ako osobou a zvyškom sveta, ktorý do nej zasahuje.

V nasledujúcich fázach, keď sa záujmy partnerov rozchádzajú a vyvíjajú nezávisle, predchádzajúce snahy o prispôsobenie sa teraz padajú na úrodnú pôdu. Typicky sa každý z nich snaží kontrolovať toho druhého a vzniká boj o moc s obviňovaním. Nielenže sa na ničom nedohodnú, ale majú pocit, že stratili vzájomné spojenie. To ich môže vystrašiť, ale skôr sa boja poľaviť v obrane, aby ich ten druhý neovládol. V týchto fázach je potrebná nielen schopnosť rozpoznať rozdiely, ale aj nájsť nové spôsoby, ako o nich diskutovať, ako sa vyjadriť bez toho, aby sme toho druhého dostávali do tlaku. Tieto scény sa môžu opakovať roky, dokonca desaťročia, keď obaja partneri opakujú vzorce správania prevzaté od rodičov. Taktiež je potrebný čas na nájdenie si stratégií na prelomenie takýchto zakorenených vzorcov. Pomoc v týchto fázach môže mať viacero podôb: hľadanie spôsobov priameho sebvýjadrenia a označovania pocitov, výroky, ktoré sa začínajú slovami „cítim“, a nie „on/ona vždy robí...“ - a prehodnotenie, ktoré postoje a správanie je vhodné zachovať a ktoré odložiť. V ďalšej fáze môže jeden alebo druhý pociťovať nutkanie utiecť zo vzťahu. „Chcem mať čas pre seba“ a „potrebujem priestor“ sú typické výroky, ktoré vyjadrujú nespokojnosť. Niekedy práve dočasné odlúčenia sú dobré, ak partnerom umožnia „zistiť kto som a čo chcem“. Jeden z manželov si však v tomto období môže hľadať iných partnerov alebo sa aktívne zapájať do aféry, čo je vo väčšine prípadov odvádzanie pozornosti od skutočného problému, a to potreby nájdenia a naplnenia seba samého.

Ďalší vzťah len presúva pozornosť z vlastnej potreby na potreby niekoho iného. Ak páry prežijú tieto boje o moc a o seba samého, potom vstúpia do ďalšieho štádia - siahania po intímite a jej zdieľaniu. Vtedy si uvedomia, že sa môžu rozísť a znovu spojiť bez toho, aby túto identitu stratili. Pohľad na manželstvo ako na proces, ktorý sa odvíja vo fázach, robí oveľa viac, než len napovie sprievodcom a terapeutom, ako pomáhať. Dáva párom dôvod na nádej aj uprostred utrpenia, zbavuje ich časti úzkosti z toho, že nie sú šťastní práve teraz a ponúka im program na riešenie ich problémov.

Okrem toho poskytuje párom realistickú perspektívu, že vzťahy nevznikajú zo dňa na deň, ale potrebujú čas. A pomáha ľuďom vzdať sa predstavy okamžitého uspokojenia. Napovie im, že je potrebné prejsť fázami a byť otvorení zmenám, ktoré pomáhajú dotvárať partnerský vzťah. Je samozrejmosťou, že žiadne manželstvo nemôže byť v priebehu rokov neustále šťastné. Osobný vývoj každého z partnerov a bežné životné udalosti si vyžadujú neustále prispôbovanie sa, a to tak individuálne, ako aj v páre. Kľúčovým faktorom pri prechádzaní jednotlivými fázami sa javí byť „konštruktívna hádka“. Mnoho ľudí sa domnieva, že príčinou manželských problémov sú rozdiely medzi partnermi a problémové oblasti, ako sú peniaze, sex alebo deti. Kvalita komunikácie páru je jedným z najlepších predpokladov zvládania kríz, nie rozdiely sú dôležité, ale to, ako sa tieto rozdiely a problémy riešia.



UMENIE HÁDAŤ SA...

Páry, ktoré dokážu riešiť problémy, keď sa objavia, majú najväčšiu šancu na úspešné manželstvo. Problémy na začiatku manželstva sa časom skôr zhoršujú, než aby sa zlepšovali. Namiesto toho, aby páry vnímali rozdiely a konflikty ako znak nekompatibility, mali by sa naučiť ich vnímať ako príležitosť pre rozvoj zručností, ktoré môžu využiť po zvyšok trvania svojho vzťahu. Problémom je, že mnohé páry nemajú príležitosť naučiť sa potrebné komunikačné zručnosti a zručnosti riešenia problémov. Tých pár, ktorým sa to podarilo, malo to šťastie, že vyrastali medzi rodičmi, ktorí ich mali. A hoci sa tieto zručnosti dajú naučiť, v ideálnom scenári by bolo vhodné, aby sa ich páry naučili skôr, než sa objavia problémy. Páry sú viac motivované pracovať na problémoch, keď sa im darí, než keď je vzťah v troskách. Okrem toho si väčšina párov na začiatku vzťahu vytvorí vzorce reakcií, ktoré ako škrupiny okolo nich stvrdnú a je ťažké ich zmeniť. Hovoríme hlavne o hneve, odpore či depresii. Reakcie na konflikt by mali byť prvou líniou v manželskom counselingu. Ale nestačia len vyjednávací zručnosti. Zručnosti konštruktívneho hľadania sa je potrebné naučiť sa v kontexte konkrétneho vzťahu.

Niektorí výskumníci sa domnievajú, že muži majú väčšie problémy so zvládaním konfliktov ako ženy, čo je dôsledkom rodových stereotypov a najmä fyziológie. Podľa nich tvárou v tvár vzťahovému konfliktu sa muži stiahnu, vyhýbajú sa očnému kontaktu, držia strnulo krk a neposkytujú obvyklé odpovede poslucháča. Keď sa manžel postaví do pozície kamennej steny, komunikácia sa končí a manželská spokojnosť prudko klesá. Najprv sa fyziologicky stiahne, neskôr sa stiahne aj emocionálne. Začína byť zahltený manželkinými emóciami a vyhýba sa akýmkoľvek konfliktom s ňou. Ona na to reaguje tým, že sa ho snaží znovu zapojiť - Napreduje, keď sa on stiahne, čím sa vytvára stupňujúci sa vzorec hnevu a frustrácie. Ak sa však manželka bráni tým, že sa stiahne, potom pár v podstate vedie oddelené, paralelné životy a žije na dvoch koľajach, ktoré sa neskrížia.



ZDÔRAZŇOVANIE POZITÍVNEHO

Aj keď osvojenie si lepších metód zvládania konfliktov môže byť pre šťastie nevyhnutné, nestačí na jeho zabezpečenie. K dobrému manželstvu patrí ešte niečo viac, a to, ako ukazujú štúdie, je celá rada emócií, prejavov náklonnosti, ktoré udržiavajú pár na vysokej úrovni spokojnosti. Manželský konflikt sám o sebe nie je pre manželstvo deštruktívny, ak zahŕňa aj pozitívne reakcie, ako sú humor, pozitívne riešenie problémov, súhlas, empatia a aktívne nedefenzívne počúvanie. Komunikácia láskyplných postojov, potvrdenie seba samého bezpodmienečným súhlasom zo strany partnera prostredníctvom neverbálnej komunikácie je v manželstve také silné, že prináša pozoruhodnú transformáciu, a to prispôsobenie.

Takto sa obaja priblížia k najvnútornejšiemu ideálu partnera či manžela/manželky. Ak je človek prijímaný taký, aký je a začne robiť veci po svojom, naplno prežíva svoju identitu a zvyšuje osobnú spokojnosť. Takýto model manželstva, ktorý vníma vzťah ako dynamický proces konštruovania spoločnej reality konflikt vníma ako hlavnú arénu manželskej komunikácie a vyjednávania o vzťahu. Štýly riešenia konfliktov sú veľmi dôležité a dobré štýly sa dajú naučiť aj pomocou counselingu. Čím skôr, tým lepšie.

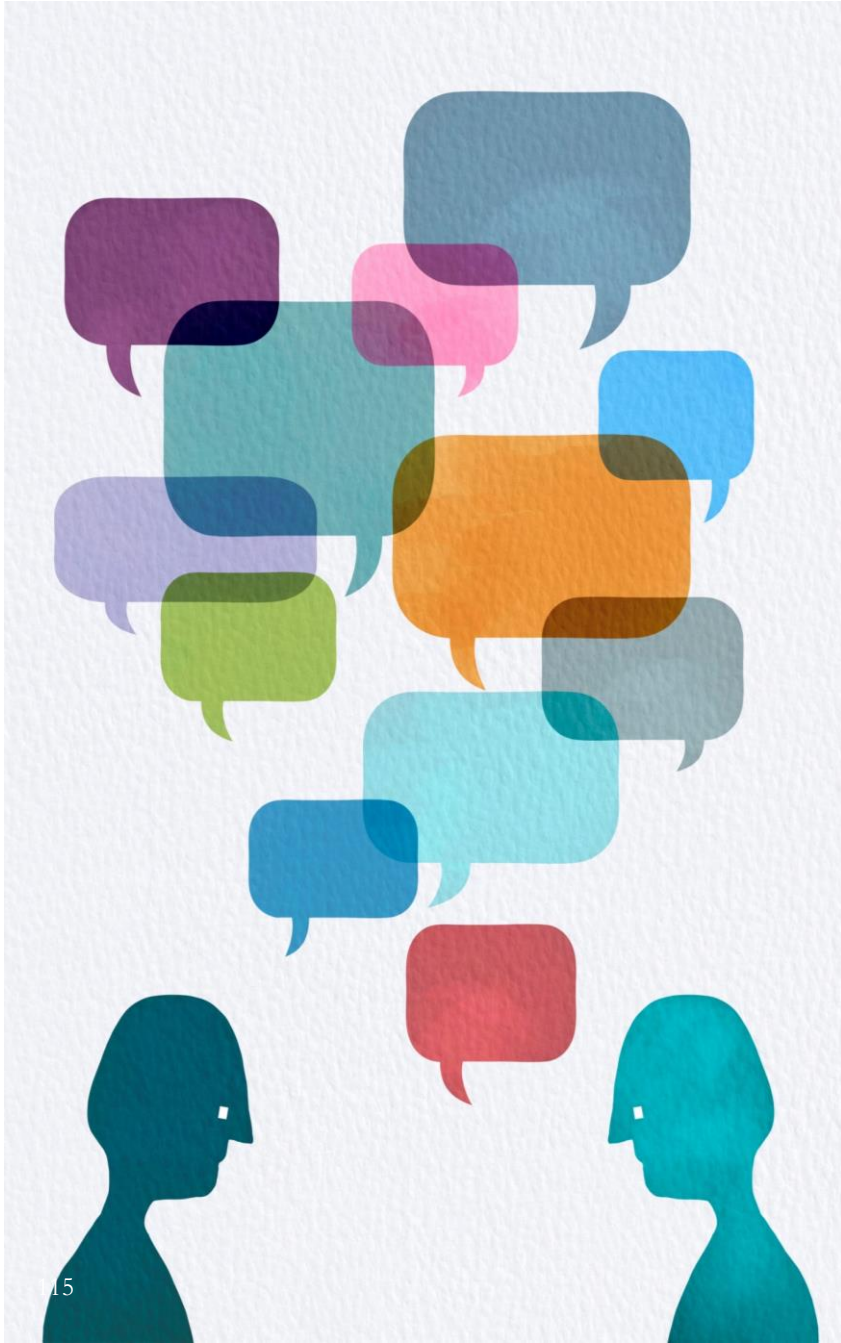




Vo vzťahoch sa často stretávame s dvoma ľuďmi, ktorých spôsoby zvládania emócií sa veľmi líšia. Ľudia, ktorí emócie prejavujú navonok a ľudia, ktorí sa so svojimi emóciami stiahnu dovnútra, môžu mať problém nadviazať kontakt alebo udržať vzájomnú efektívnu komunikáciu. Konkurenčné potreby a odlišné stratégie regulácie emócií môžu spôsobiť, že partneri si psychologické schopnosti prežitia nesprávne vysvetlia ako osobné útoky alebo opustenie. Táto priepasť v komunikácii sa často znásobuje, ak jeden alebo obaja partneri trpia alexitýmiou.

V preklade slovo „alexitýmia“ znamená „emócie bez slov“. V podstate to znamená, že jedinec s ňou má problém pochopiť, spracovať alebo opísať svoje emócie. Alexitýmia slúži ako dočasná, aj keď dôkladná obrana pred emocionálnou bolesťou, pri ktorej človek potláča vedomé prežívanie utrpenia. Typické emocionálne fungovanie sa obnoví, keď stresor alebo hrozba ustúpia alebo keď si osoba vyvinie sofistikovanejšie zručnosti zvládania náročných situácií. Alexitýmia môže viesť k neistým štýlom pripútania v romantických vzťahoch dospelých, keďže deti, u ktorých sa vyvinula alexitýmia, mohli mať rodičov, ktorí boli ambivalentní, odmietaví alebo citovo nedostupní.

PROBLÉMY KOMUNIKOVAŤ SVOJE POCITY V PÁRE



Alexitýmia sa môže u rôznych ľudí prejavovať rôznorodou konšteláciou príznakov. Medzi najčastejšie indikátory patria:

- ťažkosti s reguláciou emócií vo všeobecnosti;
- zvýšené ťažkosti so vzrušením a reguláciou emócií v intímnych vzťahoch;
- využívanie stratégií dištancovania sa alebo odrezávania sa;
- ťažkosti s udrжанím súladu s vlastnými hodnotami a presvedčením;
- zvýšená preferencia autonómie;
- strach z emocionálnej intimity;
- ťažkosti s vyjadrovaním svojich pocitov voči sebe alebo iným ľuďom;
- potlačené emocionálne vyjadrovanie;
- nedostatok vnútornej predstavivosti;
- trápenie sa v spoločenskom prostredí;
- chronická negatívna nálada;
- obmedzená schopnosť empatie.

Výskumy naznačujú, že alexitýmia sa vyskytuje častejšie u mužov ako u žien. Zatiaľ čo pohlavie je jasné pri narodení, rod je sociálny konštrukt. Mnohí muži sa už v ranom veku naučia pravidlám toxické maskulinity, teda dominancii, súťaživosti, agresii a stoickosti. Do dvoch rokov sú chlapci v porovnaní s dievčatami zvyčajne menej verbálne expresívni. Možno v dôsledku socializácie sú chlapci do štyroch rokov menej tvárove expresívni v porovnaní s dievčatami rovnakého veku. Vrstovníci a iní muži v škole, rodine a priateľských skupinách môžu posilňovať pravidlá mužskosti a šikanovať chlapcov, ktorí ich nedodržiavajú. Zo strachu, aby neboli považovaní za málo mužných, je potrebný prehnaný zmysel pre emocionálne potláčanie, aby neriskovali vylúčenie z klubu mužov.

Rodiny, ktoré zachovávajú tradičnejšie alebo rigidnejšie očakávania rodových rolí, majú tendenciu odrádzať synov od vyjadrovania zraniteľných emócií a zároveň podporovať takéto vyjadrovanie u svojich dcér. Hoci socializácia mužských rodových rolí nemá korene v priamej vzťahovej traume, učí chlapcov potláčať emócie a popierať pocity zraniteľnosti, pasivity alebo nehy. Dalo by sa predpokladať, že takéto konanie môže vyvolať značné emocionálne utrpenie a zároveň zbaviť chlapcov schopnosti rozpoznať, pomenovať a konštruktívne vyjadriť svoje emócie. Hoci táto črta nie je „normálna“, stala sa „normalizovanou“ vďaka posilňujúcej povahe performatívnej maskulinity, ktorá vyžaduje stoickosť. Tieto potlačené pocity sa potom môžu prejavovať ako hnev, keďže agresia je v rámci tradičnej mužskosti sankcionovaným prejavom emócií. Vzhľadom na posilňujúce naratívy stoicizmu a individualizmu nie je prekvapujúce, že muži majú tendenciu používať stratégiu odrezania sa od sveta, aby zvládli svoje emócie. Pokiaľ ide o pripútanosť, uvádza sa, že u mužov je vyššia prevalencia vyhýbavej pripútanosti ako u žien, pretože sa učia minimalizovať svoje potreby pripútanosti, aby neboli vnímaní ako slabí alebo nemužní. Vo vzťahu predstavuje alexitýmia množstvo výziev, ktoré sa zvýraznia, ak sa spájajú s rigidnými očakávaniami rodových rolí, ak vo vzťahu existujú. Túžba jedného z partnerov spoluregulovať pocity s partnerom sa môže partnerovi s alexitýmiou zdať zdrvujúca alebo ohrozujúca. Partner s alexitýmiou nielenže má problém identifikovať, vyjadriť alebo rozlíšiť svoje emócie, ale často je tak zahltený úlohou premýšľať o svojich pocitoch, že to vyvoláva emocionálne a vzťahové odrezanie. Partner s alexitýmiou má najväčší sklon k autoregulácii, tendencii regulovať emócie bez zapojenia druhých. Môže mať tiež problém byť empatický k partnerovi, ktorý môže byť emocionálne oveľa expresívnejší a pre útechu potrebuje koreguláciu.

Ukazuje sa, že alexitýmia má negatívny vzťah k fyzickej náklonnosti, ako aj ku kvalite a spokojnosti pociťovanej vo vzťahu. Keď trpí jeden alebo obaja partneri neriešenou alexitýmiou, páry môžu mať problém cítiť sa bezpečne, byť vypočuté alebo videné a môžu mať ťažkosti pri vytváraní pocitu zmyslu, ochrany a spojenia. Deficity v emocionálnom vyjadrovaní, komunikácii, spojení a regulácii predstavujú priamu hrozbu pre bezpečné fungovanie páru. Emócie sú biologickým imperatívom nevyhnutným pre prežitie. Emocionálne uvedomenie a inteligencia sú evolučnými stratégiami, ktoré sa dajú naučiť, a to aj v neskoršom veku. Práca na dekonštrukcii obmedzujúceho sebavyjadrenia, ktoré vyžaduje rigidná maskulinita, umožňuje mužom prežívať celú škálu vlastných emócií. Muži si zaslúžia byť videní a ich emócie byť potvrdené bez toho, aby bola spochybňovaná ich mužnosť. V tejto snahe môže pomôcť individuálny counseling, ktorý mužov (aj ženy) naučí zručnostiam regulácie emócií, ktoré im pomôžu stať sa silnejšími komunikátormi. Párový counseling môže pomôcť zbližiť partnerov a vrátiť ich do súladu so spoločnými vzťahovými cieľmi. Rozvíjanie vzájomného porozumenia a zručností ako účinne naplňovať potreby toho druhého sú oslobodením, ktoré partneri potrebujú, aby sa vymanili z izolujúcich vzorcov sebaobran.

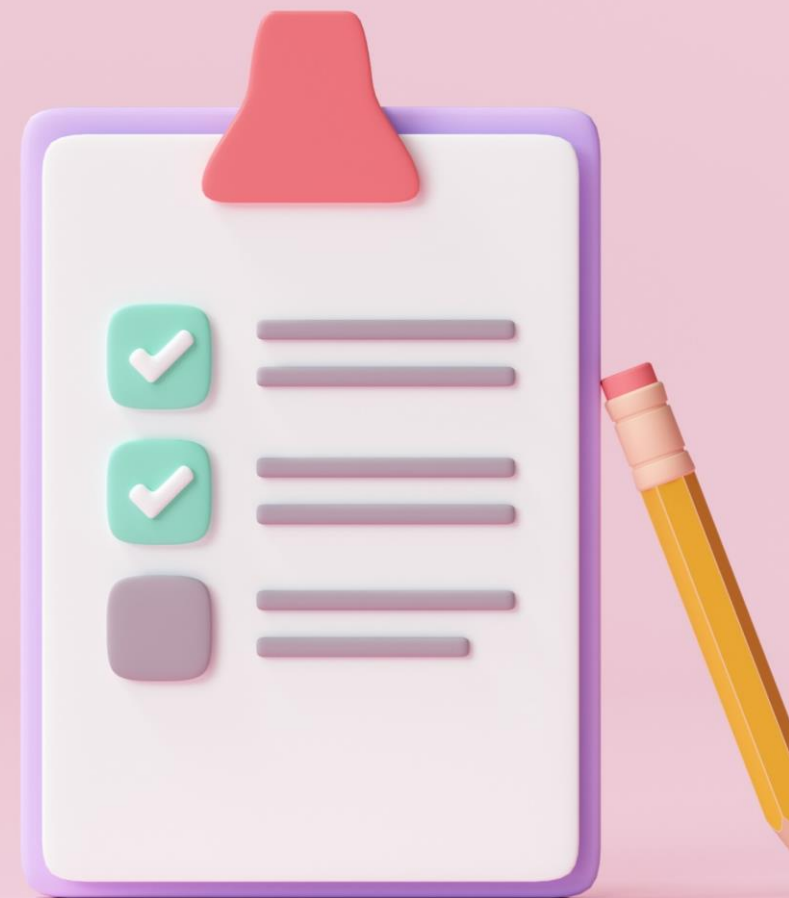


VPLYV NA PÁR

Vo vzťahu predstavuje alexitýmia množstvo výziev, ktoré sa zvyraznia, ak sa spájajú s rigidnými očakávaniami rodových rolí, ak vo vzťahu existujú. Túžba jedného z partnerov spoluregulovať pocity s partnerom sa môže partnerovi s alexitýmiou zdať zdrvivá alebo ohrozivá. Partner s alexitýmiou nielenže má problém identifikovať, vyjadriť alebo rozlíšiť svoje emócie, ale často je tak zahľtený úlohou premýšľať o svojich pocitoch, že to vyvoláva emocionálne a vzťahové odrezanie. Partner s alexitýmiou má najväčší sklon k autoregulácii, tendencii regulovať emócie bez zapojenia druhých. Môže mať tiež problém byť empatický k partnerovi, ktorý môže byť emocionálne oveľa expresívnejší a pre útechu potrebuje koreguláciu. Ukazuje sa, že alexitýmia má negatívny vzťah k fyzickej náklonnosti, ako aj ku kvalite a spokojnosti pociťovanej vo vzťahu. Keď trpí jeden alebo obaja partneri neriešenou alexitýmiou, páry môžu mať problém cítiť sa bezpečne, byť vypočuté alebo videné a môžu mať ťažkosti pri vytváraní pocitu zmyslu, ochrany a spojenia. Deficity v emocionálnom vyjadrovaní, komunikácii, spojení a regulácii predstavujú priamu hrozbu pre bezpečné fungovanie páru. Emócie sú biologickým imperatívom nevyhnutným pre prežitie. Emocionálne uvedomenie a inteligencia sú evolučnými stratégiami, ktoré sa dajú naučiť, a to aj v neskoršom veku. Práca na dekonštrukcii obmedzujúceho sebavyjadrenia, ktoré vyžaduje rigidná maskulinita, umožňuje mužom prežívať celú škálu vlastných emócií. Muži si zaslúžia byť videní a ich emócie byť potvrdené bez toho, aby bola spochybňovaná ich mužnosť. V tejto snahe môže pomôcť individuálny counseling, ktorý mužov (aj ženy) naučí zručnostiam regulácie emócií, ktoré im pomôžu stať sa silnejšími komunikátormi. Párový counseling môže pomôcť zbližiť partnerov a vrátiť ich do súladu so spoločnými vzťahovými cieľmi. Rozvíjanie vzájomného porozumenia a zručností ako účinne napĺňať potreby toho druhého sú oslobodením, ktoré partneri potrebujú, aby sa vymanili z izolujúcich vzorcov sebaobrany.

KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aká je využiteľnosť pastorálneho counselingu v partnerských krízach?
2. Aké témy môže counselor v rámci pastorálneho counselingu s partnermi riešiť?
3. Ako môže pastorálny counselor odpovedať na krízu vo vzťahu?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2.10 COUNSELING

V USA

Gulnora Hundley, MD, PhD, LMHC, LMFT, QCS (FL)

<https://www.youtube.com/watch?v=3AnzLDl5Mg0&t=20s>

PROFESIONÁLNA IDENTITA COUNSELORA

Podľa Americkej asociácie counselingu je counselor profesionál, ktorý sa zaoberá:

„duševným zdravím, psychickým a ľudským vývinovým princípom, a to prostredníctvom kognitívnych, afektívnych, behaviorálnych alebo systémových zásahov /intervencií/, zameriava sa na stratégie, ktoré podnecujú človeka na jeho osobný rast, vývoj a kariéru. Ďalšou náplňou práce counselora sú diagnostika, testovanie osobnosti, odporúčania, tvorba plánu zmeny, komunitné vzdelávanie, prevencia a podpora komunikácie medzi jednotlivcom a jeho okolím.“.

Counseling môže byť:

INDIVIDUÁLNY

PÁROVÝ

RODINNÝ

SKUPINOVÝ

Counseling v
oblasti
závislostí

Kariérny

Counseling pre
mládež

Duchovný

Counseling pre
seniorov

Counseling
duševného
zdravia

Rehabilitačný
counseling

Školský
counseling

KDE VŠADE PÔSOBIA COUNSELORI V USA?

Základné, stredné a vysoké školy	Súkromné centrá counselingu	Komunitné centrá	Univerzitné poradenské centrá	Neziskové / ziskové organizácie	Centrá pre duševné zdravie – ambulantné (neziskové)
Nemocničné psychiatrické oddelenia - stacionáre	Nemocničné pohotovosti – krízoví poradcovia	Štátne psychiatrické nemocnice	Nápravné ústavy	Sociálne služby	Korporácie
Výskumné inštitúcie	Vládne agentúry	Súkromná prax	Úrad pre odbornú rehabilitáciu (BVR)	Cirkevné spoločenstvá	Súkromná prax: Kariérové poradenstvo
Programy „prežitia v divočine“ -	Domáce poradenské služby	Krízové a traumatické centrá	On-line poradenské služby	Centrá na prevenciu alkoholu a drog	Programy financované z projektov a grantov
Zdravotnícke centrá: poradcovia pre drogovú závislosť	Rezidenčné programy	Útulky pre bezdomovcov	Útulky a centrá pre domáce násilie	HMO's: Health Management Organizations	

MEDICÍNSKY MODEL V POMÁHAJÚCOM VZŤAHU

CIEĽ:

- vrátiť „pacienta“ - klienta na úroveň fungovania pred „chorobou“ – teda na stav, kedy bol klient bez problému
- tento model bol vyvinutý lekármi na liečbu fyzických chorôb
- odborník diagnostikuje a „lieči“ chorobu
 - pacient je v tomto liečebnom vzťahu nejakým spôsobom umenšený, len čaká na diagnózu a navrhovaný postup liečby

ÚSPECH

- výsledok liečby: pacient pokračuje v živote
- ak pacienta negatívne ovplyvní iná „choroba“ - problém, vráti sa, aby sa vyliečil znova





PARTNERSKÝ MODEL V POMÁHAJÚCOM VZŤAHU (model podporujúci blaho klienta)

CIEĽ: pozitívne duševné zdravie

- tento model tvrdí, že väčšina problémov má len vývojový charakter, je prirodzené a normálne, že problém vznikne

Keď je možná prevencia, poradcovia sa usilujú o včasnú intervenciu prostredníctvom vzdelávania/školenia a zapojenia sa do riešenia problému v ranom štádiu procesu

IMPLEMENTÁCIA:

Holistické posúdenie mentálneho a emocionálneho fungovania vo: vzťahoch, kariére, spiritualite, voľnom čase, fyzickom zdraví, životnom prostredí, finančnom stave, sexualite...

Následne odborník zistí, ktoré faktory bránia dosiahnutiu maximálneho potenciálu

CIEĽ: POSILNENIE KLIENTA

PERSPEKTÍVY KOMPETENCIÍ COUNSELORA

O tom, kto môže vykonávať profesiu counselora v USA, hovoria etické kódexy tejto profesie. Tie sa zhodujú v nasledovných tvrdeniach:

Counselori vykonávajú svoju prax len v medziach kompetencií na základe:

A Vzdelania (magisterské +, CACREP)

B Absolvovania praktickej výučby (po ukončení magisterského štúdia, napr. NBCC)

C Supervidovanej praxe (počas štúdia a po jeho ukončení)

D Štátnych a národných profesijných poverení

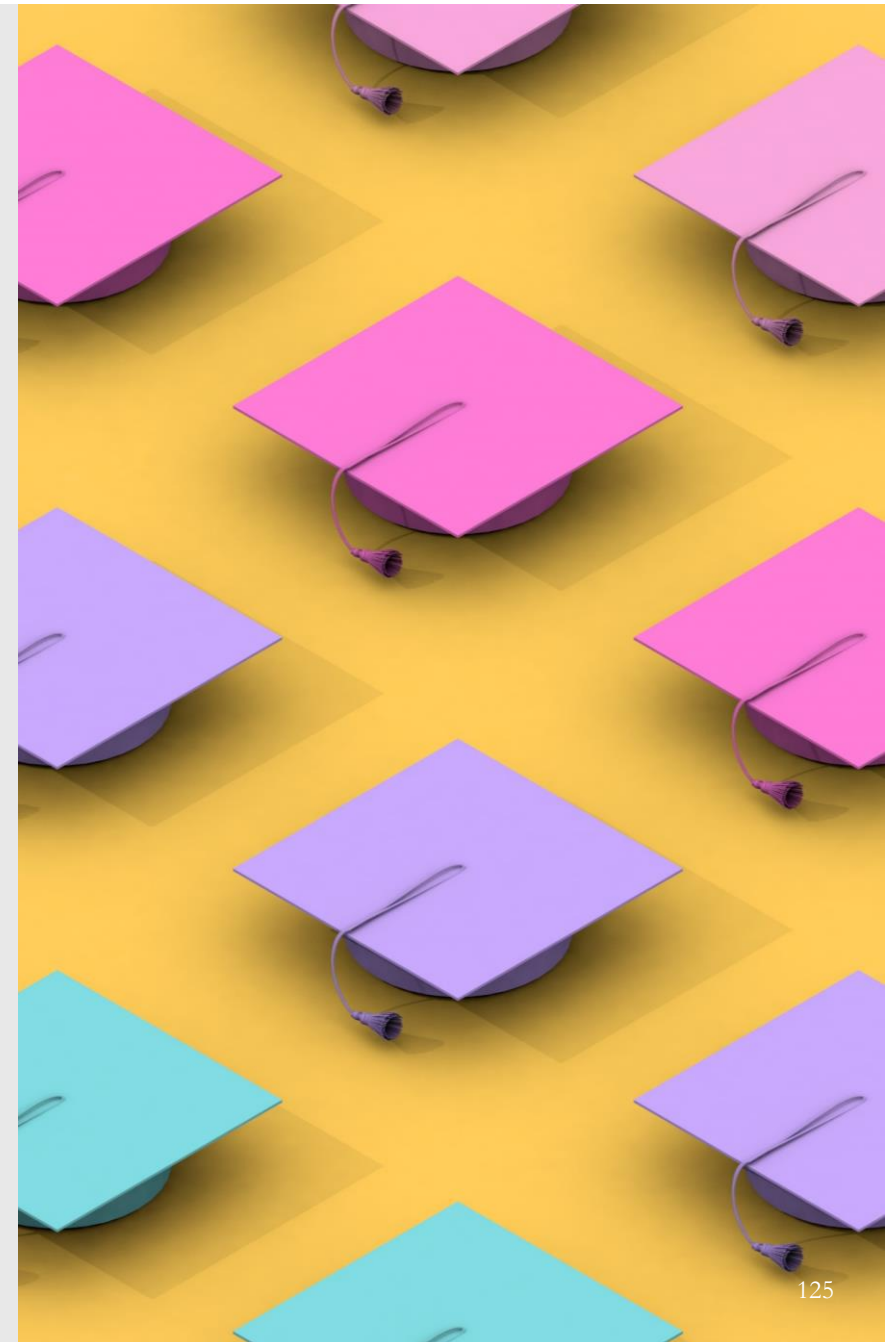
E Primeranej odbornej praxe.

- pri nedostatku týchto kompetencií = nie je možné zastávať profesiu counselora.

Akreditácia – CACREP

- vydáva ju Rada pre akreditáciu poradenstva a Príbuzné vzdelávacie programy

- cieľom je "...podporovať rozvoj ponuky kvalitných vzdelávacích programov"



Prečo je akreditácia dôležitá?

- Kvalita - spĺňa najvyššie štandardy stanovené a pre profesiu counselora
- Študenti získajú potrebné vedomosti a zručnosti, aby mohli byť odborníkmi v oblasti counselingu
- Klienti budú mať prospech z primeranej odbornej prípravy counselora
- Nad rámec magisterského titulu – výhoda magisterského titulu akreditovaného CACREP

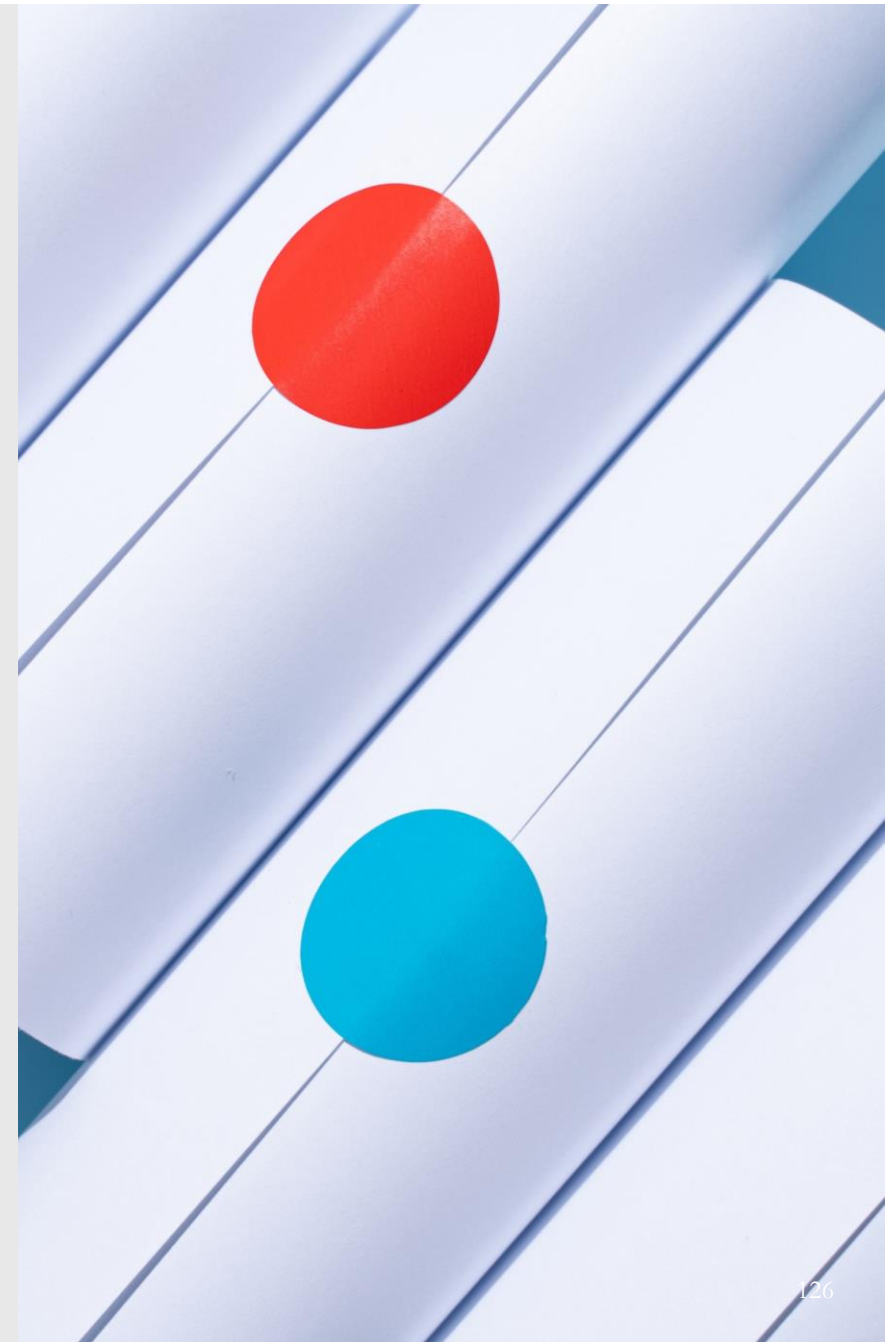
Magisterské študijné programy akreditované CACREP:

- Poradenstvo v oblasti závislostí
- Kariérne poradenstvo
- Klinické poradenstvo v oblasti duševného zdravia
- Vysokoškolské poradenstvo a rozvoj študentov
- Manželské, párové a rodinné poradenstvo
- Školské poradenstvo
- Rehabilitačné poradenstvo

Doktorandské študijné programy

- Vzdelávanie a supervízia poradcov

Viac o akreditácii CACREP sa dozviete na: <http://www.cacrep.org/>





LICENCOVANIE V COUNSELINGU

- riadi odbornú prac
- zdôrazňuje jedinečnosť povolania
- vymedzuje používanie titulu aj výkon povolania

UDEĽOVANIE LICENCIE NA FLORIDSKEJ RADE UFC

- klinická sociálna práca, manželská a rodinná terapia a counseling v oblasti duševného zdravia

- LMHC - licencovaný counselor pre duševné zdravie

(<http://floridasmentalhealthprofessions.gov/licensing/licensed-mental-healthcounselor/>)

- LMFT - licencovaný manželský a rodinný counselor

(<https://floridasmentalhealthprofessions.gov/licensing/licensed-marriage-and-family-therapist/>)

- môže diagnostikovať a liečiť, ako aj prijímať honorár

- licencia je schválená guvernérom štátu Florida (ktorý tiež vymenúva členov rady).

- viac o spomínanej licenci sa dozviete na:
<http://floridasmentalhealthprofessions.gov/>

VIAC O LMHC (LICENCOVANÝ COUNSELOR PRE DUŠEVNÉ ZDRAVIE)

POŽIADAVKY:

- Magisterský titul v oblasti poradenstva alebo príbuznom odbore (bonus CACREP!)
- 60 hodín kurzov
- 1 000 hodín klinickej univerzitnej praxe, stáže alebo terénnej praxe (600, ak má študent CACREP)
- 1500 hodín supervidovanej praxe po ukončení magisterského štúdia (2 roky po ukončení magisterského štúdia) – počas tohto obdobia má absolvent dočasnú licenciu, pre vybranú organizáciu pracuje ako stážista. Má nárok na mzdu.
- 100 hodín individuálnej supervízie- skúška NCMHC (NCMHCE)
- Kurz z právnych noriem a práva (8 hodín)
- Kurz o HIV (3 hodiny)
- Kurzy o domácom násilí (2 hodiny)
- 25 hodín CEU /kurz akreditovaný v rámci „ďalšieho vzdelávania“/ - dvakrát ročne na obnovenie licencie

VIAC O LMFT (LICENCOVANÝ MANŽELSKÝ A RODINNÝ COUNSELOR)

POŽIADAVKY:

- Magisterský titul v oblasti poradenstva alebo príbuznom odbore (CACREP nie je bonus)
- 36 hodín kurzov
- 180 hodín (priamy kontakt) klinickej praxe pod dohľadom, stáže alebo terénnej praxe
- 1500 hodín supervidovanej praxe po ukončení magisterského štúdia (2 roky po MS) – počas tohto obdobia má absolvent dočasnú licenciu, pre vybranú organizáciu pracuje ako stážista. Má nárok na mzdu.
- 100 hodín individuálnej supervízie
- Národná (Štátna) skúška (Association of Marital and Family Therapy Regulatory Boards - AMFTRB)
- Kurz právnych noriem a zákonných postupov (8 hodín)
- Kurz o HIV (3 hodiny)
- Kurz o domácom násilí (2 hodiny)



VÝŠKA MZDY COUNSELORA V USA

Zárobky poradcov sa môžu pohybovať od 32 000 USD do 80 000 USD ročne

Tu sú aktuálne priemerné platy v USA:

- Školskí a kariérni counselori: 53 610 USD
- Manželskí a rodinní counselori: 43 210 USD
- Counselori v oblasti duševného zdravia: 43 990 USD
- Counselori v oblasti zneužívania návykových látok: 38 520 USD

Mzdy sa líšia v závislosti od viacerých faktorov – od špecializácie, počtu rokov praxe, typu zamestnávateľa (súkromné – štátne) a samozrejme od toho, v ktorom štáte USA sa counselingová služba poskytuje

NATIONAL BOARD FOR CERTIFIED COUNSELORS /NBCC/

NÁRODNÁ RADA PRE CERTIFIKOVANÝCH COUNSELOROV

- dobrovoľná a národná certifikácia
- národný register certifikovaných poradcov
- propagácia profesie
- etické normy

Požiadavky:

- vzdelanie: magisterský titul v oblasti counselingu
- supervidovaná prax
- národná(é) skúška(y)
- dodržiavanie etického kódexu
- celoživotné vzdelávanie (100 každých 5 rokov) a audit - <http://www.nbcc.org>





TYPY ZDRUŽENÍ A CERTIFIKÁCIÍ

Národní certifikovaný poradce (NCC)

Školský counseling - Národní certifikovaný školský Counselor (NCSC)

Supervízia - schválený klinický supervízor (ACS)

Counseling v oblasti zneužívania návykových látok - Master Addictions Counselor (MAC)

Counselor pre duševné zdravie - Certified Clinical Mental Health Counselor (CCMHC)

Counseling zameraný na terapiu hrou

Counseling zameraný na teóriu voľby

Rehabilitačný counseling

Pastoračný counseling

Odborníci na sexuálne zdravie

Counseling zameraná na traumy

AMERICKÁ ASOCIÁCIA COUNSELINGU (ACA)

Národná asociácia profesionálnych counselorov

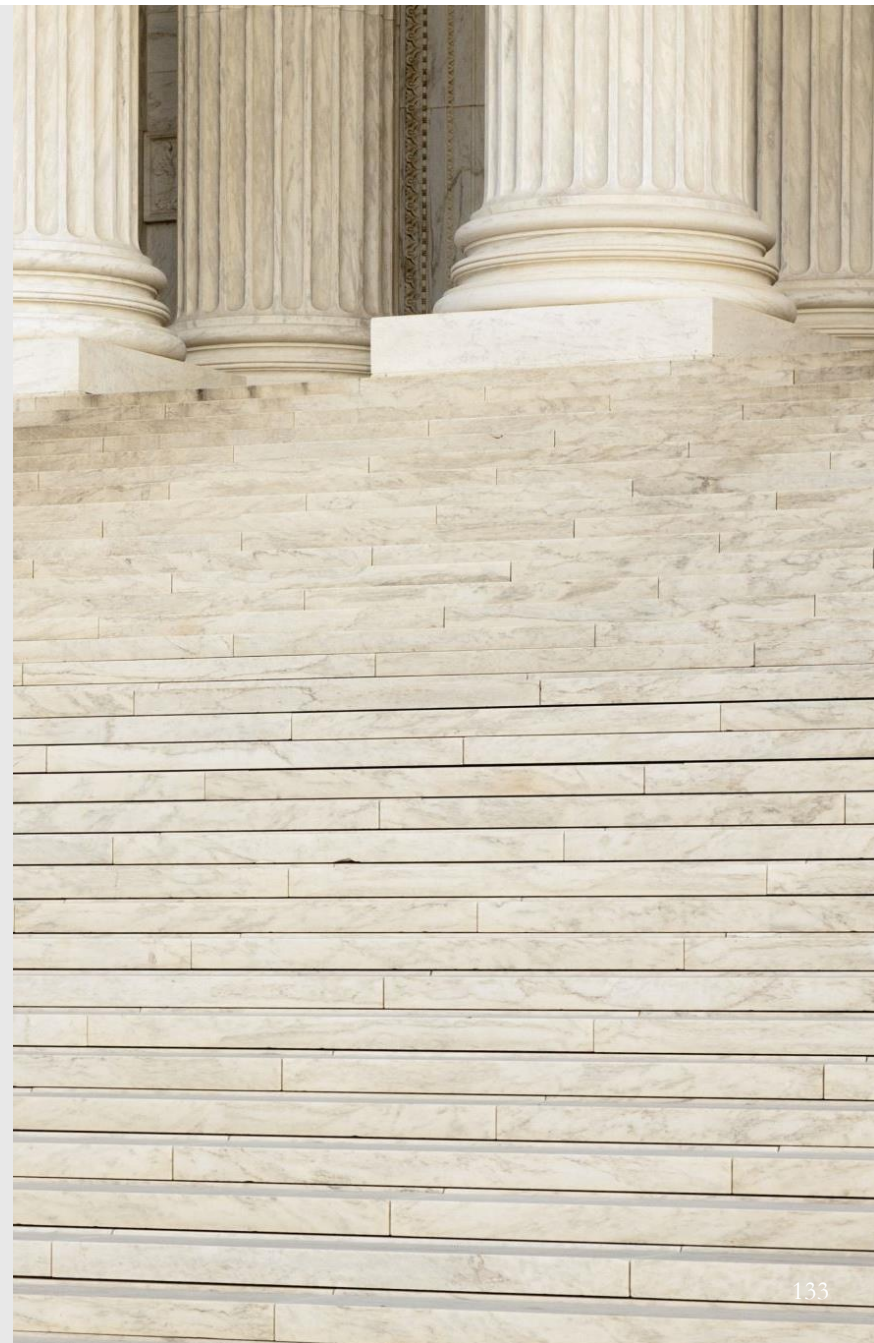
- základným cieľom asociácie je „zlepšiť kvalitu života v spoločnosti podporou rozvoja profesionálnych counselorov, rozvíjania profesie counseling a využívaním profesie a counselingovej praxe na podporu úcty k človeku, dôstojnosti a rozmanitosti.“

Založená v roku 1952 (3 zmeny názvu):

- Americká asociácia personálneho a poradenského poradenstva (1952 - 1983)
- Americká asociácia pre counseling a rozvoj (1983 - 1992)
- Americká asociácia counselingu (1992 - súčasnosť)

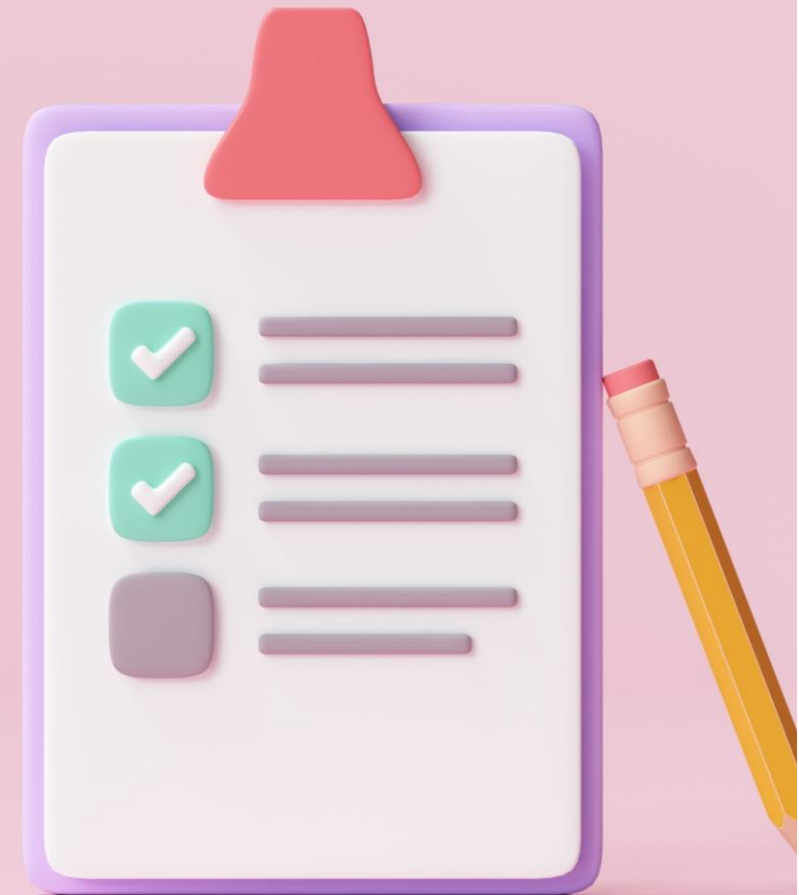
Vydáva odborné publikácie (Journal of Counseling and Development; Counseling Today; ACA eNews)

- <http://www.counseling.org>



KONTROLNÉ OTÁZKY

1. Aké je postavenie counselingu v USA?
2. Aké vzdelanie je v USA nevyhnutné na vykonávanie praxe Counselora?
3. V čom je Counseling špecifický?



poznámky

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

© prof. PhDr. Mária Šmidová, PhD., Mgr. Katarína Slezáková, PhD., Mgr. Marta Andraščíková, Mária Nemčíková, MSc. PhD, prof. RNDr. ThDr. Ladislav Csontos PhD., doc. Th Lic. Krzysztof Trębski, PhD., ThDr. Ing. Milan Urbančok SDB, PhD., PhDr. Renáta Jamborová SSS, PhD., PaedDr. Marián Cipár, PhD., doc. Jozef Žuffa, PhD., Gulnora Hundley, MD, PhD, LMHC, LMFT, QCS, 2024

© Trnavská univerzita v Trnave, Teologická fakulta, 2024

Trnavská univerzita, Teologická fakulta

P. O. Box 173

Kostolná 1, 814 99 Bratislava

tel.: +421 2/52 77 54 10

www.tftu.sk

2024

Metodická príručka k dištančnému modulu vzdelávania v oblasti pastorálneho counselingu

Vydala Dobrá kniha ako svoju 1 624. publikáciu, 1 396. na Slovensku.

1. vydanie

137 strán 4,5 AH

Vysokoškolská učebnica

ISBN 978-80-8191-416-4



dobrá kniha
vydavateľstvo

