



# Zvládání zátěžových situací pro pomáhající profese

Akreditace MPSV ČR: 2012/0663-PC/SP

8 výukových hodin

## Anotace

• Účastníkům z řad pracovníků v zařízeních sociální péče budou předány základní informace a obecné znalosti v oblasti sociálních dovedností a s teoretickými i praktickými východisky strategií zvládání zátěže - copingu. Prohloubí si znalosti ve vedení nedirektivního rozhovoru. Účastníci z řad sociálních pracovníků si rozšíří znalosti o adaptivní, maladaptivní, příklonové a odklonové strategie. Účastníci se seznámí podrobně s neadaptivními formami chování klientů sociálních služeb i jeho blízkých a možnostmi komunikace ve vypjatých situacích pracovního života. Budou hledány optimální způsoby řešení zátěžových situací, se kterými se pracovníci sociálních služeb setkávají ve své každodenní praxi – např. konfliktní situace. Seminář by měl pomoci pomáhajícím profesím reflektovat jeho běžné způsoby zvládání a rozšířit jeho spektrum copingových strategií. Cílem je pomoci pracovníkům v přímé obslužné péči lépe aplikovat nové formy, prostředky a poznatky do své každodenní praxe.

## Osnova

- úvod do problematiky
- teorie osobnosti a životního scénáře - transakční analýza
- nedirektivní přístup v komunikaci – teorie rozhovoru klient – pracovník sociálních služeb, vcítění se do pocitů a situací
- emoční blízkost
- neadaptivní formy chování v zátěžových situacích - stereotypní a neměnné způsoby chování a reagování
- konflikty a jejich zvládání, diskuzní překážky
- trénink sociálních dovedností – zvládání copingových strategií, odklonové a příklonové strategie, aktivní komunikace s dosažením záměru, nácvik situací v rámci každodenní praxe v sociálních zařízeních, asertivní sebeprosazení, přijatelný kompromis, příklady dobré praxe
- praktické nácviky
- diskuze

