


povídej, z. s.

VÝROČNÍ ZPRÁVA

za rok 2020



DÁVKUJTE SI INFORMACE
Nečtěte všechno a stále. Dejte si limit, kolikrát se podíváte na zprávy.

BUĎTE V KONTAKTU S LIDMI
Přes telefony, sociální sítě, z balkonu na balkon, neizolujte se emocionálně.



HÝBEJTE SE
I když zůstanete uvnitř v bytě, naplánujte si cvičení, jakkoliv jednoduché.

NEZTRÁCEJTE HUMOR
Smích neléčí všechno, ale pomáhá bojovat proti úzkosti a špatným pocitům.

Jak psychicky zvládnout období pandemie?

ZŮSTAŇTE V PŘÍTOMNOSTI
Nenechejte se odvléci do říše katastrofických představ a nejhorších scénářů. Buďte teď a tady a řešte věci krok za krokem.

ODMĚŇTE SE
Buďte k sobě laskaví. Dopřejte si něco, co máte rádi a co vám udělá dobře. Horká vana, dobré jídlo, oblíbená hudba, další díl seriálu – prostě cokoli, co funguje.

UDRŽTE SI REŽIM DNE
Alespoň v hrubých rysech si stanovte, co kdy budete dělat, aby se den nerozpliznul do nekonečného chystání se na něco.





povídej, z.s.

VÝROČNÍ ZPRÁVA

za rok 2020

■ Účel a cíle Povídej, z. s.

ÚČEL

Povídej, z. s. je samosprávná nezisková organizace založená za účelem poskytovat odbornou psychosociální pomoc a podporu lidem nacházejícím se v tíživé životní situaci.

CÍLE A PROSTŘEDKY

Naplnění účelu spolku dosahujeme následujícími prostředky:

1. Zajišťujeme pomoc dětem, mládeži a dospělým v situaci akutní psychické nouze, zvláště požádají-li o rychlou pomoc na telefonu Linky důvěry. Úkolem je zeslabit intenzitu krizového stavu a zamezit tomu, aby se nadále zhoršoval, provést volajícího náročnou situací a podpořit účelné řešení problému.
2. V rámci služby Krizové pomoci zajišťujeme první psychologickou pomoc, krizovou intervenci, emergentní psychoterapii a preventivní péči v oblasti mezilidských vztahů.
3. V rámci spolupráce s OSPOD zajišťujeme první psychologickou pomoc, poradenství a psychoterapii pro ohrožené rodiny.
4. Zajišťujeme následnou péči a kontakty v rámci psychosociální sítě.
5. V rámci své odborné působnosti nabízíme a organizujeme další vzdělávání odborné a laické veřejnosti.
6. Spolupracujeme na rozvoji sociální služby v rámci komunitních plánů měst a kraje.

PROFIL

Povídej, z. s. je zapsán ve spolkovém rejstříku, vedeného Městským soudem v Praze, oddíl L, vložka 9010. Navazuje na činnost občanského sdružení Povídej, které bylo zaregistrováno MV ČR dne 13. 5. 1998.

Činnost zapsaného spolku je upravena Občanským zákoníkem č. 89/2012 Sb.

Povídej, z. s. je samostatnou právnickou osobou.

K naplňování stanovených cílů Povídej, z. s. zřizuje a provozuje Centrum krizové intervence.

■ Úvodní slovo

Vážení přátelé a čtenáři naší výroční zprávy,

když jsme psaly úvodní slovo k naší výroční zprávě za rok 2019, netušily jsme, že o rok později bude dál pandemie, koronavirus a omezení běžného života tématem číslo jedna pro náš život. Že se náš život změní na on-line fungování, a původní nadšení z boje s koronavirem a vším, co s tím souvisí, se změní ve vyčerpání, únavu, bezmoc a naštvanost. Nejvíce trápení vše kolem nás přináší seniorům a dětem, které ztrácejí představu o zdravém svobodném životě ve společnosti a motivaci k čemukoliv.

S mnoha lidmi na lince důvěry i v poradně krizoví pracovníci sdíleli jejich příběh těžkostí, obav a životních ztrát v souvislosti s pandemií. A i když se situace a těžkosti netýkaly pandemie, tak nebyl člověk, který by se nezmínil, že ho světová situace ovlivňuje. Zvýšil se počet lidí s úzkostmi a depresemi, lidí, kteří jsou plní obav po prodělané nemoci, lidí, kteří řeší ztrátu blízké osoby a otázky kolem důstojného rozloučení. Naši dospívající a děti z druhého stupně jsou zasaženi nedůvěrou ve svět a v sebe. Trápí je nedostatek motivace a smysluplnosti bytí. Jsou přetížení on-line výukou, která klade větší nároky na samostatnost, i vztahy v rodině natěsno. Rodiče i učitele trápí vyčerpání.

Víc, než kdy jindy, je krizová pomoc nezbytnou službou první pomoci, aby se psychický stav jedince nebo rodiny nezhoršoval, aby došlo k stabilizaci a podpoře nových způsobů zvládnání těžkých životních situací. Přes všechna smysluplná doporučení, která byla posílána veřejnosti, je individuální přístup na lince a v poradně nezbytný, když přestávají vlastní strategie, jak zvládnout těžkosti, fungovat.

Rok 2020 je rokem, kdy se lidé nebojí hledat pomoc v krizových službách a péče o ně vyžaduje více času a také následných služeb psychologů, sociálních pracovníků, klinických psychologů, lékařů, psychiatrů. Zdá se, že i systém péče o duševní zdraví prochází velkým testem zátěže. A tak si jen přejme, aby zátěž této doby posílila naši odolnost a naše nové schopnosti a možnosti a nevedla nás ke kolapsu. Zatím se ukazuje, že touha a schopnosti zvládnout krizi je velká, i když si čas od času zoufáme.

Jsme tu stále pro vás a pro vaše starosti.



Mgr. Eva Bicanová
ředitelka Centra krizové intervence



PhDr. Eva Morawská
Předsedkyně Povídej, z. s.

Charlie Chaplin zemřel ve věku 88 let. Zanechal nám 4 odkazy:

- (1) Na tomto světě není nic věčné, ani naše problémy.
- (2) Rád chodím v dešti, protože nikdo nevidí mé slzy.
- (3) Nejpromrhanějším dnem v životě je den, kdy se nesměju.
- (4) Šest nejlepších lékařů na světě

1. Slunce
2. Odpočinek
3. Trénink
4. Zdravá strava
5. Sebeúcta
6. Přátelé

■ Orgány Povídej, z. s.

VÝBOR

PhDr. Eva Morawská – předsedkyně
Mgr. Jana Múdra – místopředsedkyně
Mgr. Eva Bicanová

REVIZNÍ KOMISE

Ladislava Petříková
Mgr. Petr Hammerlindl
PhDr. Eva Filipová

ČLENOVÉ POVÍDEJ, Z. S.

Mgr. Ivona Baklíková	Mgr. Jana Múdra
Mgr. Eva Bicanová	PhDr. Martina Skalníková
PhDr. Eva Filipová	Mgr. Eva Soukupová
Mgr. Ilona Gembiczská	Mgr. Zuzana Sůvová
Mgr. Petr Hammerlindl	Mgr. Veronika Šenkapounová
Mgr. Zuzana Hanyková	Mgr. Tereza Tichá, DiS.
Blažena Chládková	Mgr. Veronika Waneková
Ing. Dana Jandová	
Mgr. Jana Kmochová	
Bc. Roman Kunc	
PhDr. Eva Morawská	

ČESTNÍ ČLENOVÉ

Mgr. Stanislava Černá
PhDr. Eva Grandischová
Jiřina Pospíšilová

KONTAKTNÍ ÚDAJE

Povídej, z. s., Česká 235, 284 01 Kutná Hora
Telefon/fax: 327 511 111
mobil: 602 874 470
internet: www.linkaduvery.kh.cz nebo www.cki.kh.cz
e-mail: linkaduvery@kh.cz
IČO: 67984860
Bankovní spojení: ČSOB Kutná Hora, č. ú.: 131 265 551/0300

Organizační struktura

Členská schůze Povídej, z. s.	
Výbor Povídej, z. s. PhDr. Eva Morawská - předsedkyně Mgr. Jana Múdra - místopředsedkyně Mgr. Eva Bicanová Kontrolní komise Povídej, z. s. Ladislava Petříková PhDr. Eva Filipová Mgr. Petr Hammerlindl	
Centrum krizové intervence Mgr. Eva Bicanová - ředitelka	
Linka důvěry od pondělí do pátku, od 8.00 do 22.00 hodin, včetně svátků	Poradna pro lidi v tísní každý pracovní den 8.00–18.00 hodin – dle objednání
Interní zaměstnanci Vedoucí LD Mgr. Eva Soukupová Odborný pracovník LD Mgr. Eva Soukupová Mgr. Veronika Waneková Mgr. Eva Bicanová – interní supervizor Externisté 8 konzultantů LD	Interní zaměstnanci Vedoucí poradny Mgr. Eva Bicanová <i>(psycholog, psychoterapeut - problematika dospělých)</i> Mgr. Veronika Waneková <i>(psycholog, psychoterapeut)</i> Externisté Mgr. Zuzana Hanyková <i>(dětský psycholog- problematika dětí a rodin)</i> PhDr. Eva Morawská <i>(pedagog, psychoterapeut - problematika dospělých a adolescentů)</i> PhDr. Martina Skalníková <i>(dětský psycholog - problematika dětí)</i> Mgr. Zuzana Sůvová <i>(dětský psycholog – problematika dětí a dospívajících)</i> Mgr. Petr Hammerlindl <i>(psycholog – psychoterapeut)</i> Mgr. Veronika Šenkapounová <i>(psycholog-psychoterapeut)</i>

■ Základní statistické údaje roku 2020

Centrum krizové intervence	2609 kontaktů, 3520 intervencí
Linka důvěry i.s. 3706758 – telefonická krizová pomoc	kontaktů: 2609 Intervence - hovor: 1528 internetové poradenství: 38
Poradna pro lidi v tísní i.s. 5296525 – krizová pomoc	118 případů dospělí a páry = 383 konzultací (766 intervencí) 201 případů dětí a rodin = 594 konzultací (1188 intervencí) 15 zpráv pro OSPOD a soud
Preventivní programy	11 besed na školách – 134 dětí

■ Linka důvěry v roce 2020

Linka důvěry byla v roce 2007 zaregistrována jako služba Telefonické krizové pomoci podle zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Číslo registrace služby – identifikátor služby je 3706758.

CÍLE

1. Poskytnout každému člověku v tísní, zoufalství a při nebezpečí sebevraždy možnost bezprostředního kontaktu s jiným člověkem, který je připraven a schopen jej vyslechnout a vést s ním hovor, aniž by ho omezoval v jeho svobodě.
2. Dodat volajícímu odvalu k životu a přispět k překonání jeho krizového stavu, aby mohl nadále žít důstojně, způsobem pro něj běžným.
3. Podpořit volajícího ve využití potenciálu jeho přirozeného prostředí, ať už se jedná o jeho rodinu, místní společenství či služby místních institucí.
4. Zaručit uživateli kvalitní péči s vysokým důrazem na odbornost pracovníků, bezpečí a plnou anonymitu.

CÍLOVÁ SKUPINA

Cílovou skupinou jsou děti, mládež a dospělí v situaci akutní psychosociální krize, kteří se rozhodli svou tíživou životní situaci řešit s odbornou pomocí na telefonu linky důvěry.

ZÁSADY

1. Každému volajícímu a každému, kdo přijde do osobního kontaktu s pracovníky linky důvěry, je zaručena absolutní mlčenlivost. Tato mlčenlivost může být porušena pouze na výslovnou žádost volajícího.

2. Na volajícího ani na pracovníka linky důvěry nesmí být vykonáván jakýkoliv nátlak, který se týká přesvědčení, náboženství, politiky nebo ideologie.
3. Všichni pracovníci linky důvěry procházejí pečlivým výběrem, přípravou a školením. Přitom je nutno brát v úvahu zejména schopnost pochopení pro druhého člověka, schopnost empatie, naslouchání a sebereflexe.
4. Od volajícího nesmí být požadován finanční ani jakýkoli jiný závazek.
5. Pracovníci linky důvěry mohou před soudem vypovídat jen se svolením uživatele a vedoucího linky důvěry.

PERSONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ LINKY DŮVĚRY

Pracovní tým linky důvěry se v roce 2020 skládal ze tří interních pracovníků, kteří zajišťovali službu na telefonu od 8.00 do 16.00 hodin, a 8 externistů pro odpolední služby od 16.00 do 22.00 hodin a svátky. Mgr. Veronika Waneková se v r. 2020 věnovala besedám a interakčním programům na školách, aby se zvýšilo povědomí žáků a studentů o krizové pomoci a podpořila se jejich schopnost účelného jednání v krizi a schopnost sebeochrany.

CELKOVÉ PERSONÁLNÍ OBSAZENÍ V R. 2020:

A. Kmenoví zaměstnanci Odbornost	Počet osob	Vzdělání	Funkce	Úvazek	Obsah, náplň práce
speciální pedagog– krizový intervent	1	VŠ	vedoucí LD, konzultant LD	1	0,1 manažerská a administrativní práce 0,9 služba telefonické krizové intervence
psycholog–krizový intervent	1	VŠ	řed.org., konzultant LD a interní supervizor	0,3	0,1 manažerská práce, administrativa, supervize 0,2 telefonická krizová intervence
psycholog–krizový intervent	1	VŠ	konzultant LD	0,15	0,15 služba telefonické krizové intervence
Celkem	3			1,45	

CELKOVÉ PERSONÁLNÍ OBSAZENÍ V R. 2020:

B. Externí pracovníci	Počet osob	Vzdělání	Funkce	Počet hod/rok	Obsah, náplň práce
pedagog–krizový intervent	1	VŠ	konzultant linky důvěry	146	služby telefonické krizové intervence na telefonu linky důvěry
sociální pedagog–krizový intervent	1	VŠ	konzultant linky důvěry	222	služby telefonické krizové intervence na telefonu linky důvěry
psycholog–krizový intervent	2	VŠ	konzultant linky důvěry	342	služby telefonické krizové intervence na telefonu linky důvěry
sociální pracovník–krizový intervent	3	VŠ	konzultant linky důvěry	669	služby telefonické krizové intervence na telefonu linky důvěry
sociolog–krizový intervent	1	VŠ	konzultant linky důvěry	281	služby telefonické krizové intervence na telefonu linky důvěry
Celkem	8			1660	

LINKA DŮVĚRY – KRIZOVÝ TELEFON

V roce 2020 byla Linka důvěry volajícím k dispozici přímou službou krizového pracovníka na telefonu od pondělí do pátku od 8.00 do 22.00 hodin, včetně svátků. Klienti byli o službě informováni propagačním materiálem a inzercí v médiích, informace mohli také nalézt na našich internetových stránkách - linkaduvery.kh.cz.

V tomto roce byl počet kontaktů na linku důvěry přibližně stejný jako v předchozím roce.

Celkový počet kontaktů na telefonu Linky důvěry v roce 2020: 2609, z toho 1528 typu intervence (hovor) + 38 písemných intervencí přes internetové poradenství.

INTERNETOVÉ PORADENSTVÍ

Od roku 2001 poskytuje Linka důvěry v Kutné Hoře také internetové poradenství. Tato služba se řídí etickým kodexem pro internetové poradenství, s jehož obsahem je možné se seznámit na našich internetových stránkách www.linkaduvery.kh.cz.

V roce 2020 bylo poskytnuto internetové poradenství v 38 případech.

TÉMATA ŘEŠENÁ NA LINCĚ DŮVĚRY V ROCE 2020

Problematika	Počet	%
Vztahová problematika – (partnerská, manželská, rodinná, sousedská, vrstevnická, vztahy mezi nadřízeným a podřízeným, seznamování, nevěra, jiná)	386	14
Problematika osobní a existenciální - (problémy se sebou samým, problémy výkon, sebevražedné úvahy, osamělost, ztráta smyslu života, úmrtí blízké osoby, jiná)	1342	50
Psychopatologie	270	10
Sociálně právní problematika - (předmanželská, manželská, rozvodová, vztah rodičů a dětí, určení otcovství, péče o seniory, finanční tíseň, bytová tíseň, nezaměstnanost, jiná)	33	1
Problematika zdravotní - (tělesná nemoc, smyslové postižení, AIDS a strach z něj, gynekologická problematika, gravidita, antikoncepce, jiná)	376	14
Sexuální problematika - (prostá sexuální problematika, sexuální dysfunkce, sexuální deviace, rozhovor za účelem sex. uspokojení, jiná)	34	1
Problematika závislostí	160	6
Sociální patologie vztahu (domácí násilí)	40	2
Náhlá nečekaná traumatizující událost - (autonehoda, znásilnění, přepadení, okradení živelná katastrofa, náhlé tragické úmrtí, jiná)	24	1
Problematika syndromu CAN - (psychické týrání, tělesné týrání, sexuální zneužívání, zanedbávání dětí, rozvodové spory o dítě, ohrožující prostředí, systémové týrání, sekundární viktimizace)	3	1

VĚKOVÁ STRUKTURA VOLAJÍCÍCH NA LINKU DŮVĚRY (INTERVENCE)

Věk	Počet	%
7-10	0	0
11-15	8	1
16-18	10	1
19-26	58	4
27-35	207	13
36-49	1043	68
50-64	165	11
65-80	37	2

STRUKTURA VOLAJÍCÍCH PODLE POHLAVÍ

Pohlaví	Počet	%
Muži	905	59
Ženy	623	41

INTERNETOVÉ PORADENSTVÍ PODLE POHLAVÍ

Pohlaví	Počet	%
Muži	19	50
Ženy	19	50

■ Poradna pro lidi v tísní v roce 2020

Poradna pro lidi v tísní byla v roce 2007 zaregistrována jako služba Krizové pomoci podle zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Číslo registrace služby – identifikátor služby je 5296525.

Poradna pro lidi v tísní je ambulantním zařízením, které zajišťuje krizovou intervenci tváří v tvář a následnou psychologickou a psychoterapeutickou péči (emergentní a krátkodobou psychoterapii) zejména pro volající na Linku důvěry, kteří žádají o pomoc tohoto druhu a jsou rozhodnutí pracovat na svém problému hlouběji prostřednictvím osobního kontaktu s psychologem, psychoterapeutem nebo poradcem. Do poradny přicházejí klienti spontánně nebo na doporučení spolupracujících organizací.

V roce 2020 byla poradna uživatelům k dispozici **každý pracovní den od 8.00 do 16.00 hodin pro prvokontakt a do 18.00 pro objednané**. Linka důvěry potřebuje dobré vlastní zázemí následné psychologické, emergentní psychoterapeutické a sociální pomoci tváří v tvář a Poradna pro lidi v tísní se v tomto velmi osvědčila. Poradna je jediným zařízením svého druhu v regionu Kutná Hora, Čáslav a Kolín.

Díky programu Včasná pomoc dětem Nadace rozvoje občanské společnosti a The Velux foundations jsme mohli v tomto roce rozšířit naše služby pro děti a jejich rodiny v oblasti přímé péče – navýšení úvazků dětských psychologů a rodinných terapeutů a primární prevence – besedy s dětmi na téma dětské krize a jejího řešení s dětskou psycholožkou.

CÍLOVÁ SKUPINA

Cílovou skupinou poradny jsou zejména lidé volající na Linku důvěry, kteří projeví zájem o další psychologickou, psychoterapeutickou či poradenskou pomoc. Jedná se o lidi v různých osobních a vztahových krizích, kteří pro dobré zpracování krize potřebují krátkodobé odborné vedení.

Cílem poradny je také zabezpečit pomoc dětem a jejich rodinám v krizi, dětem týraným či zneužívaným a dětem v jiných obtížných osobních nebo vztahových (např. rozvodových, vrstevnických) situacích. Rodiny vyhledávají krizovou pomoc spontánně nebo na doporučení.

Jak je uvedeno výše, v roce 2020 se nám pro pomoc dětem v krizi podařilo službu rozšířit. A to díky podpoře z programu Včasná pomoc dětem, což je grantový program Nadace občanské společnosti z prostředků The VELUX Foundations.

Mgr. Veronika Waneková pro tuto cílovou skupinu pracuje od 1. 7. 2019 v úvazku 0,4 a na DPČ s úvazkem 0,2 byla přijata dětská psycholožka Mgr. Zuzana Hanyková. V rámci tohoto projektu se také rozšířila možnost preventivních programů na školách a byly zpracovány nové letáčky cílící na školní děti. Projekt pokračuje do 30.6.2021.

Poradna pro lidi v tísní svojí krizovou službou pro děti vychází vstříc potřebám rodičů a dětí, kteří se ocitnou v krizové rodinné situaci. U našich dětských klientů souvisí aktuální krize nejčastěji s domácím násilím a náročnou rozvodovou nebo porozvodovou situací, s úmrtím v rodině, ale také s problémy sebekoncepcí a sebebřijetím, suicidálními myšlenkami a pokusy v období dospívání. Aby bylo provázení dětí v náročných životních situacích efektivní, vyžaduje ve většině případů promyšlené vedení a podporu také osob dětem nejbližších. Pro účinnou terapeutickou péči je tedy nezbytná aktivní spolupráce rodičů. Složení odborníků Poradny pro lidi v tísní umožňuje vzájemně se doplňující propojení zkušeností z oblasti terapie dětí, dospívajících a párové, rodinné terapie.

CÍLEM KRIZOVÉ POMOCI JE:

1. pomoc dětem, mládeži a dospělým v situaci akutní psychické nouze, zeslabit intenzitu krizového stavu a zamezit, aby se nadále zhoršoval. Nabízená pomoc se netýká pouze prvního kontaktu, ale platí po celou dobu krizového stavu.
2. provést klienta jeho náročnou životní situací a podpořit účelné řešení problému.
3. dodat klientovi odvalu k životu a přispět k překonání krizového stavu, aby se mohl vrátit na předkrizovou úroveň event. na vývojově vyšší úroveň zpracování konkrétního problému a nadále mohl žít důstojně a způsobem pro něho obvyklým.
4. podpořit klienta ve využití potenciálu jeho přirozeného prostředí, ať už se jedná o rodinu, místní společenství či služby místních institucí.
5. zaručit klientovi kvalitní péči s vysokým důrazem na odbornost pracovníků.

METODY PRÁCE V KRIZOVÉ POMOCI

1. Pracovník poradny naváže se zájemcem o službu kontakt a vytváří s ním dohodu o potřebné intervenci – krizová intervence, psychoterapie, poradenství - co klient potřebuje a co mu pracovník může poskytnout. Dohoda také zahrnuje počet konzultací a v rámci vedení je zpřesňována a upravována.
2. V rámci krátké terapie a poradenství je důležité zacílení na konkrétní problém. Krátká terapie vytváří pro klienta možnost návratu na předkrizovou úroveň event. vývojově vyšší úroveň zpracování konkrétního problému.
3. Pracovník poradny provádí zápis o průběhu vedení případu do programu Kr-tec. Z tohoto zápisu je patrný vývoj dohody mezi pracovníkem a klientem – zakázka a individuální plánování služby - cíl terapie, poskytnuté intervence a ukončení případu.
4. Pokud pracovník pracuje s osobními daty klienta, vyžádá si k tomu jeho písemný souhlas.

PERSONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ PORADNY PRO LIDI V TÍSNI SLUŽBA KRIZOVÉ POMOCI

A. Kmenoví zaměstnanci Odbornost	Počet osob	Vzdělání	Funkce	Úvazek	Obsah, náplň práce
psycholog/ psychoterapeut: Mgr. Eva Bicanová	1	VŠ	vedoucí poradny, psycholog- psychoterapeut	0,7	0,15 manažerská práce a supervize 0,55 psychoterapeut- psycholog poradny
psycholog/ psychoterapeut: Mgr. Veronika Waneková	1	VŠ	psycholog- psychoterapeut	0,6	0,6 krizová intervence, emergentní psychoterapie
Celkem	2			1,3	

Vedoucí poradny:

Mgr. Eva Bicanová – *psycholog, psychoterapeut (problematika dospělých, párová a rodinná terapie)*

Interní odborník:

Mgr. Veronika Waneková – *psycholog, psychoterapeut (problematika dětí a dospělých)*

Externí odborníci:

PhDr. Eva Morawská – *pedagog, psychoterapeut (problematika dospělých a adolescentů)*

PhDr. Martina Skalníková – *speciální pedagog, dětský psycholog (dětská problematika, problematika syndromu CAN, práce s rodinou)*

Mgr. Zuzana Hanyková – *dětský psycholog (problematika dětí a rodin)*

Mgr. Zuzana Sůvová – *dětský psycholog (problematika dětí a dospívajících)*

Mgr. Petr Hammerlindl – *psycholog (problematika dospělých a dospívajících)*

Mgr. Veronika Šenkapounová – *psycholog (problematika dospívajících a dospělých)*

V roce 2020 vedla Poradna pro lidi v tísní 319 případů při 977 konzultacích (1 konzultace = 60 minut přímé práce s klientem) = 1954 intervencí a vydala 15 odborných zpráv pro OSPOD a okresní soud.

118 případů (383 konzultací) se týkalo dospělých klientů a párů, 201 případů (594 konzultací) se týkalo dětí a problematiky dětí, která byla řešena v kontextu rodiny. V 15 případech si rodiče vyžádali zprávu pro OSPOD nebo si situace dětí vyžádala spolupráci s OSPOD.

**PERSONÁLNÍ ZAJIŠTĚNÍ PORADNY PRO LIDI V TÍSNI
SLUŽBA KRIZOVÉ POMOCI**

B. Externí pracovníci	Počet osob	Vzdělání	Funkce	Počet hod/rok	Obsah, náplň práce
dětský psycholog/ speciální pedagog/ psychoterapeut: PhDr. Martina Skalníková	1	VŠ	dětský psycholog, psychoterapeut, krizový pracovník	196	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
pedagog/ psychoterapeut: PhDr. Eva Morawská	1	VŠ	psychoterapeut, krizový pracovník	115	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
psycholog/poradce: Mgr. Zuzana Sůvová	1	VŠ	dětský psycholog, krizový pracovník,	10	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
psycholog/ psychoterapeut: Mgr. Petr Hammerlindl	1	VŠ	krizový pracovník, psycholog	134	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
psycholog/krizový pracovník: Mgr. Veronika Šenkapounová	1	VŠ	krizový pracovník, psycholog	85	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
dětský psycholog: Mgr. Zuzana Hanyková	1	VŠ	krizový pracovník, dětský psycholog	400	služby krizové intervence, emergentní psychoterapie a poradenství
Celkem	6			940	

TÉMATA ŘEŠENÁ V PORADNĚ PRO LIDI V TÍSNI V ROCE 2020

Problematika	DOSPĚLÍ Počet případů	DĚTI A RODINY Počet případů
Problematika vztahová – partnerská, manželská, rodinná	63	63
Problematika sociálně-právní (rozvodová)	6	26
Problematika syndromu CAN	0	3
Problematika sociální patologie vztahu – domácí násilí	2	0
Problematika osobní a existenciální – sebevražedné úvahy, problémy se sebou samým, problémy výkonu, ztráty smyslu života, psychosomatika	54	67
Problematika závislostí - drogy	1	3
Zdravotní problematika	2	0
Náhlá nečekaná traumatizující situace	10	6
Psychopatologie	3	16
Šikana	0	1

SLOŽENÍ KLIENTŮ PORADNY PRO LIDI V TÍSNI V ROCE 2020

Děti a jejich rodiny- 201 rodin	379 osob
Děti do 5 let	19
Děti 6 – 10 let	47
Děti 11-14 let	72
Děti 15-18 let	50
Matka	130
Otec	44
Prarodiče	5
ostatní příbuzní	12
Dospělá populace – 118 jednotlivců nebo párů	133 osob
Muži	42
Ženy	91



▲ Odborná pomoc pěstounským rodinám

V roce 2020 jsme poskytovali odborné psychologické poradenství a psychotherapeutickou péči pěstounským rodinám, které doprovází Charita v Přelouči, a to ve dvou případech dvě intervence.

▲ Supervize a další vzdělávání pracovníků

SUPERVIZE

Obsahem a náplní supervize je podpora kvality služby a péče o klienta. Nástrojem supervize je především záměrné pozorování, cílené otázky, rozhovor a metody vztahující se k cíli práce. Děje se tak skrze zjišťování, ověřování, uvědomování procesu a především vztahu. V pomáhajících profesích jsou vztahy nejvýznamnější složkou celého procesu. Formy a způsoby supervize jsou různé, vždy však směřují ke zlepšení práce.

V r. 2020 pracoval tým Linky důvěry a Poradny pro lidi v tísní pod supervizí interního supervizora Mgr. Evy Bicanové (akreditace ČAPLD) a externích supervizorů. Tým pracovníků LD se sešel k pravidelnému superviznímu setkání v lednu a v květnu, jinak jsme byli nuceni omezit kontakty kvůli koronavirové krizi. Informace byly předávány v rámci předávání služby a supervize probíhala individuálně on-line. Tým poradny se sešel k poradě a supervizi v květnu, dále byla poskytována individuální supervize.

Každý pracovník má svůj index supervize a intervize, do kterého jsou zapisovány záznamy o supervizi individuální, skupinové a týmové a intervizi individuální nebo skupinové. Supervizní a intervizní systém pomáhá k uvedení nových pracovníků do praxe a k udržení dobré praxe celého týmu. Pro zvýšení kompetencí a dovedností pracovníka je důležité v supervizi zpracovat vnitřní nejistoty, těžká osobní témata, etická dilemata či přenosové otázky.

Supervize by měla chránit pracovníky před vyčerpáním a syndromem vyhoření, který je při nedostatku podpory ohrožuje a je výsledkem neustálého emočního tlaku spojeného s intenzivní účastí s lidmi.

DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ PRACOVNÍKŮ

Také v tomto roce se tým pracovníků Linky důvěry a Poradny věnoval prohlubování znalostí v rámci celoživotního vzdělávání pracovníků v pomáhajících profesích dle svých individuálních plánů.

Mgr. Veronika Waneková se vedle workshopů k tématům krizové pomoci vzdělává ve výcviku Psychoanalytické párové a rodinné terapie. On-line absolvovala tréninkový program Obtížné situace v sociálních službách. Zastupovala naši organizaci také na on-line sněmu České asociace pracovníků linek důvěry v prosinci 2020.

Mgr. Eva Soukupová, vedoucí linky důvěry, absolvovala rovněž on-line kurz Jak pracovat v sociálních službách dlouhodobě a zúčastnila se sněmu ČAPLD v lednu 2020.

Ředitelka organizace Mgr. Eva Bicanová se účastnila odborných konferencí, workshopů a supervizí v oblasti sociální práce a psychoterapie. Zúčastnila se sněmu ČAPLD v lednu 2020.

▲ Programy primární prevence

V r. 2020 jsme pokračovali v našich programech primární prevence. Interakční besedy o krizové pomoci měly za cíl seznámit děti, ale též pedagogy s tématem krize a odtabuizovat témata dětské krize, naučit děti sebeochraně a hledání pomoci k účelnému řešení problému. Těchto programů se zúčastnilo 11 skupin žáků a studentů ve věku od 9 do 21 let, celkem bylo osloveno 134 dětí. Programy primární prevence na školách zajišťovala Mgr. Veronika Waneková. Tyto besedy se ukazují jako důležitá prevence a součást péče o ohrožené děti. Po besedě většinou děti získají odvahu mluvit o svých trápeních a také získají naději na řešení.



▲ Propagace

Propagace služeb Centra krizové intervence, Povídej, z. s. , pod které služby Linka důvěry a Poradna pro lidi v tísní spadají, je založena na distribuci vlastních informačních letáčků a vizitkových kartiček. Distribuce letáčků míří do všech škol, ordinací, na úřady práce, OSPOD a do ostatních zařízení. Dále je činnost Centra krizové intervence prezentována při besedách a interakčních programech ve školách a při přednáškách pro laickou i odbornou veřejnost. Veřejnost byla o činnosti CKI informována na stránkách regionálních novin, a to opakovaně zejm. v souvislosti s možnostmi krizové pomoci v rámci koronavirové krize. Centrum krizové intervence má vlastní webové stránky www.cki.kh.cz a www.linkaduveru.kh.cz, kde jsou všechny služby, které poskytuje, popsány a jsou zde uvedeny dokumenty, podle kterých se jednotlivé služby řídí.

Pracovníci CKI jsou aktivně zapojeni do programu komunitního plánování v Kutné Hoře, Kolíně i Čáslavi.

■ Zpráva o hospodaření v roce 2020

Výnosy	2.596.156,29
Náklady	2.630.874,97

VÝNOSY

Středočeský kraj (S0572)	1.630.300
Humanitární fond Středočeského kraje	120.000
NROS – Včasná pomoc dětem (The VELUX FOUNDATIONS)	337.176
Město Kutná Hora	381.308
Město Čáslav	50.000
Město Kolín	60.000
Tržba z prodeje služeb – vzdělávání a poradenství pro pěstouny	1.600
Úroky z BÚ	172,29
Členské příspěvky	5.600
dary (MVE PLUS, osobní dar)	10.000
VÝNOSY CELKEM	2.596.156,29

NÁKLADY

Materiálové náklady	65.583,81
Kancelářské potřeby	1.986
Spotřeba materiálu	7.488,88
Odborná literatura	1.712,83
Drobný hmotný majetek do 40.000	54.396,10
Spotřeba nehmotného mat. – do 40.000	0
Spotřeba energie	68.944
Oprava a údržba	0
Cestovné	1.772
Služby	359.183,60
Nájemné	128.520
Telefony	44.886,60
Poštovné	1.395
Školení, supervize	5.829
Propagace	2.036
SW služby	7.892
Účetní služby	159.720
Ostatní služby	8.905

Osobní náklady	2.117.782
Hrubé mzdy	1.189.102
OON – DPČ	84.000
OON - DPP	400.060
Sociální pojištění organizace	315.735
Zdravotní pojištění organizace	114.576
Náhrada mzdy (dočasná prac. neschopnost)	14.309
Ostatní náklady	17.609,56
Ostatní daně a poplatky	1.745
pokuty, penále	0
Jiné provozní náklady	7.908,56
Pojištění organizace a služeb	5.225
Bankovní poplatky	2.731
NÁKLADY CELKEM	2.630.874,97

Finanční účty celkem	447.164,89
Dlouhodobý majetek k 31. 12. 2020	719.682,95
Krátkodobé závazky k 31. 12. 2020	16.933,95

K ÚČETNÍ UZÁVĚRCE:

Hospodářský výsledek před zdaněním	- 34.718,68
Hospodářský výsledek z fin. operací	0
Provozní hospodářský výsledek	- 34.718,68
Výdaje neovlivňující základ daně	2.630.874,97
Příjmy nezahrnované do základu daně	2.596.156,29
Základ daně	0

■ Klíčové pojmy

(D.Vodáčková a kol., Krizová intervence, Praha: Portál, 2002)

KRIZE

Krize je životní situace, která přesahuje obvyklý repertoár vyrovnávacích strategií. Krize má subjektivní charakter. Pro každého znamená něco jiného. Je definována jedincem.

Krize se často dotýká celého rodinného systému.

Krize znamená nebezpečí i příležitost. Je důležitým činitelem změny a zrání pro každého jedince.

Krizový stav trvá několik hodin až dnů. Po této době se zpravidla objeví následek krize, ať pozitivní či negativní.

Krizi urychlují vnější či vnitřní činitelé.

Rodiny či jedinci jsou v krizové situaci často velmi přístupní změně.

Nezvládnutý krizový stav vede k syndromu psychického ohrožení.

KRIZOVÁ INTERVENCE

Krizová intervence trvá po dobu klientova krizového stavu. V případě ambulantního kontaktu jde zhruba o jedno až tři setkání, mezi nimiž je obvykle několikadenní přestávka. Frekvence setkání se domlouvá podle naléhavosti stavu klienta. Krizová intervence končí ve chvíli, kdy se klient cítí být schopen svoji situaci konstruktivně řešit – získal užitečné nástroje a díky rozšíření sféry možností jsou pro něj dostupnější jeho přirozené zdroje podpory.

EMERGENTNÍ PSYCHOTERAPIE

Emergentní psychoterapie propojuje prvky krizové intervence s prvky psychoterapie. Není zaměřena jen na odstranění symptomu. Navzdory časovému omezení (cca 6 sezení) poskytuje možnost, aby se klient rekonstituoval na vyšší úroveň než předkrizovou. Jejím cílem je práce s jakýmkoli akutním problémem. Emergentní psychoterapie je považována za metodu první volby. Jen když neuspěje, nebo se objeví důvod požadovat extenzivnější změny, mělo by se přikročit k dlouhodobější psychoterapii.

KRÁTKODOBÁ PSYCHOTERAPIE

Krátkodobá psychoterapie si klade omezený cíl – vyřešit a odstranit vymezenou a ohraničenou symptomatologii, nebo ji zmírnit. Eventuálně se týká ohraničeného problému zahrnujícího zrání jedince, jeho rodinný systém apod. Do struktury osobnosti klienta zasahuje částečně. Za krátkodobou se považuje psychoterapie do 20 sezení.

SUPERVIZE

Obsahem a náplní supervize je podpora kvality služby péče o klienta. Nástrojem supervize je především zaměřené pozorování, cílené otázky, rozhovor a metody vztahující se k cíli práce. Děje se tak skrze zjišťování, ověřování, uvědomování si procesu a především vztahu. V pomáhajících profesích jsou vztahy nejvýznamnější složkou celého procesu. Formy a způsoby supervize jsou různé, vždy však směřují ke zlepšení práce.

■ Donátoři a sponzoři

STŘEDOČESKÝ KRAJ

HUMANITÁRNÍ FOND STŘEDOČESKÉHO KRAJE

MĚSTO KUTNÁ HORA

MĚSTO ČÁSLAV

MĚSTO KOLÍN

NROS Z PROGRAMU VČASNÁ POMOC DĚTEM

THE VELUX FOUNDATIONS

MVE PLUS ČÁSLAV

Středočeský kraj



THE VELUX FOUNDATIONS

VILLUM FONDEN × VELUX FONDEN



*Včasná pomoc
dětem*

Velké poděkování patří všem, kteří finančně či věcnými dary podpořili naši činnost.

Číslo účtu: 131265551/0300, ČSOB Kutná Hora

Grafická úprava, tisk: LEPOR s. r. o.

Náklad: 50 ks

Kutná Hora 2021

