

## instrukce, náměty k seminárnímu úkolu

Podmínkou k ukončení předmětu „Zátěž, trauma a krize v životě člověka“ je **splnění seminárního úkolu** a poté jeho samostatné (tím mám na mysli – nikoli ve dvojicích či jiných n-ticích) **prezentování** (čas. rozsah cca 15 až 20 min) v jednom prezentačním semináři/kolokviu (termíny jsou vypsané v ISu).

- Seminární úkol není potřeba odevzdávat v elektronické podobě, podmínkou je jeho „živá“ prezentace (podobně, jak tomu bylo minulý semestr ve skupinkách v předmětu „*Protektivní a rizikové psychosociální faktory duševního zdraví*“). Odevzdání úkolu (do odevzdávnice) je pouze nepovinné, se záměrem jeho sdílení se spolužáky.

Váš seminární úkol bude zaměřen výhradně **empiricky**<sup>1</sup> (*empirie – „zkušenost jako zdroj poznání“*).

Provedete **malý kvalitativní výzkum(ek)**, **ilustrující některý/é z aspektů krize v životě člověka**.

Současně se seznámíte se základními pojmy, vztahy a souvislostmi tohoto tématu prostřednictvím stručných podpůrných textů v ISu - <https://is.muni.cz/auth/el/ped/podzim2024/VZB32/><sup>2</sup> (nebo jiné literatury – např. uvedené jako „doporučená“), abyste mohli získanou zkušenost a výsledky svého autentického zkoumání zasadit do teoretického kontextu (např. pojmenovat, o jaký druh krize se jedná/jednalo, jak probíhala, jaké byly její příčiny, jaké byly rizikové či protektivní faktory, případné následky atd. atd.). Používanými metodami při realizaci výzkum(k)u bude zejména **rozhovor**, u některých úkolů je vhodná anketa ... atp.). Vhodné pro tyto účely je zejména **narativně biografické interview** – mrkněte třeba **SEM**, můžete použít i anketu (mezi vašimi vrstevníky např. – vhodné pro námět č. 2) atd. atd. Jinými slovy – k takto tematicky zadanému úkolu se velmi hodí **kvalitativní výzkumný přístup**, ovšem samozřejmě je možné postupovat i v rámci kvantitativního výzkumu (zpracování ankety, dotazníku atp.), v tom případě vám doporučuji kombinovat oba přístupy (např. anketu doplnit několika rozhovory apod.). Kvalitativní přístup osobně považuji za pro vás přínosnější (více se tím naučíte 😊) a také za zajímavější.

Úkoly jsou zadány ve formě **námětů**, tzn. - není zde přesné zadání, ale **u každého úkolu máte velký „stupeň volnosti“ pro vlastní modifikaci, popř. pro vlastní nápad, úkoly můžete i kombinovat** (je samozřejmé, že se obsahově překrývají). Pokud si se svými modifikacemi či nápady nejste jisti, budu ráda, když je se mnou prokonzultujete<sup>3</sup>. Konzultovat můžete kdykoli v průběhu práce na seminárním úkolu.

U úkolů (1) až (4) je stručně naznačen způsob jejich realizace, u následujících úkolů je způsob obdobný – vždy se jedná o **autentickou zkušenost konkrétního člověka** (resp. **více lidí**), vámi zaznamenanou, zpracovanou (pomocí teorie) a zprostředkovanou (spolužákům při páteční prezentaci).

<sup>1</sup> Tentokrát (na rozdíl od předmětu „*Protektivní a rizikové psychosociální faktory duševního zdraví*“, který většina z vás absolvovala, kde byla možnost vybrat si i úkol zaměřený teoreticky) bude seminární úkol zaměřen **výhradně empiricky**, což je vzhledem k živosti tématu „krize ...“ bezesporu přínosnější.

<sup>2</sup> Jako zdroj nejzákladnějších informací k tématu doporučuji stručnou prezentaci |1| a stručný text |2|.

<sup>3</sup> Kdykoli mailem: [prokopova@ped.muni.cz](mailto:prokopova@ped.muni.cz)

# Náměty k seminárnímu úkolu:

## (1) Krize s odstupem let

(dvojí aspekt krize – s časovým odstupem krize nejen negativní, způsoby zvládnání, faktory, dynamika ... atd.)

**Retrospektivní rozhovor se seniorem**, v němž půjde zejména o vystižení toho, jak vnímá starý člověk s odstupem různá bolavá místa své životní cesty, co mu pomohlo v nejtěžších chvílích, co event. naopak ublížilo atp. Pokud máte možnost rozhovoru s více seniory, je možné též zaměřit se na srovnání jejich různých zkušeností (např. v souvislosti s osobnostními charakteristikami).

## (2) Krize a její zvládnání

**Rozhovory s vrstevníky**, klíčové otázky - např. co kdo považuje za největší krizi ve svém životě, jak se kdo s touto krizí vyrovnal, co je/bylo nejtěžší na jejím zvládnutí/zvládnání, co/kdo komu nejvíce pomáhá v tíživých situacích atp. Půjde zejména o vystižení jak rozdílnosti, tak i společných znaků prožívání krize a jejího zvládnání, a to ve vrstevnické věkové skupině.

## (3) Krize a alkohol či jiná závislost<sup>4</sup>

**Rozhovor s člověkem, který se stal závislým na alkoholu v souvislosti s nějakou krizí** (ať už akutní – konkrétní trauma – nebo chronickou – dlouhodobá traumatizace). Může jít o člověka, který dosud svou závislost nepřekonal nebo o člověka, který ji naopak překonal. Zde půjde zejména o vystižení souvislosti krize a etiologie závislosti, dále o dynamiku celého procesu, případně také o motivaci k abstinování, prognostickou rozvahu atd.

## (4) Komunitní krize

**Zde se nabízí vysoce aktuální téma:** Epidemická komunitní krize (covid-19, krize spojená s děním na Ukrajině...). Můžete např. zjišťovat, jak kdo (vaši vrstevníci či lidé různého stáří, celé rodiny atd. atd.) prožívají krizi, která různým způsobem a v různé míře zasahuje do života (pravděpodobně) nás všech, jakým způsobem se různí lidé s touto situací vyrovnávají atp.

## (5) „Odložená bolest“ (PTSD – posttraumatická stresová porucha)

## (6) Chronická krize (traumatizace)

## (7) Syndrom vyhoření (specifická krize u pomáhajících profesí)

## (8) Krize v partnerském vztahu

## (9) Krize a rodina

## (10) Krize jako bod obratu (posttraumatický růst)

## (11) Vlastní námět či vlastní modifikace námětu z nabídky

---

*Jakmile si vyberete úkol (event. po mail-konzultaci se mnou),  
sdělte mi (každý z vás sám za sebe) nejpozději **do 15. října** na adresu:  
[prokopova@ped.muni.cz](mailto:prokopova@ped.muni.cz)*

→  *které téma jste si zvolili, popř. jak hodláte to či ono téma modifikovat,  
případně i vámi navrhované další – nové téma.*

*Možná, že jsem něco napsala nejasně nebo nenapsala vůbec, klidně se na mě obraťte  
mailem kdykoli s jakoukoli otázkou!!*

***Přeji vám, abyste si úkol dobře zvolili  
a aby pro vás byl obohacujícím,  
těším se na setkání s vámi  
a všechny vás zdravím,***

*Alice Prokopová*

---

<sup>4</sup> Popř. i jiná závislost či jiné látky, přičemž alkohol patří stále mezi nejčastěji užívané látky při pokusech o „samoléčbu“ psychické bolesti.

# Kvalitativní výzkum (jen stručné základní informace)

- **O co jde?**

Při **kvalitativním přístupu** k výzkumu je cílem hlouběji porozumět lidskému chování, zkušenostem, prožitkům, myšlenkám, motivacím, jevům atp. Výzkumník se snaží odkrývat význam informací, kromě otázky „CO?“ jej zajímá i „PROČ?“. Na rozdíl od kvantitativního přístupu probíhá sběr a analýza dat **nenumericky**.

- **Jak získat data (metody sběru dat)?**

**Rozhovor:** Polostrukturované nebo nestrukturované rozhovory, kladení otevřených otázek – pro možnost volného vyjádření.

**Pozorování:** Sledování účastníků v jejich přirozeném prostředí.

**Analýza dokumentů a textů a jiných výtvorů:** Zkoumání písemných materiálů (deníky, dopisy, oficiální dokumenty...), obrázků nebo multimediálních materiálů atd.

**Focus groups:** Moderované skupinové diskuse, probírání určitého konkrétního tématu („ohnisko“), zjišťování zkušeností, postojů, názorů, reakcí účastníků i celkové skupinové dynamiky.

- **Jak analyzovat data (metody analýzy dat)?**

**Kódování:** Odkrývání hlubších významů pomocí kódů, které reprezentují klíčové myšlenky, témata, a to na základě seskupování pojmů, myšlenek, témat atd. (kategorizace).

**Tematická analýza:** Identifikace a analýza opakujících se témat v datech.

**Narativní analýza:** Studium osobních příběhů, vyprávění...

**Zakotvená teorie:** Přístup, který vytváří/vyvíjí teorie na základě dat, která jsou průběžně sbírána a analyzována („teorie vycházející z dat“).

- **Výhody a (relativní) nevýhody kvalitativního přístupu**

V kvalitativním výzkumu

- lze jít do **hloubky** zkoumaného problému („pod povrch věcí“),
- lze vnímat **očima různých lidí** (rozšíření perspektivy),
- mohou být zachyceny **různé skryté významy** (které nezachytí ankety či statistiky),
- sledujeme **lidi a jejich projevy v přirozeném prostředí**,
- navíc – kvalitativní výzkum může inspirovat k **nalézání nových hypotéz**.

Určitými relativními nevýhodami jsou např.

- **subjektivita** (vedoucí k případnému zkreslení),
- **obtížná** (omezená, diskutabilní) **generalizace výsledků**
- a také **časově náročný proces sběru a analýzy dat**.

- **Užitečné odkazy**

☞ **Kolektiv autorů: Metodika ke zpracování závěrečné práce pro vybrané nelékařské zdravotnické obory**

☞ **Jan Hendl: Kvalitativní výzkum**