

## 08. 04. 2004 – Formy, metody a způsoby poradenské práce

### Rozdělení metod poradenské práce (podle Paulíka, 1994):

- metody **diagnostické** (zpřesnění informací o klientovi) – rozhovor, pozorování a posuzování, dotazníky, testy výkonnosti i osobnosti, analýza výsledků činnosti, sociometrická technika
- **informační** – individuální sdělení, přednášky, besedy, audioviz. a počítačové programy
- **terapeutické** – metody s léčebným efektem, řešící problémy klienta odstraněním nežádoucí symptomatologie, odstraněním vnitř. příčin klientova problému

### Gabura, Pružinská (1995) uvádí bez jakéhokoliv klíče výčet následujících metod:

- **Informace** – právní konzultace, konzultace z oblasti sociálního zabezpečení apod. Kontakt bývá většinou jednorázový
- **Distribuce** – poradce „distribuuje“ klienta k odborníkovi na daný problém
- **Klarifikace** – objasňování aspektů prezentovaného problému. Podstatou je rozumová analýza problému nebo situace. Patří mezi pracovní metody racionálně orientovaného poradenství
- **Ventilace** – poradce jako člověk, který poskytne prostor pro vyprávění klienta a s porozuměním je vyslechne
- **Povzbuzení**
- **Interpretace** - je metodou dynamicky orientovaných poradenských systémů. V určité fázi procesu přestává být poradce pouze pasivním a aktivně doplňuje chybějící souvislosti, které doposud zůstávaly klientovi skryté.
- **Trénink** – trénink je charakteristická metoda pro behaviorální přístupy, jeho hlavními složkami jsou učení, opakování a nácvik.
- **Relaxační techniky** – jsou speciální formou nácviků, které využívají souvislosti mezi uvolněním svalstva, psychickým přeladěním a ovlivněním somatiky
- **Modelování** – patří mezi činnostní metody práce poradce. Poradce s klientem, párem, rodinou nebo skupinou modeluje určité reálné situace ze života. Modelovat se může proces rozhodování, řešení problémů, rodinné rituály, pracovní situace apod.
- **Hraní rolí** – je podobná metoda jako modelování. Rozdíl je v tom, že při hraní rolí jsou vybrané situace ze života nebo hypotetické situace, které se mohou stát v blízké budoucnosti. Klient hraje nejčastěji sám sebe.
- **Konfrontace** – poradce upozorňuje klienta na rozdíly a rozpory v jeho tvrzeních, chování, v chápání sebe i ostatních.
- **Reflexe** – poradce odráží to, co řekl klient, přeformulovává klientovy odpovědi, aby stimuloval další klientův vhled a sebereflexi, zůstává v rámci klientovy výpovědi. Označuje se někdy jako nedirektivní interpretační technika.

### Profesionální způsoby práce - systemický přístup (podle Úlehly, 1999)

Profesionální způsoby kontroly:

- Opatrování
- Dozor
- Přesvědčování
- Vyjasňování

Profesionální způsoby pomoci:

- Doprovázení
- Vzdělávání
- Poradenství
- Terapie

#### **1. Opatrování**

- pracovník drží problém: „musím to udělat za tebe.“
- Klient snáší péči pracovníka

#### **2. Dozor**

- Pracovník drží problém: „nemohu to nechat jen na tobě.“
- Klient se podrobuje „právu“ pracovníka prosazovat normy, pravidla a rozhodnutí

### **3. Přesvědčování**

- Pracovník drží problém: „potřebuji tě motivovat.“
- Klient zpytuje pracovníkovu expertnost.

### **4. Vyjasňování**

- Pracovník drží problém: „chci ti dát co nejvíc šancí.“
- Klient se orientuje v pravidlech situace.

### **5. Doprovázení**

- Klient, držitel problému, žádá: „pomoz mi nést můj osud.“
- Pracovník pomáhá jako „nosič břemene“ přijetím, podporou a stabilitou

### **6. Vzdělávání**

- Klient, držitel problému, žádá: „pomoz mi rozšířit mé možnosti.“
- Pracovník pomáhá předem připravenými zásobami vědomostí.

### **7. Poradenství**

- Klient, držitel problému, žádá: „pomoz mi využít mých možností.“
- Pracovník pomáhá spoluvytvářením rad.

### **8. Terapie**

- Klient si jako držitel problému žádá: „pomoz mi ukončit mé trápení.“
- Pracovník pomáhá otevíráním nových možností, jak věcem rozumět.

#### **Poradenský kontrakt**

- základní pravidla a zásady, podle kterých budou poradce a klient dále pokračovat v práci.
- bývá většinou ústní
- součástí je i časové rozvržení společné práce a případné finanční otázky

#### **Literatura:**

Gabura, J.; Pružinská, J.: Poradenský proces. Praha: SLON, 1995.  
Paulík, K. a kol.: Kapitoly z biodromálního poradenství. Ostrava : Ostravská univerzita, 1994.  
Úlehla, I.: Umění pomáhat. Praha: SLON, 1996.