

Konference Dobrá praxe představila téma krize v jejích různých podobách

7.10.2022 - Michaela Vaňková | Západočeská univerzita v Plzni

Klíčovým tématem letošní konference Dobrá praxe, která se uskutečnila ve středu 5. října, bylo, co s krizí, a to v kontextu celospolečenského i osobního života. Hosté především z řad psychologických a pomáhajících profesí promluvili o tom, jak zvládat různé životní situace a také jak pomoci žákům a studentům. Konferenci provázela moderátorka České televize Ester Janečková, která sama absolvovala výcvik v systematické psychoterapii.

Dopolední blok uvedla prorektorka pro studijní a pedagogickou činnost ZČU Blanka Šedivá. Následovala prezentace hasičské psycholožky Blanky Rauscherové o traumatech po mimořádných událostech a psychologické péči akutní i dlouhodobé, a to jak o přímé účastníky krizí či jejich rodinné příslušníky, tak rovněž o pracovníky hasičského záchranného sboru. Těm se odborníci věnují především v oblasti osobních problémů spíše než traumat z náročného zásahu při neštěstích.

Duo Tereza Beníčková a Karolína Peruth aneb Psycholožky v županu navázalo s tématem úzkosti na pracovišti a publiku představilo praktické tipy, jak s takovou krizí naložit - jak využít techniku kotvení či kontrolovaného dechu a jak pracovat s emocemi, myšlenkami a tělem.

Příspěvkem o posttraumatickém růstu uzavřela první polovinu konference psychoterapeutka Pavla Doležalová. V přednášce se věnovala neurovědě v kontextu jejího využití v terapeutické praxi.

Odpolední blok navazoval přednáškou psychologa Vojtěcha Pišla s názvem Jak si užít katastrofy. Přednášející katastrofy popsal jako společenské jevy, často mediálně zneužívané a přiživované. Krize může být dle autora vnímána jako nebezpečí i příležitost či změna, která je často přijímána s nevolí.

Závěrem konference provedli pracovníci Diakonie Západ, Barbora Poláčková a Roman Moulis. Věnovali se prevenci a krizové intervenci a na příkladech dobré praxe představili služby, které poskytují jednotlivcům i školním institucím. Během programu zájemci také absolvovali workshop Úvod do krizové intervence s Marií Čechurovou z organizace Ledovec, během kterého se dozvěděli co taková intervence obnáší a na koho se v případě potřeby obrátit.

Jednotící linkou prostupující celým dnem bylo heslo *Co nás nezabije, to nás posílí* s nímž organizátoři i hosté naznačili, že krize může mít na naše životy nejen negativní, ale také pozitivní dopady.

Akci zrealizovalo Informační a poradenské centrum Západočeské univerzity v rámci ESF II projektu Západočeské univerzity v Plzni, reg. č. CZ.02.2.69/0.0/0.0/18_056/0013239.

<https://info.zcu.cz/clanek.jsp?id=4778>