

Spis treści

Wprowadzenie 17

Część I

Kryzys psychologiczny 23

ROZDZIAŁ 1. Pojęcie kryzysu psychologicznego (emocjonalnego) 25

ROZDZIAŁ 2. Od stresu do kryzysu 31

ROZDZIAŁ 3. Wydarzenia krytyczne i ich rola w etiologii kryzysu 41

3.1. Charakterystyka wydarzeń krytycznych 41

3.2. Krytyczne wydarzenia a kryzysy emocjonalne 45

ROZDZIAŁ 4. Teorie i konceptualizacje kryzysu 48

4.1. Kryzys emocjonalny – zaplecze teoretyczne 48

4.2. Konceptualizacje kryzysu 50

4.2.1. Kryzys jako utrata lub zachwianie równowagi 50

4.2.2. Kryzys jako zablokowanie lub brak w zasobach jednostki nawykowych, dotychczas dostępnych strategii zaradczych i obronnych adekwatnych do sytuacji zagrożenia 51

4.2.3. Konceptualizacja kryzysu jako momentu zwrotnego, krytycznego, przełomowego, wymuszającego konieczność zmiany życiowej 51

4.2.4. Konceptualizacja kryzysu jako zagrożenia (utruty) sensu oraz utrwalonego systemu wartości 53

6

4.2.5. Kryzys jako zagrożenie koncepcji własnej osoby i tożsamości 53

ROZDZIAŁ 5. Rozważania nad przebiegiem kryzysu 55

ROZDZIAŁ 6. Dwuwartościowość kryzysu i drogi jego rozwiązywania 59

ROZDZIAŁ 7. Kryzysy w stresie chronicznym 65

7.1. Stres chroniczny a kryzys 65

7.2. Kryzysy chroniczne – kryzysy nierozwiązane? 67

ROZDZIAŁ 8. Rodzaje kryzysów psychologicznych (emocjonalnych) 70

Część II

Indywidualna pomoc w kryzysie 75

ROZDZIAŁ 1. Złożony rodowód interwencji kryzysowej 77

1.1. Korzenie interwencji w kryzysie 77

ROZDZIAŁ 2. Założenia i ogólne idee interwencji

kryzysowej 83

2.1. Paradygmaty konstytuujące współczesną conceptualizację interwencji kryzysowej 84

2.1.1. Paradygmat salutogenetyczny w interwencji kryzysowej 84

2.1.2. Rozwojowa perspektywa w kompleksowym podejściu do problematyki kryzysu i interwencji 85

2.2. Ogólne idee interwencji kryzysowej 86

2.2.1. Kryzys – normalna reakcja na wydarzenia krytyczne 87

2.2.2. Aktywizowanie i zwiększenie mocy klientów w interwencji kryzysowej 88

2.2.3. Czas otwarcia na interwencję 89

2.2.4. Wielostronność oddziaływania i eklektyczny

paradygmat interwencji kryzysowej 90

2.2.5. Problematyka wartości i promowanie zmian w interwencji kryzysowej 91

7

2.3. Ogólne zasady interwencji w kryzysie 92

ROZDZIAŁ 3. Relacja wsparcia interwencyjnego 97

ROZDZIAŁ 4. Modele interwencji kryzysowej 102

4.1. Konteksty i znaczenie terminu interwencja kryzysowa 103

ROZDZIAŁ 5. Rozpoznanie i ocena (diagnoza)

kryzysu 106

5.1. Rozpoznanie i ocena kryzysu 106

5.2. Rozpoznawanie i ocena stanów transkryzysowych 116

ROZDZIAŁ 6. Przebieg, zasady szczegółowe i strategie indywidualnej interwencji kryzysowej 118

6.1. Praca interwencyjna w modelu Hoff 119

6.2. Stadia pracy interwencyjnej w kryzysie w ujęciu Robertsa 122

6.3. Przebieg indywidualnej interwencji w kryzysie według trójetapowego modelu Rhine'a i Weissberga 123

6.3.1. Pojęcie „więzi pracy” 123

6.3.2. Gromadzenie informacji 125

6.3.3. Rozwiązywanie problemu 126

6.4. Model Jamesa i Gillilanda 128

6.5. Interwencja pojedynczej sesji i kilku sesji 130

6.5.1. Model sześciu kroków interwencji kryzysowej pojedynczej sesji 131

6.5.2. Interwencja kryzysowa kilku sesji (spotkań) 134

6.6. Techniki i strategie oddziaływania w interwencji kryzysowej 136

6.6.1. Prymat problematyki kryzysu nad strategiami interwencji 136

6.6.2. Paradygmat kompetencyjny interwencji kryzysowej 138

6.6.3. Kognitywne restrukturyzowanie, zmiana perspektywy a zmiany postawy 140

6.7. Interwencja w kryzysach „chronicznych” 143

6.8. Interwencja w sytuacjach wymagających natychmiastowej pomocy; problemy zagrożenia

dla osób interweniujących 144

6.8.1. Interwencja w trybie ratunkowym (emergency) **144**

6.8.2. Zagrożenie interweniujących napaścią fizyczną **145**

8

ROZDZIAŁ 7. Klienci i osoby interweniujące w kryzysie 149

7.1. Klienci interwencji kryzysowej 149

7.2. Interweniujący w kryzysie 150

7.2.1. Rola interweniujących: profesjonalistów, paraprofesjonalistów, wolontariuszy **150**

7.2.2. Motywacja do pomocy innym ludziom

i jej wartość interwencyjna **154**

7.2.3. Osobowość i umiejętności interweniujących **155**

7.2.4. Kompetencje społeczne w pracy interwencyjnej **158**

Część III

Uniwersalne strategie zmagania się i oddziaływania w interwencji kryzysowej 163

ROZDZIAŁ 1. Wsparcie społeczne jako podstawa oddziaływania interwencyjnego 165

1.1. Wsparcie społeczne – sposoby jego ujmowania 165

1.2. Wsparcie społeczne strukturalne i funkcjonalne 166

1.3. Mechanizmy działania wsparcia 168

1.3.1. Wsparcie społeczne w modelu Kaniastego i Norrisa **169**

1.4. Wsparcie społeczne a zmaganie się z kryzysem 171

1.4.1. Zjawisko paradoksu wsparcia **173**

1.4.2. Mobilizacja i deterioracja wsparcia **174**

1.5. Wsparcie spostrzegane a wsparcie otrzymywane 177

1.6. Wsparcie pożądane. Problemy dopasowania wsparcia 177

1.7. Wsparcie społeczne a właściwości osobowości 179

1.8. Wsparcie społeczne – podejście kulturowo-ekologiczne 180

1.9. Wsparcie w ramach grup samopomocy 182

1.9.1. Początki i idee ruchu **182**

1.9.2. Zalety i mechanizmy wsparcia grupowego **183**

1.9.3. Cele i rodzaje grup samopomocy **185**

ROZDZIAŁ 2. Poszukiwanie i przeżywanie sensu w zmaganiu się z kryzysem i traumą 188

2.1. Poszukiwanie i przeżywanie sensu wydarzeń jako strategia adaptacyjna 188

9

2.2. Poszukiwanie sensu a zmaganie się z wydarzeniami krytycznymi i traumatycznymi 190

2.3. Mechanizmy psychologiczne warunkujące zdrowotne i adaptacyjne efekty poszukiwania i doświadczania sensu 195

2.4. Interwencja kryzysowa a poszukiwanie sensu 197

ROZDZIAŁ 3. Inicjowanie zmian w życiu osobistym jako zadanie interwencji kryzysowej 199

3.1. Kryzys emocjonalny jako źródło przemian 200

3.2. Problemy realizacji przemian osobistych 202

3.3. Postawy wobec zmian osobistych 206

3.4. Modele zmiany osobistej 210

Część IV

Podejście kategoryjne w interwencji kryzysowej: kategorie kryzysów psychologicznych, ich charakterystyka, mechanizmy i wskazania interwencyjne 217

ROZDZIAŁ 1. Podejście indywidualne a podejście kategoryjne w interwencji kryzysowej 219

ROZDZIAŁ 2. Kryzysy rozwojowe 222

2.1. Kryzysy rozwojowe 222

2.2. Problemy rozwoju 223

2.3. Koncepcja rozwoju psychospołecznego Eriksona 225

2.4. Kryzysy kształtowania tożsamości 228

2.5. Kryzysy wieku dojrzałego 231

2.5.1. Kryzysy „połowy życia” 234

2.6. Wskazania prewencji i interwencji w kryzysach rozwoju 241

2.6.1. Wykorzystanie potencjału rozwojowego 241

2.6.2. Problemy prewencji kryzysu wieku dojrzałego 242

2.6.3. Problemy interwencji w kryzysach rozwoju 243

2.6.4. Możliwości rozwoju w kryzysie z perspektywy

założeń i celów interwencji kryzysowej 246

2.7. Kryzysy związku – małżeńskie i rodzinne – jako kryzysy normatywne 247

10

2.7.1. Uwarunkowania kryzysów rodzinnych 249

2.7.2. Problemy zmagania się z kryzysami małżeńskimi i rodzinnymi; wskazania terapeutyczne i interwencyjne 252

ROZDZIAŁ 3. Kryzysy utraty i żaloby 266

3.1. Kryzys utraty i żaloby; doświadczenie utraty w biegu życia 266

3.1.1. Reakcje i procesy żaloby 268

3.1.2. Mechanizmy doświadczania straty 273

3.1.3. Zaprzeczanie stracie 274

3.1.4. Żaloba antycypowana 275

3.1.5. Naruszenie poczucia tożsamości 276

3.1.6. Procesy identyfikacji ze zmarłym 276

3.2. Proces „pracy żaloby” 276

3.3. Interwencja i pomoc w kryzysach żaloby 277

3.3.1. Model transformacji smutku Schneidera 277

3.3.2. Umieranie – możliwość towarzyszenia i pomocy 280

3.3.3. Pomoc i interwencja w kryzysie utraty i żałoby 281

3.3.4. Interwencja wobec rodziny w żałobie 285

3.3.5. Wskazania pomocy dzieciom 285

ROZDZIAŁ 4. Kryzysy suicydalne 291

4.1. Kryzys suicydalny w kontekście rozważań o autodestruktywności 291

4.2. Intencjonalność aktów suicydalnych 293

4.3. Cena zdrowia i życia 297

4.4. Ucieczka od Ja i awersywnej samoświadomości 298

4.5. Syndrom presuicydalny – jego korzenie, przyczyny i mechanizmy 299

4.6. Interwencja w kryzysach suicydalnych 306

4.6.1. Konieczność pomocy w kryzysie suicydalnym 306

4.6.2. Zapobieganie samobójstwom 308

4.6.3. Formy interwencji kryzysowej w kryzysach suicydalnych 311

4.6.4. Interwencja kryzysowa po samobójstwie dokonanym 313

4.6.5. Autopsja psychologiczna: techniki postwencji 314

11

ROZDZIAŁ 5. Przemoc jako źródło kryzysu emocjonalnego 332

5.1. Pojęcie przemocy 332

5.2. Sprawcy przemocy – dążenie do kontroli i mocy 333

5.3. Przemoc w relacjach partnerskich 337

5.4. Przemoc rodzinna 341

5.5. Wskazania interwencyjne w stanach kryzysowych na tle sytuacji przemocy 350

5.5.1. Interwencja wobec kobiet-ofiar relacji przemocy 350

5.5.2. Interwencja wobec dzieci-ofiar przemocy domowej 357

5.5.3. Interwencja kryzysowa w schronisku dla ofiar przemocy 359

5.5.3. Leczenie sprawców przemocy 360

5.6. Przemoc w szkole jako potencjalne źródło kryzysu 368

5.7. Wskazania prewencyjne i interwencyjne wobec przemocy szkolnej 374

ROZDZIAŁ 6. Kryzysy emocjonalne powiązane z przemocą seksualną 378

6.1. Kryzys napaści seksualnej (gwałtu) 378

6.1.1. Problemy ogólne 378

6.1.2. Motywacja gwałtu 380

6.1.3. Reakcje ofiar napaści seksualnej 383

6.1.4. Zachowanie rodziny i bliskich 385

6.2. Nadużycie seksualne wobec dzieci 388

6.2.1. Problemy ogólne 388

6.2.2. Nadużycie seksualne w rodzinie (zjawisko kazirodztwa) 390

6.2.3. Interwencja wobec ofiar napaści seksualnej

i molestowania **391**

6.3. Praca z ofiarami gwałtu 392

6.4. Praca z rodziną ofiary gwałtu 396

ROZDZIAŁ 7. Zespoły i kryzysy traumatyczne 408

7.1. Psychologiczna problematyka urazu psychicznego (traumy) 408

7.2. Przebieg i objawy stresu potraumatycznego 413

7.3. Mechanizmy psychopatologiczne zespołu stresu pourazowego 418

12

7.4. Zespół stresu pourazowego (PTSD) oraz ostry stres pourazowy (ASD) 422

7.4.1. Kryteria diagnostyczne PTSD 423

7.5. Kryzysy traumatyczne 427

7.5.1. Zagrożenie Ja i tożsamości w kryzysach traumatycznych 430

7.6. Koncepcje mechanizmów przezwycięzania skutków traumy 433

7.7. Wskazania interwencji i terapii wobec zaburzeń stresu pourazowego 437

7.7.1. Relacja interwencyjna w zaburzeniach stresu pourazowego 437

7.7.2. Ogólne wskazania interwencji w kryzysach traumatycznych 440

7.7.3. Paradygmaty leczenia zaburzeń potraumatycznych 443

7.7.4. Wsparcie społeczne i grupy samopomocy w kryzysach traumatycznych 456

ROZDZIAŁ 8. Kryzysy środowiskowe (katastroficzne) 468

8.1. Katastrofy i kataklizmy 468

8.2. Skutki katastrof i reakcje na kryzysy katastroficzne 473

8.3. Fazy (stadia) zmagania się z doświadczeniem katastrofy 476

8.4. Czynniki wpływające na powrót do równowagi w sytuacjach katastrofy 479

8.5. Interwencja kryzysowa w sytuacji katastrofy 481

8.5.1. Zasady ogólne interwencji w sytuacji katastrofy 481

8.5.2. Zespoły ratownictwa interwencyjnego w sytuacji katastrofy 483

8.6. Interwencja prewencyjna wobec katastrofy 487

8.7. Interwencja indywidualna wobec ocalałych 487

8.7.1. Interwencja pojedynczej sesji w sytuacjach katastroficznych 490

8.7.2. Przedłużające się konsultacje z ocalałymi z katastrofy 492

8.7.3. Interwencja kryzysowa wobec społeczności dotkniętej katastrofą 493

8.7.4. Spotkania typu debriefing dla społeczności 494

8.7.5. Strategie interwencji wobec służb ratownictwa i służb kryzysowych uczestniczących w katastrofie 495

13

Część V

Interwencja kryzysowa w kontekście społecznym 505

ROZDZIAŁ 1. Systemowe podejście do kryzysu i interwencji kryzysowej 507

1.1. Interwencja w paradygmacie psychosocjokulturowym Hoff 508

1.2. Paradygmat rozwojowo-ekologiczny interwencji kryzysowej 510

ROZDZIAŁ 2. Służby interwencji kryzysowej 513

2.1. Początki formalnej pomocy w kryzysie 513

2.2. Wielostronna pomoc w kryzysie 515

2.3. Służby kryzysowe 517

2.4. Służby wsparcia społecznego 518

2.5. Nowe zadania służb wsparcia społecznego 522

2.6. Instytucje interwencji kryzysowej 524

2.7. Problemy patologizacji służb sieci wsparcia społecznego 525

2.8. Bezpieczeństwo w placówkach interwencji kryzysowej 528

ROZDZIAŁ 3. Interwencje telefoniczne jako pierwsza pomoc w kryzysie 531

3.1. Rozwój sieci służb telefonicznych 531

3.2. Problematyka klientów korzystających z telefonów zaufania 532

3.3. Przebieg i strategie interwencji telefonicznych 533

3.4. Trudności interwencji telefonicznej 539

ROZDZIAŁ 4. Interwencja kryzysowa na rzecz społeczności 542

4.1. Od prewencji społecznej do interwencji kryzysowej 542

4.2. Interwencja kryzysowa – działanie w społeczności 545

4.3. Interwencja na rzecz przemian społecznych 549

14

ROZDZIAŁ 5. Wybrane problemy interwencji w społeczności 556

5.1. Postawy obojętności społecznej wobec krzywdzonych i cierpiących 556

5.2. Postawa „wielkiej podwójności” pokrzywdzonych 558

5.3. Obronny charakter postaw społecznych 559

5.4. Problematyka wartości i zróżnicowanie kulturowe społeczności 563

5.5. Edukacja dla interwencji w społeczności 567

5.6. Psychologia i psychologowie w służbach interwencji kryzysowej na rzecz społeczności 570

5.6.1. Nowe zadania psychologii stosowanej 570

5.6.2. Psychologowie a interwencja kryzysowa w społeczności 572

5.6.3. Edukacja psychologów na rzecz interwencji kryzysowej 574

Część VI

Wybrane problemy interwencji kryzysowej 579

ROZDZIAŁ 1. Dylematy i pułapki interwencji kryzysowej 581

1.1. Dylemat ideologiczny – „struganie kółków czy dziurek”? 582

1.2. Dylemat oferowania pomocy 583

1.3. Dylemat wzmacniania bezradności 584

1.4. Dylemat granic interwencji i zaangażowanie interwenta 585

1.5. Dylemat roli interweniującego 586

1.6. Dylemat złudzeń i nadziei 587

1.7. Pułapki interwencji kryzysowej 589

ROZDZIAŁ 2. Obciążenia w działalności interwencyjnej; przeciwdziałanie traumie i wypaleniu interweniujących 593

2.1. Problemy traumatyzacji pośredniej 594

2.2. Zespół wypalenia sił w interwencji kryzysowej 597

2.3. Problemy służb ratunkowych 600

2.4. Wspieranie ratowników i interweniujących 603

15

ROZDZIAŁ 3. Interwencja kryzysowa a inne formy pomocy i terapii w kryzysie 607

3.1. Interwencja kryzysowa a pomoc psychologiczna 608

3.2. Interwencja kryzysowa a terapie krótkoterminowe 611

Bibliografia 621

Indeks osób 638

Indeks rzeczowy 647

Wykaz ramek 651

Wykaz rysunków 653

Wykaz bloków rozszerzających 655

Wykaz przypadków ilustrujących wybrane kryzysy 657