

Mezi nejvyužívanější metody naší práce patří:

Přístup zaměřený na člověka, tedy na jeho vztah k sobě samému, ke svým bližním a svému prostředí (spolupracujeme s rodinou, přáteli, lokální komunitou, atd.). V centru pozornosti pracovníků stojí uživatel takový, jaký je, ptáme se, co je důležité právě pro něj. Uživatel je informován tak, aby se dokázal rozhodovat a mít tak kontrolu nad svým životem, sám ho aktivně utvářel. Z tohoto přístupu vycházejí i níže uvedené metody.

„Nelze člověka něčemu naučit, lze jen mu pomoci, aby to sám v sobě objevil.“

(Galileo Galilei)

Metoda individualizované podpory nikoli plošné péče – uživatel využívá svých schopností a případně rozšiřuje své kompetence.

Metoda zpětné vazby – při utvrzování uživatele v jeho silných stránkách osobnosti a kompetencích, nastavování zrcadla při problematickém chování apod. tak, aby uživatel směřoval k reálnému sebepopisu, k přijetí sebe sama.

Nácvik sociálních dovedností: např. dovednost správně vnímat, správně chápat, správně sdělovat a reagovat. Tento nácvik zahrnuje práci s emocemi, jejich uvědomování, pojmenování a bezpečnou ventilaci.

Využití symboliky všedních situací, svátků a oslav, ročních období, liturgického roku, atp.: např. význam společného stolování a společných oslav pro utváření pocitu sounáležitosti a prostoru pro společný zážitek, význam liturgických období pro růst člověka i jeho společenství, atd.

Terapie realitou nám pomáhá zvládat nezodpovědné a jinak nevhodné chování klienta, pracujeme s důsledky takového chování v jeho nejbližším okolí i v jeho vlastním životě. Zpravidla se nevyhneme nutnosti smíření se s minulostí, s vlastními selháními i selháními vlastní rodiny. Máme vždy na vědomí dvě základní psychické potřeby člověka: potřebu milovat a být milován, a potřebujeme mít svou hodnotu pro sebe i pro druhé: uvědomuje-li si člověk vlastní hodnotu, umí milovat a obvykle také milován. W. Glasser (americký psychiatr) odpovědnost definuje jako „schopnost uspokojovat vlastní potřeby takovým způsobem, který nepřipraví ostatní o jejich schopnost naplnit své vlastní potřeby.“ V naší práci neustále usilujeme o rovnováhu mezi právy jednotlivých osob a potřebami jejich společenství jako celku.

Zahradní terapie se zabývá spojením dějů v přírodě s tím, co se odehrává v duši člověka. Jaké jsou její účinky? Stabilizace chování, rozvíjení osobních hodnot, smiřování se s vlastní životní cestou, se svou vlastní nedostatečností, ale také s nedostatečností těch nejbližších.

Například podzim je obdobím žní, shazování listů, přibývající temnoty, ale také obdobím příprav na příští rok – rostliny rozsévají svá semena, která budou celou zimu čekat na příští jaro. Sázíme cibuloviny, aby až projdou mrazem, znovu vykvetly. Rostliny stahují svoji sílu do svých kořenů, aby odpočinuly, ochránily se před mrazem, a s přívětivějšími podmínkami na jaře znovu vyrazily do akce. Podzimním zastřížením usměřujeme rostliny v růstu, posilujeme je proti škůdcům a pomáháme jim znovu na jaře bohatě obrážit. Co bychom si zastříhli my na svých osobnostech a životech? Co zbytečně s sebou vláčíme? Co nám ubírá životní sílu? Co nás nebo ty kolem destruuje? Co potřebujeme odložit, aby nové, lepší mohlo přijít a zůstat? Od čeho si potřebujeme odpočinout? I o tom může být pro nás podzim.

Canisterapie: Kromě již tradičních pejsků jsme rozvinuli chov domácích zvířat o pana Králíka a další 3 králíky. Klíčoví chovatelé se učí pravidelné a vytrvalé péči o ně. A my se učíme podpoře klíčových chovatelů, aby v péči vytrvali, i když jsou unavení, nemají náladu nebo venku prší.

Preterapie je metoda, která pomáhá lidem vstupovat do kontaktu se sebou, s jinými lidmi, s reálnou situací a prostředím. Kontakt můžeme ztrácet například v důsledku silné emoce nebo projevu duševní nemoci. Pracovník je pouze v roli průvodce a zrcadla a pomocí tzv. kontaktních reflexí pomáhá vytvářet most do světa druhého člověka.

Biblioterapie – na pozadí vyprávěného nebo čteného příběhu poznáváme svůj vlastní příběh, nacházíme inspiraci a řešení.

Metody pastorační práce nám pomáhají v těchto oblastech podpory: já ve vztahu k Bohu, ke stvoření, ke skutečnostem, které zakládají tento svět, náboženské symboly v životě uživatele práce s vinou, odpuštěním, hledání životní síly a motivace, smrt a konečnost v životě člověka, doprovázení klienta v období jeho životních ztrát (úmrť rodičů, přátel).

Avšak nesoustředíme se jen na individuální potřeby uživatele, na stav jeho osobnosti, ale bereme v potaz i potřeby celého společenství a pracovníků. Usilujeme o prohlubování vědomí sounáležitosti, dynamiky mezilidských vztahů (vzájemné ovlivňování a doplňování) uvnitř chráněného bydlení. Jak dopadá způsob mého jednání, stav mé osobnosti, charakteru a smýšlení na ty kolem mne? A naopak, co pro mne společenství znamená, jak mne formuje, čím mne obdarovává? Cílem naší sociální služby není jen usilování o samostatnost jednotlivých uživatelů, ale i jejich integrace uvnitř společenství chráněného bydlení jakožto i do společenství lokální komunity.