



peerko:

možnosti a výzvy peer podpory pro studující v krizi

Mgr. Martin Štrajt, Bc. et Bc. Eliška Zunová



Kdo jsme?

- spolek studentstva psychologie na UK v Praze
- výcvik v krizové intervenci
- psychologická peer podpora studujícím v krizi
 - „peer” = studenti studentům
 - „v krizi” = vychází z KI

Jak se naše služba vyvíjela

"Buňka" na náměstí J. Palacha
Terénní akce (Měsíc pro fakultu)

Leden 2024

Pokračují chodby + terén

Březen 2024

Postupný přesun
do místnosti

Květen 2024

21. 12. 2023

Střelba na FF UK

Únor 2024

Stanoviště na chodbě hl.
budovy FF UK; terén

Duben 2024

Sdílená místnost
v Celetné 13

1. fáze – Měsíc pro fakultu

- **forma:** terén (drobnější kontakty, přítomnost → pocit bezpečí) + intervenční buňka (KI, podpora)
- **výzvy:**
 - psychohygiena
 - hranice (osobní, kompetenční)
 - organizační
- **možnosti:**
 - dostupná podpora ve krizové sit.
 - pomoc zevnitř komunity
 - schopnost rychlé mobilizace



2. fáze: otevření hl. budovy

- **forma:** hodně drobných kontaktů (srdíčka, sladkosti) i delší intervence
- **výzvy:**
 - nedostatek soukromí
 - opakující se klienti a neklienti
 - bezpečné místo?
- **možnosti:**
 - velmi nízkoprahové
 - vytváření bezpečí a pozitivní atmosféry na „zasaženém“ místě



3. fáze: vlastní místnost

- **forma:** delší intervence; postupné ustalování formátu
- **výzvy:**
 - zvyšuje se práh → méně klientů
 - kapacita místnosti
 - osobní kapacity → odpadávání členů
 - mění se poptávka a témata
- **možnosti:**
 - soukromí, pohodlí, klid...
 - všeobecnější podpora



Současnost: Peerko pod záštitou UK Pointu

- **září-říjen 2025:** založení spolku (z.s.)
- spolupráce s Centrem Resilience UK
 - → integrace do poradenského centra UK Pointu
- nábor dobrovolníků
- pravidelné směny 2x týdně, rezervační systém
- pravidelné intervize s psychologem CR
- workshopy, osvěta



Forma

- individuální, jednorázové* konzultace; do 50 min
- metodika, stanovy, etický kodex
- dva dobrovolníci na směně
 - → podpora, zpětná vazba, řešení neočekávaných sit.
- poslední hodina pro kl. bez objednání
- spolupráce s poradnou
 - → odborná záštita a podpora
 - → možnost předávání klientů aj.



Výzvy

- propagace → jak dostat info mezi studentstvo
- zajištění kvality
 - přínos jak pro klienty, tak pro konzultanty
- zvýšení prahu
- kapacita (vedení spolku)
- hranice
- povaha zodpovědnosti (víc osobní, ne profesní)
- motivace (dobrovolníci)



Možnosti

- rozšíření poradenských služeb na UK
 - zachycení studujících v akutní krizi
- zázemí (materiální, odborné)
- přínos pro dobrovolníky – praxe, zkušenosti, pomoc své komunitě
- nízkoprahovost
 - možnost přijít bez objednání
 - snazší oslovit „spolužáky“ / vrstevníky
- přidaná hodnota – naše studentské zkušenosti
- možnost dalších aktivit – vzdělávání, osvěta...



Děkujeme za pozornost

