

Videotrénink interakcí (VTI)

Lektor: PhDr. Ludmila Boková

Datum konání: 15. 5. – 17. 5. 2009

Reflexi supervizního semináře Instepu zpracovala Mgr. Andrea Šimečková

V úvodu zmiňuji kontakt na webové stránky, které o videotréninku pojednávají. Jejich adresa zní: www.spin-vti.cz. Chci se vyhnout zbytečnému popisování metody, jelikož ta je na stránkách podrobně vysvětlena i s dalšími souvislostmi. Stejně jako možnosti výcviku ve VTI a nabídka různých seminářů. Budu se proto věnovat zachycení vlastní zkušenosti a reflexe semináře. V závěru pak zmíním, kam se v případě zájmu o videotrénink obrátit a jak postupovat.

Vzpomínám na svou první zkušenost s VTI. Na PedF UK jsme byli jako studenti natáčeni při pokusech vyučovat svůj obor. V hlavě mi uvízlo hlavní pravidlo VTI, **vyzdvihovat pozitiva**. Zůstal také silný zážitek z toho, že zachycení kamerou si žádá odvahu čelit sám sobě, svým *nešvarům* a „přešlapům“. Ale zpět k principům VTI. Jde především o to, **za jakým účelem VTI provádíme a čeho jím chceme docílit**. Zda je na začátku práce vůbec přítomna **vůle k pozitivní změně**. Rozbor interakcí vlastně sleduje umění komunikace, nejčastěji v rodinném či školním prostředí. Pakliže by nebyla přítomna touha zúčastněných po pozitivní změně, (tedy identifikovat chybné chování, přijmout tento fakt a nahradit ho trénováním jiných – nových způsobů komunikace), neměl by VTI smysl. Slovíčko **pozitivní** chci zvlášť zdůraznit. V celé problematice má totiž stěžejní význam. (Za několik let praxe ve školství jsem byla svědkem toho, jak sebemenší snaha několika osvěcených, kteří chtěli za účelem zkvalitnění komunikace pedagog x žák nabídnout videotrénink, skončila odložena v ředitelském šuplíku. Na školách, kde jsem pracovala, se tyto snahy vždy setkaly s odporem doprovázeným strachem, že bude odhalena a demonstrativně vyzdvižena nějaká chyba pedagoga, kterou pak budou všichni rozebírat. Druhým důvodem, více otevřeně sdělovaným, byla spokojenost se systémem tak, jak si ho každý pedagog vybudoval, a motto: „Hlavně nic neměnit, nevylepšovat, nekomplikovat“.) Tuhle zmínku jsem si neodpustila proto, že je klasickým příkladem absolutně mylně chápaného principu VTI tak, jak vypadat nemá.

PhDr. Ludmila Boková nám na semináři promítla své materiály pořízené v azylovém domě pro matky s dětmi. Jednalo se o nahrávku matky s dvou a půl měsíčním synem. Nahrávky byly pořizovány průběžně v rozmezí asi pěti měsíců. Na počáteční nahrávce bylo vidět snahu maminky navázat s dítětem kontakt, ale výsledkem byl spěch, úzkost, nejistota. Chlapeček jevil známky mírné motorické zaostalosti, neklidu, často reagoval pláčem. S paní doktorkou jsme rozebírali průřez nahrávkami, tedy klíčové momenty jednotlivých setkání s klientkou. Při poskytování reflexí jsme byli neustále „trénováni“ ve vnímavosti k pozitivům a silným stránkám aktérky.

V průběhu nahrávek bylo znatelné postupné zpomalení tempa maminky v komunikaci s dítětem, vzájemné ladění (*pozitivní přijetí a posilování matky v rodičovských kompetencích*). Závěrečné nahrávky ukazovaly posun v komunikaci ke schopnosti *střídat se v dialogu matka x dítě, přijímání iniciativ dítěte a pozitivního „zpevňování“ dítěte*.

Přínos:

Shrnutí: Vědomě trénovat principy naladěného vedení a úspěšné komunikace.

(např. oční kontakt, podporování interakce, přijímání iniciativ...)

...uvědomovat si momenty, kdy blokuje komunikaci (např. iniciujeme komunikaci, ale zahrátme protějšek svými intervencemi)

...iniciativa v komunikaci může mít různé podoby (např. žák ve škole provokuje, válí se po lavici atd., je vhodné ihned reagovat na tyto signály)

...tempo (dát prostor – čekat na reakci druhé strany v dialogu)

...podporovat střídání se v dialogu

Pak jsme dostali možnost zažít si VTI na vlastní kůži, ve trojicích: terapeut – klient – pozorovatel. Lektorka navštívila během práce všechny skupinky studentů a pořídila vždy pětiminutový záznam z průběhu „terapie“ a z průběhu rozhovoru s pozorovatelem. Záznamy jsme pak rozebírali v celé komunitě. Jelikož jsem se chtěla od kolegů dozvědět postřehy a „tipy“ ohledně terapeutického vedení mé klientky, vybrala jsem si ve trojici právě roli klientky. Během zpětnovazebního rozhovoru mě asi nejvíc zarazil moment, kdy jsme analyzovali prostředky neverbální komunikace.

Napadlo mě: „Vždyť neverbální projev vědomě příliš neovlivním.“

Ačkoli jsem se snažila napodobit typická gesta mé klientky, ztvárnit typický postoj, intonaci atd., viděla jsem na záznamu víc sebe, než ji. Ve výsledku stejně, přestože šlo o „tréninkovou situaci“, nebylo tím největším přínosem rozpoznat hranice mého a jejího projevu, ale samotné **vyznění** projevu. To, co jsem viděla a co jsem si z rozboru nahrávky odnesla, bylo užitečné jak pro mou terapeutickou praxi, tak pro mě samotnou.

Opět jsem si zažila, jak těžké je provést jednoduchou věc – prostě popisovat co vidím, bez kritiky, bez hodnotících nároků. Trénování zvýšené vnímavosti ke každému detailu komunikace mi připomnělo, jak důležité je vědomě rozdělovat pozornost mezi obsahy verbálního projevu a řeč těla.

Vím, že často zahltí mou soustředěnost myšlenkové konstrukty dřív, než začnu vnímat neverbální projevy komunikace.

Přínos:

Rozbor videonahrávky komunitou prokázal, že neverbální projevy komunikace byly vnímány (dekódovány) u klientky téměř jednomyslně jako - úzkost, snaha vyhovět, nejistota.

- *Klientka byla vnímána jako někdo, kdo si přišel pro „rychlý recept“ - je tedy vhodné podpořit ji, ale upozornit na význam a fungování terap. procesu v čase a „vyžádat“ si trpělivost klientky*
- *(tzn. Počítat s více sezeními, možná častější frekvence návštěv.)*
- *Vrátit se k „zakázce“ a pozměnit „cíl“ terapie – posílení vnitřních zdrojů, stavět na pozitivěch, co již funguje...*

(Záměrně zde neuvádím, o jaká témata jde – viz kazuistika. Chci jen říct, že VTI pro mě zafungoval jako podpora, utvrzení toho, kam jsme s klientkou již došly a inspirace do budoucna).

K semináři bych měla jedinou výtku, paradoxně úzce související s technickým zázemím, pro VTI nepostradatelným. Šlo o velmi špatné zprostředkování zvuku z nahrávky. Jak jsem ale pochopila, neměla na tom 100% zásluhu lektorka, protože záznam na jejích kamerách byl v pořádku. Háček byl v přehrání záznamu na PC v místnosti pro celou komunitu. Takto zprostředkovaný zvuk byl na hranici slyšitelnosti a srozumitelnosti.

Pro zájemce o VTI

Na výše zmíněných stránkách VTI je seznam supervizorů poskytujících VTI. Dále je samozřejmě možnost obrátit se přímo na PhDr. L. Bokovou formou e-mailu:

ludmilabokova@hotmail.com. Z praktických důvodů a úspory času doporučuje paní doktorka, abyste si videonahrávku pro svou potřebu (viz. etický kodex na web. stránkách SPINu) zajistili sami (v délce cca 10 – 15 min) a s pořízeným materiálem se obrátili na některého supervizora. Délka jednoho zpětnovazebního rozhovoru je cca 60 min. VTI je formou krátkodobé intenzivní pomoci, proto je doporučeno sledovat danou situaci v rozmezí 1 – 6 měsíců, minimálně po dobu 3 – 4 setkání.