

ZÁVĚREČNÁ KAZUISTIKA

Otevřená skupina pro děti s výchovnými problémy

INSTEP 2005 – 2009

Mgr. Jan Dašek

Praha, 2009

Úryvek z obecné části:

...

4. Shrnutí práce skupiny za celý rok

Účast na skupině je v podstatě dobrovolná, ale v praxi je účast vyžadována tlakem rodičů, školy či samých pracovníků zařízení, kteří to dítěti doporučily, takže tu narážíme na dosti velký a častý odpor a malou motivaci k vlastní práci během setkání. Práce během roku se dá rozdělit do tří výraznějších etap podle složení a obměny členů. Několik členů skončilo po absolvování smlouveného počtu hodin/setkání, obvykle 20 návštěv. Někteří členové přerušili docházku do skupiny z důvodu umístění ve stacionáři zdejšího oddělení, je to místní zvyklost, též je argumentem dostatek skupinové práce v rámci pobytu na oddělení. Pár dětí také navštívilo pouze několik setkání a rozhodly se po získání představy o náplni setkávání dále nepokračovat v této aktivitě, někdy to byl domluvený počet seznamovacích sezení, jindy to přerušily bez konkrétní dohody. 2 bývalí členové se do skupiny vrátili po skončení 3měsíčního pobytu na stacionáři. Další 3 byli zařazeni do skupiny po skončení cyklu na stacionáři, zde se jednalo při úvahách o zařazení zejména o otázku možnosti určitým způsobem navázat na práci v ambulantním stacionáři a o formu, jak zůstat ještě po nějakou dobu pevněji v kontaktu. Nebylo to pro skupinu zcela bez obtíží, protože to obnášelo zařazení několika členů, kteří se již znají, a po období intenzivního každodenního styku je setkání na skupině najednou jedna z možností, jak se vidět a sdělovat si novinky ze života.

Nemotivovaný klient

To je kromě věku základní a zásadní rozdíl oproti terapii, jak jsem ji měl možno doposud poznat na výcviku, při osobní zkušenosti v individuálu či na různých seminářích ap., kam chodí lidé, kteří chtějí něco o sobě zjistit či změnit. Takže zde členové *nevidí žádný problém a nemají zájem nic řešit*. Neotevřenost, neschopnost náhledu, nechť něco měnit. To je opravdu ten hlavní rozdíl oproti zásadám a hlavním kamenům, na kterých je psychoterapie postavena. Dosud jsem se setkával (na výcviku, seminářích ap.) s potřebou něco řešit, měnit, sdílet ap. s čím chodí dospělí klienti dobrovolně, jako nutný základ pro poskytování terapie. Děti také tuto potřebu mají, ale nedokážou ji uchopit a formulovat, dělají to nějakým nevhodným způsobem, který si pro určitou nepřiměřenost, nevhodnost, neschopnost, neadekvátnost

můžeme vyložit jako určité volání o pomoc, a je v pořádku pokud je reakcí dospělých snaha dítěti pomoci, byť přes určité násilí a manipulaci (ve výchově dětí běžný prvek).

Odpor

Nesetkáváme se s jasně cíleným a konkrétním projevem odporu, nebyli jsme během roku napadeni ani slovně ani fyzicky. Ani stížnosti na průběh nebývají negativní, naopak časté jsou slovně kladné reakce i na aktivity, v jejichž průběhu klienti vypadali, že to moc neberou: Moc mě to bavilo. Líbilo se mi na tom ...I přes několikrát podanou informaci, že chci slyšet jejich názor, co si uvědomili v průběhu aktivity či skupiny, i co jim třeba vadilo, se tomu dle mého názoru vyhnou pochvalným komentářem. Negativní věci jsou schopní komentovat na ostatních členech skupiny. Většinou se odpor projevuje zejména v nechuti o sobě něco osobnějšího sdělovat. Jejich sdělení a odpovědi bývají velice stručné, dostáváme na naše podněty jednoslovné nanejvýše jednovětné odpovědi. Mnohem více se musíme doptávat, i pokud si chceme utvořit alespoň základní představu. Časté jsou reakce: Cítím se jako u psychologa. To je nějaké divné, takové věci jsem ještě nikdy neřikal. Už toho mám dost. Také nám tím dávají najevo podstatnou skutečnost: Nejsem zde ze své vůle (většinou), ale byl jsem donucen rodiči, učiteli, kurátorem či psychologem.

Jsou ve věku, kdy ještě nemají nutkání se v sobě či druhých šťourat: Cítím se super. Jsem v pohodě. Mám se skvěle. Nic se neděje. Nic zvláštního se nepříhodilo. A za tím si stojí, i když mají terapeuti odlišné zprávy od rodičů či učitelů.

Velice výmluvným projevem zřetelným pouhým okem je velká nechuť se odhalovat a to doslova. Často sedí většina členů i přes několikeré výzvy po celou dobu zcela oblečena tak jak přišli z venku. Odmítají si svléci jakoukoli vrstvu oblečení, sedí na židli v místnosti, kde je příjemná teplota (mě bývá teplo i v tričku s krátkým rukávem) v mikině, bundě a čepici. Čepici si občas na přímou výzvu sundají, ale za chvíli je opět na hlavě.

Budování důvěry

Jak jsem již zmínil, není zde většina klientů zcela dobrovolně. Patříme tedy jako dospělí do tábora rodičů, učitelů, psychologů, prostě pod nálepkou protivník. Vědomí přijetí z naší strany je tedy jedním z podstatných prvků, které se snažíme dávat najevo.

Velký důraz tedy klademe na jasné sdělení, že nejsme rodiče ani učitelé, že od nás nenásledují hodnotící ani odsuzující reakce a nebudeme udělovat tresty ani jiné výchovné lekce. Toto sdělení jim nejen říkáme, ale snažíme se promítnout do našeho přístupu a celkové práce. Přesto, že u většiny členů známe některé problémy, které je dovedly až do tohoto zařízení, netlačíme na ně při výběru obsahu sdělování. Občas však přece jen vyzveme, při vědomí výrazného aktuálního problému, zda nám o tom nechtějí něco bližšího říci. Z problémů neděláme vědu, ani nesnižujeme a nebagatelizujeme (výjimečně ano), neděláme bububu. Situaci (problém, potíže) chceme rozkrýt, abychom se v tom trochu vyznali, zjišťujeme, jak jim v tom je, jaké mají sebeuvědomění. Tady je potřeba zmínit **role dvou V**, do kterých často vstupujeme či jsme občas manipulováni. **Vyšetřovatel** – jednoslovnými sděleními klientů jsme nuceni se vyptávat, vyzvídat, doptávat na detaily, abychom si byli schopni utvořit byť jen základní obrázek. Další, stejně tak oblíbenou, rolí je **Vychovatel** – často jsme nuceni ukáznovat a krotit projevy dětí, abychom se slyšeli, abych mohl popsat aktivitu, aby dostal prostor sdělující člen atp. Děti často nenaslouchají projevům ostatních členů nebo mají potřebu na vše stále reagovat se svými komentáři, výkřiky nebo i vulgárními slovními výpady. Takže další neustále opakované a procvičované pravidlo: Hovoří jeden, ostatní se mohou vyjádřit postupně po skončení jeho projevu.

Ze strany terapeutů se snažíme nehodnotit, nabízíme svůj pohled na věc, jak my bychom se cítili na jeho místě, na místě spolužáků, rodičů, učitelů, a vyzýváme ostatní, kdo mají podobnou zkušenost, ke sdělení.

Nabízet řešení

Celkem časté je u klientů ujišťování o řešení podobného problému v budoucnosti sliby: Už to neudělám. Nebudu takto jednat. Nebudu se rozčilovat, zlobit, ap., aniž bychom je k něčemu podobnému vedli. Jde o snahu ukončit hovor o nepříjemném tématu a útěk od pozornosti na svou osobu ale zřejmě i skutečná víra, že se jim to již nestane a obtížnou situaci dokáží zvládnout bez nároku na zvýšené úsilí.

Z naší strany je snaha dovést je k možnému řešení situace přijatelnějším způsobem. Z vlastní zkušenosti známe, že je pravděpodobné, že se ti to přihodí, že se dostaneš do podobné situace, kdy se tě to dotkne a budeš reagovat emočně. Společně pak hledáme možná řešení, jak reagovat jinak, jak dát průchod emocím, jak se vymezit, jak se stáhnout do ústraní ap. Hledáme možnou cestu, jak se vyhnout nevhodné reakci, která nás může dovést do dalších potíží – útěk z domova, ze školy, útok na ostatní, problémová parta aj.

Pozornost

Podle mého pozorování (zaměřená pozornost) děti zřejmě nedostávají v rodině od rodičů (a asi následně ani jinde) potřebný díl prostoru, času, přijetí, ocenění – dalo by se shrnout pod pojem „lásku“. Jedná se o potvrzení vlastní hodnoty, o to být přijímán takový jaký jsem. Jde jim o pozornost naši či ostatních vrstevníků, každý to má trochu jinak rozvržené.

Mají snahu získat ji i nevhodnou formou a projevuje se to pak i ve škole a dalších situacích. Na skupině jde o časté téma neustálého vyrušování a neschopnost naslouchat ostatním členům. Pozornost nedostávali a neumějí ji ani dávat. Často musíme ostatní členy angažovat a vyzývat k reakcím: Jak to máš ty? Dostal ses do podobné situace? Jak jsi reagoval? Často opakujeme podstatné z příběhu, protože nevnímali – nenaslouchali.

Hranice

Jde o jedno ze zásadních témat, které úzce souvisí i s již zmíněnou pozorností. Děti zde nemají jasno, neznají či neuznávají pravidla, nerespektují ostatní – jejich čas, prostor, názor, odlišnosti. Projevuje se to jak v přístupu k ostatním členům, tak i terapeutům a zprostředkovaně z vyprávění pak často k učitelům a spolužákům.

Často reagují podrážděně na maličkosti, někdy je to z našeho pohledu neadekvátní silná reakce na mizivý podnět, který my terapeuti skoro ani nevnímáme. Jsou to pak vždy hodnotné zprávy, které se týkají důležité oblasti zvýšené dráždivosti na určitý typ podnětu., ale naopak i o oblasti, kde může narážet jedinec, jehož podnět reakci vyvolal. S kolegyní se v těchto chvílích shodneme, že jsme podnět nezaznamenali nebo nám připadal zcela nevhodný zaznamenání a u dětí (jednoho, ale většinou i více) vyvolal bouřlivou reakci. To nás aktivizuje k pozornějšímu vnímání procesu.

Tady a teď

Nejvýrazněji se věnujeme tomuto prostoru při zvýšeném počtu rušivých projevů. Často zastavíme aktivitu či sdělování ihned po rušivém vstupu a pátráme po příčinách (trochu to narušuje průběh či vstupuje do prostoru jiného člena). Velmi se nám osvědčilo, zejména při zvýšeném výskytu, ihned zastavit a zkoumat, nelze se vracet později, již si nic nepamatují, neví, a taktéž se v případě nereagování stupňuje četnost a síla, je to tedy často nutnost, abychom mohli pokračovat v činnosti dále. Vždy je trvání našich reakcí omezena na určitou dobu, většinou do určitého zklidnění, které umožňuje další práci dle původního záměru.

Zkoušeli jsme různé reakce z naší strany:

- někdy nereagovat a zaměřit se na sledování projevů, od koho a kam jsou zaměřené, jakou mají intenzitu, jak se mění při neomezování z naší strany ap. Je to velmi náročné na výdej energie a schopnost soustředění ale pro proces tady a teď se z toho dá vzít dost informací. V nějaké chvíli však již musím utnout a zkusit s něčím z toho pracovat, předejít postřehy a poptávat se.
- reagovat svěšením otěží a přestat řídit. Někdy i ve větším časovém úseku dát volný prostor skupině a jejím projevům, neřídit, nereagovat. Praktikuji v okamžicích, kdy mají jasné nějaké zadání a znají, jak by měla akce dále probíhat. Při dostatečném

vysvětlení následné aktivity, při kolečku po proběhlé aktivitě nebo při závěrečném kolečku. Sleduji, jak si poradí, vystřídají se, ukončí činnost. Větší kapacitu věnuji procesu a mohu postřehnout cenné poznatky.

- přehnaná a důrazná reakce, zesílený hlas. Nepoužívám to často, takže v případě použití je to pro členy skupiny překvapivé a umožňuje opustit nějakou stagnující či zacyklenou situaci a posunout se dále.
- věnovat dostatečný prostor každému projevu. Velmi se nám osvědčilo zaznamenávat a reagovat na každou verbální či neverbální reakci, přerušit a zjišťovat, proč si dotyčný říká o pozornost. Někdy to působí celkem extrémě, protože jdeme po každé drobnosti a pozornost přesunujeme na jeho původce – užíváme ve chvílích, kdy už je nějakou dobu činnost skupiny narušena neustálými projevy členů tak, že není možná další práce, někdy je to naše dohoda s kolegyní jako reakce na průběh skupiny minulé.

Snažím se sledovat řeč svého těla, různé pocity, emoce, které v průběhu skupiny přicházejí, ale je to ještě oblast, kde si myslím, je zapotřebí větší zkušenosti, aby mě to vedlo dále, aby se mi to dařilo propojovat s možnými východisky a směry dalšího postupu. Je výhodou možnost konzultace s kolegyní, rychlá během skupiny, zda se pustit tím kterým směrem, a následně po skončení sezení, kde můžeme probrat zprávy z těla, pocity, nálady a stanovit si další plány.

Proč skupina ano?

Zmíněné obtíže nás staví do situací, kdy si klademe otázku, zda je skupinová práce přínosná, zda obtíže s pozorností, nasloucháním, hranicemi nemluví spíš pro indikaci individuální formy.

Tak jsem se zamýšlel nad důvody proč ano, potíže jsem již zmínil výše.

I když to nejsou vždy viditelné objevy či pokroky klientů, přece jen se dají najít užitečné momenty.

- Občas se zřetelně projeví, jakou roli mohou mít a znát z kolektivu, tendence k šikaně či být šikanován.
- Jak drobné a nenápadné podněty mohou být spouštěčem prudké a nápadné reakce, toho jak se cítím. Zde se snažíme o hledání podobného venku, také je tu možnost vytěžít tyto poznatky v individuálních sezeních (s kolegyní či po konzultaci s dalšími pracovníky zařízení).
- Zkušenost přijetí, reakce terapeutů bývá věcná, se zájmem o klienta, bez emočního zatížení rodičů či terapeutů, bez zaměření na výkon a srovnávání. Ať jde o sdělení vlastní či někoho z ostatních členů.
- Zkušenost společné práce, která má hmatatelný výsledek. Zařazujeme aktivity, kdy děti vytváří společné dílo, někdy se s kolegyní zapojujeme. Zpětná reakce ze strany dětí po společné práci: Připadalo mi to jako rodina, jako bychom vytvářeli něco s rodiči. (reakce při menším počtu členů ve skupině, kdy se většinou podílíme s kolegyní na společném díle)
- Poznávání jiného druhu činností než bývá zvykem jinde., většina aktivit má terapeutické či psychologické pozadí.
- Prostor pro vlastní názor, hlídáno terapeutů
- Zkušenost zpětné vazby, po každé aktivitě se snažíme zařadit prostor pro vlastní vyjádření, ale i reakce ostatních členů, závěrečné kolečko, kde se mohu vyjádřit k průběhu skupiny, ale též vyslechnout komentáře ostatních členů a terapeutů

5.Závěrečná doporučení pro vedoucí otevřených skupin

Pokud bych měl zmínit v pár bodech, co se nám osvědčilo a na které prvky budeme klást důraz při přípravě dalších skupinových setkávání

Výběr členů

Vhodnost členů pro skupinu a skupinové formy pro jednotlivce je také tématem, které jsme s kolegyní rozebírali a rozhodli se mu příště přidělit větší váhu.. Je to prostor, kde se dá i v omezených podmínkách udělat kus práce při větším zvažování pro/proti a nebrat každého. Nebát se pustit, už i to, že jsme se domluvili s kolegyní o možném ukončení docházky jednoho klienta, se projevilo posunem v jeho reakcích na dalších setkáních.

Kontrakt

Byla to jeden z poznatků, který jsem si uvědomoval v průběhu roku, že mi stále více chybí alespoň obecné přiznání nějakého problému, byť pojmenovaného třeba jako problém rodičů. Je to jeden z podnětů pro další rok, věnovat zvýšené úsilí pojmenování toho, na čem chceme spolu s klientem pracovat, čemu věnujeme energii. Také jako protiváhu k odporu: Já nic nemám, mě nic netrápí.

Struktura

Dodržování určité struktury setkání a stanovených zásad pomáhá při vytváření pocitu bezpečí a jistoty, při mapování hranic. Strukturovaný program nám umožňuje vytvořit prostor i prostřednictvím např. arteterapeutických technik pro možnost klientům mapovat si, jak to mají, odlišnosti, emoce, bez nutnosti sdílení a otevření se ostatním, i když i pro toto je ve struktuře místo.

Otevřenost aktuálním tématům

Jsme otevření aktuálním tématům či potížím, vítáme je, mají u nás přednost před připraveným programem. Jde nám primárně o sdílení osobních témat.

Připravené techniky a aktivity

Máme na každé setkání připravený program, většinou máme více než stačí proběhnout, někdy některou z připravených aktivit použijeme na dalším setkání, někdy se na ni již nedostane.

2 terapeuti

Nevyjmenuji všechna klady a fakta z teoretických knížek, ale ty výrazné poznatky z praxe. Nejste na to sám, druhý je v obtížných chvílích cennou posilou. Na sledování prostoru tady a teď je více čidel. Ramena na vahách jsou více v rovnováze.

Je to možnost se podělit o případnou frustraci a rozmělnit ji v následném hovoru po skupině, kde lze najít pozitivní momenty, které druhý nezaznamenal. Také při přípravě se nám osvědčila setkání ve dvojici, kdy jsme se vzájemnými podněty a inspirací dobrali mnohem dříve plánu a stanovení technik, které použijeme. Mám také pro srovnání zkušenost ze samostatného vedení, kdy byla kolegyně nepřítomna. Bylo to náročné a stálo mě to více energie.

Nemít velké oči a těšit se z maličkostí.

...