

Východiska a zkušenosti z práce s
rodičovskou skupinou při Klubu
rodičů a přátel neklidných a
hyperaktivních dětí

Východiska

- Základní princip - působení na zmírnění nežádoucích projevů v chování dítěte skrze práci s rodiči - je charakteristické pro terapeutický přístup, který pojímá rodinu jako systém a nezaměřuje se pouze na práci s tzv. „označkováným“ jedincem.
- Postupy jsou společně s uvedeným systémovým pojetím eklektickým spojením metod a přístupů využívaných v rámci různých směrů.

Východiska 2

- Výchova jako trénink pro budoucnost
- Jistý, informovaný, empatický rodič zvládne nesnáze s výchovou neklidného dítěte úspěšněji
- Za úspěšnější zvládnání pokládáme také to, že se bude lépe hodnotit v rodičovské roli, i když se nebudou naplňovat veškerá /mnohdy nerealistická/ očekávání ve vztahu k dítěti

Funkce skupiny

- Osvětová
- Vzdělávací a informační
- Podpůrná
- Sekundárními efekty pak i částečně funkce terapeutická

Cílová skupina

- Služba je určena rodičům, kteří vnímají chování svých dětí jako nezvladatelné a mají s dětmi výchovné problémy, nikoliv pouze pro rodiče dětí se stanovenou diagnózou ADHD
- Cílová skupina klientů této služby je tvořena poněkud širěji než je tomu u řady zahraničních programů zaměřených na pomoc dětem s ADHD a jejich rodinám.
- Z rozšíření cílové skupiny i na rodiče dětí „bez diagnózy ADHD“ plynou odlišnosti v nabízených službách, které spíše akcentují edukační a podpůrné prvky oproti diagnostice a farmakologické léčbě, jež je typická pro intervenční programy určené dětem s ADHD a jejich rodinám např. v USA

Aktivity Klubu rodičů a přátel neklidných a hyperaktivních dětí

- Rodičovské skupiny
- Koordinace odborné pomoci, zprostředkování kontaktů na specialisty
- Individuální poradenství pro rodiny s dětmi s ADHD, neklidem nebo některou formou autismu

Aktivity Klubu rodičů a přátel neklidných a hyperaktivních dětí 2

- Přednášková činnost pro laickou a odbornou veřejnost
- Nácvik sociálních a emočních dovedností (paralelně pracují skupiny dětí a rodičů)
- Terénní sociální služba
- Cvičení pro děti s LMD

Přednášková činnost pro laickou i odbornou veřejnost



Muzikoterapie pro děti



Trénink sociálních a emočních dovedností



Trénink sociálních a emočních dovedností



Rodičovská skupina: základní cíle

- Poskytnutí informací, které umožní rozeznat příčiny neklidu u dítěte a v rodině, pochopení souvislostí a možných příčin neklidu v rodině;
- objevení a obnova zdrojů rodičovství (vzhledem k většinově se účastnícím matkám se jedná o mateřství);

Rodičovská skupina: základní cíle 2

- přijetí rodičovské role („rodič jako velký a zodpovědný, dítě jako malé a vedené“);
- přijetí vlastní nedokonalosti (koncept „dost dobrá matka“ nikoliv „dokonalá matka“);

Rodičovská skupina: základní cíle 3

- prohloubení sebereflexe a získání náhledu na neproduktivní vzorce interakcí v rodině a s dítětem;
- zmenšení rozporu mezi nerealistickými představami o mateřství a dítěti a skutečností;

Rodičovská skupina: základní cíle 4

- nabídka nových (produktivnějších) vzorů interakce v rodině – nejen informace, ale i na úrovni prožitku;
- vytvoření prostoru pro sdílení zkušeností a vzájemnou podporu rodičů s obdobnými potížemi s výchovou dětí, sekundárně pak vznik sociální podpůrné sítě;

Rodičovská skupina: základní cíle 5

- v neposlední řadě pak i vytvoření prostoru pro pravidelný odpočinek a relaxaci u čaje, kávy a sušenek v náročném životě s obtížně vychovatelným dítětem.

Rodičovská skupina



Rodičovská skupina – základní údaje

- Frekvence setkávání: 1x za 14 dní
- Počet setkání: 7
- Délka setkání: cca 3 hodiny
- Počet účastníků: max 10
- Uzavřená skupina
- Po čase tzv. revival skupiny, setkání absolventů rodičovských skupin (po půl roce, roce opakovaně)

Vedení rodičovských skupin

- Jedná se o rodičovské diskusní skupiny, nikoliv o skupinovou psychoterapii
- Autentická osoba – matka hyperaktivního dítěte
- Psycholog – nikoliv v autoritativním postavení odborníka, ale opět důraz na autenticitu (psycholožka – matka)
- Pravidla skupiny – diskrétnost, mlčenlivost o dění na skupině (viz obecná pravidla skupinové práce)

S jakou zakázkou nejčastěji rodiče přicházejí do skupiny?

- Nezvladatelné chování dítěte v rodině, které v sobě zahrnuje různé projevy tzv. problémového chování jak externalizovaného (agresivita, neposlušnost, vzdor, nadměrný motorický neklid), tak i internalizovaného typu (úzkostnost, špatná adaptace na nové a neznámé situace, zvýšená míra depresivity);
- problémy s chováním dítěte ve škole (v kontaktu s učiteli, vrstevníky);
- potřeba konkrétních návodů pro výchovu hyperaktivního dítěte;
- nejistota v rodičovské roli.

Typický účastník rodičovské skupiny

- Žena – matka
- Středoškolsky, ale spíše vysokoškolsky vzdělaná
- Citlivá, jemná, empatická
- Křehčí tělesné konstituce
- Vyčerpaná

Typický účastník rodičovské skupiny

2

- S velkými nároky na vlastní výkon
- Vysoce motivovaná
- S představou o fungování výchovy „po dobrém“
- Obětující se pro dobro dítěte
- Většinou vychovávaná ve svém dětství přísně, chladně

Témata jednotlivých setkání

- Co to vlastně je hyperaktivita, ADHD, LMD, neklid, poruchy chování ? Příčiny hyperaktivního chování. O dispozicích a limitech těchto dětí.
- Původní rodina účastníků skupiny, jejich rodiče a vlastní dětství, vnímání a hodnocení výchovy a vztahu k rodičům (prarodičům dítěte). Systém rodiny (hierarchie, role, místo v rodině, systém rodinných vazeb). Problematika partnerství, manželství.

Témata jednotlivých setkání 2

- Principy bezpodmínečného přijetí dítěte a stanovování hranic ve výchově. Co jsou to hranice ve výchově, co je to důslednost, co se míní bezpodmínečným přijetím?
- Vyjadřování negativních emocí. Vyjadřování pozitivních emocí. Regulace emocí.

Téma 1. Co to vlastně je hyperaktivita, ADHD, LMD, neklid, poruchy chování ?

- Ujasnění nepřehledné a nesrozumitelné terminologie
 - napomáhá lepšímu pochopení podstaty problému,
 - lepší a poučenější orientaci např. ve zprávách z pedagogicko-psychologických poraden,
 - zlepšuje se i možnost komunikace s odborníky z oblasti psychologie, neurologie, speciální pedagogiky.
- Při vysvětlování příčin vzniku hyperaktivního chování vycházíme jak z hlediska **odborně lékařského přístupu** (Paclt a kol., 2007; Drtílková & Šerý, 2007), tak i z pozic **psychosociálního přístupu** (např. Prekopová & Schweizerová, 2008).

Téma 2. O dítěti, jeho projevech a vývoji

- **Teorie rané citové vazby** J. Bowlbyho a M. Ainsworthové (Kulíšek, 2000; Cassidy, 1999; Marvin & Britner, 1999): fáze utváření citové vazby, typy citové vazby, mezigenerační přenos citové vazby;
- **koncept temperamentu** A. Thomase a S. Chessové (1977): seznámení s typologií „obtížně a snadno vychovatelné dítě, pomalu se rozehřívající dítě“;
- **kompatibilita temperamentu** mezi rodičem a dítětem, problémy plynoucí z rozdílného temperamentového založení rodiče a dítěte;
- **teorie psychosociálního vývoje** E. H. Eriksona (2002): charakteristika jednotlivých vývojových období, psychosociální konflikt, vývojové úkoly.

Téma 3. Původní a současná rodina

- Já jako dítě – pozitiva a negativa vlastní výchovy: vycházíme z otázek a témat obsažených v metodě ke zjišťování typu citové vazby k rodičům v dospělosti – Adult Attachment Interview (Hesse, 1999);
- pochopení rodinné historie, rodinná tabu, mýty, traumata;
- přijetí „nedokonalosti“ vlastních rodičů;
- identifikace přebíraných či odmítaných vzorců chování ve výchově;
- práce s jedním z typických přesvědčení: „nikdy jako moje matka; nikdy jako můj otec!“.

Téma 3. Současná rodina

- Hierarchie a role v rodině (ústřední role rodičovské dvojice ve výchově dítěte);
- princip dospělé zodpovědnosti za výchovu (rodič jako velký, dítě jako malé);
- sourozenecká skupina – princip hierarchie sourozeneckého pořadí jako neměnného a daného, odstupňovaná práva a povinnosti sourozenců, každý ze sourozenců potřebuje „svou matku a svého otce“ – tzn. specifický a nezaměnitelný vztah se svými rodiči (Chvála & Trapková, 2004).

Téma 4. Manželství - partnerství

- Partnerský vztah rodičů je pro děti významným zdrojem informací o vzájemné podpoře a empatii, sounáležitosti, ale i o řešení konfliktů, o zvládání problémů a krizí (k problematice vnímání rodičovského konfliktu dítětem blíže viz Grych & Fincham, 2001).
- Rozdílnost muže a ženy je v mnoha aspektech pro výchovu a vývoj dětí důležitá (viz Chvála & Trapková, 2004 – vývojové trajektorie synů a dcer ve vztahu k matkám a otcům; dále Corneau, 2004; Kastová, 2004).
- I po rozvodu a po hlubokém vzájemném zranění partnerů je potřeba dítěti zachovat možnost citové vazby k oběma rodičům v zájmu zdravého vývoje jeho identity.
- Pravidlo nejenom „nezatahovat“ dítě do boje mezi partnery (Lacinová, Michalčáková, & Ježek, 2009), ale dokázat najít na bývalém manželském partnerovi stránky hodné oceňování a opravdu je před dítětem vyzdvihovat.

Téma 5. Bezpodmínečné přijetí dítěte a stanovování hranic ve výchově

- Princip bezpodmínečného přijetí dítěte (Prekopová & Schweizerová, 2008; Prekopová, 1996; Matějček, 2003);
- hranice ve výchově (Towsend & Cloud, 1999);
- akcent na rovnováhu obou složek – jednotlivé výchovné styly a jejich důsledky pro rozvoj osobnosti (Čáp, 1996; Matějček, 1992);
- širší společenský kontext výchovy – liberální vs. autoritativní společnost.

Téma 6. Komunikace a emoce v rodině

- Vyjadřování pozitivních emocí (náklonnost, láska) v rodině
- Koncept tzv. pěti jazyků lásky (Campbell & Chapman, 2005; Egbert & Polk, 2006)
- Vyjadřování negativních emocí v rodině
- Zvládání hněvu (Campbell & Likesová 1999; Campbell, 2001)
- Zdroje negativních emocí v rodině s hyperaktivním dítětem
- Ambivalentní pocity ve vztahu k hyperaktivnímu dítěti, jejich zdroje a zvládání
- Legitimita negativních emocí v rodičovství

Používané techniky

- Rozhovor
- Kresba (např. začarovaná rodina – podklad pro téma vlastního dětství v původní rodině)
- Přehrávání rolí

Vybraná literatura

- Langmeier, J., Balcar, K., & Špitz, J. (2000). *Dětská psychoterapie*. (Druhé, rozšířené a přepracované vydání). Praha: Portál.
- Paclt, I. a kol. (2007). *Hyperkinetická porucha a poruchy chování*. Praha: Grada.
- Prekopová, J., & Schweizerová, Ch. (2008). *Neklidné dítě*. Praha: Portál.

Vybraná literatura

- Lacinová, L., & Škrdlíková, P. (2008). Koncepce a teoretická východiska práce s rodičovskou skupinou Klubu rodičů a přátel neklidných a hyperaktivních dětí. *E-psychologie [online]*, 2(4), 47-57. Dostupný z WWW: <http://e-psycholog.eu/pdf/lacinova_etal.pdf>.
- Kolčárková, I., & Lacinová, L. (2008). *Rodičovství očima matek neklidných dětí*. Brno: Barrister & Principal

Lenka Lacinová, Petra Škrdlíková

Dost dobří rodiče aneb

Drobné chyby
ve výchově dovoleny



Irena Kolčárková & Lenka Lacinová

RODIČOVSTVÍ OČIMA MATEK NEKLIDNÝCH DĚTÍ



edice psychologie

Masarykova univerzita

Společnost pro odbornou literaturu – Barrister & Principal