

Booklet rodinného CD ako terapeutická technika v práci s dieťaťom a jeho rodinou

doc. PhDr. Albín Škoviera, PhD.
Univerzita Pardubice

Abstrakt: *Príspevok je prezentáciou pôvodnej zážitkovú terapeutické techniky, ktorej tvorcami sú M. Šmilňák a autor tohto príspevku. Je určená pre prácu s problémovými deťmi, ich rodičmi, resp. ďalšími členmi rodiny. Ide o kombináciu výtvarného prejavu a literárnej tvorby, pričom pracuje s námetmi z oblasti hudobného show - biznisu. Podľa viacročných skúseností autora s technikou, okrem diagnostických a špecifických terapeutických dopadov pomáha oslabiť odpor adolescentov voči rodičom, či už je viazaný skôr na osobný konflikt s rodičmi alebo na aktuálne psychosociálne vývinové štádium.*

Kľúčové slová: *dieťa s problémovým správaním, rodič, booklet CD, spolupráca*

Úvod

Po roku 1990 sa nielen v súvislosti s profiláciou sociálnej práce a sociálnej pedagogiky, ale i s nárastom dopytu na „trhu pomáhajúcich profesií“ čoraz častejšie stretávame s pojmom terapia (Sekera, 2012) Nechceme sa na tomto mieste hlbšie zaoberať tým, kto môže byť terapeutom a kto by ním byť nemal, ale je zrejmé, že psychoterapia a terapia nie sú synonymá a chápanie terapie sa na jednej strane oveľa viac vracia k jej pôvodnému významu v klasickej gréčtine – starostlivosti, podpore, sprevádzaniu, na druhej strane je pojem terapia i akousi marketingovou stratégiou. Reflektujeme fakt, že terapia sa dnes už v pomáhajúcich profesiách (azda s výnimkou medicínskych odborov) zďaleka nespája iba priamou s liečbou a s psychoterapiou a že najmä v oblasti „činnostných terapií“ sme otvorení, podobne ako pri špeciálnych či liečebných pedagógoch, prijať aj sociálnych pedagógov a sociálnych pracovníkov ako tých, ktorí ich môžu na základe odbornej prípravy vykonávať. Pri skupinovej práci je tu nezanedbateľná požiadavka navyše – schopnosť vnímať a pracovať so skupinovou dynamikou (Škoviera, Murínová, 2012).

Charakteristika bookletu rodinného CD

Booklet rodinného CD je kombinovaná technika, ktorej sa zúčastňuje päť až osem „rodinných skupín“, v každej z nich je vždy minimálne aspoň jeden rodič a jedno jeho dieťa. Štandardnou súčasťou je ďalší súrodenec, blízky príbuzný, ale i „nový člen“ rodiny (partner, partnerka). Okrem nespochybniteľného diagnostického potenciálu má rad terapeutických efektov. Ide predovšetkým o ochotu a schopnosť kooperovať na spracovaní spoločnej téme

(od ideového námetu až po nájdenie si vlastného priestoru na sebarealizáciu), o prekonanie prahu obáv z tvorivých podnetov a odvahu ich verejne prezentovať.

Za dôležité považujeme najmä:

- posilňovanie kohézie rodiny,
- ochota participovať na tvorivom procese, prekonávať obranné bariéry úzkosti,
- (často už zabudnutú) skúsenosť spoločného rodinného pozitívneho zážitku,
- korekciu vzájomných postojov a narušených vzťahov.

Má základný arteterapeutický rámec, muzikoterapeutickú tému a je v nej obsiahlo zastúpené aj biblioterapeutické tvorivé písanie. Je to práve téma, ktorá aj napriek predchádzajúcim vzájomným rodinným nedorozumeniam, výrazne motivuje deti k spolupráci s rodičmi. Nie my, rodičia, dospelí, ale naše deti sú totiž „expertmi“ na aktuálne hudobné dianie. A tu teda môžu (a spravidla majú) rozhodujúce „expertné“ slovo.

V porovnaní s inými technikami spoločnej kresby (napr. Spoločný dom, Vianoce, Rodinný erb) prebieha zapojenie sa dieťaťa a rodiča do spoločnej práce oveľa jednoduchšie až spontánne. „Ideový“ zámer zväčša vychádza od detí, pri zapájaní ostatných členov skupiny dochádza k vyhodnocovaniu toho, čo ktorý z členov rodiny najlepšie zvládne a do čoho sa zapojí.

Materiálne zabezpečenie a postup

- **Výkresy.** Biele výkresy formátu A3 preložíme a vystrihneme obdĺžnik s rozmermi približne 40x20 cm a preložíme v strede tak, aby pripomínali zväčšený štvorstranový obal na CD. Pre každú rodinu pripravíme jeden takýto obal. Alternatívou môže byť preloženie výkresu A4 na polovicu.
- **Farebné ceruzky, pastely, fixky.** Najvhodnejší je mastný pastel, nevhodné sú fixy.
- **CD prehrávač a CD s relaxačnou hudbou.** Počas výroby rodinných obalov, je vhodné pustiť relaxačnú hudbu. Cieľom je nielen vytvoriť uvoľnenú bezpečnú atmosféru, ale aj to, aby nebolo počuť o čom sa rodiny rozprávajú. Rodiny by sa nemali navzájom ovplyvňovať.

Postup. Rodinám zadáme tieto inštrukcie:

- *Predstavte si, že každá vaša rodina je kapela a vašou úlohou je vytvoriť obal na spoločné rodinné cédečko.*
- *Obaly, ktoré budete robiť by mali obsahovať:*

- strana: názov kapely a názov albumu
- strana: obrázok kapely
- strana: informácie o kapele - kto na čom hrá, hostia, ...
- strana: názvy 8 -10 piesní (podľa počtu „rodinných skupín“), nie prevzatých, či remixov, ale svojich pôvodných a vlastných.
- Obaly na CD, zvlášť predná a zadná strana bývajú obyčajne výtvarne dotvorené. Ak chcete, môžete ľubovoľne výtvarne dotvoriť všetky strany. Samozrejme, ak má niekto aj iný nápady, môže ho uplatniť.
- Máte na to približne 30 minút.

„Máte na to 30 minút“ je len prvá základná informácia. Časový limit je potrebný, ale príprava bookletu trvá spravidla okolo 45 minút. Keď niektorá skupina skončí skôr, poprosíme ju, aby zapracovala ešte na detailoch. V priebehu tvorby sa vždy pýtame, koľko ešte rodiny potrebujú času. Čas regulujeme tak, aby nevznikalo zbytočné napätie.

Reflexia. *Po skončení výroby rodinných CD si sadneme s rodinami do kruhu a povieme:*

Keď kapela natočí album, snaží sa ho potom dostať medzi ľudí. Robí mu reklamu, snaží sa ho prezentovať v rádiách, televízii, na koncertoch alebo na internete. Vašou úlohou je teraz tiež predstaviť vaše rodinné albumy verejnosti. (Škoviera, Murínová, 2012)

Prezentácia bookletu CD v skupine a skupinová diskusia

Postupne vyzývame jednotlivé rodiny k tomu, aby nám porozprávali o svojich obaloch.

Najprv necháme priestor na prezentáciu rodine a potom vyzveme ostatné rodiny, aby dávali prezentujúcej rodinnej kapele otázky týkajúce sa ich kapely a ich rodinného CD.

Nakoniec sa pýtame aj my. Zaujímame sa napríklad o to:

- kto prichádzal s nápadiami,
- kto ich realizoval, kto čo nakreslil,
- či dostal v kapele každý priestor,
- aký hudobný žáner – štýl prezentujú a podobne.

Prezentujúcej rodine poďakujeme, zatlieskame a ponúkame priestor na prezentáciu postupne všetkým rodinám.

Samotná rôznorodosť činností na jednej strane a štruktúra zadania na druhej strane poskytuje dostatočnú oporu, ale neobmedzuje. Rodičia aj deti sa často zdôverujú s tým, že málokedy

spolu s rodinou strávili spoločný čas pri hre, športe, relaxácii alebo pri nejakej tvorivej aktivite a ako im to chýba. Táto aktivita im dáva k tomu príležitosť. Prebieha v troch etapách: najprv je to komunikácia v rodine, potom komunikácia medzi rodinami, nakoniec medzi rodinou a nami.

Je veľmi dôležité byť citlivý k tomu, čo sa počas tejto techniky v rodine deje a ako sa to prejavuje vo výslednom tvare. Treba rozlišovať najmä v tom:

- v akom stave je reálne fungovanie rodiny,
- ako vníma rodina sama seba,
- ako sa snaží rodina prezentovať navonok a chce, aby ju tak vnímali ostatní.

To je jedna rovina. Druhá, rovnako dôležitá rovina je, kto preberá vedenie v rodine, kto „určuje smer“, kto je dominantný. Práve tu vidíme, ako to (zrejme) reálne v rodine funguje. Či sú jej členovia naučení dohodnúť sa, alebo naopak, niekto z rodiny jednoznačne určuje to, čo sa realizuje a ostatní sa buď prispôbia, alebo sú v opozícii. Či sú roly rozdelené na tých, čo prinášajú nápady a realizátorov (doplnkový vzťah), alebo ide o spoločnú tvorbu.

Technika rodinného CD je zaujímavá všetkými štyrmi svojimi „vrstvami“: titulná strana, obe vnútorné strany, zadná strana. Spracovanie titulnej strany je akousi warm up technikou, býva pre rodiny obyčajne menej náročné a je akoby prirodzenou „rozohrievacou“ pred spracovaním ďalších náročnejších tém vnútri obalu.

Pri tvorbe obalov na rodinné CD sa napr. niekedy objavujú na prvej strane exotické krajiny, pláže, pyramídy, palmy, vesmír a pod. Geografická vzdialenosť týchto krajín od domova môže symbolicky naznačovať snahu rodiny zachovať si určitú bezpečnú vzdialenosť od rodinných tém, ktoré sú pre nich emočne náročné. Ako pre rodinu ohrozujúce môžu vnímať aj pohľad iných do ich súkromia. Únik alebo prekrytie tohto súkromia niečím, čo je idylické alebo vzdialené, môže byť pre rodinu „bezpečným riešením“. Takéto rodiny vo vnútri obalu obyčajne nekreslia celé postavy, ale iba tváre, informácie o kapele sú strohé a ich názvy piesní sú často jednoslovné, všeobecné a „bezpečne nič nehovoriace“.

Pokiaľ ide o históriu kapely, tu je, popri spôsobe vzniku (iba zriedkavo ide o „minulosť“ dlhšiu ako tri roky), zaujímavá najmä veľmi silná „idealizácia“ minulosti. V minulosti bolo všetko v rodine OK. Druhým typickým „historickým“ riešením je ukončenie činnosti kapely a vydanie „Best of...“. Tento fakt je možné vnímať nielen ako idealizáciu minulosti, ale aj ako súčasť osamostatňovania sa a ujasňovania si svojej identity.

Obsadenie kapely (tretia strana) je informačne veľmi bohaté. Inšpiratívne sú pre nás predovšetkým tieto oblasti:

- Kto hrá na klávesy (základný, „zabezpečovací nástroj“)?
- Kto hrá na bicie (mocenský, určujúci i trocha „deštruktívny“ nástroj)?
- Ide skôr o prezentovanie sólistu, alebo kapely? Kto je sólistom – spevákom?
- Sú na CD aj prizvaní hostia? Sú to hviezdy show -biznisu, alebo príbuzní a známi?

Zaujímavou informáciou môže byť nielen to, či si rodina prizvala do kapely aj nejakého hosťa, s ktorým počítajú vo svojom rodinnom kruhu, ale aj to, či niekoho nenakreslili, napriek tomu, že do rodiny patrí.

Osobitné postavenie na booklete rodinného CD má zoznam skladieb. Pri „únikovom“ variante sú to nič nehovoriace, či ťažko identifikovateľné všeobecné témy (Dovolenka, Sobotné ráno), v druhom variante je čitateľná hlavná v názvoch piesní obmeňujúca sa téma, v tretej variante ide o „problémový príbeh“.

Príkladom obmeňujúcej sa témy je zoznam piesní rodiny s 15 ročným adoptovaným dievčaťom, ktorý veľmi dobre ilustruje súžitie v rodine. Označenie „žánru“ pri jednotlivých piesňach umožňuje celý problém posunúť aspoň trocha do úsmevnej polohy.

1. <i>Krik až k tretím susedom</i>	<i>rap</i>
2. <i>Spi sladce v paprsku mesačným</i>	<i>uspávanka</i>
3. <i>Lúčenie do školy</i>	<i>pochod</i>
4. <i>Rozlúčka s notebookom</i>	<i>balada</i>
5. <i>Vytáčky s rodičmi</i>	<i>rock and roll</i>
6. <i>Prečo meškáš</i>	<i>šansón</i>
7. <i>Prečo tak pozde, krásna pani</i>	<i>retro</i>
8. <i>Vždy spolu</i>	<i>hymna kapely</i>

Pri práci na obaloch CD môžeme pozorovať, ako sa narába v rodine s mocou. Niekedy spoločná tvorba rodinného CD skončí tak, že časť členov rodiny sa vôbec nepresadí a iní takmer vo všetkom. Po skončení spoločnej práce je teda rodina rozdelená na spokojných a nespokojných.

Záver

Technika nie je pre rodiny temer vôbec ohrozujúca, pokiaľ sa terapeut nedá strhnúť k „psychoanalytickým interpretáciám“ (často sa neodbytné vnucujú) bookletu. Najväčším rizikom je tu samotný terapeut. Preto považujeme za potrebné upozorniť na to, čo charakterizuje terapeutovu zrelosť. Prejavuje sa v tom, že:

- neprezentuje predovšetkým seba, ale metódu, či techniku, nie je „prvou hviezdou“ stretnutí,

- ponúka dostatočný priestor pre diskusiu, zdieľanie pocitov, podnetov, pričom viac počúva, ako rozpráva,
- je otvorený voči podnetom frekventantov, vie prijať a rozmýšľať nad negatívnymi a kritickými podnetmi,
- v komunikácii s frekventantmi sa vyhýba nielen „vedeckému exhibicionizmu“, ale aj irónii a sarkazmu,
- je dobre pripravený - absolvoval napríklad psychoterapeutický výcvik, má skúsenosti s jednotlivými technikami, vie pracovať so skupinovú dynamikou,
- nepreceňuje svoju pripravenosť, nepodceňuje špecifiká tej -ktorej skupiny,
- prezentácie výberovo „interpretuje“ a komentuje neexhibicionistickým láskavým humorom.

Literatúra

1. Kratochvíl, S. (2007). Základy psychoterapie. Praha: Portál
2. Sekera, O. (2012). Potenciál humanistickej terapie v prípravě sociálních pedagogů. Ostrava: Ostravská univerzita
3. Škoviera, A. (2008) Klubové programy. In Svetlíková, J. (ed). Psychoedukácia I., s. 308-317. Bratislava: Univerzita Komenského
4. Škoviera, A. , Murínová, Ľ. (2012) Rodina a problémové dieťa v terapeuticko- výchovnej starostlivosti. Bratislava: FICE – NS v SR
5. Škoviera, A. (2012) Niekoľko námetov na využitie psychoterapeutických prvkov v príprave študentov zameraných na pomáhajúce profesie. In Sekera. J. (ed.). Možnosti využitií experienciality v přípravě pedagogických pracovníků. s.96 –112. Ostrava: Universitas Ostraviensis
6. Škoviera, A., Šmilňák, M. (2014). Vytvorenie bookletu rodinného CD ako terapeutická technika v spoločnej práci rodičov a ich detí s problémovým správaním. In: Friedlová, M., Lečbych, M. (eds.) (2014) Společný prostor, s. 144-155. Olomouc: Univerzita Palackého