

# **Dětský domov a psychoterapie**

**Petra Vorlová**

Závěrečná práce PPF

## **Úvod**

Co říci úvodem k výchově dětí v dětském domově? Snad to, že výchova v dětském domově z mnoha důvodů nemůže dětem nahradit úplnou rodinu, a to jak vlastní či nevlastní, přesněji řečeno rodinu, do které je dítě adoptováno. Mnohdy se však v životě rodin vyskytne situace, kdy je lépe, když je dítě na určitou dobu umístěno do dětského domova. Tato doba by však neměla být delší než nezbytně nutná a co nejdříve by mělo být dítě umístěno do původní rodiny a pokud toto nelze, pak do rukou pěstounů či osvojitelů. Realita je však taková, že mnohdy zde děti stráví celé své dětství. Domnívám se, že v každém dětském domově by měl být přítomen terapeut – vychovatel, neboť u dětí, které se v domovech ocitají, je mnoho problémů a komplikací v jejich vývoji a potřebují více než „vychovávat“.

## **Metody dětské psychoterapie a zlomky kazuistik**

### **1. Terapie hrou, psychodrama**

Nejširší uplatnění v dětské psychoterapii, a převážně v psychoterapii předškolních a mladších školních dětí, nachází terapie hrou, neboť hra je pro dítě přirozenou a spontánní činností „Hra je přirozená řeč dětství. Je to řeč, kterou používají děti všude na světě k tomu, aby se rozvíjely a učily. Hra jim pomáhá porozumět světu, ve kterém žijí“ (J.Pipeková, M.Vítková a kol. 2001). Hra sama o sobě psychoterapií není, ale má v sobě vysoký terapeutický potenciál a pokud je uplatňována k vyvolání psychoterapeuticky účinným dějům a změnám, k vnitřnímu citovému vyrovnání se s traumatizující událostí či frustrujícími vztahy, pak lze hru nazvat terapií. Existuje mnoho způsobů a možností jak hru využít. Může se jednat jak o individuální hru s hračkou, loutkou apod., o hru ve skupině, anebo o skupinovou hru. Prostřednictvím hry lze s dítětem navázat kontakt, podpořit sebevědomí a sebedůvěru dítěte, ve hře může dítě odreagovat své negativní pocity, jakými jsou úzkost, napětí či agresivita. Hrou se dítě také učí ovládat, tedy dodržovat určitá pravidla a omezení,

neboť hry většinou mají svá pravidla, která je třeba dodržovat. Ve skupinové hře pak dítě rozvíjí své komunikační a sociální dovednosti. Hra je metaforou k běžným životním situacím, ale zároveň pro dítě zůstává bezpečným místem, kde si určité situace může zažít „zkusmo“, ale přesto „opravdově“.

Jako příklad skupinové hry, která vede k podpoře pozitivních vztahů ve skupině, schopnosti vyjádřit svůj cit a zároveň k posílení sebedůvěry mohu uvést hru „Přál bych si, aby si vedle mne sedl“. Děti sedí v kruhu a jedno má po své pravici volné místo. Toto dítě má možnost si vybrat někoho, koho chce, aby si vedle něj sedl, přičemž řekne důvod, pro jaký si dotyčného vybral. Hru s dětmi hraji i já, a to proto, aby žádné dítě nezůstalo sedět a všechny děti se postupně vystřídaly a byly „pochváleny“. Další hrou, kterou s dětmi v určitých situacích využívám je „hra na vychovatele“, kdy nějaké dítě je na určitý čas zvoleno vychovatelem a já hraji dítě. Zde se dá hovořit o psychodramatické technice záměny rolí J.L.Morena. Tato hra vede dítě k rozšíření jeho prožívání a k pochopení určitých situací mezi námi. Jinou technikou může být např. dětmi oblíbená „hra na učitele a žáky“ či „hra na zvířata“, kdy děti ztvárňují zvíře, kterým by chtěly být.

Psychodrama je improvizované divadlo, které slouží k terapeutickým účelům. Děti mohou přehrávat např. své zážitky, očekávání, sny, pocity, rozličné role apod. Při psychodramatu může dojít k odkrytí, a odreagování vnitřních konfliktů a afektů.

## **2. Arteterapie**

Další vhodnou metodou v psychoterapii dětí je arteterapie, tedy léčba uměním. Arteterapie využívá přirozeného tvořivého potenciálu dětí. Prostřednictvím tvořivé činnosti, jakou může být kreslení, malování, prstomalba, modelování, koláže, asambláže, kašírování, bičomalba či práce s keramickou hlinou, má dítě možnost vyjádřit pocity, které z rozličných důvodů nemůže vyjádřit verbálně. Výtvarný prostředek může nahradit či doplnit verbální komunikaci mezi terapeutem a dítětem. Díla, která při výtvarné činnosti dětí vznikají, jsou odrazem jejich vnitřního světa, a proto jsou důležitým materiálem pro pochopení jejich způsobů vnímání, prožívání a chování. Dětská kresba je také vhodným materiálem pro určování mentální zralosti dítěte a diagnostickým materiálem. Stejně jako u herní terapie i arteterapie vede k abreakci negativních pocitů a k rozvoji vnímání, pozornosti, trpělivosti, myšlení, představivosti, kreativity a motorických schopností dítěte. Arteterapie může být prostředkem k rozvoji sociálních dovedností a k posílení sebedůvěry a sebeúcty dítěte. Během výtvarných aktivit a prostřednictvím děl, která vznikají dochází k porozumění sobě

sama i druhým lidem. Sama ve své pedagogické práci využívám areterapeutických metod a pozoruji, že tvořivá činnost působí dětem radost a děti jsou „hrdé“ na své výtvořiny a těší se na další dny, kdy budeme opět „tvořit“. Některé děti sice nejsou výtvarně zdatné, ale přesto u nich může být arteterapie aplikována, neboť v arteterapii není důležité jak výtvar ve svém výsledku vypadá, ale důležitý je samotný proces tvoření a způsob práce terapeuta s dítětem. Arteterapii lze provádět individuálně, ve skupině, či jako skupinovou arteterapii.

Jako příklad využití arteterapie ve výchově dětí uvádím zlomek kazuistiky Josefa P. a Jana S.

### **Josef P.**

Je dvanáctiletý chlapec, lehce mentálně retardovaný, navštěvuje 5. třídu speciální školy. V dětském domově je 6. rokem na základě rozhodnutí soudu, kdy rodiče byli vzati do vazby a následně do výkonu trestu za týrání a zneužívání dítěte. Josef je velice citlivý, negativisticky laděný a často bývá agresivní k ostatním dětem i k vychovatelům. Josef bývá samotářský a často se skupině straní. V zátěžových situacích, např. při změně prostředí, vychovatele, či po návštěvě rodičů, se v noci pomočuje. Na rozdíl od ostatních dětí se nerad zapojuje do skupinových činností, neboť ve srovnání s ostatními, a to i mladšími dětmi, zažívá vzhledem ke svým schopnostem pocity neúspěchu a následně pak bývá k ostatním agresivní. Chlapec potřebuje při činnostech stálou emoční podporu.

Děti měly za úkol vytvořit „svoji vizitku“. Jedná se o techniku, která vede k uvědomování si sebe sama, svých zájmů a toho jak chci, aby mě druzí vnímali. Většinou dětem dávám jen jednu možnost výtvarné techniky, ale nyní jsem s ohledem na Josefovy schopnosti zvolila kromě temperových barev i staré časopisy, aby děti měly možnost prostřednictvím vystřižených obrázků vyjádřit to, co by neuměly vyjádřit malováním Děti tedy měly k dispozici čtvrtky, staré obrázkové časopisy, lepidlo, nůžky, temperové barvy a pastelky. Ve skupině bylo pět dětí. Společně jsme si vysvětlili, co pojem vizitka znamená a co všechno by tam mohlo být. Došli jsme k závěru, že na vizitce by mělo být vše, co k nám patří, tedy to, jak se jmenujeme, kolik je nám let, co máme rádi a co rádi děláme, prostě, aby ve finále bylo vidět, že vizitka je „moje“ a každý pozná, že jsem jí tvořil „já“. Dětem bylo vysvětleno, že vizitky tvoříme proto, abychom si je vyvěsili ke vchodu do našeho bytu, aby každý, kdo k nám půjde na návštěvu, věděl, že tady bydlíme my. Během rozhovoru s dětmi se Josef aktivně do diskuze zapojoval a navrhoval, co vše bychom na vizitku mohli dát. Když

jsme se pustili do samotné práce a děti již začaly tvořit, Josef seděl nad prázdnou čtvrtkou a koukal po ostatních, jak pracují. Přišla jsem k němu a zopakovala jsem mu, jaké skvělé nápady měl, když jsme si povídali o tom, co by na vizitce mohlo být. Nakonec se Josef k mému překvapení rozhodl pro temperové barvy s tím, že namaluje počítač, protože rád hraje hry na počítači a začal malovat, nechala jsem ho a věnovala se ostatním dětem. Za malou chvíli za mnou Josef přišel s hotovým výkresem. Jednalo se o uprostřed bílé čtvrtky namalovaný bílý obdélník, tudíž nebylo téměř nic vidět, ale Josef se usmíval a evidentně byl spokojený se svým výtvozem. Výkres jsem mu pochválila a řekla, že je pravda, že máme bílý počítač, ale že čtvrtka je také bílá, a proto by bylo lepší počítač obtáhnout jinou barvou, aby ho bylo lépe na čtvrtce vidět. Josef tedy obtáhl čtverec modrou barvou a byl opět hotov a přišel se pochlubit. Opět jsem mu tedy obrázek pochválila a řekla, že čtvrtka je veliká, a že by se na ní ještě vešlo spousty věcí, a on si jistě vzpomene, co okolo počítače, na kterém hraje, bývá. Josef vypadal, že by tam rád něco namaloval, ale že již neví co, a tak jsem mu poradila, že počítač ještě na něčem stojí, a že k počítači patří určitá věc, kterou ke hře také používá a zda by je tedy k tomu krásnému počítači dokázal namalovat. Josef se nadšeně vrhl do další práce a přimaloval k počítači ještě stůl, myš a klávesnici. Na výtvor dopsal i své jméno. Po dokončení práce bylo na Josefovi vidět, že je se svojí „vizitkou“ spokojený, a když jsme si pak výtvary postupně představovali a říkali co vše na nich je a proč to tam je, Josef ostatním hrdě vysvětloval, co všechno a proč to na své „vizitce“ má. V konečné fázi jsme společně výtvary vyvěsili na chodbu u dveří našeho bytu a děti byly spokojené a všem příchozím připomínaly, že u dveří mají „svoje vizitky“. U Josefa se jednalo o první dokončený výkres, na kterém nebyl hlavonožec, a proto měl náležitou radost nejen on, ale i já.

### **Jan S.**

Patnáctiletý chlapec, který je v dětském domově 7. rokem na základě soudního rozhodnutí pro týrání a zneužívání rodiči. Navštěvuje 7. ročník speciální školy. Jan bývá samotářský, pokud pracujeme ve skupině, vždy si sedá stranou skupiny a pracuje sám. Pokud není chválen, za chvíli od práce odchází. Nejraději je sám s vychovatelem, pokud je ve větší skupině dětí, bývá agresivní a ostatní děti fyzicky napadá. V mladším věku se často uzavíral ve skříních, komodách apod., pokud nebyl zaměstnán smysluplnou činností, kradl a na částečky rozebíral různé předměty, např. budík, přehrávač apod. Před třemi lety pobýval v DPL Opařany a Dobřany. Dg. F 92.8 – Smíšená porucha chování a emocí jiná.

Jan nerad maluje a kreslí a celkově nerad se zapojuje do činností, které právě dělají ostatní děti. Velice se mu však zalíbila „cákancová malba“. Jedná se o techniku převážně

abreaktivní, kdy děti namáčejí štětce do barev a cákají barvy na balicí papír, položený na zemi. Posléze děti hledají ve vzniklém obraze známé tvary a tyto pak domalovávají. Pro tuto výtvarnou činnost jsem zvolila místo na zahradě, neboť často barvy nezůstávají pouze na papíře a děti mají ve venkovním prostředí více prostoru pro pohyb, potřebný k této technice. Jan řekl, že do činnosti se nezapojí, a že si bude kopat s míčem. Do práce jsem ho tudíž nenutila a začala jsem pracovat s ostatními dětmi. Když Jan viděl, jak děti „cákají“ na papír, zaujalo ho to, přestal si hrát s míčem a přišel ke skupině. Nejprve pouze pozoroval a radil jakou barvu si má kdo do obrazu ještě přidat, posléze si sám řekl o papír a začal také tvořit. Každé dítě si vytvořilo jeden svůj obraz a posléze ho začalo domalovávat, ale Jana činnost s cákáním štětkou zaujala natolik, že „cákancových maleb“ vytvořil hned několik. Domalovávání obrazů pak odmítl s tím, že obrazy se mu líbí takové jaké jsou. Do další části činnosti jsem ho proto nenutila a nechala jsem ho, vzhledem k tomu, že ho práce zaujala a vyhovovala mu, tvořit pouze první část techniky. Když Jan viděl, že ostatní děti již mají domalováno, nakonec si sám vybral jeden ze svých výtvorů a v ústraní ho domaloval. Vzniklé cákance mu připomínaly loď na rozbouřeném moři, a tak ve finále vznikl obrázek, se kterým se Jan přišel „pochlubit“ do skupiny. Janův obraz sklídl ve skupině obdiv a úctu a Jan sám se jevil spokojený a komunikativnější než na začátku práce.

### **3. Ergoterapie**

Ergoterapie, jakožto pracovní terapie, nachází ve výchově dětí dětského domova široké uplatnění. Při práci jsou u dětí rozvíjeny percepční, kognitivní, motorické a sociální dovednosti, zároveň zvyšuje sebedůvěru dětí a je přípravou na další praktický život dětí mimo dětský domov. Zadaná práce musí vždy odpovídat schopnostem, dovednostem a věku dítěte. Je žádoucí, aby do zadané činnosti dítě nebylo nuceno, ale odpovídajícím způsobem motivováno tak, aby mělo pocit, že zadanou činnost plní samo od sebe a mělo z ní radost a danou činnost považovalo za smysluplnou. Dítě nesmí být přetěžováno. Za daných podmínek můžeme práci dítěte nazvat ergoterapií. Ergoterapií mohou být každodenní běžné činnosti v domácnosti, jako je vaření, utírání prachu, zalévání květin, mytí nádobí, anebo práce na zahradě či ve skleníku. Dále sem spadají různé výtvarné činnosti, např. výroba dárků, přáníček, sezónních dekorací, keramiky apod.

Jako příklad ergoterapie uvedu konkrétní zážitek z jarního odpoledne, kdy jsme s dětmi vytvářeli velikonoční ozdoby z kartonu, špejlí a sena. Výsledkem této činnosti byly ozdobné zástrčky do květníku. Motoricky zdatnější děti obkreslovaly šablony zajíčků na karton a posléze je vystříhovaly, mladší a méně zdatnější děti mezitím rozstříhávaly seno na malé kousky, potíraly lepidlem vystříhané zajíčky a na ně nalepovaly rozstříhané kousky sena. Starší děti pak dolepovaly zajíčkům oči a čumáčky z dřevěných korálků a špejle, které sloužily coby „zapichovala“ do květníků. Jednalo se v podstatě o činnost, při níž u dětí byly cíleně rozvíjeny motorické dovednosti, pozornost a trpělivost. Během činnosti jsme společně s dětmi hovořili o tom, že zajíčky vyrábíme proto, že brzy budou velikonoce, svátky jara, kdy se všechno rodí, začíná růst a kvést, vše je pěkné a my v domově to chceme mít také pěkné, proto vyrábíme zajíčky, abychom si mohli udělat v domově jarní výzdobu. Některé zajíčky také budeme mít na velikonoční prodejní výstavě v muzeu a získáme za ně peníze, za které si pak můžeme koupit materiál na vytváření dalších výrobků a třeba i nějaké sladkosti. Samy děti projevovaly při tvoření radost a napadlo je, že vyrobí zajíčky jako dárek i pro ostatní tety. Práce pro ně tedy byla smysluplná, z vytvořených jarních dekorací měly radost a ještě několik dnů po tomto jarním odpoledni ukazovaly ostatním hrdě své výrobky a sklízeli za ně oprávněné uznání a pochvalu. Některé výrobky byly prodány na velikonočních trzích, a tak dětem mohla být ze získaných peněz zakoupěna i odměna. Děti tak měly možnost zažít pocit smysluplnosti práce, kdy za výrobky dostali nejen pochvalu, ale i konkrétní materiální odměnu, o které věděly, že je za jejich vykonanou práci.

Dalším příkladem ergoterapie může být příprava večerního táboráku na zahradě dětského domova, kdy děti hrabaly zahradu, nosily dříví a připravovaly lavičky k ohništi. Jan S., o kterém jsem již pojednávala shora, s radostí pomáhal „strejdovi“ se sekáním dříví. Činnost ho zaujala natolik, že prosil, ať seženeme ještě nějaké dříví, aby mohl v sekání pokračovat. Domluvili jsme se, že příště, až budeme dělat oheň, bude sekát dříví on. Jan S. měl při této práci možnost zažít pocit smysluplnosti a radosti z vykonané práce a určitý pocit kompetence a sebedůvěry.

Velký terapeutický potenciál v sobě nese práce s keramickou hlinou. Podle cílů, způsobu a přístupu vychovatele k dětem při práci s hlinou můžeme tuto metodu zařadit buď k ergoterapeutickým technikám, anebo k technikám arteterapeutickým. Hranice mezi ergoterapií a arteterapií jsou v tomto směru velice tenké. Pokud pracujeme s cílem vytvořit nějaký konkrétní výrobek, jakým může být např. knoflík, či mistička, lze tuto činnost nazvat

ergoterapií. Pokud při práci s hlínou je důležitý samotný proces tvoření a ve středu zájmu není samotný výrobek, pak můžeme tvořivou činnost s keramickou hlínou nazvat arteterapií. Arteterapeutickou techniku při práci s hlínou může být např. modelování „mého problému“ či „města, kde bych chtěl žít“, anebo „hledání mého tvaru“.

Tvořivá práce s hlínou rozvíjí hmat, motoriku, představivost, pozornost, trpělivost a kreativitu dětí. Hlína je prostředkem k uvolnění a odreagování negativních pocitů. Často agresivní a nepokojné děti při práci s hlínou soustředěně a v klidu pracují. Mnohým dětem činí radost jen tak si s hlínou pohrávat, mlátit s ní o podložku, rýt a zkoušet, co vše s ní jde dělat.

J. Šicková napsala, že výtvarné aktivity s hlínou jsou „nezastupitelným fenoménem při snaze terapeuta :

1. o prolomení bariér anxiozity
2. při neschopnosti komunikace
3. k odbourání agresivního chování
4. o rozvíjení představivosti, trojdimenzionálního vnímání
5. o vytváření náhledu jako zázemí pro změnu postojů k sobě a k druhým.“

(J. Pipeková, M. Vítková a kol., 2001)

Jako příklad terapeutického využití práce s hlínou uvádím zlomek kazuistiky Jiřiny.

### **Jiřina P.**

je desetiletá dívka, navštěvující 4. třídu speciální školy, dg. epilepsie. Je mladší sestrou Josefa P. V dětském domově je šestým rokem z důvodu týrání a zneužívání rodiči. Jiřka je mentálně zaostalá, plachá, v činnostech velmi pomalá, ale pečlivá. Když přišla do domova, téměř vůbec verbálně nekomunikovala. V současné době verbálně komunikuje málo. V komunikaci upřednostňuje spíše oči a mimiku. Velkému kolektivu se straní, preferuje raději samotu, anebo kontakt pouze s jednou osobou.

Jiřka se do činností s hlínou, kdy jsme pracovali ve skupině, nezapojovala, raději si hrála s panenkou, anebo jen u nás stála a pozorovala co děláme. Pokud jsem Jiřku vyzvala, ať si také vezme kus hlíny a zkusí s ní pracovat, výzvu uposlechla, ale u činnosti dlouho nevydržela. S hlínou pracovala velmi opatrně a pomalu, a to tak, že činila dojem, jakoby se bála, že se ušpiní. Pokud jsem se jí snažila poskytnout pomoc, tuto přijímala, ale vzhledem k počtu dětí nebylo možné u Jiřky zůstat a věnovat se pouze jí. Většinou činnost končila tím, že Jiřka práci s hlínou vzdala a pozorovala, co děláme. Snažila jsem se tedy alespoň s Jiřkou

udržovat komunikaci, nahlas popisovat co právě děláme, a zapojit jí do pomocných prací, např. podat váleček, štětec, umýt podložku apod. Do této činnosti se Jiřka ochotně zapojovala.

Jeden víkendový den zůstaly na mé skupině pouze dvě děti, a to patnáctiletý chlapec Ladislav T., který s hlínou velice rád pracuje a má s ní již zkušenosti z předchozího výchovně-léčebného ústavu, a Jiřina P. Rozhodla jsem se tedy, že tento den využiji k práci s keramickou hlínou a pokusím se Jiřinu do práce s hlínou více zapojit. Jiřku jsem k práci přizvala s tím, že může zase pomáhat. Láďa začal vytvářet postavu zvířete a já jsem se rozhodla pro nenáročnou výrobu mističky, o které jsem byla přesvědčena, že zvládne i Jiřina. Výroba mističky spočívá v tom, že hlínu je nutno řádně propracovat, vytvořit z ní silnější placku a poté vytlačit do porcelánové misky, v níž je připravená záclona, která následně na keramické misce vytvoří vzor. Během doby, kdy jsem misku vyráběla, jsem celou činnost nahlas komentovala a vysvětlovala Jiřce co, jak a proč právě dělám. Jiřka celou mojí práci bedlivě sledovala a vypomáhala s podáváním náradí. V závěrečné fázi, kdy jsem misku vyhlazovala navlhčenými prsty, Jiřina si mlčky namočila ruku a začala vyhlazovat se mnou. Nakonec sama řekla, že si také zkusí vytvořit misku a zeptala se, zda jí s tím pomůžu. A tak Jiřka opatrně vzala kus hlíny do ruky a začala pracovat. S propracováním hlíny sice měla vzhledem ke svému „úzkostnému“ přístupu problémy, ale misku nakonec s mojí pomocí a podporou dokončila. Jiřka měla radost ze svého prvního výrobku z hlíny a s nadšením se pustila do vytváření dalších mističek, při jejichž výrobě již plánovala koho těmito miskami obdaruje. Po půl roce již Jiřka pracuje z hlínou spontánně a přirozeně bez takových známek úzkosti jako v počátcích, dokonce s ochotou pomáhá i ostatním mladším dětem.

## 1. Muzikoterapie

Muzikoterapie je psychoterapeutická metoda, která využívá léčebných účinků hudby. Hudba plní mnoho funkcí. Může dítě přeladit do žádoucího emočního stavu, tedy může dítě aktivizovat, anebo uklidňovat, může odstraňovat, anebo zmírňovat agresi či odstranit napětí. Hudba rozvíjí vnímání, představivost, myšlení, kreativitu dítěte a také řeč.

Podle způsobu využití hudby v muzikoterapii rozdělujeme tuto metodu psychoterapie na muzikoterapii pasivní (receptivní) a aktivní. Při pasivní muzikoterapii dítě hudbu poslouchá, vnímá. Tato metoda je využívána k relaxacím a k navození žádoucího emočního stavu, tedy k uklidnění, či naopak k aktivizaci dítěte. Při aktivní muzikoterapii dítě samo hraje, zpívá nebo vyťukává rytmus. V aktivní muzikoterapii může být využit jakýkoliv prostředek, který vydává zvuk, anebo prostřednictvím nějž lze vyťukávat alespoň rytmus.



Může jít jak o využití hlasu, vlastního těla jako hudebního nástroje, tak tradičních i méně tradičních hudebních nástrojů a předmětů (např. kuchyňské náčiní, stůl, židle apod.) Prostřednictvím zvuku lze vyjadřovat pocity, vztahy k sobě samému i k druhým lidem. Muzikoterapii lze provádět jak individuálně, tak ve skupině či jako skupinovou muzikoterapii.

Hudbu lze spojit i s jinými psychoterapeutickými metodami, jakými jsou dramaterapie, ergoterapie, či arteterapie. Jako příklad spojení hudby a dramaterapie je například vyjádření pocitů z hudby dramatickým ztvárněním. Spojením s arteterapií, pak výtvarným zpracováním zážitků z hudby, ať již jako muzikomalba, tedy spontánní malba při poslechu hudby, či relaxace při hudbě a následné výtvarné vyjádření pocitů z relaxace. Hudba může doplňovat i pracovní činnosti, neboť samotný poslech hudby, bez konkrétních psychoterapeutických cílů, vytváří při práci pohodovou atmosféru.

Sama se aktivní muzikoterapii v dětském domově nevěnuji. Využívám spíše muzikoterapii receptivní, tedy poslechovou, spojenou s arteterapií a pracovními činnostmi. Kolegyně, zabývající se relaxačními technikami a jógou, využívá hudbu ke zklidnění a uvolnění dětí. Často také využívá zvuky moře, velryb, lesa apod. K aktivizaci dětí pak využívá energičtější hudbu, která je dětem „blízká“. Často si děti na jógu samy přinesou kazetu s hudbou, která se jim líbí.

Jak jsem již psala, hudba může sama o sobě, spontánně, tedy bez konkrétních cílů terapeuta či vychovatele, navodit příjemnou atmosféru. Sama jsem s dětmi zažila příjemné okamžiky ve spojení s hudbou. Například chvíle, kdy jsme se s dětmi unavení vrátili z dlouhé odpolední vycházky a chystali stůl k večeři. K této práci si děti pustily svojí oblíbenou muziku. Jednalo se o moderní rap. A tak jsme pracovali a poslouchali a najednou Roman B., desetiletý chlapec romského původu, který není příliš zdatný v pracovních ani školních činnostech, začal tančit s talířem v ruce a musím podotknout, že tančil úžasně. Jeho tanec mě v pozitivním slova smyslu tak překvapil, že jsem mu začala tleskat, přidaly se i ostatní děti a celá situace vyvrcholila tím, že jsme všichni stáli v kruhu okolo Romana, tleskali do rytmu, smáli se a Roman se spokojeným výrazem ve tváři tančil. Byl to nezapomenutelný společný okamžik, kdy jsem cítila osobní blízkost a sounáležitost s dětmi. Aniž jsem se snažila navodit prostřednictvím hudby jakoukoliv atmosféru, sama hudba nás v tuto chvíli přeladila do radostné nálady, stmelila a děti spontánně vyjadřovaly radost z hudby. V podstatě mohu konstatovat, že vznikla chvíle, která by se dala nazvat terapeutickou chvílkou s hudbou.

## **2. Terapie behaviorální**

Tato psychoterapie využívá modelů učení a vede k získání žádoucích reakcí a způsobů chování. U dětí je behaviorální terapie vhodná z toho důvodu, že nevyžaduje přílišné rozumové a volní schopnosti klienta, tedy schopnosti, kterých často využívá psychoterapie dospělých. Behaviorální postupy dosahují změny manipulací s vnějším okolím dítěte, tyto změny pak následně ovlivňují způsoby chování dítěte. Dalším důvodem, proč je behaviorální terapie u dětí vhodná, je ten, že prostředí dítěte je snáze ovlivnitelné, než-li prostředí dospělých klientů.

Behaviorální terapie vychází z předpokladu, že poruchy chování jsou výsledkem naučených reakcí, a že je lze tedy vhodným způsobem odnaučit či přeučit. Postupy behaviorální terapie vedou k vytváření žádoucího chování (např. praktické či sociální dovednosti dítěte) a k omezování či odstraňování nežádoucího chování (např. agrese, destruktivní projevy, hyperaktivita apod.). Behaviorální terapie využívá principů učení, a to podmiňováním, nápodobou či vhladem.

Mezi hlavní principy podmiňování patří kladné zpevnění, vyhasínání, tlumení a záporné zpevnění. Člověk má spontánně sklon činit to, co je mu příjemné, a proto je v těchto postupech behaviorální terapie využíváno systému „odměn“ a „trestů“, které směřují k „odměňování“ a tudíž i kladnému zpevnění žádoucího chování a naopak k „trestání“ nežádoucího chování, a tudíž i k jeho tlumení. Pokud dítě svým nežádoucím chováním usiluje o určitý způsob odměny, pak je třeba zamezit předpokládané „odměně“. Pokud poruchové projevy zůstanou bez očekávané odezvy, postupně dojde k vyhasínání nežádoucích projevů v chování dítěte. Záporným zpevněním se pak rozumí takové chování dítěte, či pobyt v určité situaci, které je spojeno s ukončením subjektivně nepříjemné zkušenosti, a tudíž tohoto způsobu chování pak následně přibývá.

Učení nápodobou, tedy učení podle vzoru, může být prostředkem jak dosáhnout u dítěte žádoucího chování. Důležitou podmínkou pro učení nápodobou je ta, aby byl pro dítě vzor přitažlivý a věrohodný, tedy měl pro dítě kladnou citovou hodnotu, dítě mu věnovalo náležitou pozornost a vidělo, že chování vzoru vede k „odměňování“.

Do dětského domova často přicházejí děti bez základních hygienických a sociálních návyků, proto jsou zde principy behaviorální terapie využívány především k osvojení základních hygienických a společenských návyků. Behaviorální terapie zde úzce souvisí

s režimovou terapií, neboť jasně stanovený řád, propracovaný systém odměn a trestů a promyšlený rozvrh denních aktivit formuje chování dítěte, je rozvíjena jeho osobnost, schopnosti a dovednosti.

### **3. Režimová terapie**

Vzhledem k tomu, že v dětském domově žije více dětí pohromadě a jednotliví vychovatelé se zde střídají, je důležité, aby byl pevný a jasně stanovený režim, který brání vzniku nejasností, nedorozumění a chasou. Režim vnáší do chodu dětského domova a do výchovy dětí řád, jistotu a stabilitu.

Režimová terapie je promyšlený a předem připravený řád, jehož dodržování vede ke změně negativních návyků a podporuje zdárný vývoj dětí. Stanovený režim je orientačním rámcem a základem pro práci s dětmi, umožňuje plánovat, organizovat a formulovat cíle výchovného a terapeutického působení. V dětském domově jsou pravidelně vypracovávány měsíční plány, které obsahují program činnosti s dětmi a cíle, o které tento program usiluje. Zároveň je každý den zapisováno do deníku rodinných skupin, jakým způsobem je tento program naplňován, což přináší zpětnou vazbu a kontinuitu v práci a působení jednotlivých vychovatelů.

V dětském domově je tedy propracovaný režim, spočívající v rozvrhu běžných denních aktivit (budíček, snídaně, odchod do školy, oběd, odpolední aktivity, zájmové činnosti, večeře) a v systému odměn (zvýšení kapesného, delší vycházky, výlety apod.) a trestů (srážky kapesného, zákaz vycházky, televize apod.) Stanovený režim a jeho dodržování vede k jednoznačnosti, kompaktnosti a kontinuitě výchovného vedení dětí. Režimová terapie podporuje obnovení a vytváření příznivých podmínek pro zdravý vývoj dítěte. Vytvořené podmínky pak vedou k podněcování rozvoje osobnosti dítěte a k omezování nežádoucích jevů v chování. Úplným psychoterapeutickým režimem je „léčebné společenství“.

### **4. Terapeutická komunita**

Komunita je termínem pro společenství lidí, kteří mají cosi společného (lat. comunum-společný). Může se jednat o společenství lidí v určité lokalitě, lidí majících společný zájem, cíle apod. V rámci dětského domova je utvořena komunita, skládající se z dětí, zaměstnanců a dalších osob, které participují na chodu domova. Dětský domov má svojí vlastní kulturu. Jedná se jak o běžné denní aktivity, tak o tradice, rituály a společné oslavy důležitých

životních událostí v životě dětí, jakými jsou například svátky, narozeniny, ukončení školy apod.

„Terapeutická komunita (léčebné společenství), je způsob organizace léčebné instituce nebo oddělení, kdy se cíleně podporuje spoluúčast pacientů na řízení, na plánovaných společných aktivitách a léčbě“ (S. Kratochvíl, 2000). V léčebném společenství dochází k aktivnímu sociálnímu učení, k rozvoji osobnosti a vytváření nových dovedností. Znakem terapeutické komunity je, že tvoří komplexní systém a stabilní režim, směřující ke konkrétním cílům, v našem případě tedy k vytváření příznivých podmínek pro zdravý rozvoj dětí, žijících v dětském domově, přičemž chod dětského domova neovlivňují pouze sami vychovatelé, ale i děti, které zde žijí.

Dětský domov sice není jako takový „léčebným ústavem“, ale i zde je nutné, abychom zde vytvářeli a podporovali podmínky pro vznik určité pospolitosti, tedy podmínky vytvářející:

1. Pocit sounáležitosti, ztotožnění a společné účasti. Vytváří se všude tam, kde lidé mají intenzivní skupinový život a společné zájmy.
2. Pocit sociálního naplnění, pocit, že člověk někam patří. Ten je podporován kulturou a zvyky denního života.
3. Pocit závislosti. Společenství je útočištěm před samotou a úzkostí, je jakýmsi domovem.“ (J. Langmeier, K. Balcar, J. Špitz, 2000).

Komunitní uspořádání v dětském domově usiluje o podporu výchovného a terapeutického úsilí, vytváří příznivé podmínky pro rozvoj dětí, vede k rozvoji jejich osobnosti a usiluje o omezování nežádoucích jevů v chování. Dále pak vede k naplňování pěti základních potřeb dítěte, které popsal Z. Matějček a J. Langmeier, a o kterých jsem pojednávala již dříve. Aktivity v domově jsou voleny a uspořádány tak, aby u dětí byla naplňována „potřeba stimulace“, přičemž řád a smysl těchto aktivit umožňuje vytvářet u dětí poznatky a zkušenosti, tedy vytvářet „smysluplný svět“. To, že je zde podporován pocit sounáležitosti, má směřovat k vytváření „životní jistoty“ a k rozvoji „identity“ dětí, tedy vědomí vlastního „já“, k podpoře sebeúcty a sebedůvěry, která umožňuje zařazení dítěte do společnosti. Poslední, pátá základní potřeba dítěte, a to „potřeba otevřené budoucnosti“ zůstává v dětském domově problémem, neboť děti dosažením plnoletého věku se vrací do svých původních neuspokojivých rodinných podmínek, anebo nastává problém s bydlením a

prací. Často si tento problém naše děti v období dospívání uvědomují a je zde velké riziko, že veškerou snahu „vzdávají“ a dochází k dalším problémům v jejich vývoji a chování. Výhledově by tuto situaci měl vyřešit byt „na půli cesty“, který se dětský domov snaží získat. V tomto bytě by děti mohly po dosažení plnoletosti za určitých podmínek po jistou dobu bydlet s tím, že by k nim docházela sociální pracovnice a pomáhala v řešení běžných denních záležitostí a podporovala a rozvíjela snahy, které byly započaty výchovou v dětském domově.

### **Seznam literatury:**

- J.Cambellová. Techniky arteterapie. Praha: Portál, 1998  
P.Hartl, H.Hartlová. Psychologický slovník. Praha: Portál, 2000  
J.Jebavá. Úvod do arteterapie. Praha: Karolinum, 1997  
S.Kratochvíl. Základy psychoterapie. Praha: Portál, 2000  
J.Langmeier, K.Balcar, J.Špitz. Dětská psychoterapie. Praha: Portál, 2000  
Z.Matějček, J.Langmeier. Počátky našeho duševního života. Praha: Panorama, 1986  
Z.Matějček a kol. Náhradní rodinná péče. Praha: Portál, 1999  
J.Pipeková, M.Vítková a kol. Terapie ve speciálně pedagogické péči. Brno:Paido, 2001  
J. Vymětal. Psychoterapie. Pomoc psychologickými prostředky. Praha: Horizont, 1989