



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Metodika

Vedení rodičovské skupiny určené rodičům hyperaktivních dětí

vytvořená v rámci projektu
Prohlubování klíčových
kompetencí pedagogů,
jiných odborníků a rodičů
jako podpora vzdělávání
dětí se syndromem ADHD



doc. Mgr. Lenka Lacinová, Ph.D.
Centrum pro rodinu a sociální péči

OBSAH

Úvod.....	4
Východiska kurzu.....	5
K čemu kurz slouží.....	6
Cíle kurzu	6
Účastníci kurzu.....	7
Technické vybavení pro kurz	8
Požadavky na lektory.....	8
Organizace kurzu.....	9
Obsahová náplň kurzu	10
Modelový rozvrh kurzu	18
Literatura	19

ÚVOD

Problematika hyperaktivního chování a neklidu v rodině je komplexní problém a vyžaduje péči jak o samotné dítě trpící neklidem, tak o systém rodinný a partnerský, v němž se dítě každodenně pohybuje. Oprávněnost péče zaměřené na rodiče dětí se speciálními potřebami zdůrazňují mnohé výzkumné studie. Vytvoření vhodných rodinných podmínek je jedním ze základních stavebních kamenů vícezdrojové pomoci neklidným dětem či dětem s ADHD. Rodičovské skupiny jsou vedle individuálního poradenství, popř. rodinné terapie, vhodným nástrojem pro podporu zdravého rodinného systému a prevenci jeho dysfunkcí.

V posledních desetiletích narůstá počet dětí, kterým byla diagnostikována porucha ADHD, nebo které sice nebyly diagnostikovány, ale jejich rodiče se u nich výchovně potýkají s projevy neklidu v chování. Rodiče, kteří hledají radu jak takové dítě vychovávat nebo jak konkrétně reagovat na nevhodné chování dítěte, jsou víceméně odkázáni na nepříliš bohatou nabídku individuálního výchovného poradenství, nebo naopak na nepřeborné množství populárních příruček pro rodiče či internetových zdrojů nezaručené odborné úrovně, pokud nepokládají situaci v rodině za natolik závažnou, aby vstoupili do rodinné terapie. Z letité praxe Centra pro rodinu a sociální péči v Brně vyplynulo, že pro tyto motivované rodiče, kteří mnohdy chtějí situaci v rodině řešit preventivně, neexistuje příliš mnoho variant pomoci. Pracovníci pedagogicko-psychologických poraden v rámci diagnostického procesu sice mohou rodiče výchovně nasměrovat, ale tato doporučení mají většinou jednorázovou povahu a nemohou sloužit jako podpůrný prostředek v dlouhodobé perspektivě.

Cílem tohoto metodického materiálu je popsat základní zkušenosti z realizace kurzu Vedení rodičovské skupiny určené rodičům hyperaktivních dětí. Kurz vznikl v rámci projektu Prohlubování klíčových kompetencí pedagogů, jiných odborníků a rodičů jako podpora úspěšného vzdělávání dětí se syndromem ADHD financovaného zásluhou Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost.

VÝCHODISKA KURZU

Důležitým úkolem při práci s dětmi s ADHD je zabezpečení co nejoptimálnějšího zázemí pro jejich vývoj. To je možné pouze v případě práce s rodinným systémem, nejlépe s rodičovským párem nebo s hlavním vychovatelem (většinou matkou), která buď doplňuje terapeutickou či intervenční aktivitu cílenou na samotné dítě, nebo může být odrazovým můstkem pro vyhledání této pomoci, popř. může být v případě subklinického jedinou dostačující intervencí. Pokud se totiž intervence zaměřují pouze na dítě samotné a rodinné prostředí nepodstoupí žádoucí transformaci, vývoj neklidného dítěte nebo dítěte s ADHD i přes toto veškeré individuální intervenční a terapeutické úsilí nebude vykazovat adekvátní zlepšení. Koncepce práce rodičovské skupiny vychází z hlavního předpokladu, že sebejistý a dobře informovaný rodič bude zvládat nesnáze s výchovou neklidného dítěte úspěšněji (za úspěšnější zvládnutí je pokládáno také to, že se bude lépe hodnotit v rodičovské roli, i když se nebudou naplňovat veškerá – mnohdy nerealistická – očekávání ve vztahu k dítěti) a bude také schopen vytvářet také vhodnější zázemí pro optimální vývoj dítěte.

Kurz je určen primárně pro psychology, případně pro speciální či sociální pedagogy. Širší spektrum odborníků není pro kurz vhodné. Je žádoucí, aby účastníci měli podobné vzdělání a zkušenosti, výhodou jsou zkušenosti ze skupinové práce ať již s dospělými či dětmi.

V kurzu se účastníci naučí rozumět podstatě ADHD a dopadům této poruchy na fungování rodinného systému a také recipročně pochopit, jak se rodinné prostředí může podílet na vzniku a přetrvávání neklidu či symptomů ADHD u dětí. Měli by se naučit rozpoznávat projevy ADHD v různých věkových obdobích a chápat vývojově specifické potřeby těchto dětí ve vztahu k jejich rodinnému prostředí.

K ČEMU KURZ SLOUŽÍ

Výchova dítěte patří k základním vývojovým úkolům, které naplňují lidé v období dospělosti. V některých případech přináší výchova dítěte řadu otazníků, pochybností a nejistot. Bývá obecně spojena s velkou investicí času a energie, ale v určitých případech také se značnou únavou a vyčerpáním rodičů. Jedním z takových specifických případů, kdy se výchova dítěte stává zátěžovým faktorem, jenž při delším časovém působení může vyústit ve vznik krizové situace ohrožující fungování rodiny, je výchova a péče o dítě, které vykazuje výrazné projevy hyperaktivního chování nebo mu byl diagnostikován syndrom ADHD.

Rodiny s dítětem se syndromem ADHD mohou být dlouhodobě zatíženy nesnadnou výchovnou situací a především permanentním stresem, který je vyvoláván např. nespavostí a zvýšenou dráždivostí v raném dětství, nevladatelnými projevy neklidu, agresivitou, sníženou schopností regulace chování a emocí těchto dětí a z ní plynoucí zvýšenou mírou konfliktů nejen v rodinném prostředí. Při práci s rodiči dítěte s ADHD je nezbytné si osvojit dovednosti k poskytnutí podpory těmto rodičům a k nacházení strategií k zvládnutí nejen výchovných problémů. Kurz by měl sloužit účastníkům k hlubšímu pochopení specifických potřeb a problémů rodičů dítěte se syndromem ADHD a nacházení vhodných způsobů jejich podpory.

CÍLE KURZU

Kurz Vedení rodičovské skupiny určené rodičům hyperaktivních dětí je určen psychologům, případně sociálním a speciálním pedagogům, kteří se ve své praxi setkávají s rodinami s dětmi se syndromem ADHD a chtějí jim nabídnout širší spektrum služeb než doposud.

Absolvent kurzu by měl být ve své praxi kompetentní podporovat rodiče dítěte s ADHD, což zahrnuje především kompetenci k práci s rodinou dítěte a dovednost vedení skupinové práce.

Základní dovedností absolventa kurzu by mělo být porozumění specifické situaci, problémům a potřebám rodin dětí s ADHD. Absolvent si osvojí způsoby, jak na obtížnou rodinnou situaci reagovat a získá dovednosti jak podporovat rodiče v jejich rodičovské roli s ohledem na další rozvoj dítěte.

Absolvent kurzu má:

- být schopen porozumět příčinám chování dítěte s ADHD v rodinném kontextu
- účinně podpořit rodiče dětí s ADHD v jejich rodičovské roli
- umět poradensky pracovat s rodinou dítěte s ADHD
- navrhnout vhodný způsob terapeutické práce s dítětem
- pomoci rodiči vybrat vhodné volnočasové aktivity pro dítě s ADHD
- umět pomoci rodičům, jak pracovat s negativismem a agresivitou dítěte s ADHD v různých stádiích vývoje
- být schopen vnímat situaci rodin s neklidným dítětem komplexně a tomu i umět přizpůsobit nabízenou intervenci
- znát metody výchovy, ale také rozvoje pozornosti, učení, psychomotoriky a sociálních dovedností vhodné pro děti s ADHD v různých stádiích vývoje

ÚČASTNÍCI KURZU

Skupinu účastníků je vhodné složit ze zhruba 10–15 členů. Účastníky by měli být převážně psychologové, nejlépe se zkušeností s vedením skupinové práce (není podmínkou). Do skupiny je ale možné zařadit i speciální či sociální pedagogy – v případě, že dlouhodobě pracují v některé z oblastí, v níž mohou dovednosti z kurzu uplatnit (za předpokladu respektování kompetencí, které jim poskytuje jejich původní vzdělání).

Pro tento kurz nejsou vhodní zájemci bez dosavadní zkušenosti s prací s dětmi nebo bez zkušenosti se syndromem ADHD. Nemusí se jednat o odbornou psychologickou praxi, může se jednat např. o praxi na pozici asistenta dítěte s ADHD nebo vedení volnočasových aktivit pro děti a dospívající.

TECHNICKÉ VYBAVENÍ PRO KURZ

Kurz je vhodné pořádat v místnosti s kapacitou cca 20 lidí (frekventanti, lektori).

Místnost:

Místnost by měla být uzpůsobena pro klasické přednáškové (seminární) aktivity. Je vhodné, aby židle bylo možné rozmístit do kruhu kolem stolu (obvyklý způsob pro pořádání rodičovských skupin, frekventanti tak mohou „zažít“ podobné prostorové uspořádání). Místnost by měla být vybavena flipchartem, počítačem s připojením k internetu, dataprojektorem a hlasovým výstupem (pro přehrávání videoukázek).

Další technické vybavení:

Vzhledem k časové dotaci výuky (cca 8 vyučovacích hodin denně) je důležité zajistit, aby měli frekventanti kromě WC k dispozici i kuchyňku, případně prostor pro odpočinek.

Studijní materiály:

Studijní materiály obsahující základní informace obsažené v jednotlivých přednáškách je vhodné frekventantům rozdat na začátku obou dnů výuky. Frekventanti si je mohou pouze doplňovat prostřednictvím vlastních poznámek v průběhu výuky. Zaznamenávají si tedy ty informace, které jsou pro ně subjektivně důležité a nemusí se snažit zachytit základní poznatky, ke kterým se mohou v materiálech kdykoli vrátit s tím, že obsahují také odkazy na další dodatkové zdroje. Pozornost frekventantů se pak lépe soustřeďuje na samotnou výuku.

POŽADAVKY NA LEKTORY

Garant kurzu a lektor:

- psycholog s dlouholetou poradenskou či terapeutickou praxí s rodinami dětí s ADHD, přehled v oblasti vývojové psychologie a aplikované vývojové psychologie, zkušenosti s výukou a garantováním kurzů pro odborníky

Lektor s osobní zkušeností rodiče dítěte s ADHD (a ideálně se zkušeností z vedení skupin):

- ADHD v anamnéze dítěte
- schopnost reflexe vlastních prožitků a chování
- schopnost reflexe chování okolí

ORGANIZACE KURZU

Kurz se skládá z teoretické výuky, ukázek praktických postupů při vedení skupin a diskuse frekventantů nad konkrétními kazuistikami z praxe. Kurz je vhodné rozdělit do dvou setkání, která od sebe nebudou příliš časově vzdálena. V průběhu kurzu se frekventanti seznámí s přístupy k problematice ADHD v různých kontextech. Lektoři v kurzu nabídnou své zkušenosti získané při práci s rodinami dětí s ADHD.

Pro zdárné uchopení problematiky ADHD v kurzu je výhodné, aby se tým lektorů skládal z odborníka – psychologa se znalostí vývojové psychologie a vývojové psychopatologie, popř. vývojové diagnostiky s dlouholetou zkušeností s ADHD a se zkušeností s prací s rodinami dětí s ADHD (ideálně se zkušeností s vedením skupin) a autentické osoby – rodiče dítěte s ADHD. Rodič buď prošel rodičovskou skupinou jako frekventant a zkušenosti s výchovou dítěte s tímto typem problému může předávat již s jistým časovým odstupem, anebo se zapojil právě do vedení rodičovských skupin jako další vedoucí skupiny. Díky této konstelaci lektorů a rozdílným zdrojům jejich zkušeností mají frekventanti kurzu možnost se dozvědět jednak důležité a recentní poznatky z výzkumu v oblasti ADHD, ale také jaké formy podpory rodičů jsou efektivní, a které aspekty je při práci s rodiči s dětmi ADHD potřeba brát v potaz nejen z perspektivy odborníka, ale i tzv. autentické osoby.

Realizovaný kurz, z něhož tato metodika vychází, v lektorském týmu spojoval lektorky, které dvanáct let realizovaly rodičovské skupiny pro rodiče neklidných a hyperaktivních dětí v Centru pro rodinu a sociální péči v Brně. Lektorky kromě svých odborných znalostí vycházely i ze zkušeností získaných ve službách poskytovaných především motivovaným rodinám, které aktivně vyhledávají pomoc a podporu a jsou ochotny se na změně samy podílet.

Frekventanti mají možnost se v rámci kurzu dozvědět, jakým způsobem lze pracovat s motivovanými rodinami. V rámci společné diskuse nad konkrétními případy z jejich vlastní praxe se pak také mohou dozvědět, jak lze modifikovat představovaný model práce i pro jiné podmínky (např. školní psychologové).

OBSAHOVÁ NÁPLŇ KURZU

1. Komplexní přístup k problematice syndromu ADHD

Úvod kurzu je věnován historickým poznámkám k vývoji pojetí dětského neklidu, popsán je vývoj různých termínů, které se k neklidu vztahují a také vývoj zkoumání tohoto fenoménu. Pozornost je věnována základním přístupům k pojetí neklidu u dětí (medicínský vs. psychosociální), jsou představeny jednotlivé modely vzniku ADHD. Jednotlivé modely vzniku ADHD jsou popisovány v souvislosti s možným dopadem jejich preference pro rodiče a jejich možné výchovné postoje vůči dětem s ADHD. Diskutovány jsou i alternativní přístupy k řešení problémů dítěte rodiči, kteří preferují některý z alternativních modelů vzniku neklidu.

Frekventanti kurzu se seznámí se základními projevy ADHD (diagnostickými kritérii ADHD), ale i s dalšími častými projevy ADHD (tedy těmi, které nejsou nutné pro stanovení diagnózy, ale obvykle se u dětí s ADHD také objevují). Frekventanti jsou seznámeni rovněž s výskytem této poruchy v populaci a s otázkami spojenými s diagnostikou a vstřícností odborné, ale i laické veřejnosti vůči této diagnóze. Popsány jsou i informace o prognóze této poruchy.

Významnou částí této úvodní části kurzu je pasáž o vývojově podmíněných projevech dětského neklidu/ADHD. Postupně jsou popsány specifika novorozeneckého a kojeneckého věku s akcentem na rané projevy, které mohou signalizovat vývoj k případné psychopatologii. Dále pak batolecí období, kdy je věnována pozornost zejména možné záměně běžného vývojově adekvátního chování batolat, které bývá mnohdy rodiči vnímáno jako hyperaktivní a příčinám této chybné interpretace. Předškolnímu a mladšímu školnímu věku a projevům neklidu v této době je pak věnována pozornost v souvislostech s nástupem dětí do vzdělávacích institucí. V závěru jsou popsány vývojové změny v období adolescence a přetrvávání symptomů a transformaci jejich projevů v dospělosti.

2. Vývojově-psychologické teorie a empirická zjištění (příklad teorie citové vazby) jako východiska pro utváření optimálních podmínek pro výchovu neklidných dětí

Během této části kurzu jsou frekventanti seznámeni se základními tezemi teorie citové vazby J. Bowlbyho (2010). Lekce je věnována vývoji citové vazby, jejím typům se zvláštní pozorností k dezorganizaci citové vazby (popř. poruše citové vazby) ve spojitosti s projevy neklidu u dětí a dospívajících. Výklad se zaměřuje také

na koncept tzv. senzitivní matky a naplňování základních psychických potřeb v celoživotní perspektivě. Jsou představeny výzkumy, které dokumentují zvýšenou míru nejistoty u dětí s ADHD a diskutovány specifické otázky výchovných přístupů, které mohou jistotu dětí posilovat. Jako alternativní model vzniku ADHD je představena práce Ladniera a Massanariové (2000), kteří přistupují k terapii a léčbě ADHD právě z pozic teorie citové vazby.

V rámci této části kurzu jsou kromě teorie citové vazby v kontextu ADHD zmíněny také další koncepty a teorie. Je zmíněna např. Eriksonova teorie psychosociálního vývoje (2002), specificky je pak popisován kontext dopadu rodičovských konfliktů na psychický stav a vývoj dětí – teorie emoční jistoty Cummingse a Daviese (2010) a kognitivně-kontextuální rámec Grycha a Finchama (2001).

3. Rodina a neklidné dítě/dítě s ADHD

V rámci této části kurzu jsou frekventanti seznámeni s modelovým příkladem vývoje rodiny s hyperaktivním dítětem. V konkrétním případě tohoto kurzu bylo využito sebezkušenosti lektorky, která prostřednictvím popisu rodinné situace ilustrovala možnou trajektorii vývoje dítěte s ADHD od novorozeneckého věku do mladé dospělosti. Pozornost je věnována především rodinné dynamice, zvládnutí krizí a způsobům vyhledávání odborné pomoci.

4. Dítě s ADHD v procesu vzdělávání a rodina

Tato část kurzu je zacílena na řešení potíží, které rodiče řeší v souvislosti se školní docházkou dítěte. Důraz je kladen na podporu spolupráce mezi rodinou a školou, na rozvoj kooperativních strategií řešení problémů. Představeny jsou také možné přístupy k řešení konfliktních situací, které v procesu vzdělávání mohou vznikat na úrovni vztahu rodič – učitel, učitel – dítě s ADHD, ale také rodič – dítě při domácí práci do školy. Jsou uvedeny také základní zásady optimální úpravy prostředí pro vzdělávání dětí s ADHD a to jak ve škole, tak v rodině.

Zásadní pozornost je věnována především přiblížení jednotlivých perspektiv pohledu na projevy, problémy a prožívání dítěte s ADHD ve školním kontextu. Specificky je popsán pohled učitele, kde jsou postiženy možné varianty přístupu k danému syndromu na kontinuu od popírání existence tohoto onemocnění k rezignaci na výchovné působení. Dále je přiblížen subjektivní pocit dítěte s ADHD v kontextu školního výkonu, ale i vrstevnických a přátelských vztahů. Vzhledem k zaměření na rodičovskou roli je pak představeno spektrum možných postojů rodičů

k vzdělávání, jsou přiblíženy různorodé názory na zodpovědnost za vzdělávání dítěte (rodina vs. škola).

Tato část kurzu zahrnuje též přehled specifik charakteristických pro vzdělávání dítěte s ADHD a možnosti úpravy vzdělávacích podmínek jak ve smyslu legislativy, tak konkrétních doporučení. V návaznosti na tuto problematiku je představena role učitele ve vzdělávání dítěte s ADHD, koncept vyzrálé pedagogické osobnosti a tzv. pedagogického mistrovství. Závěrečná část je pak zaměřena na otázky komunikace ve vzdělávacím procesu a její optimální podobu se zřetelem k charakteru syndromu ADHD.

5. Rodičovská skupina jako možnost podpory dítěte s ADHD

V této části kurzu je podrobně představena koncepce rodičovských skupin pro rodiče neklidných/ADHD dětí, jak byla realizována v rámci činnosti Centra pro rodinu a sociální péči v Brně. Postupně jsou představena následující témata:

Východiska práce s rodičovskou skupinou a funkce skupiny

Téma shrnuje poznatky a zkušenosti, které jsou využívány jako základní myšlenky a východiska pro práci se skupinou. Jako základní princip je zmíněno působení na zmírnění nežádoucích projevů v chování dítěte skrze práci s rodiči. Tento pohled je charakteristický pro terapeutický přístup, který pojímá rodinu jako systém a nezaměřuje se pouze na práci s tzv. „označovaným“ jedincem. Postupy jsou společně s uvedeným systémovým pojetím eklektickým využitím různých metod a přístupů využívaných v rámci dalších směrů. Výchova dítěte je chápána metaforicky jako „trénink pro budoucnost“, tj. že rodiče jsou vedeni, aby svoje výchovné působení směřovali spíše než k okamžitému „uposlechnutí“ dítěte k dlouhodobým efektům a postupnému budování dovedností a žádoucích reakcí dítěte. Dalším východiskem je, že jistý, informovaný, senzitivní rodič zvládne nesnáze s výchovou neklidného dítěte úspěšněji, přičemž za úspěšnější zvládnutí je pokládáno již také to, že se rodič bude lépe hodnotit v rodičovské roli, i když se nebudou naplňovat veškerá – mnohdy nerealistická – očekávání ve vztahu k dítěti. Zmíněny jsou hlavní funkce skupiny: osvětová, vzdělávací, informační, podpůrná, a sekundárními efekty pak i částečně funkce terapeutická.

Cílová skupina

V této části je popsána cílová skupina účastníků rodičovských skupin. Služba je určena rodičům, kteří vnímají chování svých dětí jako nevladatelné 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.

Rodičovská skupina: základní cíle a základní praktické/organizační údaje

Postupně jsou představeny cíle práce ve skupině. Jedná se především o poskytování informací, které umožní rodičům identifikovat a pochopit příčiny neklidu u dítěte, a také pochopení souvislostí a možných příčin neklidu v rodině. Dalším cílem práce ve skupině je objevení a obnova zdrojů rodičovství (vzhledem k většinově se účastnícím matkám se jedná o mateřství). Pracuje se také na přijetí rodičovské role, kdy je „rodič chápán jako velký a zodpovědný, dítě jako malé a vedené“. Velmi důležitým cílem je pak práce na přijetí vlastní nedokonalosti, kdy je odkazováno na Winnicotův koncept „dost dobré matky“.

Dílním cílem je dále prohloubení sebereflexe a získání náhledu na neproduktivní vzorce interakcí v rodině. Jedná se také o zmenšení rozporu mezi nerealistickými představami o mateřství a dítěti a skutečností. Cílem je rodičům ve skupině nabídnout nejen na informační, ale i prožitkové úrovni nové (produktivnější) vzorce interakce v rodině.

Specifickým cílem pak je vytvoření prostoru pro sdílení zkušeností a vzájemnou podporu rodičů s obdobnými potížemi s výchovou dětí, sekundárně pak vznik sociální podpůrné sítě. V neposlední řadě také pravidelný odpočinek a relaxace u čaje, kávy a sušenek v náročném životě s obtížně vychovatelným dítětem.

Frekventantům kurzu jsou posléze představeny základní praktické a organizační údaje ohledně frekvence a počtu setkávání rodičovské skupiny, délky setkávání a optimálního počtu účastníků.

Vedení rodičovských skupin

Představen je způsob vedení skupiny dvojicí vedoucích (psycholožka a autentická osoba – rodič dítěte s ADHD) a jsou diskutovány další alternativy vedení a jejich dopad na podobu práce s rodičovskou skupinou.

S jakou zakázkou nejčastěji rodiče přicházejí do skupiny?

V této části kurzu jsou postupně popsány nejčastější problémy, se kterými rodiče přicházejí do skupiny. Jedná se většinou o 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 depresivní symptomatologie); problémy s chováním dítěte ve škole (v kontaktu s učiteli, vrstevníky); potřebu konkrétních návodů pro výchovu hyperaktivního dítěte; velmi často se objevuje i nejistota v rodičovské roli.

Největší díl časové dotace v této části kurzu je věnován obsahu jednotlivých setkání a představení typických a opakujících se témat řešených v rámci rodičovských skupin. Proporce času a pozornosti věnovaných jednotlivým tématům se mezi různými běhy rodičovských skupin proměňuje podle individuálních potřeb účastníků.

Témata jednotlivých setkání (mimo jiná aktuální témata „přinášená“ účastníky):

První tematický okruh je tvořen seznámením s **problematikou dětského neklidu a syndromu ADHD**. Jsou zprostředkovány a vysvětleny pojmy hyperaktivita, ADHD, LMD, neklid, poruchy chování. Dále jsou vysvětleny různé příčiny hyperaktivního chování. Ve vztahu ke konkrétním projevům dětí rodičů ve skupině se další tematický okruh vztahuje k **vrozeným dispozicím** dětí a zejména limitům, ale i možnostem rozvoje těchto dětí. 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; poznatky teorií vývojové psychologie, např. model vzniku ADHD v kontextu citové vazby – Ladnier & Massanari, 2000).

Tento tematický okruh zprostředkovává rodičům současné poznatky o **vývojově-psychologické problematice** ve vztahu ke konkrétním dotazům a problémům, které rodiče na sezeních prezentují. Jsou využívány poznatky z těchto teoretických koncepcí:

- teorie rané citové vazby J. Bowlbyho (2010): 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 rozehrívající 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

Druhý významný tematický okruh je věnován **původním rodinám** účastníků skupiny, jejich rodičům a vlastnímu dětství, vnímání a hodnocení výchovy a vztahu k rodičům (prarodičům dítěte). Probírá se systém rodiny (hierarchie, role, místo v rodině, systém rodinných vazeb). Jedná se o následující témata:

- Já jako dítě – pozitiva a negativa vlastní výchovy: vychází 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!“
- hierarchie a role v rodině (ústřední role rodičovské dvojice ve výchově dítěte)
- princip dospělé zodpovědnosti za výchovu (rodič jako velký, dítě jako malé, vedené, postupně se osamostatňující)
- 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 (Trapková & Chvála, 2004)

Zmíněna je i problematika **partnerství, manželství** – zejména pak řešení konfliktních situací mezi partnery a dopad těchto situací na dítě a také otázky výchovných postojů a shody na základních pravidlech a hodnotách v tomto kontextu (problematika tzv. spolurodičovství).

Jedná se o tato témata a zdroje informací:

- 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 – 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.

Třetím tematickým okruhem pak jsou principy **výchovného působení** na děti v duchu jednoho z hlavních východisek práce ve skupině (výchova jako trénink pro budoucnost). Jsou vysvětleny principy bezpodmínečného přijetí dítěte/vřelosti a stanovování hranic ve výchově/kontroly a řízení dítěte. S účastníky skupiny je vyjasňováno, co konkrétně znamenají tzv. hranice ve výchově, co znamená důslednost a co se míní bezpodmínečným přijetím.

- Možné výchozí zdroje pro toto téma jsou následující:
- princip bezpodmínečného přijetí dítěte (Prekopová & Schweizerová, 2008; 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

Posledním okruhem je téma týkající se **regulace emocí** v rámci rodiny. Tato problematika většinou doprovází a proniká do většiny výše uvedených řešených otázek a prezentovaných témat. Jedná se o způsoby vyjadřování a regulace negativních a pozitivních emocí v rodině (mezi partnery, ve vztahu k dítěti). Konkrétní podtémata jsou následující:

- vyjadřování pozitivních emocí (náklonnost, láska) v rodině
- koncept tzv. pěti jazyků lásky (Campbell & Chapman, 2005; Lacinová, Michalčáková, & Bouša, 2009)
- 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 zvládnání
- legitimita negativních emocí v rodičovství

6. Koncept rodičovské skupiny v praxi – techniky a postupy

V této části kurzu si účastníci prakticky vyzkouší techniky a postupy používané v rámci rodičovských skupin. Jedná se o sebezkušnostní cvičení s následnou reflexí a diskusí.

7. Reflexe kurzu, zpětná vazba, diskuse

Závěrečné shrnutí informací, které by si frekventanti z kurzu měli odnést. Reflexe kurzu. Závěrečné dotazy.

MODELOVÝ ROZVRH KURZU¹

První den:

- Úvodní seznámení lektorů a frekventantů (1 hodina)
- Komplexní přístup k problematice syndromu ADHD (2 hodiny)
- Vývojově-psychologické teorie a empirická zjištění (příklad teorie citové vazby) jako východiska pro utváření optimálních podmínek pro výchovu neklidných dětí (2 hodiny)
- Rodina a neklidné dítě/dítě s ADHD (2 hodiny)
- Reflexe dne a probraných témat (1 hodina)

Druhý den:

- Dítě s ADHD v procesu vzdělávání a rodina (2 hodiny)
- Rodičovská skupina jako možnost podpory dítěte s ADHD (3 hodiny)
- Koncept rodičovské skupiny v praxi – techniky a postupy (2 hodiny)
- Reflexe kurzu, zpětná vazba, diskuse (1 hodina)

¹ pokud není uvedeno jinak, časová dotace na dílčí téma je jedna vyučovací hodina, tj. 45 min.

LITERATURA

- Bowlby, J. (2010). *Vazba*. Praha: Portál.
- Campbell, R., & Likesová P. (1999). *Znáte mě vůbec?* Praha: Návrat domů.
- Campbell, R. (2001). *Hledám svou cestu*. Praha: Návrat domů.
- Cloud, H., & Townsend, J. (1999). *Děti a hranice*. Praha: Návrat domů.
- Corneau, G. (2004). *Anatomie lásky*. Praha: Portál.
- Čáp, J. (1996). *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Praha: ISV.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. New York: Guilford Press.
- Drtílková, I., & Šerý, O. (2007). *Hyperkinetická porucha/ADHD*. Praha: Galén.
- Erikson, E. H. (2002). *Dětství a společnost*. Praha: Argo.
- Grych, J. H., & Fincham, F. D. (Eds.) (2001). *Interparental Conflict and Child Development: Theory, Research and Application*. New York: Cambridge University Press.
- Hesse, E. (1999). The Adult Attachment Interview: Historical and current Perspectives. In J. Cassidy, P. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment Theory and Research* (395–433). New York: Guilford Press.
- Chapman G., & Campbell R. (2005). *Děti a pět jazyků lásky*. Praha: Návrat domů.
- Kastová, V. (2004). *Otcové – dcery, matky – synové*. Praha: Portál.
- Lacinová, L., Michalčáková, R., & Ježek, S. (2009). Škála dětské percepce konfliktu mezi rodiči: česká verze dotazníku pro adolescenty. *Československá psychologie*, 53, 68–83.
- Lacinová, L., Michalčáková, R. & Bouša, O. (2009). Vyjadřování lásky v intimních vztazích: Příspěvek ke zkoumání užívání strategií vztahové údržby v partnerství a manželství. *Psychoterapie*, 3, 224–234.
- Ladnier, R. D., & Massanari, A. E. (2000). Treating ADHD as attachment deficit hyperactivity disorder. In T. M. Levy (Ed), *Handbook of attachment interventions* (27–65). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Matějček, Z. (1992). *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: SPN.
- Matějček, Z. (2003). *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál.
- Paclt, I. a kol. (2007). *Hyperkinetická porucha a poruchy chování*. Praha: Grada.
- Prekopová, J., & Schweizerová, Ch. (2008). *Neklidné dítě*. Praha: Portál.
- Thomas, A., & Chess, S. (Eds) (1977). *Temperament and Development*. New York: Brunner/Mazel Publications.
- Trapková, L., & Chvála, V. (2004). *Rodinná terapie psychosomatických poruch*. Praha: Portál.