



POPIS TERAPEUTICKÝCH SKUPIN

Ranní komunita – 60 min + zápis do PC (zhotoví terapeut na hlavní službě)

Je základní a nejdůležitější terapeutickou skupinou v komunitě. Zaměřuje se na zhodnocení důležitých událostí včerejšího dne, na reflexi momentálního naladění, na podávání aktuálních informací, na naplánování činností pro dnešní den, řešení organizačních a provozních záležitostí, udělování pochval a sankcí, podávání vzájemných reflexí. Ranní komunitu může vést na rozdíl od terapeutické skupiny klient - šéf domu. Průběhu ranní komunity může být následující: Přivítání, nejdůležitější událost včerejšího dne, citát na dnešní den, reflexe momentální nálady či cravingu, rozbor snů, individuální hodnocení prožitých událostí, reflexe k druhým, rozpis pracovních činností, udílení sankcí a pochval, žádosti o výjimky, atp. Do programu TK je ranní komunita zařazena prakticky každodenně (mimo neděli), je doplňována večerní komunitou s obdobným hodnotícím obsahem. Různě modifikovaná ranní komunita je na programu i při mimořádných událostech v komunitě, při výjezdech celé skupiny mimo TK atd. Zachovává kontinuitu dění v TK, zprostředkuje sdílení a zpětné vazby, které jsou základem fungování terapeutické komunity.

Večerní komunita – 60 min + zápis do PC (zhotoví terapeut na hlavní službě)

Probíhá každý den mimo středu, pátek, sobotu. Je zaměřena na události proběhlého dne. Má obdobný hodnotící obsah jako Ranní komunita.

Životopisná skupina – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Během prvních dnů pobytu klienta v komunitě (nejpozději do jeho řádného přestupu do I. fáze) proběhne podrobnější popisná životopisná skupina. Cíl je velmi prostý a omezuje se na poskytnutí základních informací o jeho životě, tak aby se k němu druzí mohli snáze vztahovat. Není zde prostor na podrobnější rozbor jednotlivých životních témat, často postačí jejich pojmenování. Mnohdy je třeba omezovat tendenci klientů vypovídat dopodrobna o okolnostech braní drog, kdy se zároveň snaží zaujmout a ve stylu předchozího života „vychloubat“. Důležitější je se věnovat klíčovým vztahům a zlomovým událostem života, mnohdy i ve velmi útlém dětství (a nastartovat tak psychodynamické uvažování o příčinách závislosti). Klienti obvykle prožívají bezprostředně po skupině velkou úlevu a začlenění do kolektivu.

Interakční skupina – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Jedná se o skupinu zaměřenou na konfrontaci dvou nebo více členů komunity. Tato konfrontace obvykle vychází z předchozích konfliktů a postojevých rozdílů mezi aktéry. Je výhodné tyto rozpory průběžně monitorovat a skupinu podporovat v jejich objevování a odhalování. Konfrontace by měla být přímá, orientovaná na klientovo chování, konkrétní a podepřená konkrétními příklady. Po (často ostré) výměně názorů následuje pohled ostatních členů komunity na konkrétní téma, a posléze v ideálním případě i pokus o psychodynamický vhléd podstaty problému. Téma by mělo být uzavřeno vzájemným pochopením aktérů, nebo alespoň tolerancí k odlišnému názoru. Klienti by měli být schopni po skupině normálně spolupracovat, podání ruky fakt často stvrzuje. Potenciál, který taková skupina nabízí, je ohromný (náhled, sebereflexe, odpuštění, přijetí...) a pro terapeutický tým je zpravidla její vedení nejobtížnější.

Psychoterapeutická – dynamická skupina – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Jedná se o skupinu vymezenou tématem jednoho klienta služby s cílem předeštit určitý problém v maximální šíři a souvislostech. Zájemců o skupinu může být víc, a tak se na počátku skupiny hlasuje o tom, kdo skupinu bude mít. Někdy může samozřejmě rozhodnout tým. Plánování témat na skupinu s předstihem v rámci individuální garantské spolupráce bývá časté, snižuje ovšem aktuálnost přinášeného materiálu, a tím intenzitu skupinového dění. Některá témata na psychoterapeutickou skupinu mohou být povinná (např. vztahy v rodině) v souvislosti s přestupem z jedné fáze do druhé. Často vycházejí téma i řešení přímo ze společných zážitků členů komunity nebo se zpracovávají témata v souvislosti s individuální historií klienta – paralely mezi osobní historií a současným projevem v komunitě jsou cenným doplňkem pro budoucí návrat do rodiny a pro plné pochopení souvislostí. Někdy dochází k situaci, kdy se o skupinu nikdo hned v počátku nehlásí a v tichém napětí se čeká na něčí iniciativu ve skupině. V takové situaci témata běží pod povrchem komunitního dění (manipulace skupiny několika jedinci mimo rámec pravidel, vědomí jejich porušování, strach z důsledků otevření „rizikových témat“). V rámci dynamické



skupiny se také často používají nejrůznější techniky skupinového procesu vzhledem k různému typu psychotherapeutického výcviku členů terapeutického týmu bývá jejich repertoár pestrý i v rámci jedné TK.

Mimořádná skupina – 15 až 90 min. dle potřeby + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Každý člen komunity má právo svolat mimořádnou skupinu v případě, že cítí ohrožení sebe nebo komunity, a v případě, že mu např. jeho emoční stav nedovoluje normálně fungovat v programu. Mimořádná skupina vyžaduje zastavit aktuální program a účast všech přítomných členů komunity je nezbytná. Poskytuje časově velmi omezený prostor v řádu minut na zpracování krizového tématu, a buď dojde k okamžitému řešení, nebo k odkazu do prostoru obvyklého k řešení takové situace. Například se může jednat o konflikt mezi klienty, oznámení porušení některých pravidel nebo nalezení drogy v komunitě. Frekvence mimořádných skupin vypovídá o otevřenosti dění ve skupině. Pokud delší dobu chybí, dochází pravděpodobně k řešení řady problémů skrytě v kuloárech (v rámci druhého života komunity), protože vše v řádném běhu programu zpracovat nelze. Další variantou mimořádně svolané skupiny jsou skupiny určené k vítání hostů, přijetí nových členů komunity nebo třeba ke společné oslavě narozenin.

Tematická skupina – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Jedná se o skupinu s předem určeným tématem, na jehož zpracování pak pracuje celá skupina. Téma buď přináší terapeut (např. systematická **prevence relapsu**), nebo je vybíráno klienty z aktuálního dění v komunitě (např. význam některých pravidel, skryté chutě nebo jak naložit s dluhy vůči rodičům). Může být z části didaktická (ať už vedená terapeutem nebo klientem) a z části diskusní.

Závěry se zobecňují a pracuje se na jejich přijetí členy komunity.

Gender skupina – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

– do programu TK Vršiček je zařazena dělená mužsko-ženská skupina, může být i společná. Pohlaví nejsou zastoupena rovnoměrně, mužů bývá min. dvojnásobek. Už jen to by mohlo vést k odsouvání mnoha potřebných témat pro ženy na okraj zájmu. Hlavním smyslem takových skupin je, že na řadě témat z této oblasti se zpočátku pracuje snáze odděleně, protože pro klienty je obtížné hovořit před druhým pohlavím o řadě traumatických nebo intimních témat (zneužívání, incest, prostituce, domácí násilí, sex na drogách a bez nich).

Další témata se probírají odděleně, abychom se vyhnuli vlivu bezprostřední erotické přitažlivosti nebo event. přenosovým dějům, a aby se omezilo sexuálně podmíněné chování na skupině, či zmenšil stud klientů. Je pak možno jít v rozboru témat více do hloubky, což platí i pro témata více specifická pro jednotlivá pohlaví. Může se tak jednat o vztah k tělu, volba vhodného partnera a partnerské vztahy, rodičovství, mužská a ženská role v komunitě a v životě, vztahy žen/mužů v komunitě, poruchy příjmu potravy. Posiluje se tak i mužsko-ženská dynamika v komunitě. Dalším přínosem je posílení vztahu mezi ženami v komunitě a v ideálním případě vznik ženské koalice. Předběžné zpracování témat pak pomáhá při práci v běžných terapeutických skupinách, na kterých se tato témata pochopitelně vyskytují také. Pro chod komunity je také důležité, že tyto programy brzdí vznik erotických dvojic v rámci komunity.

Hodnotící skupina – 60 min.

Pravidelné skupiny zaměřené na zhodnocení určité oblasti života v komunitě – buď individuální prezentaci dosažených výsledků v terapeutickém procesu (hodnocení vztahu k řádu, zvládání funkcí v TKV, pokroky v terapii, specifické kontrakty, plnění léčebného plánu, finanční plánování), nebo např. na posouzení zvládnutí víkendových výjezdů mimo komunitu a nakládání s volným časem v komunitě.

Klient nejprve prezentuje svůj pohled na danou oblast a pak dostane od ostatních členů komunity zhodnocení ve formě zpětné vazby. Z hodnotících skupin obvykle vycházejí zásadnější skupinová doporučení a event. úpravy individuálního léčebného plánu.

Samořídící skupina – bez terapeuta – 30 min – zápis v listinné podobě zhotoví klient ve funkci šéfa domu

Slouží k vyřizování organizačních záležitostí klientů, plánování aktivit (výjezdů, doprovodů, funkcí), hodnocení některých okruhů činností (např. náplň volnočasových aktivit) a vzájemnému poskytování reflexí.



Skupinu v tomto vede šéf domu a vůdčí roli mají obecně klienti ve vyšších fázích.

Velká komunita – 90 min.

Jednou za měsíc (čtvrtek) jsou společná setkání všech členů komunity (klientů v různých fázích i terapeutů). Každý klient si na velkou komunitu připraví podklady, písemně zpracovaný formulář *Měsíční vyhodnocení průběhu služby*. Na základě formuláře hodnotí naplňování svých osobních cílů za uplynulý měsíc. Kromě toho hodnotí jednotlivé složky terapie, jak přispívají k dosažení jeho cílů. Dále hodnotí vztahy ve skupině. Přináší své vlastní návrhy a podněty na změny programu či provozu komunity. Následuje otevřená diskuse všech členů komunity. Smyslem velké komunity je sebehodnocení klientů a hodnocení terapeutického procesu a jeho obhájení před ostatními. Konfrontace sebehodnocení a reflexe skupiny spolupůsobí na proces léčby.

Reflektivní skupina – 90 min.

Jednou za měsíc si každý klient písemně připraví podklady pro reflektivní skupinu. Využívá pro to formulář s otázkami, na které odpovídá. Na skupině nedříve sám mluví na základě svých podkladů. Ostatní klienti mohou mít doplňující otázky. Následují reflexe od přítomných členů komunity. Vypracovaný dotazník se zakládá do složky klienta. Cílem je zhodnocení, jak klient postupuje v léčbě, zda se mu daří naplňovat cíle, které si stanovil a získání zpětné vazby od ostatních. Skupina trvá 30 až 40 minut.

Arteterapie – 90 min.+ 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Koná se jednou týdně. Využívá výtvarných aktivit jako prostředků léčby.

Klientům jsou zprostředkovány dvě roviny arteterapie. Jedna je orientována na práci se symbolem, jeho ztvárněním a následnou interpretací. Umožňuje neverbální reflexi a komunikaci, což vytváří pro klienta bezpečnější formu výpovědi, umožňuje otevřít i obtížně komunikovatelná témata. Druhá pracuje s emocemi. Ve výsledném efektu je dosahováno abreakce – uvolnění tenze, negativních pocitů a intrapsychických konfliktů. Primárním prostředkem je zde barva a gesto, umožňující jedinci odblokovat nadměrnou sebekontrolu. Arteterapii provádí pracovník s odpovídající kvalifikací.

Vlastní aktivita má tři části - rozehřívací (vzájemné sdílení se, představení tématu a výtvarné techniky), vlastní výtvarná práce, ukončovací (diskuse nad vytvořenými pracemi).

Skupina prevence relapsu – 90 min. + 30 min. zápis do PC (zhotoví terapeut přítomný na skupině)

Je zaměřena na nácvik a prohlubování schopnosti seberegulace. Relaps je událost, která se může dostavit v průběhu léčby i po jejím ukončení. Tuto možnost nesmí ignorovat ani klient, ani terapeuti. V terapeutickém procesu je nezbytné se na ni aktivně zaměřit a nepokládat ji za totální selhání, ale za zvláštní příležitost k učení a pozitivnímu vývoji.

Je vedena podle materiálu Tematické skupiny prevence relapsu, Mgr. Aleš Kuda, vydáno ve Středisku prevence a doléčování drogových závislostí P centrum Olomouc.

Přestupová komunita, rituál

Je to slavnostní setkání všech členů komunity, kde klient po dosažení určitých stanovených úkolů v léčbě může obhájit svůj přechod do další fáze léčebného programu. Po úspěšném přestupu následuje přechodový rituál na schodišti k poutnímu kostelu Navštívení P. Marie, který se nachází na kopci nad komunitou.

Datum zhotovení: 31.3.2018

Zpracoval: Bc. Růžena Hausnerová, DiS., Ing. Ivona Pavelková, Miloslav Čech

Schválil: Mgr. Marek Novotný, ředitel