

VIDEO  
TRÉNING  
INTERAKCIÍ



# Videotrénings interakcií

**Podpora vzťahu rodič – dieťa**

Ako obohatiť včasnú intervenciu v rodinách s deťmi so znevýhodnením

## Obsah

- 4 Náš príbeh
- 5 Interakcia a intuitívne rodičovstvo
- 7 Teória vzťahovej väzby
- 12 Teória intersubjektivity
- 18 Videotrénin interakcií – nástroj včasnej intervencie
- 23 Charakteristika úspešnej interakcie rodič – dieťa
- 24 Prvky naladenej interakcie
- 25 Reflektujúci rozhovor a pomáhajúca kamera
- 27 Proces videotréningu interakcií
- 29 Zhrnutie
- 31 Odporúčané a použité zdroje



## Náš príbeh

Keď sme začali poskytovať včasnú intervenciu, mali sme skúsenosti zo špeciálnopedagogického prostredia. Prichádzali k nám rodiny so staršími deťmi a práca sa orientovala najmä na dieťa. Zdalo sa nám zmysluplným začať omnoho skôr – najlepšie už od narodenia dieťaťa. Rozširovať svoj pohľad z dieťaťa na celú rodinu v našom prístupe nebolo ľahké, ale prinášalo to dôležité zmeny.

Od začiatku sme chceli, aby bol rodič naším partnerom, lebo svoje dieťa pozná najlepšie. Vzbudzovalo to v nás aj obavy. Vedeli sme, že keď rodičia otvárajú ťažké témy, ľahko skĺzneme k „rýchlym radám“.

Zároveň sme rozvíjali prístup, v ktorom nepracujeme za rodinu, ale s ňou. Keď sa nám podarilo do spolupráce aktívne zapojiť rodinu, videli sme reálne zmeny.

Základom sa pre nás postupne stala snaha o empatické porozumenie rodičov. Stáli sme pred ďalšou výzvou. Ako rozhovor posunúť ďalej? Ako ho viesť tak, aby rodič od nás cítil nielen porozumenie, ale aby sme mu pomohli posunúť sa správnym smerom.

Veríme, že **klient sa chce aktívne podieľať na spolupráci**. Je pre nás dôležité **vidieť, čo v rodine funguje**, v čom má rodina aj dieťa svoj potenciál. Keď sa zameriavame na diagnózy a limity, výrazne to našu prácu s rodinou sťažuje.

### “ Posilňovanie rodiny

*„...znamená mať vieru v klientovu schopnosť rozpoznať, čo je pre neho dobré. Je to predpoklad, že klient je schopný svoje problémy riešiť a v minulosti tak robil. Spoločné ciele určuje a špecifikuje klient. Klient je expert na vlastný život, a ak má byť v ozhovore niekto tým múdрым, je to klient...”*

Úlehla, 2007



## Interakcia a intuitívne rodičovstvo

“ Tam, kde sa snažíme o čo najkvalitnejšiu interakciu, vytvárame možnosti pre vznik interakcie ešte úplnejšej a komplexnejšej... vtedy môžeme povedať, že interakcia je katalyzátorom vývinu dieťaťa.

Nafstad a Rodbroe, in Lee&MacWilliam, 2009

V minulosti nás oslovil systemický prístup a prístup zameraný na riešenie. Významné bolo tiež praktické porozumenie teórii vzťahovej väzby. Prelomovým bol pre nás kurz o intuitívnom rodičovstve. Hlbšie sme porozumeli významu kvalitnej interakcie medzi rodičom a dieťaťom a medzi rodičom a poradcom.

INTERAKCIA prebieha medzi dvoma alebo viacerými ľuďmi. Je definovaná spoločným zámerom a cieľom, ku ktorému všetci prispievajú aktívne.

Vzájomne si niečo zdieľajú, niečo spoločne zdieľajú a navzájom sa ovplyvňujú. Takéto vzájomné pôsobenie nazývame interakčné vzorce správania.



Foto: Peter Župník

Ich kvalita je určovaná povahou, vlastnosťami a spôsobom komunikácie ľudí, ktorí k interakcii prispievajú (otvorenosť, uzavretosť, komunikatívnosť, láskavosť, prítomnosť, neprístupnosť). (Šilhánová, 2019)

Dynamika interakcie priamo závisí od komunikačného správania jednotlivcov v interakčnom systéme.

Intuitívne rodičovstvo označili manželia Papouškovi (in Dittrichová, 2008) ako vrodennú biologickú predispozíciu človeka, ktorá mu umožňuje porozumieť jemným prejavom správania novorodenca a prispôbiť to svoje k nemu tak, aby bolo pre dieťa čo najzrozumiteľnejšie. Cieľom je vytvárať pre dieťa základ pocitu istoty a bezpečia pri vzniku prvých emočných väzieb s rodičmi i ďalšími ľuďmi. Od chvíle narodenia pomáhajú dieťaťu poznávať svet, rozumieť mu a interagovať s okolím. V rodinách, kde sa narodí dieťa s ťažkým alebo viacnásobným znevýhodnením, existuje veľké riziko, že intuitívne rodičovské schopnosti budú potlačené. Preto je veľmi dôležité pomáhať rodičom tieto inhibované funkcie opäť objavovať a posilňovať ich uvedomovaním a tréňovaním.

“ V porovnaní s komunikáciou má interakcia bližšie k pojmom väzba a vzťah, ktoré vznikajú ako výsledok interakčných výmen a sú ovplyvnené ich kvalitou. Podporou kvalitnej interakcie medzi rodičom a dieťaťom umožníme rodičom vedomé rozvíjanie intuitívneho rodičovstva.



Foto:  
Peter Župník

## Teória vzťahovej väzby

Pri analýze videonahrávok našich rozhovorov s rodičmi sme si uvedomili, akú veľkú úlohu pre nás i pre rodiča zohráva pocit bezpečia. Zažili sme mnoho situácií, ktorých nebola rodina v danej chvíli schopná spolupráce, napr. keď rodič prežíval veľké obavy.

Ako poradcovia sme ich vnímali, ale nenašli sme cestu, ako ich vhodne priniesť a tým ich zregulovať. Rodič v týchto chvíľach s nami nebol schopný spolupracovať, ale ani naladiť sa na svoje dieťa.

V mikroanalýze týchto nahrávok sme zažívali, čo sa deje, keď sa neverbálne pripojíme k rodičovi. Ak ešte aj pomenujeme, čo tu a teraz vnímame, pomôžeme túto neistotu zregulovať. Tým prispejeme k pocitu bezpečia u rodiča.

John Bowlby (1969), britský psychológ a psychiater, objavil a popísal vzťahovú väzbu (attachment) ako vrodenný dynamický systém, ktorý predstavuje vzájomné prepojenie medzi novorodencom a matkou, prostredníctvom ktorého je udržiavané bezpečie a komfort dieťaťa a zdôrazňuje vzťah attachmentu a správania sa dieťaťa. Vzťahová väzba je zásadná pre emocionálny, sociálny a kognitívny rozvoj dieťaťa počas celého detstva.

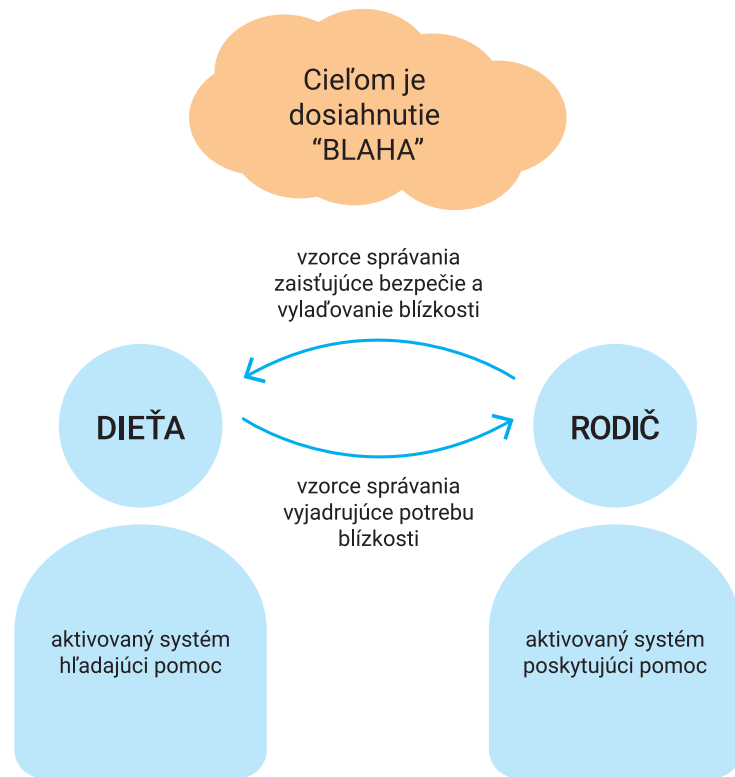
Vždy, keď dieťaťa zažíva nové a zvláštne veci, ktoré vyvolávajú neistotu a strach, inštinktívne vyhľadáva starostlivosť a bezpečie rodiča – aktivuje sa u neho systém „vyhľadávania starostlivosti“.

U rodiča sa v tej chvíli aktivuje systém „poskytovania starostlivosti“, ktorého úlohou je dieťaťu poskytnúť starostlivosť a bezpečie.



Hneď ako si dieťa naplní potrebu blízkosti a bezpečia, attachment systém sa utíši a dieťa môže ďalej objavovať svet okolo seba (systém explorácie). Attachment systém je teda korigovaný cieľom nastaviť bezpečie.

Pesso (2009) tento proces popisuje ako „vytvorenie pamäťovej bázy pre ďalší život jedinca“ a zdôrazňuje, že neoddeliteľnou súčasťou naplnenia potrieb dieťaťa nie je len „poskytnutie nasýtenia, podpory, ochrany...“, ale zásadnou súčasťou „je vzájomná interakcia a spoločné prežívanie emócií medzi rodičom a dieťaťom a ich bezpečné spojenie“. Tieto vzájomné interakcie majú zásadný vplyv na to, ako sa bude utvárať vnútorný duševný život dieťaťa, ako bude dieťa čeliť ťažkostiam a prekážkam (ako sa bude vyvíjať jeho odolnosť).



Pokiaľ je dosiahnutý cieľ (potreba attachmentu), systém sa stíši a dieťa je schopné aktivovať ďalšie interakčné systémy.

Keď matka opakovane reaguje na potreby dieťaťa naladene, dieťa zažíva pocit istoty a bezpečia. Dieťa na základe jej naladených reakcií získava skúsenosť, že svet je bezpečné miesto a vie, čo môže očakávať/predvídať v interakcii s ňou. Táto skúsenosť formuje jeho osobnosť a jeho sociálne správanie. Mama, ktorá citlivo reaguje na potreby dieťaťa, ho učí rozumieť svojim potrebám a emóciám a regulovať ich.

Ak dochádza k nenaladeným, neskorým, chýbajúcim alebo nejednoznačným reakciám matky príliš často, dieťa nezažíva pocit bezpečia. Jeho attachment systém je neustále aktívny, hoci to nemusí byť zjavné na jeho vonkajších prejavoch. Ak to trvá príliš dlho, dieťa sa dostáva do toxického stresu, ktorý má negatívny vplyv na jeho rozvoj a napredovanie.

Foto:  
Peter Župník



V situáciách, keď sa v rodine necítíme isto, prežívame rôzne emócie, najčastejšie hnev alebo strach. Napríklad, ak je náš postoj výrazne odlišný od postojov rodiny, alebo ak sa necítíme dostatočne kompetentní. Ako regulujeme tieto pocity? Postupne sme zistili, že je dobré neodnášať si ich z rodiny nevy povedané. Ak je to vhodné, mali by sme ich primerane vniesť do rozhovoru s rodičmi.

V posledných dvadsiatich rokoch sa rad odborníkov venuje skúmaniu interakcie medzi pomáhajúcim pracovníkom a klientom a popisujú paralely s interakciami v dyáde rodič – dieťa. V komunikácii medzi pomáhajúcim odborníkom a klientom popísali fenomén „aktívneho naladenia“, čo je pojem, ktorý reprezentuje spôsob, ktorým matky komunikujú s deťmi v preverbálnom období v prípade, že porozumejú stavu, v ktorom sa dieťa nachádza (Una Mc Cluskey. 2005). To, či sa pomáhajúci a klient vzájomne afektívne, empaticky vyladia, bude mať vplyv na to, či budú mať rodičia prístup k exploračnému alebo neexploračnému postoju, k porozumeniu svojmu dieťaťu a sebe samému, k porozumeniu správania a k novým nápadom a stratégiám.

Obaja členovia dyády – teda pomáhajúci aj ten, ktorému sa pomáha, by mali mať z interakcie úžitok, ktorý ich nielen obohacuje, ale istým spôsobom ich „oživuje“. Naopak,

keď jednotlivec cíti alebo zažíva nepochopenie, prípadne ohrozenie svojej pohody, aktivuje sa u neho systém sebaobrany. To platí o klientovi aj o pomáhajúcom. Ak odborník poskytujúci pomoc zažíva stres (napríklad preto, že nedochádza k vzájomnému afektívnemu vyladeniu a porozumeniu si s klientom), ovplyvní to jeho pohodu, bezpečie, a jeho systém starostlivosti o seba je ohrozený. Nedokáže poskytnúť „exploračnú“ pomoc klientovi, ktorý hľadá pomoc. V tomto stave nepohody, obáv, stresu sa kapacita pomáhajúceho efektívne pomáhať narušuje a ak tento stav pokračuje, nedokáže exploračným spôsobom vytvoriť vzťah s klientom, teda v našom prípade s rodičom, ktorý pomoc vyhľadal.

**Tým, ako vytvárame bezpečie pre seba aj pre všetkých členov rodiny, môžeme ovplyvniť celý priebeh spolupráce s rodinou.**



Foto:  
Peter Župník

“ *Vzťahová väzba (attachment) je náš celoživotný vzorec vzťahovania sa k druhým, ktorý je určený naším primárnym vzťahom z detstva – vzťahom s mamou alebo iným primárnym opatrovateľom.*

Zimová, 2020

Dobrou správou je, že náš attachment je dynamický systém a ovplyvniť ho môže korektívna skúsenosť, napríklad psychoterapia alebo kvalitný vzťah v dospelosti. Kvalitná interakcia má podľa výskumov (Trevarthen, Stern, Hughes a i.) posilňujúci a prehlbujúci vplyv na attachment.

Teória attachmentu však nevysvetľuje, ako kvalitná interakcia prebieha. Čo a ako sa v kvalitnej interakcii deje, nám približuje teória intersubjektivity.

Attachment predstavuje hierarchický vzťah. Rodič je pre dieťa bezpečím, ale ono nie je bezpečím pre rodiča. Intersubjektivita je naopak vzťah nehierarchický. Rodič aj dieťa sa vzájomne ovplyvňujú tak, že okrem svojho vnímania a prežívania súčasne rozumejú a vnímajú, čo prežíva ten druhý.

“ *Keď dieťa dozrieva, fyzická blízkosť sa preň stáva menej dôležitou. Mentálna dostupnosť rodiča ostáva rozhodujúcou po celé detstvo. Pomáha dieťaťu úspešne napredovať vo vývine.*

Cassidy & Shaver, in Hughes, 2007



Foto: Peter Župník



## Teória intersubjektivity

“ Attachment udržuje ľudí blízko, intersubjektívna blízkosť rozvíja a prehľbuje, vytvára podmienky, ktoré sú určujúce pre formovanie seba samého vo vzťahu k sebe a ku svetu okolo mňa”.

Stern, 2004

Tam, kde teória attachmentu skúma význam a rolu bezpečia pre zdravý vývin jedinca, teória intersubjektivity skúma spôsob, ako (a čo) sa dieťa učí o sebe samom, ako sa dozvedá, kým je a ako sa dozvedá o svete, v ktorom vyrastá.

Intersubjektívita je spôsob takého správania sa a prežívania vo vzťahu k druhým osobám, keď vnímame druhú osobu so všetkými jej zvláštnosťami a v jej jedinečnosti. Ak je kontakt medzi ľuďmi intersubjektívny, dochádza k vzájomnému porozumeniu si a zdieľaniu. Každá reakcia v takomto kontakte je podmienená aktivitou toho druhého, nie vlastnými úmyslami a cieľmi (Hughes, in Šilhánová, 2019).

Intersubjektívitu môžeme pozorovať už u novorodencov ako schopnosť imitovať a zrkadliť pohyby tváre najbližších osôb

“ Prvé zoznámenie dojčťa s ľudským svetom sa jednoducho odohráva prostredníctvom toho, čo jeho matka robí so svojou tvárou, hlasom, telom a rukami. Neustály tok matkinej činnosti poskytuje dojčťu stále nové skúsenosti s materiálom tvoriacim ľudskú komunikáciu a súvislosti.

Stern, 2007

(Meltzoff & Moore, in Meltzoff & Brooks, 2007). Trevarthen a Stern popisujú túto schopnosť novorodenca ako vrodenu intersubjektívitu. Na to, aby sa mohla rozvíjať, potrebuje, aby blízke osoby novorodenca boli senzitívne a responzívne na jeho prejavy. To znamená, že intersubjektívita má významne recipročný charakter.

“ Vytváranie vzťahov s druhými ľuďmi sa deje prostredníctvom zrkadlenia a imitácie. K tomu nám slúžia zrkadlové neuróny. Výskumy ukazujú, že už niekoľkohodinoví novorodenci dokázali imitovať pohyby tváre.

Meltzoff & Brooks, 2007

Pri práci s rodinou sme si uvedomili, že ak sú rodičia málo dostupní, senzitívni a responzívni k signálom dieťaťa a ak nedostatočne vnímajú jeho aktuálnu úroveň, dochádza buď k preťaženiu dieťaťa alebo k nedostatočnej podpore jeho vývinu.

To isté sa deje vo vzťahu poradca – rodič. Ak nedostatočne vnímame potreby a ciele klientov a nereflektujeme svoje vlastné potreby a ciele, môže to viesť len dvoma smermi. Budeme rodinu buď silno viesť našou cestou, alebo nebudeme dostatočne podporovať schopnosti jej členov vidieť a kreatívne experimentovať a skúšať robiť veci inak. V oboch prípadoch nemá zo spolupráce prospech ani rodič, ani poradca.

NÁŠ PRÍBEH

### Intersubjektívita sa postupne rozvíja v troch úrovniach (Rochat et al., 2009):

#### Primárna intersubjektívita

Rodič a dieťa sú úplne pohltení jeden druhým a zameraní jeden na druhého, nie na okolitý svet. Rozvíja sa naladený vzťah, v rámci ktorého a vnútri ktorého dieťa a rodič objavujú jeden druhého, spoznávajú sa vzájomne a učia sa jeden od druhého. Dieťa objavuje, že môže ovplyvňovať rodiča (začiatok autonómie).

Foto: Peter Župník

Zároveň je otvorené byť ovplyvňované rodičom (začiatok rozvíjajúcej sa kapacity recipročného vzťahu). Dieťa samo seba reflektuje vďaka rezponziám rodiča, rozvíja sa jeho vnímanie seba samého a jeho sebauvedomenie. Dieťa sa tak učí regulovať svoje emócie. Dieťa využíva vrodenu zvedavosť a začína aktívne objavovať „svet“ smerom z vnútra vzťahu von.

### Sekundárna intersubjektivita

Rodič a dieťa zostávajú intersubjektívne prepojení, zatiaľ čo dieťa aktívne objavuje svet (objekty, osoby, udalosti) za hranicami tohto vzťahu. Rodič a dieťa spoločne zameriavajú (zdieľajú) pozornosť smerom von. Táto zdieľaná pozornosť pomáha obom preskúmať svet (očami druhého) a učiť sa na základe tejto zdieľanej skúsenosti o svete mimo vzťahovú dyádu rodič – dieťa.

Ak sú dvaja jedinci zapojení intersubjektívne, ich vplyv sa vzájomne koriguje a spoločne vytvárajú nové významy pre veci a udalosti, ktoré spoločne zažívajú. Úlohou rodiča je byť dostupný, senzitívny a rezponzívny ku skúsenostiam dieťaťa a taktiež vytvárať možnosti pre ďalšie skúsenosti v rámci jeho vývinu. Ďalšou úlohou rodiča, ak je to potrebné, je naprávať trhliny (narušenie kontaktu), ktoré sa objavia v ich

vzťahu. Kvalita nápravy je rozhodujúca, aby dieťa cítilo istotu v presvedčení, že vzťah pretrvá aj napriek týmto trhlinám.

### Nedostatok intersubjektivit

Ak intersubjektívne prepojenie medzi rodičom a dieťaťom chýba, vedie to ku kontrole = autonómia bez reciprocit (vzájomnosti). Dieťa (aj rodič) potrebuje preberať kontrolu vo vzťahoch skôr, než by vyhládávalo vzájomnosť a ovplyvňovanie.

Pre každé dieťa je znepokojujúce až bolestné, ak je reakciou na jeho objavovanie neistota, strach, odmietnutie, zakazovanie a trest. Takéto deti sa naučia báť sa otvorenosti a odmieťať intersubjektívny vzťah. Často sa odpájajú, prevláda u nich kontrolujúce až ovládajúce správanie bez toho, aby boli otvorené ovplyvňovaniu.



### Kvalita interakcie je podľa Hughesa daná základnými funkciami (in Šilhánová, 2019):

#### Koregulácia afektu

Afektom je myslené neverbálne vyjadrenie špecifickej emócie, kedy sú afekty doručené prostredníctvom intenzity, rytmu, dĺžky trvania, prispôsobovania reči tela, ktoré zahŕňa mimické výrazy, intonáciu, gestá, pohyby.

Základnou kvalitou interakcie je schopnosť rozpoznať a neverbálne vyjadriť (výrazom tváre, intonáciou, gestami, pohybmi) emocionálne prežívanie druhej osoby bez toho, aby sme sami túto emóciu intenzívne prežívali. Ide o schopnosť rezonovať s človekom v tom, čo prežíva, a jeho prežívanie mu zrkadliť, aby sme mu ho následne pomohli zregulovať.

#### Zdieľanie zameranej pozornosti

Ide o schopnosť zamerať svoju pozornosť rovnakým smerom, k rovnakej veci či situácii. Znamená to tiež vycítiť a uvedomiť si motívy a pocity druhého, ktoré sú momentálne prítomné a ktoré ho posúvajú dopredu. Obaja partneri môžu pritom mať iný zážitok pozeráť sa na rovnakú vec z vlastnej a jedinečnej perspektívy a túto perspektívu ponúknuť a zdieľať. Zdieľanie má z hľadiska učenia sa ďaleko väčší význam, než potreba presvedčiť druhého o svojej perspektíve alebo mu ju dokonca vnútiť.

### Zdieľanie spoločných zámerov a cieľov

Ak ľudia spolu hovoria, načúvajú si, tvoria dohody a podieľajú sa na rovnakých veciach či udalostiach, ich zámery a ciele sa v danú chvíľu zhodujú alebo dopĺňajú. Len tak je možné, aby dochádzalo k spolupráci. Aby sa dieťa naučilo spolupracovať, musí zažívať skúsenosti, kedy sa jeho ciele a ciele dospelého zhodujú. Preto je dôležité, aby rodič venoval pozornosť cieľom dieťaťa.

**Ak chceme, aby bol rodič v spolupráci aktívny, je potrebné načúvať jeho potrebám a zámerom, tvoriť vzájomné dohody na základe jeho cieľov. Až keď rodič zažíva, že sú pre nás dôležité jeho potreby a ciele, dokáže vnímať a pochopiť, čo je dôležité z nášho pohľadu.**

“ Znamená to „Cítiť, že som cítený.“

Siegel in Hoffman et al., 2018





Práve vďaka intersubjektívnemu vzťahu sa dieťa dokáže cez objavovanie a tajomstvo učiť radostne a bezprostredne o emocionálnom prežívaní a porozumieť významom o sebe, ľuďoch v prostredí a okolitom svete.

Ak rodič vedie rozladené dieťa k tomu, aby prestalo so svojim správaním bez toho, aby prijal jeho prežívanie, napríklad hnev, môže to viesť práve k stupňovaniu tejto emócie. Regulovať emóciu môžeme jej **pomenovaním**: „Pod, ideme papať. Tebe sa nepáči, že ťa chcem kŕmiť. Preto mi berieš tú lyžičku.“, **porozumením prežívania dieťaťa**: „Vidím, že chceš sama papať. Už si trúfaš, že to zvládneš. Môžeme to skúsiť. Pomôžem ti, keď budeš potrebovať.“ A tiež **vzájomnou blízkosťou**.

**Pomenovaním** prijímame iniciatívu dieťaťa a zároveň mu dávame najavo, že máme záujem o to, čo robí, myslí, prežíva. Dieťa sa vďaka pomenovaniu dozvedá o sebe a o svete okolo seba a zároveň získava základné pocity dôvery – v seba a aj v druhých. Pre dieťa je dôležité, aby pomenovanie malo potvrdzujúci význam (oproti dopytovaniu, ktoré môže dieťa zneistiť). Hovoríme o súhlasnom pomenovaní.



**1**  
„Pod, nakŕmim ťa.“



**2**  
„Ja chcem papať sama.“



**3**  
„Tak skús sama.“



**4**  
„Aha, mami, ako to dokážem.“

**Súhlasné pomenovanie** používame na otvorenie kontaktu. Oveľa ľahšie sa tak napojíme na druhého. Pomáha tiež kontakt udržať, a to vtedy, keď obaja partneri pomenujúajú to, čo robia, čo vidia (počujú), že robí druhý. Súhlasným pomenovaním zrkadlia, reflektujú správanie, emócie a potreby s cieľom, aby o nich druhá osoba premýšľala a poprípade ich pozmenila, ak je to nutné.

Rovnako to platí v spolupráci poradcu s rodičmi. Ak rodič prináša napr. neistotu, dôležité je neverbálne zdieľanie jeho emocionálneho prežívania. Tak ako medzi rodičom a dieťaťom, aj medzi poradcom a rodičom platí, že emócie môžeme regulovať **pomenovaním**:

„Hovoríte, že pre vás nie je ľahké ustať situáciu, keď máte vypnúť tablet. Obávate sa, že neustojíte hnev či krik vášho dieťaťa?“

**Porozumením jeho prežívania:**

„Musí byť naozaj ťažké zachovať si chladnú hlavu, keď sa silno hnevá a dlho kričí.“

Dôležitá je aj **vzájomná blízkosť** a dostupnosť poradcu.

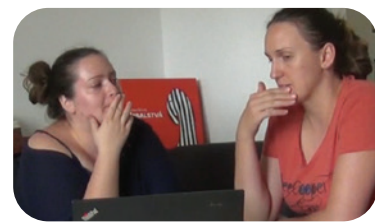
Ak sa nám podarí porozumieť prežívaniu rodiča a vniesť to do rozhovoru, rodič cíti prijatie a záujem. Môže tak lepšie regulovať svoje emócie. Vďaka takejto spolupráci vie skúmať a objavovať, čo skutočne prežíva a čo naozaj potrebuje.



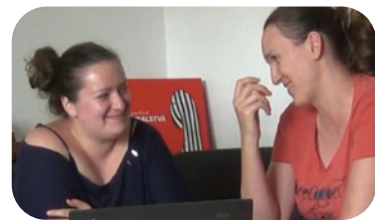
**1**  
„Je príjemné, vidieť, ako sa nám spolu darí.“



**2**  
„Aha, poďme sa teda pozrieť, vďaka čomu sa to darí.“



**3**  
„Môžeme spoločne rozmýšľať, v čom je tá zmena.“



**4**  
„Teším sa, že máte radosť z toho, na čom pracujete.“

## Videotrénig interakcií – nástroj včasnej intervencie

Videotrénig interakcií (VTI) je krátkodobá intervencia zameraná na podporu a zlepšenie komunikácie a interakcie vo vzťahoch, ktoré sú pre život a vývin dieťaťa kľúčové (napr. rodič – dieťa). V rámci včasnej intervencie budeme hovoriť o tom, ako VTI podporuje kvalitu komunikácie a interakcie v rodine s dieťaťom so znevýhodnením a aký je priamy vplyv tejto intervencie na kvalitu práce a komunikačné zručnosti poradcu, ktorý ju používa.

Intervenciu formou VTI môžeme využívať:

- » Ako prevenciu tam, kde chce klient nastaviť, zlepšiť či obnoviť kvalitnú komunikáciu.
- » Ako podporu tam, kde dochádza k ťažkostiam a narušeniam v oblasti správania a komunikácie vo vzťahoch dieťa – rodič.

VTI je založený na pôvodne holandskom modeli intervencie v prostredí rodiny (VideoHomeTraining), ktorého autormi sú Harrie Biemans a Maria Aarts (SPIN Nederlands, 1986 – 1988). V ČR tento model intervencie sprístupnila nezisková organizácia SPIN, z.s., ktorá od roku 1996 rozvíja a realizuje výcvikový program v metóde VTI.

VTI ako prístup, terapia (poradenstvo) existuje v 21 krajinách sveta. V 18 krajinách existujú národné vzdelávacie inštitúty (ktoré presadzujú jednotné štandardy vo vzdelávaní a poskytujú vzdelávací program).

NÁŠ PRÍBEH

Od roku 2014 sa snažíme postupne túto intervenciu zapájať do práce s rodinou v rámci služby včasnej intervencie na Slovensku. Preto vzdelávame pracovníkov z viacerých centier (Bratislava, Poprad, Prešov, Košice) a spracovávame vzdelávacie materiály a akreditáciu komplexného vzdelávacieho programu. Zároveň sa venujeme vzdelávaniu rodičov v téme intuitívneho a citlivého rodičovstva. Poznatky a skúsenosti z oblasti VTI dopĺňajú a rozširujú našu prácu s rodinami, ktoré dlhodobo sprevádzame v centre včasnej intervencie.



“ Interakčné teórie nám umožňujú porozumieť vývinu jednotlivca v jeho sociálnej komplexnosti, nie izolovane ale vo vzťahu k druhým.

NÁŠ PRÍBEH

Spoluprácu staviame na tom, že rodič vie, čo potrebuje. Ešte si ale nie je vedomý, kde má zdroj na dosiahnutie želanej zmeny, preto sa poradca snaží rodičov posilňovať v každom momente spolupráce. Verí, že aj napriek ťažkostiam silu uskutočniť zmenu má práve rodina.

**Efekt využitia VTI v rodine (s dieťaťom so zdravotným znevýhodnením):**

- » Zvyšuje citlivosť a emočné naladenie na potreby druhého v interakcii.
- » Narastá sebadôvera a radosť zo svojej sociálnej role, a to často aj v znevýhodnených kontextoch.
- » Naladenie vedie k významne zvýšenej kvalite interakčných výmen medzi rodičom a dieťaťom.
- » Pozitívna skúsenosť ovplyvňuje celý rodinný systém a jeho fungovanie, spokojnosť podnecuje rodiča klásť si nové ciele.
- » Je redukovaný stres a zvyšuje sa sebavedomie a sebaúčinnosť rodiča.
- » Aktivuje rodičov k hľadaniu riešení, zvyšuje ich kontrolu nad udalosťami, schopnosť ovplyvňovať svoj život.





#### VTI podporí rodiny, ktoré riešia:

- » problémy v ranom kontakte s dieťaťom – zladenie sa s dieťaťom, nadmerný plač, neistota a obavy vo vzťahu k dieťaťu;
- » podpora vývinu reči a komunikácie z interakčného pohľadu;
- » oneskorený, nerovnomerný vývin a zdravotné znevýhodnenie dieťaťa;
- » problémy v správaní sa dieťaťa
- » a ťažkosti s jedlom, spánkom, bežným režimom dieťaťa.

“ Mama mohla mať podporu z viacerých strán, preto sa ľahšie otvárali nové a ďalšie témy. Vďaka rozhovorom nad nahrávkami sa témy rýchlejšie objasňovali. Mama s mnohými témami už pracovala, a tak bola práca efektívnejšia. Bežným sprevádzaním by sme sa k jednotlivým problémom dostávali omnoho dlhšie.

klúčová poradkyňa po intervencii VTI trénerky v rodine

“ Najužitočnejšie bolo vidieť sa, lebo tisíckrát počuť, ale raz vidieť... – to stále platí. A ako s dcérou pracovať, aby to bolo stále lepšie – tým, že sme si to pozreli, že čo robím a ako robím. Super, že si ma stále v tom utvrdzovala, že tak ako to robím, že je to dobré. Vlastne si mi ukázala ako a ja som na tom pracovala. Aj keď som si myslela, že sa mi to nepodarilo, ty si mi ukázala, že áno – ide to.

mama po ukončení VTI intervencie

Spolupráca poradcu s rodičom je od začiatku do konca sprevádzaná základnými hodnotami tohto prístupu: dôvera, nádej, vzťah, empatia, rešpekt. Poradca vstupuje do rodiny s nahliadaním na rodinu ako na systém, v ktorom robia rodičia v danú chvíľu to najlepšie, čo dokážu, a želajú si pre seba a svoju rodinu zmenu k lepšiemu.

#### Kľúčové charakteristiky VTI intervencie:

- » Vo VTI sa zameriavame na to, čo sa klientovi darí alebo čo vytvára významný rozdiel medzi zažívaným problémom a tým, čo môžeme zachytiť na videozáznam.
- » VTI tréner/terapeut rozvíja a podporuje najskôr pozitívne vnímanie klienta, až potom rozvíja v dialogickom procese kognitívny proces (konštruovanie významov, novej reality, voľba nových výchovných stratégií, alternatív správania a pod.).
- » Klient nie je „vyučovaný“, ako má lepšie komunikovať, ale prostredníctvom reflektovania svojej pozície (na videozázname) a vďaka zdieľaniu pozitívnej skúsenosti v rámci vzťahu s VTI trénerom „sa učí“, ako aktívne rozvíjať viac hravý a radostný (naladený) kontakt so svojím dieťaťom a aj s ďalšími členmi rodiny.



#### Funkcie VTI

##### Diagnostická:

- » identifikácia existujúcich zdrojov/potenciálu a silných stránok členov daného systému;
- » identifikácia rizík a opakovaných nezdarov (videozáznam interakcií je využívaný ako mikroskop a zrkadlo pre porozumenie tomu, čo sa v interakcii deje a prečo sa veci niekedy nedaria);
- » spresnenie diagnózy dieťaťa.



### Terapeutická:

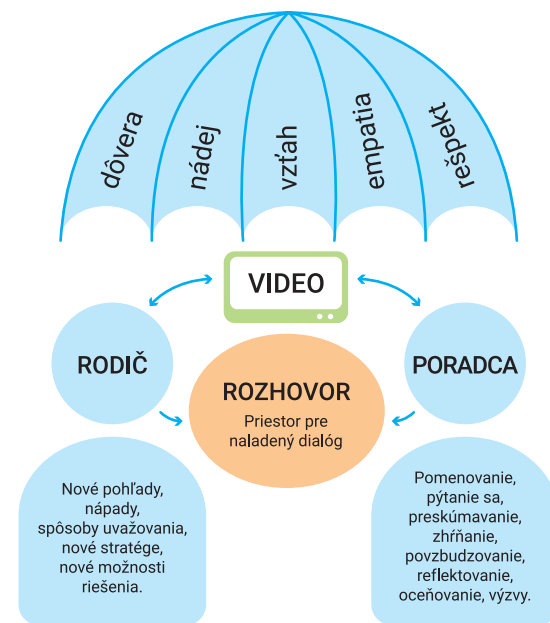
- » posilniť primárnu vzťahovú väzbu medzi dieťaťom a rodičom.

### Rozvojová a podporná:

- » získavanie nových vedomostí, zručností a stratégií, ako podporiť sociálny, emočný a kognitívny vývin dieťaťa;
- » posilnenie a rozvoj komunikačných zručností, ktoré vedú k splnomocneniu a rozvoju kompetencií rodiča.

Vo VTI idú šípky vždy obojsmerne. Znamená to, že poradca ovplyvňuje rodiča, zároveň rodič ovplyvňuje poradcu a dochádza u nich ku komunikačným výmenám. Pokračujúci dialóg otvára obom stranám nové spoločné významy. Spolu tvoria príležitosť na zmenu. Šípky nejdú iba obojsmerne. Kľúčový je aj tretí smer – zameranie sa na video. Video v tejto intervencii zohráva rozhodujúcu úlohu pri procese zmeny a pri zvyšovaní senzitivity rodiča voči dieťaťu.

### Reflektujúci rozhovor nad nahrávkou



“ Poradca s rodičom spoločne vytvárajú príležitosť na zmenu prostredníctvom zvýšenej citlivosti na dieťa a cez nové zážitky o sebe samom.

### Charakteristika úspešnej interakcie rodič – dieťa

**Kvalita „one-to-one“ interakcie:** sledujeme také situácie, kedy sú rodič a dieťa spolu na seba alebo na niečo spoločne zameraní.

**Venovanie pozornosti a načúvanie:** zameranie pozornosti na dieťa, sústredené sledovanie jeho prejavov, signálov, zvukov a ich „čítanie“.

**Naladenie sa:** citlivé vyladovanie sa na signály/initiatívy dieťaťa a jeho stav bytia – hlasové, mimické, telesné pohyby, gestá (ide o dôležitý emocionálny rozmer interakcie).

**Tempo:** rodič sa skôr drží späť (svoje správanie) a dovoľuje dieťaťu „viesť“ interakciu. Učí sa „nasledovať“ iniciatívy dieťaťa viac ako prinášať vlastné iniciatívy. To mu umožňuje zladiť tempo s dieťaťom.

**Responsivita:** je schopnosť rodiča sledovať a odpovedať primerane a ustálené na prejavy dieťaťa. Rodič tak vlastne ovplyvňuje obsah a priebeh interakcie.

Šilhánová, 2019

**Imitácia a pripojenie sa:** je to najčastejší spôsob reagovania v ranej interakcii. Je to jednoduché a pomáha to dieťaťu aj rodičovi uvedomiť si, že to, čo každá strana interakcie robí, robí v reakcii na to, čo tomu predchádzalo.

**Jednoduché prvky správania:** jednoduché, zrozumiteľné, opakujúce sa prvky správania, založené často na imitácii a pripájaní sa, sú pre dieťa najviac zrozumiteľné. Toto správanie je základom správania, ktoré si dieťa osvojuje.

**Pauzy – čakanie:** tie umožňujú dieťaťu premyslieť si a čitateľne rozpracovať vlastnú iniciatívu. Rodič sa potom ľahšie napája v tempe, ktoré dieťa dobre akceptuje. Opakom je rodič, ktorý riadi všetky aktivity (má veľa vlastných iniciatív, na ktoré nestačí dieťa reagovať a rozpracovať ich).

**Vzájomné uspokojenie:** je hlavnou motiváciou a odmenou za robenie vecí spoločne. Dôležité je vyhľadávať aktivity, ktoré uspokojia obe strany.

## Prvky naladenej interakcie

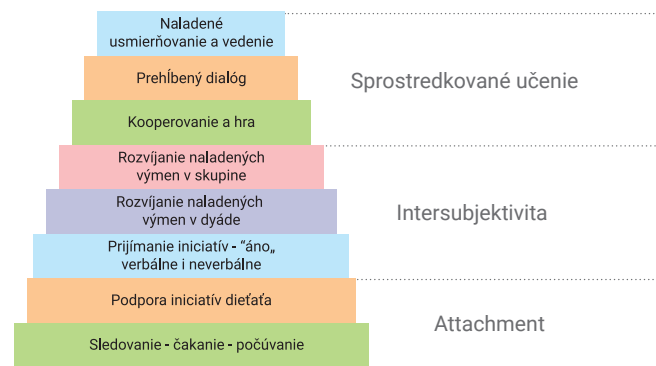
“ Základom je schopnosť venovať pozornosť iniciatívam druhej osoby a schopnosť tieto iniciatívy prijímať. Ďalšie stupne potom „vystavíme“ podľa toho, v akom kontexte sa nachádzame, na akej úrovni naladená interakcia chýba a aký cieľ chceme komunikáciou s druhou osobou dosiahnuť.

V naladenej interakcii nedokážeme byť neustále. Je prirodzené, že z času na čas dochádza k narušeniam vo vzťahoch. Dôležité je, či a ako poskytne rodič citlivú nápravu. Pomáhajú mu v tom práve prvky naladenej interakcie.

Rovnako tieto prvky uplatňuje poradca vo vzťahu ku klientovi. Ich prítomnosť by sme mohli pozorovať v každom rozhovore medzi rodičom a poradcom včasnej intervencie. Prítomnosť prvkov naladenej interakcie môžeme tiež pozorovať v rozhovore medzi rodičom a poradcom. Takýto rozhovor potom môžeme vnímať ako empatický a intersubjektívny. Má potenciál aktivovať rodiča k napĺňaniu potrieb a cieľov rodiny.

Spolupráca je sprevádzaná prvkami naladenej interakcie, ktoré tvoria základné interakčné vzorce. Prvky naladenej interakcie sú subtílné a zároveň pozorovateľné prvky vzájomne ovplyvňovaného správania sa, ktoré sa snažíme na videozázname identifikovať mikroanalýzou (spomaľovaním a zastavovaním, tzv. „moment by moment“). Prítomnosť týchto prvkov pomáha posunúť a udržať komunikáciu medzi dospelým a dieťaťom v naladených výmenách (interakciách). Tieto prvky sú veľmi efektívnym prostriedkom na dosahovanie cieľov dôležitých pre rodiča.

**Prvky naladenej interakcie sa opierajú o teoretické východiská VTI.**



## Reflektujúci rozhovor a pomáhajúca kamera

NÁŠ PRÍBEH

Spoločnú prácu na cieľoch rodiny nám výrazne zefektívnila pomáhajúca kamera a reflektujúci rozhovor. V priebehu rozhovoru nad nahrávkou môžu rodičia „zostať nad vecou“, pozerajú sa na seba a svoju interakciu s dieťaťom. Tento pohľad z pozície tretej osoby im umožňuje znovu sledovať a reflektovať to, kedy a prečo „sa im veci daria lepšie ako zvyčajne“ a spolu komunikovať o komunikácii. Zároveň môžu s poradcom vytvárať novú realitu. Dostávajú tak podporu, aby robili vlastné rozhodnutia, stanovili si vlastné kroky aj tempo na dosiahnutie svojho cieľa. Majú príležitosť hovoriť o problematickej situácii s perspektívou zmeny.

Na prvom stretnutí prevedieme rodiča od problému, cez žiadosť, až k cieľu. Je to dôležitá súčasť rozhovoru, aby sme mohli vytvoriť spoločnú dohodu zameranú na jeho ciele. Je dôležité mať záujem preskúmať s rodičom jeho problémovú situáciu, aby nám bez obáv povedal o svojich túžbach, z ktorých môžeme čerpať pri stanovovaní cieľov. Aktívne načúvať a počuť za sťažnosťami rodiča jeho potreby a túžby je jednou zo zručností, ktorou by mal poradca disponovať.

Následne poradca počas rozhovoru nad nahrávkou sprevádza rodiča na ceste k jeho cieľom. Editované úseky nahrávok vyberáme tak, aby rodič zameril pozornosť na svoje zdroje a potenciál vo vzťahu k dieťaťu a aby sme zintenzívňovali jeho senzitivitu na iniciatívy dieťaťa a na vytváranie bezpečia a potenciálu pre napredovanie dieťaťa. Zároveň vyberáme úseky nahrávok tak, aby poukazovali na výnimku z bežného interakčného vzorca. Takto vytvárame potenciál k želanej zmene. Spoločne s rodičmi zastavujeme vybrané úseky interakcie a venujeme sa významným mikromomentom, kedy sa rodičovi vo vzťahu s dieťaťom darí. Následne pomáhame rodičovi konštruovať nové významy a uvedomenie si toho, že tieto zážitky môže preniesť aj do náročnejších situácií.

Intersubjektívny prístup v rozhovore pomáha poradcovi vytvárať s rodičom vzťah, v ktorom sa rodič môže cítiť bezpečne, aby mohol bez obáv prinášať svoje názory a postoje, s dôverou prijímať aj názory a postoje poradcu a sám objavoval nové významy.

Zásady pomáhajúcej kamery v práci s rodinou:

- » nahrávanie prebieha v prirodzených podmienkach rodiny;
- » nahrávame bežné denné interakčné situácie, v ktorých sa rodičom s deťmi darí;
- » rodič po celý čas vie, že nahrávky sú určené iba pre neho a osoby, ktorým nahrávky sprístupní;
- » nahrávky sú realizované vždy smerom k cieľom rodiča;
- » každý editovaný úsek je zameraný na posilnenie zdrojov a silných stránok rodiča;
- » editovaný úsek by mal vypovedať o výnimke z bežného, no nie vždy funkčného interakčného vzorca;
- » s editovanými úsekmi pracujeme v rozhovore s neustálym rešpektom, dôverou a empatickým porozumením situácii rodiča;
- » kamera je vyžívaná ako podpora a nikdy nie ako kontrola a usvedčenie rodiča z niečoho, čo sa mu nedarí.



## Proces videotréningu interakcií

**VTI môže vhodne doplniť službu včasnej intervencie v ktoromkoľvek momente spolupráce s rodinou. VTI je možné zaradiť:**

1. na začiatok spolupráce s rodinou – ako podporu a prevenciu interakcie vo vzťahoch v rodine a aj ako možné vhodné využitie na mapovanie interakčných vzorcov v rodinách;
2. v určitom čase spolupráce s rodinou, ako bežnú podporu vývinu dieťaťa so znevýhodnením;
3. podľa aktuálnej situácie rodiny, ktorá spadá do aplikačných oblastí tejto intervencie.

### Spolupráca s rodinou počas intervencie VTI má nasledujúce kroky:

1. **Prvé stretnutie rodiča s VTI trénerom**  
Počas prvého rozhovoru sa spoločne venujú tomu, v čom rodičia potrebujú podporu alebo zmenu. VTI tréner im ju pomáha dosiahnuť.



2. **Natáčanie v prirodzenom prostredí rodiny**  
VTI tréner natáča priamo v rodine a zameriava sa na to, čo sa rodičom darí, povzbudzuje ich v úspešnej interakcii s dieťaťom v rámci danej situácie alebo vzťahu.



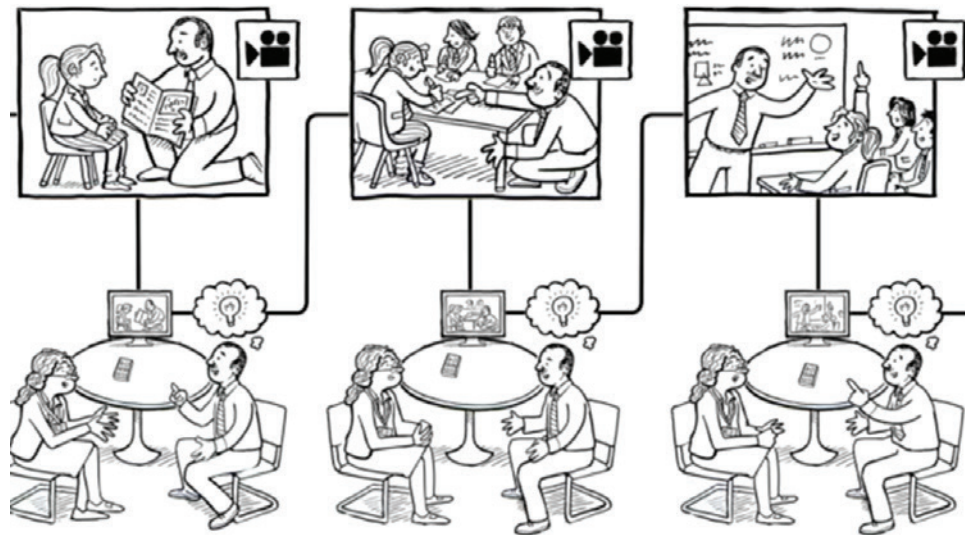
3. **Reflektujúci rozhovor**  
VTI tréner na pripravených editovaných úsekoch úspešnej interakcie povzbudzuje rodiča, aby sledoval a uvedomil si, aké sú iniciatívy dieťaťa, čo nimi vyjadruje a ako na tieto iniciatívy reaguje rodič. Venuje sa tomu, čím rodič tvorí, a udržiava naladený kontakt s dieťaťom.





## Proces videotréningu interakcií

VTI tréner sa stretáva s rodičom podľa potreby 2 až 3-krát mesačne. Rodič pracuje na malých tréningových úlohách. Cyklus práce sa opakuje a je ukončený vtedy, keď sa naplní cieľ, ktorý si na začiatku spolupráce zvolil rodič. Počet cyklov je flexibilný, zvyčajne ide o 4 – 6 stretnutí.



## Zhrnutie

Poradca poskytuje rodičovi podporu efektívne vtedy:

- » ak objavuje potreby rodiča a nedostane sa do obrany vo vzťahu k tomu, čo rodič rozpráva;
- » ak správne identifikuje emocionálne prežívanie rodiča a reguluje ho;
- » ak identifikuje zručnosti potrebné na zvládnutie ohrozenia a pomáha rodičom získavať tieto zručnosti a rozvíjať ich;
- » ak sa snaží rodiča viesť k tomu, aby zdieľal svoj svet s ďalšími ľuďmi. (McCluskey, 2020)

„Boli chvíle, keď sme si nevedeli rady ako komunikovať s našou dcérou. Nerozumeli sme, čo chce. Videotrénings nám pomohol všímať si detaily v jej správaní, ktoré sme prehliadali. Ukázal nám, že musíme komunikovať pomalšie a nechať jej viac času na reakciu. Naša komunikácia a pochopenie sa zlepšilo.“

„Som šťastná, že sme to mohli absolvovať, že nás to posunulo vpred, ukázalo mi to, ako pracovať s Ninkou, ako sa znížiť na jej úroveň, aj keď ešte nie vždy nám to úplne ide, ale pracujeme na tom.“

(rodičia Ninky)

„Cítim sa viac kompetentná viesť rozhovor s klientom, budovať pozitívny vzťah. Viem ako sa mám naladiť na klienta, ako klásť otázky, a tak ho naladene sprevádzať v jeho situácii a tiež ho naladene viesť ku zmene. Taktiež viac zapájam oceňujúce oko na klienta a aj na seba. Uvedomujem si, že moja zodpovednosť nie je zodpovednosť za vývin dieťaťa, ale za kvalitu rozhovoru s rodičom.“  
(poradkyňa včasnej intervencie s výcvikom vo VTI)



## Použité a odporúčané zdroje:

- BAUER, J. 2016. Proč cítim to, co ty. Intuitivní komunikace a tajemství zrcadlových neuronů. Praha : Grada, 2016.
- BAYLIN, J., HUGHES, D. A. 2016. The neurobiology of attachment-focused therapy. New York : Norton, 2016.
- DITTRICHOVÁ, J. 2008. K historii pojmu intuitivní rodičovství. <https://cmpsy.cz/files/pd/2008/pdf/dittrichova.pdf>
- HAŠTO J. 2005. Vztahová väzba. Ku koreňom lásky a úzkosti. Trenčín : Vydavateľstvo F, 2005.
- HOFFMAN, K., POWELL, B., COOPER, G., BENTON CH. B. 2018. Kruh bezpečného rodičovstva. Bratislava : Vydavateľstvo F, 2018.
- HUGHES, D. A. 2007. Attachment-focused family therapy. New York : Norton, 2007.
- KENNEDY, H., LANDOR, M., TODD L. 2011. Video interaction guidance. A Relationship-Based Intervention to Promote Attunement, Empathy and Wellbeing. London : JKP, 2011.
- McCLUSKEY, U. 2020. Dynamika vztahovej väzby v dospelosti. Webinár 4.11.2020. Bratislava : Coachingplus. 2020
- MELTZOFF, A. N., BROOKS, R. 2007. Intersubjectivity before language: Three windows on preverbal sharing. In S. Bråten (Ed.), On being moved: From mirror neurons to empathy (pp. 149-174). Philadelphia, PA: John Benjamins. 2007. [https://www.researchgate.net/publication/286528697\\_Intersubjectivity\\_before\\_language](https://www.researchgate.net/publication/286528697_Intersubjectivity_before_language).
- LEE M., MacWILLIAM, L. 2009. Učíme se spoločne. Tvůrčí přístup k výuce dětí s kombinovaným a zrakovým postižením. Společnost pro ranou péči, 2009.
- POWELL, B., COOPER, G., HOFFMAN, K., MARVIN, B. 2014. The circle of security intervention. Enhancing attachment in early parent-child relationship. New York : Guilford Press, 2014.
- ROCHAT, P., PASSOS-FERREIRA, C., SALEM, P. 2009. Three Levels of Intersubjectivity in Early Development. In: Enacting Intersubjectivity. Paving the way for a dialogue between cognitive science, social cognition and neuroscience. Como : da Larioprint, 2009. p. 173-190. [https://www.academia.edu/481597/Three\\_Levels\\_of\\_Intersubjectivity\\_in\\_Early\\_Development](https://www.academia.edu/481597/Three_Levels_of_Intersubjectivity_in_Early_Development).
- SIEGEL, D. J. 2018. Rozvíjajte naplno mozog svojho dieťaťa. Brno : CPRESS, 2018
- STERN, D. N. 2007. První vztah. Matka a kojeneček. Pěnčín : Dobra, 2007.
- ŠILHÁNOVÁ, K. 2019. Komunikace a vývoj dítěte v předškolním věku. In: Syslová, Burkovičová, Šilhánová, Štěpánková: Didaktika mateřské školy. Praha: Wolters Kluwer, 2019.
- ŠILHÁNOVÁ, K. Jak jako sociální pracovníci víme, co děláme, když „děláme“ sociální práci. [www.spin-vti.cz](http://www.spin-vti.cz)
- ŠILHÁNOVÁ, K. 2013. Videotréning interakcí (VTI). In Encyklopedie sociální práce. Praha : Portál, 2013.
- ÚLEHLA, I. 2007. Umění pomáhat. Praha : Slon, 2007.
- ZIMOVÁ, Z., HAMBÁLEK, V., MOLČANOVÁ, A. Práca s rodinou a vztahová väzba. Tréningový program. Bratislava : coachingplus. 2020.

Viac informácií nájdete tu:

[www.aitnl.org](http://www.aitnl.org) | [attunedinteractions.wordpress.com](http://attunedinteractions.wordpress.com) | [www.videointeractionguidance.net](http://www.videointeractionguidance.net) | [developingchild.harvard.edu](http://developingchild.harvard.edu) | [spin-vti.cz](http://spin-vti.cz)



Ďakujeme Kateřine Šilhánovej a organizácii SPIN, z.s. za dlhodobé odborné sprevádzanie a podporu v začlenení Videotréningu interakcií do služby včasnej intervencie v našej organizácii.

**Raná starostlivosť, n.o.**  
Tbiliská 6, Bratislava 831 06  
[www.ranastarostlivost.sk](http://www.ranastarostlivost.sk)  
0908 626 001

Iceland   
Liechtenstein  
Norway **Active  
citizens fund**

Brožúra vznikla v rámci projektu „Vítálne kapacity“, podporeného z programu ACF - Slovakia, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2014-2021. Správcom programu je Nadácia Ekopolis v partnerstve s Nadácia otvorenej spoločnosti a Karpatská nadácia.