

Centrum protidrogové prevence a terapie

P – centrum , středisko primární prevence

Plachého 6, 301 00 Plzeň

Tel.: 377 220 325

Mobil: 731 183 394

Email: [prevence @ cppt.cz](mailto:prevence@cppt.cz)

www.cppt.cz

Začátek školního roku může rodiče i jejich děti zaskočit. Po období prázdnin nastávají dny plné shonu a povinností. Většina dětí si rychle přivykne novému řádu, ale mohou se i vyskytnout problémy. Dcera nastupuje do primy, bude si rozumět se spolužáky? Zvládne náročné učivo? Syn jde na střední školu, která je ve větším městě, zvládne nové prostředí i nároky? S manželem jsme se právě rozvedli a dcera to velmi těžce nese, jak to všechno zvládne? Takové přemítání je běžné, co když se tyto obavy naplní?

P- centrum je často spojováno spoluprací se školami v oblasti primární prevence. Méně známé je, že poskytuje poradenství dětem do 18let a jejich rodičům nebo blízkým osobám, které poskytuje bezplatně. Obrátili jsme se na naši kolegyni Mgr. Danu Šedivou, která se dlouhodobě zabývá rodinným poradenstvím, aby nám přiblížila tyto služby.

S čím se na Vás nejčastěji rodiče obrací?

Rodiče přicházejí, když si přestávají vědět rady, kdy selžou jejich dosavadní výchovné postupy. Například když dítě nechodí do školy, zhorší se mu výrazně prospěch, nebo se v rodině vážně naruší vztahy a komunikace. Někdy je podnětem trestný čin dítěte, šikana či experimentování, a někdy i masivní užívání návykových látek včetně alkoholu.

Kdy vyhledat pomoc? Je vůbec možné odhadnout ten pravý čas?

Je velmi obtížné vyhledat pomoc dříve a to z toho důvodu, že rodiče řeší po celou dobu dospívání více či méně závažné problémy s dítětem a není zde jasná hranice odlišení, kdy už nastává závažný problém. Je ovšem na místě, aby v případě jakéhokoliv podezření, kdy se dítě začne rodičům vzdalovat, odcizovat, lhát apod., se raději nezávazně s někým včas poradit, než čekat, že se věci samy urovnají. Ale vidět věci tak, jak jsou, bývá velmi těžké.

Co bývá největší překážkou v řešení problémů a jak vnímají poradenství samotní rodiče?

Nejdůležitější je navázat spolupracující vztah. Rodiče někdy přicházejí s požadavkem receptu nebo návodu, jak situaci vyřešit. Jsou pak rozčarování, když snadné řešení neobdrží, naopak jsou vyzváni k náročnému procesu přemýšlení a společného hledání dobré cesty. Často také přicházejí rodiče s obavami, že bude jejich dosavadní výchova znehodnocena a dozvědí se, co všechno dělali špatně. Toho se však obávat nemusí. Ctíme a respektujeme kořeny, hodnoty a styl výchovy každé rodiny. Vycházíme z toho, že každý rodič jedná podle nejlepšího vědomí a svědomí. Zapotřebí je důslednosti a odvahy k některým krokům, ale jdeme vždy jen tempem i směrem, který je pro rodinu akceptovatelný. Méně je někdy více. Představa, že jde o opravnu, kde se dítě změní a rodič sám pro tuto změnu nebude muset nic udělat, není reálná. Obtíže dítěte jsou známkou, že je zapotřebí změna v rodině nikoli jen u dítěte. Mnohdy jde o drobné změny v komunikaci, v dohodě o volnosti režimu dítěte apod.

Co všechno může spolupráci s rodinou překazit?

Spolupráce může ztroskotat na tom, že rodiče přijdou pozdě, když už nemají energii, čas ani trpělivost. A pak i nedočkavost, např. po dosažení prvních příznivých změn nabudou rodiče dojmu, že je vše v pořádku a není třeba se dál snažit. Poradenství není jen o tom hledat a vytvářet změny, ale také o udržení těchto změn.

Jak takové poradenství vlastně probíhá? Kdo dochází na konzultace a jak dlouho poradenství obvykle trvá?

Rodiče nás kontaktují telefonicky, emailem či osobně v P- centru a dohodnou si termín setkání. Výhodou je, když se mohou účastnit všichni, kterých se daná situace dotýká, tzn. oba rodiče, dítě, popř. sourozenec. První dvě až tři hodinová setkání jsou věnována zmapování situace, pojmenování potřeb a změn, kterých chce rodina dosáhnout. Na základě tohoto se společně dohodneme na formě spolupráce. Je možné volit individuální konzultace, klasické rodinné společné setkání a různé kombinace. Dále se domluvíme na frekvenci konzultací a pravidlech spolupráce. Pokud celá rodina s daným rámcem souhlasí, pak dle něj pracujeme. Významný je pocit bezpečí všech zúčastněných. Proto jsou všechna fakta přísně důvěrná a to i v případě, že se jedná o paralelní spolupráci více členů rodiny v jednom zařízení.

Jak rodina pozná, zda spolupráce má nějaký smysl?

Poznají to na tom, jak se jim daří naplňovat konkrétní cíle a přání, na nichž se dohodli. Na základě toho se pak rodina rozhodne, zda chce pokračovat ve spolupráci či nikoli. My můžeme dát doporučení, ale vždy je to klient, který rozhoduje o tom, zda budeme spolupracovat a jakým způsobem.

Existuje nějaký prototyp rodiny, který k Vám dochází nejčastěji?

Podíl úplných, neúplných a smíšených rodin vcelku odpovídá statistice o stavu rodin v ČR. U neúplných rodin docházejí nejčastěji matky s dětmi, ale otcové, kteří jsou se svými dětmi v kontaktu, se také zapojují a to je vždy výhodou. Společnost nyní prochází změnami (hodnoty, životní styl) a z toho vyplývá nejistota. Dnes se hodně klade důraz na individualitu, výkon, prestiž. Rodiče váhají, která z hodnot a výchovných postupů, které zažili na sobě, jsou dnes přijatelné a možné, např. do jaké míry mohou být benevolentní ve výchově, např. je běžné, aby 16letý syn trávil každý pátek a sobotu po klubech? Jaké kapesné je přiměřené? Není to jednoduché.