

Videotrénink v Čechách

Monika Víchová

Psychologický ústav FFMU, Brno
info@psychologon.cz

Brzy tomu bude 20 let, co se metoda zvaná videotrénink interakcí objevila v Česku. Pomocí ní pomáhají odborníci zlepšit komunikaci například mezi rodiči a dětmi, učiteli a žáky nebo pečovateli a jejich klienty. O tom, na jakých tezích videotrénink staví, co je pro něj typické a jak se u nás videotrenéři školí, pojednává tento článek.

Zkratky VIG, VTI a VHT neoznačují tajnou policii, nebo typ nového superrychlého auta, ale metodu, pomocí níž se psychologové i další odborníci snaží zlepšit komunikaci mezi lidmi. Stejně jako jízda po rozbité komunikaci plné výmolů je pomalá a otravná, tak i špatná komunikace s lidmi nám dokáže zkazit náladu, a co teprv probíhá-li v podobném duchu dlouho a týká-li se našich nejbližších.

Metodu videotréninku spolu s tulipány, rychlobruslením, goudou a Heinekenem dalo světu Nizozemsko, kde v 80. letech zaměstnanci výchovného ústavu pro mládež po dva roky trvajícím výzkumu zjistili, že dítě po návratu domů velmi rychle zapomíná, co se v zařízení naučilo, v případě, že odborníci nezapojili do celého procesu také jeho rodiče. VIG, neboli Video Interaction Guidance, je označení užívané zejména v anglicky mluvících zemích. Zkratka VHT (Video Home Training) se zase používá, pokud mluvíme přímo o práci v rodinách. V naší zemi se tato metoda objevila v roce 1993 a vžila se pro ni zkratka VTI, tedy videotrénink interakcí.

Klíčový význam pro rozvoj VTI měla teorie intersubjektivnosti, kterou na počátku 90. let formuloval Colwyn Trevarthen. Ta klade důraz právě na propojení účastníků komunikace a jejich vzájemné ovlivňování. Že videotrénink funguje, potvrdily četné výzkumy. Například M. Eliénsová se zajímala o plačící miminka, u nichž není jasné, z jakého důvodu brečí. Porovnávala, jak se zlepšil kontakt mezi rodiči a jejich hodně plačícími dětmi při používání videotréninku oproti prostému udělování rad (Eliéns, 2005). R. G. Fukkink se zase zaměřil spíše na rodiče a provedl meta-analýzu uskutečněných výzkumů, tj. porovnal 29 různých studií posuzujících, zda videotrénink a metody jemu podobné skutečně zlepšují rodičovské chování. Zjistil, že tato metoda má statisticky významný vliv na zlepšení rodičovského chování, rodičovského postoje i chování dítěte, a to zejména v rodinách s malými dětmi (Fukkink, 2008). V Česku byla teoretická základna VTI rozšířena například o poznatky manželů Papouškových, kteří se věnovali problematice intuitivního rodičovského chování, tedy zejména vztahu matka-dítě.

Filozofie VTI je prostá: aby mohl vzniknout vztah, musí existovat komunikace. Aby mohla probíhat komunikace, musí zde být interakce, tedy nějaký autor sdělení (tzv. iniciátor), sdělení samo o sobě a také samozřejmě jeho příjemce. A aby došlo k interakci, musí být navázán a zůstat přítomen po celou dobu rozmluvy kontakt mezi účastníky komunikace (protože když nemáme signál, tak se nikomu nedovoláme). Také (pokud budu citovat významného lingvistu Romana Jakobsona) oba aktéři musí mluvit stejným kódem (např. stejným jazykem) a celé sdělení musí být ukotveno v nějakém kontextu.

Vidotrenér provozující VTI se nesnaží opravit rozbité dítě, ale jeho cílem je promazat a rozhybat všechna ozubená kolečka, která se v rodině točí. Zároveň tato metoda nemá ráda zahálku, nýbrž trvá na aktivitě všech účastníků, a tak se zde po klientech žádá, aby si sami uvědomili, o co tu jde, a hledali řešení problému namísto pouhého vybrání si z možností nabídnutých odborníkem.

K videotréninku je zapotřebí videokamery, na niž se natočí jakákoliv běžná situace ze všedního života, kde se spolu baví několik osob (např. rodiče s dětmi, učitel se žáky). Natáčení probíhá pokud možno v přirozeném prostředí, takže třeba při práci s celou rodinou přímo u klientů doma, což je další významné plus. Z tohoto záznamu videotrenér vybere takové úseky videa, kde komunikace funguje dobře, a ty pak v následném rozhovoru s aktéry komunikace rozebírá.

Nástrojem VTI je analýza interakčních výměn, tedy rozbor sdělení probíhající mezi iniciátorem a příjemcem, které video zachytilo. Odborník pozorně sleduje video a snaží se v něm najít konkrétní pozorovatelné prvky chování, tzv. principy kontaktu (např. navázání očního kontaktu, úsměv, naklonění těla, pokývání hlavou). Zejména ho zajímá, jak příjemce signál vyslaný mluvčím přijímá (zda opětuje oční kontakt, nakloní se k mluvčímu nebo se naopak od něj odkloní). Poté vybere několik pasáží, kde komunikace funguje, a to sestřihá do několikaminutového záznamu. Při rozhovoru nad vybranými pasážemi videa vesměs sami rodiče komentují své reakce a uvažují, jak jinak by se v dané situaci mohli zachovat. To si pak mohou vyzkoušet v praxi při dalším natáčení. Zpětná vazba od videotrenéra bývá převážně pozitivního rázu, a tak namísto, aby rodině ukazoval, co dělají špatně, vybírá z natočeného materiálu příznivé okamžiky komunikace a na nich vyzdvihuje, v čem jsou dobří. Stejně tak klientům nevnučuje takové reakce, které jim nejsou příjemné, či jim připadají nepřirozené, protože by je praktikovali s odporem, nebo spíše vůbec, a tak v konečném důsledku by celý proces byl zbytečný. Celé kolečko natáčení, analýzy a zpětnovazebního rozhovoru se opakuje podle potřeby. Přibližně po půl roce od skončení terapie se provádí tzv. follow up, kdy videotrenér zkontaktuje klienty a zjistí, jak se jim daří. Videotrénink bývá sice spíše krátkodobou záležitostí, ale o to intenzivnější.

Přestože se v článku ukazuje fungování VTI na příkladu komunikace v rodině, jeho využití je mnohem širší. Tuto metodu lze použít ve škole, v dětských domovech, v domovech sociálních služeb pro seniory, všelijakých poradnách, na dětské psychiatrii nebo třeba při školení učitelů nebo manažerů.

O rozmach VTI v Čechách se zasloužilo několik nadšenců, kteří v roce 1993 založili nevládní organizaci SPIN. Ta si později získala přízeň ministerstva práce a sociálních věcí i ministerstva školství a nyní má jakožto jediná organizace v ČR povolení trénovat nové VTI trenéry. Zájemci musí nejprve absolvovat úvodní 24hodinový kurz a poté se již mohou zúčastnit kurzu Základní výcvik VTI skládajícího se ze dvou samostatných částí po 150 hodinách. Podle informací zveřejněných na stránkách organizace SPIN je dnes u nás více než 200 kvalifikovaných videotrenérů a 15 VTI supervizorů a přibližně 90 organizací disponuje možností využívat tuto metodu ve prospěch svých klientů (SPIN, lok. 28.11.2012).

Pro metodu videotréninku je tedy typické, že se zaměřuje na komunikaci, a proto nepracuje pouze s jedincem, ale se všemi účastníky komunikace (např. s celou rodinou). VTI probíhá tak, že se na videokameru natočí běžné situace probíhající v přirozeném prostředí klientů, tedy např. přímo u rodiny doma. Dalším velice důležitým rysem je důraz na pozitivitu. Videotrenér vybírá z natočeného materiálu pozitivní pasáže a rodičům při rozhovoru dává pozitivní zpětnou vazbu, chválí je, čímž posiluje silné stránky jejich komunikace. Všichni členové se na průběhu terapie aktivně podílejí a sami hledají, co by mohli zlepšit. VTI je krátkodobá a velmi intenzivní forma terapie.

Zdroje

1. **Beaufortová, K. (2002).** *Videotrénink interakcí: Základy metody a její využití [pdf].* Praha: SPIN. Dostupné na webu z http://www.pppknm.sk/data/pdf/materialy/nase_ponuky/videotrening/VIT_zaklady_metody.pdf.
2. **Eliëns, M. (2005).** *Babies in the picture: The effect of video home training and video interaction guidance for parents with babies who excessively cry [pdf].* Dostupné na webu z <http://www.spinusa.org/Babies%20in%20the%20Picture.pdf>.
3. **Fukkink, R., G. (2008).** *Video feedback in widescreen: A meta-analysis of family programs. Clinical Psychology Review, 28 (6), s. 904–916.* Dostupné na webu z <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272735808000202>.
4. **SPIN.** *nestátní nezisková organizace pro rozvoj metody videotrénink interakcí v České republice [online]. [cit. 30.10.2012]. Dostupné na webu: www.spin-vti.cz.*

Citace článku:

Víchová, M. (2012). Videotrénink v Čechách. *PsychoLogOn* [online]. 1 (1), s.16-17. [cit. vložít datum citování]. Dostupný z WWW: <<http://http://psychologon.cz/data/pdf/15-videotrenink-v-cechach.pdf>>. ISSN 1805-7160.