

# Dialogy ze života dětí s psychickými problémy

Klára Mikulcová

GAVENDOVÁ, Nora. *Dialogy ze života dětí s psychickými problémy*. 1. vydání. Praha: Grada, 2021. 119 stran. Pedagogika. ISBN 978-80-271-3241-6.

DOI: 10.5507/epd.2022.008

Jaký vliv mají geny a prostředí na psychické zdraví dítěte? Proč se některé děti ocitnou v odborné péči psychologa či psychiatra? Mohou psychické zdraví dítěte ovlivnit rodiče a prostředí, ve kterém se pohybuje? Ambicí knihy *Dialogy ze života dětí s psychickými problémy* není výše zmíněné otázky zcela zodpovědět. Spíše se snaží čtenáři poskytnout jistý autentický náhled do života dětí s psychickými potížemi. Autorka knihy PhDr. Nora Gavendová čerpá ze své více než 30leté odborné praxe, kdy v centru jejího profesního zájmu stojí děti, dospívající i dospělí, kteří mají psychické problémy, respektive u kterých byla diagnostikována psychická porucha. Ve své terapeutické práci klade důraz na uplatňování kognitivně-behaviorálních intervencí, což se promítá i do psychoterapeutických metod doporučovaných v knize.

Publikace se skládá ze dvou částí. Ta první dává nahlédnout do světa dětí s psychickými problémy prostřednictvím 20 dialogů inspirovaných prostředím psychoterapeutických ambulancí a dětských psychiatrických nemocnic. Druhá část je populárně odborná a je věnována čtenářům, kteří se chtějí do výše uvedené problematiky ponořit hlouběji. Nemalou součástí knihy jsou také pracovní listy a ukázky práce s nimi. Tyto

listy jsou cenným pomocníkem při práci s dětmi bez ohledu na to, zda mají nějakou psychickou poruchu.

Dialogy v první části knihy jsou sice inspirovány skutečnými případy dětí s psychickými obtížemi, avšak autorka upozorňuje, že postavy dětí jsou vymyšlené a jakákoliv podobnost se skutečnými osobami je zcela náhodná. Setkáváme se tak například s agresivním Filipem a jeho maminkou omlouvající a bagatelizující Filipovo chování; se Zuzkou, kterou tlak na perfekcionismus ze strany její maminky dovede až k anorexii; s Martinem trpícím dlouhodobě neléčenou OCD; s Adamem vyrůstajícím v prostředí domácího násilí; s Natálkou se sebevražednými sklony; se 17letou maminkou Klárou závislou na pervitinu nebo s Igorem trpícím úzkostnou poruchou. Za každým dialogem jsou v rámečku uvedena témata k zamyšlení pro čtenáře, která jsou formulována pomocí otázek. To považuji za velký přínos knihy, jelikož má čtenář možnost jednotlivé dialogy reflektovat a zamýšlet se nad svými vlastními zkušenostmi s daným problémem. Na závěr této části knihy si autorka klade otázku, zda můžeme z pozice rodiče psychický stav dětí nějakým způsobem ovlivnit. Řešení vidí v chování rodičů jakožto souhrnu vnějších projevů, činností, jednání a reakcí člověka. Svým chováním působíme na děti, a ovlivňujeme tak jejich vlastní chování, které následně zase působí na nás. Tomuto procesu se v kognitivně-behaviorální terapii říká „bludné kruhy“. Pro zdravý vývoj dítěte je tedy potřeba, aby tyto kruhy byly co nejvládnější a nejlaskyplnější.

Druhá, populárně naučná, část publikace je určena čtenářům, jejichž motivací je ponořit se do problematiky duševního zdraví hlouběji. Je cílena především na rodiče ochotné přemýšlet nad svými výchovnými metodami a mající zájem o sebereflexi, a to nejen z pohledu rodičovské role. Dále je přínosná pro čtenáře zabývající se otázkami, proč se děti chovají určitým způsobem a je nápomocná také těm, kteří odbornou pomoc pro dítě zvažují, ale tápou, zda a na koho se obrátit. Za velmi podnětnou považuji podkapitolu obsahující několik zásad využitelných v interpersonální komunikaci s dítětem, manželem, kamarádem, zkrátka s kýmkoliv. Dospělí totiž někdy v kontaktu s dítětem volí neefektivní způsob komunikace, který může být zraňující. Používají mímiku, výroky a gesta nevhodným způsobem a mnohdy nejsou schopni dohlédnout jejich negativní dopad. Proto autorka nabízí několik konkrétních rad využitelných v praxi a vedoucích tak ke zlepšení interpersonální komunikace.

Druhá polovina knihy obsahuje 22 pracovních listů a ukázky práce s nimi. Tyto listy využívají metod kognitivně-behaviorální terapie. Publikace se tedy dá využít i jako praktický pomocník pro rodiče, učitele, psychology a další osoby pracující s dětmi. Pomocí pracovních listů se čtenáři naučí například písemně formulovat svůj momentální problém, vyznat se ve svém vlastním bludném kruhu, identifikovat vyhublé chování, stanovit si jednotlivé kroky vedoucí ke změně chování apod.

Kniha je určena především rodičům, ale je vhodná také pro odborníky z řad pedagogů, psychologů, speciálních pedagogů a psychoterapeutů. Velmi na ní oceňuji pro-

vázanost teorie s praxí, a především pracovní listy. Autorka si v úvodu publikace klade za cíl zaujmout čtenáře a dovést je k zamyšlení. Tento cíl se jí rozhodně podařilo naplnit.

**Kontakt:**

Mgr. Klára Mikulcová

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci

Žižkovo náměstí 5, 771 40 Olomouc, Česká republika

e-mail: klara.mikulcova1@gmail.com, klara.mikulcova02@upol.cz