

## Co je skupinová terapie

Skupinová terapie je pravidelné setkávání dvojice terapeutů se 4 až 6 dětmi najednou. Během terapie jsou s dětmi probírána různá témata, nicméně pozornost se zaměřuje na interakce mezi členy skupiny a jejich reflektování tady a teď. Z naší praxe se ukazuje, že probíhající skupinová dynamika je pro děti nejcennější. Právě díky ní si odnášejí do dalšího života nejvíce zkušeností. Prostor je věnován diskusím a vzájemnému sdílení.

Na skupinové terapii pro děti (od 7 do 12 let) mají terapeuti většinou připravený program, který je strukturovaný a jednotlivé činnosti se více střídají. Využívá se motivační systém, hry, nácviky různých situací, rozbor videoukázek, trénink spolupráce a na některých skupinách je zařazována také práce s tělem (např. relaxace či imaginace).

Na skupinové terapii pro dospívající (od 13 do 17 let) již terapeuti většinou nechávají prostor pro vlastní sdílení a témata dospívajících. Důraz je kladen na bezpečný prostor, ve kterém mohou dospívající probírat své zkušenosti, získat podporu od ostatních, rozvíjet své sebevědomí, předat si navzájem rady či poznat nové lidi, kteří zažívají podobné věci. Terapeuti podporují rozvoj sociálních dovedností, přehrávají situace či zařazují relaxační cvičení. Setkání jsou méně strukturovaná a není zde využíván motivační systém.

## Jak u nás probíhá terapie

Skupinová terapie probíhá v odpoledních hodinách, jednou týdně, v bloku 10 setkání trvajících 60 minut. Skupinové bloky začínají v lednu, v dubnu a v září. Zájemci o skupinovou terapii absolvují úvodní schůzku, při které je posuzována vhodnost formy terapeutické péče. Důležitým faktorem je motivace dítěte ke skupinové terapii. Příhlášení provádí zákonný zástupce dítěte. Rodiče jsou před nejbližším skupinovým blokem informováni, zda bylo jejich dítě do skupiny zařazeno.



Před zahájením skupin probíhá společné setkání terapeutů se všemi rodiči, jejichž děti se budou v terapii vídat. Setkání je příležitostí k seznámení, vyřízení administrativy, poskytnutí podrobnějších informací o průběhu skupin a ke sdílení očekávání od terapie.

Terapeuti rodičům po každém setkání předávají stručné informace o jeho průběhu. Do 2 měsíců od posledního setkání skupiny je pak rodičům předána zpětná vazba o průběhu celého bloku. Dle volby rodičů může mít formu osobní konzultace, nebo písemné zprávy. Zpětná vazba obsahuje popis chování dítěte ve skupině a jeho interakce s druhými a doporučení k další péči či výchovným postupům.

## Čím se často na skupinové terapii zabýváme

Témata pro jednotlivá setkání jsou volena především podle potřeby dětí ve skupině, současně zařazujeme témata, u kterých máme zkušenost, že jsou obvykle pro děti cenná. Mezi tato témata patří:

- kamarádství,
- emoce,
- šikana a provokace,
- spolupráce,
- sebedůvěra,
- komunikace,
- rodina.



## Podmínky dobré spolupráce

Z naší zkušenosti vyplývá, že je potřeba, aby se dítě podílelo na rozhodnutí o své účasti ve skupinové terapii, bylo alespoň částečně vnitřně motivováno a rozumělo účelu terapie. Od 10 let věku je vhodné dítě o jeho diagnóze informovat před zahájením skupinové terapie, a to zejména z toho důvodu, že na skupině se často objeví jiné dítě, které o autismu otevřeně mluví a chce téma sdílet s ostatními členy. Vzhledem k formě skupinové terapie je potřeba, aby dítě mluvilo a rozumělo řečenému. Principem dobré spolupráce je také komunikace mezi rodiči a terapeuty.

V případě, že rodič potřebuje v průběhu skupinového bloku více informací, chce využít rodičovské poradenství nebo se aktuální rodinná situace v něčem proměňuje, rodič aktivně oslovuje terapeuta. V průběhu rodiče komunikují s kontaktní osobou ohledně absencí dítěte, zpětné vazby a dalších potřebných věcí.

### Kdo u nás dělá terapii

Terapii u nás dělají lidé s vysokoškolským vzděláním v pomáhající profesi a s ukončeným či probíhajícím psychoterapeutickým výcvikem. V terapeutické péči vycházíme ze standardních terapeutických přístupů a nepoužíváme alternativní metody. Všichni naši terapeuti pracují pod supervizí.

# NAUTIS

Národní ústav  
pro autismus, z.ú.

Terapeutické a sociálně rehabilitační středisko

Národní ústav pro autismus, z. ú.  
(NAUTIS)  
Na Truhlářce 24, Praha 8 180 00  
terapie@nautis.cz  
+420 777 703 417

## Skupinová terapie

