

Účinnost psychoterapie a rizika u dětí s autismem bez poruch intelektu

Obecně platí, že pokud mají děti s autismem bez poruchy intelektu jakékoliv problémy ve svém životě, dostávají se ke slovu dvě základní terapie (farmakoterapie a psychoterapie) a spousta podpůrných terapií (arteterapie, canisterapie, muzikoterapie, zájmové kroužky aj.). Terapeutické oddělení NAUTIS se specializuje na psychoterapii. NAUTIS také nabízí, kromě jiných, i zájmové volnočasové aktivity a osobní asistence.

V psychoterapii léčí slovo, vztah a čin. Vztah je zde daleko důležitějším prvkem než u farmakoterapie. U farmakoterapie je v začátku důležité, aby klient věřil svému psychiatrovi, protože jedině tak mu předá validní informace a bude dodržovat medikamentózní léčbu. Vztah je tak důležitým prvkem na počátku terapeutického procesu. Na konci procesu, při vlastním podávání léků, vztah ani slovo nejsou již důležitými faktory léčby, důležitým faktorem je vlastní medikace.

V psychoterapii je to jinak. Vztah je důležitým faktorem na začátku, v průběhu i na konci terapeutického procesu. Na začátku je důležitým pro získání vzájemné důvěry. Vztah je důležitý i v průběhu terapeutického procesu, který stojí a padá na slově a rozhovoru. Rozhovor s někým, komu člověk věří, má na něho vždy daleko větší dopad než slovo někoho, komu člověk nevěří. Pak se i dobře míněné slovo mění v pouhé tlachání a moralizování nebo mentorování. V psychoterapii je vztah důležitým faktorem i po ukončení terapie. Dopad vlastní terapie je vždy mohutnější a dlouhodobější, pokud byl podpořen kvalitním vztahem a jedině tak se může klient obrátit po letech na terapeuta ve chvíli, kdyby musel řešit nové obtíže ve svém životě.

Obecně v psychoterapii v NAUTIS platí, že minimálně polovina až dvě třetiny klientů se v terapii zlepšili (jsou naplněny cíle terapie, klient se cítí lépe nebo umí novou dovednost, rodina je spokojenější nebo se cítí bezpečněji). Necelá třetina klientů zůstává po terapii stejná (terapie jim v aktuálním čase nezměnila jejich chování nebo prožívání k lepšímu). Často však tito klienti a jejich rodiny deklarují, že na terapii děti chodí rády, protože mají pocit, že někam patří. Ze zbytku se velmi malá část klientů zlepšila buď extrémně, nebo se velmi malá část klientů na terapii lehce zhoršila (naučí se na skupinových sezeních mluvit prostě nebo odkoukají a napodobují pohybové stereotypy jiných klientů).

V psychoterapii v NAUTIS se tak občas stane, že se dítě nezlepší tak, jak by si rodina představovala. Někdy je to tím, že nám dítě prostě nevěří, nechce s námi spolupracovat a nám se to nepodaří změnit. Někdy je to tím, že naše terapeutické prostředky jsou pro něho příliš složité a my neumíme najít adekvátnější postup. Někdy je to tím, že okolí rodiny chce změnu, kterou dítě vnímá jako zbytečnou nebo dokonce ohrožující jeho vlastní integritu. Někdy je to tím, že nejsme schopni vysvětlit rodičům, že minimálně stejně důležitá je změna v jejich chování, pokud chtějí změnu v chování u svého dítěte. Někdy selháváme z časových důvodů, nejsme schopni dítěti věnovat tolik času, kolik by ke změně potřebovalo. Někdy není dítě na psychoterapii indikované, což zjistíme jedině a pouze tím, že psychoterapii s ním zkusíme. A někdy selháváme proto, že se nám nedaří „přeskočit“ přes tíži vlastního handicapu autismu. Selhání v terapii se však snažíme minimalizovat a jedním z nástrojů, bez kterého se terapie nemůže povést, je udržování vzájemných kvalitních vztahů s klienty. Vztah je však postavený na dvou lidech a může se stát, že selže jak ze strany klienta, tak i ze strany terapeuta. Z naší strany se snažíme dělat vše proto, aby se to nestávalo.

Psychoterapie je příležitost. Příležitost k růstu, příležitost k novým vztahům, příležitost ke zpětné vazbě v bezpečném prostředí. Psychoterapie lidem s autismem pomáhá, zvláště pak ve chvíli, kdy ji vyhledali z vlastního zájmu. Pomáhá naučit nové sociální dovednosti, pochopit vlastní emoční prožívání

a souvislost mezi myšlením, konáním a emocemi. Pomáhá budovat dětem jejich dovednosti tak, aby se jim žilo lépe a lépe se žilo i jejich rodinám.

PhDr. Hynek Jůn, Ph.D.

metodický ředitel Terapeutického a sociálně
rehabilitačního střediska NAUTIS