

### 3. HRAVÉ TECHNIKY

Juraj Žáček

## O H N Í Č E K Ž I V O T A

(volně zpracováno podle přednášky psychoterapeutického výcviku Cestou systemických terapií Strnad V., Hesoun J., pořádáno ISZ – MC, Praha 2010 – 2014, doplněno na základě vlastních praktických zkušeností)

#### POUŽITÍ:

- hledání možných klientových zdrojů a podpůrných osob v jeho okolí
- zeslabení pocitu beznaděje, opuštěnosti a samoty klienta

#### PRO KOHO:

- děti ve školním věku, dospívající i v pubertě, rozhovor s rodiči (zejména svobodné matky)

#### JAK NA TO:

1. Vyprávějte dítěti o „ohníčcích života“. Dejte si záležet na barvitosti a přitažlivosti popisovaného. Nebojte se zapojit vlastní fantazii a hravost.

*(např. Představ si, že někde v pohádkové, velmi krásné krajině stojí několik pahorků. Každému člověku na světě tam patří jeden pahorek, na jehož vrcholku udržuje svůj ohníček. Ohně nádherně září do kraje, hoří dnem i nocí. Každý člověk v noci přikládá dřevo, které si během dne připravil. Někde sálá obrovská, z daleka viditelná vatra. Někde hoří ohýnek menší. A je docela dobře možné, že na některém z kopců ohníček skoro nehoří – jen tak slabě doutná.)*

2. Obráťte pozornost dítěte k jeho pahorku, k jeho vlastnímu ohníčku. Od prvního okamžiku se zajímejte zejména o možné zdroje „paliva“ a všechny pomocníky kolem.

*(např. Skoro uprostřed krajiny, myslím někde poblíž čarokrásné řeky, stojí i tvůj pahorek. Kam chodíš sbírat dřevo pro svůj ohýnek ty? Kde by se ještě dalo nějaké palivo najít? Existuje někdo, kdo ti s prací pomáhá? Kdo tajně přikládá ze svého dřeva polínka do tvého ohniště? Koho by si mohl/a požádat o pomoc či radu? Kdo vlastně stojí na nejbližších pahorcích kolem tebe? ...)*

3. Pokud dítě trvá na tom, že jeho oheň skoro nehoří, nemá kam jít pro dřevo, nikdo kolem mu nepomáhá a nechce pomoci, obraťte pozornost k předpokládaným možným zdrojům. Nezapomeňte přitom na sebe.

*(např. Díváš se rád/a na televizi? Odpočineš si někdy při sledování nějaké pohádky? Co myslíš – mohly by pohádky být takovým kouzelným lesem, kde je nám dobře, kde se dá vždy načerpat energie a kde se válí hromady dřeva pro naše vlastní ohničky?*

*Co dělá tvá oblíbená hračka? Má také svůj pahorek s ohništěm? Pomáháte si navzájem? Jak?*

*Napadlo mě, že jdu právě tou krajinou kolem ..., a jéje, hele, ... tvůj ohýnek! Přiložím pár svých polínek, třeba tady to březové, co hezky hoří. Příště pro změnu přikutálím dub, sice občas nechytá, ale zato dlouho vydrží, jo? ...)*

4. Smysl obsahu vyprávění není nutné dítěti vysvětlovat - netřeba obrazy převádět do reality. Stačí výsledek jen potvrdit, případně shrnout.

*(např. To jsem rád, že ti máma občas přiloží polínko. A na kamarády z bývalé třídy, prosím, nezapomínej, mají to sice daleko, ale v kontaktu stále zůstáváte – víš, co znamená kontakt? – ostatně poštou se dá poslat nejen dřevo, že? ...)*

5. Vyzvěte dítě ke krátké reflexi.

*Znáte nějaké jiné hry či techniky vhodné pro mapování klientových zdrojů?*