

Zkušenosti školních psychologů s metodou Kids' Skills

Autorka: Michaela Nebor

Nebor, M. (2025). Zkušenosti školních psychologů s metodou Kids' Skills. *SF REVUE*, 5, 26-36.

Úvod

Kids' Skills představuje metodu orientovanou na řešení – je pro ni typický pozitivní přístup. Rozhovor vedený pomocí Kids' Skills se nezaměřuje na problémy, ale na dovednosti, které si klient potřebuje osvojit, aby dosáhl změny. Metoda vede klienty k tvořivosti, bývá označována také jako hravá. Z těchto důvodů se hodí pro dětskou klientelu, s níž školní psycholožky a psychologové pracují nejvíce.

Metodu charakterizuje její efektivita (rychlost). Proto je výhodná právě pro školní psychology, kteří mnohdy bývají přetíženi. Většinou jsou ve škole na svou práci sami, někdy nemají ani celý pracovní úvazek. Zároveň musí být k dispozici často několika stům studujícím. Navíc metoda uživateli nabízí jasnou strukturu – navádí ho, jak při práci s dítětem postupovat krok za krokem. To ocení hlavně začínající školní psychologové.

Sama jsem absolvovala kurz Kids' Skills, jehož součástí je supervize. Ta pro mě byla užitečná z hlediska možnosti získat zpětnou vazbu ke své práci s klienty a klientkami na ZŠ a zároveň poslechnout si zkušenosti ostatních kolegů. Hledala jsem proto výzkumy, které by popisovaly další zkušenosti školních psychologů s metodou Kids' Skills. Přestože existují výzkumy týkající se Kids' Skills, ukázalo se, že chybí data z českého a zejména školního prostředí.

Tento článek zpracovává výsledky výzkumu, který byl realizován začátkem roku 2024 v rámci magisterské diplomové práce na Univerzitě Palackého v Olomouci. Výzkum si klade za cíl zjistit, jaké zkušenosti s metodou mají psychologové, kteří absolvovali kurz Kids' Skills, působí na ZŠ a tuto metodu ve své praxi využívají. Data jsou získána polostrukturovanými rozhovory a analyzována interpretativní fenomenologickou analýzou.

Čtenář článku je stručně seznámen s metodou Kids' Skills, metodologií a výsledky výzkumu. Pro pochopení širšího kontextu doporučuji nahlédnout do diplomové práce, která je volně přístupná v systému Theses (viz Nebor, 2024).

Teoretické zakotvení

Základní rámec Kids' Skills tvoří terapie zaměřená na řešení. Metodu současně obohacují i prvky z několika dalších směrů (Zatloukal & Žákovský, 2015). Představuje cestu, jak „dětům pomoci překonat jejich problémy, a to pozitivním a příjemným způsobem za pomoci učení se novým dovednostem“ (Furman, 2004, p. 1).

Jedná se o poměrně strukturovanou metodu, která koučům a koučkám nabízí postup práce krok za krokem (Furman, 2009; Zatloukal et al., 2020). Pokud kouč s metodou začíná, radí se strukturu následovat. Jakmile si ale osvojí cit pro práci s ní, vzniká prostor pro úpravy (Furman, 2004; Zatloukal & Žákovský, 2015).

Kroky autoři původně navrhli takto (Furman, 2009; Zatloukal & Žákovský, 2015):

1. Přeměna problémů na dovednosti – kouč se zamyslí, jakou dovednost si klient potřebuje osvojit nebo v jaké by se měl zlepšit, aby se jeho problém vyřešil.
2. Dohoda o dovednosti – kouč se klienta zeptá, jakou dovednost si chce zvolit, anebo sám nějakou navrhně.
3. Pojmenování dovednosti – kouč vyzve klienta k výběru názvu pro dovednost.
4. Zkoumání přínosů – kouč vede klienta k vymyšlení výhod, které z naučení dovednosti plynou.
5. Výběr pomocníka – dítě si vybere např. zvíře, filmovou postavu, imaginárního kamaráda nebo inspirativní slavnou osobnost.
6. Získávání podporovatelů – dospělých, ale i vrstevníků, které za pomoci kouče osloví a naplánují formu pomoci.
7. Budování sebedůvěry – kouč se klienta ptá, co mu dává důvod domnívat se, že si dovednost zvládne osvojit.
8. Plánování oslavy – kouč zjišťuje, jak si klient představuje oslavu dosažení cíle spolupráce, a do detailu ji spolu plánují.
9. Předvedení dovednosti – kouč klienta požádá o ukázkou toho, jak by se po nabytí dovednosti zachoval v určité situaci.
10. Zveřejnění – dítě může své okolí informovat o učinění závazku učit se dovednost.
11. Trénování - lze využít hraní rolí, různé hry apod.
12. Připomenutí – kouč se zajímá, jakým způsobem chce dítě dovednost připomínat v případě, že dovednost zapomene využít.
13. Oslava a poděkování – pokud panuje shoda na tom, že se dítě dovednost už naučilo, je čas na oslavu a poděkování těm, kteří k dosažení cíle přispěli.
14. Předávání dovednosti – kouč vede klienta, aby dovednost učil další děti.
15. Další dovednost – může se navázat prací na další, klidně náročnější dovednosti.

Zatloukal a Žákovský (2015) ke struktuře přidružili „small talk“ – rozhovor o zálibách a schopnostech dítěte, kterým jsou zvyklí zahajovat spolupráci s dítětem.

Hlavní cílovou skupinou metody jsou děti od 3 do 12 let (Furman, 2009). Lze ji ale aplikovat i u adolescentů a dospělých, pokud se jim vhodně přizpůsobí (Furman, 2004). Alternativou Kids' Skills navrženou speciálně pro adolescenty je program Mission Possible (Furman, 2013, in Zatloukal et al., 2020). Na řešení orientovaný způsob práce lze aplikovat i na školní třídy, a to ve formě programu Skilful Class (Kids' Skills, n. d.b).

Metodologie výzkumu

Mým cílem bylo popsat, jaké jsou zkušenosti školních psychologů s metodou Kids' Skills. Za tímto účelem jsem uskutečnila kvalitativní výzkum, konkrétně mnohopřípadovou studii.

K tvorbě dat byly použity polostrukturované rozhovory s otevřenými otázkami. Výzkumný soubor sestával ze 4 školních psychologů, jejichž základní demografické údaje uvádím v tabulce a blíže je popisuji v dalších odstavcích. Výzkumný soubor byl sestaven pomocí metody samovýběru. Vybrané informatorky splňovaly tato kritéria: působení na ZŠ, alespoň 1 rok na pozici ŠP; úvazek alespoň 0,5; zkušenost s využíváním metody Kids' Skills ve školním prostředí.

K analýze dat jsem využila interpretativní fenomenologickou analýzu. Tato metoda se zaměřuje na „porozumění žité zkušenosti člověka. Pomáhá nám detailně prozkoumat, jak člověk utváří význam své zkušenosti, což nám umožňuje porozumět jednotlivé události nebo procesu – fenoménu“ (Smith et al., 2009, in Koutná Kostínková & Čermák, 2013, p. 9).

Jméno	Věk	Velikost školy	Délka praxe	Délka zkušenosti s KS	Úvazek
Hana	47	435 žáků	17 let	7 let	1
Renata	44	440 žáků	5 let	3 roky	0,8
Klára	30	>630 žáků	5,5 roku	3 roky	1
Barbora	37	~450 žáků	4,5 roku	1 rok	0,7

Hana

Hana je 47letá žena. Po vystudování magisterského studia psychologie nejprve působila v PPP. Později začala pracovat jako školní psycholožka a nyní už má 17letou zkušenost v oboru. Mezi její další pracovní zkušenosti patří provozování soukromé psychoterapeutické praxe, práce s pěstounskými rodinami a lektorská činnost. Kromě vzdělání v metodě Kids' Skills, s níž pracuje 7 let, má za sebou výcvik ve videotréninku interakcí, kurz Sandtray a komplexní psychoterapeutický výcvik SOLUTIONS FOCUS. Ve svém volném čase působí jako skautská vedoucí a angažuje se v oblasti alternativního školství.

Renata

Renata je 44letá žena. Nejprve získala vzdělání v oboru učitelství. Později se dostala ke studiu psychologie, které absolvovala na Slovensku. Kromě učení jazyků se věnovala také personalistice. Nyní ale už přes 5 let působí v oboru školní psychologie. Na částečný úvazek pracuje také v místním komunitním centru. Je frekventantkou Komplexního výcviku v psychoterapii zaměřené na řešení. S metodou Kids' Skills pracuje cca 3 roky. Prošla vzděláním v hypnoterapii zaměřené na řešení, kariérním poradenství a koučování, EEG biofeedbacku a Sandtray. Ve svém volném čase vypomáhá v Bílém kruhu bezpečí.

Klára

Klára je 30letá žena. Na pozici školní psycholožky nastoupila ihned po absolvování magisterského studia psychologie a nyní ji vykonává šestým rokem. Současně vede podpůrnou skupinu pro dospívající a spolupracuje s Ostravskou univerzitou v oblasti celoživotního vzdělávání. V minulosti pracovala se ženami a jejich dětmi v azylovém domě Armády spásy. Kurzem Kids' Skills prošla před 3 roky a od té doby metodu používá. Má také pedagogické minimum a prošla vzděláním umožňujícím využití herního pískoviště. Považuje za důležité účastnit se pravidelných supervizních a intervizních setkání s kolegy. Ve volném čase tvoří psychologický obsah na sociální síť.

Barbora

Barbora je 37letá žena. Získala titul PhDr. v oboru Psychologie. Pracovala jako psycholožka pro Ministerstvo vnitra ČR a Celní správu ČR. Krátce působila také v PPP. Aktuálně poskytuje poradenství pro dětskou klientelu v soukromé agentuře a na úvazek 0,7 vykonává pozici školní psycholožky. Na pozici je 4,5 roku, nicméně po dobu rodičovské dovolené se věnovala pouze KI v rozsahu 20 hodin měsíčně. Je čerstvou frekventantkou Systemického výcviku v poradenství pro děti a rodiče a psychoterapii dětí. Má za sebou například kurz Sandtray a výcvik v Edukativní rodičovské terapii. S metodou Kids' Skills pracuje 1 rok.

Výsledná témata

Aplikování interpretativní fenomenologické analýzy dalo vzniknout 9 tematickým trsům. Tyto trsy sdružují konkrétnější témata, která spolu souvisí. Zde uvádím jejich výčet:

1. motivace ke KS;
2. vývoj práce s metodou;
3. stěžejní prvky KS;
4. výhody metody;
5. potřeby ŠP;
6. využitelnost metody;
7. úpravy metody;
8. náročné momenty;
9. poznatky ŠP.

Na závěr nabízím integraci vzniklých témat, do níž vkládám i vlastní myšlenky.

Motivace ke KS

Zkušenosti účastnic výzkumu poukazují na to, že dosažení magisterského titulu v oboru Psychologie pro práci školní psycholožky nemusí stačit. Sdělují, že během svého studia o metodě Kids' Skills neslyšely, anebo si ji nezapamatovaly. Mají pocit, že je vysoká škola nevybavila konkrétními nástroji pro individuální práci s klienty.

Právě potřeba osvojit si konkrétní nástroje byla jednou z motivací, která informátorky přiměla přihlásit se do kurzu Kids' Skills. Lákalo je, že metoda poskytuje určitou strukturu. Barboře KS pomohlo po

pandemii covid-19, kdy z její zkušenosti vzrostl počet případů sebepoškozování a ona měla pocit, že si s dosavadními postupy nevystačí.

KS slouží i jako ochutnávka přístupu zaměřeného na řešení. Může být užitečná pro zájemce o komplexní psychoterapeutický výcvik SOLUTIONS FOCUS nebo pro odborníky, kteří si chtějí ověřit, zda by jim tento směr vyhovoval. Pomůže i těm, kteří například z časových důvodů nemohou výcvikem projít.

Vývoj práce s metodou

Hana a Renata se shodují na tom, že se v práci s Kids' Skills časem uvolnily, posunuly se od rigidního dodržování struktury k větší improvizaci. Může to vypadat tak, že dojde jen k překlopení problému na dovednost, ale následuje třeba práce s pískem. Trénink umožňuje i přestat se tolik soustředit na sběr anamnestických dat a více se věnovat procesu, řešení a zdrojům.

Informátorky si chválí, že mohly po pár dnech kurzu začít metodu zkoušet s klienty a klientkami, kteří k nim ve škole docházeli na individuální rozhovory, a nemusely čekat, až kurz dokončí. V tomto směru bylo praktické, že už pracovní místo ve škole měly. Hana, Klára i Renata své začátky popisují převážně jako nadšené.

U některých účastnic se ale na začátku objevovala i nejistota. Bály se, zda zvládnou metodu reprodukovat nebo zda je metoda natolik funkční, jak působí. Barbora vysvětluje, že ačkoli pochopila filozofii KS a první kroky KS jí byly jasné, v dalším postupu už se ztrácela.

Rada ke zdárnému osvojení metody zní jednoduše: praktikovat a procvičovat, kdykoli je to možné. Jak se zdá, klientům na výběru metody tolik nezáleží.

Někomu může přijít vhod sestavit si tahák, tedy dokument shrnující hlavní body metody (kroky i otázky k nim). Kromě kurzu Kids' Skills od Daletu k jeho tvorbě poslouží i kniha Zázrak tří květin. Tahák lze mít na očích během sezení, anebo ho průběžně studovat a využívat k přípravě.

Stěžejní prvky KS

Školní psycholožky odhalují 5 prvků významných u práce s metodou KS: přerámování, podporu, škálu, motivaci a naději.

Přerámováním míníme přeměnu problémů na dovednosti. Aby k tomu došlo, ptáme se dětí, co by se chtěly naučit, případně co by chtěly obecně. Hana uvádí případ dívky se školní fobií, které tento krok stačil pro vyřešení zakázky. Přerámování přináší úlevu dítěti i jeho rodičům, zároveň díky němu dochází k normalizaci potíží a posílení klienta či klientky.

Podpora zahrnuje jak výběr neživého pomocníka (zvířete, filmové postavy, imaginárního kamaráda nebo inspirativní slavné osobnosti), tak hledání důvěrné osoby. S dětmi lze napláňovat, jak podporovatele oslovit. Můžou dostat za úkol vyžádat si doma pozitivní zpětnou vazbu. Rodiče tím přimějeme zaměřovat se více na to, co se daří, než na to, co nefunguje. Tato změna má potenciál zlepšit fungování rodiny. Roli podporovatele ale může plnit i sám školní psycholog. Na principu výběru pomocníka funguje i práce s figurkami na písku – dítě může díky figurce metaforicky vyjádřit svůj problém.

Účastnice výzkumu rády využívají škálování, ať už k mapování pokroku nebo naděje na změnu. Škálu lze znázornit tužkou na papír anebo umístěním vlastního těla v prostoru. Jakmile dítě ukáže, kde na škále se nachází, vedou ho k podrobnému popisu daného místa. V případě škály pokroku by se doptávaly, co vše už dítě umí. Škálování slouží školním psychologkám mimo jiné ke kontrole efektivity spolupráce s klientem.

Pro úspěšnou práci s metodou je zapotřebí motivace. Nemusí být přítomná od začátku, ale musí se objevit. Klára si stojí za tím, že je nutné mít vnitřní motivaci, podle Hany stačí vnější. Například když zakázka vzešla od rodičů, ale dítě přijde na dovednost, kterou by se chtělo naučit, anebo když dítě na problému pracuje, aby měl jeden z rodičů radost. Motivace se dá zvýšit rozvíjením vize preferované budoucnosti (tím, že cíl prozkoumáváme ze všech stran).

Školní psychologky považují za stěžejní princip naděje. Snaží se svým klientům prokazovat důvěru tím, že neanalyzují jejich problémy či diagnózy a ujišťují je, že dosažení pokroku je možné. Základní principy květinové teorie, které se běžně zobrazují vedle sebe, tvoří dle názoru Barbory spíše sekvenci – naděje, tvořivost a spolupráce. Naděje (přerámováním normalizace) musí přijít jako první, následuje tvořivost (struktura KS se napasuje na problém dítěte), pak můžeme očekávat vytvoření spolupráce.

Výhody metody

Informátorky si chválí efektivitu metody. Potenciálních klientů a klientek je hodně a díky tomu, že je metoda rychlá, se všem může dostat potřebné péče. Z úst Hany a Renaty zaznívá, že se jedná o metodu, která směřuje ke konkrétnímu cíli, pokroku či dílčím úspěchům. Může vyhovovat odborníkům, s jejichž osobnostním nastavením tyto charakteristiky rezonují. Podle Barbory by se dala označit za krátkodobou metodu.

KS poskytuje strukturu. Specialista pracující s metodou ví, jak vypadá začátek spolupráce a kam se chce na jejím konci dostat. Zná kroky, kterými k cíli směřuje. Strukturovanost umožňuje i přenositelnost na jiné oblasti, což ji dělá praktickou.

Na metodě se dá vyzdvihnout její pozitivní ladění. Dává prostor pro hravost, orientuje se na klienta a na to, jak by si on svůj život představoval. Díky přerámování problému na dovednosti se potíže řeší, aniž by se zbytečně rozebíraly. KS může přinést úlevu jak dětem, tak jejich rodičům. Nehledá totiž chyby ani viníky.

Dítě, které kouč provází kroky KS, je konstantně povzbuzováno, posilováno a motivováno k práci na vybrané dovednosti. Pomáhá tomu právě přerámování problému na dovednost a normalizace stavu či situace, v níž se dítě nachází. Psycholožky doporučují klienty oceňovat a zvědomovat jim význam dosažených úspěchů. Motivaci pociťují i samotné psychologky, když vidí děti dělat pokroky.

Za výhodu metody se dá považovat i stav flow, do něhož se kouč s klientem dostává. Dá se na něj pohlížet ze dvou úhlů pohledu. Pro Kláru je stav flow podmínkou pro fungující spolupráci s klientským. Podle Hany se jedná o přirozený doprovod práce s metodou.

Potřeby ŠP

Za podmínky pro práci s KS považují psychologky místo, přístup ke klientům, dostatek času a spolupráci okolí.

Místem setkávání může být například pracovna ŠP. Pokud ji psycholog nesdílí s dalšími pedagogickými pracovníky nebo pracovníci, nabízí potřebné soukromí. Současně je to místo, kde se kouč cítí příjemně, dokáže se uvolnit a uzemnit.

Psycholožky se setkávají s tím, že vedení školy odmítá dítě uvolnit z výuky některých předmětů (například s matematiky). Podle nich je ale důležité dítěti poskytnout péči tehdy, kdy ji skutečně potřebuje. Zároveň chtějí mít možnost zastavit se u toho kroku, ze kterého dítě nejvíce čerpá. To ale často nejde. Nevýhodné jsou také dlouhé prodlevy mezi jednotlivými konzultacemi (například kvůli nemoci). Ze zkušenosti se pak dítěti špatně navazuje - je třeba mu připomínat, k čemu se během dřívějších setkání dospělo.

Nedílnou součástí KS je i spolupráce okolí. Jedná se jednak o důvěru v samotný proces, jednak o aktivní pomoc. Součástí podpůrné sítě bývá rodina, spolužáci, učitelé, asistenti, vychovatelé v družině nebo škola obecně. Podpora okolí má podle Kláry význam hlavně u mladších dětí.

Využitelnost metody

Názory školních psycholožek na univerzálnost metody se rozcházejí. Barbora vnímá, že má potenciál pomoci všem dětem. Stačí sledovat, jak na ni jednotlivé rodiny reagují. Zda se dějí drobné změny, rodina má chuť experimentovat a její členové si vzájemně naslouchají. V takovém případě je na místě pokračovat. Podle Kláry jsou případy, na něž metoda napasovat nelze.

Klára a Barbora metodu využívají u dětí na 1. i na 2. stupni. Jedna z nich má dokonce dobrou zkušenost s použitím metody u dětí předškolního věku. Renata sděluje, že jí dává přednost u dětí na 1. stupni. Pro ty druhostupňové má jiné, efektivnější metody.

Podobně se různí i názory na použitelnost metody v souvislosti s různými diagnózami. Hana s Klárou zastávají názor, že na diagnóze nesejde - důležitější je chuť udělat změnu či osobnostní nastavení dítěte. Barbora se pokusila metodu použít u jednoho dítěte s depresí a druhého, jehož stavy připomínaly halucinace. Z této zkušenosti vyvozuje, že metoda nemusí být vhodná pro osoby s vážnější diagnózou.

Školní specialistky také přišly na to, že využitelnost metody determinují schopnosti dítěte. Výhodou může být jistá míra komunikativnosti, tvořivosti a inteligence. Jsou to totiž prvky, na nichž podle jedné z informátorek filozofie KS relativně stojí. Pokud má dítě například vadu řeči nebo snížený intelekt, dá se metoda s určitými obměnami použít, její efekt ale může být méně výrazný.

Úpravy metody

Hana, Renata i Klára konstatují, že metodě nic nechybí, dá se používat sama o sobě (bez jakýchkoli úprav) a představuje spíše bohatou nabídku, z níž si člověk vybírá.

To však neznamená, že nedochází k úpravám. Pro práci s metodou je typické přehazování kroků a integrace s dalšími přístupy.

Školní specialistky metodu přizpůsobují věku dítěte. Zejména u starších dětí doporučují upravit rétoriku, volit jiné formulace. Místo kouzelného pomocníka může kouč použít inspirující osobu, logo, motto nebo talisman. Také je možné obměnit materiály - místo KS sešitu poslouží pracovní list Nahoru

na horu. U starších dětí není kladen takový důraz na zapojení okolí. Mladší děti se podle Barbory snáze provází strukturou.

Mezi běžné úpravy patří redukce metody. Psycholožky si vybírají jen některé techniky pro „small talk“ (např. kresbu sluníčka) a drží se jich u všech dětí. Někdo vypouští krok učení dovednosti dalších dětí.

Samozřejmostí v práci s KS je i propojování s dalšími metodami a technikami. Podle rozhovorů psycholožky nejčastěji volí kresbu, prvky hry (hraní scének, hry šťastného dětství), písek (Sandtray) nebo Skilful Class. Barbora metodu kombinuje s jiným psychotherapeutickým směrem, edukativní rodičovskou terapií.

Za další formu úprav se dá považovat použití materiálů. Některé více souvisí s na řešení orientovaným přístupem – KS sešit, pracovní list Nahoru na horu, kouzelná hůlka (plní roli pomocníka, ale i antistresové pomůcky), žetony pro práci se škálou. Jiné s přístupem souvisí méně - terapeutické karty, pískoviště. Renata po absolvování kurzu cítila zahlcení množstvím materiálů přístupných na sdíleném disku Daletu. Musela si v nich udělat vlastní pořádek.

Náročné momenty

Práci s metodou někdy komplikují nejistoty na straně školního psychologa. Zatěžující bývá snaha současně držet strukturu KS a pozornost dítěte. Psycholožky také řeší, zda metodu v daném případě dobře zvolily. Někdy jim dělá potíž rozpoznat, jestli s dítětem špatně formulovaly cíl, jestli ony dělají něco špatně, anebo se pro něj metoda nehodí. Nejistotu vzbuzuje taky otázka, kdy metodu do spolupráce s dítětem vnést. Případně jak postupovat, pokud se spolupráce zasekne nebo se nedaří vůbec.

Někdy nastává moment, který informátorky popisují slovy „dítě se nechytá“. V takovém případě se dítě drží původního vzorce chování, necítí potřebu něco měnit, anebo mu práce na dovednosti nejde. Práce pak působí nepřírozně, jelikož stojí na vynaloženém úsilí kouče. Pomáhat může snažit se dítě namotivovat.

Psycholožkám se velmi těžko navazuje spolupráce, pokud dítě sezení promlčí. I v takových případech se ale dá komunikovat pomocí gest nebo pracovat s celou třídou (Skilful Class). Jak už bylo zmíněno, schopnost komunikace je jeden z důležitých předpokladů pro využití Kids' Skills. Proto práci s dítětem můžou znesnadňovat vady řeči nebo omezená slovní zásoba. V důsledku špatné komunikace hrozí to, že si psycholog začne některé věci domýšlet.

Práci s Kids' Skills občas nabourávají negativní reakce vyučujících. Někteří nemají důvěru v účinnost hravých technik. Patrně od psychologů můžou očekávat, že dítě vrátí „spravené“. Někteří by si představovali rychlou změnu bez vlastního přičinění. Barbora vyučujícím ukazuje, že je nutné s výstupy dále pracovat (trénovat, vyhodnocovat, podporovat). Je si ale vědoma, že mají dost své práce.

Poznatky ŠP

Poslední tematický trs shrnuje poznatky, které nelze začlenit do žádného z předchozích trsů, ale nesou důležité informace.

Školní psycholožky se pokouší charakterizovat metodu Kids' Skills. Podle Hany a Kláry je sice metoda strukturovaná, ale umožňuje kreativitu a není třeba ji brát dogmaticky. Barbora řeší nesrovnalosti v pojmenování metody. Kids' Skills je spojováno s na řešení orientovanou terapií. Podle ní je však pro přiléhavější označení poradenství, jelikož jí u metody chybí hloubka a emoce. Hana upozorňuje na to, že není možné ani žádat stihnout všechny kroky za jedno sezení. Avšak z Barbořiny zkušenosti by se Kids' Skills nemělo používat po dlouhé časové období, jelikož pak se osnova ze spolupráce začne vytrácet.

Psycholožky se zamýšlí nad tím, jaký přístup k práci s klienty má pozitivní výsledky. Kláře se v kontaktu s dětmi osvědčila zvědavost. Snaží se být někým, kdo dítě poslouchá, kdo se skutečně zajímá. Vyplácí se nebrat na sebe veškerou zodpovědnost za pokrok klienta. Hana například věří v mimoterapeutickou změnu. Klára radí připomínat si, že člověk nemůže pomoci všem.

Účastnice výzkumu uvažují, jak v optimálním případě definovat dovednost. Důležité je, aby bylo dítě co nejvíce konkrétní. V případě příliš obecných formulací, např.: *„Chci být víc kamarádský,“* jdeme po podrobných popisech. Můžeme se ptát: *„To je skvělé, být víc kamarádský. A jak to bude vypadat, až budeš víc kamarádský?“* Někdy se dítě potřebuje naučit celý soubor dovedností. Pak je třeba vybrat, kterou by se chtělo naučit jako první. Ze zkušenosti se jedná o spojené nádoby, takže naučení jedné dovednosti vede ke zlepšení v druhé.

Pokud spolupráce stagnuje, nabízí se několik řešení. Barboře se osvědčilo přeorientovat svou pozornost z budoucnosti na minulost, tedy hlouběji prozkoumat anamnézu. Když se spolupráce zastaví Renatě, zaujímá direktivnější přístup. Když Haně nejde navázat individuální práce s klientem, zkouší intervenovat přes Skilful Class. Je v pořádku do metody vnést nějaké nové prvky, anebo úplně změnit metodu nebo přístup.

V rozhovorech se často objevuje téma motivace. Hana vidí motivaci jako podmínku pro práci s KS. Renatě se daří studující namotivovat v průběhu spolupráce. Dle ní je třeba najít krok, který dítě nejvíce motivuje – bývá to oslava, pochvala nebo pomocník, a zůstat u něj déle. Hana a Klára považují za zásadní zkompetentňovat dítě - nepohlížejí na něj jako na objekt péče, nýbrž na aktivní osobu, která se podílí na změně a pracuje na sobě. Dítě má mít nejdříve možnost dosáhnout menších cílů, aby mu následně šlo pracovat na těch významnějších. Pokud dítěti motivace chybí, lze namísto něj pracovat se zadavatelem zakázky.

Efektivitu metody poznáme jednak tím, že u daného dítěte sami zaznamenáváme změny, jednak pomocí zpětné vazby od dítěte, rodiče, učitele nebo asistenta.

Integrace témat aneb co dělat, když spolupráce nefunguje

Pro školního specialistu je pochopitelně náročné, pokud spolupráce v jakémkoli bodě nefunguje. Ať už se jedná o začátek spolupráce – školní psycholožky to popisují slovy „dítě se nechytá“, nebo její průběh – dochází ke stagnaci. Z rozhovorů lze vyčíst několik strategií, které se v situacích nezdarů osvědčily.

První strategií je motivovat dítě, aby mu osvojování dovedností dávalo smysl. Vyplatí se nalézt tzv. motivační faktor – krok nebo jakýkoli jiný prvek Kids' Skills, který má potenciál dítě nejvíce motivovat. Nejčastěji je to oslava, ale taky pochvala nebo pomocník. Pro některé děti je motivační samotný proces. Tomuto bodu se pak kouč věnuje déle. Zároveň je třeba sledovat i drobné známky zlepšení. Všímat si sebemenšího pokroku, který se udal a na kterém lze stavět.

Kids' Skills se orientuje spíš na klientovu budoucnost. V případě, že tyto postupy selhávají, může psycholog nahlédnout do klientovy minulosti, doplnit si anamnestické údaje a více se v příběhu dítěte zorientovat.

Pro Kids' Skills je typické nechat dítě převést problém na dovednost samo. Pokud by to pro klienta mělo být příliš zatěžující, může kouč zvolit direktivnější přístup. K vymyšlení dovednosti ho lze dovést například na základě informací od rodičů. Kdyby si dítě zvolilo příliš obecnou dovednost, lze ji konkretizovat pomocí podrobných popisů. Vedou k nim otázky typu: „*Jak to bude vypadat, až to budeš umět? Jak se budeš chovat, cítit, jak na tebe druzí budou reagovat?*“

Když není motivované dítě, je možné pracovat i (nebo pouze) se zadavatelem zakázky, tedy rodičem nebo vyučujícím. Pokud se metoda přizpůsobí potřebám dospělé klientely, lze ji využít i na ni.

Jestliže se s dítětem nedaří pracovat individuálně pomocí Kids' Skills, psycholog na něj může působit prostřednictvím práce se třídou, konkrétně metody Skilful Class. Další variantou je zvolit úplně jinou metodu nebo přístup, který nebude orientovaný na řešení.

Jakmile si školní specialista všimne, že spolupráce nefunguje, má možnost to před klientem pojmenovat. Může s ním otevřeně promluvit o tom, zda situaci vnímá podobně; proč si myslí, že to tak je; co by potřeboval jinak; zda chce ve spolupráci pokračovat. Někomu pomáhá připustit si, že „nelze spasit vše“, nelze všem pomoci.

Závěr

Cílem výzkumu bylo popsat, jaké zkušenosti s metodou Kids' Skills mají psychologové, kteří absolvovali kurz Kids' Skills, působí na ZŠ a tuto metodu ve své praxi využívají. Polostrukturované rozhovory a jejich následná analýza pomocí IPA pomohly odhalit 9 tematických trsů, které spojují výpovědi účastnic výzkumu.

Informátorky měly pocit, že absolvování magisterského programu psychologie pro vykonávání pozice ŠP nestačí, potřebovaly konkrétní nástroje pro práci s klientem, Kids' Skills braly jako ochutnávku SFBT, což je motivovalo k absolvování kurzu KS.

Způsob jejich práce s metodou se vyvíjel od rigidity k improvizaci. V začátcích převládalo nadšení z metody, ale objevovaly se i nejistoty. K osvojení metody jim pomohl trénink a sestavení taháku s kroky KS.

Za stěžejní prvky Kids' Skills považují ŠP převedení problému na dovednosti, podporu, práci se škálami, motivaci a naději. Výhody metody podle nich představují její efektivita, strukturovanost, pozitivní ladění, motivační potenciál a stav flow, který při jejím používání zažívají.

K práci s metodou potřebují ŠP vhodné prostory, přístup ke klientům, čas a také spolupráci okolí.

Názory ŠP na univerzálnost metody se rozcházejí. Možnost využití metody však podle nich závisí převážně na věku dítěte, jeho diagnóze a schopnostech.

ŠP se shodují, že metoda je dostačující ve své původní podobě. Přestože to není nutné, někdy provádějí úpravy. Přizpůsobují ji věku dítěte, redukují kroky, kombinují ji s dalšími metodami a technikami nebo používají různé materiály.

Práci s Kids' Skills komplikují nejistoty na straně školního psychologa, ztížená komunikace s dítětem nebo negativní reakce vyučujících. Může se stát, že dítě na metodu nereaguje už na začátku nebo dojde ke stagnaci v průběhu spolupráce.

ŠP uvádějí poznatky, ke kterým díky své zkušenosti s metodou dospěly – popisují, jak na metodu pohlíží, jaký přístup ke klientovi se jim při práci s metodou osvědčil, jak by měla být formulovaná dovednost, jak postupovat při stagnaci, pracovat s motivací nebo podle čeho poznat efektivní práci s metodou.

Na základě integrace témat jsem sestavila soubor strategií, které může kouč KS využít, když Kids' Skills nefunguje. Jako užitečné se jeví zejména podrobné popisy, motivování dítěte, mapování minulosti, direktivita, upřednostnění práce se zadavatelem zakázky nebo program Skilful Class.

Zdroje:

Furman, B. (2004). *Kids' skills: Playful and practical solution-finding with children* (L. Zatloukal, překladatel). St. Luke's Innovative Resources.

Furman, B. (2009). *Kids' Skills in action: An exciting new way of helping children overcome emotional and behavioural problems based on solution-focused therapy* [Nepublikovaný rukopis].

Kids' Skills. (n. d.). *Skilful Class*. https://www.kidsskills.org/WP-fin/?page_id=881

Nebor, M. (2024). *Zkušenosti školních psychologů s metodou Kids' Skills* [Master's thesis, Univerzita Palackého v Olomouci]. Theses. <https://theses.cz/id/0hbj4p/53022495>

Zatloukal, L., & Žákovský, D. (2015). Kids' Skills: Využití terapie zaměřené na řešení při práci s dětmi a adolescenty. *Psychoterapie*, 9(1), 41–51.

Zatloukal, L., Žákovský, D., & Tkadlíčková, L. (2020). "Kids' Skills' and "Mission Possible" innovations: Solution-focused brief therapy models for working with children and adolescents revised and expanded. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 41(1), 29–41. <https://doi.org/10.1002/anzf.1399>

O autorce: Michaela Nebor



Michaela Nebor absolvovala bakalářské studium na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích a magisterské studium na Univerzitě Palackého v Olomouci. Prošla kurzem Kids' Skills a metodě se věnovala i výzkumně. Od roku 2021 působí na Scioškole v Českých Budějovicích. Specializuje se na prevenci. Její ideální den? S manželem a synem na šumavském kávovém festivalu.