

# PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017



**Statut:** ústav

**Sídlo:** Farského 3, 170 00 Praha 7

**Korespondenční adresa:** Na okraji 108/68, Veleslavín, 162 00 Praha 6

Datum založení: 12. října 2016

IČ: 05472113

Společnost je vedena u Městského soudu v Praze, spisová značka U 498

**Transparentní účet u FIO banky: 230083489/2010**

## **Orgány Poradny VIGVAM, z. ú.:**

Ředitelka: *Mgr. Sylvie Stretti*

Správní rada: *JUDr. Pavel Hrášek*  
*Mgr. et Bc. Jan Kaňák*  
*Mgr. Barbora Racková*

## **Lidé Poradny VIGVAM, z. ú.:**

Terapeuti: *Mgr. Sylvie Stretti*  
*Mgr. et Bc. Jan Kaňák,*  
*Mgr. Barbora Krčmářová*  
*Mgr. Barbora Racková*  
*Mgr. Barbora Malíková*  
*Mgr. Šárka Grygarová*

První kontakt:

Projektová managerka

(PR, fundraising i soc. práce):

Ekonom

Účetní:

*Mgr. Eva Kohoutková*

*Ing. Petr Hořejš*

*Renata Možná*

## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

### Slovo ředitelky



Rok 2017 byl prakticky prvním rokem, kdy jsme samostatně fungovali celých 12 měsíců.. Přinesl spoustu nových podnětů, výzev i skutečností. Svým jedinečným přístupem je poradna Vigvam vlnkovou lodí při využití krizové terapie při práci s dětmi a jejich rodinami, kterým někdo blízký zemřel. A mám velkou radost, že naše práce má smysl a je využitá.

Uplynulý rok přinesl řadu překvapení. Prvním je fakt, že nás kontaktovalo výrazně více lidí, oproti předchozímu roku, kteří potřebovali naši pomoc. Někdy v podobě konzultace, někdy v podobě krizového ošetření situace a nejčastěji v krizové terapii s rodinami. Konzultace a spolupráci využili i jednotlivci, kterým někdo blízký zemřel nebo situaci smrti řešil někdo v okolí (příbuzní, přátelé

rodin, kde někdo zemřel; učitelé, vychovatelé apod.). Naše práce otevřela možnost nejen pro rodiny, ale také pro dětské skupiny. Od září 2017 jsme otevřeli podpůrné dětské skupiny pro děti, které k nám zatím docházely do krizové terapie s rodinou. Dětské skupiny jsme otevřeli pro děti ve známém prostředí. Zároveň pro všechny zúčastněné je smrt někoho blízkého známou zkušeností, jsou na jedné lodi, což se jim v běžném dětském kolektivu – třeba ve škole - nestává.

Vzhledem k větší poptávce po nás se rozrostl jak náš terapeutický tým, tak i odborný tým fundraisingu. Mám velkou radost, že mám po svém boku skvělé lidi, odborníky, na které je spoleh. Děkuju, že jste se mnou, Báro R., Báro M. (i když teď trochu z dálky) i Baru K., Evi, Šárko, Honzo., a že společně můžeme navracet smrt do t života. Dle mého názoru je to důležité téma, protože propojení života před a po smrti blízkého je náročným úkolem na cestě přijetí neměnného faktu. Jedině pak je možné i po smrti blízkého najít cestu k životu. Jsem ráda, že sdílíme společný přístup k práci a pohled na smrt jako něco, co k životu patří.

Nejčastěji nás kontaktují rodiny, kde někdo zemře náhle, nečekaně, tragicky. Rodiny, které přicházejí do Vigvamu, se setkávají nejčastěji s úmrtím v podobě náhlé nečekané nebo těžké nemoci, nehody, autonehody a vůbec nejčastěji sebevraždy. Je dobře, že stále více lidí se na nás obrací bezprostředně po tom, co je smrt blízkého potká. Člověk nemusí všechno zvládnout sám. Čím dříve může s námi sdílet těžkou životní situaci, tím dříve je možné obnovit základní životní fungování, které pomáhá k přijetí smrti blízkého.

Další velkou novinkou je akreditování kurzu Děti a ztráta. Kurz je akreditován u MPSV, a je primárně určen pro odborníky (pedagogy, psychology, sociální a zdravotní pracovníky), se zaměřuje na potřeby dětí a specifika práce s dětmi, kterým někdo blízký zemřel. Kurzy jsou příležitostí pro otevření diskuse na téma vztahu dětí ke smrti. V neposlední řadě jsou také zdrojem financí a naším vkladem pro provoz poradny VIGVAM, což nás těší

Na závěr chci poděkovat nejen skvělému týmu, se kterým je mi ctí spolupracovat, ale i těm, jejichž práce možná není jmenovitě vidět, ale bez nichž by spousta věcí nešla a nebyla.

Takže díky, Renato, Petře, Marianno, Lucie, Adame, Ondro, Lukáši a mnoho dalších přátel, kamarádů, podporovatelů z řad našich fanoušků. A také našim sponzorům – Nadaci Terezy

## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

Maxové dětem, která nás od počátku podporuje a pomáhá, Nadaci NOVA, firmě Kalkulo a mnoha individuálním dárcům, kteří jsou vyjmenováni v textu výroční zprávy.

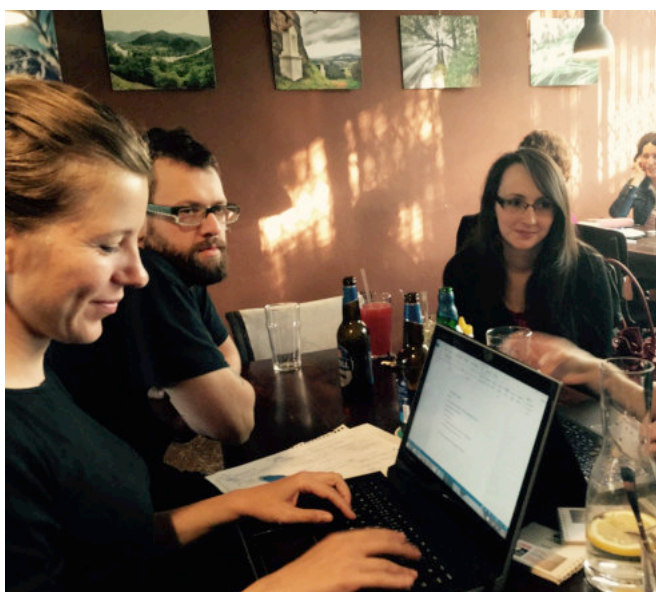
Moc děkuji každému, kdo se na chvíli zastaví a věnuje svůj čas třeba pročtení výroční zprávy a získání informací o nás. Děkuji i těm, kteří věnují svoje zdroje, ať už časové, ekonomické, poradenské těm, kteří to potřebují. Děkuji, že myslíte i na druhé.

Sylvie

### Naše poslání a cíle:

Poradna Vigvam je nezisková organizace. Naším posláním je být průvodci v tak těžké situaci, jakou je smrt blízkého. Chceme pomoci dětem, které někoho ztratily, aby se mohly lépe zorientovat v této situaci a pochopit ji podle jejich možností a schopností. Chceme nabídnout prostor, který bude otevřený dětským potřebám, bez hodnocení a očekávání. Zároveň jsme přesvědčeni o tom, že aby mohlo dobře fungovat dítě, musí dobře fungovat i prostředí, ve kterém žije. Proto nabízíme pomoc také dospělým, kteří se o dítě starají.

Klademe si tedy za cíl pomoci rodině: obnovit její fungování, a tak zabránit dalšímu rozvoji možného traumatu. Vzhledem k tomu, že dítě se nachází i v dalších systémech, které jej ovlivňují, jako druhotný cíl si klademe pomoci školským zařízením reagovat na změny chování dětí, které zažívají ztrátu, a vypracovat metodiky, které pomohou pedagogům a dalším dospělým dobře komunikovat s dětmi, které se nachází v takto obtížné situaci.



### Proč Poradna VIGVAM? V čem jsme jedineční?

Potřebnost projektu vychází se statistických údajů zaznamenávajících počty úmrtí v ČR a také z faktu, že tu neexistuje služba, která by systematicky řešila toto složité téma s celou rodinou. V českém kontextu nejsou data, která by se týkala úmrtí jednoho ze členů rodiny, k dispozici. Podle dostupných zahraničních studií v 5 až 8 % rodin zemře dítěti sourozenec a v zhruba 4 až 5 % dětí zažije úmrtí rodiče před dosažením 18 let věku (Berg, Rostila, Hjern, 2016; Fletcher, 2013; Stikkelbroek et al., 2016. podle Kaňák, 2017). Pokud bychom vycházeli ze spodní hranice zahraničních studií v kontextu ČR, dá se odhadnout, že takováto ztráta potká zhruba 6 600 rodin ročně. Na základě dostupné literatury (Channa et al., 2011; Lewis, Roberts, 2001; Roberts, Ottens, 2005; Wang et al., 2010; aj., podle Kaňák, 2017) je možné říci, že úmrtí člena rodiny je vnímáno a prožíváno jako krize. Zároveň se zdá, že klasickým rámcem krizové pomoci sice mohou mizet projevy krize u jednotlivců, ale rodinný systém jako takový a jeho vnitřní dynamika zůstávají neošetřeny. Zjednodušeně lze říci, že klasická teorie krize a na ni navazující způsoby práce nemusí být v případě takové ztráty zcela adekvátní (Kaňák, 2017)

V současné době je pomoc cílená pozůstalým v ČR zaměřena na jednotlivce. Je možné využít službu telefonické krizové intervence, krizové intervence tváří v tvář, poradenství

## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

pro pozůstalé nebo debriefingu bezprostředně po nastalé krizové situaci. Avšak všechny tyto služby jsou zaměřeny na jednotlivce. V práci s rodinou je sice možné využít rodinnou terapii, ta však není adekvátní v stadiu truchlení, neboť psychoterapie nemusí vést nutně ke stabilizaci, která je však cílem v práci s touto cílovou skupinou, a tak cíle krizové intervence a psychoterapie mohou být v rozporu.

Možností je tedy poradenství pro pozůstalé, které je ale stále těžko dostupné, většinou dobře funguje při hospicích, avšak těch, kteří zemřou v hospici, je zlomek. V drtivě většině je však cíleno na jednotlivce a převážně na dospělé. U poradenství pro pozůstalé je také podstatné zmínit, že se zaměřuje na práci s „normálně“ probíhajícím zármutkem (Špatenková, 2012).

Další formou pomoci je, jak již bylo uvedeno, krizová intervence, což je v tuto chvíli nejdostupnější forma pomoci pro práci s pozůstalými. Naplnění jejích úkolů vede ke stabilizaci prožívání krize, avšak při práci s jednotlivcem. Zdá se ovšem, že v kontextu práce s rodinou nemusí být tyto nástroje zcela funkční a dostatečné. Channa s kolegy (2011) zjistili, že projevy krize se při práci s rodinným systémem běžnými postupy sice zmírňují, ale nemizí. Nezpracovaná krize pak může vést k dlouhodobějším problémům v sociálním fungování, v kontaktech s vrstevníky, fungování v práci a k vyššímu riziku rapidnějšího zhoršení stavu při kontaktu se zátěží (Drake et. al., 2016, podle Kaňák 2017). Navíc v případech, kdy byla smrt rodiče či sourozence dobrovolná (tedy někdo ze členů rodiny spáchal sebevraždu), zvyšuje tato zkušenost pravděpodobnost, že jako možné řešení krizových situací využijí suicidium i další členové rodiny (Berg, Rostila, Hjern, 2016 podle Kaňák, 2017).

Proto celý systém naší práce s pozůstalými vidíme jako prevenci pro komplikované truchlení. To může být prvotním impulsem pro počátek různých poruch: např. depresivní porucha, posttraumatická stresová porucha, generalizovaná úzkostná porucha, panická porucha, sociální fobie a obsedantně-kompulzivní porucha. Abychom tomuto nežádoucímu jevu, který s sebou přináší nejen psychické problémy, ale z nich vyplývající problémy v sociálním fungování, předešli, přicházíme se systémem práce, který vychází z předpokladu, že je třeba pracovat s rodinou jako celkem. Tedy že všichni členové rodiny, jichž se ztráta dotýká, mají možnost na jednom místě, v jednom čase a zároveň i v bezpečném soukromí, ztrátu zpracovávat. V současné chvíli neznáme organizaci, která by se v oblasti pozůstalých věnovala rodině jako celku.

### Jak pracujeme:



Práce začíná prvním telefonním kontaktem, kdy poskytujeme v případě potřeby krizovou intervenci a základní poradenství zaměřené na zmapování situace. Vysvětlíme způsob naší práce a domluvíme termín setkání v nejbližší možné době.

Jednoho setkání se účastní dva terapeuti a celá rodina, která se v průběhu sezení rozdělí na děti a dospělé. Jeden terapeut pracuje s dítětem/děťmi a druhý ve vedlejší místnosti s rodičem/rodiči. Dáváme možnost celé rodině vyrovnávat se se ztrátou ve stejném čase a prostoru s

možností soukromí. Děti i dospělí mohou sdílet to, co chtějí a potřebují, a to zcela důvěrně. Jinými slovy, co děti sdělí svému terapeutovi, zůstane mezi nimi. Dospělí mají se svým



## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

terapeutem stejný vztah. Co si chtějí sdělit navzájem, k tomu slouží prostor na začátku i na konci setkání.

Terapie je poskytována bezplatně, přesto nás opakovaně klienti podpořili v průběhu či po skončení terapie darem, za který moc děkujeme.

### Přehled činností:

Poradenství, krizová intervence, krizová terapie:

Krizovou intervencí a terapii navštěvovalo 19 rodin, z toho 12 rodin (či jednotlivců) v dlouhodobé krizové terapii. Celkem se jednalo o 46 lidí. Setkání probíhalo zpravidla jednou za 14 dní po dobu 15 setkání.

Telefonické konzultace a poradenství bez následné osobní návštěvy využilo (a někdy opakovaně) 12 lidí. Jednalo se o individuální konzultace a potřeby (tyto hovory byly opakované).

Obracely se na nás také školy a dětské domovy, RZS s prosbou o řešení situace ohledně úmrtí.

### Terapeutická práce s dospělými

Způsob, kterým v poradně Vigvam pracujeme, umožňuje věnovat dostatečnou péči a pozornost jak celým rodinám, tak jejich jednotlivým členům, tedy zvláště dětem a dospělým. Dospělí klienti, kteří naše služby vyhledávají, jsou většinou rodiče, případně prarodiče či další blízcí příbuzní. Klíčové téma Vigvamu je podpora při zvládání náročných ztrát, včetně ztráty nejbolestivější, tedy úmrtí blízké osoby. Valnou většinu dospělých klientů přivede úmrtí partnera, případně extrémně těžké téma smrti vlastního dítěte.

Z našich zkušeností plyne, že v obou zmíněných případech většina dospělých nejprve pojmenovává jako zakázku podporu a pomoc pro další členy rodiny. Říkají například: „Chci vědět, jak se chovat, aby moje děti dobře zvládly ztrátu otce / matky / sourozence,“ „Chci se vyhnout chybám, nevím, jak s nimi mluvit, bojím se, abych něco nezanedbal/a.“ Sebe a své vlastní prožívání staví většinou do pozadí, často je pro ně složité pojmenovat, jak se sami cítí a co by potřebovali. Přitom prvním krokem pro skutečně dobré a dlouhodobé zvládání náročné situace a budování nového rodinného systému je právě hledání zdrojů jejich sebepodpory a práce na jejich emočních prožitcích a potřebách.

V péči o dospělé klienty můžeme vlastně sledovat dvě hlavní linie, které se u většiny v průběhu naší společné práce různě prolínají a opakují. Jedna je víceméně poradenská. Cílí na předání klíčových principů pro zvládání ztráty a smrti. Nejčastější témata tu jsou, jak sdělit dítěti smrt někoho blízkého, zda se má účastnit pohřbu či rozloučení, jestli s dítětem sdílet vlastní emoce, nebo je spíše skrývat. V našem pojetí se ukazuje jako užitečné předávat tipy „jak na to“, stejně jako jasně pojmenovat „čemu se vyhnout, pokud nechceme napáchat další škody“. Druhá linie péče o dospělé klienty je více terapeutická, zaměřená na objevení, pojmenování a projevení jejich emocí či potřeb. Tady funguje Vigvam jako bezpečné místo, kam lze přinést i prožitky jinde



## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

nevítané, ty, které se „nehodí“, jsou nějak stigmatizované, pro člověka samotného příliš náročné, překvapivé, nebo dokonce šokující. Obě dvě linie práce s dospělými klienty i jejich dětskými souputníky směřují k jednomu cíli: znovu postavit svět, který dává smysl a v němž ztráta, kterou utrpěli má své místo, a ví, jak s ní zacházet.

### Terapeutická práce s dětmi



Při terapeutické práci s dětmi je naším prvotním cílem navázat dobrý vztah s dítětem. V okamžiku, kdy se nám toto povede a je nastoleno bezpečí a důvěra, pracujeme spolu na společné zakázce celého rodinného systému, zároveň ale také na tématech, které přináší samo dítě, nebo která vyplývají z volné i polořízené hry. Při práci s dětmi se snažíme být kreativní, aby děti terapeutická práce i bavila, využíváme různých arteterapeutických technik, projektivních technik

(karty, filmy, terapeutické pískoviště), terapeutických stolních her i hry volné. V roce 2017 byli naši klienti nejčastěji zasaženi sebevraždou rodiče, spolu s tímto tématem se v terapeutické práci často vyskytovala agresivita, ať už směřovaná směrem ven, tak dovnitř, silné pocity viny nebo naopak hledání viníka na straně druhé. Jako dobrým doplňkem k individuální práci s dětmi se nám osvědčily skupinové terapie pro děti.

### Skupinová terapie pro děti

Z různých výzkumů vyplývá, že především pro tuto cílovou skupinu je skupinová práce zvláště přínosná (Yalom a Leszcz, 2016). Při takto existenciálních tématech je vlastní zkušenost prožití obdobné ztráty zažívána jako naprosto klíčová k hlubokému pochopení daného problému. Účastníci skupin uvádějí, že je pro ně velmi důležité setkávat se s těmi, kteří zažívají stejnou bolest a jsou na tom stejně nebo o krok dál, mluví o naději, že to tento stav zvládnou přežít i jiní.

V Poradně Vigvam v současné chvíli realizujeme skupinovou terapii pro děti. Skupinová práce je rozdělena do několika částí. V úvodní části spolu mluvíme o tom, jaká je naše aktuální situace, jak se máme, co zažíváme, o to se snažíme zážitkovou formou. Střed setkání je většinou zaměřený tematicky na to, co vyplývá z individuálních setkání s klienty, např.: vzpomínání na nejhezčí den, který jsme prožili se zemřelým, téma toho, o co všechno jsme přišli tím, že blízký zemřel, a zda se daří toto prázdné místo něčím zaplnovat aj. Věnujeme se také emočnímu prožívání celé situace různých členů rodiny. K tomu využíváme různé projektivní techniky, kromě práce s kartami (Dixit, Moře emocí a jiné), využíváme také tematických filmů. S filmy pak většinou pracujeme ve schématu podle existenciální analýzy.



## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

V roce 2018 je naším cílem zpravidelnit tuto formu pomoci a zároveň začít připravovat koncept pro to, aby současně s dětskou terapeutickou skupinou probíhala i skupinová psychoterapie pro dospělé (většinou rodiče dětí).

Potřebnost tohoto projektu spatřujeme právě ve specifiku této cílové skupiny, neboť její členové v některých případech vyhledávají a někdy dokonce upřednostňují tyto aktivity před jinými formami pomoci (Ludt in Špatenková, 2012). Důvodů je několik:

- je to místo bezpečí, kde je v pořádku, že pozůstalí říkají cokoli
- prostor k otevřeným vzpomínkám a vzpomínání
- pomáhá pochopit smrt emocionálně i racionálně (tak dlouho ve svých emocích mluví o smrti, až se stane zvědomělou realitou jejich života)
- pomáhá doufat v socializaci v budoucnosti
- je možné smát se a plakat a nebýt v přítomnosti svých dětí nebo rodičů (často se při práci setkáváme s tím, že emocionální projevy jednoho truchlícího zraňují druhého, např. maminka často pláče a dítě by chtělo, aby bylo chvíli jen pro něj a netruchlila pro druhé mrtvé dítě, manžela... nebo naopak rodič je zraňován tím, že si dítě bezstarostně hraje a směje se, často rodiče překvapuje, že z jejich úhlu pohledu dítě nedostatečně truchlí)

### Den pro Vigvam r. 2017



V neděli 28. srpna 2017 se konal druhý ročník charitativního běhu pro Poradnu VIGVAM. Zázemí nám propůjčila kavárna Do Větru (kulturní program: Divadlo pro děti, Improvizační divadlo, beseda s Kravčí matkou, koncert Honzy Kaňáka a Ondřeje Galušky s jeho kapelou) a Benediktýnské arcidiocéze sv. Vojtěcha a sv. Markéty (charitativní běh a hry pro děti). Vybralo se celkem:

## PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017

### Vzdělávání:



Vzdělávání poradny Vigvam je zaměřeno na práci se smrtí. Realizujeme akreditovaný kurz určený pro pracovníky s dětmi a mládeží, sociální pracovníky, s názvem Děti a ztráta. Záměrem kurzu je, aby se frekventanti dotkli tématu smrti a vlastní smrtelnosti, jak na ně působí a jaké emoce vyvolává, a to proto, aby věděli, co sami od sebe mohou očekávat, když se naproti nim ocitne klient s takovýmto problémem, dále se kurz zaměřuje na komunikaci o smrti s dětmi a jejich rodinami. Pozornost je také zaměřena na různé techniky, skrze které je snad o trochu jednodušší o tak těžkém tématu mluvit.

V roce 2017 jsme kurz realizovali poprvé a již se podařilo naplnit 3 termíny. Kurzů se zúčastnilo 32 účastníků z různých organizací (Ke kořenům, Centrum sociálních služeb Ostrava, městský úřad, Fakultní nemocnice Motol, Hospic sv. Štěpána, pedagogicko psychologická poradna...)

### Facebook

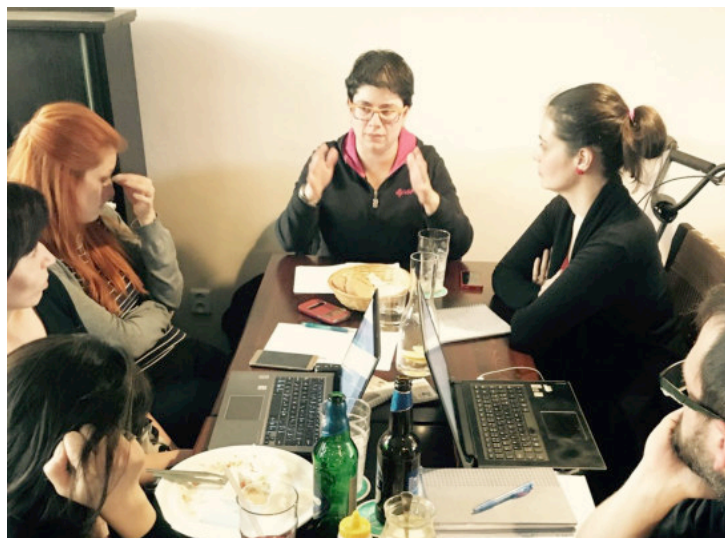
Pro tuto chvíli se stal Facebook naším hlavním komunikačním kanálem s veřejností. Skrze něj informujeme veřejnost o činnosti Poradny VIGVAM. Využíváme také Instagram.

### V roce 2017 nás podpořili:

Nadace Terezy Maxové dětem, AK Hrášek, Náboženská obec Církve československé husitské (poskytuje nám bezplatně prostor a pořádá sbírky), Firma Adler, Firma Finish, kavárna Do Větru, Benediktýnské arcidiecéze sv. Vojtěcha a sv. Markéty (zapůjčení prostorů pro charitativní běh), Kalkulo s.r.o., Martina Sloupová, Nadace Nova, Petr Dolínek, manželé Kunešovi, Jiří Zacharda, Hana Forejtníková, Eliška Hradilová, Michal Dvořák. Spoluprací nás podpořili: Petr Hořejš, Renata Možná, Marianna Čbová, Pavel Hrášek, Adam Stretti. Děkujeme také těm, kteří nám pomáhají na našich charitativních akcích: kavárna Do Větru, Bambíno, 8. oddíl vodních skautů, 8. oddíl vodních vlčat a žabiček – Psohlavci, starosta Prahy 7 Mgr. Jan Čížinský, EIKON, Vratislav Skřivánek, Jan Skřivánek, Magdalena Vaněčková, Lukáš Racek, Ondřej Pecha, Jakub Veselý

### Finanční zpráva

Příjmy	401 283,- Kč
z toho:	
hrubý příjem kurzy	145 600,-
Výdaje	331 608,- Kč





## **PORADNA VIGVAM Z.Ú. - VÝROČNÍ ZPRÁVA 2017**

Seznam použité literatury:

**KAŇÁK, J. Analýza potřeb zlepšení intervencí krizové intervence při práci s rodinami s nezletilým dítětem, kde zemře někdo ze členů rodiny, nepublikováno, 2017**

ŠPATÉNKOVÁ, N. PORADENSTVÍ PRO POZŮSTALÉ: PRINCIPY, PROCES, METODY. PRAHA: GRADA, 2012

YALOM, I. D a M. LESZCZ. Teorie a praxe skupinové psychoterapie. Praha: Portál, 2016.