

Odrazit se ode dna

Chodit k psychoterapeutovi se dnes stává běžnější součástí života a člověk nemusí od okolí získat nálepkou slabocha. Pro mnoho lidí s psychickými potížemi ale bývá překážkou vysoká cena. Psycholožka a psychoterapeutka Barbora Janečková má řešení – Sociální kliniku.

KATEŘINA MÁZDROVÁ / FOTO MATĚJ STRÁNSKÝ



Nikoho nekádrujeme. (Barbora Janečková)

V čem je Sociální klinika jiná než běžná psychoterapeutická praxe?

Jde o ojedinělý projekt, určený lidem, kteří se ocitli v kritické životní situaci, kdy nutně potřebují psychoterapeutickou pomoc, a zároveň si normální sezení u privátního psychoterapeuta nemohou finančně dovolit. Mohli by sice vyhledat odbornou pomoc hrazenou zdravotní pojišťovnou, ale její dostupnost je nedostatečná. To byl důvod, proč jsme na podzim 2014 Sociální kliniku založili – naši psychoterapeuti poskytují svoje služby coby dobrovolníci.

Kdo se na vás obrací?

Lidé, kteří projdou během krátkého období prudkým zvratem a změnou a nedokážou se s tím vyrovnat – třeba matka s malými dětmi po rozvodu. Často jde o obtíže spojené se stresem, plynoucím ze ztráty práce, z vyčerpání, finančního propadu. Chodí také lidé, kteří ztratili někoho blízkého nebo s následky bití, zneužívání. Okrajově pracujeme i s dětmi, jež mají problémy, například když se rozejdou rodiče.

Můžete uvést nějaký konkrétní případ?

Jeden náš klient byl napaden v tramvaji. Začaly se u něj projevovat úzkostné stavy, měl strach, nemohl mezi lidmi, tím pádem přestal chodit do práce... V takový moment se ocitáte na skluzavce – můžete se zadlužit, skončit na ulici. Jeho kamarád mu poradil, ať se obrátí na nás: během půl roku byl schopen vrátit se do života, začít znovu pracovat. Lidé díky našim službám dostanou možnost nepropadnout se až na dno, případně se od něj odrazit.

Jak fungujete v praxi?

Dříve než se klient dostane ke svému terapeutovi, projde tzv. mapovacím pohovorem, což je hodně důležité. Provádějí ho terapeut spolu s lidmi se zkušenostmi třeba z příjmových krizových oddělení. Společně vyhodnotí, co se vlastně děje a jakou konkrétní službu ten člověk potřebuje. Když se pak dostane k některému z našich terapeutů, poskytneme mu dvanáct sezení v průběhu přibližně půl roku.

V seriálu *Terapie* s Karlem Rodenem v roli psychoterapeuta klient vždy po sezení zašustí bankovkami, jež mu decentně položí na stůl. Není přece jen pacient víc motivován ke změně, když si za službu platí?

Souhlasím. Nicméně pokud chci svůj problém řešit, ale nemám z čeho si pomoc zaplatit, ocitám se v kruhu. Proto je principem Sociální kliniky její finanční dostupnost: nemáme pevně stanovený ceník, ale snažíme se dohodnout s klientem podle jeho možností. Většinou platí minimální částku, což je sto korun za hodinu.

Nebojíte se zneužití?

To je riziko. My ale nikoho nekádrujeme. Jestliže začnu od klientů požadovat potvrzení, kolik berou, tak z nich dělám děti. Přestanou být partnery.

Terapeuti tedy pracují zadarmo. Mají o práci v Sociální klinice zájem?

Velký. Máme v současnosti 52 terapeutů, působících na 16 místech po celé České republice, z toho sedm členů mapovacího týmu. Při práci s klienty vycházíme z metody biosyntézy, což je psychoterapie zaměřená na tělo, jejím základním principem je rovnováha. Kromě rozhovoru používáme práci s dechem, pohybem, imaginací, dotykem.

Zpočátku, když jsme kliniku zakládali, šlo o terapeuty, kteří dokončovali studium v Českém institutu biosyntézy a potřebovali praxi. Ovšem paradoxně se rychle připojili další, velmi zkušení terapeuti s mnohaletou praxí i dalších psychoterapeutických směrů. Je to pro ně zkrátka dobrá rovnováha mezi dáváním a braním: když mám deset klientů, kteří mi v mé soukromé praxi platí, mohu si dovolit mít i klienty, pro které pracuji zadarmo.

Existuje jinde něco podobného?

První Sociální klinika vznikla v Brazílii, ve státě Bahia, která je zaměřená na děti v nejhorších chudinských čtvrtích. Terapeuti pracují hlavně s jejich učiteli. Sociální klinika existuje také v Portugalsku, tam ale služby poskytují pouze studenti.

Kolik klientů klinikou prošlo za necelý rok a půl fungování?

K dnešnímu dni 199. ●