

## **Příběh 1.**

Naše centrum telefonicky kontaktovala matka třináctileté Veroniky a žádala o pomoc jak pro sebe, tak pro dceru, u které si všimla řezných ran na rukou, stehnech a nártích. Veronika se jí přiznala, že se sebepoškozuje již více jak rok, trpí úzkostmi a depresemi, přestává mít vše pod kontrolou, a vnímá, že se pro ni sebepoškození stalo jistou formou závislosti. Matka o ni má strach a dává si za vinu, že vše nezjistila dříve a nezasáhla. Obě byly pozvány na úvodní konzultaci, kde byla situace zmapována jak z pohledu matky, tak dcery, a to jak individuálně, tak i při společné části konzultace. Matka Veroniku popisuje jako bezproblémovou šikovnou slečnu, která dobře vychází i se svým mladším bratrem. O to víc ji překvapilo, když zjistila, že se dcera dlouhodobě trápí, navenek nebylo nic poznat, dcera byla dle matky vždy spíše uzavřenější povahy. Snažila se u dcery zjistit, co je důvodem zmíněných potíží, ale ta se jí svěřovat nechtěla. Je však motivovaná pro psychologickou pomoc, bude to pro ni první zkušenost. Matka přemýšlí, zda trápení nemůže souviset nejen s dospíváním, ale i s rozvedem, který si děti zažily před třemi lety a který dle matky tehdy zvládly až překvapivě dobře. Matka je má od té doby ve své péči, s otcem se vídají dvakrát do měsíce o víkendech. Po úvodním sezení začala Veronika po souhlasu obou rodičů docházet pravidelně k dětské psycholožce, se kterou velmi rychle navázala vzájemnou důvěru. Postupně byla čím dál více otevřenější, začala mluvit o svých aktuálních i minulých prožitcích, uvědomovat si své potřeby a využívat na sezeních čas a prostor k tomu, co potřebuje. Souběžně probíhala práce na rozpoznávání a zvládání emocí (smutek, strach, vztek, úzkost apod.), posílení zdrojů a vrstevnické vztahové sítě a zmírnění sebepoškození, kde si Veronika osvojovala nové copingové strategie, jak zvládat zátěžové situace. Brzy byla schopna identifikovat, že za sebepoškozením, úzkostmi a depresemi stojí nejen trápení související s dospíváním a uvědoměním své bisexuální orientace, ale zejména nezpracování rozvodu rodičů. Popisovala, jak jsou mezi rodiči doted' konflikty, kterým je Veronika již od období rozvodu prostředníkem a jak se po celou dobu stará o bratra, kterého před vlivem rodičovských rozporů chrání, aby prý aspoň jeden z nich tím nebyl tak moc poznamenán. Popisuje rozdílné povahy, výchovný přístup i prostředí u obou rodičů, stálé napětí mezi nimi, nové partnery i nároky, které na sebe ze všech stran vnímá. V průběhu spolupráce Veronice přineslo úlevu nejen osvojení fungujících copingových strategií a kladně přijatý coming-out o své sexuální orientaci mezi blízkými a kamarády, ale zejména zapojení obou rodičů do spolupráce formou společných sezení. Tato spolupráce byla velmi plodná, a přinesla jak zlepšení vztahu a komunikace mezi rodiči a u dcery sejmutí břemene týkajícího se nadměrné starosti o bratra, tak zejména zklidnění rodinného prostředí a posílení vztahu dcery k oběma rodičům, se kterými nyní opět ráda tráví čas. Rodičům se daří mnohem lépe vzájemně domlouvat, podporovat se ve svých rodičovských rolích, naladovat se na potřeby svých dětí a vytvářet jim v obou domovech bezpečné a stabilní místo k jejich zdravému vývoji. Sebepoškození i nepříjemné emoční stavy v průběhu spolupráce u Veroniky zcela vymizely a celá rodina na společné závěrečné konzultaci hodnotila pokroky a zlepšení ve všech dříve problémových oblastech. Spolupráce byla již ukončena, ale všichni členové rodiny mají možnost nás v budoucnu v případě potřeby kdykoli kontaktovat.