Supervize psychoterapeutů migrantů a uprchlíků.

Ing. Věra Roubalová Kostlánová

Klíčová slova: supervize, psychoterapeut, migrant, uprchlík, odpovědnost

Můj příspěvek pojednává o takovýchto terapeutech, kteří jsou sami migranti. Chci představit půvaby, specifika i problémy supervize psychoterapeutů pracujících s migranty a uprchlíky. Jak se superviduje práce terapeutů, kteří jsou sami migranti? Jaký je přesah této supervizní práce do společnosti a jaký má vliv společenské klima na tuto práci.

Jak vznikl TEP – Terapie příchozích

Před více než deseti lety jsem začala v o. s. InBáze Berkat pracovat jako psychoterapeutka s uprchlíky a migranty. Asi před čtyřmi lety bylo znát, že tuto službu bude potřeba rozšířit. Stále se zvyšoval počet uprchlíků a migrantů, kteří měli o tuto službu zájem. Mnoho uprchlíků a migrantů se potřebovalo obrátit s důvěrou na někoho, kdo by chápal jejich problémy a jako psychoterapeut by se jim uměl věnovat jejich rodných jazycích.

Proto jsem asi před čtyřmi roky založila v rámci InBáze skupinu terapeutů, kteří mají zájem o tuto specifickou skupinu klientů. Každý z těchto terapeutů při svém zaměstnání bezplatně pracuje s několika uprchlíky či migranty, v jazycích, které sami ovládají. Tuto skupinu jsem nazvala TEP (terapie příchozích). Na webových stránkách http://www.inbaze.cz/inbaze-praha/psychoterapeuticke-poradenstvi/ mají terapeuti svoje medailonky prezentované i v jazycích, kterými disponují. Uprchlíci a migranti si mohou terapeuta vybrat a oslovit jej po e-mailu. Někteří se spojí se mnou a já jim terapeuta doporučím.

Terapeuti TEPu se schází každé dva měsíce na intervizi. Toto setkávání je důležité jak pro sdílení kazuistik, tak pro předávání profesních specifických zkušeností. Důležité je ale i pro vzájemnou podporu, pro to, že si, například, můžeme sdělovat dopady společenské atmosféry, která se v poslední době stala až agresivně xenofobní.

Terapeuti mají dobrovolnickou smlouvu s o. s. InBáze. O tuto spolupráci mělo celkem zájem přes dvacet terapeutů. V současnosti je na webu 10 medailonků.

Při vedení TEPu byla pro mě zásadní a nezbytná supervize terapeutů a jejich psychoterapeutický výcvik. Někteří terapeuti mají supervizi v zaměstnání, jiní v rámci dokončovaného výcviku, jiní chodí na individuální či skupinovou supervizi ke mně. Při

supervizi probíráme někdy velmi specifické a odlišné problémy uprchlíků a migrantů. Pro terapeuty není snadné vnímat a respektovat odlišné tradice, kulturu, náboženství, zvyky. Není pro ně také někdy snadné unést těžké uprchlické osudy a traumata. Při individuální supervizi se mi například jedna terapeutka - Češka - svěřila, jak pro ni bylo těžké sdílet s uprchlíkem jeho traumatický příběh. Objevilo se jí její vlastní rodinné téma, trauma holocaustu. Byla ráda, že se mnou mohla tyto pocity sdílet.

Specifická skupina terapeutů jsou ti, kteří jsou sami migranty. Chci se s vámi podělit s osudy a historií tří z těchto terapeutů. S každým zvlášť jsem udělala rozhovor pro tuto naši konferenci. K tomuto sdělení mám od nich souhlas. Uvědomuji si, že v jejich případě jsem někdy, jako supervizorka, překročila terapeutické hranice. I oni překročili reálné hranice. Nejzajímavější u nich bylo, jak se projevují jejich specifické, osobní, niterné, kulturní vlivy.

1/ Psycholožka M

Pochází z jihu bývalého SSSR. Psychologii vystudovala v Petěrburgu, po škole pracovala jako personalistika. V České republice toužila stát se psychoterapeutkou, ale neměla peníze na výcvik, snažila se ušetřit si na něj. V té době pracovala celé dny v obchodě a přednášela psychologii ruským studentům. Seznámily jsme se v InBázi, kde se velmi dobře zapojovala v multikulturních ženských klubových skupinách. Chtěla začít pracovat v TEPu, imponovala mi její velká energie, zájem, jiná mentalita. Do začátku jsme se dohodly, že začne pracovat v TEPu pod mojí supervizí a že co nejdříve začne s psychoterapeutickým výcvikem. Pracovala v ruštině, češtině a ve svém rodném jazyce.

Při supervizi s ní jsem cítila velkou odpovědnost. I ona si začala uvědomovat, že při práci s klienty u sebe vnímá podobnost existenčních problémů, ale i osamělost a stesk. Jak říkala, měla „ostré období“, kdy jí připadalo, že je často v horších situacích, než klienti, s nimiž pracovala. V té době jí zemřela maminka a ona neměla peníze na velmi drahou letenku, ani na pohřeb. Velice těžce nesla obtížnou situaci své rodiny v rodné zemi. Začala mít psychosomatické problémy, šla a stále absolvuje individuální psychoterapii.

Při supervizích často pracovala na oddělování svých emocí a starostí od těch klientových. Měla poctivou snahu se profesionalizovat a postupně se jí to dařilo. K oddálení se od klienta jí pomáhaly i moje obrázky, schémata.

Na otázku, zda vnímá nepřátelství vůči cizincům, muslimům, uprchlíkům, odpověděla nejdříve, že jej necítí, ale pak přiznala, že si jej nechce připustit. Pochází z muslimské rodiny, ale říká, že osobně nepatří k žádné religii, že chce být evropská.

Nyní je ve 4. ročníku psychoterapeutického výcviku, v rámci něhož má i supervizi. Hodně se vzdělává, čte odborné knihy, zdokonaluje se v češtině, doporučila jsem jí i logopeda, aby se zbavila svého přízvuku.

2/ Psycholog V

Je mu 56 let a pochází z centrální Ukrajiny. Zájem o práci v TEPu projevil na jaře 2014. Na Ukrajině byl soudním expertem a profesorem psychologie. Jeho cílem bylo naučit se česky, začít odborně pracovat a vzít do Čech svoji rodinu. Při prvním setkání vypadal pohuble, unaveně. Vzala jsem jej sebou do jedné pražské nemocnice, kam jsem docházela za Ukrajinci raněnými na Majdanu. Ty přijala naše vláda v rámci programu MEDEVAC do lékařské péče. Psycholog V se tam výborně osvědčil. Na intervizi jsme jej společně přijali do TEPu. Začátky pro něho nebyly lehké, těžko se s kolegy domlouval česky. V té době pracoval, kde se dalo, myl nádobí, uklízel, měl poradenství v ruštině po skypu.

Když začal pracovat v TEPu, při supervizích mluvil o klientech empaticky. Když jsem se jej ptala, co by potřeboval on, co cítí při práci s klienty, nechtěl o sobě hovořit. Postupně jsme společně došli k tomu, že se brání sdílet své pocity. Nevědomky se nechtěl vracet k sobě, ke své momentálně ponižující situaci, ke svému strachu o rodinu, k obavám, zda bude na Ukrajině pokračovat válka. Byl překvapen, když jsem mu řekla, že mám podobné zkušenosti s obranou proti emocím při své práci s přeživšími holocaust. Přeživší si, hlavně v první generaci, „vybudovali“ hradbu proti svým emocím. Díky tomu mohli přežít hrůzy spojené s holocaustem.

Při supervizích jsme se postupně také věnovali jeho pocitům viny. Pracoval například s klientem, který se účastnil Majdanu. Řekl mi, že již v době, kdy jsme spolu chodili za Ukrajinci do nemocnice, si kompenzoval pocity viny. I později se při supervizi se mnou podělil o podobné pocity. Po Majdanu se lidé starší padesáti let hlásili do armády dobrovolně. Jeho šéf se přihlásil a zahynul.

Na moji otázku odpověděl, že atmosféru nenávisti v ČR osobně necítí, ale udivilo jej, když od českého klienta slyšel obavy z toho, aby uprchlíci neohrozili naši kulturu.

Když jsem se jej ptala, proč vlastně chtěl vstoupit do TEPu, řekl, že hlavně proto, aby měl možnost stýkat se s českými terapeuty a hledat možnosti profesního růstu. Měl mnoho let praxe v psychologii, ale bylo jasné, že musí vstoupit do psychoterapeutického výcviku.

V současnosti mluví slušně česky, začal výcvik, má klienty i po internetu a druhou kvalifikovanou práci (pracovní testy v ruštině na internetu). Plánuje přivést do Čech svoji rodinu. Pomáhá mu i taneční terapie.

3/ Psycholožka A

Pochází z Běloruska a v Praze vystudovala jednooborovou psychologii. Ke konci studií hledala možnosti praxe a odborných kontaktů i mimo vzdělávací instituce. Seznámily jsme se v InBázi přes ženské multikulturní skupiny, do kterých se velmi dobře zapojovala. Litovala, že o těchto skupinách nevěděla dříve. V době studií se cítila osaměle a měla, jak říká „migrantskou depresi“. V době našeho seznámení byla v prvním ročníku psychoterapeutického výcviku a chtěla začít pracovat dobrovolnicky v TEPu.

Kromě angličtiny, ruštiny a běloruštiny mluví výborně česky a tak v TEPu objevila dobrou společnost terapeutů, kterou jak říká, potřebovala.

Se mnou poprvé zažívala supervizi klientů TEPu. Uměla dobře oddělit svoje témata, která byla podobná těm klientským. Velmi jí například bavila terapie s jednou klientkou z Afriky. Neklidná byla z toho, když některý klient přestal na terapii chodit. Potřebovala podpořit v tom, že jako začínající terapeutka může mít nejistotu a přinášet jí do supervize. Že je dobře, že má na sebe velké nároky, ale že je potřeba si hlídat i hranice své spokojenosti.

Při otázce na diskriminaci v Čechách řekla, že ona ji necítí, protože lidé jí berou jako Slovenku. U klientů však vnímá během uprchlické krize stoupající úzkost a nebezpečí chaosu, který šíří naše média.

Dnes je psycholožka A ve 3. ročníku výcviku. Jako terapeutka TEPu pracuje výborně, stále se vzdělává, má na sebe velké nároky. Je zaměstnaná na půl úvazku jako psycholožka pro rodiny uprchlíků a migrantů v InBázi.

Jak já vidím supervizi terapeutů, kteří jsou sami migranty.

1) Uvědomuji si, že supervize je pro ně něco nového a že pro sebe její možnosti objevují.

2) Vím a do supervize přináším, kolik společných témat mají terapeuti s klienty a jak je pro ně potřebné i těžké se od nich oddělit (časté nepřijetí, osamělost, velké sociální starosti, problémy s prací, pobytem, s penězi, neperspektivní situace v jejich zemi původu, velké starosti o svoji původní rodinu i ostatní témata emigrace).

3) Potřebují povzbuzení a přijetí mezi kolegy. Potřebují profesní uplatnění a ocenění i obyčejné lidské kontakty.

4) Pro klienty jsou důležití právě onou znalostí migrantských zkušeností a často i znalostí jejich rodného jazyka.

5) Vím, že pro začátek jsem u těchto terapeutů měla dvě role. Vedla jsem TEP a zároveň jim dělala supervizi. Ale pomohla jsem při rozběhu, předávala jsem jim své zkušenosti. Nyní již prodělávají tito terapeuti výcviky a supervizi mají tam. Na společných intervizních setkáních TEPu si vzájemně s kolegy předáváme svoje zkušenosti.

6) Uvědomuji si, že s těmito terapeuty mám vztah důvěry, ale ze začátku i závislosti. Proto je potřeba podporovat tyto terapeuty v růstu a tuto počáteční závislost nechat přerůst do důstojného partnerského a kolegiálního vztahu.