

VHT – VIDEO HOME TRAINING

Sva študentki četrtega letnika Visoke šole za socialno delo. Jeseni leta 1998 sva se udeležili trimesečnega seminarja v Nijmegnu na Nizozemskem. Bilo nas je petindvajset študentov iz različnih držav (Južna Afrika, Rusija, Danska, Nemčija, Švedska in Slovenija). Naslov seminarja je bil *Social Creative Arts course*. Pri nas bi temu rekli socialno kulturno delo. Ko sva se udeležili trimesečnega seminarja, sva vedeli le to, da je poudarek na videotehniki. Pred tem je bila videotecnika za naju dokaj tuj medij in prav zaradi tega sva odločili, da se podava novim dogodivščinam naproti. V začetku se nama je ob besedi kamera vzbudil neprijeten občutek, ki pa je sedaj, kot vidiva, izhajal iz nepoznavanja tega medija.

Rdeča nit celotnega seminarja je bila uporaba video kamere, ki nam je služila kot osnovno orodje pri vsem našem delu. Naši glavni predmeti so bili metode, kjer smo se učili o VHT, drama, ples in PBL (*Problem Based Learning*, to je, način reševanja problemov). Naučili smo se veliko novih stvari in v tem članku vam bova povedali nekaj več o zadevi, ki se ji reče »Video Home Training«.

VIDEO HOME TRAINING

Ta metoda se je razvila okoli leta 1980 na Nizozemskem. Usmerjena je na družino, se ne osredotoča na problem, ampak poskuša dati družini perspektivo in ji pomaga razviti manjkajoče starševske spretnosti. Družinsko interakcijo sistematično posnamemo na video kaseto in se pri analizi skupaj z družino osredotočimo na pozitivni *feedback* družini.

PREDSTAVITEV

Metoda je namenjena zlasti družinam z mnogimi problemi, kot so vzgojne veščine, socialni in razvojni problemi otrok itn. Ljudje nimamo vzgojnih spretnosti po naravi, ampak jih moramo razviti. Razvoj vzgojnih spretnosti pa je odvisen od dobrih ali slabih izkušenj, ki smo jih dobili v otroštvu od svojih staršev. Namen VHT ni dati vpogleda v to, kar je slabo, ampak ponuditi pozitivno alternativo za izboljšanje vzgojnih veščin. Skoz zgodovino se je vloga staršev močno spremenila. Ena izmed sprememb je tudi zmanjšanje avtoritete staršev in zvečanje avtoritete strokovnjakov in institucij. Posledica tega je, da inštitucije, sicer z dobrim namenom, prevzamejo skrb za otroke, za katere starši ne znajo poskrbeti, in jih večkrat odvzamejo družini. Metoda VHT ponuja boljše možnost. Pomoč mora biti osredotočena na aktiviranje družinske moči in ne na to, česa družina ne zmore. Torej, pomoč mora potekati znotraj družine in s čim manjšimi posegi v njeno naravno okolje.

TEORETSKA OSNOVA VHT

VHT temelji na več teorijah: humanistični etologiji, psihiatriji, razvojni psihologiji, pedagogiki itn., ki je vsaka na svoj način dala svoj prispevek k razvoju VHT. Ugotovili so, da je video kamera zelo dober pripomoček pri proučevanju socialnega vedenja staršev in otrok, komunikacije med družinskimi člani, spontanega kontakta med staršem in otrokom, saj je kamera medij, ki omogoča družini boljši vpogled v njeno delovanje. Pri teoretskem učenju o VHT smo se najbolj opirali na komunikacijsko

teorijo, kjer smo se osredotočili na vsebino odnosa, metakomunikacijo, simetrični ali nesimetrični odnos, paradoks, posebno pozornost pa smo namenili tudi prepoznavanju neverbalne komunikacije. Ukvarjali smo se s pojmi: udeležiti se, poslušati in razumeti.

Prijem VHT temelji na principu dobre komunikacije. Kontakt z drugimi je bistven za razvoj človeka. V družini otroci vedno dajejo iniciative, tudi če starši njihovih iniciativ ne razumejo oziroma jih ne sprejmejo. VHT poskuša starše naučiti principe dobre komunikacije, tudi s prikazom video-posnetkov družin, ki imajo dobro komunikacijo.

PRINCIPI DOBRE KOMUNIKACIJE

Namenjanje pozornosti in očesni kontakt. Namenjanje pozornosti pomeni, da se z govorico telesa, obraza, očesnim kontaktom, tonom glasu pozitivno obračamo k otroku.

Potrjevanje. Pozitivno podpreti otrokovo dejavnost z namenom pritegniti otrokovo pozornost. Spet je pomembna govorica telesa, obraza itn.

Sprejemanje. Pozitivno pritrdjevanje otrokovim iniciativam. Npr. reči da, ponavljanje otrokovih izjav, posnemanje dojenčkovih glasov in podobno.

Pozitivno vodenje. Opogumljanje, vodstvo in dajanje občutka varnosti otroku.

Enakomerna porazdelitev pozornosti. V družini mora biti zagotovljeno, da je pozornost enakomerno porazdeljena med vsemi družinskimi člani.

Reševanje konfliktov, pogajanje. Dovoliti otrokom, da izrazijo svoje mnenje in pomagati jim pogajati se, ko pride do konflikta.

Analiza posnetkov pokaže pozitivno komunikacijo med staršem in otrokom. Video staršem jasno pokaže, kaj njihovi otroci želijo in kako se oni odzivajo na njihove želje v vsakdanjem življenju. Staršem se ni se treba več zanašati na svoja predvidevanja in mnenje strokovnjaka, saj lahko sami vidijo izboljšanje svoje komunikacije z otrokom med primerjanjem zgodnejših in poznejših posnetkov. Novejše posnetke

lahko uporabijo kot nov korak v izboljšanju svoje komunikacije, ker lahko iz posnetkov razberejo, kje imajo dober stik s otrokom. Principi dobre komunikacije pa niso pomembni samo za starše, pač pa jih lahko uporabljamo v vsej naši komunikaciji. Iz metode VHT, ki je namenjena družinam, se je razvila nova metoda *Video interaction guidance*, kar pomeni snemanje interakcije tudi drugih situacij, npr. med otrokom in vzgojiteljem, socialnim delavcem in klientom, v psihiatričnih ustanovah, timskem delu, povsod, kjer nam kamera omogoči boljši pogled v komunikacijo in njeno izboljšanje.

Obraz in telo sta zelo komunikativna, celo v tišini je lahko atmosfera prenapolnjena s sporočili. Za prepoznavanje verbalne in neverbalne komunikacije so pomembne zlasti tri spretnosti: posvečanje pozornosti klientu, poslušanje in razumevanje njegovega sporočila. Razumeti moramo klientovo verbalno in neverbalno sporočilo v kontekstu dane situacije. Pozorni moramo biti na telesno vedenje, obrazne izraze, ton glasu, fizično pojavo in splošno pojavnost. Klient v sporočilu govori o svojih izkušnjah, obnašanju in čustvih. Za strokovnjaka je pomembno, da poskuša odkriti elemente njegovega sporočila in jih razumeti. Razumevanje sporočila pomeni, da to, kar slišimo, preverimo pri klientu: »Slišim, kaj mi praviš. Ali slišim prav?« Torej, četudi znamo ponoviti besede človeka, ki smo ga poslušali, to še ne pomeni, da smo razumeli njegovo sporočilo. Bolj pomembno kot fizično poslušanje, je poslušanje, kjer smo prisotni psihološko, socialno in čustveno, saj lahko le tako razberemo pravo sporočilo, ki nam ga klient pripoveduje. Včasih klienti ne govorijo tistega, kar mislijo ali čutijo, kar se vidi v njihovem neverbalnem vedenju. Pri analizi verbalnega in neverbalnega sporočila pa ne smemo pozabiti na celosten kontekst klientovega sporočila.

O VHT smo se učili pri predmetu »metode«, ki ga je vodil prof. Cor van den Berg (teoretska podlaga VHT) in pri predmetu

AVE - *Audio Video Equipment* (praktična uporaba kamere). Najpomembnejši tehnični napotek pri uporabi kamere je, da mora kamera pri snemanju družinskih situacij stati ves čas na stativu, brez premikanja. To je pomembno za objektivni posnetek družinske situacije, saj se tako izognemo osebnim interpretacijam osebe, ki snema (npr. izbiranje prizorov, zoomiranje itn.).

Spominjam se našega prvega snemanja. Cor van den Berg, ki nas je poučeval metode, je pripravil kamero, jo postavil na stativ in vklopil. Ko smo zagledali ta zlovešči pripomoček, pred katerim ne moreš ničesar skriti, nas je zgrabila panika. Naša naloga je bila, da se vsakdo predstavi s pomočjo svoje risbe, pove nekaj o sebi in svoji deželi. Verjetno nam je bilo vsem neprijetno, da smo morali govoriti, takrat še pred štiriindvajsetimi neznanimi študenti, poleg tega pa je vse zabeležila kamera. Zgodbe mojih sošolk in enega sošolca so bile vse zelo zanimive, tako da sem prav kmalu pozabila, da nas snema. Ob koncu ure je Cor izključil kamero in povedal, da bo do naslednjic izbral določene posnetke, ki si jih bomo skupaj ogledali. Naslednja ura, skupno gledanje posnetkov, je bila zame prava mora, saj sem bila na izbranih posnetkih tudi sama. Naša naloga je bila, da analiziramo neverbalno komunikacijo in skupinsko dinamiko ljudi na posnetku. Cor je sliko ustavil. V prvem prizoru sva se z zanimanjem pogovarjali sošolka Ulrika in jaz. Tiščali sva skupaj glavi in se sproščeno hihitali. Ob meni je sedela druga sošolka Sabine in se trudila z nama navezati stik, saj je ves čas gledala proti nama in dajala iniciative, vendar je nisva opazili. Na trenutke, ko je Sabine poskušala z nama navezati stik, nas je Cor opozoril in ustavil sliko, ki je jasno pokazala najino zavračanje sošolke Sabine. Počutila sem se grozno, razgaljeno, saj nisem mogla skriti, da mi Sabine ni najbolj simpatična. Tega se tedaj nisem zavedala, vendar je kamera jasno pokazala. Skupinska dinamika je bila med nami zelo zanimiva. Vsi smo se spoznavali, tipali. In sedaj mi je jasno, kako pomemben je prvi vtis. Že na prvem snemanju so prišle na dan nekatere stvari, ki so se pozneje izkazale za resnične. Z Ulriko sva še sedaj zelo dobri prijateljici,

s Sabine pa se nikoli nisva zelo zblížali.

Ustavili smo se pri naslednjem posnetku, ki je prikazoval sošolko Bodil iz Ugande, ki je pripovedovala svojo zgodbo, Ulriko, ki je gledala Bodil, in mene, ki sem gledala stran. Publika je sklepala, da me njena zgodba ni zanimala. Vendar se jasno spomnim, da me je prav njena zgodba najbolj zanimala, saj je bila drugačna in pretresljiva. Ob kritiki, da me zgodba ni zanimala, sem se počutila nemočno in jezno, saj mi ni bilo všeč, da drugi bolje vedo, kaj sem mislila in čutila v tistem trenutku. Poleg tega je nekdo izjavil, da vedenje Bodil izraža njeno željo po obvladovanju drugih. Vsi analizirani smo bili prizadeti. Tukaj je Cor analizo ustavil in rekel, da smo zašli, saj namen analize ni psihologiziranje in analiza osebnosti. Poudaril je, da je ključni element pri analizi neverbalne komunikacije to, da moramo vedno preveriti svoja opažanja pri analizirani osebi, poleg tega pa moramo biti pozorni, da damo pozitivni *feedback*. Vendar se mi zdi zelo pomembno, da nam je naš učitelj dopustil brez vnaprejšnjih napotkov, da smo analizirali, kot se je nam zdelo prav. S tem nam je omogočil, da smo dobili izkušnjo, kaj lahko povzroči napačna analiza, in da lahko napačna uporaba kamere naredi več škode kot koristi. Analiza neverbalne komunikacije mora analiziranemu omogočiti občutek varnosti. Tisti, ki analizira, mora analizanta postopoma pripeljati do lastnega razumevanja svoje komunikacije. Cor nam je mojstrsko pokazal, da je lahko analiza zelo učinkovita. Pri tem se spomnim njegove analize moje neverbalne komunikacije. Poudaril je pozitivne elemente in mi z vprašanji omogočil, da sem bolje razumela svoj način komunikacije, ki se ga prej nisem zavedala.

Na njegovih urah smo vse bolj spoznavali postopek analize in svoja opažanja zapisovali v tako imenovani *Log-book*. To je bil nekakšen dnevnik, v katerega smo zapisovali stvari, ki smo se jih naučili, občutke in dvome v povezavi z novo pridobljenim znanjem. O svojih zapiskih smo se pogovarjali v manjših skupinah.

Po nekaj tednih, ko smo se naučili uporabljati kamero, smo morali posneti različne situacije (igro vlog družinske situacije,

skupinsko delo, socialno delavske situacije, izkušnje iz prakse socialnega dela itn.), ki smo jih pozneje sami analizirali.

POSTOPEK VHT

INTAKE-TALK

Prvi stik z družino je tako imenovan *intake-talk*. To je prvo srečanje, pri katerem *video home trainer* upošteva zakonitosti prvega pogovora z družino. Pogovarjajo se o sami metodi in kaj je njen namen. *Video home trainer* pove, da bodo srečanja potekala enkrat tedensko, od najmanj enega do največ šest mesecev. *Video home trainer* bo posnel vsakdanje situacije v domačem okolju (kosilo, večerja, igra). Snemanje družinske situacije traja približno 10 minut. Kamera objektivno pokaže komunikacijo v družini. Posnetki so last družine (upoštevanje etičnega načela zaupnosti). Samo s privoljenjem družine lahko začnemo *video home training*.

SNEMANJE DRUŽINSKE SITUACIJE

Video-home trainer pride v družino in posname neko vsakdanjo situacijo. Kamera stoji na stativu, na istem mestu, zato da se izognemo interpretaciji osebe za kamero. *Video home trainer* se lahko udeleži družinske situacije, lahko pa samo stoji za kamero.

EDITIRANJE POSNETKOV DRUŽINSKE SITUACIJE

Video home trainer uredi posnetke in izbere prizore, ki jih bo pokazal družini.

ANALIZA PRVEGA POSNETKA DRUŽINSKE SITUACIJE SKUPAJ Z DRUŽINO

Gledanje in analiza izbranih posnetkov, skupaj z družino. Ti prizori so izbrani tako, da omogočajo pozitivni *feedback*, dajejo podporo družini. opozarjajo na trenutke, ko imajo družinski člani med sabo dober

kontakt. Tako se zavejo stvari, ki jih delajo dobro. *Video home trainer* mora ves čas spraševati in vabiti družinske člane, da skupaj analizirajo posnetke.

SNEMANJE ANALIZE PRVEGA POSNETKA DRUŽINSKE SITUACIJE SKUPAJ Z DRUŽINO

Video home trainer posname analizo posnetkov družinske situacije. Analiza se poglablja na istem, prvem posnetku.

DRUGO EDITIRANJE POSNETKA ANALIZE

Video home trainer spet uredi posnetke drugega snemanja in jih pokaže družini.

Proces se tukaj ne konča, ampak se ponovno začne s snemanjem nove družinske situacije, in omogoča objektivno videnje napredka, ki ga družina doseže skozi proces VHT.

*

Delo na VHT se nama zdi zelo zahtevno. To smo izkusili na lastni koži, ko smo morali odkrivati elemente v komunikaciji in dajati pozitivni *feedback*, ki omogoča spremembo, saj starši jasno vidijo, kaj morajo storiti za boljši odnos s svojimi otroci. Pojavil pa se nam je nov dvom; kaj storiti z negativnim in ali pozitivni *feedback* pomeni, da zanikamo negativno v družini. VHT mora upoštevati negativno, mora imeti celovit vpogled v družino, vendar pa družini pomaga, jo opolnomoči, tako da ji da pozitivni *feedback*.

Pri gledanju realnega družinskega posnetka smo videli, kako pozitivni *feedback* dejansko prinese spremembe.

Mati samohranilka je imela dva sina. Starejši sin je bil lažje duševno prizadet, imel je probleme z motoričnimi spretnostmi. Mati ni našla stika s sinom, zato je razmišljala, da bi ga dala v zavod. VHT je prišel v družino in posnel prvo družinsko situacijo družino pri zajtrku. Mati je pripravljala zajtrk, starejši sin pa je našel budilko in se začel z zanimanjem igrati. S kričanjem in z

zvonjenjem budilke je poskušal pritegniti pozornost mame, ki pa se na njegovo situiranje ni zmenila. Sin je postal še bolj neučakan, mati pa še bolj živčna. Potem je pogledala, kaj ji poskuša povedati, in sin je prenehal kričati in videti je bil zelo zadovoljen. VHT je ta prizor izbral in ji ga naslednjič pokazal. Mati je lahko videla, kje ima s sinom dober stik, in razumela, da je bilo kričanje samo sinov poskus dialoga z njo. Pred tem ni bila pozorna na sinove iniciative. Gledali smo zadnji posnetek družinske situacije po nekaj mesecih. Vsi smo videli razliko v odnosu med materjo in sinom – na posnetku se je mati igrala s sinom s kockami in mu naklanjala veliko pozornosti. Čeprav je govoril nerazumljivo, je bilo videti, da ve, kaj ji hoče povedati. Pomemben pa je bil stik med materjo in sinom, saj je mati s pomočjo posnetkov spoznala, kaj ji sin s svojim načinom komunikacije, ki je pred tem ni razumela, poskuša povedati.

Pojavil pa se nam je nov dvom. Dvomili smo, ali lahko kamera res prikaže dejansko družinsko situacijo, saj se lahko klientova komunikacija zaradi prisotnosti kamere spremeni. Pri tem se spomnim na naš proces navajanja na kamero. Od začetka nam je bilo neprijetno, vendar smo se na kamero zelo hitro privadili in na koncu je nismo niti opazili več. Tudi kliente se postopoma navaja na kamero. Od začetka je lahko njihova komunikacija nekoliko drugačna od običajne, vendar pa le težko prekrijemo svojo neverbalno komunikacijo, ki jo izražamo nezavedno, težko pa se tudi upremo vsakdanjemu družinskemu scenariju, v katerega smo vpeti vsak dan. O tem smo se prepričali ob gledanju posnetkov resničnih družinskih situacij. Od začetka so vsi nekoliko zadržani, vendar kmalu ne morejo več nadzirati svojega obnašanja in dana situacija jih ponese v njihovo običajno družinsko situacijo. Otroci se zelo hitro navadijo na kamero in zato se obnašajo kot običajno, to pa onemogoča staršem, da bi imeli celotno kontrolo nad situacijo, saj obnašanja svojih otrok ne morejo vnaprej predvideti. Dober VHT vidi njihovo dejansko komunikacijo, saj družina delovati drugače kot zna, ne more, in prav VHT ji lahko pomaga, da razume svoje delovanje.

Kot vsaka metoda lahko ima tudi ta negativne učinke, ali pa jih nima učinkov, zato se nam je pojavilo novo vprašanje – kdaj uporabiti VHT in kdaj ne.

Prvo raziskavo, ki je ugotavljala uspešnost uporabe VHT, sta leta 1993 izvedla Bauman in van den Heide. Ugotovila sta, da je bila metoda VHT v 66% uspešna, v 5% neuspešna, v 25% pa ni bilo nobenih sprememb.

VHT ne uporabljamo v primeru zasvojenosti, nasilja, spolnih zlorab, travmatskih izkušenj, nesodelovanja itn. V teh primerih je potrebna predhodna terapija in šele nato uporaba VHT. Ali je metoda učinkovita, je odvisno od pripravljenosti družine in pa seveda od usposobljenosti izvajalca.

KAMERA KOT PRIPOMOČEK OZAVEŠČANJA (UPORABA PRI UČENJU)

Kamera je bila naš večni spremljevalec. Spremljala nas je tudi na tridnevnem jadranju. V drugi polovici seminarja, ko se je skupina že formulirala in smo se spoznali, smo šli na tridnevno jadranje po Wadden-zeec v Frieslandijo. Pluli smo med otoki. Dva tedna prej smo morali sami organizirati, koliko hrane bomo vzeli s sabo, kdo bo kuhal, kako bomo poskrbeli za nabavo, transport in pripravo hrane...

Jadrili smo z veliko barko za trideset ljudi. Na jadrnici so bili trije mornarji, tako da je morala biti na krovu ves čas vsaj tretjina skupine, da je pomagala mornarjem vleči vrvi, spuščati ali dvigati jadra itn. Imeli smo srečo, saj smo imeli po vsakodnevem deževju v preteklem mesecu zdaj lepo, sončno, a zelo mrzlo vreme.

Drugi dan po zajtrku, ko smo bili še zasidrani pri otoku Terschelling, smo imeli v podpalubju pouk. Cor nam je razlagal o Paolu Freiru in njegovi pedagogiki zatiranih. Govorili smo o zatiranih in tistih, ki zatirajo. Paolo Freire ni bil psihoanalitik, orientiran je bil tako na posameznika kot na družbo. Oba principa sta značilna zanj. Ni delal s standardiziranimi metodami, ampak kreativno, s čimer je stimuliral posameznika. Pravi, da se je treba odpreti za nove poskuse, perspektive, ustvarjalnost, iti

čez svoje fiksirane poglede. Vsak poklic ima svoj način dela s klienti. Moč vpliva na klienta. Freire pravi: »Če zatiraš, ustvariš zatirane. Zatirani utihnejo in inferiornost postane osebna, pride do kulture molčanja.« Freire se zavzema za princip emancipacije klienta z dialogom in akcijo. Bolje je spraševati klienta, kot mu dajati rešitve. Pravi, da je vsaka oseba unikat, zato je bolje delati skupaj s klientom kot po neki standardizirani metodi.

Pozneje smo poslušali pesem. Sting - *They dance alone* (plešejo same), pesem o vojni, ki jemlje sinove, može, ljubimce, o nesmislu vojne in o vrtečem krogu: sinovi-vojaki-sinovi.

Po predavanju in poslušanju glasbe smo dobili nalogo. Razdelili smo se v skupine po pet. Vsaka skupina je dobila video kamero. Šli smo na otok in smo morali posneti videospot na temo zatiranje. Šele ko smo pogledali skoz objektiv kamere, smo se zavedeli, koliko je pravzaprav zatiranja okoli nas. Posneli smo morje, ki so ga Nizozemci zatrli z osušitvijo, psa na vrvi, otroka, privezanega v vozičku, ograjeno in privezano drevo, viseče meso v mesnici, stolp, ki v simboličnem smislu rabi kontroli ljudi, in video končali s svečo, ki je v temnem prostoru v zamreženi svetilki gorela na steni vaške gostilne. Luč je ujeta v kletki, saj so bogovi kaznovali Prometejev poskus, prinesli ljudem luč in s tem spoznanje, ki bi odpravilo tudi zatiranje. Šlo je za dejansko doživetje, ujeti zatiranje na kamero, v vsakdanjem svetu, v naravi. Zvečer smo si ogledali vse spote in se nato pogovarjali o zatiranju. Za učenje in ozaveščanje se mi zdi kamera idealen pripomoček, saj je kot oko, s katerim vidiš stvari, ki jih z lastnimi ne opaziš. Učenje na podlagi lastne izkušnje se mi zdi veliko bolj učinkovito kot učenje iz tujih izkušenj in njihovih teoretskih konceptov.

Za konec bi še radi povedali, da imamo tudi na naši šoli kamere, ki čakajo na koga, ki jih bo koristno uporabil. Meniva, da bi bila uporaba kamere pri našem študiju zelo koristen pripomoček, saj bi jo uporabljali pri vajah in s tem bolje ozavestili določene teme, boljši vpogled pa bi dobili tudi v lastno komunikacijo.

Kamera je zgolj tehnični pripomoček, ki se ga lahko zelo hitro naučiš uporabljati. Velikokrat se stvar konča pri tehničnem vidiku. Pri uporabi kamere v delu z ljudmi pa se vse skupaj šele začne. Potrebna je veliko teoretskega znanja z različnih področjih in praktičnih izkušenj, da je kamera res učinkovito orodje.

Mojca Šolar
Mateja Rozman