Společně nad hladinu

Bc. Lenka Pethöová, DiS., Bc. Adéla Žočková
Prostor plus o.p.s.

Každé dno má jinou hloubku - otevření otázek pádu, přežívání a možnosti změny /aneb příběh káčkové zahrady

Co nás přivedlo na onu cestu?

- Frustrace z práce, z náročnosti dní, ve kterých se neděje nic jiného, zajímavého, co by jinak odlišovalo od klasického průběhu dní na káčku.
- Touha zažívat něco, z čeho vzejde zřetelný výsledek a my z toho budeme moci prožívat radost.
- Přemýšlení o tom, jak se zkušenostmi s náročností práce v nízkoprahu naložit v kontextu s riziky vyhoření nás pracovníků.
- Chuť zprostředkovat klientům jinou náplň času, protože... potloukání se po Kolíně, shánění látek a peněz na ně, fárání, potyčky mezi sebou, případně s policií apod ...

  Tohle jsme cítily, zažívaly, takhle jsme o tom uvažovaly... A pak přišel zlom po jednom dni na káčku.

- Na mysl nám přišlo, že větší kontakt s přírodou je pro nás ozdravný - mohlo by to fungovat i tady?



Realita práce v nízkoprahu

- Co je nutné? Bytí neustále ve střehu, připravenost na akci - od první pomoci přes distribuování informací, kontakt s dalšími institucemi, řešení konfliktů.
- Krizové situace a momenty, neustálá konfrontace s vlastními hranicemi a hranicemi služby.
- Přehlcení podněty, situacemi, lidmi, emocemi, rozdělení/roztříštění pozornosti mezi veškeré dění.
- Vztahová přítomnost a hluboký zájem o klienty, práce se svými i cizími emocemi.
- Neustálé budování vztahu a bytí v něm kontinuálně i přes potíž.
- Dávání všanc sebe - svého zájmu, své energie, svého prožívání.
- Kontrola sebe sama - svého prožívání, zpytování svědomí, a konání - bylo to správně?
- Práce na sobě, nároky na sebe - vzdělávání, terapie, snaha o dobré zdrojování.
- lítost a empatie, zpracovávání špatných zpráv, provázení a to i paliativní - přítomnost smrti, nezdaru, “házení hrachu o stěnu”, přítomnost v rozhodnutích se kterými nesouhlasíme a nejsou v souladu s našimi hodnotami, narážení na systém a na malé příležitosti.
- Stres, úzkost, strach, bezútěšnost.
- Práce v týmu, kontejnování mimopracovních životů které vstupují do pracovního kontextu.
- Neustálá orientace v chaosu.
- Časté upozaďování vlastních potřeb a konfrontace sebe sama s tím co vlastně opravdu potřebujeme.
- Zrcadlení na bázi zrcadlových neuronů - volba empatie nebo disociace?
- Náročnost opečování se - práce je často podhodnocená a existenčně náročná i pro samotné pracovníky.



Co se zračilo v zahradě...

- Možnost se nadechnout, zbavit se tlaku, zklidnit myšlenky, vnímat všemi smysly...
- Používat tělo jinak než jsme zvyklí, soustředit se na činnost v reálném čase...
- Prostor pro přípravu a očekávání, bez tlaku na výkon a úspěch, důvěra v proces a samospád dění.
- Naladit se na pomalé tempo běžné v přírodě a přizpůsobovat se ročnímu cyklu.
- Úleva pro tělo i mysl.
- Příležitost sdílet zodpovědnost za chod práce na zahradě s klienty.
- Zprostředkovat klientům možnost zažívat zplnomocnění.
- Společně nést důsledky rozhodování, která se na zahradě musí učinit - odlehčení pro pracovníky a empowerment pro klienty.
- Sdílení zkušeností a dovedností - učení od sebe navzájem.
- Tohle vše jsme chtěly zažít nejen my, ale chtěly jsme, aby tuto možnost měli i naši klienti.



Začátek cesty...

- A tak jsme se daly do práce..
- Komunikace s vedením a snaha o to získat povolení k realizaci - zahrada v majetku města x v pronájmu organizace - co s tím?
- Nároky na vybavení, obhajobu něčeho nového, prospěšnost pro zúčastněné.
- Nemáme ve zvyku se vzdávat, a proto pro nás bylo důležité přinést vlastní prožitky s přírodou i mezi klientstvo - zažívat alespoň občas společně něco kreativního, objevného a krásného.
- Obavy, jestli budou mít klienti opravdu zájem a budou docházet.
- Naše laická zkušenost se zahradničením - budeme schopní něco vypěstovat?
- Kdy? jak často? pravidla?


Vasa, univoženi











Jak jsme pluly časem...

- Období nadšení, motivace, snahy, radosti z práce.
- Všechno šlo dobře, hladce, byl zájem ze strany klientů.
- My prožívaly naplnění, smysl, propojení s klienty.
- “sluncem zalité”
- Podpora vzájemné radosti z udělané práce, sdílení této radosti s týmem i klienty (třeba skrze výpěstky nebo pobyt na zahradě).
- Pocity sounáležitosti a komunity.
- Hmatatelné výsledky.








































NAPOWIM
SUBSTRAT











Objevily se praskliny...

- Menší spolehlivost klientů.
- “Zneužívání” zahrady na přespávání klientů, nepořádek, znehodnocení plodin.
- Upadající motivace spojená s docházením na zahradu ze strany klientů, s péčí o plodiny.
- Zvyšující se frustrace z nutnosti držet kontrolu a komunikovat “od začátku” pravidla spojená s užíváním zahrady k práci.
- Přenesení zodpovědnosti za vzkvétání zahrady zpět pouze na pracovnice.
- Změna skladby klientů na KC.
- Zmizel pocit bezpečí a komunity na který jsme už byly zvyklé, vloudily se sem nešvary typické pro klasický chod KC a tedy frustrace s tím spojená.





Co z toho plyne?

- Děláme s lidmi, kteří jsou na dně a často nás to táhne ke dnu společně s nimi.
- Děláme těžkou práci, která může být nahlížena tak, že těžká není - může to vypadat tak, že jen podáváme věci, kecáme o tom, jak se klienti a klientky mají ale vkládáme do toho kus sebe a snažíme se přicházet s novými nápady na to, jak to dělat, aby to bylo pro klienty lepší a víc .... a to není nevyčerpatelné.
- Nese to krásné momenty plné hloubky a radosti ale nese to s sebou taky únavu a nemožnost udržovat zdravé návyky a zdrojování.
- Radost z přírody nám (dvěma) však zůstává, možná ji jen budeme muset přenést do svých osobních životů a Zahrada na Zahradní zůstane možností a případným potenciálem tohoto místa. Zasejeme na jaře?

Děkujeme za pozornost!