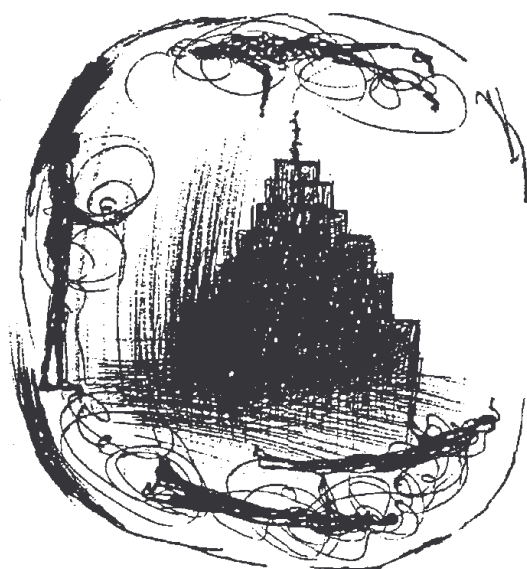


KONTTEXT

Časopis sekce rodinné terapie
Společnosti pro psychoterapii a rodinnou terapii
a
Institutu rodinné terapie
a systemických studií hl. m. Prahy



XI - 1 - 1995

VLADIMÍR NOVÁK,

jehož kresbou na obálce začínáme nejenom nový ročník KONTEXTU, ale také minigalerii původních výtvarných prací, věnovaných našemu časopisu, patří k lidem a malířům mně nejmilejším. Odborníci jej řadí mezi nejvýznamnější představitele generace mých vrstevníků. Ano - pohnutá sedmdesátá léta. Je spoluzakladatelem v roce 1988 vzniklém seskupení **12/15 Pozdě, ale přece**. Tvoří grafiky a kreslí půvabné ilustrace. Především však maluje velké - někdy monumentální - obrazy, plné naléhavého pohybování (nejen pohybu!). Z jejich nitra pryští mystická objektivita. Ostatně již názvy jeho obrazů inspirují; vybírám náhodně: "To, co je okolo", "Krajina z dětství", "Uvnitř", "Červený stín", "Tajný život", "Ó, matko", "Così ztajeného", "Pokus o únik", "Míjení", "Přerušení", "Něco v zádech"...

Co ještě dodat v krátkém úvodu ke třem otázkám, které jsem Vladimírovi Novákovi položil? Snad jen, abyste - až zhlédnete jeho jméno nad vchodem do galerií - vešli. Pak uvidíte: o to víc, o co více očí budete mít otevřených...

Začněme tedy první otázkou: Rodina - může to být téma pro malíře?

"Las Meninas" - Velasquezův portrét královské rodiny. Cit a porozumění - ve světle obrazu, v intimitě, která vytváří jakousi proniknutelnou hradbu. Rodiče v odlesku zrcadla - přítomní a nepřítomní, uzavírají kruh kolem infantek, tučného psa. V tomto obraze můžeme hledat stále. Podle mě nejkrásnější obraz rodiny.

Co si myslíte: jak a zda může při řešení problémů rodiny pomoci psychoterapie?

Jestliže jsme v krizi - a těch bývá dost - a nemáme-li odvalu ke komunikaci nebo k odchodu, co zbývá? Vrba neodpovídá. Bůh nám pomoz najít dobrého psychoterapeuta aby nám pomohl najít nás v nás, líp řečeno mne ve mně.

A kdybyste měl říci metaforu rodiny - své nebo rodiny vůbec. Co by to bylo?

Asi nejlepší přirovnání pro rodinu je ostrov. Já bych ji přirovnal k biliáru o čtyřech koulích (v mém případě). Má mantinely, přes které občas někdo přeletí. Pak je ho třeba zvednout a uvést znovu do hry. Podaří se to...

Připravil Zdeněk Rieger



KONTExT

časopis sekce rodinné terapie
Společnosti pro psychoterapii a rodinnou terapii
a
Institutu rodinné terapie a systematických studií hl. m. Prahy

Řídí Miroslav Vyhnálek s redakční radou: Petr Boš, Šárka Gjuričová,
Vladislav Chvála, Jiří Kubička, Zdeněk Rieger, Jan Špitz

Příspěvky zasílejte na adresu redakce: Dr. Vyhnálek, Sokolovská č.
59, 186 00 Praha 8. Předplatné na rok 1995, včetně poštovného činí
145,- Kč. Lze jej uhradit na podúčet Sekce rodinné terapie č.: 19-
66353-028/0800 u České spořitelny, Jugoslávská č. 19, 120 00 Praha
2. Distribuci zajišťuje redakce.

Vychází čtvrtletně.
ISSN 1210-6208

O B Š A H:

I. ÚVOD

Z. Rieger: Malíř Vladimír Novák (na obálce)
Místo úvodu (M. Vyhnálek)

II. PŮVODNÍ PRÁCE

J. Špitz: Terapeutická dekonstrukce rodinného příběhu
B. Blažek: Vyprávění v kontextu každodennosti a v kontextu psychoterapie
J. Barbarič: Milton Erickson a narativní postupy v psychoterapii
M. H. Erickson: Kazuistika mentální anorexie (J. Barbarič)
Š. Gjuričová: Externalizace v terapii

III. KAZUISTIKA

L. Trapková: Případ s teplotami (Externalizace)

IV. GLOSY

V. Schmidt: Úvodní sdělení k pracovní dílně "Drogy v závorce"
Jemnice 1995
Good-bye, Dubí! (P. Boš)

V. NOVÉ KNIHY

Nový časopis (P. Boš)
Vyjde kniha (Š. Gjuričová, J. Kubička)
Nová kniha Roberta Fulghuma (M. Vyhnálek)

VI. ROZHOVOR

V. Chvála: Zdeněk Rieger a Hana Vyhnálková na ostrově RIAPSU

VII. INFORMACE

Nabídka kursů:
Institut rodinné terapie a systemických studií Praha
Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch Liberec
Institut pro integrativní psychoterapii a psychologické poradenství Olomouc
Institut pro systemickou zkušenost Praha

Konference:

II. Česko-slovenská konference Ericksonské psychoterapie

20. Česko-slovenská psychoterapeutická konference

VIII. MÍSTO ZÁVĚRU

J. Kratochvíl: Rozhovor

I. ÚVOD

Místo úvodu

První číslo 11. ročníku časopisu Kontext je věnováno využití narativního principu v rodinné terapii. Ptáme se jak pracovat s vyprávěním životních příběhů rodin našich klientů.

Příběh lze chápat jako "vzorec v čase" (Bateson, 1979). Jak ukazují etnologické doklady ze známých kultur, vyprávění příběhů představuje něco lidsky bytostného: jedná se o antropologickou konstantu lidské existence. Náš obraz světa je souvislým vyprávěním o jeho povaze, vývoji a částech. Svět je jazykem uchopován, interpretován a konstituován. Ve vyprávění a jazykovém obrazu světa se odhaluje těsný vztah mezi kulturou a jazykem. Podle Lee Whorfa mluvit konkrétním jazykem znamená osvojovat si specifickou "vizi světa". Také veškeré "myšlení je jazykové". Bateson přímo píše, že myslíme v příbězích (We think in terms of stories). Graham Greene dodává: "Příběh nemá počátek ani konec: ze svých zážitků libovolně volíme určitý okamžik, abychom se od něho podívali zpět nebo dopředu."

Příběh časopisu Kontext počátek má, najdeme jej v roce 1984. Časopis Kontext pokračuje 11. ročníkem spolu se svým zakladatelem a editorem primářem MUDr. Petrem Bošem s novou redakční radou. Všichni přejeme našim čtenářům zrnka inspirace a zachovejte nám přízeň. A pište.

(mv)

II. PŮVODNÍ PRÁCE

Terapeutická dekonstrukce rodinného příběhu.

Jan Špitz

(Duševní zdraví mládeže, Brno 1994 - Kontext 1995)

Žijeme ve zvláštní době. Opustili jsme romantické sny o tom, že lze všemu rozumět a že věci i události, které nás obklopují v našem světě, mají své jednoznačné příčiny, i sny o změně jako výsledku přímé intervence. Každá doba je z tohoto hlediska zvláštní. Nejde totiž o *signum temporis*, to je vždycky složeno z prvků a stránek pozitivních i negativních, ale o naše očekávání, se kterým změnu přijímáme. O významech, které jí dáváme. Přisuzujeme-li něčemu význam čemí, očekáváme při změně něco bílého. Nenastane-li při změně systému taková změna lineárního typu, která představuje buď-anebo, buď dobré nebo špatné, vede to nutně ke zklamání. Věci jsou jako vždy dobré i špatné a změna je pouze v tom, že můžeme do věcí zasahovat svobodně. To však představuje nejen osvobození, ale i povinnost, nutnost být aktivní a nenechávat vše pohodlně na jiných. Na takovou situaci lidé reagují dvojím způsobem, pokud chceme opět podlehnout lineární dichotomii buď - anebo. Buď vstoupí do akce a pak jsou zklamáni, nebo se zdrží všeho, setrvávají ve statu quo, aby nebyli zklamáni. A stejně se chovají lidé ve společnosti jako lidé v rodině. Rodina je přece malé společenství. Platí pro ni podobné předpoklady jako pro společenství velké. Je modelem toho velkého společenství.

Doba, ve které žijeme, je zvláštní. Je to pozdní doba, jak ji označil Jan Patočka. Doba přelomu tisíciletí. Je poznamenána tím, co ji předcházelo, je výslednicí předchozích epoch. Má za sebou překotný vývoj techniky a vědy, který sliboval vyřešení všeho. To sice nesplnil, ale způsobil takové propojení všeho a takové rozšíření světa, že lze mluvit s Patočkou i Bělohradským o planetární společnosti pozdní modernosti. Ta je nejen mnoharasová, ale i multikulturní. Všichni mají své vlastní, od sebe odlišné kulturní modely. Jde tedy o společnost po vítce pluralitní. Gabrielle Rothová nazývá to vnitřní rozdělení člověka této doby "trizofrenií": myslíme jedno, cítíme druhé a děláme něco třetího. Chybí tu ještě další rovina: mluvíme ještě něco jiného než myslíme, cítíme a děláme. Protože jazyk a obrat k jazyku je další známkou této pozdní doby. Gergen mluví dokonce o multifrenii a myslí tím syndrom rozdělení, fragmentování jedince do množství forem osobního angažování a zájmů. Ve zmatku soudobého života odhalujeme nové konstelace pocitů a vnímavosti, nové rysy vědomí o sobě. Možnosti člověka jsou rozšiřovány technologiemi a čím více se tak děje, tím více člověk užívá techniky k sebevyjádření. Je to oceanický stav, kterého se dosahuje cyklickým spirálním směřováním k němu. Nejde přitom o nemoc ani poruchu. Multifrenii jednou nebude možno odlišit od "normálního žití".

Palouš mluví v této souvislosti o světověku a myslí tím planetární věk, který pro něho symbolicky začal rokem 1969, kdy člověk vstoupil poprvé na jiné kosmické těleso.

Nejčastěji se však mluví o postmoderní době. Podle Bělohradského je postmoderní doba dobou, v níž odbočit z přímé cesty je nutné: je to doba odboček a mezisvětů. V této epoše se lidé dostávají mezi světy, do prostoru, který starověk nazýval "intermundia".

Hans Küng hovoří o postmoderním paradigmatu a za přelom od moderny k postmoderně považuje už rok 1918, i když tehdy naděje na nové uspořádání světa byly zklamány. Za obrat k postmodernímu makroparadigmatu považuje Velkou evropskou revoluci, jak označuje události v Evropě roku 1989. Tento rok se také považuje za vstup postmodernismu do našich českých podmínek, jak to traktuje Rudolf Starý. Týž autor také zdůrazňuje, že nejzávažnějším zásahem do novověkého paradigmatu byla nutnost opustit představu takzvaného nezúčastněného pozorovatele v procesu poznání a mýtus objektivního pozorování.

Pozitivistické paradigma bylo středem zájmu řady epoch, mezi něž patří industriální společnost nebo moderna. Nejvyšší hodnotou byla věda a technika, největším cílem zaměření na příčiny. Všechno přece má své příčiny, o tom nelze pochybovat v nejmenším. Poznání příčin je nejen předpokladem odstranění problému, ale dokonce je poznání příčiny důležitější; změna bez poznání příčin je pro racionalismus a pozitivismus nepřijatelná.

Ilustrací tu může být příběh 7leté Kláry. Její rodina přichází v situaci, kdy všechno v rodině je změněno Klářiným chováním. Všechno odmítá, nedá se přimět k vypravení do školy ani do ZOO. Negativismus je střídán úzkostí a panickým chováním. Rodiče to zvládají křikem a silou, mají však pocit úplné bezmoci. První setkání rodiny je poznamenáno dramatickou krizí vstupu do místnosti. Klára úzkostně ječí zatímco její 4letý bratr si vybírá hračky ze skříně. Matka pracuje se směsicí rozzlobení a ustrašené ústupnosti. Sezení nakonec probíhá bez Kláry, ta se jen aktivně účastní domluvy o dalším setkání. Při tomto setkání rodiče hovoří o tom, že Klářino nepřiměřené chování rázem zcela vymizelo. Obě děti si hrají v místnosti a nápadný je pouze zasmušilý výraz matčiny tváře. Když se o něm mluví, ukazuje se, že pro matku je vymizení symptomatického chování spojeno s nespokojeností a strachem. Neví totiž, proč se Klárka tak podivně chovala. Změna těchto okolností je pro matku těžko přijatelná, zejména trpí obavami, aby se chování neopakovalo, když nezná jeho příčiny ani příčinu změny.

Změna paradigmatu je provázena zdůrazněním důsledků proti příčinám a posléze zdůrazněním výrazu. Nestačí, aby věci nebo události měly smysl, byly smysluplné. Důležitější než smysl, který mají, je význam, který jim lidé přisuzují. To bylo známo už ve starověku, jak to dosvědčuje Aureliův aforismus: Změň vztah k věcem, které tě znepokojují a budeš mít od nich pokoj. Vztah k věcem - to je přece význam, který jim přikládáme. A současně je to i doklad toho, že význam je kvalita vztahová. Přisouzený význam je konstitutivní pro životy lidí. Lidé připisují význam své zkušenosti a činí tak spolu s druhými lidmi, v sociálním kontextu. Život se skládá z událostí, ke kterým dochází v jeho průběhu. Oblast událostí, které mají nějaký smysl, se překrývá s oblastí významů, které jim lidé přisuzují. Lidské životy jsou z tohoto hlediska vlastně funkcí významů, jež připisujeme své zkušenosti. Lidské životy jsou utvářeny významem. Patří k tomu nerozdílně také situace lidí v sociálních strukturách, do nichž jsou jejich životy zapojeny. Význam má smysl ve vztahu s druhými lidmi. Vytváření významu je vždy určeno někomu. Protože vztahy jsou nemyslitelné bez sdělování, patří k tomu dále jazyková a kulturní činnost lidí. Tyto tři předpoklady

tvorí rámeček toho, že významy jsou svou povahou sociální a že jsou sdělovány, vyprávěny, sdíleny s druhými lidmi. Vyprávěním se z událostí a jejich významu stává příběh. Narativní metafora předpokládá, že lidé žijí své životy právě prostřednictvím příběhů. Příběhy jsou strukturou života. Obvykle se soudí, že život vytváří příběhy. Ve skutečnosti je tomu právě naopak. Jsou to příběhy, které tvoří život. Příběh nebo vyprávění je primárním rámcem pro interpretaci zkušenosti, pro aktivní utváření významu. Stejně je tomu ve vztahu ke světu. Běh světa je jeden veliký příběh, k němuž patří i osobní příběhy každého nebo rodinné příběhy, ve kterých se prolínají příběhy lidí, kteří spolu žijí nejbližší. Nežijeme tedy ve světě, ale žijeme svět.

Na první pohled by se zdálo, že narativní princip neboli princip vyprávění a příběhů patří do umění, zejména pak do literatury. Zvláště když k tomu připojíme, že práce s příběhem je analogií práce s textem. Vyprávění příběhu je totiž obdobou zachycení příběhu jako textu. Bateson považuje myšlení v příbězích, tedy myšlení vyprávěcí, za součást evolučního, biologického přístupu. Příběh a text tedy nepatří jen do sociálních struktur, ale stejně tak platí i pro biologické struktury, které je rovněž možno považovat za text, který zachycuje příběh. Lidské tělo je text, do kterého je vepsán příběh genetické informace, stejně jako se do něho zapisují události z průběhu života. Dáváme-li přednost celostnímu pojetí před atomizujícím, jsou nosné analogie mezi zkušenostmi těla a zkušenostmi mysli, protože se konec konců slévají v jeden příběh, který může být různě zpracován a který dostává různé významy. Tyto významy z něho pak mohou tvořit spíše příběh nemoci, v němž do popředí vystupují jiné prvky nebo příběh stonání, ke kterému patří přijetí role nemocného, hledání pomoci, změna kontaktů se vztahovými osobami atd.

K životnímu příběhu tedy patří i osudová předznamenání, nemoc, smrt, následky událostí, nedorozumění a konflikt. Za těchto okolností životní příběh nabývá nových dimenzí. Zejména životní příběh rodiny, který je propojením příběhů jejích členů a dokonce i jejích předchůdců z originálních rodin, se utváří nově. Vzniklý problém si vytváří systém. V tomto systému se mění jak vztahová realita, tak se generují systémová přesvědčení.

Tato systémová přesvědčení jsou konstrukce významů v takových oblastech, jako jsou představy o původu a příčinách potíží, problému nebo nemoci, mýtní rodiny o kontrole a ovládnutí problému, vícegenerační vývojový proces zkušeností s řešením problému ve vztahu k nemoci, a četná rodová, etnická, kulturní a náboženská přesvědčení rodiny. Jsou to rodinné vzorce nebo paradigmata, vycházející z rodinné tradice a přecházející z generace na generaci, založená na rodinných i osobních zkušenostech, očekávání a přisuzování významu. Možná říci, že jsou to prvky transgeneračního rodinného příběhu, který je vytvářen, podobně jako text, neustálým obnovováním při nejrůznějších příležitostech denního života. Je tedy konstruován a neustále rekonstruován. To se děje převyprávěním, v dialogích a rozmluvách mezi členy rodiny za nejrůznějších příležitostí a v denních situacích.

Význam textu není dán jeho doslovným zněním. Vyplývá z kontextu, který tvoří okolnosti, situace, souvislosti. Text a kontext k sobě patří. Text musí dávat smysl, to však není tak důležité, jako to, že text má význam. Význam je ovšem vázán na někoho. Text má význam pro někoho. Tato sociální dimenze je od významu neodlučitelná. Sociální dimenze je nejdůležitějším kontextem, ve kterém text, který má smysl, nabývá nového nebo různého významu.

Jako příklad uvedu epizodu z jednoho sezení rodiny, která přišla, protože 8letý David doma zlobí. Rodiče nejvíce zlobí, že si vynucuje věci pláčem. Na sezení je ještě jeho dvouletý bratr. Ten se zpočátku bojí a s pláčem se uchyluje k matce. Matka mu určuje místo vedle mne, i když jeho strach se právě týkal mne. Ale po chvíli si Petřík začne hrát a později si bere hračky bez obav a strachu, dokonce s nimi dovádí a běhá po místnosti. David sedí na židli a neprojevuje se nijak. Matka konstatuje, že Petřík se tady rozdováděl víc, než bývá doma zvykem. Když se zajímáme o to, zda a jak by se mohlo stát, že by si tu David také s něčím hrál, matka říká, že David by o žádnou z hraček, které tu jsou moc nestál. Otec říká, že už je na to velký a že vlastně by se takto chovat měl. Otec se pak náhle obrací na Davida a ptá se ho, jestli by si nechtěl s něčím hrát. David zůstává vážný a rozhodně otci odpoví, že nechce. Ke konci sezení si David s tím, co zanechal jeho bratr na dosah, trochu hraje. V rozhovoru se pak objevuje, že David se bojí, když se chová vzorně a že jeho odmítnutí vzít si hračku má jiný význam; v kontextu tohoto sezení možná i takový, že se David chová tak, jak se od něho očekává nebo žádá.

Příběh nebo vyprávění poskytuje rámec pro živou zkušenost a přispívá k organizaci a modelování žité zkušenosti. Příběh lze z tohoto hlediska považovat za jednotku významu, která rámuje žitou zkušenost. Prostřednictvím příběhů je zkušenost interpretována. Vstupujeme do příběhů, jsme přizváni do příběhů druhých lidí a žijeme své životy prostřednictvím těchto příběhů.

Pokud jsou významy konstruovány jako neměnné, jako pravdy, příkazy nebo úděly, mohou být právě systémem, který udržuje symptomatické chování a nedovoluje dojít ke změně přirozenou cestou. Rekonstrukce tu znamená udržování, bránění změně.

Ke změně je třeba v těchto případech rozpustit vytvořené systémy přesvědčení, získat novou zkušenost. Tento proces nejlépe vystihuje termín dekonstrukce. Dekonstrukce je už stěží spontánní proces, nejspíše k ní dochází v podmínkách, jaké umí zajistit terapie. Proto se většinou mluví o terapeutické dekonstrukci rodinného příběhu.

Narativní metafora je užitečná jak v procesu dekonstrukce individuálních nebo rodinných zkušeností tak při rekonstrukci rodinného příběhu. Postmoderní terapie je konstruována jako jazyková událost, terapeutická konverzace, během níž se neustále vyvíjejí nové významy, zaměřené na rozřešení problémů. Význam není nikdy statický a úkolem terapeuta je nechat konverzaci probíhat dokud nejsou vytvořeny nebo přesněji spoluvytvořeny nové významy problému a možných řešení. Toho se účastní všichni přítomní. Tento postup vede k tomu, že problém a speciální systém, který se kolem něho vytvořil, je rozpuštěn. Dekonstrukce se však stejně týká změny vlastního vyprávění - to se děje převyprávěním - jako změny převládajících přesvědčení, dekonstrukce postojů k sobě a ke druhým lidem a dekonstrukce diskurzivních postupů naší kultury. Úkolem terapeuta není ani diagnostikovat nebo určovat patologické a dysfunkční struktury, ale spíše vytvořit kontext, ve kterém může nastat změna.

Samo vyprávění příběhu totiž není opakováním nebo reprodukcí, ale je vždy aktivní prací na příběhu. S každým převyprávěním se příběh mění. Některé stránky jsou zapomenuty, jiné se dostávají do popředí, mění se významová struktura událostí. Tim O'Brien říká: Myslím, že to co dovedou příběhy, je zpřítomnění událostí. To je příležitost ke změně významu v kontextu převyprávění nebo při analogii úpravy textu.

Zvláštní situace nastává, když se pozorovatel stává vyprávějícím. Je to při té příležitosti, kdy pozorovatel převypráví příběh, jak jej vnímal od vyprávějího a když pak vyprávějí slyší tuto verzi svého příběhu. To je právě příležitost k dekonstrukci. Taková situace nastává při použití reflexivního týmu v terapii. Situace reflexivního týmu ať již přítomného nebo za zrcadlem usnadňuje tedy dekonstruktivní postup.

K terapeutickým implikacím postmodernismu patří i skutečnost, že dekonstrukce se netýká jen příběhů klientů nebo jejich rodin. Proces dekonstrukce se týká stále více terapeutického přístupu samého. Podobně jako podstupuje dekonstrukci lineárně kauzální uvažování nebo myšlení, spojené s pozitivistickým paradigmatem, musí být dekonstruováno terapeutické chování a postupy, sama terapie. Tradiční praxe terapie, nasměrovaná jak romantismem tak modernismem, staví terapeuta do role experta, který postupuje od stanovení problému v individuální mysli, určením potlačení, konfliktů, nepochopení nebo kognitivních aberací s následným napravováním těchto deficitů prostřednictvím terapie. Podle Gergena je za podmínek postmodernismu zpochybněna jak terapeutova odbornost v mentální oblasti, tak ztrácí věrohodnost skutečná realita pacienta s myslí, která má být poznána a napravena. Problém, se kterým přichází je problémem pouze proto, že je tak konstruován v některém z jeho vztahů. Dekonstrukční proces se tedy týká úlohy terapeuta jako experta. White mluví o dekonstrukci postavení terapeuta jako znalce i o dekonstrukci mocenského postavení, které mu dříve dodávala tato pozice vědce, odborníka, toho kdo ví lépe nebo nejlépe, co klient potřebuje. Problém je v tom, že dekonstruovaný terapeut je stále sváděn nebo manipulován do těchto pozic samými klienty, kteří přicházejí s požadavkem, aby terapeut odhaloval příčiny a dával jasné instrukce. Teprve když se podaří dekonstruovat tyto požadavky, může probíhat proces terapie jako spoluvytváření nových významů, jako rekonstrukce původního příběhu.

Tak např. v rodině malého Davida, z jejíhož sezení jsme již uvedli epizodický příběh, přichází otec s jasným požadavkem, aby terapeuti odhalili příčiny chlapcova chování. Na dotaz co by říkal tomu, kdyby potíže vymizely a příčina nebyla zjištěna, říká otec rozhodně, že to by nemohl přijmout. Dodává, že by to spíše vyhovovalo matce dítěte a tématem rozhovoru se stává rozdíl v chování a postojích rodičů. Terapie se tak dostává přes otcovo lineárně kauzální uvažování k procesu rodinných transakcí.

White říká, že terapeuti přispívají dekonstrukci expertního vědění tím, že sami sebe považují za spoluautory alternativního vědění, za spoluautory nového příběhu, tím, že vytvoří kontext, v němž lidé, kteří vyhledali terapii dostávají přednost jako primární autoři nebo původci takových vědomostí a praktik, že dostávají možnost být autory svého životního nebo rodinného příběhu. Potom se stane to, že proces dekonstrukce navozuje u lidí pocit vlastní možnosti nebo aktivity. Dalo by se říci, že mohou brát život do svých vlastních rukou, mohou na něj mít vliv, být za něj odpovědní a pracovat na jeho převýznamování a na jeho přetváření, obnovování, na jeho rekonstrukci. Epston nazývá takový proces re-authoring therapy a je to postup, kdy se lidé stávají znovu nebo nově autory vlastního životního příběhu.

V rodinách, které nepotřebují vstupovat do terapie, stejně jako v těch, které úspěšně vystupují z terapie, totiž probíhá takovýto proces spontánně a po celý život. Gergen říká, že v podmínkách postmoderních lidé existují ve stavu trvalé konstrukce a rekonstrukce. To platí i o rekonstrukci rodinného příběhu. Ta se děje jeho vyprávěním a je známkou jeho životnosti. Vyprávění rodinného příběhu slouží nejen udržení příběhu v paměti, ale zejména slouží rekonstrukci rodinných vztahů, rekonstrukci

rodinného systému. Příběh se každým vyprávěním současně přetváří, takže je to stále též příběh, ale je stále nový. Vedle pojetí tohoto příběhu jako textu je nosné i jeho pojetí jako scénáře. Vyprávěný a živý příběh je totiž současně nějakou směnicí, ukazatelem cesty, je zdrojem rozhodování a řešení. Slouží také k udržování jasnosti vztahů a k řešení problémů na životní cestě. Probíhá takto spontánně a není nikým navozován. Ve fungujících rodinách tyto procesy nejen probíhají, ale mají spontánně systemický ráz. Znamená to, že významy jsou předkládány jako proměnlivé, sloužící kontextu i procesu vyprávění. Právem je možno tento proces na rozdíl od terapeutické dekonstrukce rodinného příběhu nazývat uzdravným neboli autosanačním procesem rekonstrukce rodinného příběhu.

Vyprávění v kontextu každodennosti a v kontextu psychoterapie

Bohuslav Blažek

V posledních dvou desetiletích se vyprávění - učeně řečeno *narace* - stalo předmětem živého zájmu mnoha oborů. Je dobře si uvědomit, že se tak dělo takřikajíc s opačnými znaménky zároveň. Řada komentátorů vývoje soudobé prózy hovořila o rozpadu vyprávění (někdy případně jen o rozpadu děje jakožto jedné z dominantních forem vyprávění nebo o rozpadu románu jakožto žánru umělecky stylizovaného vyprávění): poukazovalo se tedy na to, že jde o útvar, který ustupuje ze scény, ba který se přežil. V jakémisi protipohybu však stoupala hvězda vyprávění jednak jakožto předmětu zkoumání jiných než uměnovědných disciplin, jednak jakožto výzkumného nebo terapeutického nástroje. Ten se navíc zároveň rovněž stával předmětem zkoumání. Samostatným tématem se stala i tato mnohavrstevnost, kterou vyprávění samozřejmě sdílí s jazykem vůbec.

Pro psychoterapii má vyprávění mnoho cenných rysů. Uvedu několik z nich a poté se k nim vrátím o něco podrobněji:

(1) rozlišení úrovně jazyka a metajazyka dalo Gregorymu Batesonovi popud k úvahám, ze kterých se zrodila dlouhá řada cenných plodů jako koncept dvojné vazby, škola v Palo Alto, antipsychiatrie (Laing, Cooper, Scheff, Szasz...) nebo dalekosáhlá filozofická zobecnění Watzlawickova (této linii jsem věnoval samostatnou studii, viz Blažek 1992a),

(2) vyprávění představuje základní výrazový prostředek laika-pacienta, takže o ně musí mít zájem každá na klienta orientovaná terapie (včetně somatické medicíny),

(3) struktura a dynamika vyprávění je dalekosáhle kodifikovaná, zároveň ale i značně individuálně diferencovaná a přitom se strany promlouvajícího neúplně reflektovaná, takže může ideálně sloužit jako projekční materiál, východisko pro interpretace daseinsanalytické nebo podklad pro přístupy neurolingvistického programování (k základní strukturní distinkci vypravěč/reflektor viz Blažek v tisku),

(4) jednou z hlavních funkcí vyprávění v každodenním životě je hledání (ale také předstírání, problematizování apod.) smyslu života, takže je neopomenutelné pro přístup logoterapeutický.

Profesionální psychoterapeutické využití vyprávění samozřejmě přenechám psychoterapeutům. V tomto článku bych spíše chtěl ze čtyř zde uvedených hledisek nahlédnout vyprávění v jeho základní podobě, tedy v každodenní situaci (k tomu viz též Blažek 1992b). V ní ovšem každé jeho instrumentální nebo estetické

užití koření, takže tam můžeme hledat inspiraci a rekonstruovat si kritéria pro to, co je přirozené.

1. Vyprávění jako konflikt jazyka a metajazyka

Dvojice pojmů jako základna/nadstavba, fyzika/metafyzika nebo jazyk/metajazyk svou jazykovou strukturou falešně sugerují, že pól bez "distancující se" předpony nad-, resp. meta- je geneticky ranější, jednodušší, přirozenější, ne-li dokonce jediný nutný, kdežto druhý pól s takovouto předponou je pak geneticky pozdější, složitější, nepřirozený, ba luxusní a zbytný. Pokud bychom měli dát přednost charakteristikám první nebo druhé řady, pak jsou rozhodně blíže pravdě ty druhé. Je to však ještě o něco složitější. V každém vývojovém procesu je na počátku stav, kdy se obě úrovně od sebe ještě nediferencovaly. Osou vývoje je právě tato diferenciaci. Rozhodně není možné, aby nejprve vznikla jen jedna a z druhé pak - jak žena z Adamova žebra - ta druhá: natolik se cirkulárně předpokládají. To, že úroveň "bez předpony" může existovat samostatně, je vývojově poměrně pozdní iluze, která vzniká tím, že se úroveň "s předponou" vytěsňuje do psychické neviditelnosti.

Analogický je vztah ve dvojici objekt/subjekt: subjektivita se chápe jako něco k objektu přidaného, a tudíž neobjektivního. Ve všech uvedených případech redukce na "nulovou úroveň" nastoluje epistemologii, která se prezentuje jako jediná vědecká, ale ve skutečnosti je předsudečná a sebeklamná (nekritická).

Pro každodenní vyprávění právě tak platí: fundamentální (elementární) podobou vyprávění není jazyk bez příměsi metajazyka, ale slepenec jazyka a metajazyka. Metajazyk, to nejsou jen zjevné komentáře k právě řečenému. K metajazyku patří způsoby oslovování nebo ověřování si pozornosti partnera jako *vid'* nebo tahání za knoflík (tzv. fatická funkce komunikace). Metajazykový komentář k vlastnímu výroku se skrývá ve formulacích jako *lidově řečeno*: tak soudruzi rozpačitě uváděli každé své jen trochu přirozené slovo (zaznamenal jsem dokonce funkcinářskou exhibici: *takzvaná voda*). K vypravěčskému metajazyku patří také prostředky, jimiž dáváme najevo, že měníme dikci z "obyčejné" na vypravěčskou - což může být mimo jiné v delší pasáži promluvy vyjádřeno pouze hlasem. Uhodneme například, že jedna paní druhé paní stojící před ní jen převypravuje svou hádku s momentálně nepřítomnou třetí paní, ač věta, kterou jsme zachytili, obsahuje pouze přímou řeč bez metajazykového uvození.

Bateson geniálně rozpoznal, že mezi dospělým savcem a mláďetem nastupuje metajazyk v okamžiku, kdy vedle kousnutí naplněného je i hravé, náznakové kousnutí. V tomto smyslu každé "jen" vyprávění hádky je vůči líčené hádce metajazykem.

Diskurs, který se snaží vytěsnit všechny stopy po metajazyku ve jménu "objektivity", je demagogický, ideologický, ne-li dezinformační. Tak se tváří zprávy, které - podle prostoduchého dogmatu americké žurnalistiky - jsou vzduchotěsně odděleny od komentáře a tím i jakéhokoli subjektu prosty. Takovými způsoby povyšuje své pocity a polopravdy na "fakta" rasista nebo populista.

Je pravda, že neméně alergičtí jsme na opačnou proporci, kdy ve výpovědi začíná metajazyk převládat nad vlastním sdělením - ať už je to proto, že svědek chce především upozornit na sebe nebo že chce své svědectví zpochybnit, aby za ně nemusel ručit.

Podíl jazyka a metajazyka souvisí se základní distinkcí dvou narátorských rolí, které vypracovala soudobá literárně vědná teorie vyprávění. *Vypravěč* s minimálním podílem metajazykového hodnocení předkládá obrazy dějů, jak jsou "o sobě", pokud byl na nich účasten, obvykle jen jako pozorovatel v postranní roli, a bývá to s odstupem času, takže předem ví, "jak to dopadne". Naproti tomu *reflektor* je obvykle jedním z hlavních aktérů a o dění podává aktuální reportáž z prostředka děje. *Vypravěč* svého vlastního životního příběhu je méně emotivně vtažen do děje, zato bude obtížnější ho přesvědčit, že to, co říká, může být jenom čistě jeho vidění věcí. *Bytostný reflektor* je rozpálený děním, které aktuálně prožívá, ale protože se mu jeho interpretace neustále mění, jak je teprve hledá, bude spíše ochoten připustit, že někdo jiný může věc vidět jinak.

Bylo by užitečné, aby si psychoterapeut uvědomil, zda mu mezi pacienty bezděky více vyhovují "vypravěči" nebo "reflektori", tedy který druh komunikačního problému mu připadá snáze zvládnutelný. To může být totiž jeho problém: na určitý přístup může být "zvyklý" nebo zase "alergický" například ze své rodiny nebo manželství, respektive může nekriticky preferovat typus vlastní.

2. Vyprávění jako brána do světa laiků

Situace, kdy se dva lidé neznají a přitom je jim souzeno spolu trávit nějaký čas, je v civilizaci založené na organizované a technicky realizované prostorové mobilitě nesmírně častá a co hůř, stále častější. Už v porodnici nás položí vedle jiného nemluvněte, které se shodou okolností narodilo ve stejnou dobu. Matky vozí děti do jeslí a školek mezi děti ze sousedství tak vzdáleného, že se předtím většinou neznají. Hromadně cestujeme, hromadně se vzděláváme, hromadně se rekreujeme. Masové jsou úniky před občanskými válkami, revolucemi nebo hladomory.

Při každém takovémto stavu společné vrženosti do cizího světa se v jádru zdraví jedinci pokoušejí prolomit bariéru cizoty. Ti introvertovanější tím, že navzdory drsnosti situace jsou taktní a v nejlepším případě ochotni pomoci. Ti extravertovanější sondují možnost navázání kontaktu. Aby vzájemnou cizotu mohli proměnit ve známost a záhadu v cosi průhledného, nabídnou svůj příběh. Mnohdy ostatně ani nemají co víc nabídnout.

Nabídnutí vlastního příběhu neznámému není jenom vizitka, ale cosi daleko silnějšího. Etologickou analogií může být gesto vyjadřující pokoru, jako když slabší vlk ve smečce nastaví silnějšímu krk. U člověka je podivuhodné, že narozdíl od vlka takové vystoupení ze střehu a jisté sebeohrožení může učinit i fyzicky silnější jedinec vůči slabšímu, respektive že otázka síly a vymezování si teritoria nemusí být ani nastolena, jakmile oba uznají a svými příběhy doznají bídu společného údělu. Takto si o svých problémech vykládají dva pacienti v čekárně nebo dva vyšetřovaní čekající ve stejné cele na výrok soudu.

Samozřejmě, že vyprávění vlastního příběhu má svou patologii: mohou to být nezapuditelné, naslouchání uzavřené monology, projevy stereotypie, exhibice, sebeobhajoby, seabemrškačství - na co si vzpomenete. Psychoterapeut by však jaksi apriorně měl vycházet z předpokladu, že se cizí člověk vyprávěním svého příběhu otevírá druhému cizímu člověku. To by nemělo být od pacienta vyžadováno jako jeho samozřejmá povinnost (něco jako odběr moči a krve), ale stále by to mělo být ctěno jako akt dávání se všanc - akt, který obnovuje bazální předpoklad komunikace, lidskou důvěru.

Profesionální nebo jenom brilantní převypravovač vlastní biografie v podobě řetězce anekdot sice pobaví, ale zároveň tuto podstatnou redefinici situace z odlidštěné v lidskou nedokáže. Kdo svým příběhem vydává svědectví o sobě a zároveň o tom, co ho přesahuje, musí zůstat laikem ve všech konotacích toho slova, tedy v protikladu ke kléru i v protikladu k jakékoli profesi.

Co mu ovšem za to může psychoterapeut nabídnout jako protihodnotu? Dokonalá profesionalita ani s jeho strany nestačí. V této situaci může jít o vše - a s plným vědomím nezbytnosti jisté profesionální distance a psychohygieny musí psychoterapeut zároveň připustit, že nebude-li mít tato situace pootevřenu dimenzi osobního setkávání, bude pro něho lidsky devastující. Od psychoterapeuta se tu totiž očekává, že sehraje roli náhražky blízkého člověka. To je pokušení, kterému nesmí propadnout, nesmí se však ani stáhnout do krunýře neosobního reprezentanta instituce. Měl by v té chvíli zastupovat cosi jako lepší stránku lidstva.

Někdy úžasně pomůže, když terapeut nebo lékař vstřícně řeknou jen pár slov ze svých vlastních příběhů, když se sníží na rovinu toho, kdo také v sobě má cosi jinak než obyčejným příběhem nevyslovitelného. Naruší se tím totální asymetrie rolí. Zároveň se tím rozevře možnost využít obrovského hojivého potenciálu příběhu: tento potenciál nespočívá ve sdělené informaci, ale v tom, že se při otevírání se druhému vlastně uskutečňuje to, co pacientovi nejvíc chybí, co je nejhlubším důvodem jeho "poruchy". Konstituuje se zde jeden dipól ze společnosti, jehož rozpadem pacient trpí.

Zatím jsem pořád vycházel ze situace totální převahy mocného terapeuta nad slabým pacientem a nabádal k tomu, aby byl psychoterapeut ochoten se jí v jistých chvílích vzdát. Do značné míry je to ovšem ontologický klam. To pacient je nositelem tajemství: to on - většinou aniž to tuší - nosí v sobě klíč k diagnóze i úzdavě. Jde-li o poruchu, její anamnézu nebo systémové souvislosti, on je zlatým dolem znalostí, které jsou jakoukoli odbornou teorií i praxí nenahraditelné. Matka-laička ví vždy neskonale víc o svém dítěti než lékař, laik-stavebník o tom, co je pro něho domovem, víc než kterýkoli architekt... Profesionál by měl před klienty-laiky jakožto zdroji inspirací, poznatků, námětů a zakázek klekat a vzývat je.

3. Vyprávění jako záhada

Během dne cosi zažijete, nad něčím se pousmějete nebo rozčílíte. S určitým odstupem se o tom někomu zmíníte a najednou zjistíte, že vám z toho roste anekdota, story. Několikérým vyprávěním se může rozvinout do jakéhosi hotového tvaru. Co to je za tvar? Kde se vzal? Vynalezli jste ho nebo odněkud převzali? Čím to je, že i ostatní ho vnímají jako tvar?

Snad nejdříve ze všech to byli badatelé zabývající se morfologií pohádky, kteří zjistili, že napříč tímto žánrem jako by po celém světě bloudil určitý nepřiliš velký počet schémat. Takovéto srovnání bylo umožněno tím, že si mnoho národních kultur včas začalo vážit svých lidových výtvorů a zaznamenalo je a že se posléze ustavil obor, který tyto záznamy začal mezinárodně srovnávat (Slováci svého času vydali Proppovu Morfologii pohádky). Nepřekvapí nás, že vývojoví předchůdci pohádek, mýty, mají takovéto skryté struktury ještě elementárnější. C. G. Jung z toho vyvodil svou koncepci archetypů, uložených v kolektivním nevědomí. Literární teoretici navazující na francouzský strukturalismus se nespokojili s mýty (Lévi-Strauss), ale začali konstruovat představu o jakémsi konečném univerzu všech možných příběhů (Greimas). Své pratvary tak mají báje, legendy, švanky, anekdoty

- a posléze i naše soudobá každodenní vyprávění ze života. Schémata ztrácejí přehlednou jednoduchost, vzájemně se kříží, některá ustupují přechodně do pozadí, jiná se stávají náhle módními.

Při obrovské hyperprodukci příběhů jakožto laciného zboží se tato narativní schémata opakují tak často, že si jich všimne i laik. To, co bylo ještě na počátku století dostupné jen mimořádně erudovaným učencům, se dnes stává zábavou návštěvníka videopůjčovny.

Po demytologizaci náboženství, která nastala z iniciativy protestantských biblistů Bultmanna a Dibelia, ale nemohla by se uskutečnit bez obrovské práce historiků, archeologů a jazykovědců všech denominací včetně těch, kdo stáli mimo víru, ocitáme se dnes na počátku daleko radikálnějšího údobí, kdy se začínají demytologizovat všechny naše slavnostní i každodenní příběhy, od historie založení země po vyprávění z vojny. Dekonstruktivismus (např. Lyotard) tomu říká, že se zkoumá legitimita těchto příběhů. V tom je ale ještě pohled osvícenství, jež si myslelo, že když očistí křesťanské náboženství od všeho pozdějšího mytologického nánosů, nezbyde nic než hromádka bezcenného smetí.

Za tímto osvícenským postojem je představa, že existuje nějaké totálně bezpřed-sudečné sdělení, ba že takové sdělení je vůbec možné. Kostrou věty je subjekt-predikátové schéma. Je v něm sedimentována zkušenost, že za každým děním je skryt nějaký činný subjekt, ke kterému lze připojit nějaký predikát. Jsou zkušenosti, které se tomuto schématu vymykají, například statistické zákonitosti popisující chování populací. Jazyk založený na subjektpredikátovém schématu nás svádí k představě o tom, že ontologie světa je jen a jen subjektpredikátová. Zároveň však nám tentýž jazyk umožňuje podat kritiku tohoto schématu a pokusit se sdělit zkušenost radikálně jinou. Možná, že se forma vyjadřování této zkušenosti časem ustaví do podoby nové gramatické konstrukce věty. Jsme omezeni jazykem, ale díky dialogu jím nejsme spoutáni. Vyprávění nemusí být "pouhým" mýtem díky kritickému dialogu. Identifikací mytických prvků v pozadí se vyprávění jakožto výpověď nevypaňuje. Vyprávění samozřejmě není nikdy tou skutečností, o které hovoří. Ale tak tomu naštěstí bude i tehdy, když se zbaví "všech" mytických prvků, totiž těch, které v něm v určité době dokážeme jako mytické rozpoznat.

Dialog o převzatých prvcích ve vyprávění by neměl být odečítáním, loužením v lučavce, po kterém teprve zůstane autentický zbytek - ryzí zlato objektivní pravdy. Spíše bychom touto společnou analýzou větných presupozic měli odhalovat, z jaké subkultury a s jakými předpoklady hovoří do rozhovoru vstupuje.

Diagnostická analýza struktury vyprávění by se tedy neměla odehrávat jako detektivní exhibice, která odhalí, jak to pacient-podvodník ve svém podvědomí vlastně "doopravdy" myslel. Toto inkviziční pojetí psychoanalýzy bychom měli nahradit společným pátráním, jak je to blízké daseinsanalýze.

Opět i zde platí, že nebude-li to se strany psychoterapeuta ani trochu pátrání také v jeho vlastním bludišti skrytých předpokladů, sám tím sebe fixuje a umrtvuje.

4. Vyprávění jako hledání smyslu

Sociologie a další humanitní obory podobně jako předtím přírodní vědy už vypracovaly řadu způsobů, jak vypovídat o jevech, které se svou povahou vzpouzejí schématu vyprávění. Je to například faktorová analýza nebo iden-

tifikace sémiologických kódů, tedy struktur po dlouhou dobu invariantních v čase. Na druhé straně naopak sociologie nebo historie rozšiřují svůj zájem na ty jevy, o kterých se dá přirozeně sdělovat především formou vyprávění, jako jsou biografie, kariéry nebo životní krize, tedy v nichž se jedná o otevřený proces.

Na závěr tohoto eseje bych chtěl upozornit, že při hledání životního smyslu bude mít vyprávění prioritu vždy. Toto hledání totiž nemůže být apodiktické. Nikdy nemůže vědět, zda už definitivně našlo vše. Dokonce vždy musí být v jistém smyslu naivní, neboť vůči nekonečně velkému se stáváme nekonečně malými. Vždy je na cestě, tedy vprostřed příběhu. Hledající vždy musí s pokorou doznávat: takto jsem to zatím našel já, který o tom vydávám svědectví. Svědectví musí být signované, jinak páchne podvrhem. Ke svědectví patří bytostná nedokončenost.

Na křesťanských svatých textech od Starého zákona po Nový je imponující, že nejsou nikdy jen teologií, tedy pokusem o nadčasové zobecnění, ale že zachycují příběhy Božího slova ve světě lidí. Jakmile ve svém životě vyloučíme, že bychom ještě někdy mohli uslyšet příběh, který by námi otřásl a změnil zásadně náš pohled na svět, stáváme se živými mrtvolami. Platí to i pro křesťana, který věří, že to podstatné bylo řečeno. Kdyby přišel Parakleitos, s tímto postojem by ho takový křesťan znovu dal ukřižovat.

A tak tedy do třetice: má-li psychoterapeut jasno, že od pacientů uslyší jednou provždy samé "blbosti" - zajímavé a využitelné leda k tomu, aby z nich sestavoval pestré kazuistiky do knih o svých terapeutických vítězstvích -, je to možná obratný správkař, ne však léčitel psyché, tedy duše.

Bohuslav Blažek

Citovaná literatura

Blažek, B.: Environmentální dvojná vazba a interpretace prostředí jednáním. In: Předpoklady sociální intervence. Sborník teoretických studií z let 1982-7. EcoTerra, Praha 1992, str. 49-107

Blažek, B.: Krize děje jako narativní formy. I.: Z dějin děje. Svět a divadlo 1992, 1-2, 162-6 + II.: Pokusy o překonání nadvlády děje. Svět a divadlo 1992, 3, 64-9 + III.: Budoucnost děje. Svět a divadlo 1992, 4, 70-5

Blažek, B.: Zobecněná teorie vyprávění. Kritický sborník (v tisku)

Mgr Bohuslav Blažek (*1942) vystudoval FAMU a filosofii a psychologii na FF UK. Od roku 1991 je ředitelem nadace EcoTerra, která se věnuje podpoře participace obyvatel na řešení místních problémů a sociálně ekologické analýze médií. Je autorem více než desítky knih převážně k problematice mezilidské komunikace a režisérem desítky dokumentárních filmů se sociálně ekologickou tematikou. Přednáší sociální ekologii na architektuře (ČVUT).

MILTON ERICKSON A NARATIVNÍ POSTUPY V PSYCHOTERAPII

*PhDr. Juraj Barbarič, klinický psycholog a psychoterapeut,
ředitel Institutu Milтона H. Ericksona,
privátní psychoterapeutická ordinace,
Příkop 2a, 602 00 Brno
tel: 05 / 45 21 47 27*

Úvodem ...

Na tomto místě rozhodně není prostor pro detailnější a

úplnější popis psychoterapeutického přístupu **Milтона H. ERICKSONA**, i když chuť bych na to měl, protože mne moje dosavadní zkušenosti naučili, že jeho práce a způsob myšlení jsou u nás stále příliš málo známé. **Milton ERICKSON** výrazně ovlivnil psychoterapii naší doby. Různé mezinárodní psychoterapeutické autority píší a říkají, že zatím, co **FREUD** byl géníem psychoterapeutické teorie, **Milton ERICKSON** (1901 - 1980) byl géníem psychoterapeutických intervencí a psychoterapeutické komunikace. Mnozí psychoterapeuté často ani netuší, že způsoby intervencí, komunikace, které užívají, pochází od tohoto amerického psychoterapeuta. Setkal jsem se se psychoterapeuty, kteří se hodně intenzivně zabývají rodinnou terapií a za rozhodující inspiraci rodinné terapie vedle **Virginie SATIROVÉ** a **Salvadora MINUCHINA** považují "školu" z **Mental Research Institute Palo Alto**, kterou reprezentují autoři jako **Gregory BATESON**, **Don JACKSON**, **Paul WATZLAWICK**, **Jay HALEY** (který se později "osamostatnil") a jiní. Neví ale, že dominantní pragmatickou inspirací těchto autorů byl **Milton ERICKSON**. **BATESON** a spol. V době, kdy začali svůj výzkum lidské komunikace, vedli s **ERICKSONEM** dlouhé rozhovory o tom, co z lidské komunikace považuje za patologické a proč v psychoterapii komunikuje právě tak, jak komunikuje. Přepisem audiozáznamů těchto rozhovorů vznikly tři vzácné knížky, které vydal **Jay HALEY** (1986). Díky této spolupráci vznikla také snad zatím nejdůležitější knížka o psychoterapeutické komunikaci (**P. WATZLAWICK** 1982). Touto cestou a ještě přes **Steve de SHAZERA** ovlivnil **M. H. ERICKSON** významně vývoj rodinné a systemické terapie. Sám nejspíš dělal rodinnou terapii, takovou, které by se dnes říkalo systémově - strategická, dříve než ti, kteří jsou obvykle považováni za první průkopníky. Mnoho psychoterapeutů stotožňuje práci **M. ERICKSONA** s hypnózou a to je velký omyl. Je pravda, že **ERICKSONOVY** komunikační postupy vycházejí ze zkušenosti s hypnózou, ale tak 70% jeho práce s tím, co se obvykle pod hypnózou rozumí, nemá moc společného. **M. ERICKSON** se ve svém přístupu k člověku zaměřoval na pozitivní a fungující oblasti osobnosti a ne na defekty a insuficience a byl přesvědčený, že každý člověk v sobě (ve svém nevědomí) nosí pozitivní potenciál k terapeutické změně. To je způsob myšlení blízký i tzv. humanistické psychologii, ale třeba na

rozdíl od **Carla ROGERSE**, který ve své psychoterapii používal v podstatě šablonovitou " metodu ", **ERICKSON** ukázal, že nejefektivnější je psychoterapie tehdy, když se ke každému klientovi přistupuje individualizovaně specificky, že nejpodstatnějším kreditem psychoterapeuta je flexibilita a kreativita - a to je to, co je tak náročné jak ve vztahu k osobnosti terapeuta, tak ve vztahu k jeho dovednostem.

A nyní k příběhům ...

M.ERICKSON byl nejspíš skutečně první z " vědeckých " psychoterapeutů, který cíleně používal v terapii příběhy, i když v " lidové psychoterapii " se příběhy používaly snad od dob vzniku jazyka. **ERICKSON** vykládal svým pacientům (a žákům) různé druhy příběhů s různými cíly, třeba s cílem vytvořit rychle kvalitní psychoterapeutický vztah, nebo s cílem získat relevantní diagnostické informace, v rámci terapie s cílem poukázat nepřímo na nějaký důležitý moment v kontextu problému, nebo pacientova života, s cílem nabídnout nepřímo řešení, s cílem prohloubit sebepoznání, s cílem motivovat někoho k něčemu, s cílem oslovit zdroje pacienta, tedy jeho pozitivní potenciály, na základě kterých je možné řešení problému ...

Když Jeff ZEIG přišel poprvé jako čerstvý psycholog za ERICKSONEM, aby se od něho učil, kouřil Jeff dýmku. (Jeffrey ZEIG byl dlouholetým ERICKSONOVÝM osobním žákem, když ERICKSON krátce před smrtí přestal pracovat, Jeff převzal jeho pacienty. ZEIG založil THE MILTON H. ERICKSON FOUNDATION jako nejdůležitější vzdělávací instituci ericksonských přístupů a je její ředitelem. Dále je - kromě mnohého jiného - "duchovním i organizačním otcem " THE EVOLUTION OF PSYCHOTHERAPY kongresů...) Jeff tedy tehdy kouřil dýmku, protože byl přesvědčený, že dýmka patří k image psychologa. Jedno dopoledne seděli v ERICKSONOVĚ pracovně a ERICKSON začal povídat : " Jednou jsem měl přítele, který kouřil dýmku. Byl divný. Pokaždé, když šel kouřit, nevěděl, kterou dýmku ze svých dýmek si má vybrat. Vyložil si je před sebe na stůl a přemýšlel, jestli si má vzít tu dlouhou, nebo tu krátkou, tu tenkou, nebo tu tlustou, nebo tu nejnovější, nebo tu nejstarší, nebo tu, která nebyla ani nejnovější ani nejstarší, nebo tu, kterou dostal od svého přítele, nebo tu, kterou dostal od svého druhého přítele, nebo tu, kterou dostal od své manželky, nebo tu, kterou dostal od svého otce... Byl divný. Pak nevěděl, kde ji má držet, jestli v levé ruce, nebo v pravé ruce, nebo jestli chvíli v levé a chvíli v pravé. Byl divný. Dále nevěděl, jaký tabák má použít, jestli třeba ten nejvíce voňavý, nebo ten nejméně voňavý, nebo ten nejsilnější, nebo ten ... Potom nevěděl, jestli si má dýmku zapálit zapalovačem a vůbec pak nevěděl, jaký zapalovač má použít, jestli ten nový, nebo ten starý, nebo ten, co dostal od ... Nevěděl, jestli by nebylo lepší dýmku zapálit sirkama ... nebo řeřavým uhlíkem ...Byl divný. Pak nevěděl, jestli má oheň držet v levé ruce a dýmku přidržovat pravou, nebo jestli má oheň držet v pravé ruce a dýmku přidržovat levou. Byl divý. Pak nevěděl, jestli má dýmku kouřit v pravém koutku pusy, nebo v levém koutku pusy, nebo uprostřed pusy, nebo mezi pravým koutkem a prostředkem pusy, nebo mezi levým koutkem a prostředkem pusy ... Byl divný. " Toto ERICKSONOVO povídání o divném kuřákově dýmky trvalo hodinu - a Jeff od té doby už nikdy dýmku nekouřil.

*Idea používat příběhy s cílem vyvolat změnu v člověku vycházela u **ERICKSONA** z přesvědčení, že lidské vědomí je tou částí lidské bytosti, která je hodně rigidní a omezená a je významně zodpovědná za vznik lidských problémů a nemocí a zejména za jejich udržování. Dále všichni dobře víme, že vědomí není s to řešit problémy*

psychopatologické či psychosomatické kvality, není ani s to odnaučit člověka kouřit dýmku. Dokáže to ale ta část lidské mysli, které **ERICKSON** říkal nevědomí. V této části lidské mysli **ERICKSON** tušil to, čemu říkal zdroje, pozitivní potenciály ke změně. Jedním z nich - kromě různých obecných i individuálně specifických životních zkušeností se zvládnutými vývojovými a životními úkoly - je *kreativita*. Víme také všichni, že je to nějaká nevědomá část lidské mysli, která je zodpovědná za tvořivost jak ve vědě, tak v umění. Tato nevědomá kreativita je s to řešit problémy různého druhu - včetně těch, které jsou psychopatologické či psychosomatické povahy. Dokladů je k tomu hodně, zde bohužel není prostor na to je uvádět.

Nicméně, s touto nevědomou částí lidské mysli nelze komunikovat takovým způsobem, jakým komunikujeme s vědomím, čili lineárně - logicky - racionálně, digitálně. Jazyk tohoto kreativního nevědomí je jiný, je cirkulární, celostní, metaforický, analogový. K tomu existují kromě empirických a klinických důkazů i důkazy experimentální - výsledky výzkumu s tzv. split-brain pacienty (podrobně viz. např. WATZLAWICK 1982). Proto je účinným psychoterapeutickým jazykem, jazykem terapeutické změny právě tato celostní, metaforická, nelineární komunikace. Tato komunikace jednak vytváří pro nevědomí prostor, ve kterém může realizovat svoji problémy řešící kreativitu a jednak mu k těmto řešením dodává nutné podněty, informace takovým způsobem, kterému rozumí. Příběhy jsou jedním z nástrojů této komunikace.

K terapeutické změně prostřednictvím terapeutického příběhu **nedochází vlivem děje příběhu a jeho rozuzlení, ale vlivem ožívování zkušeností a vytvářením nových spojení mezi zkušenostmi, vytvořením nové zkušenostní sítě, nové zkušenostní struktury.** "Ericksonská" definice terapeutického příběhu: *terapeutický příběh je metaforou, povídkou s dramatickými prvky, která upoutá pozornost a poskytne nový kontext, ve kterém klient získá novou (emocionální) zkušenost.* (Jedna z formulací definice "ericksonské" psychoterapie: Psychoterapie je vytváření signifikantní emoční zkušenosti.) Upoutáním pozornosti v definici terapeutického příběhu se rozumí upoutání pozornosti vědomí. Zdánlivě logická lineární dějová výstavba příběhu, spojená s dramatickými prvky (tajemství, očekávání, překvapení), je určena vědomím. Děj příběhu má být co nejvíce obsahově vzdálen problému klienta, nebo cíli, který sledujeme, aby nevznikli žádné vědomé, racionální spoje. Toto pravidlo souvisí s už zmíněnou skutečností, že většinou vědomí brání řešení problému. V podstatě se nejedná v této linii příběhu o upoutání pozornosti, ale o odpoutání pozornosti. Do této dějové linie příběhu je pak umístěn poetický, celostní jazyk, včetně nepřímých formulací (nepřímé sugesce, roztroušené sugesce, vazby - tyto pojmy na tomto místě pro nedostatek prostoru zde nelze definovat), který evokuje emoce, zkušenosti a vytváří mezi nimi žádoucí asociace. Tato druhá linie, linie nelineární komunikace, je určena nevědomím. O co více je upoutána-odpoutána vědomá pozornost, o to více prostoru má nevědomí na svoji práci.

Mnozí z nás mají následující zkušenost: viděli jsme v kině nebo v televizi dobře udělaný špionážní thriller nebo horor. Film končí "dobře", ten zlý agent, nebo to zlé seskupení agentů je odhaleno, dopadeno, eliminováno, hororová nestvůra je zabita, zničena. Naše vědomí ví, že to všechno dobře dopadlo a navíc dokonce ví, že to byl jenom film. Nicméně odcházíme z kina, nebo od televize s výraznými pocity napětí, strachu a podezírání. Díváme se pod postel, jestli tam náhodou není

ta nestvůra, anebo se bojíme podívat pod postel, aby tam náhodou nebyla. Všechno to jsou iracionální procesy, ale přesto fungují. Anebo fungují právě proto. A tyto pocity v nás mohou trvat i několik dnů po shlédnutí takového filmu. Byly evokovány oslovením našeho nevědomí obrazným jazykem.

Tak nějak by měly fungovat terapeutické příběhy, s tím rozdílem, že evokujeme terapeuticky žádoucí emoce, vytváříme mezi nimi terapeutické asociace a fixujeme je.

Existují velice podrobná schemata ke konstrukci terapeutických příběhu s cílem **změny postojů, afektů, sebeobrazu, prvků chování, rodinné struktury**. Je možné je vykládat v individuální, párové i rodinné terapii.

Aby to fungovalo, musí příběh nějakým způsobem zapadat do klientovy mapy světa, do jeho jazyka a musí být připravena půda zejména fungujícím terapeutickým vztahem.

Rád bych aspoň jeden takový příběh uvedl jako příklad, ale vykládání podle těchto pravidel sestaveného terapeutického příběhu trvá 30 - 80 minut. Možná někdy jindy.

K ERICKSONOVI v těchto souvislostech ještě nutno říci, že mezi lidmi, kteří se nějakým způsobem - a tedy ne dostatečně - zajímali o jeho práci, vznikl mýtus, že ericksonská terapie je v podstatě jenom metaforická terapie. Pravdou je, že metafory v psychoterapii tvořili asi 30% komunikačních prostředků, které **ERICKSON** psychoterapii používal.

A závěrem, když už není prostor na kompletní terapeutický příběh, tak aspoň jednu psychiatricko-matrimoniologickou anekdotu :

Docent na psychiatrické klinice předvádí studentům pacienty. V prvním pokoji je trochu zmateně vyhlížející muž, který sedí na židli a na klíně drží dřevěnou podobiznu ženy v životní velikosti s blond vlasy, kterou hladí a líbá. Studenti se ptají a docent vysvětluje : Tento muž byl před lety zamilován do jedné blondýny, ale ta se provdala za jiného muže. A tento pacient si promítá svoji lásku do té dřevěné loutky, myslí si, že je to ta jeho ... Pak šli ke druhému pokoji. Mohli se dívat dovnitř jenom malým okénkem a viděli, že je to kompletně vypočítávaná cela, ve které pobíhá muž ode zdi ke zdi hlavou napřed a vydává u toho zoufalé nelidské zvuky. Studenti se ptají, co je tomuto pacientovi. Docent vysvětluje : To je muž, který si tu blondýnu vzal ...

Literatura :

HALEY Jay (Ed.) : Conversations with Milton H. Erickson.

Volume I: Changing Individuals.

Volume II: Changing Couples.

Volume III: Changing Children and families.

Triangle Press, W.W.Norton & Co., New York, 1985.

LANKTON Stephen & Carol : Enchantment and Intervention in Family Therapy. Training in Ericksonian Approaches.

Brunner/Mazel Inc., New York, 1986.

WATZLAWICK Paul : Die Moeglichkeit des Andersseins. Zur
Technik der therapeutischen Kommunikation.

Verlag Hans Huber, Bern-Stuttgart-Wien, 1982.

ZEIG Jeffrey K.: A Teaching Seminar with Milton H.
Erickson.

Brunner/Mazel Inc., New York, 1980.

MILTON H. ERICKSON: MENTÁLNÍ ANOREXIE - KASUISTIKA -

K prezentaci na vědecké schůzy sekce rodinné terapie (30.5.95) a pro Kontext přeložil, upravil, přerozprávěl a i vlastním komentářem opatřil Juraj Barbarič.

Ve všech případech mentální anorexie, které jsem viděl (asi 50), byl mezi pacientkami a jejich rodiči velice zvláštní vztah. Ze strany rodičů byl vztah charakterizován skrývanou zlostí vůči dceři a extrémní mírou směsi strachu o ní a pečovatelsví - podivná ambivalence, která vedla k výrazné skrývané frustraci a nespokojenosti s fungováním vztahu. Pacientky ve vztahu k rodičům charakterizoval intenzivní pečlivě skrývaný strach z nich, zejména z matky a dále byl u nich typický strach z emoční zaangažovanosti v sociálních vztazích vůbec. K tomu se často připojuje velice vágní religiozita a mesiášský komplex. Součástí těchto vágních religiózních a mesiášských přesvědčení je nutnost plnit sliby, nelhat, neškodit lidem kolem sebe a pasivní podrobnost navenek.

Předkládaný případ je popisem postupu, který jsem úspěšně použil v průběhu velice krátkého času - celá terapie trvala cca jeden měsíc, měla asi 20 hodin.

Vytvoření vztahu.

K prvním dvěma rozhovorům přišla 14ti letá pacientka spolu s maminkou. Jak je to typické pro většinu matek těchto dívek, i tato matka odpovídala ochranně-přezkouškovým způsobem na všechny otázky, které jsem kladl dceři. Poté, co jsem matce dopřál prostor, aby takto demonstrovala svůj zájem, jsem ji velice slušně, ale velmi důrazně požádal, aby mlčela a aby nechala mluvit svoji dceru. Pak jsem získával od dcery obecné informace. Po mých otázkách jsem ji řekl : " Tví rodiče tě za mnou přivedli, abych se postaral o to, aby si jedla. Ale já vůbec nemám v úmyslu se tím zabývat. Jestli jíš anebo ne je jenom a úplně tvoje věc a nikomu jinému do toho nic není. Je jenom tvoje věc, jak s tím naložíš ...!"

Komentář :

Už v prvních několika svých větách vytvářím s pacientkou nosný vztah tím, že se jednoznačně stavím na její stranu a v podstatě zdánlivě proti její rodičům. Pak jako místo kontroly toho, co se bude dít, definuji dívku samotnou a to tak, že říkám, že nikomu do toho nic není a že je jenom JEJÍ věc, jak s tím naloží. Pacientka se tak navíc ocitá v situaci, ve které se mi nemusí bránit. Už v těchto intervencích jsou obsaženy dvojná vazba a paradox. Paradox v tom, že vůbec nedělám to, co se ode mne očekávalo. Subtilní dvojně-vazebnou situaci vytváří explicitní definicí

situace determinované přesvědčení pacientky, že se vlastně nemá nebo nemusí změnit v kontextu, který je implicitně zadefinovaný jako situace změny. Takto vystavěná vztahově - komunikační situace sama o sobě již redukuje rigidní vědomé tendence a zaměření. Tak vzniká první prostor pro možnost terapeutické změny.

Odpoutání od vědomého zaměření.

"...nicméně chci upozornit na to, že jako lékař musím dbát o celkové zdraví lidí a tedy i o ústní hygienu. Je úplně jedno, jestli člověk jí anebo ne, o svá ústa a o své zuby musí pečovat. Musíš si čistit zuby nejméně dvakrát, ale i vícekrát denně a to zubní pastou s fluorem, ale dávej u toho velký pozor na to, aby si ani kousek pasty nespolkla! "

Poté, co s tím souhlasila, jsem pokračoval :

" Správná péče o ústa ale vyžaduje další opatření, které musím jako lékař předepsat. Jedná se o používání vhodné ústní vody s cílem odstranit zubní povlak před čištěním zubů a po čištění zubů s cílem zpomalit tvorbu nového zubního povlaku. U toho ale musíš dávat stále dobrý pozor na to, aby si nic ani náhodou nespolkla!"

A vylákal jsem od dívky slib, že bude má doporučení ohledně ústní hygieny dodržovat.

Komentář :

Vytvářím ano-zaměření, dívce v podstatě nezbyvá než souhlasit s mými návodů na ústní hygienu. Vyžádám si slib k jejich dodržování a splnění slibu je v aktuálním hodnotovém systému dívky velmi důležité. Používám tedy to, co je u dívky přítomné a přitom všem mluvím o zdánlivě zcela irelevantní věci - o ústní hygieně. To odpoutává vědomí od problému, s kterým původně přišli. Matka samozřejmě vůbec nechápe, která "bije".

Eliminace mesiášského komplexu a vědomých postojů. Inicializace nevědomého hledání.

Pak jsem jí stejně jako tuto důležitou ústní vodu předepsal - rybí tuk, přičemž jsem ji ještě jednou upozornil, že nesmí spolknout ani kapičku.

Matce jsem mezi čtyřma očima řekl, aby používání rybího tuku zkontrolovala jenom jednou. Po ukončení terapie se matka přiznala, že se donutila koupit dceři jenom malinkou lahvičku rybího tuku a že když se poprvé dívala, jak tím dcera kloktá, sama se skoro pozvracela. Jednoho dne pak lahvička prostě zmizela.

Nicméně na začátku kůry rybím tukem dívka rebelovala tím, že 3. celou noc nespala a fňukala a to tak, že její matka také nemohla spát. A já jsem dívce pak držel kázání, že to není slušné takto obtěžovat své okolí a jelikož bylo její chování obráceno vůči matce, má matka právo určit trest. Matka jako trest navrhla porci míchaných vajec. A vejce spolu s chutí rybiho tuku, to byl skutečně trest.

Sám jsem se dívky zeptal jenom jednou, jestli svoji ústní vodu používá pravidelně.

A pak jsem jí vykládal různé příběhy, nudné i vzrušující, lehce neslušné i banální, fascinující i uklidňující. Jeden kolega, který toho byl svědkem, konstatoval, že jsem ji prohnal celým spektrem emocí.

Komentář :

Vyplachování pusy rybím tukem je nesnesitelné, věděl jsem, že se dívka tomu bude bránit. Nicméně ji její vědomě akceptovaný mesiášský postoj nutil k splnění slibu, aby nestratila svůj obraz o sobě. Nepřímé projevy protestu matka potrestala míchanými vejci a dcera musela opět v důsledku svého mesiášského nastavení trest podrobitivě přijmout. Tím se jednak jídlo stalo z odměny trestem a jednak se dostalo pryč z tabu-zóny. Pozice jídla v celé situaci se významně změnila.

Dále dívka samozřejmě nemohla dlouho vydržet kloktání rybím tukem a tak lahvičku s ním prostě ztratila, čímž ale musela sama v sobě opustit svůj sebeobraz poslušné hodné dívky. Nejenom, že neuposlechla příkaz doktora a matky, ale taky porušila slib a lhala - a ona to všechno věděla, i když si myslela, že my o tom nevíme.

Ztráta původního sebeobrazu mobilizuje vnitřní nevědomé hledání potenciálně terapeutických reakcí. Toto vnitřní hledání je navíc facilitováno metaforami, které evokují různé emocionální odpovědi.

Terapeutická dvojná vazba.

Předtím, než se rodiče rozhodli požádat o pomoc mne, byla dívka v nemocnici, kde zhubla ještě jeden a půl kila. Když přišla ke mně, vážila šestadvacet kilo na nadprůměrnou výšku čtrnáctileté dívky. V průběhu prvních dvou týdnů naší terapie přibrala cca dvě kila. Na to jsem požádal matku - která můj postup samozřejmě vůbec nechápala -, aby se postavila a sdělila mi svoji výšku a váhu, věk a počet dětí. Řekla mi, že jí je přes čtyřicet, je matkou pěti dětí, povoláním že je lékařka a její manžel je taky lékař, že měří metr pětasedesát a váží dvaapadesát kilo, ani o gram více jako v den její svatby před devatenácti lety. Reagoval jsem dobře zahraným šokem z její podvyživenosti (navíc se mi zdála přes metr sedmdesát vysoká) a velice důrazně jsem ji řekl, že by matka pěti dětí v jejím věku měla vážit devětapadesát kilo a jestli se tedy nestydí přivést svou dceru do terapie kvůli nízké váze, když sama nemá normální váhu. A pak jsem její dceři řekl : " Chci, aby ses postarala o to, aby tvá matka přibrala a aby si mi okamžitě oznámila, když nebude pořádně jíst !"

Komentář :

Matka, díky tomu, že vůbec nechápala, co se děje a považovala to všechno za zbytečné, měla v této fázi tendenci terapii ukončit. Proto jsem ji potřeboval uchopit a toho lze nejlépe dosáhnout překvapením. Překvapil jsem ji svými otázkami a kritikou a tím jsem také aspoň částečně oslabil její vědomé zaměření v celé hře a tak vytvořil půdu pro akceptaci nového zadání - tedy že musí přibrat a že to bude hlídat její dcera -, které vytvořilo dvojně-vazebnou situaci: na vědomé rovině je dcera velice ráda, že bude mít pro změnu ona kontrolu nad svou matkou, na nevědomé rovině dohlížení nad dostatečným stravováním matky uvádí u dcery nepřímo do chodu nevědomé ideodynamické zaměření na vlastní dostatečné stravování. Matka by byla ráda, kdyby dcera byla zdravá, ale to je možné jenom tehdy, když se vzdá své patologické kontroly nad dcerou. V popsané překvapující intervenci matka akceptuje kontrolu dcery nad sebou, čili sama kontrolu nad ní ztrácí.

Vytvoření spojení mezi matkou a dcerou.

Pak se jednou stalo, že matka nedojedla svůj hamburger, dceři řekla, že ho večer ještě dojí, ale neudělala to a dcera mi to oznámila až za dva dny. Obě se prohřešili proti mým "lékařským" doporučením, obě zasluhovaly trest. A jelikož se prohřešily proti mně, trest jsem určil já. Matka musela v mé kuchyni udělat dva zapečené sýrové sendviče, ale ne obyčejné. Ne jeden sýr mezi dvěma chleby, ale jeden chléb mezi dvěma plátky sýra a dcera i matka je pak musely pod mým dohledem sníst.

Komentář :

Tím, že je obě společně potrestám, vytvořím situaci společného nepřítele pro dceru i matku, čímž se zruší jejich skryté nepřátelství. Je to všechno v humorném kontextu převráceného sendviče a tak je to přijatelnější i na vědomé a behaviorální rovině.

Emoční katarze.

Další důležitý krok spočíval v tom, že jsem dívku provokoval. Nazval jsem ji lhářkou a zbabělcem a tvrdil jsem, že to mohu dokázat. Samozřejmě proti mým obviněním protestovala a tak jsem ji vyzval, aby mne udeřila na paži. Byla viditelně našťvaná a lehce mne na paži uhodila. Já jsem jí hned na to řekl, že je lhářka, jelikož předstírá, že jemný dotek je našťvaným úderem a že je zbabělá, protože nemá odvahu udeřit mne pořádně. To ji našťvalo ještě víc a uhodila mne znovu, stále slabě, ale přece jenom silněji, než poprvé. Poté se ale otočila a utekla do čekárny. Krátce nato se vrátila do pracovny se suchýma očima a posadila se na své místo. A já jsem ji opět řekl, že je zbabělec, protože utekla před následky svého úderu a protože nechtěla, abych viděl její slzy a že je lhářka, protože se vrátila se suchýma očima, i když jsem viděl, že pláče, když vybíhala z místnosti.

Potom jsem ji znovu vykládal různé příběhy, které ji prohnaly celým spektrem emocí.

Komentář :

Tento způsob vyvolání katarze, která je sama o sobě nutná, kromě očistného účinku více otevírá emocionalitu a hlavně potvrzuje změnu sebeobrazu k mnohem reálnějšímu, než byl původní.

Terapeutické vazby a paradox.

Potom jsem své pacientce vysvětlil, že bych neměl nic proti tomu ji čas od času vidět, ale že si myslím, že ona by se raději vrátila do svého domova vzdáleného od Arizony 2 000 mil. Řekl jsem jí dále, že bych byl rád, kdyby v den odjezdu vážila 38 kilo, ale že ona možná bude chtít vážit jenom 34 kilo. Tak bych rád, kdyby její matka v den odjezdu vážila 59 kilo, ale že ona sama bude možná chtít mít jenom 56 kilo. Pak jsem jí vysvětlil něco o denním kolísání váhy, které se pohybuje kolem jednoho kilogramu a dodal jsem, že si sice mohou vybrat svoji váhu k odjezdu, ale že v den odjezdu musí každá vážit o kilo

a půl víc, právě kvůli tomu dennímu kolísání. A dívce jsem ještě řekl, že po příjezdu domů musí v průběhu prvního měsíce přibrat aspoň dvě kila a matce jsem přikázal, že když se tak nestane, musí dceru přivést zpátky a já že pak budu pokračovat v terapii.

Komentář :

Serií jednoduchých vazeb jim dávám iluzi svobodné volby váhy, ale vždy v terapeutickém směru. Potom paradoxně k této " svobodné " volbě zadám velice autoritativní příkaz, za jakých podmínek se musí vrátit do terapie. Počítám navíc s výraznou nechutí se vrátit do terapie, jelikož ani pro matku ani pro dceru to nebylo nic příjemného, udělají tedy vše nutné, aby se vrátit nemusely.

Šok a využití etického hodnotového systému. Svědomí jako metarovina. Katamnéza.

Krátce před odjezdem přijeli do Phoenixu otec pacientky a její čtyři sourozenci.

Nejdřív jsem mluvil s otcem a zjistil jsem, že má taky podváhu. Řekl, že je to preventivní opatření proti diabetu, ale na otázku, jestli se v jeho rodině diabetes vyskytoval, odpověděl záporně a tak jsem mu dal důrazné poučení o tom, že ohrožuje život své dcery příkladem podvýživy.

Potom jsem mluvil se starším bratrem a sestrou pacientky. Ptal jsem se jich, jak dlouho pozorovali hubnutí své sestry. Že prý zhruba jeden rok. Tak jsem se zeptal, co proti tomu dělali. Řekli mi, že jí nabízeli cukroví a ovoce, ale že jejich sestra to vždy odmítla se slovy, že si to nezaslouží. Na to jsem jim velice tvrdě vytkl, že obrali svou sestru o ústavní právo přijímat dary! Byli z toho tak překvapeni, že ani nepostřehli pseudologiku mých argumentů.

Pak jsem ještě krátce na toto téma mluvil s pacientkou a trdě jsem jí vytkl, že obrala své sourozence o ústavní právo dávat dary ...

Pacientka při odjezdu vážila 34,5 kila a matka 57 kilo. Před odjezdem se dívka nechala vyfotit na mém klíně (později jsem se dověděl, že si nechala fotku zvětšit a dala si ji na zeď ve svém pokoji) a na rozloučení dostala ode mne recept na skořicový koláč. Při příjezdu domů našla dopis ode mne, ve kterém jsem ji napsal, že její váha je jenom věcí jejího svědomí a nikomu jinému do toho nic není a prosím ji, aby mi poslala třídní fotku z nové třídy. Napsala a fotku poslala a pak psala ještě nějakou dobu pravidelně. Rok o půl po terapii měla stále normální váhu a ve všech životních oblastech se jí dařilo dobře.

Komentář :

Otce a starší sourozence pacientky jsem svými komentáři zcela vyvedl z míry. Věděl jsem, že si všichni velice zakládají na svých amerických etických zásadách a zasáhl jsem je na jednom z jejich nejzranitelnějších míst. Museli přehodnotit a hledat nové, vhodnější " etické kontexty " chování v rodině.

Apelace na svědomí pacientky v takto zdefinované situaci funguje jako dvojná vazba. Byl jsem to já, kdo výrazně zasáhl do jejího života a do její váhy a ne její

svědomí. Její svědomí bude tedy ve vztahu k její váze dobře fungovat jenom tehdy, když nebude fungovat.

Fotka na klíně je hezká materializace pacientčina přenosu na mne jako na otce.

Recept na koláč funguje jako posthypnotická sugesce - vychutnávej své jídlo.

Dopis je prodloužená ruka vlivu na vzdálenost 2 000 mil, jak v prostoru, tak v čase.

Poznámky na závěr :

ERICKSONOVI bylo v době tohoto případu 73 let, to je rozhodně jeden z důvodů, proč si mohl dovolit vystupovat tak autoritativně. Navíc - jak píše Jay HALEY -, ERICKSONOVY intervence se v poslední třetině jeho života podobaly práci hodně zralého umělce. Byly stručné a výstižné. Stály na jeho osobnostní zralosti, která v nemalé míře souvisela s jeho nelehkým osudem těžce chronicky nemocného člověka, a s jeho mravenčí prací na terapeutických dovednostech a zkušenostech.

Komentované kasuistiky, jako je tato, vznikly v spolupráci Milтона ERICKSONA a Ernesta ROSSIHO, jednoho z ERICKSONOVÝCH osobních žáků. ROSSI diskutoval s ERICKSONEM jeho případy, diskuse nahrával a pak je přepsal do knižní podoby. Terminologie je většinou od ROSSIHO, je ale místy diskutabilní. ROSSI navzdory tomu, že je, jako mu říkal ERICKSON, "a scientific mind" (vědecká mysl), a je velmi akurátní, termíny jako dvojná vazba a paradox používal v různých významech. Nicméně je snad z komentářů jasné, co se v terapii dělo. Terminologii lze diskutovat na jiném místě.

Literatura :

ERICKSON M.H., ROSSI E.: Hypnotherapy. An Exploratory Casebook.

Irvington, New York, 1979.

HALEY J. : Uncommon Therapy. The Psychiatric Techniques of Milton H. Erickson. W.W.Norton, New York, 1973.

Externalizace v terapii

(Sdělení na vědecké schůzi Psychiatrické společnosti - program: Rodinná terapie pět let před rokem 2000 - dne 4. ledna 1995)

Šárka Gjuričová

Moderní doba přinesla optimistickou víru ve zvládnutí světa a jeho problémů prostřednictvím nových a objektivních vědeckých poznatků. Tato doba, doba konce tisíciletí, tento optimismus ztrácí a znovu zvědavě a nejistě hledá. Hranice mezi vědeckým a nevědeckým se při tomto hledání znejišťuje. V odborné práci se - podobně jako v hudbě či architektuře - objevují nové interpretace starých témat. Externalizaci lze chápat jako novou interpretaci starého tématu.

Kdyby Michael White a David Epston tvrdili, že poprvé použili externalizaci, musela bych upozornit, že ji předtím použila naše babička. Když jsme doma jako děti řádili, babička říkala, že do nás vjel čert. "Že do tebe ten čert dnes vjel, ten se tě drží", "Ten ti ale dává co proto, já nevím, že si to necháš líbit.". Když pak nějak zavládl doma klid a babička to komentovala, oznámila jsem v duchu konverzace, že už je čert zas pryč. Babička žasla, chtěla vědět, jak se mi to povedlo se ho zbavit.

Kdyby Michael White a David Epston slyšeli o babiččině hravém exorcismu, možná by připustili, že pracovala s ideou externalizace problému. V jejím přístupu jsem problémem nebyla já, démon zlobení byl nabídnut jako vnější a zároveň i mnou zvládnutelný. Externalizace byla - takto nepojmenována - rozhovorem, kterému jsem jako dítě rozuměla a zamlouval se mi. Dnes bych řekla, že na mne měla tato konverzace osvobozující vliv. Vlastně jsem nebyla kritizovaná, nemluvílo se o tom, že jsem špatná či zlobivá. O mně se mluvilo leda tak, že já toho o čertovi a jeho zvyklostech hodně vím a budu-li chtít, můžu s tím něco udělat.

Terapeuti Novozélandčan David Epston a Australan Michael White naprosto netvrdí, že vymysleli externalizaci a nenárokují si ani jiné prvenství, odmítají být označeni jako další škola rodinné terapie. Prý by tak ztráceli svou volnost při zkoumání nových myšlenek, odmítají se vzdát ducha dobrodružství a sami netuší, kam je jejich zkoumání zavede. Epston a White jsou autorskou dvojicí, která je spojována s narativním přístupem v terapii a v tomto kontextu využívají externalizace. Jejich spolupráce začíná koncem 80. let, svými nápady oslovili již terapeuty všech kontinentů. Činí tak s velkou vynalézavostí a tvořivým talentem. Zatímco Epston je vzděláním antropolog jeho inspirace je z této oblasti, White staví teoreticky především na myšlenkách Francouze Michela Foucaulta. K nám přinesl rozpracování některých jejich myšlenek dánský terapeut Torben Marner už v roce 1991 a v také v loňském roce věnoval pro zájemce o externalizaci třídní workshop.

Malý zázrak externalizace Epstona a Whitea je zakotven v možnosti přijmout, že umístění či lokalizace problému je vždy metaforou, a to metaforou ovlivěnou svou

dobou a kulturou. Uvažování o lidském problému jakožto o problému intrapsychickém je poměrně nedávnou myšlenkovou tradicí, svázanou s rozvojem západní psychologie a psychoterapie. Jde tedy o konstrukci, která je však v naší době natolik běžná, že se stala realitou nejen pro odborníky v péči o duševní zdraví, ale i pro jejich klienty, získala podobu majoritního přesvědčení. Umísťování problému mimo sebe se ovšem děje, nejčastěji však tím, že se problém metaforicky umísťuje do jiného člověka. To je známé obviňování: problém není ve mně, je v tobě, to ty jsi vinný, já nevinný... Odborníky je proto toto umísťování považováno za neproduktivní, spouští nekonečné interakční řetězce vzájemného obviňování, v nichž lze uvíznout jako v bludném kruhu.

White a Epston jdou proti majoritní intrapsychické metafoře svérázně. Odpojují problém od osoby a propůjčují mu nezávislou existenci. Téma externalizace je ostatně dobrým příkladem toho, že nosné nápady obvykle bývají znovuobjevením zapomenutého, co bylo už kdysi dávno využíváno, ale pak odvrhnuť jako nevědecké, neplatné, protože neodpovídající existujícím modelům poznání. Démoni či zlí duchové byli vyháněni od nepaměti. Existovaly očistné či úzdravné praktiky a rituály, spojené se získáváním vlády nad problémem, existovaly návody, jak se stát znovu pánem vlastního života, existovaly praktiky spojené s léčbou duševní nemoci, v jazyce své doby posedlosti d'áblem, očarování či uřknutí. V době rozvoje věd jejich povrchní obsah srozumitelně budil přezíravý posměch a nikdo neměl zájem objevovat smysl těchto metafor, naslouchat nevyřčenému... V moderním diskursu nebylo místa pro tyto metafory. Byly vykázaný do říše ne-vědy, a znovuobjevují se a rozvíjejí - ovšem už v jazyce této doby - až nyní, v období soumraku moderny, či postmoderně a to někdy i okrajově také v některých dalších psychoterapeutických praktikách.

Mimochodem, prvky tohoto pohledu se uchovaly v pověrách, za náš neúspěch či nešikovnost může černá kočka, co nám přeběhla přes cestu. V běžném jazyce se říká, že se člověk může nacházet v zajetí zla, aniž by byl sám zlý, být stravován temnou vášní, aniž za to tak docela může: jde tu o odlišení člověka a činu, ale i o vyvinění, zbavení viny, pravda i zodpovědnosti.

Michaelu Whiteovi jde o odlišení člověka a problému a zároveň i o přijetí zodpovědnosti za způsob tohoto odlišení. Z vlastní zkušenosti z výukového semináře Michaela Whitea v USA mohu říci, že White skutečně přesvědčuje svým chováním o tom, že "Člověk není problémem, problémem je problém". Člověk opravdu není Whitem vnímán jako problém, pouze se dostal pod vládu či do moci problému. White mluví o externalizujícím rozhovoru, což je možná přesnějším vyjádřením skutečnosti, že jde o určité směřování a nikoli o techniku. Externalizující rozhovor dává možnost mluvit o životě tak, že je zdůrazněn kontext a vede k dekonstrukci "poruchy", psychopatologie anebo dysfunkce. Tento rozhovor zároveň umožňuje dát nové jméno "dominantnímu příběhu" a k tomu patří i nově pojmenovat to, co je nazváno problémem.

K tomu je potřebné zkoumání vlivu problému, jeho moci. White užívá diskursu Michela Foucaulta a mluví o moci oficiálních pravd a o moci oficiálního poznání i jazyka, o jejich schopnosti ovládat život člověka, ale i o schopnosti člověka postavit se této utlačující moci, vzbouřit se proti ní. V externalizujícím rozhovoru tedy jde často o debatu o novém označení problému - o jeho novém jménu a o jeho odlišení od osoby, či osobní identity. To má závažné důsledky pro všechny, kterých se problém nějak dotýká. Carl Tomm (1989) upozorňuje, že člověk, který "trpěl problé-

mem", se stává aktivním - tím, že se chápe vlády nad problémem a nad jeho důsledky v jeho životě a vztazích. Rozhovor pak zkoumá vliv problému na život a vztahy člověka, jde o jakousi mapu vztahů s problémem. K ilustraci poslouží jednoduchá ukázka:

Do Rodinného centra přichází matka, která sama žije s jedenáctiletým Matějem. Matka je zneklidněna kvůli situaci chlapce ve škole, prožívá ji nyní jako krizovou, na chlapce si stěžují prý všichni učitelé. Byl již na různých vyšetřeních, očekávalo se, že jde o mozkovou dysfunkci. Dysfunkce to není, přesto ve škole neposлуchá a dělá si, co chce. Matěj nesouhlasí, není neposlušný a neukázněný, jen někdy neví, o čem učitelé mluví a někdy se baví. Myslí, že je nepozorný a s tím si neví rady. Po chvíli domlouvání matka připustí, že nepozornost to může být, ale nenormální. To se Matějovi nelíbí, nakonec se shodnou, že je to opravdu hrozná nepozornost.

Takto pojmenována a upevněna v nezávislé existenci, otevírá nám Hrozná nepozornost možnost zkoumat, co to vlastně jemu a jeho matce dělá? Ukazuje se, že Matějovi způsobuje kromě kritiky učitelů v poslední době i zhoršení prospěchu. Postupně se odhaluje, jaké nepříjemné kousky Hrozná nepozornost Matějovi tropí: neví, nač je tázán, co si má přinést do školy a tak si někdy připadá jako blbec. Nedávno napsal úkol, který byl dvakrát delší, nežli zadaný, šel omylem do školy, zatímco zbytek třídy do zoologické zahrady. Měl hrozný vztek, ale na sebe, místo na ni, vždyť ho Hrozná nepozornost ošidila o návštěvu zoologické!

Matka se pravidelně dovídá nové zprávy o Hrozné nepozornosti ve škole, kam se rozhodla chodit každý týden. Tyto zprávy ji rozruší, trápí se a vyčítá si, že nebyla dost výchovně důsledná a činí kroky k nápravě. Nutí tedy Matěje do učení, zamyká mu skateboard, zakazuje mu chodit mezi kluky, přestala brát Matěje na plavání... Hrozná nepozornost se opravdu daří dělat z Matěje blbce a otravovat Matějovi a jeho matce život a vynalézavě je tak ovládat. V rozhovoru tak pomalu přestává být problém součástí Matěje, začíná se o něm hovořit jako o nepříteli, jemuž je třeba se postavit.

Další oblast zkoumání se tedy týká vlastního působení a vlivu svých osobních vztahů na "život" problému. Přitom se vyhledávají "jedinečné výsledky," které jsou v protikladu k tomu, jak to je pořád. Michael White hovoří o schopnosti nepodrobit se nátlaku problému či s Foucaultem o nepodrobení se moci dominantního příběhu. Cílem je určit oblasti kompetence jako základu zkoumání nových možností pro sebe. Pátráme, zda se Matěj Hrozné nepozornosti někdy vzepře a nedovolí, aby mu takhle škodila? Takové příklady jsou. Proti původnímu tvrzení Matějovy matky, že si všichni učitelé na Matěje stěžují, ukazuje se, že všichni ne, alespoň ne stejně. Učitelka dějepisu si nestěžuje a nedávno ho pochválila. Vypadá to, že se Hrozná nepozornost vůbec nedaří vkrádat se do dějepisu, že ji tam Matěj nepustí. Objevíme ještě jiné případy, kdy dovedl Matěj na nepozornost vyvrát, např. si morzeovkou zaznamenal zadané úkoly, což ho normálně psát nebaví. Zřejmě nepozornost morzeovce nerozuměla a nemohla zasáhnout.

Dotazováním se dá objevit, že i matka si někdy nenechá si poroučet Hroznou nepozorností, jaký má být její vztah s Matějem. Jednou, když ji paní učitelka při obvyklém hlášení ve škole informovala opět o Hrozné nepozornosti, matka místo nových zákazů šla se synem do kina, později si to však vyčítala. Velká závažnost, kterou matka situaci ve škole přikládá, se ukazuje pak v novém světle. Domnívá se,

že Matějovo chování je přísněji posuzováno tím, že jej vychovává sama jako svobodná matka a je přesvědčena, že přísně je posuzována i její výchova.

Při příštím setkání se matka omlouvá, bohužel neví, jak to je ve škole v posledním týdnu, v návalu práce totiž zapomněla zajít do školy pro informaci ve stanovený den! ... přes týden tedy o Hrozně nepozornosti nic přesného neví?... Jakoby neexistovala, souhlasí matka a se zájmem uvažuje o tom, jaké by to mělo důsledky, kdyby z nepozornosti zapomněla znovu a kdyby zapomněla i paní učitelka.

V průběhu rozhovoru se mění vnímání problému. Přestává být stálý a neměnný a hlavně přestává rozdělovat matku a syna. Otvírá se i možnost vytvořit si vůči problému nový vztah, k němuž pomáhá spojení proti problému. Whiteovský jedinečný výsledek dává vždy možnost rozvíjet naději na změnu. Případ, kdy se matka dokázala osvobodit od problému, je podmíněn matčinou nepozorností. Relativizace toho, co lze vnímat jako problém a jako kompetenci je sám o sobě osvobozující. Nový vztah vůči problémem a znovuobjevení schopnosti jej ovlivňovat mění pocit bezmoci.

Dodala bych, že užívání externalizace je vskutku dobrý nápad a těší se zájmu terapeutů v mnoha zemích. Ale - abych ocitovala jeden výrok: "Nic není tak nebezpečného, jako dobrý nápad, pokud je jediným nápadem, který máme!"

PŘÍPAD S TEPLOTAMI (Externalizace)

Lída Trapková

Před rokem mi poslal pediatr čtyřčlennou rodinu, abych se pokusila ovlivnit chronický symptom u 14-ti leté Terešky. Do té doby nepřinesla po šest let žádná z dostupných metod somatické medicíny trvalé uzdravení.

Během roku, který uplynul, jsem měla možnost vstoupit do intimního prostoru interakcí členů rodiny, a aniž bychom měli kdokoli z nás patřičné znalosti z interní medicíny, otec výtvarník, matka sociální pracovnice, já psychologka a děti na základní škole, dokázali jsme drobnou, vytrvalou prací, že tělesný příznak téměř vymizel. A i tehdy, když se zdaleka ne v bývalé frekvenci a intenzitě přeci jen objeví, umí jej Tereška zase během krátké doby bez léků a za podpory rodičů z rodiny vyloučit - v odborné terminologii externalizovat.

Mohla jsem se tak stát svědkem dalšího z příběhů, v němž si ověřuji zázračný jev: Slovem a kultivovanou myšlenkou je možné ovlivnit fyziologické procesy v materiálním těle bez jakékoliv biochemické léčby. A to jak směrem k nemoci, tak k uzdravení.

Tereška trpěla od svých sedmi let vysokými teplotami neznámé etiologie. Běžně přesahovaly 38 stupňů, matka vzpomíná na nebezpečné stavy, kdy teplota vystoupila přes 41 stupňů. Od druhé třídy se po celou školní docházku opakovaly několikrát denní hospitalizace, ve škole nespočetné množství absencí.

Hned při prvním setkání, když jsem se orientovala v historii rodiny a příznaku (Časová osa, Chvála 95), musela jsem si všimnout klíčové nápadnosti. Vzniku obtíží předcházelo v životě rodiny komplikované období, matka byla extrémně emočně přetížena. Těhotná se svým druhým dítětem, dojížděla pravidelně do 100 km vzdáleného rodiště, kde jí umírala matka na rakovinu a ona ji doopatřovala až do konce v domácím ošetření. Na otce dětí se tehdy ještě spoléhat nemohla, dodnes nejsou oddáni a potřebnou jistotu ve vztahu s ním získala mnohem později. Jediným z jejích blízkých, s kým nebyly v té době žádné starosti, byla 7-mi letá Tereška. Dobře se učila, domácí úkoly dělala bez dopomoci ("Byla jsi tak samostatná!"), byla zdravá, poslušná. Pro myšlenku, že teploty přitáhly matčinu péči a pozornost, kterou každé zdravé 7-mi leté dítě přeci potřebuje, aby normálně prospívalo, jsem nešla daleko.

Symptomu, který poprvé mohl vzniknout zcela banálně, se zmocnil suprasystém, v jehož intencích není somatický lékař zvyklý uvažovat. Je v logice druhého řádu, že využil neuvědomovaného vlivu příznaku k zajištění přirozené potřeby dítěte. Tělo začalo v rámci systému přesahujícím tělesné hranice, příznak opakovat, kdykoli se mu to, aniž si to mohla Tereška uvědomit, hodilo. Opakováním se začal symptom upevňovat a jako úspěšný uplatňovat v dalších situacích, kde už nebylo tak nápadné, že poutá matčinu pozornost a péči, nebo kde o ni už vůbec nešlo, ale kde prostě

usnadňoval nepříjemné situace v životě Terezky. Řešil je svým svérázným a nebezpečným způsobem. Medicína nezahlédla včas širší psychosociální souvislosti a zařadila se neuvědomovaně mezi ty, kteří symptom pomáhali udržovat a posilovat. Opakovaným vyšetřováním dodávala teď už nejen Terezce, ale i bezradným a pochopitelně zoufalým rodičům tolik potřebný pocit péče a důvěry, že je stále někdo, na koho se mohou obrátit, kdo rozumí záležitostem zdraví a nemoci lépe než oni a u koho najdou naději na uzdravení. Ale protože se tak dělo v příliš úzkém rámci, systém iatrogenizovala.

V průběhu roční terapie rodiny jsem používala integrativně více postupů. Zavedu Vás nyní doprostřed 33.sezení s Terezkou a oběma rodiči, abych na výňatcích doslovného přepisu rozhovoru z magnetofonové nahrávky, kterou jsem jen lehce pro srozumitelnost stylisticky upravila, ukázala postup, kterému se v rodinné terapii říká externalizace (D.White, M.Epston, T.Marnier, 80-tá a 90-tá léta).

Sešli jsme se krátce po začátku nového školního roku, Terezka byla už 4 měsíce bez potíží, ale s nástupem do deváté třídy se znovu objevily absence pro zvýšené teploty.

Pozn.: M ... otec

F ... matka

X ... dcera

T ... terapeutka

33.sezení (M+F+X)

T: A jak je to s teplotama?

M: Nó, teď jsme u toho, prosím, teď mluv!

X: To nebyla teplota, ale uzliny, víš, tati!

F: Teďka se mě zastaň, já nevím jestli máme rozlišovat teploty a uzliny, to je prašť jako uhod'.

X: Mami!

F: Já se tě zastanu...

T: Kolikrát jsi byla od začátku roku nemocná?

M: Včera jsem to počítal.

F: Aspoň pětkrát.

X: Není...

F: Já jsem si to počítala, je to devět dní.

X: Ne ,není!

F: Je to devět dnů, pětkrát jsi byla doma a z toho několikrát po dvou dnech, asi dvakrát, nebo já nevím, je to pět dnů...

T: Takže bych řekla, že je všechno při starém, že to spadlo.

X: To není pravda!

F: Já mám taky ten dojem, paní doktorko!

T: Máte trochu přehled o tom, jak to s těma teplotama je? Když jsme na tom začali dělat, jak dlouhé období bylo bez teplot?

X: Právě, mami, to je ten rozdíl, já jsem ty teploty měla třeba 14 dní vcelku, furt! A teď to mám jenom ten jeden den - ty už si totiž tak navykla...

F: No, když jsme přišli k paní doktorce, tak jsi chodila do školy vždycky jeden den jo, dva dny né.

X: (Skáče neustále do řeči, hádá se.) To bylo 14 dní!

T: Jak to bylo, když jste přišli sem?

X: Kdy jsme přišli?

F: Před 3/4 rokem bych řekla, ne?

T: Poprvé jste tady byli 2.11.93. Skoro přesně rok, co jsme se poprvé viděli. Jakou máte vzpomínku, jak to probíhalo, kdyby jste měli popsat ten rok?

X: Předtím, ten rok - to se od té doby hrozně zlepšilo, Ale předtím, dyť to si mami nepamatuješ, když jsem dělala v sedmičce zkoušky na konci roku!

F: Ano, jak jsi byla v nemocnici, chyběla jsi třeba 3 neděle vcelku.

.....

T: Pojdme to zkusit si vzpomenout. V průběhu celé osmé třídy jsme se vídali.

X: V té osmičce už to bylo lepší!

T: Jak to vypadalo předtím, jak to vypadalo v průběhu toho, co jsme se stýkali a jak je to teď?

X: Já bych to udělala tak, že by každéj posoudil...

T: Nó, můžete se doplňovat.

X: Jenže každéj to má určitě úplně jinak.

M: Já ti neřeknu ani slovo.

X: No, táto!

M: Nevím.

(Hádají se.)

T: Táta neví a jakom na to máte vzpomínku vy?

F: No já si myslím, že nastalo určitý období zlepšení, to bylo...

T: Kdy asi?

F: Když mluvíme o posledním roce, tak to bylo někdy, já bych řekla ten první půlrok, co jsme k vám chodili, ne. Ale od jara toho školního roku do konce a přes prázdniny že to bylo lepší. Protože já z toho mám takovej pocit spíš optimistickej, protože jsem měla dojem, že se to zlepšuje. Ale teď po prázdninách mám dojem, že je to zase tak, jako to bylo. Jako kdyby to sklouzlo.

X: Jak to bylo kdy?

F: Jak to bylo loni na podzim. Jako kdyby to sklouzlo zase zpátky. Se začátkem školního roku.

X: Jenže to je takhle, jó? Sedmá třída, šestá taky, ale sedmá třída, to bylo děsný, ty si to nepamatuješ? To bylo hrozný, to jsem měla čtyřicítka, čtyřicet jedna a půl horečky a předtím...

F: A předtím, to bylo horší to jaro, třeba vcelku tři neděle měla zvýšenou teplotu.

X: To trvalo třeba 2 měsíce!

F: No dva měsíce né, jednou to bylo nejdýl, jak jsi přišla z tý Bulovky!

X: Ne, to jsem přišla taky z Petřína a hned jsem dostala neštovice.

F: To je jasný, ale to ti nic nebylo, to jsi měla neštovice a nesmělas jít do kolektivu a pak jsi byla doma 14 dní na karanténě. Ale pravda je, že předtím to bylo horší.

T: Jak dlouho trvaly ty horečky? To že byla doma, to je jedna věc, ale jak dlouho měla ty horečky? V tý sedmý třídě? Vydržela jsi mít tři týdny horečky?

X: Jo, mami, jakmile jsem měla třeba 37,5, tak jsi mě poslala do školy, no vidíš!

F: Ale měla jsi hlavně vyšší horečky, určitě tak 41 1/2.

X: Nezapomínej, že jsi mě s tím posílala do školy! Od 38 a vejš jsem nešla do školy, ale okamžitě ten den, jak mi to kleslo pod 38, tak jsem šla do školy!

F: Jo, třeba 37,5, tak jsi šla do školy.

X: No vidíš, tak jsem to měla po celou tu dobu horečky!

F: Ale to já nevím, Terezko, to není tak, třeba 3 neděle...

X: Měla jsem je, mami, měla!

F: Terezko!

X: Ježíš, tak já...

F: Poslouchej, vzpomeň si, nebuď hned tak načertěná! Jak jsi byla v nemocnici, tak tam jsi měla jen 37,3. Vždycky v nemocnici jsi měla jenom 37,3, ale prostě jsi tam ležela a ležela jsi tam třeba 14 dní.

X: Dobře, ale v nemocnici! Ale paní doktorka se snad ptá, jak dlouho třeba ...

F: Ale to jsi měla absenci ve škole, takže to jsi neměla...

X: Byla jsem doma třeba 14 dní. Doma! Takže jsem byla s horečkama 14 dní!

F: Nebyla, já myslím, že to ubírám a ty to přidáváš.

X: To není pravda!

F: Pravda je někde uprostřed.

X: Ále jó ...

T: Nepletete si to, kdy byla Terezka doma a kdy byly teploty? To jsou dvě odlišné věci.

F: Teploty, do té doby než jsme začali chodit k vám, byly vysoký. Někdy, ne vždycky, ale někdy byly skutečně až přes...

X: Mami!

F: Počkej, Terezko, chvíličku, byly až přes 40, to určitě bejvávaly, teď nejsou. Od té doby jsi podle mě nikdy neměla přes 40.

X: Přes 39 jsem už neměla! Poslední rok.

F: No, tak byly vysoký a teď už nejsou.

X: Ale mami, trvaly taky dýl!

F: Ale že by trvaly 3 neděle v jednom kuse, to není pravda. Že trvaly dýl, to uznám, ale 3 neděle ne, ani 14 dní.

X: To není pravda!

F: Mohly trvat třeba týden, ale 14 dní ne, potom už se k tomu přidalo něco, jak ty říkáš, třeba neštovice, nebo pobyt v nemocnici, nebo tak. Schválně najdem žakovskou a podíváme se tam. Ale časem - jak to máme zkreslený, že jo.

T: Já mám vzpomínku, že se to zlepšilo po té, když jsme přišli na takové to doporučení, že Tereзка bude jeden den v týdnu zůstat doma.

X: Jo.

T: A tehdy přišla taková ta krize, když tě táta vezl kolem střediska, dokonce hrozilo, že půjdete na středisko a ty jsi byla tenkrát ta, která tátu přemluvila, že tam nepůjdete. Vydrželas to a v té době se to zlomilo. To jsem si určitě někam poznamenala. Takže v tom se shodujeme. A taky se shodujeme v tom, že od 1. září, kdy Tereзка začala chodit do deváté třídy, tohle nefunguje, zvrátilo se to zpátky, možná...

X: Jsme to ale dali na 14 dní!

T: Možná, ano možná, že ne v takové podobě, jako než jste přišli sem, horečky nejsou tak vysoké a taky netrvají tak dlouho.

F: Ano. Ale jsou v podstatě tak často...

T: Tak zhruba často jako loni, že jo.

F: Jako loni, nežež se hned, jako loni v září.

X: Nemám chlupy žádný, abych se ježila jako vepř.

F: Já...

T: Takže je to podobný jako před rokem, když jste začali chodit sem, v těch začátcích, když jsme se teprve orientovali. Mimule jsme konstatovali, že už se spousta věcí změnila, jak u Terezky, tak u mámy, že už to není zdaleka tak, že by si Tereзка hájila své teploty - jakoby ty teploty už nebyly součástí Terezky, jakoby to bylo něco, proti čemu se společně s Terezkou můžeme postavit, nebo proti čemu můžeme Terezku podpořit. Co se od minule změnilo?

Jak dlouho jsme se neviděli? Asi 14 dní, nebo to už bude...

Naposled jste tady byli 19. září.

M: No.

F: To bude tak zhruba 3 týdny.

T: Co se stalo během těch 3 týdnů?

X: Che.

T: Kolikrát jsi byla za ty 3 týdny doma? Můžeme se domluvit na příště, že by...

X: Asi 3 dny, ne?

F: Já myslím 2x 2 dny, nevím. Ne víc.

X: Tak čtyři.

.....

T: My jsme se domluvili, že bychom ten předpis, který jsme dodržovali minulý půlrok, že bychom ho zeslabili tak, že by si Tereзка nevybírala jeden den každý týden, ale že by si vybírala jeden den za 14 dní, to byl jeden z těch úkolů a druhý...

F: Ona totiž tu teplotu dostane ráno v okamžiku když nemůže vstát.

X: Ale někdy i přes noc!

F: Ale je to tak, že večer většinou to není.

T: Souhlasila bys s tím, že ty teploty jsou pěkně rafinovaný?

F: Jsou to hrozný potvory.

T: Já myslím, že v tom se všichni shodneme, že ty teploty...

M: Jsi mi právě nadávala, já jí říkám simulante.

X: Jé tati!

M: Necháš mě domluvit?

X: Já jsem kvůli tobě brečela! Protože je to hnusný!

M: Tak takhle ona se mnou mluví!

F: Ty taky říkáš něco, táta chce něco říct, tak ho musíš nechat vyjádřit.

M: Já jsem chtěl částečně udělat omluvu, a ne že se hned napaprčíš, já jsem - proto ti to říkám, protože mám hlavně večer, když jsi hrozně rozšafná...

X: Já za to nemůžu!!

T: Počkej Terezko, nech to tátu doříct, možná, že...

M: Už jsem to dořek. Když jí ráno řeknu, zajímavý, když to řeknu tak jak teď, už se do mně pustí. To já chápu, že krivě nařknout, to znám ten pocit. Znáám ho od mámy. Mě to mrzí hrozně, ale někdy celý víkend je jak královna, pak přijde pondělí ráno a řeknu: No, Terezko, jakto že todleto...? A ona se do mě pustí. Tak to je všechno.

T: A není to, Terezko, tím, že tě mrzí, že tě táta obviňuje, že to děláš schválně?

M: No ano.

T: Nebo že to je tvoje věc? Že bys to mohla ovládnout? Že je to tak jednoduchý?

X: (brečí) On si myslí, že mi tím asi pomůže, nebo já nevím proč mi to teda říká.

T: Můžeme všichni čtyři souhlasit s tím, že ty teploty jsou pěkně rafinovaný?

X: Jo.

T: A že jsme všichni čtyři proti nim trochu bezmocní včetně tebe?

X: Jo.

T: Ale to je potřeba to takhle vidět. A hledat způsob, jestli nějaké existuje, jak bychom všichni čtyři vyžráli na ty teploty! To, že na ně jde vyžrát, to jsme si už ověřili.

Možná, že nejdou stáhnout úplně. Třeba není možné, aby tě nepřepadávaly úplně, ale rozhodně je možné je stáhnout. Jestli jsou teď asi v takovéhle míře, koukej (ukazuju), stáhnout je třeba na takovouhle míru. Když jste ke mně přišli, tak to bylo takovéhle, za půl roku to bylo o něco míň, nic moc, ale pak od jara se to podařilo stáhnout a přes léto se to dokonce vůbec nestalo!

Na tom je vidět, že tak úplně bezmocní nejsme! Jde o to, abychom pochopili, které naše kroky teploty snižují a naopak co je podporuje. Rozhodně například fakt, že je pondělí ráno, je rizikový a je větší pravděpodobnost, že tam tě ta teplota přepadne. A nikdo neříká, a to je důležité zdůraznit, že ty teploty děláš!

X: Já vím, jenže táta to říká!

T: Ony jsou rafinované!

F: Jestli můžu. Já jen připomenu to poslední, jak jsi byla nemocná. Ty to vnímáš tak, že ti nadáváme, že ty to děláš. Ale já jsem ti tehdy říkala: Terezko, ty za to nemůžeš a neděláš to schválně. Bylo ti trochu špatně, říkala jsi, že tě bolí v krku, ale neměla jsi teplotu. Anebo měla jsi malou teplotu a já jsem ti tehdy nabízela, jestli bys to nechtěla zkusit ty teploty přemocť.

X: Ale mami, mě bylo špatně!

F: A říkala jsem ti, že ti to věřím, že je ti hrozně špatně, já jsem navrhovala několik variant, mlč chvíli, nech mi to teďka říct. Já jsem navrhovala, že paní doktorka říkala, že dokud jí nezavoláš, máš jít do školy. A protože paní doktorka ráno není v ordinaci, tak jsem navrhovala, ať jdeš do školy a zkusíš to tam vydržet, načež ty jsi říkala, ale že ti je strašně špatně, takže to nevydržíš...

X: (Intruse.)

F: Počkej chvíli, já jsem říkala, tak já ti napíšu papírek a ty kdykoli budeš chtít, můžeš z té školy odejít. Ale ty jsi říkala, no jo, ale já musím jít na velkou přestávku a to mi bude nejhůř. Říkala jsi, no jo, ale mně bude špatně i ve škole. A já jsem říkala, nevadí, jestli chceš, já ti napíšu dva papírky a třeba tam můžeš jet jen na půl hodiny a můžeš i zavolat a tatínek tě pak i odveze i pro tebe přijede a stojí to za to, abys tam byla hodinu. Říkala jsem to? Nabízela jsem to?

X: Ty jsi mi řekla, že mám jít do školy a když budu chtít, tak se mám vrátit.

F: Já jsem řekla, že ti napíšu papírek a že tě tatínek...

X: To není pravda, že mě tatínek přiveze...

F: Terezko! To není pravda!

X: To je pravda!

T: Počkej, Terezko!

X: Dyť já jedu z té školy hodinu!

F: Není pravda, protože každý den tě tatínek vozí do školy!

X: (brečí)(překřikují se, X se brání, rodiče útočí)

F: Ne, Terezko, já přiznám, že máš pravdu, ale že tě tatínek vozí každý den do školy od 1.září, to přece uznáš! Vozí tě tam úplně každý den. Mě taky odvez. A navíc jsem ti říkala, že pro tebe přijede! Já mám takovej pocit, že ty bys chtěla, abychom ti pomohli od těch teplot my, ale že nám nechceš při tom pomáhat. A já jsem ti říkala, že bez toho, že budeš bojovat spolu s náma, že to nejde. A tak to bylo. Ale pak ses strašně urazila a ani jsi paní doktorce nechtěla zavolat!

M: Ty musíš vědět, že v kterékoli době vás kdykoliv kamkoliv odvezu.

F: To má táta pravdu. Odveze tě kdykoliv a nemusíš mít vůbec teplotu!

M: Nechodím do práce, jo, a odvezu vás kamkoliv, i na záchod, jo?

F: Tobě přišlo, že do té školy nemáš jít, možná, že máš nějaký důvod, který jsi nám neřekla, proč tam nemáš jít. Ale tys to nechtěla na tu hodinu zkusit - to jsi fakt nechtěla!

X: (brečí) Protože mi bylo špatně!

F: A já jsem ti říkala zkus to, protože já vím, že když zůstaneš doma, že se ti po hodině udělá líp. Třeba ti nezmizí ta teplota, ale udělá se ti nějak líp.

T: (Jdu k ní, sednu si k ní na opěradlo křesla.) Můžu k tobě na chvíli?

X: (brečí)

T: Máš podobnou barvu svetru jako já. Já mám tuhle barvu ráda. (Choulí se ke mně a fňuká.)

Ty teploty tě mají, koukám, ve spárech, ony si tě chtějí úplně přivlastnit!

F: (Něco souhlasného se mnou.)

X: (V breku něco nesrozumitelného.)

F: Ale tak to, Terezo, právě nebylo. Já jsem ti nabízela tolik variant!

T: Vidíš, teď máš určitě teplotu, Terezko, jsi úplně horká.

(Sahám jí na čelo.)

F: Nó, to jo, to určitě.

X: (Hlasitě vzlyká.)

M: (Nesrozumitelný.)

T: Nó, člověče, tak ta teplota, jaké vlastnosti vlastně má?

Ona nebude jenom taková, že tě rozežře!

M: Nemáš náhodou kapesník?

F: Ty nemáš kapesník?

T: Já mám papírové.

F: Já mám taky... já myslím, že...

T: Já myslím, že ty teploty mají ještě i další vlastnosti.

Kdybych měla možnost ji změřit, tak bych řekla, že teď má teplotu.

T: A kdyby byla, tak bych řekla, že ta teplota přichází místo politování. Nebo místo soucitu.

F: No to je možný, jenže proč naskakuje třeba po ránu, bez signálu. Nebo takhle: Proč je tak rafinovaná, že nám nejdřív nedá signál, abysme třeba mohli nějak...

X: Třeba vám ale dává signál, ale vy si toho nevšímate!

F: No ale když ti přijdu...

T: Ona ti dává signál!?

X: Já nevím.

F: Hele, ty otevřeš dveře, ještě ani nepozdravíš, ještě se ani nevidíme a už řekneš, že je ti špatně, tak jak můžu stačit třeba tě obejmout, když vůbec nevím...

X: Ale co kdyby jsi mě obejmula až potom, co ti řeknu, že je mi špatně!?

F: No, ale to už tam ta potvora je!

X: Tak třeba by odešla!

F: A ty si nepamatuješ, jak jsem tě tam objímala - a to si nepamatuješ, jak ti bylo špatně a posílala jsem tě do školy?

X: Ne.

F: Tak to seš ale nevďěčnice.

X: Já si to nepamatuju.

F: Ale vždyť jsem tě šimrala a ty si byla rozhodnutá, že teplota tě umoří a skutečně tě umořila!

X: Ne, ne!

T: Já bych řekla, že Tereška nebyla rozhodnutá.

F: Tak ta teplota byla rozhodnutá, to já připustím.

T: Ta teplota je opravdu zákeřná, ne Tereza!

F: To já připouštím, když se o tom bavíme, když třeba nezapně žertujeme, třeba táta, tak to tak nemyslíme, že tu teplotu děláš!

X: (se snaží vmezeřit)

T: Jo, ale jestli to není ten čin, který tu teplotu s jistotou vyprovokuje!

F: Ten následuje, když Tereška oznámí, že tu teplotu už má!

T: Jasně, ale já teď hledám ty drobnosti, které působí proti teplotě a drobnosti, které Terešku spíš proti ní posilují.

F: Když jí řeknu, že je simulant...

T: Když řeknete někdo z vás, že je simulant...

F: Tak stoupne...Nebo se drží.

T: Když člověk chce prostě dokázat...

F: No to je jasný.

T: Že žádnéj simulant není, tak tam ta teplota musí bejt.

F: Já jsem dokonce říkala tátovi po nějakém konfliktu ...

M: No to jo...

F: Vid'? Ta teplota,... Pamatuješ si to? Ta teplota musí přijít, i kdyby Tereška nechtěla.

T: Ano, i kdyby Tereška nechtěla. Ona je opravdu proti ní bezmocná.

F: No jo, ale když já zase mám takovej pocit, že pokud nám nepomůže sama - my musíme udělat hodně - já udělám, na čem se dohodneme, ale ona nám musí ta Tereška taky pomoci, aspoň v tom...

T: Ona vám aspoň toho posledního půl roku pomáhala.

F: To jsem vám chtěla říct na začátku, paní doktorko, mě teď přijde, jakoby ta Tereška přestala s námi spolupracovat.

T: Jo, ale to může jít na vrub tý teploty. Ony končily prázdniny, to je náročné období pro každého, pro mě taky. Já když si vzpomenu, jaké bylo léto a jaká je teď hnusná zima, a na tu si musím zvykat. Že bych to snášela zrovna nejlíp...

M: To se tě netýká (asi k Terešce smích)

T: To je náročná doba pro každého. Od září ještě ne, ale od října se začínají plnit psychiatrie. To je pochopitelné, že to tak je, všechny symptomy získávají na síle, je pochopitelné, že ta teplota získává teď na moci. To, že Tereška nespolupracuje, to bych nedávala na vrub Terešce, ale teplotě. Teď je rizikové období, kdy se Tereška stává bezmocnější vůči ní. Takže ta nespolupráce, to není špatná vůle.

.....

T: Myslím, že bychom si neměli nijak vyčítat to zhoršení. Pojdme přemýšlet o tom, jak bychom to zase zachytili, a jak nedělat věci, které by to zhoršovaly.

pauza (Všichni ztuhli v zamyšlení.)

T: Mě se zdá, Terezko, že v té fintě, kterou jsme objevili, že bychom v ní měli pokračovat. Ten lék, který jsme objevili, funguje, tak proč ho nevyužít dál? Možná, že bychom měli jenom zvýšit, nebo snížit dávky. Možná, že ode mne nebylo moudré, že jsem prodloužila interval na 14 dní zrovna na začátku školního roku. A asi i bez tebe! Tvůj souhlas je strašně důležitý. Abychm finty proti teplotám vymýšlely spolu a rozhodně ne, abychom my dospělí byli ti chytří a zase ti jen nadiktovali, jak to bude. To by nefungovalo. Tvoje nápady byly vždycky geniální a já se teď dovolávám těch tvých nápadů.

X: (kňouravě, jemně) Já myslím, že když je to na tom začátku školního roku, že bychom to měli dát zase na ten jeden den. A až, já nevím, já nevím, třeba před vánocema, že by se to dalo na těch 14 dní, tak by to bylo o hodně lepší!

T: Takhle bys to viděla? Ale měli bychom to časovat. Ty budeš dělat nějaké přijímačky znovu na SŠ...

X: Ale ono to třeba potom, já nevím, třeba to potom udělám sama na těch 14 dní, to mi ani nemusíte říkat. Třeba pak to udělám i na měsíc.

T: No,no.

X: Jenže to musím sama.

T: A já tě v tom budu určitě podporovat. A myslím si, že vaši taky. To je důležité, aby sis to dávkovala ty. Jenže je potřeba, aby ses nějak časovala. Zase teď mluvím spíš za tebe, ale říkám si, že když za rok budeš dělat přijímačky na SŠ, pro tu SŠ by už bylo asi neúnosné... Nevím, jestli by ti tam tolerovali, kdybys jednou týdně pravidelně chyběla.

.....

(Vyprávím příběh jedné pacientky s fobií, jak se uzdravovala.)

T: Tak tebe také svádím, abys tak, jako ona bojovala se strachem, abys ty bojovala s těmi teplotami, vím, že to taky jde. Jde o to, jak moc je ti blbě, jak moc " blbě" ještě sneseš. Je potřeba překonat to nepříjemné období. Jde o to, jak to nafintit. Ta teplota je, jak řekla máma...

F: Ona je rafinovaná.

T: A na druhé straně si myslím, že je mnohem hloupější než my. Kdyby ta teplota byla chytřejší než my, to bych se teda urazila (smích).

.....

F: Ale já mám takový dojem, jak paní doktorka popisovala tu paní s fobií, že podobně to funguje jako u tebe, že ráno je ti hrozně špatně a já si nemyslím, a táta si to taky nemyslí, že jsi simulant, to je opravdu jenom takovej blbej vtip. Ale je ti ráno špatně, ty prostě jen řekneš, že nemůžeš jít do školy a já ti věřím, že nemůžeš jít do školy, ale po hodině vypadáš tak spokojeně.

(Mluví všichni najednou, X se brání, matka "odhaluje" a M si přísazuje k matce, dává jí za pravdu - to je obvyklé schema jejich hádek.)

T: Tady je chyba v tom, že to zase navrhuje máma, to už je jedno co.

X: Ale mami, jak na to můžu přijít...

F: Ty prostě nejdeš do školy a zároveň...

X: Já na to třeba časem přijdu sama...

F: Terezko...

M: To není dávno, tahle situace...

F: Tak to je jedno, nechce to připustit. Ale když na to přijdeš sama, tak to udělej, ale nemůžeš si dávat zas tak velikýho...

T: Počkejte, já myslím, že podmínkou není, abys na všechno přišla jen ty sama, my ostatní tě můžeme inspirovat - mezi nápady, které ta paní použila, byly některé taky moje. Nápady ti může dávat kde kdo, ale jde o to, aby ty sis vybrala ten pravý pro sebe a případně si ho upravila.

X: Jenže, když třeba, já nevím, když jsem mohla zůstat ten jeden den doma, jo, jak mě táta vezl k tomu doktorovi a jak jsem tam nešla...

T: No?

X: Tak já bych třeba, mě by hodně pomohlo, kdyby mě prostě, kdyby mě litovali, kdyby mi říkali, tak to nevadí, mě by to o hodně, fakt, mě by to poznatelně víc pomohlo. Když mi budou říkat, Terezo, ty už zase chybíš, jak to doženeš...

F: Ale tak to nebylo!

X: To mi říkáš!

F: To cítím jako strašnou křivdu. Protože když o tom teď mluvíme, jak ti bylo tak strašně špatně, tak jsem ti říkala: Terezko, já na tobě vidím, že je ti strašně špatně, já vím, že je to pro tebe hrozně těžký...

X: (Vstupuje neúspěšně s obranou.)

T: Mohli bychom se domluvit na slovníku?

F: No?

T: Ono to bude znít jako sranda, ale ono to funguje. Zkuste, když budete s Terezkou mluvit, důsledně oddělovat teplotu od Terezky. To znamená, že když řeknete, já vidím Terezko, že je ti špatně, tak oslovujete Klárku, které je špatně. Pojďme to zkusit oddělit. Já nevím, jak by ta formulace mohla být, například ...

M: Teplota ti zase stojí na hlavě!

T: Třeba. Já vidím, že teplota zase na tebe útočí.

F: Dobře.

T: Nebo: Já vidím, že ta teplota tě má zase ve svých spárech. Co budeme dělat? Všimněte si, že když chodí maminky s kojenci do poradny...

F: Ano.

T: Říkají: My budeme papat, kakat, žádná o tom nepřemýšlí.

F: Ano.

T: Je to naprosto přirozená věc. A pak někdy se podivuhodně stane, že se to oddělí, aniž o tom to dítě nebo ta máma přemýšlí. Máma už s ním nekaká, ale kaká to dítě.

F: Jo.

T: A to my teď potřebujeme udělat. My stou teplotou nemůžeme bojovat, když ji od té Terezky neoddelíme. A my to musíme udělat i v řeči. Pojďme se zkoušet domlouvat se zbytky Terezky, která ještě není v moci teploty.

F: Já mám ale takovej dojem...

T: Když Terezka nebude v tuhle chvíli spolupracovat..

F: Tak ta teplota...

T: Tak ta Terezka může být tou teplotou...

F: úplně vyřazená.

T: Vyřazená. A snad tomu všichni rozumíme. Teplota je terminus technicus.

F: To nemusí být zrovna teplota.

T: To nemusí být zrovna ta teplota.

F: Ano, ano. Já jenom jsem chtěla říct, já pořád mám takovej dojem, jako kdyby Terezka chtěla ještě něco jinýho, já nevím, třeba teďka jak to říkala - tak kdybyste mě litovali, tak já mám někdy takovej pocit, jako kdyby někdy místo, aby spolupracovala s námi, jakoby spolupracovala s tou teplotou, jako kdyby nás trochu třeba trestala, nebo aby nám ukázala. Ale ona možná... Možná, že jsem tupá, jo, ale já bych potřebovala opravdu nějaký signál. Ona se Terezka hodně změnila, Terezka teď za mnou často přijde a to je strašně příjemný, je to moc hezký. Jnže ona přijde, když jí jakoby nic není a to já taky za ní přijdu. Ale pak se najednou stane, to je jako ve středověku, když říkali, že ji posedl ďábel, ji posedne ta teplota, já jí nabídnu jakoukoliv spolupráci a ona ji odmítá. To je úplně jako když mě ždímá na nějakém lisu, jako když se drží s tou teplotou za ruku proti mně a dokáže mi, že nemůže jinak. Možná, že to špatně vnímám.

T: Já myslím, že teď přicházíme na vlastnosti té teploty. Jsem přesvědčená, že v té chvíli, kterou jste popsala, že to není tak, že Terezka se drží teploty za ruku, ale že teplota vede za ruku Terezku! To je vlastnost teploty, ona v té chvíli nesouhlasí s tím, aby Terezka mluvila lidskou řečí a řekla, co potřebuje. Teplota jí našeptává: Hele, víš co, jen pojďme tu mámu potrápit.

F: No jo, ale já jsem tupoun a já bych potřebovala, ne slovně, ale nějakým prstíčkem, aby mi Terezka tak, aby to ta teplota neviděla, dala nějaký signál, nebo co? Protože já něco nabízím,... Já už jí nemluví do oblečení, já už jí říkám, můžeš jít teda na hodinku a jestli ti bude špatně, já tě tam povedu za ruku, může s ní jít Bertíšek, můžeš se za hodinu vrátit. A ona prostě stejně nechce, nebo ta teplota, jak říkáte, nechce, ona jí nedovolí ani trochu mě pomoci.

T: Bodejť, vždyť je to její zájem, ona by jinak zahynula!

F: Tak ale ať ta Klárka pro to něco udělá!

X: Já bych to mohla naznačit! Jak táta jel se mnou k doktorovi a jak mě litoval, že je mi špatně, já jsem to překonala touhle mocí, že on mě litoval!

F: Já jsem tě naposled taky litovala, jenže...

X: Ale mami, to nemůže být vždycky. Když třeba teď mi příště budeš říkat: "Tak to nevádí, tak prostě půjdeš do školy zítra, no." Třeba tahleta věta, jo? Tak mně se aspoň v duchu, tady uvnitř udělá trochu líp. Třeba to zrovna ten den nepomůže, ale třeba taky budou dny, že já to řeknu: "Tak mami, já si ještě na hodinku lehnu a pak půjdu do školy!" Ale když mi třeba první den řekneš: "No, podívej se, stejně jsem ti to řekla a stejně jsi do té školy nešla", tak to mně vůbec nepomůže!

F: Já mám totiž takovej pocit, jestli my nesoupeříme, která jsme větší chudinka. Protože mně teda přijde, že Tereška mě tak týrá.

X: Teplota!!

F: Tak to je jedno, tak ta teplota.

X: To není jedno!

T: Pojďme to tou teplotou označovat.

F: Jo.

T: Ona totiž netýrá jen Terezku, ale ona týrá i vás!

F: Já nevím, třeba byla taková situace, bylo to těsně před stěhováním a já jsem řekla: "Terezko, prosím tě, na tenhle víkend si nic nedomlouvej, když mně nepomůžeš, tak to nestačíme. Tereška skutečně v pátek uklidila koupelnu a já jsem si říkala, tak bezvadný, to je vidět, že ve dvou se to lépe táhne. No, a přišel druhý den a Terezce udělalo špatně. Přišlo pondělí ráno, já úplně vyčerpaná z toho, jak jsem o víkendu pracovala. A co udělala teplota? Řekla, že se nepůjde do školy. Tak já jsem opravdu vydolovala poslední zbytek všech rezerv a snažila jsem se, a to jsem se opravdu hrozně snažila. Furt jsem říkala: "Terezko, tak to zkus, tak jdi aspoň do těch půl jedenácté, než půjdete na svačinu a Tereška se tak tváří, já to po ránu chápu..."

T: Ona je ta teplota opravdu mocná!

F: Tak já jsem řekla, tak tam jdi, já ti napíšu papírek, kde bude napsáno, aby tě kdykoli pustili domů a když tak ještě dojdí za hospodářkou, ať zavolá odtamtud tátovi, on ti přijede naproti, zkus to prosímte kvůli mně aspoň na hodinu, stojí to za to.

M: (Nesrozumitelný.)

F: Jo a nic. Tereška se urazila, bouchla dveřma a já jsem si připadala...

M: Přijel jsem domů, Tereška byla oblečená...

F: No to je složitý...

M: Ptal jsem se, volala jsi paní doktorce?

F: A ona uraženě, proč bych jí volala, když musím jít do školy.

(Mluví všichni najednou - v pozadí je rozumět Terezce.)

X: Já jsem se překonala, když máma mi nevěří, že je mi špatně, tak já jsem se překonala.

F: No vidíš, ty jsi překonala teplotu a ne sebe!

X: Já jsem nepřekonala teplotu, ta teplota byla furt ve mně!

F: (Nesrozumitelně, překřikují se.)

X: Né, sebe jsem překonala!! Ta teplota furt ve mne byla! Já jsem sebe překonala! Ne tu teplotu - no vlastně tu teplotu (udiveně). No, ale ta teplota neodešla.

F: Terezko, já to tak vnímám, že jsi mě chtěla ukázat...

M: (Nesrozumitelně, podporuje F.)

T: Teplota se vám chtěla ukázat.

F: No, to bude těžký.

M: Já jsem jí řekl, aby nechodila do školy.

F: No, počkejte, ale ona pak do té školy opravdu nešla!

(Zase všichni najednou, hádka.)

X: To není pravda!!

M: Máma by se zlobila, já jsem ti říkal, abys do té školy nechodila!

F: (Nesrozumitelně, křičí.)

T: Táta je ten záškodník!

X: Ne, táta řekl, tak do školy nechod', ale to s tím vůbec nesouvisí.

M: Já jsem odjel...

X: Ty jsi pro něco odjel a já jsem na tebe měla počkat a pak jsi mě měl odvézt do školy. Vlezla jsem do postele a spala jsem až do dvou.

F: Tak, Terezka je taková mrcha, že ustavičně zaspává dvě hodiny. Ona dokáže... ta teplota ji tak umorduje, že ona usne z minuty na minutu, jak když ji praští pytlím. Ona ji uspí ta teplota.

M: Ty jsi mi vyčítala, že jsem ji měl vzbudit. Ještě jsme se pohádali a já jsem říkal, neříkej mi, že já nepoznám, když Terezka spí.

F: Ale ona když chce, tak předstírá tak dokonale, že spí.

X: Ne počkej, já jsem to dělala, ale teď už to nedělám, protože tys to vždycky poznala.

M: Já bych to nepoznal.

F: Táta by to nepoznal.

X: Počkej!!

T: Terezko, kdo spíš spolupracuje s tebou proti teplotě? Táta, nebo máma? Já to teď vidím tak, že máma sice blbě, ale proti té teplotě s tebou bojuje, kdežto...

X: Jenže táta, když on mi řekne, nechod' do školy, tak on mi pomůže mnohem víc, než když mi máma řekne...

T: Jo, já jsem to teď pochopila! Terezka prostě potřebuje...

X: Soucit!

T: Bojovat! Terezka je bojovnice! A ona potřebuje bojovat. A jakmile nemá s kým bojovat...

F: Ano, a proti komu...

T: Jakmile nemá s kým bojovat...

F: Tak si to najde.

T: Tak to nemůže fungovat. Když táta řekne, tak zůstaň doma, tak Tereška může bojovat.

X: Ale já bojuju...

(Mluvíme jeden přes druhého)

F: Přemůže sama sebe.

X: Já jsem to tady vysvětlovala.

F: Ano, já to teď chápu: Já musím dokázat, já jsem tak šikovná, že když táta řekne zůstaň doma, tak já to dokážu, já jsem tak šikovná, že nezůstanu doma.

T: Ale to jsem i já byla naivní! Teprve teď jsme to odhalili!

X: Ale mami, já jsem ti říkala, abys v tom případě...

T: Počkej Terezo, buď zticha! Nemohla vy byste se naučit to, co umí váš muž?

F: Jé, to bude strašně těžký, protože...

T: To bude proti vaší přirozenosti, ale konec konců, proč byste to nezkusila.

F: Tak já to zkusím.

X: Che,che.

M: Možná jí to vydrží...

F: No, budu se snažit.

T: A my se zase za 14 dní sejdem.

M: Che,che.

T: Pojdme to zajistit ze všech možných stran: První příkázání bude, že rozhodnutí musí dělat Tereška, protože když ta rozhodnutí nebudou Tereška, tak to na tu teplotu nebude platit, to je vlastnost té teploty.

M: To je jasné.

T: To je první věc. Tak. Druhá věc: Tereška je skvělá bojovnice a potřebuje bojovat. Tereška si to bude rozhodovat sama, ale když vy budete s ní, tak ona nebude mít s kým bojovat a to je špatně. Čili, vy jí řeknete přesně to opačné. Vy jí řeknete to, co chce ta teplota.

(Rodiče skáčou nesrozumitelně do řeči.)

Budete říkat: Do školy chodit je protivný, budou tě tam zkoušet, zůstaň doma, je to pohodlnější.

X: Che,che

T: Jo?

X: Jo. A mamčo, když se mi to nepovede...

F: Ne, já naopak...

M: Ale ona když se nachladí a dostane tu horečku opravdu...

F: Jakou opravdu?

M: No...

F: Ale to né,...Ta teplota je taková potvora, že dokáže, že Tereška se nachladí!!!

M: Já to mám osvědčené.

F: To není pravda, Terezka se nachladí, jenom když ta teplota chce! Ani planý neštovice nedostane bez teploty!

X: Mami! Podívejte se, už zase chybuje, máš bejt s tátou. Máš říkat: "Ano, tati, Terezka je opravdu nemocná."

M: Ale já si to myslím, já to nedělám.

X: A já můžu říkat: Ne, já nejsem nemocná.

.....

T: Prima, sejdem se za 14 dní.

V Úvalech 24.4.95

PhDr.L.Trapková

IV. GLOSÝ

Úvodní sdělení k pracovní dílně "Drogy v závorce" - Jemnice 1995

Václav Schmidt

Setkávání profesionála se závislým se děje v celém spektru aktivit a v kontinuu, na jehož konci mohou být různé formy represe a sociální kontroly a na druhém způsobu sociální pomoci. V sociální péči, v procesu výchovy a vzdělávání, v legislativě, v lékařské péči a při psychoterapii jsme jako profesionálové konfrontováni nejen s problémy a **otázkami specificky profesními**, ale v obecné, řekněme filosofické a ontologické rovině i s **otázkami po smyslu a cíli našeho snažení**, jeho motivací, možnostmi i mezemi, míře naší odpovědnosti, etice naší profesionální i lidské role, ale také smyslu života, fenoménu závislosti, determinace a svobody v kontextech individuální životní cesty člověka ve společnosti.

Otázku co je lidský život a jaký je jeho smysl si lidé kladli odedávna. Existuje rozdíl mezi smyslem patřícím k věci a mezi tím, co tato věc, situace nebo událost pro někoho znamená. Vzniká tu **otázka významu**, který plyne ze vztahu mezi oběma a je vymezen kontextem. Význam je to, co někdo něčemu přisuzuje. Vyprávíme-li o tom, co se událo, přisuzujeme zároveň tomu co se událo nebo děje určitý význam. Vyprávíme-li o něčem, stává se z toho **příběh**.

Teze, že **mapa není území** je obecně známá. Na své životy a vztahy se díváme ze stanoviska paradigmat nebo map, vycházejících z našich osobních zkušeností a podmíněností. Tyto mapy jsou pouze pokusem o popis území a způsob ani přesnost tohoto popisu území neovlivní. **Porozumět svému vlastnímu paradigmatu**, t.j. způsobu, jakým vidíme a prožíváme svět ve smyslu jeho chápání, porozumění a interpretace byla a je neustále přítomnou všelidskou potřebou a snahou dnes i v celé historii a kultuře lidstva. Běh světa je jeden velký příběh, utkaný, utkávaný a stále znovu a znovu rekonstruovaný vyprávěním našich individuálních a kolektivních, ale i profesních příběhů. Je nekonečně **mnoho možností, jak příběhy vyprávět**.

V tomto smyslu **existuje mnoho příběhů o drogách**. Byl a stále to je jakoby stejný příběh a přece je stále nový. V průběhu historie jej v různých kulturách lidé vyprávěli značně odlišně, mimo jiné i podle toho, do jaké míry si cenili **změněného stavu vědomí** a jaký význam mu přisuzovali. Filosofie pozitivistické a výkonově orientované společnosti západního typu, pro jejíž racionální orientaci je změněný stav vědomí vážným ohrožením samotné její podstaty, si dosud udržuje nadvládu nad velkou částí světa, ale zdaleka již nemá monopol. Dnešní příběhy o drogách jsou součástí jednoho velkého historického příběhu a zároveň jej vyprávěním v mnoha dalších verzích rekonstruují. Na otázku, proč lidé užívají a zneužívají drogy, existuje nekonečně odpovědí. Záleží na tom, jak otázce rozumíme, záleží na našem paradigmatu. Tyto otázky a odpovědi na ně se vynořují ve světě, ve kterém existuje vedle sebe mnoho konceptů a výkladů, přičemž většina těch tradičních je zpochybněna. Člověk hledá smysl a nemá se čeho chytout, nemá jistotu, že jím vybraný koncept bude

ten pravdivý. A teď žijeme v **multiversu příběhů** a snažíme se dobrat nějakého univerzálního smyslu. Jaký význam mají pro člověka v složitém a mnohoznačném **postmoderním světě** drogy? Nekonečná mnohost příběhů může přinést ve spojení s nejistotou bytí jako takového velkou úzkost, ale zároveň tento způsob uchopování světa nabízí velkou naději ve smyslu neustále přítomné možnosti pro změnu. Nejsem, nebo nejsme-li se svými příběhy spokojeni, můžeme je **začít vyprávět jinak**. My i naši klienti.

Každý psychologický a **psychoterapeutický přístup** se opírá o **nějakou teorii osobnosti** a filosofické paradigma. V terapeutické nebo jiné profesionální situaci volíme většinou přístup, o kterém se na základě profesionálních znalostí, zkušeností a osobní orientace domníváme, že bude pro klienta užitečný. V tomto smyslu není žádný přístup horší nebo lepší, i když si mohou v základních východiscích protirečnit. Protože problém netkví ve věci samotné, ale ve způsobu jakým se na ni díváme, interpretujeme ji a chápeme, tak - přestože jsme prostřednictvím kulturního rámce ovlivněni ve svých postojích značně podobně - existují a budou existovat **rozdíly v postojích k fenomenům**, které nás jako profesionály zajímají. Tak bude problému klienta rozumět jinak dynamicky orientovaný terapeut, jinak orientovaný systematicky, jinak behaviorálně, humanisticky nebo systémově. To se samozřejmě projeví i ve vymezení terapeutického cíle, v charakteru ter. vztahu i výběru použitých metod a technik.

Se **sebedefinicí terapeuta** (učitele, sociálního pracovníka, lékaře aj.) souvisí **velká témata**, např. Za co si "pomáhající" bere v profesionální situaci odpovědnost, téma vztahu a bezpečí, heteronomie x autonomie ve vztahu profesionál - klient, tzn. jak беру to, co mi klient říká vážně atd. Sebereflexe nám může v profesionální situaci pomoci orientovat se např. v tom, co se vlastně v situaci děje, co terapeut dělá, zda respektuje klientovu objednávku či ne a jakým způsobem, zda je právě expertem, který ví, co klientovi chybí a říká mu, co má dělat, jak žít, nebo klienta spíše doprovází na jeho cestě a přenechává mu veškerou odpovědnost...

Dr. Václav Schmidt, AZ HELP, Sdružení pro prevenci a pomoc osobám ohroženým závislostí na látkách a procesech, Praha 4, Pod vilami 13, 140 00

Good - bye, Dubí!

"Dne 31.3.1995 byla rozhodnutím přednosty Okresního úřadu v Teplicích ukončena činnost Dětské psychiatrické léčebny v Dubí..."

Léčebna pro děti předškolního věku se tyčila přímo nad pověstnou silnicí E 55.

Jejími řediteli byli pedopsychoiatri Vladimír Vojtík, Jan Špitz a Petr Boš, poslední z nich 25 let.

V 70. letech zde vznikl ambulantní úsek rodinné terapie, na kterém proběhlo na 100 seminářů o rodinné terapii. Z úseku se vyvinulo Metodické a studijní středisko sekce rodinné terapie Psychiatrické společnosti. V době totality se do Dubí sjížděli psychoterapeuti z celé republiky. Vznikla tak první generace rodinných terapeutů, společenství, které koncem 70. let pokřtil doc. Skála "Dubí People".

Requiescat in Pace.

P.B.

V. NOVÉ KNIHY

Nový časopis

Před 10 lety založil Donald Bloch, bývalý ředitel Ackermanova institutu, redaktor časopisu Family Process a přítel českých rodinných terapeutů, časopis FAMILY SYSTEMS MEDICINE, "a Journal at the Confluence of Family Therapy, Systems Theory and Modern Medicine". V průběhu roku 1995 ohlašuje časopis novou redakční radu, změnu podtitulu na "the Journal of Collaborative Family Health Care" a na rok 1996 změnu samotného názvu časopisu na FAMILIES, SYSTEMS AND HEALTH.

Tyto zdánlivě jen formální změny odrážejí v podstatě společenskou proměnu ve zdravotní péči v USA se zvýšením moci pojišťoven a zprostředkujících agentur "Managed Care", snahu nadběhnout těmto trendům nepříznivým systémem rodinné terapie (Collaborative Family Health Care Coalition). Dřívější pokus čelit tomuto vývoji můžeme vidět již v názvu a celé koncepci sborníku, vydaného Lymanem Wynnem, "Systems Consultation" z r. 1986. Lze očekávat, že u nás půjde vývoj obdobným směrem i když ne tak výrazně.

P.B.

Nová kniha Roberta Fulghuma

Rober Fulghum (nar. 1937) původně unitářský pastor se už natrvalo usadil v povědomí českých čtenářů. Bývalý kovboj, folkový zpěvák, obchodní agent, barman, učitel kreslení je autorem 5 útlých knížek drobných příběhů, úvah a filosofických postřehů z každodenního života.

Nakladatelství Odeon vydalo 4 tituly autora: Všechno, co opravdu potřebuji znát, jsem se naučil v mateřské školce (1991), Už hořela, když jsem si do ní lehal (1992), Ach jo (1993), Možná, možná ne (1993).

Nyní vychází poslední, pátá kniha v nakladatelství Agro Praha a to současně s vydáním v USA. Kniha s názvem "Od počátku do konce" odkrývá to, co slibuje její podtitul: "Naše životní rituály". Fulghum zde svá vyprávění cíleně váže k rituálům, které jsou v náplni práce každého duchovního, a od nich pak odvíjí své typické úvahy. K tradičním klíčovým obřadům, jako jsou oslava narození, svatba, pohřeb, přiřadil autor obřady a rituály zasvěcení čistě osobní. Sem patří příběhy, které si lidé vyprávějí, jestliže mají dokončit větu: "Nikdy nezapomenu, když jsem poprvé..."

Fulghum nastavil zrcadlo také sám sobě: v momentě, když uvažuje o životě sedíc na vlastním, již připraveném hrobě. Dojemný je jeho vlastní příběh, kdy se po řadě dlouhých let odloučení shledává se svojí dcerou, kterou dal k adopci.

Fulghum je příjemným glosátorem života, (podobně jako náš František Nepil). Knihy Roberta Fulghuma jsou milým pohlazením před usnutím a preventivní pilulkou proti syndromu vyhasnutí.

Robert Fulghum: Od začátku do konce.

(Naše životní rituály) Vydalo nakl. ARGO, Praha 1995

(mv)

VYJDE KNIHA

Terapie rodinných systémů

(Vývoj milánských systemických terapií)

Autorky Elsy Jonesové v Velké Británii. Úvod napsal Donald A. Bloch, Family Systems Medicine, USA. Dílo vyšlo v roce 1993 v nakl. Wiley, má 249 stran.

Publikace poskytuje aktuální přehled systemických terapií, které navazují na milánský přístup. Dále se zabývá rozvojem systemické terapie součinnosti klientů a terapeutů.

V žádném případě však autorka nenabízí jen suchou teorii, ale i detailní záznamy kazuistik i zevrubné popisy konzultací mezi terapeuty, školenci a supervizory. Je tedy cenným zdrojem informací a inspirace jak pro začátečníky, tak pro zkušené praktiky. V jednotlivých kapitolách se soustřeďuje vedle práce s rodinami v různých vývojových stádiích i na práci s dvojicemi a na systematickou terapii s jednotlivci.

Elsa Jonesová není jen talentovanou a uznávanou terapeutkou a zajímavou autorkou, čtenáři jistě ocení i její dobré didaktické schopnosti. Autorka mnoho let učila v Institutu rodinné terapie v Cardiffu, kde spolupracovala i se slavným milánským týmem, v posledních letech působí v Institutu rodinné terapie v Londýně v oblasti praktického i teoretického vzdělávání. E. Jonesová má řadu zkušeností s výukou v různých kontextech v zahraničí. Naší odborné veřejnosti se představila v zajímavém workshopu v roce 1992 a bude se dále podílet na vzdělávání v systemických terapiích u nás.

Její kniha je doporučena frekventantům Institutu rodinné terapie a systemických studií hl. m. Prahy.

Vyjde v nakladatelství Konfrontace na podzim roku 1995.

(Š.G; J.K.)

ZDENĚK RIEGER A HANA VYHNÁLKOVÁ NA OSTROVĚ RIAPSU

V malém českém rybníku rodinné terapie se urodilo během posledních deseti let řada výborných terapeutů. Stalo se však u nás tradicí obdivovat cizokrajné lososy, aniž si všimneme, že se možná líhnou taky v našich vodách...

Rozhodli jsme se vytvořit rubriku, v níž Vám chceme postupně jednotlivé terapeuty a jejich pracoviště představit. Napoprvé jsem sáhl po jistotě: Zdeňka Riegera znám. Způsob, jakým pracuje s rodinou, je originální, pro nás Čechy typický integrativní způsob práce. Jsme tady uprostřed Evropy, vždycky se tady střetávaly kulturní vlivy, proč bychom neměli jít ve šlépějích předků. Kdybych si vypůjčil Riegrovu metaforu, integrace, vstřebávání, by mohla být jedním z rysů těžiště ostrova našeho národa.

Nejbližší spolupracovnice Zdeňka Riegera je Hana Vyhnálková, o níž říká, že je přesně ten typ terapeuta, s jakým se mu dobře spolupracuje.

Domluvil jsme si s nimi proto schůzku na půdě Riapsu a zeptal se jich nejdříve, jak se k rodinné terapii dostali.

Rieger: "Začal jsem v pedagogicko-psychologické poradně a zjistil jsem, že když říkám mámě, že její syn zlobí, protože si nerozumí s tátou, tak že k tomu musím pozvat i tátu. Což tehdy nebylo tak obvyklé. Tak jsem se zeptal pana doktora Boše, co že mám dělat, když bych chtěl dělat s rodinou. Ne že chci, ale že musím dělat s rodinou. A že na to nemám žádný výcvik. A on mi tehdy řekl, že ze všeho nejlepší bude, když to začnu dělat - tak se to naučím nejlépe. Tak jsem se dostal k rodinné terapii. Pak se mi dostávaly do rukou materiály a myslím, že to nebyla špatná cesta."

Vyhnálková: "V roce 1972, když jsme začínala, nastoupila jsem do pedagogicko-psychologické poradny středočeského kraje. Tu vedl tenkrát doktor Zdeněk Tax. Řekla bych, že byl na svou dobu velmi pokrokový, protože ke každému vyšetření, které žádala škola, chtěl, abychom kontaktovali oba rodiče. My jsme mluvili s otcem zvlášť, s matkou zvlášť a závěr dohromady. A to byl takový začátek. Nebyla to rodinná terapie, ale v našem přístupu jsme ukazovali, že oba rodiče jsou stejně důležití. Takže to byl dobrý začátek toho, jak pracovat se všemi členy rodiny."

Rieger: "Myslím, že by bylo dobře vzpomenut doktora Taxe, protože my v našem českém kontextu nevzpomínáme na naše učitele a předchůdce, nedefinujeme si kontinuitu předchůdců."

Vyhnálková: "Byl to pro mě takový vtisk: měla jsme později co dělat, abych se od toho oprostila. Od toho, že dělám s každým rodičem zvlášť."

"Co je to rodinná terapie?"

Rieger: "Kdysi před lety jsem tvrdil, že je to práce s celou rodinou, účastníci se na konzultaci. Teď už to netvrdím. Rodinná terapie je způsob myšlení, nejenom geometrické uspořádání konzultace. Takže pokud se ptáš na to, jak velký podíl naší práce je rodinou terapií, dá se říci, že já a Hana děláme tak z 95% rodinnou terapii."

Vyhnálková: "S tím souhlasím. Také bychom mohli říci, že je to práce se systémem, do kterého patří i další osoby a instituce, které jsou pro některé členy rodiny důležité. Například: pediatr, učitel, sociální pracovníce, soudce, vzteklý soused..."

"Děláte vždycky spolu?"

Rieger: "Pokud můžeme, tak spolu - práce je ostatně také efektivnější."

"Za jakého rodinného terapeuta se považujete z hlediska různých škol?"

Rieger: "Integrativního. Můžu vyjmenovat alespoň pět škol, které mě inspirovaly."

"Můžeš?"

Rieger: "Behaviorální, strukturální - Minuchin, systemická, strategická a charakteroanalytická vegetoterapie. Pro práci s Ostrovem rodiny se dají použít také některé Jungovy přístupy. Transakční analýzu, která sama o sobě je také hodně integrativní, rozhodně považuji také za velký zdroj své práce."

Vyhnálková: "Můj přístup vychází ze systemického pojetí. V jeho rámci pak mohu při práci s rodinou integrovat různé směry a používat mnohé techniky. Při konzultacích sledujeme nejen to, o čem rodina hovoří a jak o tom hovoří, ale také to, co se v průběhu konzultace děje: jak se kdo staví na pevnině Ostrova rodiny, jak rodiče reagují na chování dětí, jak synchronní je podupávání maminky s tikem syna, kolik rytmičnosti je v transakcích ... takových příkladů můžeme uvést mnoho. Při tom všem máme zároveň na mysli vývojové stadium, v němž se rodina nachází...

"... a externalizaci?"

Rieger: "Tu jsme začali spontánně používat ještě předtím, než jsme se seznámili s Torbenem."

"Považujete za výhodnější pracovat ve dvojici muž a žena?"

Rieger: "Hlásím to všude na všech kurzech. Má zkušenost s tím, že když dělám sám, je to méně příjemné, než když dělám v páru. A je to i méně efektivní pro rodiny..."

Vyhnálková: "S tím se ztotožňuji..."

"V čem to tedy je, v čem je ta výhoda páru?"

Rieger: "Já může pracovat rázněji, protože jsem už takový - a Hanka to dokáže velmi jemně doladovat. Je také hodně možností alternativně spolupracovat: můžeme formou komentářů podávat zprávy rodině - povídáme si spolu o tom, co vidíme, nemusíme spolu ani souhlasit... Já někdy dělám i to, když jsem na konzultaci sám, že si tam Hanku vytvořím, řeknu, kdyby tady byla kolegyně, asi by mi řekla to a to."

Vyhnálková: "Můžeme být pro rodiče také modelem - a to i v tom, že můžeme vyjádřit otevřeně rozdílné názory a přitom se vzájemně respektujeme. U některých rodin záměrně nahlas vyjadřujeme vzájemný nesouhlas."

"Jak vidíte svoji práci vývojově, je nějaké stadium, které jste už opustili?"

Vyhnálková: "Dříve jsme se občas chodili radit spolu mimo rodinu - teď už jen málokdy opouštíme rodinu, abychom se poradili. Snad už jen tam, kde cítíme, že je to rodina, která potřebuje jasné doporučení a nechceme se před ní moc dohadovat. Ale těch je minimálně."

Rieger: "Já nyní myslím více v alternativních variantách než dříve. A podnikám mnohem menší krůčky při práci. Ale to je otázka na mnoho stran - je o našem problematickém světě..."

"Jaké myslíte, že by měla mít RT podmínky, aby terapeuti nestrádali, aby byla práce bezpečná na obě strany?"

Rieger: "Když práce ve dvojici, tak ideálně denně kolem tří rodin, ale víc nic. K podmínkám patří také optimální aranžmá. Měl by to být prostor větší a neměl by být zahlcen osobními libůstkami terapeuta. Měl by skýtat dost možností pro ty, kteří do prostoru přicházejí a jsou teď tady s nimi. A mělo by být zajištěno zázemí pro terapeuty."

Vyhnálková: "Terapeut by měl myslet i na svůj exteriér. Např: by měl být oblečen tak, aby byl přijat adolescentem i rodičem..."

"A ekonomicky?"

Rieger: "Mám zatím plat takový, že kdybych dělal tři konzultace denně - jednu za dvěšť - tak bych si vydělal víc, než v tomto státním zařízení. Ve státním zařízení bychom měli mít plat 15 000 Kč měsíčně."

"Kolik by tedy měla konzultace stát?"

Rieger: "Pro jednoho terapeuta alespoň 300,-Kč za hodinu. Ale s tím ještě nemáme zkušenosti, s rodinami privátně nepracujeme."

"Jak vidíte situaci RT v rámci ostatní psychoterapie u nás?"

Rieger: "Myslím, že u nás se hodně o RT mluví, ale méně se dělá, i když mám dojem, že duch rodinné terapie začíná morficky rezonovat v Čechách, protože zájem o výcvik v RT je značný. Náš kurz v technikách rodinné terapie je pořád plný. Dnes je to otázka kvality a úrovně přípravy rodinných terapeutů. Měla by být speciální oddělení pro práci s rodinou. Potíž je, když to vypadá jako rodinná terapie, ale není to tak."

"A kritérium rodinné terapie?"

Rieger: "To se pozná, buď pracuješ s jednotlivými členy ORa nebo pracuješ s transakčním prostředím, v němž obyvatelé ORa něco dělají. To druhé je podle mého názoru RT."

"Je šance to poznat, když děláš supervizi?"

Rieger: "Myslím, že to jde dobře poznat. Například při modelování situací práce s rodinou. Ale také je to v jazyku: už nemluví o tom, že Pepíček je takovej a takovej, ale že má s tátou to a to."

Vyhnálková: "Je to poznatelné také tak, že když terapeut nemá v mysli transakční prostředí, není pak orientován na celek, ale na jednotlivé členy."

"Ještě bych rád představil rodinným terapeutům RIAPS"

"V RIAPSu jsou tři větve. Jednou přichází rodina, v níž mají rodiče problém s dítětem, anebo dospívající s rodiči či jinými dospělými. V druhé větvi přichází dospělý se svým problémem, dítě se přizvává k spolupráci s celým systémem. A pak je tu ještě jeden proud a tím je práce s rodinou, kde problémem je nemoc. S nimi pracuje psychosomatický tým. Navíc máme krizová lůžka, z nichž někteří z hospitalizovaných klientů přicházejí k nám a práce s nimi pokračuje pak tady. Když se lidé k nám objednávají telefonem, tak pak už velmi často přichází celá rodina. To je velká výhoda, že nemusíme pracovat jen s jednotlivcem, vidíme hned celou rodinu."

"Poselství kolegům?"

Rieger: "Nezapomeňte zvát všechny členy Ostrova rodiny, třeba i psa. Máme několik příběhů, kde pes byl velmi významným členem při řešení problémů."

Vyhnálková: "Jak říká můj kolega, Zdeněk Rieger: v každé konzultaci by se měl objevit úsměv. Znáte ho? /Riegera nebo ten úsměv?/"

Tak tento rozhovor končil ve vzduchu, že by si člověk položil rád ještě sám otázku: "Kde je zakopaný pes". ale to, prosím, už každý sám. Zdeňkovi Riegrovi a Hance Vyhnálkové popřeju hodně široké tělo ostrova, pevnou jeho pevninu a vyspělé charisma s dostatkem many nebeské k rozdávání, jak tomu bylo dopsud. Díky.

Vladislav Chvála,

V Liberci dne 5. dubna 1995

VII. INFORMACE

NABÍDKA KURSŮ

INSTITUT RODINNÉ TERAPIE A SYSTEMICKÝCH STUDIÍ

hl. m. Prahy vznikl v r. 1990 jako klinická a metodická základna společenství rodinných terapeutů, které je dnes součástí Společnosti pro psychoterapii a rodinnou terapii. Jak to vyjádřil zakladatel Institutu **Petr Boš**, hlásí se k post-psychoterapeutickému, systemickému paradigmatu, a dále vlivu narativní a konstrukcionistické praxe. Systém vzdělávání a výcviku, které tvoří vedle informatiky v oboru jeho hlavní náplň, byl vytvořen na základě mezinárodních modelů a zkušeností s výcvikem a supervizí a je uspořádán do tří stupňů, o nichž je frekventantům vydáno osvědčení. Lektory jsou známí terapeuti, kteří disponují rozsáhlou klinickou zkušeností s teoretickým přehledem.

Institut nyní poskytuje vzdělání a výcvik v terapiích rodinných systémů, který je koncipován tak, aby zahrnoval celou šíři terapeutických přístupů, jak se vyvinuly v průběhu vývoje rodinné a systemické terapie, a zaměřoval se i na témata, která naléhavě vystupují v této době, např. násilí v rodině. Do započitatelných hodin se v každém stupni počítá výuka teorie, praktická cvičení sebezkušenostní a interakční, studium literatury, zpracování témat a práce s textem, k němuž patří i převod cizojazyčného textu, a konečně kazuistická práce ve formě pasivního a reflexivního pozorování až po případovou supervizní činnost. Studium je průběžné a zatím probíhalo v jednom určitém dni v měsíci a podle možností frekventantů se připojují jednotlivé dny či víkendy praktického cvičení.

V tomto školním roce probíhá studium v úvodním modulu A ve třech paralelních skupinách s počtem okolo 20 účastníků a po jedné skupině v modulu B a C. Další modul A bude zahájen opět v září t.r.

*MUDr. Jan Špitz, ředitel Institutu rodinné terapie
FN Motol - DPK Rodinné centrum
V úvalu 84
150 00 Praha 5*

Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch

Jáchymovská 286, 46010 LIBEREC 10,
tel.048/5101072, fax:048/35398

kurs:Práce s časovou osou

Časová osa představuje základní nástroj umožňující orientaci v komplikovaných bio-psycho-sociálních vztazích u pacientů s chronickým onemocněním. Pomocí této

metody sběru dat lze snadněji nalézt vztahy mezi událostmi, emocemi a somatizací, protože pomůže odstranit disociaci, která souvislosti vždy pečlivě zakrývá. Tato metoda vznikla na pomezí evropské psychosomatické medicíny, akupunktury a systemické terapie. Teoretické kořeny tkví v radikálním konstruktivismu. Výsledkem procesu sběru dat do časové osy je rychlejší a přesnější nastavení terapeuta na pacientův svět, snadnější vhléd do situace, hlubší pochopení smyslu pacientova stonání a v neposlední řadě přesnější indikace léčebných postupů.

Aby bylo možno používat časovou osu v terapii, je třeba navodit změnu v myšlení lékaře či terapeuta. Tato změna spočívá obvykle v opuštění zjednodušujícího lineárně kauzálního myšlení a v orientaci na celý systém.

Kurs probíhá v malé skupině účastníků se dvěma terapeuty, lékařem a psychologem. Vedle skupinové práce a přednášek pracujeme především s časovými osami samotných účastníků. K navození změny je podle naší zkušenosti třeba pracovat dosti intenzivně asi 25 hodin.

V kurzovním je započítán plat lektorů, poplatek Institutu psychoterapie Praha, který kurs garantuje, náklady pracoviště, cena skript. Nocleh můžeme zajistit předem.

Kurs práce s časovou osou je určen především lékařům, kteří mají zkušenost s chronickými pacienty, bez ohledu na obor, psychologům, spolupracujícím s lékaři při léčbě těchto pacientů.

termín kursu: 8.-10.9.1995

kurs:Práce s rodinou s psychosomatickým pacientem.

Středisko komplexní terapie psychosomatických poruch v Liberci nabízí kursy práce s rodinami psychosomatických pacientů lékařům a psychologům zabývajícím se rodinnou terapií. Kapacita jednoho kursu je 10 frekventantů, přednost mají kolegové ve výcviku Institutu rodinné terapie a systemických studií Praha.

Obsahem kursu jsou autentická sezení s rodinami našich pacientů, práce s reflexním týmem, rozbor videozáznamů.

Začátek v pátek 14 hodin, konec v sobotu v 16 hodin.

Cena: a) u studentů Institutu je zahrnuta v ceně výcviku (10 hod. praxe v SKT)

b) ostatní zájemci 600 Kč

Termíny: 16.-17.6.1995, 13.-14.10.1995, 8.-9.12.1995

Vedoucí kursu: MUDr.V.Chvála, PhDr.L.Trapková

Přihlášky: Středisko komplexní terapie Liberec, Jáchymovská 286, Liberec 10, psč.46010, tel. 048/5101072,

Nabídka kursů Institutu pro integrativní psychoterapii a psychologické poradenství Olomouc (IPIPAPP).

(IPIPAPP) Olomouc - pobočka Praha pořádá kurs **Metody a techniky práce s rodinami I-III**. V kursu jsou účastníci seznámeni s integrativním pojetím rodinné terapie, vyjádřeným metaforou "Ostrov rodiny". Součástí kursu je seznámení s teoretickými východisky, modelováním rodinných konzultací, vlastní zkušenost v roli klienta a v roli terapeuta. Pokračovací část kursu je věnována také supervizi vlastních případů. Účastníci obdrží pracovní texty.

Lektory kursu jsou PhDr. Hana Vyhnálková a PhDr. Zdeněk Rieger.

Kurs Rodiny chronicky nemocných dětí.

Jedná se o seznámení s psychoterapeutickými přístupy k rodinám s chronicky nemocnými dětmi. Rodinný kontext nemoci, životní cyklus rodiny. Praktické využití genogramu, mapy rodiny, modelování rodiny.

Lektory kursu jsou PhDr. Miroslav Vyhnálek, CSc., PhDr. Hana Vyhnálková.

Zájemci o oba kursy se mohou hlásit na kontaktní adrese:

IPIPAPP,
Dr. Jarmila Řehanová,
P.O.Box 08,
775 08 Olomouc

INSTITUT PRO SYSTEMICKOU ZKUŠENOST PRAHA PROGRAMOVÁ NABÍDKA 1995

4., 5., 6. září 1995

STEVE DE SHAZER, INSOO KIM BERG

Brief Family Therapy Center Milwaukee, USA

SUPERVIZNÍ SEMINÁŘ

EXKLUSIVNÍ VYSTOUPENÍ ZAKLADATELŮ TERAPIE, ORIENTOVANÉ NA ŘEŠENÍ

Seminář volně navazuje na širší setkání 31.8. a 1.9. 1995. Je určen vážným zájemcům z řad PSYCHOLOGŮ, PSYCHIATRŮ A SOCIÁLNÍCH PRACOVNÍKŮ - zvláště těm, kteří mají zájem vidět Stevea de Shazera a Insoo Kim Berg PŘI ŽIVÉ PRÁCI S KLIENTY NA JEDNOTLIVÝCH VYBRANÝCH PRACOVNÍSTÍCH, KTERÁ BUDOU OZNÁMENA.

Předpokládáme Vaši aktivní spoluúčast.

Program začíná každý den v 10 hod., končí v 18 hod.

SIMULTÁNNÍ TLUMOČENÍ DO ČEŠTINY.

POČET ÚČASTNÍKŮ OMEZEN. CENA: 1.500,- Kč

8. září 1995

10-18 hod., místo bude upřesněno

Imelda McCarthy

Univerzita Dublin, Irsko,

rodinná terapeutka, supervize v obl. soc. práce

Ernst Salamon

Stockholm, Švédsko,

rodinný terapeut a psychoterapeut

**PRAXE KRÁTKÉ SYSTEMICKÉ TERAPIE, ORIENTO VANÉ NA ZDROJE
(WORKSHOP)**

Lektoři představí dva velmi příbuzné přístupy z oblasti krátké, systemicky orientované pomoci. Tyto přístupy se opírají o teorie a modely, úzce spjaté s praxí, a vycházejí z klientových zdrojů. Jsou založeny na praxi spolupráce mezi sociálními pracovníky, terapeuty a členy rodiny. Využívají tak všudypřítomného potenciálu změny, obsaženého v každém sociálním systému. Lektoři se budou též zabývat důležitou otázkou, kdo pomáhá komu a s čím, je-li přítomna žádost o pomoc. Lektoři kladou důraz na vlastní zkušenost s praxí spolupráce, jež vede k pozitivním výsledkům jak pro klienty, tak pro pomáhající.

WORKSHOP JE URČEN SOC. PRACOVNÍKŮM, TERAPEUTŮM V KONTEXTU PRÁCE S RODINOU A CELÝM PRACOVNÍM KOLEKTIVŮM. STUDENTI PŘÍSL. OBORŮ JSOU VÍTANI.

SIMULTÁNNÍ TLUMOČENÍ, CENA: 750,- Kč

PŘIHLÁŠKY A INFORMACE:

*ISZ, FARSKÉHO 8, 170 00 PRAHA 7
(tel.: 312 12 83 - čtvrtky, jinak záznamník)*

KONFERENCE

**INSTITUT MILTONA H. ERICKSONA ve spolupráci se
Společností pro psychoterapii a rodinnou terapii
a Slovenskou psychoterapeutickou společností**

pořádá

**II. ČESKO-SLOVENSKOU KONFERENCI ERICKSONSKÉ PSYCHOTERAPIE
- KOMUNIKACE A PSYCHOTERAPIE -**

ve dnech 22.-23. září 1995 v hotelu VORONĚŽ v Brně

začátek 22.9.95 v 9,30 hod., prezentace od 8,00 hod., ukončení 23.9.95 cca v 16,00 hod.

Informace:

PhDr. Juraj Barbarič (tel.: 05 / 45 21 47 27)

privátní psychoterapeutická ordinace

Příkop 2a

602 00 Brno, ČR

20. Česko-slovenská psychoterapeutická konference

se koná

7.-11. listopadu 1995 v Luhačovicích, a to s tématem:

INTEGRACE A DIFERENCIACE PSYCHOTERAPIE KE KONCI TISÍCILETÍ

Registrace: 7. listopadu od 10 hodin

Místo: zotavovna Přátelství

Zahájení: 7. listopadu ve 20 hodin plenárním zasedáním

Zakončení: 11. listopadu obědem.

Informace:

prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc.,

psychiatrická nemocnice,

767 40 Kroměříž

VIII. MÍSTO ZÁVĚRU

Jiří Kratochvíl: Rozhovor

Lidský život se neskládá z příběhů, ale jen ze situací, které si teprve dodatečně řetězíme do příběhů, abychom tak čelili náporu úzkosti z chaosu naší existence. Jenže každý příběh je nahraditelný jiným příběhem, zvláště když jsou nám inspirací televizní seriály. Tentýž sled situací může být zas jinak příběhově interpretován. A o tom je také literatura našeho století. S nesmírným potěšením vymýšlím příběhy, ale vím, že je nesmím brát příliš vážně. Nesmím jim důvěřovat. Etika lidských životů spočívá v životních situacích, v povinnosti v každé životní situaci stále znovu přijímat břemeno úzkosti, břemeno rozhodnutí, břemeno zodpovědnosti. A krásné příběhy jsou tu jen proto, abychom si občas, ale opravdu jen občas, od svých břemen oddechli.

Pozvánka nakonec:

Sekce rodinné terapie Společnosti pro psychoterapii a rodinou terapii Vás zve na pravidelnou schůzi, která se koná 26. září 1995 v 17 hodin v Lékařském domě, Praha 2. Program je věnován životnímu jubileu MUDr. Miroslava Plzáka.

Koordinuje: PhDr. Zdeněk Rieger.

Další schůze sekce rodinné terapie bude 28. listopadu 1995 v 17 hodin v Lékařském domě.