

Sociálně pedagogické teorie II

(teorie a přístupy práce s klienty v pomáhajících profesích)

Studijní opora pro časy koronaviru – 2. část, systemické přístupy

doc. PhDr. Jitka Lorenzová, Ph.D.

Všechna práva vyhrazena!

Nešířit, neprodávat!

(děkuji)

Moji milí, máme tady koronavirus. Zažíváme to, co pro naše předky bylo denním chlebem. To, že jsme dnes tady, ukazuje, že to byli právě oni, kdo přežili... A tak máme šanci ukázat, že heslo sociální pedagogiky, "pomoc ke svépomoci", není prázdné. Berte proto tuto oporu jako moji pomoc vám, abyste dokázali využít vlastních sil a pomohli sami sobě na cestě za vzděláním. V opoře najdete určitě leccos zajímavého, ale také vám bude leccos chybět. Proto ji berte jen jako vodítko k samostudiu. Obsahuje stručné charakteristiky přístupů, které se etablovaly při práci s klienty v pomáhajících profesích a tak překročily svoje původně úzké terapeutické vymezení. Mnoho si budete muset načíst a dohledat sami, ale to k univerzitnímu studiu patří.

Tak do toho, bude líp!

JL

2. Systemické teorie a přístupy

Termín systemický se začal užívat v 60. - 70. letech jako označení psychoterapeutické školy nazývané **systemická a rodinná terapie**. Na rodiny se začalo nahlížet pod vlivem teorií systému jako na interakční a komunikační systém. Odtud též název přístupu.

Nové systemické paradigma práce s klienty následně vstřebalo řadu dalších podnětů, zejména z oblasti radikálního a sociálního konstruktivismu a postmoderního myšlení.

Systemická teorie, a přístupy z ní odvozené, se následně etablovala nejen při práci s rodinami, ale také s páry, individuálními klienty, skupinami i organizacemi. Pro svůj aplikační potenciál a krátkost se stala jedním z možných přístupů v sociální práci, sociální pedagogice, vzdělávání (u nás je známa systémová pedagogika hlavně přes stejnojmennou knihu Blížkovského), koučování atd.

V ČR se o rozvoj systemického přístupu při práci s klienty zasloužila na přelomu milénia zejména tzv. pražská škola systemické terapie (I. Úlehla, V. Strnad, Z. Macek).

2.1 Metodologická a teoretická východiska systemického přístupu

Všechno začalo zájmem o obecné vlastnosti systémů. Vznikla vznikla obecná teorie systémů a nová teorie vědeckého poznání známá jako epistemologie komplexity.

2.1.1 Obecná teorie systémů - Ludwig Karl von Bertalanffy (1901-1972)

Von B. odlišil dvě kategorie systémů:

- uzavřené (např. fyzikální systémy, bez interakce s okolím)
- otevřené (např. biologické systémy, interagující s okolím a vyměňující si s ním látky).

Znaky systému:

- **totalita** (komplexnost) - celek je více než součet prvků
- **udržování vnitřní stability** (homeostázy), která umožňuje systému přežít a udržovat rovnováhu s prostředím
- **equifinalita** – různé výchozí stavy systému vedou ke shodnému cílovému stavu a tím potírají rozmanitost
- **sebeřízení** (systém je řízen nikoli lineární, ale cirkulární zpětnou vazbou na úrovni vstup – zpracování – výstup)

Zájem o systémové paradigma vedl v r.1954 k založení Společnosti pro výzkum obecných systémů. V r. 1980 byla přejmenována na Mezinárodní společnost pro systémové vědy.

2.1.2 Kybernetická teorie systémů - zakladatel kybernetiky: Norbert Wiener (dílo Cybernetics 1948)

Vznik kybernetiky (vědy o zpracovávání a předávání informací) byl reakcí na rozvoj počítačů a počítačově řízených strojů. Od 50. let 20. století se k.t.s. zabývala:

- procesy, jakými systémy tvoří a zpracovávají informace

- komplementárním vztahem mezi stabilitou a změnou systémů
- možnostmi kontroly systémů

Důsledkem tohoto bádání byl vznik prvních počítačově řízených strojů a bohužel i prvních počítačově naváděných zbraní (jistě názvuky, že zbraně lze naprogramovat, se objevily již za 2. sv. války, např. u nacistických střel V1, V2).

Tato raná fáze kybernetické teorie systémů se nazývá kybernetika 1. řádu. Vžilo se pro ni také označení "kybernetika pozorovaných systémů".

A nyní, jaké to mělo důsledky pro práci s klienty?

2.1.3 Systemické přístupy, které vznikly pod vlivem kybernetiky prvního řádu

V kybernetice 1. řádu systémy zpracovávají informace na základě jednoduché zpětnovazební smyčky, přesně v algoritmu, v jakém jsou naprogramovány. Na výstupu ze systému je tedy přesně očekávatelný výsledek. Ten, kdo systémy programuje, se na takové systémy dívá jako na „objekty“, je vůči nim v pozici nezaujatého pozorovatele. Svým způsobem je jakýmsi novodobým bohem, "stvořitelem" systému. To vše mělo vliv na první terapeutické školy, které pracovaly se systémovým paradigmatem rodiny. Pokud pro rodinu platí obecné znaky systému, který se řídí se podle vlastních programů, což aby se pokusily o přeprogramování těchto programů? Tím se rodina vymaní ze stavu, do kterého ji uvrhla vlastní pravidla (hry) a zmizí problém, který rodinu trápí.

Tyto školy ovlivnil také Milton H. Erickson, který byl svého druhu mágem psychoterapie užívajícím kromě hypnózy také tzv. strategických intervencí (co je strat. intervence viz dále). Zatímco hypnóza nechávala tyto školy chladnými, Eriksonovy strategické intervence je velmi inspirovaly, protože se na ně dalo pohlížet jako na programy, které mohly narušit dosavadní neproduktivní interkační vzorce (programy) rodin.

2.1.3.1 Strategická terapie rodiny

Strategická terapie rodiny se domnívala, že rodina vytváří problémy a zajišťuje jejich udržování jako součást procesů, které probíhají v začarovaném kruhu (systému) rodinné komunikace. Úkolem práce s rodinou bylo tyto procesy rozbít, přerušit začarovaný kruh a podnítit řešení problému. Pokud zmizí problém, zmizí i symptomy, na které si rodina stěžuje.

J. Haley: "Strategická terapie je jméno pro ty typy terapie, ve kterých terapeut na sebe bere přímou zodpovědnost za ovlivňování lidí" .

Vychází ze školy v Palo Alto a integruje a dál rozvíjí její metody včetně formátu práce s klienty, přímá inspirace také M. H. Eriksonem, pokud jde o potenciál strategické intervence. V USA zejm. Jay Haley.

Hlavní pojmy přístupu

Systém - strategická terapie pohlíží na rodinu jako na systém, jako na strukturovaný celek, složený z prvků ve vzájemné interakci. Pro pochopení celého systému je třeba znát dané jednotlivce, ale i vazby mezi nimi.

Komunikační pravidla - rodinná komunikace se řídí pravidly, která jsou platná, ačkoliv by nemusela být vyřčena. Chování členů rodiny obvykle směřuje k dodržování těchto pravidel, rodina má také jasně rozdělené kompetence a je hierarchicky organizována.

Komunikační vzorce - strategická analýza komunikace spočívá v identifikaci vzorů, které se v rodině uplatňují v

průběhu komunikace.

Adekvátní řešení - adekvátní řešení problémů je takové, které umožní rodině stabilně fungovat. Rodina může reagovat na problém dvojím způsobem. Jednak pokusem vyřešit problém na oko, který vede k hrám bez konce, jednak změnou, která problém vyřeší. Reálné vyřešení problému umožní rodině fungovat v nové kvalitě a umožní jí vstoupit do další vývojové etapy.

Cirkularita - jde o zdůraznění zpětnovazebného charakteru komunikace proti lineárně chápané komunikaci. Osoba A vyvolá svým chováním reakci u osoby B, její reakce zpětně modifikuje chování osoby A.

Převzato: Nová, J. (2014). Teorie sociální práce. Jihlava: VŠPJ, s. 99

Pojetí rodiny – komunikační systém řízený pravidly, které popisují a vymezují prostor pro rodinnou hru.

Hra - systém regulovaný pravidly, která vycházejí vstříc symptomům, na něž si rodina stěžuje. Lze je hrát stále znovu a znovu a udržovat komunikační systém (tj. také symptomy resp. problematické chování), tzv. hry bez konce.

Čtyři varianty rodinných her:

a) Řešení je opak – snaha vyřešit problematické chování tím, že jednáme protikladně. Výsledek je krátkodobý, problém se vrací, často ve zvýšené intenzitě.

b) Popírání Popírání představuje snahu řešit problém jeho nevnímáním. Důsledkem této strategie je obvykle narůstání problému a jeho eskalace.

c) Utopický syndrom - označení problémové situace, která je obvykle poznamenána fatálním zklamáním člověka, který si vytvořil nedosažitelnou iluzi.

Pracovníci si kladou zejména tyto otázky: Jak symptom pomáhá rodině udržovat homeostázu nebo překonat krizi? Jak může být symptom nahrazen efektivnějším řešením problému?

Nová, J. (2014). Teorie sociální práce. Jihlava: VŠPJ, s. 100.

V Itálii představuje strategický přístup milánská škola, která začlenila do své práce výzkumy školy v Palo Alto (více o ní v subkapitole 2.1.3.2)

Milánskou školu založili Mara Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Giulina Prata. Významná byla jejich kniha z roku 1975 Paradox a protiparadox. Kniha odkazuje již v názvu na důležité pracovní koncepty rodinné terapie:

Paradox – rodina si stěžuje, ale problém, na který si stěžuje (např. zlobivé dítě, vzájemné nepochopení) zároveň udržuje stabilitu systému). Změňte nás, aniž bychom se změnili!

Protiparadox – změňte nás, jen když slíbíte, že se nezměníte (využití obecné charakteristiky systému udržet stabilní nastavení pro terapeutické účely).

Paradoxní příkaz – tzv. komunikace dvojnásobné vazby (**double bind komunikace**). V teorii komunikace inspirované kybernetickou teorií systémů jde takovou komunikací, při které jedinec dostává od komunikující osoby dvě neslučitelné informace současně (objevil teoretik kybernetiky a terapeut z Palo Alto, G. Bateson: Pragmatika lidské komunikace). Patří do kategorie tzv. pragmatických paradoxů. Příklady: rozpor mezi verbální a neverbální složkou komunikace (=mezi sociální a psychologickou rovinou sdělení). Milánská škola si všimla, že double bind komunikace je častá v rodinách, kde některý z členů, trpí schizofrenií (ta může být důsledkem této komunikace, protože se v ní jedinec nedokáže zorientovat, neví, co je skutečné).

Příklady paradoxních příkazů:

Matka dá dítěti pokyn, aby šlo za ní, místně -- v jejích stopách. Po čase mu vyčte, že je jí pořád v patách. Dítě je zmatené a neví, jestli má jít pořád za ní nebo už ne, jestli šlo správně nebo při tom dělá něco

špatně, cítí se provinile, že matku rozzlobilo, vyčítá si, že je hloupé, nešikovné a snaží se vyřešit pro něho tuto neřešitelnou rovnici.

Zavři pusu a jez - tyto dva příkazy v jedné větě se navzájem vylučují. Dítě zavře pusou, ale nemůže jíst a když bude jíst, nebude mít zavřenou pusou. Když neudělá nic, neposlechne ani jeden příkaz a zároveň vyhoví oběma. Probíhají-li tyto situace v jeho životě běžně a má-li už s takovými situacemi zkušenost, která vede ke strachu a úzkosti, jeho strach se prohloubí a úzkost se zvýší.

Není patologické, když rodič občas něco podobného plácne, případně pak uvede na pravou míru, ale jinak žije dítě v transparentním prostředí lásky, důvěry a přijetí. Patologické je, když se tento druh komunikace doprovázený paralyzující nejistotou a nedůvěrou ve vztahu stane normou.

<https://jednoutoprijde.webnode.cz//dvojna-vazba-ne-resitelnny-algoritmus/>

Vzniká paradoxní situace – očekávání, která nelze splnit, protože se navzájem vylučují. Např. situace, kdy jeden z partnerů očekává, že druhý je povinován k němu spontánností (různého druhu). "Buď spontánní!" Povinnost a spontaneita se vylučují, proto je toto očekávání nesplnitelné. Jiné příklady: „Musíš mě milovat!“.

Vybrala jsem pro vás z internetu:

Prvky, které tvoří dvojnou vazbu, lze popsat následujícím způsobem:

- Mezi dvěma nebo více lidmi vznikne intenzivní vztah, který má pro jednoho z nich velkou psychologickou hodnotu. Jedná se například o vztahy intimní, vztahy mezi dětmi a rodiči, o vztahy, kde se vyskytuje fyzická a psychická závislost, ideologii, pracovní vztahy, atd.

- V tomto vztahu citově méně angažovaná strana vyšle zprávu s následující strukturou:

- a) tvrdí určitou věc
- b) tvrdí něco o svém tvrzení;
- c) tato dvě tvrzení se vzájemně vylučují.

- Nakonec se příjemce zprávy (tzn. citově více angažovaný jedinec) dostane do komunikační pasti limitované touto zprávou, v níž není schopný odpovědět tak, aby ve výsledku nedosáhl pouze potrestání sebe sama, a zároveň si nemůže dovolit neodpovědět.

Zda se tato zpráva jeví jako postrádající význam, není to nejdůležitější. Z pragmatického hlediska je realita mnohem horší: příjemce si nemůže dovolit nereagovat, ale současně si nemůže dovolit reagovat odpovídajícím způsobem = správně (tzn. ne paradoxně), neboť zpráva sama o sobě je paradoxní.

Tady je jedinec chycen ve velmi nepříjemné patové situaci dvojitého příkazu a může se vnímat buď jako "potrestaný" nebo alespoň provinilý, pokud dvojnou vazbu odhalí, nebo se může cítit být považovaný za blázna, pokud zaregistruje, že existuje rozpor mezi tím, co vidí a co by měl vidět.

Gregory Bateson shrnuje situaci takto: "*Budete potrestaný, když to uděláte, budete potrestaný, když to neuděláte.*" **Toto je logický výraz pro výsledek, který lze označit jako "prohra - prohra".** V kontextu těsného emocionálního vztahu vede nemožnost adekvátní reakce k pocitům nezměrné úzkosti, paralyzující logické myšlení. Tedy i ignorace obou příkazů vede k destrukci sebepojetí příjemce.

Podle školy Palo-Alto má tato situace tři možná řešení v závislosti na rozdělení sil v systému:

- Rozhořčení, ústup a tímto zacyklení se ve hře bez konce, v níž jsou protagonisté svými vlastními vězni, ve hře, kterou opakují stále dokola (za předpokladu, že je příjemce zprávy v pozici slabšího).
- Konflikt, pokud jsou si strany víceméně rovny.
- Konec vztahu. Příjemce demaskuje paradox a ukončí vztah.

Je jasné, že v mnoha situacích (například ve vztahu rodič-dítě) je toto třetí řešení nemožné, což uvrhává

příjemce doslova do stavu šílenství. Totéž nastává, je-li příjemce zprávy pod tlakem v přesvědčení, že ze vztahu nemůže odejít, ať už je to zaměstnanec, partner, partnerka... V pracovních vztazích se někdy tyto paradoxní příkazy, vedoucí v krajních případech k sebevraždě adresáta, označují eufemismem "manažerské tlaky".

<https://jednoutoprijde.webnode.cz//dvojna-vazba-ne-resitelnny-algoritmus/>

Techniky strategických přístupů:

Strategická intervence

Strategické přístupy užívali jako nástroj změny rodinných interakcí strategické **intervence**. Šlo o svým způsobem direktivně předepsaná paradoxní pravidla rod. fungování, která vnášela nestabilitu do dosud stabilního komunikačního a interakčního systému rodin (právě tento systém ale udržoval problematické symptomy). V systému tak vzniká chaos, který si podle teorie systému vynucuje hledání nové rovnováhy a opětovné nastolení homeostázy (= rodina musí přehodnotit dosavadní interakční pravidla a dospět k nové rovnováze překonáním problému). Mnohdy se rodiny těmto paradoxním intervencím bránily, protože chaos byl spojen s úzkostí z neznámého. Podpořit je v tom, aby se nevrátily k původním pravidlům, byl jeden z úkolů terapie.

Příklady strategických a zároveň paradoxních intervencí:

- dělat totéž ještě více (Nespíte? Nespěte pokud možno ještě více!).
- malá obměna problémového chování (např. doporučení pro bulimičku, aby jídlo rovnou spláchla do záchodu, aniž by muselo procházet přes její žaludek)

Více k typům paradoxních intervencí najdete ve Schlippe & Schweitzer, *Systemická terapie a poradenství*.

Cirkulární dotazování – ptát se na to, jak vidí komunikaci a interakce systému různí členové rodiny (co si myslíš, že vede tvoji matku k tomu, že se na tebe zlobí, když...

Přerámování (reframing) – strategie, při které se vnitřní model světa v rodině změní tak, že problematické chování se octne v jiném rámci (v jiné sestavě pravidel a hodnotících kritérií).

Příběh na cestu - vyprávění (např. pohádka, bajka, citát atd.), které jen velmi vzdáleně souvisí se symptomy rodiny a má rodině umožnit posun v náhledu.

2.1.3.2 Krátká na řešení orientovaná terapie (Brief solution focused therapy, BSFT)

Čím byla ovlivněna?

Podobně jako na výše uvedený strategický přístup, také na BSFT měl vliv Mental Research Institute v Palo Alto, Kalifornie, USA.

Zde pracovali již zmiňovaný teoretik kybernetické komunikace, filosof, antropolog a terapeut Gregory Bateson, terapeut a též teoretik komunikace, Paul Watzlawick, dále např. Virginia Satirová (přezdívaná „matka rodinné terapie“), již zmíněný Milton H. Erickson.

Z představitelů BSFT patří k nejvýznamnějším Jay Haley, Insoo Kim Berg, její muž Steve de Shazer. Vybudovali Brief Family Therapy Center v Milwaukee, Wisconsin, USA. Kromě převzetí výsledků školy v Palo Alto postupně obohatili tento směr o výsledky postmoderního uvažování o jazyce a o kybernetiku druhého řádu (viz dále). Tento směr je sem tedy zařazen nikoli proto, že by u kybernetiky prvního řádu

ustrnul, ale z důvodu sledování historických fází vývoje syst. přístupu.

Pro BSFT je zásadní Shazerovo pojetí jazykové hry (nechal se inspirovat filosofem Wittgensteinem), totiž že k řešení problému se nelze dostat mluvením o problému, ale mluvením o řešení. Terapie je tedy jakási jazyková hra, která mění problematický systém významů, ve kterém klient/ti uvízl.

Mluvení o řešení je dnes základem koučovacích přístupů (např. B. Furman, T. Ahola).

Filosofie BSFT přístupu:

Důraz na duševní zdraví klienta: spíše než na dívání se, co je špatně a jak to opravit, směřuje přístup k hledání, co je dobře, a jak to použít.

Využití (zžitkování) zdrojů klienta: kvalitu léčby ovlivňuje schopnost podnitit u klienta silné stránky, zdroje a zdravé vlastnosti, které jsou nutné k vyřešení stávajícího problému (pracovník by měl přijmout klientovy ohraničené možnosti a s ohledem na ně s nimi pracovat).

Ateoretický (nenormativní) klientem určující pohled: Na řešení orientovaný přístup nevytváří žádné předpoklady o „skutečné“ povaze problémů, které klienti zažívají. Místo toho se zaměřuje na jednotlivé konkrétní potíže a snaží se najít řešení pro každého jednotlivce. Ztrácejí roli "experta", nebo učitele ve prospěch role studenta nebo učeň. V takových případech slouží terapeut klientovi tím, že zjišťuje jeho jedinečný způsob pojmenování potíží, které ho přivádějí do léčby. Terapeut může být užitečný pouze poté, co věnuje čas učení se od klienta.

Úspornost: upřednostňuje se co nejjednodušší a co nejpřímochařejší přístup. Stejná myšlenka je vyjádřena v jednom z mnoha sloganů používaných návštěvníky Anonymních alkoholiků „*Nech to jednoduché, hlupáku!*“

Změna je nevyhnutelná, existují výjimky z problému: klienti obvykle vidí problémy, které přinášejí do terapie, jakožto neměnnou věc, všechny tyto výjimky nechávají bez povšimnutí (de Shazer, 1985, 1988; Miller). Za účelem nápravy hledá na řešení orientovaný terapeut tu dobu, kdy problém nebyl problémem. Objevováním, co je v těchto situacích jinak, terapeut doufá, že zvýší četnost jejich výskytu. Samo očekávání krátkého trvání terapie vytváří tlak na změnu, zatímco dlouhé trvání by mohlo vést k tomu, že se rodina „sžije“ s terapeutem i problémem.

Zaměření na přítomnost a budoucnost: Spíše než porozumění tomu, co se v dávné minulosti stalo, by se měl klást důraz na to, co pacient dělá v současnosti a bude dělat v budoucnosti. Cílem je klientova současná a budoucí změna (často se využívá tzv. zázračná otázka).

Spolupráce: V BSFT je věnováno důsledné a vědomé úsilí spolupráci s klienty, kteří hledají odbornou pomoc. Na oplátku my plně očekáváme a většinou u klientů nacházíme jejich uvážené a vědomé úsilí vynaložené na spolupráci s námi. Že spolupráce podporuje spolupráci by nemělo být překvapivé, přesně to je ale reakce jiných profesionálů, když jim řekneme, že většina našich klientů má zájem a chuť, že jsou – spolupracujícími – účastníky léčebného procesu.

Ústřední filosofie přístupu: Co není rozbité, NESPRAVUJTE! Když jednou víte, co funguje, DĚLEJTE TOHO VÍC! Jestli to nefunguje, tak to nedělejte znovu. DĚLEJTE NĚCO JINÉHO!

(Převzato z S. Miller, I. K. Berg, *Working With the Problem Drinker, Brief Family Therapy Center, Milwaukee, Wisconsin, New York - London, Norton, 1992*).

Cíle v BSFT

Pro BSFT je velmi důležité pracovat na cílech, které si klient sám nadefinuje. Aby bylo něco takového možné, je třeba, aby mu pracovník pomohl v definování správně formulovaných cílů.

Správně formulované cíle spolupráce pro dobrou zakázku vypadají takto:

- **pro klienta důležité** (klient sám rozhoduje, co je pro něj dobré)
- **malé (dosažitelné), realistické**
- **konkrétní** (např. cíle jako „*dát si život do pořádku*“, nejsou správně formované, jsou fádní a nekonkrétní. Problém s těmito cíli je ten, že není možné určit, zda dochází k pokroku)
- **pozitivně formulované** (přítomnost spíše než absence něčeho. U pozitivních cílů není možné úkoly nedělat, u pozitivních vždy něco děláme, třeba přemýšlíme. Je dobré tedy vždy něco plnit – pozitivum, než neplnit – negativum. Pokoušíme se vyjednat takové cíle, které vždy něco přinášejí, např. co bude klient dělat, když už nebude pít. Kdykoliv se pokusíme si říct, že už něco nebudeme dělat nebo na něco myslet, budeme na to myslet o to víc. Vytváříme si v mysli obrázek zakázané činnosti a potom se ho snažíme ignorovat. To ovšem v praxi nefunguje, proto jen pozitivní cíle!).
- **začátek, spíše než konec** (cíle musí být popsány od prvního kroku klienta, který je potřeba udělat, než mluvit o tom, jaký bude konec.
- **vnímat to jako „tvrdou práci“** (víra v tvrdou práci pomáhá motivovat klienty k tomu, aby svého cíle dosáhli. Klienti si mají uvědomit, že to, co mají udělat, musí udělat, ne o tom jen mluvit).

(Převzato: S. Miller, I.K.Berg, *Working With the Problem Drinker, rief Family Therapy Center, Milwaukee, Wisconsin, New York - London, Norton, 1992*)

Podle vzathu k cílům lze identifikovat základní pracovní témata BSFT

Zakázka: Klient a pracovník společně dojednájí obsah a cíl spolupráce, tj. společně naleznou zakázku, která bude středem jejich společné práce.

Stížnost: Pracovník a klient dokáží identifikovat obsah nebo cíl práce, nedokáží dojednat kroky, které by klient potřeboval učinit k řešení.

Návštěva: Nepodaří se společně určit potíže či cíl, na kterých by měli pracovat. Více k tomu např. Úlehla, I. Umění pomáhat.

Techniky BSFT

Měřicí otázky (škály, mapují od 1-10 intenzitu trápení, pokrok k řešení atd.)

Cirkulární otázky (jak to vidí ti druzí – lidé, kteří patří do komunikačního a vztahového systému)

Otázky na zdroje

Otázky na řešení problému, např. zázračná otázka (jaké by to bylo, kdyby se stal zázrak? Co by bylo jinak?)

A co ještě? (rozvíjení každého náznaku změny k lepšímu)

BSFT pro svoji užitečnost a krátkost (cca 10 sezení) pronikla do poradenství, sociální práce, koučinku, supervize atd.

Strategická terapie rodiny a BSFT mají mnoho společného, protože vycházejí ze školy v Palo Alto. Týká se to jak metodologických východisek, tak praktických postupů, strategických intervencí apod. Kromě toho

ještě používají (zejména v počátcích to bylo zjevné) téměř identický formát práce, pokud jde o formální strukturu sezení s klientem/tem. Patří do něj také strukturace sezení a využití reflektujících týmů.

Strukturace sezení:

- sezení týmu před sezením (hypotézy týmu o symptomech rod. systému, potížích atd.),
- rozhovor s rodinou (vede 1 pracovník, ostatní v reflektujícím týmu za zrcadlem),
- mezisezení (pracovník se radí s týmem o závěrečné intervenci – co říci rodině ohledně hlavních doporučení)
- závěrečná intervence směrem k rodině (obvykle obsahuje vysvětlení potíže, ocenění rodiny nebo klienta, strategickou intervenci – co má rodina nebo klient do dalšího setkání dělat, někdy též příběh na cestu)
- sezení po sezení (diskutuje celý tým – analýza toho, jak závěrečnou intervenci rodina reagovala, rozbor toho, co dělat pracovník atd.)

Více k aranžmá sezení opět např. v knize Schlippe & Schweitzer, *Systemická terapie a poradenství*.

Reflektující tým jako přínos prvních systemických přístupů pro klientkou praxi

Označení reflektující tým platí pro ty pro členy týmu, kteří pozorují práci pracovníka s klienty a vnášejí svoje postřehy do procesu terapie (poradenství). Zpočátku byli ukryti za jednocestným zrcadlem, později sedí v místnosti. Nahlas reflektují to, co v terapii slyšeli, vnášejí užitečné postřehy.

Více k reflektujícímu týmu Zatloukal, L., Vítek, P. Využití reflektujících týmů v terapii zaměřené na řešení. *Psychoterapie* 7, 2003, s. 57 – 68. Dostupné z: <http://dalet.cz/Clanky/reflektujici-tymy.pdf>

Úkol 7: Shrňte dle studie Zatloukala a Vítka roli reflektujícího týmu při práci s klienty

2.1.3 Kybernetika druhého řádu – kybernetika systémů, které pozorují.

Další názvy: kybernetika komplexních systémů, "kybernetika kybernetiky". Viz např. Heinz von Foerster název jeho díla Cybernetics of Cybernetics, 1979.

Nastal posun od kybernetiky pozorovaných systémů (k. prvního řádu) ke kybernetice systémů, které samy pozorují (k. druhého řádu). Co to znamená?

Proti inženýrskému přístupu, kdy tvůrce je "stvořitelem systému", který ovládá, vítězí přístup, který klade důraz:

A) Na novou teorii poznání (pro nás je důležitý zejm. G. Bateson), která říká, že **mysl (obsah pozorování), je součástí pozorovaného**. Objekt a pozorování nelze oddělit, výsledek pozorování je důsledkem jejich interakce. Nejde tedy o výsledek nezájatého, distancovaného pozorovatele (je zpochybněno subjekt-objektové paradigma moderní vědy, které padlo pro velkou část poznání mimo jiné i pod vlivem kvantové fyziky). **Vzniká tzv. epistemologie komplexity.**

B) Na autonomii a sebeorganizaci systému. Zatímco v kybernetice prvního řádu zkoumá pracovník systém jako objekt a formuje ho prostřednictvím strategických intervencí, v kybernetice druhého řádu považuje systém za autonomní, s vlastními právy, interagující s jinými systémy i pozorovatelem. Praktická konsekvence v pom. profesích: zrušení expertní distance terapeut – klient, „stěhování týmu před zrcadlo“ aj.).

2.1.3.4 Radikální konstruktivismus H. Maturany

V kybernetice druhého řádu se prosadil kromě Batesonovy teorie poznání také radikální konstruktivismus Humberta Maturany (chilský neurobiolog). Radikální konstruktivismus říká, že vnější svět poznáním neodhalujeme, ale konstruujeme, vytváříme.

Maturanovo pojetí systému:

Sebeorganizace

Pro každý živý systém platí princip sebeorganizace, který Maturana nazval autopoiesis nebo autopoíeze (z řec. *autos*, sám, a *poiein*, dělat, tvořit). Jde o pojem, který chce vystihnout povahu systémů, jež nelze vysvětlit z vnějších příčin, nýbrž které vznikají a udržují se díky své vlastní struktuře. Původně šlo u Maturany pouze o vysvětlení sebeorganizace buňky jako procesu, který se organizuje a udržuje sám. Buňka se jako systém „Operačně uzavírá“ čili odděluje od svého okolí, zachovává svoji organizaci, dokud nezahyne, a to díky neustálé výměně látek s prostředím.

Postupně byl model autopoiesis aplikován na všechny systémy, včetně interakčních, sociálních aj. Např. německý sociolog Niklas Luhmann vytvořil „systémovou teorii společnosti“ jako autopoietického vydělování jejích subsystémů (např. vědy, práva, hospodářství nebo náboženství). Maturanův princip autonomního fungování, „operačního uzavření“ a udržování organizace a adaptací, stejně jako význam vnějších vztahů a vzájemného působení s okolím, Luhmanovi umožnil nové pohledy na fungování lidských společností a institucí.

Struktura

Vztah systému a prostředí nelze popsat pomocí vstupů a výstupů jako ve fyzice, neboť vnější působení nerozhoduje o tom, co se v jeho důsledku v systému stane. Vnitřní chování systému je určeno jeho strukturou a vnější podněty mohou jen spouštět změny, dané touto strukturou. Takové změny pak Maturana považuje za poznání (*cognition*). Proto si ani lidský pozorovatel nemůže činit nárok, že by viděl něco, co existuje nezávisle na něm, neboť i jeho poznání je určeno jeho vlastními možnostmi (například možnostmi jeho smyslů, přístrojů nebo jazyka).

Zdroj (mírně upraveno): Wikipedia a Maturana Romesín, H. AUTOPOIESIS, STRUCTURAL COUPLING AND COGNITION. <http://www.iss.org/maturana.htm>

Maturanovo pojetí jazyka:

Jazyk je pro člověka **specifický způsob života v pospolitosti**, jímž koordinujeme koordinovaná chování mezi sebou (M. používá souloví „koordinace koordinací“, J.L.).

Jako lidské bytosti žijeme v praxi řeči (Maturana užívá novotvar „*linguaging*“, jazykování, jako sloveso), v níž teprve vystupují předměty a jež tak vytváří „domény sdílených předmětů“ či „domény intersubjektivit“, a to v libovolně velkém počtu. První taková doména intersubjektivit vzniká v jazykové hře matky s dítětem.

Poznání a jazykování:

Obvyklé pojetí poznání jako poznání něčeho, co existuje nezávisle na mně, má problém s vědomím sebe sama, neboť „já“ neexistují nezávisle na sobě. Musí proto sebe sama rozdělovat na „já“ a „sebe“, na subjekt a objekt, a v důsledku toho si představovat sebe jako předmět, věc. Naopak chápeme-li poznání jako vztah, jenž se u člověka děje řečí, snadno nahlédneme, že i „já“ vzniká v řeči stejně jako jakékoli jiné téma, je vědomí sebe přirozeným důsledkem řeči (jazykování).

Zdroj Wikipedia a Maturana Romesín, H. AUTOPOIESIS, STRUCTURAL COUPLING AND COGNITION. <http://www.iss.org/maturana.htm>

2.1.3.2 Systemické přístupy navázané na kybernetiku druhého řádu - Kurt Ludewig (hamburská škola)

Ludewigův přístup je znám jako tzv. **zakázkový model práce s klienty**

Přístup byl ovlivněn novou epistemologií komplexních systémů, zejména pak H. Maturanou (autopoiesis, struktura, jazykování, aj.). To ilustruje i následující citát:

„Vše řečené je řečené pozorovatelem jinému pozorovateli. Pozorovatel je jazykující bytost, která vytváří jazykováním systém významů. Proto systemicky myslet znamená zaměřit se na systémy.“ K. Ludewig

Filosofie práce s klientem: K. Ludewig

- namísto výlučné individualizace orientace na kontext
- namísto kauzality reflexivita
- namísto jistot zvědavost a dialogická otevřenost
- namísto věrnosti metodice tvořivost
- namísto patologizující rezignace sociální citlivost
- namísto jednostranného léčení vzájemná inspirace ve spolupráci

- namísto péče orientace na klienta a na to, co žádá

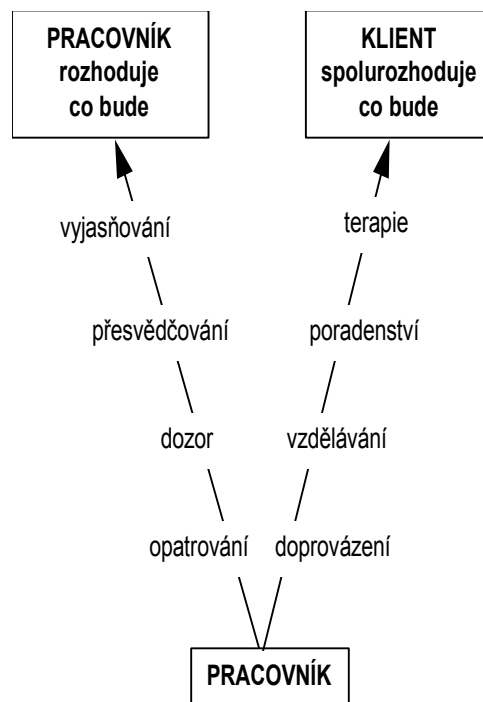
Koncept terapeutické změny

Přímo kauzálně způsobovat změnu není vzhledem k autopoiesis a strukturálnímu nastavení systému možné. Možné ale je jazykováním (rozhovorem) podněcovat autonomní systém člověka ke změně podle možností jeho struktury (interního nastavení).

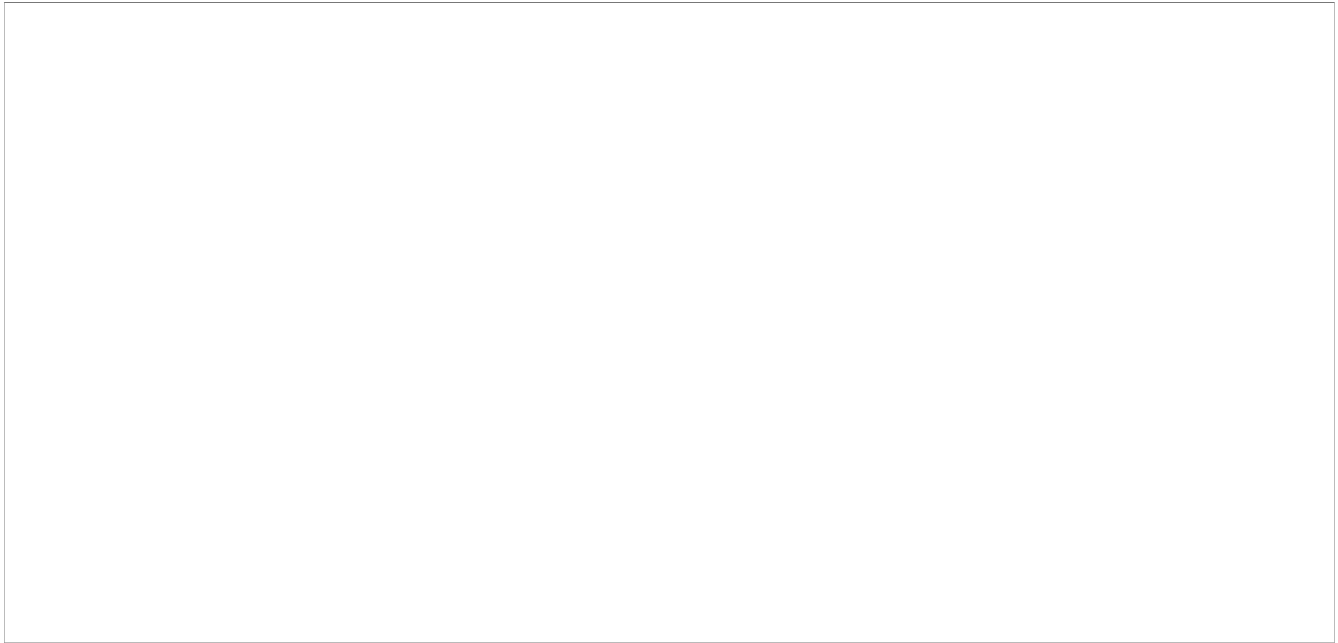
Podněcování se děje v dialogu potvrzováním a otevíráním: Je třeba potvrzovat klienta do takové míry, aby mohl navázat spolupráci a pokračovat v ní. Otevírání znamená přinášet otevírající, nové podněty, aby došlo k destabilizaci problémového systému.

Pomoc nebo kontrola

Ludewig rozlišil při práci s klienty systémy pomoci (klient spolurozhoduje, co bude) a systémy kontroly (pracovník rozhoduje, co bude). Ukazuje je následující obrázek.



Úkol 8: Doplňte z knihy I. Úlehly Umění pomáhat jeho vysvětlení rozlišení pomoci a kontroly a vysvětlení systémů pomoci a kontroly.



Přístup se jmenuje „zakázkový model práce“. Co tedy znamená zakázka v pojetí K. Ludewiga?

Zakázka přesně definuje poskytovaný systém pomoci a stanovuje cíle spolupráce pracovník – klient/ti

Zjišťují se v ní očekávání klienta/tů, vzájemně se vymezují role, zjišťuje se, jak by si klient/ti přál/li pracovat, co klient /i očekává, že bude pracovník dělat. Vytvořením zakázky začíná proces pomoci. Jednou vypracovaná zakázka nemusí být určující pro celou práci, proto je vhodné zakázku ověřovat.

Pojetí problému u Ludewiga - téma v komunikaci, které někdo hodnotí jako nežádoucí a zároveň změnitelné, tedy schopné změny.

Obtíže – nezměnitelné záležitosti, které se ale mohou stát problémem, pokud se o nich mluví s ohledem na možnou změnu samotné podstaty stavu nebo alespoň následků, které stav vyvolává.

Hledání pomoci

1. Vznik problémového systému – pomocí rozlišování významů je v jazyce je něco označeno jako nežádoucí, problematické;
2. Systém hledá pomoc – jedinec si začíná uvědomovat, že vzniklou situaci není schopen zvládnout vlastními silami, a proto se rozhodne vyhledat odbornou pomoc;
3. Klinický systém – vzájemné setkání toho, kdo hledá pomoc, a toho, kdo ji nabízí;
4. Terapeutický systém – pomoc hledající jedinec nebo rodina a pomáhající odborník vytvářejí terapeutický systém a společně dojednávají zakázku

Metody a techniky:

Reflektování (včetně reflektujícího týmu)
Cirkulární dotazování
Otázky na změnu k lepšímu – práce s rozdíly ve významech
Doporučování
Deska rodiny
Závěrečná intervence

Vše se děje v rámci výše definovaného potvrzování a otevírání. Cílem je omezit trápení a rozšířit

klientovy možnosti.

Pokud byste si chtěli přečíst ještě něco o zužování a rozšiřování, doporučuji opět článek Zatloukala a Vítka, kde je to dobře srozumitelně vyloženo: Využití reflektujících týmů v terapii zaměřené na řešení. Psychoterapie 7, 2003, s. 57 – 68. Dostupné z: <http://dalet.cz/Clanky/reflektujici-tymy.pdf>

2.1.4 Sociální konstrukcionismus - východisko pro systemické kolaborativní a narativní přístupy

V **sociálním konstrukcionismu** je klíčovým pojmem sociální realita. Zatímco v radikálním konstruktivismu je realita radikální konstrukcí poznávajícího subjektu, sociální realita je vytvářena sdílením a předáváním významů v societě. V sociologii toto hledisko zastávali P. Berger a T. Luckman, kteří napsali knihu **Sociální konstrukce reality** (1966).

V jejich závěsu šli již postmoderně smýšlející **sociální konstrukcionisté**. Ti přišli s myšlenkou, že také naše identita je sociálně konstruovaná - již bujela postmoderna, která rušila lečjaké dosavadní jistoty ve vědě a filosofii, identita nebyla něčím daným (např. pohlavím), ale byla také konstrukcí. Navíc již nemusela být pouze jedna, ale tzv. „mnohočetná“. Vzniká představa, že každý člověk je nositelem více identit, které si dokonce mohou odporovat nebo mezi nimi může vznikat konflikt.

Pokud jde o práci s klienty, důležité je, že zůstává pojetí problému. Také sociální konstrukcionisté ho vidí jako systém vztahů, komunikací, interakcí, významů a hodnocení, který se rozvinul okolo tématu, jež bylo někým identifikováno jako nepřijatelné. Stručně to shrnul H. Goolishian ikonickým výrokiem „Problém vytváří systém“: míněno právě sociální systém vztahů a významů.

Jestliže je problém sociální konstrukcí, lze ho v pomáhajícím procesu „dekonstruovat“. (Jen tak mezi námi, dekonstrukce je klíčový pojem postmoderní filosofie u francouzského filosofa J. Derridy. Ten se snažil ukázat, že za pojmem se neskrývá žádná „věc o sobě“, žádná skutečnost, která by se dala pojmově uchopit a v úplnosti popsat, co do její esence nebo zakládající ideje. Takže vlastně dekonstruoval celou západní metafyzickou filosofii, která na takové premise stála. Proč by tedy nemohl být dekonstruován problém klienta?).

Ze systemických přístupů ovlivněných sociálním konstrukcionismem vybírám narativní přístup (kolaborativní přístup si můžete orientačně dostudovat).

2.1.4.1 Narativní přístup: např. v USA Centrum rodinné terapie v Evanstonu, Jill Freedmanová, Gene Combs

Pro narativní přístup je důležité přesvědčení, že v pomáhajícím procesu je nejdůležitější podpořit u klientů svobodné utváření identity.

Narativní konstrukce identity

Člověk je bytost narativní. Jeho identita je konstruována vyprávěním. Dává smysl svému životu konstruováním vlastního životního příběhu. Vznikne-li vyprávěním problematický systém, je třeba změnit zdánlivě nevyvratitelná přesvědčení o vlastní identitě, a nahradit je jinými.

Problematická identita často vzniká přijetím vyprávění, které o nás vytvořili jiní. Často jde o internalizaci dominantních diskursů, které jsou ve společnosti bez kritické reflexe sdíleny (zde se narativní přístup stává také kritikou oprese ve společnosti a prolíná se s antiopresivními přístupy, viz oddíl č. 3 opory). Pracovník tedy vždy zohledňuje sociální a politické faktory, které mohly omezit svobodné utváření identity (např.

zkušenost klienta s rasistickým dominantním diskursem, majoritní kulturou, diskriminací a vyloučením).

Pomáhající rozhovor jako reautorizační konverzace

Klient/i mají trápení a hledají pomoc tehdy, když ztratí vliv tvorbu vlastního příběhu, jejich identita je ujařmena příběhem, který vytvořil někdo jiný (rodiče, společnost...). V rozhovoru jsou proto podněcováni k tomu, aby se opět stali autory - vyprávěli a tvořili příběh vlastního života v souladu s nově objevovanou, narativně konstruovanou identitou.

V pomáhajícím procesu dochází postupně k dekonstrukci až dosud akceptovaného vyprávění (např. „vždy jsem byl a budu looser“), tím dochází k proměně klientovy identity. Vyprávění (malá i velká), která až dosud formovala jeho subjektivitu, ztrácejí svoji moc. Výsledkem je nově utvořená identita, která je vlastním autorským dílem, není již vnucena ničím vnějším. Práce s klientem je tedy jakési „navracení autorství“ („reautorizace“) směrem k „právu na vlastní příběh“. Umožňuje tak stát se opět tvůrcem vlastního příběhu, „autorem“ vyprávění (vlastního života).

Metody a techniky

Externalizace – technika užívaná na oddělení problematického vyprávění od klienta

Dekonstruktivní dotazování – otázky na dopad externalizovaného problému na klienta a jeho minulý a současný život

Jiskřivé momenty – hledání klientových úspěchů v minulosti a přenesení jiskřivých momentů do přítomnosti - do „krajiny“ činů a významů

Znovu začleňování ztracených zkušeností (připomenutí osob, vztahů a důležitých zkušeností podporujících novou identitu)

Používání terapeutických dokumentů (dopisy, certifikáty, diplomy), které potvrzují nový status klientovy identity

Využívání svědectví zvenčí – lidé, kteří jsou svědky nové identity klienta přicházejí a dosvědčují jeho nový status autora vlastního příběhu

Postupně může klient získat až status konzultanta pro klienty s obdobným problémem.

Více se dozvíte např. in: Freedman, J., Combs, G. Narativní psychoterapie.

Literatura ke kapitole:

BATESON, G. (1979). *Mind and Nature: A Necessary Unity* (Advances in Systems Theory, Complexity, and the Human Sciences). Hampton Press. ISBN 1-57273-434-5

FREEDMAN, J., COMBS, G. *Narativní psychoterapie*.

LUDEWIG, Kurt. *Základy systemické terapie*.

LUHMANN, N. *Sociální systémy: nárys obecné teorie*.

SCHLIPPE, A., SCHWEITZER, A. *Systemická terapie a poradenství*.

de SHAZER, S.: *Zázračná otázka*.

ÚLEHLA, Ivan. *Umění pomáhat*.

MILLER, S., BERG, I. K. *Working With the Problem Drinker, Brief Family Therapy Center, Milwaukee, Wisconsin, New York - London, Norton, 1992*

ZATLOUKAL, L., VÍTEK, P. Využití reflektujících týmů v terapii zaměřené na řešení. *Psychoterapie* 7, 2003, s. 57 – 68. Dostupné z: <http://dalet.cz/Clanky/reflektujici-tymy.pdf>