Systemický přístup inspirace z psychoterapie

Systemický přístup je v současné době jeden z inovativních trendů myšlení a praxe nejen v psychoterapii a v pedagogice, ale i v dalších pomáhajících profesích. Podává nový pohled na člověka. Nabízí nové možnosti, jak pracovat s psychosociálními jevy. Nahlíží na člověka jako na živý systém, který se neustále mění.

Systemický přístup je vlastně rozhovor, ve kterém důležitým pilířem je vzájemná komunikace. Když se zamyslíme o čem je vlastně komunikace? Je o vysílání a přijímání slov. Jedná se tudíž o vzájemnou komunikaci mezi vysílatelem - pacientem a příjemcem - terapeutem. Pacient vysílá, sděluje slova, která si spojil s danou situací, či problémem. Převypráví příběh, svůj problém. Tím dochází k dekonstrukci původního významu jednotlivých událostí. Pacient je tvůrce svého příběhu, návrhář svého života. Terapeut přijímá daná slova. Aby získal potřebné informace, volí techniku cirkulárního dotazování. Dle mého názoru se jedná o velmi konstruktivní metodu. Terapeut vhodně formulovanými otázkami může obejít případnou nechuť klienta ke sdělování vlastních pocitů. Terapeut se v získaných informacích orientuje a nalézá vhodná řešení. Myslím si, že toto dotazování může posilovat vzájemné vciťování a lepší porozumění.

Terapeut má tak velkou příležitost se přiblížit k realitě klienta a může navrhovat vhodná řešení k užitku daného klienta. Daný problém není totiž vnímán jako prostor pro nastolení diagnostiky, ale jako možnost určité změny. Nejedná se o zatajování či skrývání problému, ale zaměření se na myšlení jiným směrem. Na každém problému je přeci možné najít i řadu pozitivních věcí, které pacienta mohou posílit. Říká se, že ten kdo posiluje silné stránky, nemusí se tolik starat o ty slabé.

Systemický přístup tudíž posiluje možnost změny a cesty k ní. Určitě pomáhá lidem tvořit pozitivní budoucnost.