

## Integrace předpokládá integrování

Rád bych načal veřejnou rozpravu o činnosti, která mi není jasná. Není mi jasná, ačkoli jsem ji sám z nedostatku něčeho jiného dělal mnoho let. A po té, co už jsem si skoro myslel, že už ji nedělám, jsem zjistil, že nepochybně pokračuji. Mám na mysli výběr toho, proč dělám právě to, co dělám, myšleno při práci s klientem v terapii. Po letech eklektického (dnes by se asi řeklo integračního) hledání jsem přijal za svůj systemický přístup. Na první pohled bylo důvodem to, že mi dal odpovědi na otázky, na něž jsem do té doby odpověď marně hledal. Ale to není docela přesné. Jednak by bylo třeba říci, jaké to byly otázky, jednak ve mně samotném fungovalo cosi, čemu bylo jasné, že je to právě to nejlepší, co si mohu vybrat. Toto cosi bych chtěl konzultovat s kolegy integrátory, ale i všemi ostatními.

Když jsem si vybral systemický přístup, dostal jsem tedy odpověď na otázky, které jsem si do té doby neuměl odpovědět pro mne uspokojivě. Získal jsem ucelenou teoretickou konstrukci, která obsahuje v míře, pro mé chápání dostačující, obecnou teorii poznání aplikovanou na oblast psychologie a psychoterapie, teorii klinické praxe a metodologii jejich aplikací v rutinní práci s klienty. Mohl bych tedy být spokojený, zdálo by se, že nemusím eklektizovat, integrovat, nemusím vybírat z nepřeberných možností, svůdných jako sirény. Mohu snadno o mnohém říci: toto už se učit nebudu a mohu i zdůvodnit proč.

Co však zůstává stejné, je otázka, proč a podle čeho jsem si vybral právě systemický přístup a ne analytický, gestalt či jiný. Možná je to otázka pro všechny, nehledě na to zda si vybrali „školu“ nebo „od každého to nejlepší“. Je to něco, co děláme všichni a mně se zdá, že by stálo za to tuto činnost reflektovat, či jak říkávalo kdysi, zkoumat introspekci.

Jako eklektikovi mi bývalo kritériem cosi, co mi říkalo, že „to sedí“, tedy dnes bych řekl, že to zapadá do struktury mého organismu. Prostě se mi to líbilo. Pochopitelně jsem měl na mysli, že se mi to líbí ve vztahu k tomu, co chci dělat, totiž pracovat s klienty. Dokonce jsem se domníval, že si vybírám především s ohledem na užitečnost a přínosnost právě pro klienty. To dnes musím opravit, myslím, že jsem si vybíral takové věci, které se týkali mne samotného více než klientů. Například mi „nabízely“ jistoty. Jistoty potvrzující mou profesionalitu, jistoty podporující mé vědomí toho, že postupuji správně. Jistoty, že vybrané postupy jsou ověřené, potvrzené a mají renomé, že od nich mohu čekat úspěch a tedy se mohu na ně spolehnout jako na pravdivé.

To ovšem také může znamenat, že klíčem k výběru byla jistota, kterou jsem potřeboval posílit, respektive nejistota. Jestliže ovšem byla klíčem výběru moje nejistota a potřeba jejího utišení, jak to vlastně souviselo s klienty? Moje nejistota je moje, jakkoli se vztahuje k něčemu, například klientům. Moje potřeba jistoty mění mne a nikoli klienty. Je pravděpodobné, že nakonec má nějaký vliv na klienty, ale prvotní jsem v uspokojení této potřeby jistoty já sám jako terapeut. Znáám zaklínadla, že budu-li zralejší, jistější, zkušenější, atd., bude to ku prospěchu klientům. Dnes je považuji za mámení, které zájmem klienta zastírá prospěch terapeuta.

Mé současné jistoty jsou v porozumění a víře, že většina mých dřívějších otázek vyrostla z uvažování, stojícího na chybných předpokladech tedy, že jsou to právě tyto

otázky, které mne nutí pachtit se za psychoterapeutickým grálem, kamenem mudrců a procházet nekončící řadou technik, zda by mne náhodou nějaká neupoutala natolik, abych u ní setrval. Konečně jsem do profesionálních důsledků pochopil, že už dál nemohu postupovat jako divák u televize, který brouzdá po všech kanálech, zda by se mu něco náhodou nezalíbilo. Že nemohu nechávat výběr na čemsi „vnějším“. Že musím nevyhnutelně a do důsledku nést zodpovědnost za výběr toho, co dělám, proč to dělám. Že nejprve já musím vědět co i jak chci dělat a mít na to vysvětlení, abych si mohl vybírat k tomu příslušné. Chci aby má práce byla stylová, mravná, celistvá a příjemná pro mne i klienta.

Ze systemického přístupu jsem si udělal styl, kterým jsem se konečně oprostil od toho, abych práci s klienty dělal „tak ňák“. Už nechci být Takňákem. Co jsem získal, bylo cosi pro mne nečekaného, totiž bezpečí pochybování, bezpečí kladení otázek, bezpečí nevědomosti, bezpečí nerozumění, a to vztaženého jak k vlastní terapeutické práci a tak ke klientovi. Co jsem zatím nenašel, je odpověď na otázku, podle čeho jsem si vybral právě tento přístup.

Mám návrh jak tomu rozumět. Vychází z toho, že zde, jak se zdá, existuje přepestrá a podivuhodně široká, ba dokonce neustále se měnící škála možných odpovědí na mé, tedy terapeutovy, potřeby. Je to takové Frommovské téma. Když psal o potřebě každého zodpovídat si základní existenciální otázky, poukázal na to, že mezi lidmi, čili v tom, čemu říkáme společnost, je dostatek nejrůznějších odpovědí, aby si kdokoli, jakkoli jiný, mohl na své existenciální otázky najít, sobě přiměřenou odpověď. Jaké své potřeby uspokojujeme jako psychoterapeuti tím, že si vybíráme právě tyto a ne jiné způsoby a postupy práce?

V systemice jsem našel přísnost v posuzování sebe sama a toho, co vlastně v terapii dělám, s čím vším do ní vstupuji, jak se v ní účastním a co mohu či nemohu ovlivnit. Uznávám, že je to pro mne právě tento přístup a přemýšlení o něm, co mne dovedlo k otázce, jak to vlastně děláme, když si nějaký přístup vybíráme. Zatím na to nedovedu dát jednoduchou odpověď, uvažuji zde „nahlas“ a veřejně. Hledám další hlasy, které také zajímá rozvíjet toto téma.

Nejde o takové samozřejmosti, jako, že chceme pomáhat, být užiteční, prospívat klientům, pomáhat jim lépe žít, léčit je a podobně. Nejde **pro tuto chvíli** o klienty. Abychom mohli být klientům prospěšní, věřím, že jde o nás samotné. Domnívám se, že každý psychoterapeut, aby mohl vykonávat svou profesi, potřebuje něco takového, co jsem pro sebe nazval jistotou a bezpečím. Zajímalo by mne, jak to vidíte a nazýváte vy ostatní, nehledě na přístupy, školy či názvy, které pro svou práci používáte. Jsou někde odpovědi? Jsou někde jiné odpovědi?