

Cirkulární otázky

Z německého jazyka pro potřeby studentů přeložily Pavlína Fejkusová a Tereza Líbenková

Zdroj: <http://methodenpool.uni-koeln.de/download/zirkulaeres-fragen.pdf>

Stručná anotace: Tento článek se věnuje zejména vysvětlení a poměrně podrobnému popisu konstrukce cirkulárních otázek v různých formách. Jsou zde uvedeny také důležité odkazy na odpovídající literaturu k tomuto tématu a související teoretické základy. V praktické části textu s názvem „Příklady“ je technika cirkulárního dotazování představena díky přepisům rozhovoru v kontextu terapeutické práce, sociálně vzdělávací a pedagogické práce. Článek je stručným a srozumitelným přehledem různých forem dotazování při práci s klienty.

Cirkulární otázky

1. Krátký popis metody

Cirkulární otázky se vyvinuly v praxi systemické terapie a úspěšně se tam v současné době ujaly, aby skrze cílené přijetí rozličných pozic pozorovatele a změny perspektivy odkryly cirkulární procesy ve vztahových systémech a odstranily ztuhlé komunikační a interakční modely, které způsobují konflikty uvnitř systémů. Tazatel (terapeut nebo přeneseně na učení a výuku například učitel) otevírá účastníkům svými tradičními způsoby dotazování možnosti, aby se vžili do jiné pozice a přitom umožnili změnu perspektivy uvnitř systému. Triádové (triadische) způsoby dotazování provokují „domněnky v přítomnosti druhých“, neboť podněcují zúčastněné vyjádřit své domněnky o přáních, potřebách, názorech, vztazích aj. dalších účastníků. Ve střídavém vzájemném vztahu jsou zahájeny nové myšlenkové procesy a umožněny změny.

2. Primární a sekundární zdroje

2.1. Primární zdroje

Cirkulární dotazování je součástí systemického přístupu. Metoda cirkulárního dotazování přitom vychází hlavně z tzv. „Milánské školy“. V roce 1967 byla v Itálii založena pracovní skupina složená z osmi psychologů a psychoanalytiků. Společně vybudovali „Centro per lo Studio della Famiglia e delle tecniche di Gruppo“, zařízení, které se nejdříve specializovalo na léčbu párů a rodin na psychoanalytickém základě. K této skupině patřili také Mara Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfanco Cecchin a Giuliana Prata, kteří se v roce 1971 odštěpili od původní skupiny. Cílem skupiny bylo v budoucnosti zesílit více komunikačně-teoretickou přístup práce, namísto setrvávání v tradiční pozici psychoanalýzy. Inspirování mimo jiné Batesonovou kybernetikou a Watzlawikovou komunikační teorií vyvinuli pro svou práci s rodinami metodu cirkulárního dotazování.

Jako jednu z nejdůležitějších publikací této doby vydali knihu „Paradox a protiparadox“ a článek „Hypotézování – cirkularita – neutralita“. Ještě dnes patří tento článek k základům systemické teorie.

Palazzoli, M. S. a další: Paradox a protiparadox. 11. Vydání Stuttgart (Klett-Cotta) 2003

Komentář: Představení milánského přístupu. Jsou vysvětlovány nejen cirkulární otázky, ale také technika paradoxní intervence. Dnes je však v systemické práci mnohými problematizována moc, kterou terapeuté mají při mnoha intervencích.

Selvini Palazzoli, Mara, Boscolo, Luigi, Cecchin, Gianfanco a Prata, Giuliana (1981):

Hypotézování – cirkularita – neutralita. V rodinná dynamika, 6: 123-139.

2.2. Sekundární zdroje

Reich, K.: Systemicko-konstruktivistická pedagogika. Úvod do základů interakčně-konstruktivistické pedagogiky. 5. Vydání. Neuwied 2005 Luchterhand.

Komentář: Po rozsáhlém úvodu do systemicko-konstruktivistického způsobu myšlení následuje krátké představení ostat odpovídajících metod a jejich přenos do pedagogického kontextu. V kapitole 10: Systemické metody. Co se mohou pedagogové naučit ze systemického pojetí. Na str. 236 – 242 je zvláště popsána metoda cirkulárního dotazování. Kniha je vhodná k seznámení s tématem a dává impulzy k přenosu.

Von Schlippe, A. a Schweitzer J.: Učebnice systemické terapie a poradenství
10. vydání, Göttingen 2007, Vandenhoeck und Ruprecht

Komentář: Obsáhlá práce k úvodu a prohloubení teorie systémů a terapeutické praxe. V kapitole 7: Systemické otázky. S 137 – 163 je obsáhle a názorně rozpracována teorie a praxe metody. Důrazně doporučujeme!

Simon, F. B. a Rech-Simon, C.: Cirkulární otázky. Systemická terapie v případových studiích: učebnice. 7. vydání, Bonn 2006, VG Bild-Kunst.

Komentář: Několik prepisů různých terapeutických sezení, dávají vhled do praxe systémové terapie, se zaměřením na cirkulární otázky a jsou obohaceny o vysvětlení pro systemickou práci. Důrazně doporučujeme!

Pisarsky, B.: Mara Selvini Palazzoli – Nekrolog. Z časopisu pro systemickou terapii 17. ročník, sešit 4 1999.

Komentář: Krátká biografie Mara Selvini Palazzoli

Palmowski, W. a Thöne, E.: Cirkulární otázky - Co to bylo? Z časopisu pro systemickou terapii. 13. ročník, sešit 2 1995.

Komentář: Krátké pojednání o teorii cirkulárních otázek. Vhodná pro začátečníky.

Moghadam, T.: Systemická krizová intervence při práci s dívkami. Ze Sociální magazín. 28. ročník, sešit 3 2003.

Komentář: Příklad použití systemických otázek v sociálně pedagogické práci

http://www.efb-stupa.de/service/handouts/hdlg_2006-06-12_a.pdf (z 1.12.07)

Komentář: Dobrý přehled cirkulárního dotazování s případovou studií.

www.lifskills.at/Interventionen.pdf (z 3.12.07)

Komentář: Příklady různých možností cirkulárního dotazování.

3. Teoretické a praktické základy

Reich (Konstruktivistická didaktika. Učení a studium z interakčního pohledu. Neuwied 2006, 298 f.) udává následující definici cirkularity:

„Ve vztazích neplatí žádné jednoznačné a přísné příčinné vztahy, ze kterých se může lineárně odvodit chování nebo komunikace. Chování každého článku v cirkulárním systému je podmíněno zpětnou vazbou. I když se technická pravidla nevztahují přímo na lidské chování, neboť popisují jen jednoduché interakce, můžeme přesto přijmout metaforu Feedbacku a použít ji na lidskou komunikaci. To se týká zejména rozšíření pouhého kauzálního vztahu když – tak ke vztahu k cirkulárnímu: Každý výrok je v komunikaci podnětem pro další výroky, které, když se vrátí zpět ke sdělovateli, budou dalšími podněty pro nové výroky. Každý výrok přináší potencionální podněty nebo také narušení systému v sobě samém. To je pro lidskou komunikaci typické. Lineární když – tak – připisování jsou pro komunikační procesy příliš jednoduché. Lidé nejsou systémy planet, které se kolem sebe točí podle jasně určených pravidel a mohou být předpověditelné. Cirkulární pohled pomáhá rozpoznat provázanost interaktivních vztahů ...Při cirkulárním přístupu vnímáme možné příčiny a působení otevřeněji než při pouhém příčinném hledání. Cirkulárně zkoumáme především rozdílnost individuálních zkušeností a zážitků, které komunikujeme, abychom dosáhli obsáhlejšího (detailnějšího) obrazu o nás a našich interakcích. Stejně jako v systemické terapii hraje i v konstruktivistické didaktice otevření ke vztahům a tím i k cirkularitě rozhodující roli. Člověk vychází z toho, že: „Lidé přemýšlí stále o druhých a o tom, co si o nich druzí myslí a co si myslí, že si o nich druzí myslí atd. Člověk se sám sebe ptá, co se právě děje uvnitř druhých a přeje si nebo se obává toho, že by ostatní lidé mohli vědět, co se děje v nich samotných“ (Laing a kol.: Interpersonelle Wahrnehmung. Frankfurt a. M., Suhrkamp 1971, 37).

Systemická terapie a poradenství se zabývá hlavně přemýšlením o vztahových skutečnostech v interagujících systémech, např. v rodině. Odvrací se od kauzálně-lineárního modelu příčiny a následku, popisující pouhé lineární řetězce chování. Systemická terapie se pokouší zachytit procesy v jejich celé komplexitě. V systemickém pohledu jsou příčiny a následky lidského chování chápány cirkulárně.

Tím se mimo jiné rozkládá také princip pachatel – oběť. Mnozí lidé vysvětlují své akce jako reakce na chování ostatních. Odmítají tak vlastní odpovědnost a vinu. To však vede k pocitu bezmoci. Nejsou schopni zasáhnout do situací, neboť druzí jsou zdánlivě příčinou jejich chování a druzí mají moc nad situací. Přijímají tak roli oběti. Chybějící možnosti akcí vedou ke stagnaci a vzápětí ke stabilizaci proměněných vzorců interakcí.

Všechny lidské emoce, např. způsoby chování, příznaky, rozličné formy projevu pocitů atd., mohou být považovány jak za procesy odehrávající se uvnitř každého z nás, tak za projev vzájemné vztahové

definice. To znamená, že každé lidské chování je zprávou (poselstvím) od jednoho k druhému. Člověk nemůže nekomunikovat (Watzlawick a další). Zkoumáme-li jako vnější pozorovatel rodinu cirkulárně, vyjde najevo, že každý spoluvytváří podmínky pro chování ostatních. V mnoha případech sice někdo určuje podmínky častěji než někdo jiný, přesto nemůžeme tento fakt zredukovat na spočitatelný vztah příčiny a následku. Chování je současně způsobeno i působící. Přitom dochází k rozvoji, který je vždy rekurzivní. Tento dynamický průběh si můžeme představit jako spirálu, která se neustále navíjí.

Odkryjeme-li cirkularitu a zviditelníme ji pro všechny zúčastněné, vytvoříme nové možnosti posuzování, a tím také nové možnosti akce (působení). To znamená, že jsou do systému vpuštěny nové informace (Schlippe/Schweitzer 1998, 141), které podnítí hledání nových úhlů pohledu a změnu myšlení všech zúčastněných. Staré, často zaběhlé vzory myšlení mohou být odstraněny a nalezeny nové cesty k řešení.

Metodicky je to nejčastěji podporováno cirkulárním dotazováním - způsobem dotazování, který není přímý, ale dotazuje se na vnější perspektivu, která vkládá do kontextu vztahů nové úhly pohledu.

4. Představení metody

4.1. Funkce a cíle cirkulárního dotazování

„Příznak, problém, nemoc nejsou věci, ale procesy tvořené jednáním a komunikací různých osob“ (Schlippe/Schweitzer 1998, 141).

Každé chování uvnitř systému má svůj význam. Tento význam je pochopitelný z hlediska vzájemných vztahových vzorců uvnitř systému. Každé chování lze podle Schlippeho a Schweizera vidět v sociálním systému jako komunikativní nabídku.

Cílová skupina cirkulárního dotazování v terapeutických situacích

Zákazník, klient, stěžovatel

Rozlišení mezi návštěvníkem, stěžovatelem a zákazníkem v terapii vychází z krátké terapie Steva de Shazera zaměřené na řešení. Podle něj jsou klienti nejdříve přiděleni do jedné ze skupin. Tím je určen další postup terapeutů.

Pod pojmem **návštěvník** rozumí de Shazer lidi, kteří často přicházejí nedobrovolně a nemají žádné explicitní potíže, stejně tak neočekávají a nepožadují žádné změny. V případě návštěvníků jsou dělány jen komplimenty, jejich řešení jsou hodnocena pozitivně, nenabízíme ani léčbu ani jim nezadáme úkoly.

Další kategorií jsou **stěžovatelé**. Jako stěžovatelé jsou označovány osoby, které mají stížnosti, ale jejich příčinu a řešení hledají u jiných osob. To znamená, že změny jsou očekávány od jiných a

nejsou hledány u nich samotných. V terapii jsou zadávány převážně úkoly zaměřené na chování a myšlení.

Poslední kategorií jsou **zákazníci**. Toto je kategorie, se kterou může terapeut konečně pracovat, jsou to lidé, kteří mají potíže, ale mají také přibližnou představu o tom, jak s nimi mohou aktivně bojovat. Na zákazníky bude nahlíženo jako na lidi, se kterými je možná dohoda na změnách. Potřebují od terapeutů vedle úkolů na pozorování také úkoly na změny.

Přirozeně není rozdělení do těchto kategorií vždy jednoduché a jednoznačné, především odhadnout dotyčného jako stěžovatele nebo zákazníka může skrývat mnoho nejasností. Pokud dojde k pochybnostem, je klient nejdříve považován za stěžovatele. Nicméně je docela možné, že se ze stěžovatele stane zákazník. To může vyplynout z prvního rozhovoru a/nebo z úlohy na pozorování.

V souhrnu je koncept Steve de Shazera velmi orientovaný na klienta. Tento pojem pochází původně z hospodářství, ale lze ho v tomto kontextu použít, protože je zde také nabídka, která musí být přizpůsobena přání klienta. Přístup krátké terapie vychází z toho, že je to v podstatě klient sám, kdo nejlépe ví, jak si může pomoci, protože on svou situaci zná nejlépe. On je znalec svých potíží. V tomto vztahu klient – terapeut nedělá tedy terapeut nic jiného, než že klientovi nabízí přesně to, co by chtěl klient subjektivně dostat a ne to, co potřebuje podle názoru odborníků. Přinejmenším v určitém horizontu očekávaného je zaměřen na subjektivní potřeby klienta. Je zřejmé, že toto vylučuje určitá duševní onemocnění, protože bude klient muset být považován za zodpovědného za své činy. Když je tato základní situace mezi klientem a terapeutem vysvětlena, můžeme plánovat další postup (viz Schlippe/Schweißer, Učebnice systemické terapie a poradenství, 125, a Steve de Shazer: Otáčení).

Cíle cirkulárního dotazování v terapeutických situacích jsou:

- Sbírat informace o kontextu komunikace
- Učinit komunikační nabídky zřejmé a zvládnutelné pro všechny
- Narušit zaseté vzory komunikace a chování a vztahové konstelace
- Rozšiřovat nápady pro nové vzory výkladu a možnosti změny chování

Pro tento účel musí terapeut pomocí způsobu dotazování iniciovat rozšíření nebo změny perspektivy všech zúčastněných. Místo pozorovatele musí být přemístěno tak, aby dotazovaný povídal o určitých komunikačních vzorech a jejich funkcích v systému jen pomocí předpokladů, pozorování a interpretace. To se děje v jejich přítomnosti, takže jsou oproti obvyklým společenským pravidlům „pomlouvání“ a nacházejí se přitom v místnosti.

Příklad: Osoba A je rozněvaná. Někdo z přítomných by se jí mohl zeptat na důvod jejího hněvu. Tím by ale byly vyjeveny jen její vlastní názory. Osoba B vidí, že se osoba A zlobí, A si je vědoma, že B její pocity vnímá. Dotazující může pro ilustraci tento komunikační aspekt vyjasnit. Osoby A se zeptá na to, co si myslí, že jeho zloba znamená pro osobu B pokud se tu nachází osoba C, může se tazatel zeptat, co si myslí, že zloba osoby A způsobuje osobě B. Touto metodou dostane A informace o možném významu jeho zloby pro B, B dostane informace o možném záměru A. A i B obdrží zpětnou vazbu o jejich vztahu z pohledu C.

Jak je na tomto příkladu zřejmé, má zde cirkulární dotazování triádový (triadisch) charakter. Vidíme, kolik doplňujících informací můžeme použitím cirkulárních otázek nalézt, a tím stimulovat nové způsoby vidění a procesy myšlení mezi všemi účastníky. S přihlédnutím k cirkularitě vykrystalizovaly v terapeutické praxi nové techniky a formy dotazování, ty jsou podrobněji uvedeny níže. Mohou se dobře přenášet také do jiného, například pedagogického kontextu. Přitom ale musíme být stále na paměti, že pak nejsou použity pro terapeutický proces, ale slouží pouze k rozšíření perspektivy nebo komunikace.

4.2. Techniky a formy otázek v cirkulárním dotazování

Níže uvedené typy otázek pro terapeutickou praxi by neměly být užívány jako standardní otázky, ale mají sloužit jako vodítko pro ilustraci obecných principů cirkulárního dotazování. Jakými konkrétními obsahy vyplnit tyto obecné principy závisí na aktuálním kontextu konverzace.

Existují různé pokusy, jak klasifikovat cirkulární otázky. Některé se liší podle formy, jiné podle cílů a další podle obsahu otázek. Triadický (triadish) charakter se táhne skoro všemi typy otázek.

Kategorizace podle Schlippeho a Schweitzera je zde v zastoupení Simonem doplněna a ilustrována příklady.

4.2.1. Otázky na rozdíly

Jevy lze popsat snadněji, když jsou odděleny od ostatních. Oddělení se provádí objasněním pozorovatelných rozdílů vlastností, které tento jev charakterizují. Otázky na rozdíl by proto měly přispět k objasnění pojmů a významů v kontextu. Přitom je důsledně rozlišováno mezi popisováním, vysvětlováním a hodnocením. Tak učí klienta nebo účastníka, že popisované jevy nemusí být nutně spojeny s jeho subjektivním vysvětlením a hodnocením. Je motivován reflektovat své dřívější interakční a komunikační vzory na tomto novém pozadí. Tím se naleznou nové důsledky jednání.

Otázky na rozdíly mohou být rozděleny zhruba na otázky na kvalitu a otázky na kvantitu rozdílů.

- **Klasifikační otázky**

Klasifikační otázky se zaměřují na kvalitativní rozdíly. Žebříčky hodnot účastníků, které se týkají nějaké interakce nebo situace v komunikaci by měly být seřazeny klientem.

Příklady: „Kdo bude první..., kdo bude poslední...?“
„Pokud byste chtěli vytvořit pořadí z hlediska ... kdo by byl na prvním místě, na druhém, na posledním?“
„Předpokládejme, že někdo chce ukončit terapii, kdo by byl první, druhý...?“
„Kdo v rodině má největší radost z vaší úspěšně složené maturity?“
„Kdo dnes potřeboval přijít nejvíce, kdo nejméně?“
„Kdo je nejaktivnějším dobrodruhem v rodině, kdo je nejméně aktivní?“

- **Otázky na procenta**

Otázky na procenta umožňují mimo jiné lepší rozlišení a objasnění nápadů, přesvědčení (víry), naladění, konceptů nemoci, vlastních názorů atd. po kvantitativné stránce. V závislosti na potřebách mohou být použity další měřítka.

Příklad: „ Na kolik procent považujete toto za... a nakolik procent považujete ono za...?“

„Z kolika procent považujete svůj problém za medicínský a z kolika procent za psychický?“

„Jak skálopevný je podle vás na škále od 0 do 100% záměr vaší tchýně rozvést se? Jaký je na této škále váš odhad záměru rozvést se u tchána?“

- **Otázky na shody**

Otázky na shody mají dvojitou funkci. Jednou je to, že poukazují na rodinné koalice a druhou je, že dávají možnost zpětné vazby na již řečené.

Příklad: „Kdo s kým souhlasí/ nesouhlasí?“

„Souhlasíte s tím nebo to vidíte jinak?“

„Tvůj otec si myslí, že jste spolu měli lepší vztah, než ty s matkou. Tvá matka si myslí opak. Se kterým názorem by tvá sestra spíše souhlasila?“

„Jste stejného názoru jako vaše dcera nebo se na fakta díváte jinak?“

- **Srovnávání subsystémů**

Díky srovnávání subsystému je objasňováno vnímání rozdílů a podobností různých seskupení v sociálním systému. Koalice a jejich podmínky jsou zjišťovány přímo. Předpokládaná tabu nejsou obcházena.

Příklad: „Jaké jsou současné svazy a aliance v rodině?“

„Kdo dělá co, s kým a kdy?“

„Jaká různá pravidla hry jsou v různých vztazích?“

„Jak propustné nebo uzavřené jsou hranice mezi generacemi/ projevy moci?“

„Jsou koalice a aliance spolehlivé a předvídatelné, nebo proměnlivé?“

„Kdo má nejlepší vztah k matce? Bylo to tak vždycky? Čím by tato vazba mohla být narušena?“

„Kteří z vašich kolegů tráví společně pauzu na oběd? Změnilo se na tom něco po jmenování nového šéfa?“

„Máte pocit, že vás váš manžel a jeho rodiče vyloučili ze společných aktivit?“

„Berou vaši rodiče vážně politické názory vaší sestry?“

„Vy jakožto dcera: myslíte si, že má vaše matka lepší vztah s otcem nebo bratrem?“

4.2.2. Otázky na skutečné a možné konstrukce

Reality v sociálním systému jsou konstruovány, neboť jsou situace vždy filtrovány subjektivním vnímáním jednotlivců. V důsledku toho neexistuje žádná jednoznačná realita, jen mnoho konstrukcí skutečnosti (reality) jednotlivých pozorovatelů. Chcete-li vnést nové možnosti hodnocení a manévrovacího prostoru do sociálního systému, je nejdříve nutné, aby byla současná situace uvnitř systému transparentní z pohledu všech zúčastněných pro všechny zúčastněné.

Příklady:

Kdo přišel s nápadem pro tento kontakt?

Co byste chtěl, aby se zde stalo?

Co je zde potřeba a od koho?

Z jakého chování (Co? Kdy? Kde?) vyvstává problém?

Kdo na problematice chování reaguje nejvíce a kdo nejméně?

Komu toto chování vadí více a komu méně?

Jak si vysvětlujete, že problém nastal, jak to, že se problém tehdy a tehdy nevyskytl a jindy ano?

Jaké důsledky mají tyto výroky?

Co se změnilo ve vztahu, když problém nastal?

Jsou-li konstrukce reality zprůhledněny pro všechny zúčastněné, stávají se měnitelnými. Poznání dalších realit narušuje absolutnost vlastní reality. Otázky na možné konstrukce mají navíc otevírat možnosti nových realit pro systém. Konstrukce možností ve formě myšlenkových experimentů je dobrým způsobem, jak se dají v představách, formou hry a bez obav vyzkoušet změny.

Otázky na možné konstrukce jsou rozděleny do dvou oblastí. Patří tam:

I. Otázky orientované na řešení (otázky na zlepšení)

V kontextu zatíženém problémem se zaměřuje pozornost všech zúčastněných právě na ně. Takové omezení úhlu pohledu zabraňuje vnímání zdrojů, které mohou vést k vyřešení problému. Tím se zdá, že se člověk spíše vzdaluje od možnosti řešení. Na řešení orientované otázky toto zaměření naopak přesunují.

- **Otázky na výjimky z problému**

Členové systému často pohlížejí na problém / příznak jako na pravidlo:

„Osoba A je stále depresivní“. Díky otázkám na výjimky je opět zřejmé, že problém není všudypřítomný.

Příklad:

„*Jak často (jak dlouho, kdy, kde) k problému nedošlo?*“

„*Co jiného jste v té době dělal vy a ostatní?*“

„*Jak byste mohl dělat víc toho, co jste dělal v čase, když k problému nedocházelo?*“

- **Otázky na zdroje**

Otázky na zdroje otevírají zúčastněným pohled na jejich silné stránky a schopnosti. Problému je tím přidělena druhotná role.

Příklad:

„*Co by ve vašem životě mělo zůstat tak jak to je? Co je na něm dobrého?*“

„*Co se vám líbí na vás samotném a na ostatních?*“

- **Otázky na zázrak**

Otázky na zázrak předstírají, že problém zmizel díky zázraku. Přitom se neptají na to „jak?“, ale na to „co bude potom?“ Jejich cílem je nezávazně fantazírovat o možných řešeních problému. Vysoký stupeň nezávaznosti způsobuje, že se nikdo ze zúčastněných necítí zodpovědný za dosažení urovnání sporu.

Příklad:

„*Předpokládejme, že by dnes večer přišla víla a zpravila by vás tohoto problému, co pak bude zítra jinak?*“

„*Kdo by jako první poznal, že se stal zázrak a na čem?*“

„*Co jiného by pak dělali lidé kolem vás?*“

II. **Otázky na problém (otázky na zhoršení)**

Díky otázkám orientovaným na zhoršení, může být každému účastníkovi dáno na vědomí, že má aktivní roli při udržování problému a jakým způsobem ho udržuje. To, že jsou problémy vytvářeny záměrně, zároveň znamená, že mohou být vědomě odstraněny.

Příklad:

„*Co byste mohl dělat, abyste se cítil ještě hůře?*“

„*Co byste mohl dělat – předpokládejme, že byste si to předsevzal – aby se váš problém ještě záměrně zhoršil, zachoval či udržoval?*“

„*Jak byste mohl ostatním pomoci, aby problém udrželi?*“

- **Problém a scénáře řešení**

Když je každému účastníkovi zvědoměna jeho aktivní spoluúčast na udržování problému a objevily se představy o možných řešeních (otázky na řešení/ otázky na zhoršení), může být společně vypracován instrumentální charakter problému. To znamená, že problémy mohou být použity jako nástroje k vyplnění potřeb nebo ke kompenzaci nedostatků. Tak může být například (nevědomě) použita nemoc k úniku před obávanou pracovní rutinou, a tím se vyhnout původnímu problému.

- **Otázky na výhody udržování problému**

Tento typ otázek zprůhledňuje instrumentálnost problému.

Příklad:

„Jakou výhodu by pro systém mělo, kdyby tam problém ještě chvíli byl?“

„Uvítali by váš manžel / váš šéf / váš kolega / vaše dítě stav po zázraku, nebo by z toho byli smutní? A proč? Jak se budete cítit Vy?“

- **Otázky na budoucnost a plány**

Problémy mohou v představách účastníků existovat neomezeně nebo jen na určitou dobu.

Otázky týkající se budoucnosti a plánů mohou tyto představy odhalit.

Příklad:

„Jak dlouho bude ještě problém vaším společníkem? Kdy se s ním rozloučíte?“

„Chápeme, že jsi na své rodiče naštvaný a trestáš je. Co myslíš, kdy už budou dost potrestáni – za rok, za dva roky, nebo už za pár měsíců?“

- **Jako-by otázky**

Tyto otázky mají za úkol zahájit simulaci problému. Prezentace problému (všechny odhalené symptomy) umožňuje nabytí zkušenosti odděleně od vlastního problému.

Je docela možné, že se stejný problém v různých situacích projevuje různě, současně může mít určitý vnější projev různé zdroje problémů. Tím, že prezentace a problém spolu nejsou propojeny, vznikají nové možnosti chování vyproštění ze zdánlivé role oběti. Tak je každý vědomě aktérem.

Příklad:

„Jak byste se musel chovat, aby si ostatní mysleli, že se problém vrátil, i když už tam není?“

„Předpokládejme, že příští týden už nebudete mít žádné bolesti hlavy, ale vy byste ráda, aby se k vám partner choval stejně šetrně, jako když vás vidí sedět s bolestmi – jak byste toho mohla dosáhnout?“

„Předpokládejme, že budete před svým partnerem bolesti hlavy jen předstírat – choval by se pak stejně ohleduplně?“

Pro ilustraci metody odkazujeme k části s názvem "Příklady".

5. Příklady

Existuje více příkladů z různých možných aplikací cirkulárního dotazování. Teorie cirkulárního dotazování se nezdá být nejasná a nesrozumitelná - hlavně tedy pro použití v terapeutické práci, ale v příkladech v praxi zjišťujeme, že se dá použít a také používá např. v sociálně – vzdělávací práci, ve školství apod., kde se samozřejmě cirkulární dotazování přizpůsobuje prostředí a mění možnosti samotné aplikace a tím se stává obtížnější. Např. ve škole přeneseme metodu používanou zejména ve vztahových oblastech na vzdělání a tím získáme obtížnější/rozšířenější úroveň metody. Použití této metody ve školách zatím nebylo nikterak vyhodnoceno, avšak první zkušenosti ukazují, že metoda může být použita v závislosti na kontextu velmi dobře. Nejdříve se ale musí dosáhnout téměř úplné koncentrace všech zúčastněných stran, což v systému třídy je velmi obtížné.

5.1. Příklad - terapeutické praxe

Tento příklad z terapeutické praxe je převzat z Fritz B. Simon knihy/učebnice "Cirkulární výslech" (2001, 63-66). Jedná se o výňatek z terapeutického sezení. Zbytek tohoto sezení anebo také dalších podobných příkladů z léčebných postupů lze nalézt v knize Simona. Dialogy mezi terapeutem a pacientem jsou obohaceny o komentáře Simonse – ze kterých je pochopitelný přístup terapeuta,.

Rodina se skládá z pana Gerlacha, 48 let, z povolání poštovní pracovník, paní Gerlach (M), žena v domácnosti, 44 let, dcery Moniky (MO), studentka, 15 let, a 12-letého Heinze, který také ještě chodí do školy. Symptomatologie je popsána takto: *"... Monika si nedokázala dojít na záchod, než došla na záchod a posadila se na záchodové prkénko, bylo pozdě, Monika se před tím vymočila do postele ve které i zbytek noci spala. Pomočování pak odeznělo po několika rodinných poradách s pomocí internetové poradny. Monika se však začala chovat zvláště až bláznivě – stále častěji si myla ruce, a nadprůměrně dodržovala hygienu těla, skrývala příbory a špinavé prádlo v knihovně otce. Zejména v případě, že se otec dotkl kliky nebo kohoutku, nebo si otevřel dveře botou. Kromě toho, M. začala mít podváhu neznámé příčiny, v poslední době vážila asi 47 kg, a měřila 170 cm. První lékařská anamnéza byla jasná, že Monika jí velice málo. Monika je průměrně chytré děvče, ve škole oblíbená.*

"Při prvním rozhovoru se objeví pouze rodiče a Monika, bratr zůstal doma. Terapeuti jsou Helm Stierlin (HS) a Fritz Simon (FS). Během rozhovoru se ukáží konflikty zejména při zapojování se Moniky do rozhovorů. Jsou však nerovnoměrně rozděleny: spor mezi matkou a Monikou (70%), otcem a Monikou (30%). Typická poslušnost těchto sporů je popsána takto: Matka kárá Moniku ohledně jejího nemožného chování, matka pak volá/oslovuje otce a vyzývá ho, aby k tomu něco řekl. Otec nadává, poté, co Monika odchází do svého pokoje a nechává rodiče o samotě. Ti se pohádají. Matka vidí Moniku jako vítěze. V rozhovoru je zřejmé, že oba rodiče jsou velmi naštvaní na Mo. Otec zdůrazňuje zejména vysoké účty za vodu, protože Monika je někdy celé hodiny pod sprchou. Oba rodiče zdůrazňují

svou vlastní fyzickou zranitelnost. O ostatních zmíněných symptomech se v lékařské zprávě mluví pouze krátce na okraj. Na otázku, co by se stalo, podle jejich názoru v rodině, pokud Mo přestali její stávající problémy s chováním, Monika odpoví, že pak by se nemusela starat o matku sama a odešla by od rodičů.. Jsou přesvědčeni, že pravděpodobnost rodičovské oddělení pak bude větší. Následující úryvek je z druhého zasedání. Současnost je celá rodina, která je, Matka, otec, Monika a Heinz. Téma je vztah mezi rodiči. Pokud jde o rozdíly v názoru rodičů, otec často ukazuje, že je na tom fyzicky špatně. Má problémy se srdcem/s nervy, střídající se s depresemi. (...) FS: " ? Monika, co byste řekla, kdy je matka na tom lépe - když je otec skleslý, nebo pokud křičí a hádají se?"

K: Dcera je vyzvána k vyjádření z vnějšího pohledu na vztah mezi rodiči. To má minimálně dvě výhody: za prvé (refl.tým), oba uslyší mluvit o jejich vztahu, což je velmi přímou zpětnou vazbu o tom, jaké je jejich chování z pohledu dcery. Za druhé to zabraňuje, aby se ani jeden z rodičů nedostal do tzv. logické pasty - self-referential. Pokud se totiž někdo ptá, a to jedna ze stran na vztah v přítomnosti svého komunikačního partnera na společné komunikační vzory, tak odpověď je také součástí těchto komunikačních vzorů.

(dlouhé ticho) MO: "na tom nezáleží."

FS: "má to přece vliv na to, co to dělá s partnerem. To nenechává člověka chladným.

"MO" Když nadává, je lepší.

"FS".Když nadává, je to lepší? Předpokládejme, že je sklíčený a nenadává, co by dělala matka? Jak by to vypadalo? Byla by jste taky sklíčená? Chtěla byste raději být s ním , nebo raději by jste šla pryč.

"MO:"pryč

"FS". Spíše pryč "

K: Otázky jsou zaměřeny na aktuální reakci matky na chování otce. Od začátku/prvního rozhovoru bylo jasné, že oba rodiče se snaží ovlivnit děti, a tím prokázat jak jeden druhému ubližují. To se stává velmi často a vede to většinou k destruktivnímu zvyšování samotných špatných fyzických příznaků.podle selského rozumu je to logické: Ten, kdo se někdy cítil vinný za to, že druhému je špatně, se začne chovat stejně konzistentně, a snaží se, aby u druhého vyvolal také pocit viny. Nicméně, z analýzy vyplývá, že taková strategie je často vnímána jako pokus o citové vydírání.

FS (paní Gerlach): "Chtěl bych se vrátit k tomu o čem jsme hovořili před tím. Předpokládejme, že váš manžel chce, aby se nestávalo, že Mo odchází. Jak by to měl udělat? Co musí udělat, aby řekla: Já zůstanu raději doma.

"M:". Co by měl udělat, aby zůstala doma ?

"FS:" Co to je – je další otázka. Předpokládejme ale, jen hypoteticky, že chtěl, aby určitě zůstala. Co by měl dělat? Co mohl dělat?

K: Hypotetický předpoklad změny/záměru v myšlenkovém experimentu stanoví zrušení klasické příčiny a následku. V ideálním případě, to otevírá pohled na možnostech vlivu každého jedince. V případě, že výsledek je negativní zpětná vazba, je jasné, jaké kroky by měly být vynechány, pokud nechcete pomoci, to je přesně to, co chcete – nechcete pomoci "pozitivní síla negativního myšlení".

M: "Věděla jsem, že je to už: uvěznit! To znamená, že nemůže dělat absolutně žádné koníčky "HS". Nechat se uvěznit "?

M: "Ne, že Monika nemůže dělat nic. Na taneční třídu je ještě příliš brzy.

" FS: "Bylo by to umožňují beiMonika spíše si přeje:" Ne, ale chtěl bych v taneční třídě "" Or! čím více se její příčiny říká, "M" Zůstanu doma "" Ne, řekl bych, v okamžiku, kdy by se bránil. "FS:!" Tak to by asi nebyl tak chytrý způsob, jak ... "M:" V žádném případě, "FS:" Ale to, co by dělal, kdyby chtěl, že to nejde ..., že to není má obchodní zájmy "HS:" Tady je naladěn velmi citlivá na to, co takže neváhejte oba rodiče v podstatě "FS:". Takže by raději uzamčené nebo balení v jejich smyslu pro povinnost? Jak to mohl udělat to nejlepší? To je nyní také více pravděpodobné, že předení, připouštím, ano, ale ... "M:" Ano, takže pokud člověk je brutálně by řekli, že by mohl říct: Hele, jestli teď začít s takže věci raději svůj práce, takže se nemusíte dělat věci! To je pro mě ještě víc rozbité, takže snad to tak, že vidí sám sebe jako oběť "FS:" .. Jestli se ukáže sám sklíčený, že by to bylo možné, například "M:" Ano, jestli to byl důvod, proč , již "HS". Jen trochu víc depresi, než je tomu nyní, například? Promiňte, když to říkám jako "M:" No, jasně, myslím, že možná jako trumf při vyjednávání, případně "HS" Takže, jestli by teď ukáže sklíčený o trochu víc, což by pak být dostatečná pro. způsobit Monika říci: "Ne, nechci jít do tance, takže teď bych raději zůstat s ním ...?" M: ". by bylo možné" (Pauza, zřejmě si myslí, že) "Ať už reagují? Mohl by to být ... (váhá) by mohl být ... "[...]

5.2. Příklad - sociálně vzdělávací práce

Následující příklad je převzat z konzultací z Mädchenhaus v Berlíně. To je dočasné, anonymní útočiště pro dívky a mladé ženy ve věku 14-21 let v krizi. V rámci sociálních služeb pro mládež zařízení nabízí 10 ubytovacích míst, které jsou zprostředkovány v rámci telefonní krizové linky. Poradenská služba je formou nízkoprahové služby. Proces poradenství v současných konfliktech a krizích se obvykle provádí formou kruhového dotazování. Příkladem je následující rozhovor ze společenského časopisu, 28. Jg. 3/2003, kde vystupuje dívka Gülnar-konzultant a učitel Gülnars. Jedná se o první rozhovor, ve které by měly být teprve vyjasněni podmínky smlouvy o poradenství .

Příklad:

Poradce: "Co myslíš tím, proč ti tvůj učitel dal naše telefonní číslo?"

Gülnar: "Říkal, že mi můžete pomoci."

Poradce: "Co myslíš, v čem si pan učitel myslí, že lidem můžeme pomoci?"

Gülmar "Třeba mě, aby mi to šlo lépe ve škole.

Poradce: "Věří, že bude dobré něco změnit, aby to lépe šlo ve škole.

Gülmar: "Když se cítím dobře, je učiteli také lépe.

Poradce k učitel: "Kdy budete moct říct, že je Gülmar lépe

Učitel: "Když nebude unavená, bude koncentrovaná".

Poradce (ke Gülmar): "Co si myslí tvůj učitel, že je důvod tvé únavy?"

Gülmar: "Myslí si, že musím doma hodně pomáhat.

Poradce: ". To, co musíme udělat, podle jeho názoru je, aby ty jsi měla méně odpovědnosti a práce doma

Učitel: "mluvili jsme s rodiči o tom, že ...

Poradce (ke Gülmar): "Co myslíš, že je třeba udělat?"

Gülmar: "Být ve WG – obytném místě...

Poradce: "Co my tady můžeme udělat pro to, aby se cítíte lépe?"

Gülmar: "Můžete mi najít WG

.Poradce: "Co bude v pracovní skupině tady ve WG jinak než dříve" (dotaz na možnost posunu - změny)

Gülmar: "Existují tam lidé, kteří poslouchají mě a pro mě jsou tam."

5.3. Příklad - školství

V rámci výuky předmětu etiky musí být probíráno téma eutanázi. Nejprve se studenti seznámí s předmětem. V dalším kroku, se studenti rozhodnou jakou roli si zahrají v rámci skupiny. To může být: pacienti, lékaři, příbuzní, zástupci různých náboženství, zástupci soudů, filosofové, zdravotní pojišťovny, personál nemocnice, představitelé mladší a starší generace, zástupce farmaceutického průmyslu, zástupci lékařského výzkumu. Kromě toho mohou studenti pracovat za použití různých metod, jako je například Gruppen-Experten-Rallye, skupinová práce, a poté použít základní znalosti ze skupiny svého výběru a prezentovat svá zjištění na plenárním zasedání. Prezentace může být metodicky realizována v mnoha způsoby, např. v podobě oddílů, tapety, prezentace PowerPoint, atd. Každý získá přehled o perspektivách různých skupin, jak může být vzájemně zveřejněna společná a sociální interakce pomocí kruhového výslechu - vytváření sítí různých zúčastněných stran. V hraní rolí se otevře diskuze, ve které jsou studenti reprezentantem jejich skupiny.

"Vy jako pacient, byste odsoudil rozhodnutí vašich příbuzných hradit léčbu? (Trojitých otázka) "Vy jako člen parlamentu, co si myslíte, že pociťuje lékař, který vykonává euthanasii?" (Trojitých otázka)

"Vy jako lékař, kolik procent členů parlamentu budou souhlasit?" (Procentní otázka):

"Vy jako pacient, byste souhlasil s tezí, že lékařský výzkum má svou solidaritu ve farmaceutickém

průmyslu? "(srovnání -Subsystem):

" Co myslíte jako pacient, kdo by měl největší zájem o legalizaci eutanazie? Kdo nejméně?

"(Klasifikační otázka):

" Co se změnilo, pro něž, jak eutanazie pro X pacient byl k diskusi? "(Konstrukce reality)"

Předpokládejme, přes noc eutanazie byla legalizována v Německu. Co by se změnilo, pro všechny zúčastněné? "(Miracle otázka)

Způsob kruhové dotazování slouží ke kromě samotné reprodukci , jak je možno vidět z těchto příkladů, k propojení se učitel schopnosti změny v perspektivě a kritické posouzení tématu.

6. Metody reflexe

6.1. Metodické dovednosti

Metoda cirkulárního dotazování pochází ze systémického přístupu léčby/léčení a je neoddelitelně spjata se systemickým myšlením. Proto, při používání této metody jsou nutné znalosti systémické teorie a určité dovednosti na straně terapeutů jsou téměř povinné.

Za prvé, instruktor/terapeut/poradce, který je sám součástí systému musí splňovat požadavek neutrality. V objasnění sporů a situace je ohrožen zejména v křížové palbě válčících stran. Bývá konfrontován s různými typy lidí a s různými hodnoty, ale také s různými přáními a objednávkami. Pro splnění požadavků neutrality co nejspravedlivěji, je dobré, aby jiný terapeut byl při sezení v roli pozorovatele. To však není podmínkou, ale spíše se tak doporučuje v případě potřeby. V sociálně-vzdělávacích nebo školských oblastech, může být druhým instruktorem/„terapeutem,, např. učitel. Tato osoba udržuje neutralitu terapeuta a solidaritu, také zamezuje riziku ztráty účastníků v systému tak, aby léčba nemohla být úspěšně dokončena. Dokonce i instruktoři si musí být vědomi toho, že (kruhové) otázky mají vždy sugestivní hodnotu. Od instruktora se proto očekává, že má vysoký stupeň sebereflexe. Kromě toho, v procesu sám aktivně naslouchá a je stálým odrazem toho, co se v průběhu říká, a zároveň přitom hledá východiska pro další otázky. Pouze tímto způsobem práce instruktora si kruhové otázky udrží produktivní dynamiku. Specifické tázky padají na úrovni vztahů, a to i bez léčebného charakteru, v kompetenci metody. Je zde však také místo pro obsahové informace, například, ve školní oblasti. V kombinaci s RPG se ukazuje, že je užitečná výuková metoda pro zvětšení perspektivní a nezávislé instrukce založené na výzkumu, který umožňuje komplexní učení. Lekce se vyvíjí a také bývají zpochybňovány silným vedením učitele. V pokročilých fázích se však účastníci více a dostávají k jádru pudla. Výběr témat, které můžeme upravovat pomocí kruhového dotazování se zdá být dosti omezený a to hlavně kvůli obsahově vědeckému/výzkumnému obsahu, kde se totiž zdá být

metodu obtížné realizovat, avšak v kombinaci s některým výukovým přístupem je realizace snadněji naleznutelná. Metoda se doporučuje používat pouze ve vyšších ročnících, kde je nutná určitá dospělost studentů.

6.2. Rozmanitost metod

Kruhové otázky by měly být v budoucnu lépe využity spíše v sociální pedagogické praxi a ve školní oblasti. Vzhledem k tomu, že se metoda osvědčila i v léčebné praxi hlavně v rámci rozvoje vztahů a řešení konfliktů, je důležité ji zintenzivnit v sociálně-vzdělávací oblasti.

V oblasti vzdělávání kruhové otázky nabízí způsob, jak se také vedle práce na vztazích můžeme obohatit o znalosti v daném oboru, kde je metoda používána.

6.3. Metody vzájemné závislosti

V podstatě, způsob kruhové dotazování může být kombinován se všemi druhy vyučovacích metod. Mělo by být využito jako příležitost k lákavějším vyučovacím metodám. Nabízejí se zde různé metody terapeutické práce využívány v systemickém přístupu jako např. reflektující tým, pozorovatelé, sochy, apod., protože jde o podobný ne-li stejný systemický princip. Při použití ve třídě, v procesu předávání znalostí (úroveň obsahu), se doporučuje spojení zejména s hrou na hrdiny nebo metody metalearning. V případě, že zaměření výuky je na úrovni vztahů, jako je například v problematice komunikace a spolupráce, doporučuje se metoda zpětné vazby v rámci techniky kruhového výslechu.

7. Praktické zkušenosti

Jak použít kruhové dotazování v systemické terapii jako účinnou metodu se dočteme v učebnici Fritz. B. Simona „Cirkulární výslech,„. Zde se můžeme seznámit zejména s terapeutickou praxí této metody. Praktické zkušenosti s kruhovými otázkami oddělenými od kontextu terapie jsou teprve v počátcích, protože se metoda v této oblasti je stále ještě ve fázi testování.