

Úvodem

Předkládáme odborné veřejnosti článek norského systemického terapeuta Toma Andersena, který je považován za tvůrce způsobu práce, který je v článku popisován. Tento způsob práce se stal rutinně používaný na mnohých pracovištích ve světě a také na našem – v Denním sanatoriu Ke Karlovu 11, Praha, Česko-Slovensko. Článek jsme přeložili nejen proto, že je výjimečně jasným popisem zajímavého způsobu práce, ale také jako studijní materiál, který byste měli dostat na svůj stůl ještě před příjezdem autora, který přijal pozvání jednoho z překladatelů (M.V.). Pro upřesnění plánovaných akcí sledujte Zprávy Společnosti, uveřejněné na jiném místě tohoto nečasopisu.

Před tím, než začnete číst následující text, bude předcházet několik poznámek. Když v popisu terapeutické situace používám „zrcadlo“, myslíme jednostranné zrcadlo neboli one-way-screen. Když mluvíme o „reflexivním“, jsme si vědomi toho, že poněkud posunujeme význam slova, oproti původnímu „reflecting“. Myslíme si, že na posunu se vedle toho, že reflexivní je v češtině pohotovější, podílí se i to, že v „České modifikaci“ nepoužíváme žádného vymezeného technického vybavení a tím je tak přímo vystaven a obráží to, co se mezi členy rodiny a mezi rodinou a konzultantem děje.

Za tým (překladatelů) Michael Vančura

Pozn.: Odkazy na literaturu u překladatelů.

Reflexivní tým: dialog a metadialog v klinické praxi

Tom Andersen, M. D.

Family Process, Vol. 26, Dec. 1987, p. 415-28
(překlad: M. Vančura, M. Kinkor, K. Šilhán)

„Zamrzlý“ systém – rodina s problémem, která se nemůže pohnout z místa – vyžaduje nové myšlenky, aby se rozšířily perspektivy a kontextuální možnosti jeho členů. Tento přístup předpokládá, že tým za jednostranným zrcadlem pozoruje a naslouchá konverzaci konzultanta se členy rodiny. Konzultant (ten, který vede interview) se ptá členů týmu na jejich vnímání průběhu interview. Rodina a konzultant pozorují a naslouchají týmové diskusi. Poté konzultant požádá rodinu, aby komentovala to, co slyšela. Toto se může udělat jedenkrát nebo několikrát během jednoho interview. V tomto článku popíšeme nejdříve způsob, jakým jsme diskutovali s rodinou, protože rozhovor je zdrojem, z něhož přicházejí reflexe. Poté popíšeme a uvedeme příklad způsobu práce reflexivního týmu a poskytneme několik průvodcovských doporučení důležitých zejména v procesu pozorování, který každý pozorovaný projev máme tendenci zveličovat. Následují dva příklady práce s rodinou pro ilustraci.

Před několika lety jsme supervidovali mladého rodinného konzultanta, který byl opakovaně rodinou, s kterou konzultoval, přiváděn k pesimismu. Tři z nás, kteří jsme konverzaci pozorovali za zrcadlem, jsme ho třikrát přerušovali a navrhovali optimističtější otázky, ale rodina ho pokaždé stáhla zpět do svého pesimismu. Věděli jsme, že v obou místnostech byl soubor mikrofonů a ptali jsme se, zda by rodina a on chtěli poslouchat diskusi nás tří. Rozsvítily jsme světlo, pustili jsme zvuk a rodina s konzultantem naslouchala reflexivnímu týmu, který o rodině hovořil v podstatě v pozitivnějším duchu. Poté byl zvuk a světlo opět vypnut a konzultant s rodinou pokračoval v podstatně optimističtější náladě. Později, když jsme diskutovali o této inovaci, bylo velmi nápadné, jak každý oceňoval proces reflexe. Líbilo se to každému – rodině, konzultantovi, reflexivnímu týmu i všem ostatním, s kterými jsme o tom hovořili. A tak začala práce reflexivního týmu.

Pozadí naší práce.

A. Koestler ve své knize *The Act of Creation*:

„Tvůrčí proces nevytváří něco z ničeho; ale odhaluje, vybírá, míchá, kombinuje, syntetizuje již existující fakta, myšlenky, dovednosti, schopnosti. Čím lépe ovládne tyto části, tím pozoruhodnější je celek.“ (str. 120). Hlavní příspěvky k našemu způsobu práce pocházejí v souladu s tímto postřehem z díla Gregory Batesona a Humberta Maturany a z našich pozorování rodinných konzultantů – členů milánského týmu v Itálii, Ackermanova institutu v New Yorku a Galvestonského institutu pro rodinu v Texasu. Nejvíce na nás zapůsobilo, že tyto týmy nepředstíraně respektují integritu lidí, s nimiž konverzují.

Náš zájem o práci Batesona a Maturany se soustředil především na to, co psali o epistemologii. Oba se shodují v tom, že je to „pozorovatel“, kdo vytváří rozlišení, která nazýváme „realitou“. Náš obraz světa bude základem pro náš postoj ke světu. Protože lidé zakoušející tentýž „vnější-objektivní“ svět si o něm vytvářejí odlišný obraz, problém vznikne, když pak společně diskutují o tom, který pohled je správný-a nacházejí buď ten můj, nebo jeho/její. Maturana nehovoří o universu, ale o multiversu – o mnohosti možných názorů, které vytvářejí našich mnoho možných světů. To je i důvodem, proč dává slovo „objektivita“ do závorek. Myslí si, že

by se mělo přemýšlet o pohledu a jeho vysvětlení spíše v termínech jak ten, tak onen nebo ani to ani ono než v termínech buď - nebo.

Živý systém tvořený dvěma nebo více osobami poskytuje možnost pro výměnu obrazů a vysvětlení. Jestliže dvě osoby sdílejí své názory, každý dostane od toho druhého jinou verzi „reality“. Tyto rozdíly dávají novou perspektivu obrazu každého z nich a tyto obohacené obrazy tvořené probíhajícím vyjevováním rozdílů se stávají, jak říká Bogdan, ekologií myšlenek. Tyto změny, z nichž lze těžko uniknout, činí ze života nepřetržitě se měnící proces.

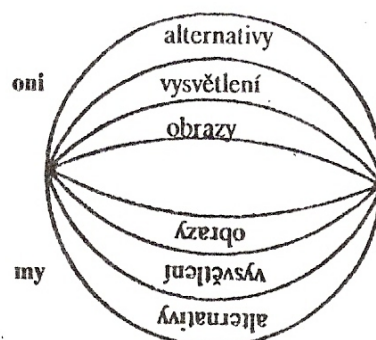
Jak já rozumím Maturantovi, říká, že živé organismy jsou „strukturálně determinovány“. Znamená to, že mohou jednat jen v souladu se způsobem, jímž jsou tvořeny a z něj samotného. V systému dvou nebo více lidí výměny komunikačních aktů mezi nimi musí respektovat fakt, že osoby musí zůstat takovými, jakými „skutečně“ jsou. To lze uplatnit také na vztahy mezi skupinami lidí, řekněme např. rodin, které jsou v nějakých nesnázích a týmů orientovaných na pomoc. Obě skupiny musí respektovat potřebu druhého k udržení vzorců chování, aby mohl pokračovat jejich vta. Každý živý systém je organizován jako autonomní systém, a pouze systém sám ví jak a kdy je připraven změnit svou strukturu, nebo kdy je připraven k desintegraci či ukončení své existence. Jedna strana (ať už je to skupina nebo osoba) musí mít na paměti, že druhá strana může pouze participovat prostřednictvím jednoho ze způsobů vztahování se, který už má k dispozici ve svém repertoáru. Jestliže vztah mezi oběma stranami je dost bezpečný, dost neintruzivní, prozrazující ale dostatek zájmu, a přinášejí-li vzájemné výměny nové myšlenky, mohou být „spouštěčem“ nových modelů ve vztazích.

Podle Maturany existují tři cesty k podpoře mnohotvárnosti, měnitelnosti a pozorovatelnosti ve vztazích. Jedna je zprostředkována láskou. Druhá z toho, že se staneme „cizincem“ který, protože přichází z jiného prostředí, může přidat novou a neotřelou verzi světa k té, které se držel tento systém předtím. Třetí možností je, že se člověk může na chvíli ponořit do samoty, kterou my na severu Norska tak dobře známe, když mizíme v horách a vracíme se zpět jako „neznalí“ cizinci.

Bateson poukázal na důležitost sdílení různých verzí téhož světa. Rozdílné verze mají vliv na osobní postoj k tomuto světu a dělají jej odlišným od toho světa, jaký byl předtím. V terapeutickém sezení to znamená, že nové verze prezentované systému, který se nemůže pohnout z místa, ho dokáží odklonit z patové situace, která se vytvořila kolem problému. Uvážíme-li Batesonův názor, že informace „je rozdíl, který vytváří rozdíl“ může začít být důležité rozlišovat mezi třemi druhy rozdílů. První je rozdíl, který je příliš malý na to, aby mohl být příjemcem zaznamenán. Druhou kategorií jsou znatelnější rozdíly, které jsou postřehnutelné. Třetí jsou rozdíly, které jsou tak velké, že mohou být dezorganizující vliv na systém. V těchto případech se systém často uzavírá sám do sebe vůči těm, kteří by se tuto přílišnou diferencí snažili uplatnit. Od těchto úvah přejdeme k několika obecným postupům a instruktivním krokům, které mohou pomoci v naší práci.

Průvodce důležitými pracovními kroky

Za prvé – systém, který se nemůže pohnout z místa, zahrnuje příliš mnoho opakujících se stálostí a příliš málo nových rozdílů. Pomáhající musí respektovat tuto stejnost, neboť reprezentuje to, kde a jaký současný systém je a jaký má být. V praktické terminologii to znamená, že úkolem pomáhajícího týmu je uspořádat nepřiliš nezvyklé sezení v zájmu toho, aby se hovořilo o nepřiliš neobvyklých námětech a ne příliš neobvyklým způsobem. Je důležité respektovat odpor „zamrzlého“ systému, pro který je to hodně neobvyklé. Jediný způsob, jak zjistit, je-li člověk na správné straně této hranice, je být citlivý vůči znamením, které tento systém nabízí, když se uzavírá našim otázkám. Proto musíme popustit uzdu své fantazii, ale ne nadměrně, abychom našli otázky, které budou dostatečně rozdílné, ale ne zase příliš rozdílné od těch, které si tento systém obvykle klade.



Obr. 1.: Výměna popisů obrazu, vysvětlení problémů a popisů alternativ

Za druhé - hlavní strukturou interview je oscilování mezi třemi úrovněmi, které popsal Blount. První se nazývá úroveň obrazů, druhá úroveň vysvětlení a třetí úroveň alternativ. Rád bych popsal tuto strukturu na přiloženém schématu.

V závislosti na tom, o čem jsou členové rodiny ochotni hovořit, začínám klást otázky a vytvářím si vlastní obraz jejich obrazu světa, který se samozřejmě liší v závislosti na mojí epistemologii. Předpokládám, že moje dotazování bude evokovat nové a rozdílné odpovědi, z nichž vyplynou další otázky a všechny tyto otázky budou vytvářet nadějně širší a propracovanější pohled jak pro ně, tak pro mě. Potom se jich ptám, jaké mají vysvětlení pro svůj pohled na situaci. Když sleduji evoluci, kterou během času jejich pohled prodělal, často se vyjasňuje, že problematický bod se proměňuje, což svědčí o tom, že by se mohl proměňovat i v budoucnu. Poté by bylo možné klást jisté hypotetické otázky o budoucnosti, asi takové, o jakých psala Penn ve svém článku na dotazování. Tyto otázky, jejichž lze použít pouze v případě, když rodina nevěří, že budoucnost je predeterminována, nabývají formy dotazování, jestliže kdokoli chce provést jakékoliv změny a pak se ptát na to, jaké by taková změna mohla mít důsledky. Lze se ptát také na to, co by se mohlo stát v situacích, které jsou obsaženy v jejich obrazu, jestliže se vytvoří jiné vysvětlení pro takový obraz.

Alternativní přístupy jako tyto, mohou umožnit alternativní odpovědi na obtížné situace, stejně tak jako dovolit větší flexibilitu v myšlenkových pochodech rodiny. Tým za zrcadlem může, jako doplněk k vytváření svých vlastních obrazů a alternativ, přemýšlet o tom, jakým způsobem členové rodiny vytvářejí své obrazy, jak je vysvětlují a jak nacházejí alternativy. Konzultant se může posunout od otázky „co je?“ (obraz) na meta – úroveň otázkou „jak se to stalo?“ (vysvětlení).

Je třeba mít na paměti, že nikdy nejsou dvě rodiny, které mohou vyjít z patové situace svého problému stejnou rychlostí. Cirkulárního dotazování, s nímž přišel milánský tým, je používáno v takové míře, v jaké je na něj rodina připravena. Při naší práci, podobně jako milánský tým, klademe silný důraz na neutralitu a snažíme se vyhnout negativním konotacím. Tyto dva aspekty práce jsou nezbytné k tomu, aby se rodina přesunula ve vztahu k sobě samé do metapozice.

Průvodce malými pracovními kroky

Níže miněné kroky mohou být v průběhu sezení použity v jakémkoli pořadí, protože mají být použity tehdy, kdy je jejich použití nejpřirozenější.

Otevření konverzace

Když rodina předkládá problematickou situaci, může, nebo spíše musí nabídnout určité projevy nebo vyjadřovat emoce. Pokud k tomu dojde, konzultant by měl takovou tendenci zaznamenat, zpomalit a dát rodině možnost, aby se u těchto emocí zastavila, protože jsou důležité a mohou nás přivést k jádru problému.

Čím je sezení nezvyklé

Dva z členů týmu se nejdříve sejdou s rodinou, aby jim vysvětlili způsob práce a především to, že dávají přednost práci s jednostranným zrcadlem a týmem. Tento způsob umožňuje rodině omluvit se z takového sezení, pokud je to pro ně příliš neobvyklé a lze pokračovat pouze se dvěma therapy.

Historie rozhodnutí vyhledat pomoc

Každý v rodině je chycen mezi dvě přání: nechat dojít ke změně a současně neodvolit změnu. Někdo se může přiklánět k jednomu konci kontinua, někdo k druhému a může zde být také osoba, která je ke změně extrémně nedůvěřivá. Je důležité být s touto osobou v kontaktu, protože tato osoba kontroluje taktikajíc konzervování státu quo rodiny. S touto osobou bychom mohli odhadnout, zda se diskuse pohybuje v bezpečných hranicích. Některé z našich obvyklých otázek: „Koho prvního napadlo sem přijít?“, „Kdo o tom mluvil s touto osobou jako první? Kdo další?“, „Kdo byl nejvíce potěšen tímto nápadem? Kdo byl nejvíce rezervovaný?“, „Kdyby osoba, která nejdříve měla takový nápad, to neudělala, mohla to udělat jiná osoba?“, „Kdo z vás nejvíce hovořil s druhými předem o tomto setkání?“, „Když jste dnes ráno vstávali, kdo se sem nejvíce těšil?“, „Čeho jste doufali, že dosáhnete tímto setkáním?“

Problém

Následujícími otázkami se lze ptát na problém: „Co je problém?“, „Kdo se shoduje a kdo spíše nesouhlasí s různými definicemi problému?“, „Jaká je historie problému? Kdy začal? Došlo v něm k nějakým změnám?“, „Jaké je vaše vysvětlení?“, „Koho všeho se ten problém týká?“, „Jakým způsobem se koho týká?“, „Kdo přišel jako první s problémem? Kdo další?“, „Kdo z osob zainteresovaných na problému se zapojil jako poslední?“, „Jak se stalo, že některé osoby byly do problému zapojeny a některé ne?“, „Co musely dělat různé osoby zapletené do problému, aby se problém vyřešil? Jak reagovali druzí, když se tato osoba o to pokusila? Jestliže by někdo jiný udělal pokus, v čem by mohl být výsledek rozdílný?“, „Pokud se vynoří jiné vysvětlení tohoto problému, co by se mohlo stát?“

Jaké jsou obvyklé postupy

To se může objevit na způsobu, jakým rodina sebe sama prezentuje. Tým si bude uvědomovat kdo sedí vedle koho v kruhu židlí, které jsme určitým způsobem rozestavili předem. Kdo sedí naproti komu? Jsou některé osoby opakovaně souhlasící a některé opakovaně nesouhlasící? Je rodina silně vázána dohromady nebo výrazně bez vzájemných vazeb? Rodiny, které jsou silně vázány dohromady, mají tendenci prezentovat

podobnosti, to znamená, že budou cenné zvláště ty otázky, které obsahují diference. Rodiny, ve kterých jejich členové drží jeden druhého v distanci, mají tendenci prezentovat velmi odlišné názory a přístupy a mají jim být kladeny otázky týkající se podrobností. Které z otázek jsou kongruentní a které nekongruentní pro rodinu se ukáže na stupni otevřenosti vůči konzultantovi.

Některé rodiny nebo členové rodiny se nejvíc zabývají tématy vztahujícím se k jednotlivcům, zvláště těm, kteří jsou v kontaktu s identifikovaným pacientem. Otázky na povahu vztahů mohou zprostředkovat vnímání rozdílů. Obráceně, jestliže rodina typicky používá odkazy na vztahy, mohou být prospěšné otázky, které směřují k tématům jednotlivců. Někteří lidé jsou výlučně orientováni na minulost. Pro takové mohou být nejvíce významné otázky, týkající se současnosti a budoucnosti. Někteří lidé se velmi soustředí na řešení problému a na jednotlivé aktivity směřující k řešení problému. V takových situacích je nutné zůstat u jednoho tématu, pozorně se dotazovat na premisy, na kterých je navrhované řešení založeno, klást nové otázky rozšiřující pole pro premisy a diskutovat alternativní řešení. Někteří lidé jsou zaplaveni mnoha nejasnými aspekty problému a cítí, že není možné najít východisko. V takových případech je třeba se ptát na všechny součásti pohledu a na to, jak jednotlivé části spolu souvisí. Zmapování celého pohledu tímto způsobem může připravit cestu pro nová rozhodnutí.

V některých rodinách můžeme pozorovat, že převládá určité emoční ladění, například depresivní nebo pesimistické. Konzultant by se měl nejdříve ptát na jednotlivá zbarvení toho pocitu. Jestliže členové rodiny tvrdí, že tento odstín pro určitou dobu převládá, konzultant by se měl ptát, kdy to bylo naposledy, co se cítili šťastně: „Co jste tenkrát dělali? Kdo z vás byl nejšťastnější? Kdo nejvíce věřil tomu, že budete šťastni znovu? Kdy jste si mysleli, že se to pravděpodobně stane znovu? Koho prvního napadne, že by mohl dělat něco, aby se to mohlo opakovat?“

Být si vědom terapeutického vztahu.

Protože nástrojem pro naši práci je vztah mezi rodinou a týmem nebo konzultantem, je potřeba zaměřit pozornost na tento vztah. Někdy členové rodiny jsou tak chtiví sdílet své názory a pohledy, že se všechno snaží říci najednou, aniž by si byli vědomi, že konzultant nestačí vše vnímat. Aby bylo v takovém případě možné vůbec mluvit, tým může navrhnout rozdělení rodiny na ty, kteří se zúčastní rozhovoru a na ty, kteří budou sledovat konverzaci za zrcadlem. Někdy je množství konverzace tak minimální, že tým může navrhnout, aby se chvíli počkalo, než bude konverzace pokračovat.

Hodnocení procesu změny

Jestliže určité druhy otázek začínají být ve zvýšené míře akceptovány, můžeme říci, že to ukazuje na počátek procesu změny. Otázky, které v tomto případě pozorně sledujeme jsou ty, které se týkají oblasti vztahů, diferencí a podobností hypotéz. Srovnáváme také své pocity z toho, jak členové rodiny podávají ruce a dívají se na nás, když odcházejí ze sezení s tím, co tomu odpovídalo na počátku sezení. Pevnější stisk ruky a otevřenější pohled členů rodiny při odchodu znamená, že proces změny je odstartován.

Tým odpovídá na konverzacemi reflexemi

Obě strany, ten, kdo vede interview i rodina, jsou zcela respektovány jako autonomní systémy. Mluví o tom, co si sami vyberou způsobem, kterému sami dávají přednost. Pokud je průběh konverzace ideální, není ten, kdo provádí interview týmem přerušován ani návrhy, že by určité otázky měly být položeny nebo uváženy určité pohledy. Systém rodina – konzultant je ponechán zcela tomu, co v systému vznikne. Konzultant užívá výše uvedených kroků z „průvodce“ takovým způsobem, aby se cítil co nejlépe.

Tak, jak se konverzace rozvíjí, členové týmu za zrcadlem pracují na svých vlastních nápadech. Za zrcadlem se tiše poslouchá, protože každý zde respektuje autonomii ve vytváření vlastních myšlenek každého z ostatních přítomných. Tento postup je odlišný od toho, jak jsme postupovali dříve, kdy jsme diskutovali a hypotetizovali dohromady (tým a konzultant nebo tým během interview – pozn. překl.). Zjistili jsme, že čím méně diskutujeme nápady předem, tím větší je možnost rozšíření ekologie myšlenek.

Poté, co nějakou dobu probíhá konverzace (minimálně od 10 do 15 minut, někdy až 45 minut), tým nebo konzultant navrhne možnost poslechnout si reflexe týmu. Konzultant může požádat rodinu, např.:

„Zajímalo by mě, jestli tým má v tuto chvíli nějaké myšlenky, nápady, které by nám mohly pomoci. Souhlasili byste s tím, abych se jich zeptal?“ Jestliže rodina souhlasí, tak lidé za zrcadlem zapnou mikrofon na své straně, zatímco rodina a konzultant svůj mikrofon vypne. Světlo v místnosti, kde byla předtím vedena konverzace s rodinou, se vypne a v místnosti týmu se rozsvítí. K této výměně může dojít také v případě, kdy někdo z týmu zaklepe na dveře a řekne: „Máme nějaké nápady, které by mohly být užitečné pro vaši konverzaci. Rodina a konzultant pak poslouchají konverzaci týmu o konverzaci rodiny, která obvykle trvá 2 až 15 minut..“

Reflexemi, které mohou být spekulativní, mohou začít členové týmu spontánní prezentaci nápadů – myšlenek. Některé z nich mohou vzniknout během konverzace v závislosti na tom, které z nich členové týmu považují za nejvýznamnější. Tyto nápady mají být propojeny s verbálním i neverbálním materiálem, který se objevil během konzultace. Některé rodiny dokáží tolerovat pouze několik nápadů, jiné více. „Nebýt příliš odlišný“ je jedním pravidlem, na které musí reflexní tým pamatovat. To znamená, že diskutované nápady mají být pro rodinu nové, ale ne příliš neobvyklé co do obsahu nebo co do způsobu, jakým jsou předávány.

Tým má být opatrný při zmiňování neverbální úrovně komunikace. Tým může někdy vidět takové věci, na které rodina není ještě připravena, např. silné, ale nevyjádřené ovoce, nebo distanci mezi členy rodiny, která může být viditelná, ale které si oni nemusejí být vědomi. Tým může buď takovouto komunikaci ignorovat, nebo ji komentovat s takovou testující nejistotou, která může rodině pomoci stát se více citlivými na věci, které dříve nerozpoznávali. Co je jistě také komentováno, je otázka přiměřeného načasování.

Zjistili jsme, že pro tým jako celek je velmi užitečné používat v konverzaci termínu „jak to, tak ono“ nebo „ani toto ani ono“, protože rodiny mají často tendenci mluvit v termínech „buď – nebo“. Nicméně, kdykoliv členové rodiny ztrácejí pevné hranice mezi sebou a prezentují sami sebe jako univerzální držitele všech názorů, může tým použít „buď – nebo“ jako kontrast. To, jak jsou tyto možnosti používány, je různé. Někdy může každý člen týmu vzít reflexi v „buď – nebo“ termínech. Někdy jeden mluví o tom, že „jak toto...“ zatímco druhý může mluvit o tom, že „tak ono...“

Jako obecné pravidlo platí, že vše, co je řečeno, má být spekulativní: „Nejsem si jist...“, „Zdá se mi, že...“, „Možná“, „Měl jsem pocit, že...“, „Možná že toto není to pravé, ale...“, a tak dále. Reflexe musí mít kvalitu pokusných nabídek, neboli prohlášení, interpretací nebo supervizích poznámek.

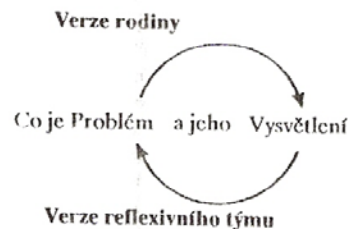
Zjistili jsme, že je užitečné, když je reflexivní tým složen ze tří osob. Když jeden poslouchá druhé dva, kteří si něco sdělují, může přijít s novými nápady, které může vrátit zpět do konverzace. Jestliže se terapeutický tým skládá z více než 4 osob (jeden konzultant a 3 v týmu), pak další pozorovatelé nad tento počet mají sedět mimo reflexivní tým jako tiší pozorovatelé, kteří jsou k dispozici systému konzultant – rodina nebo reflexivnímu týmu tehdy, když to tito chtějí. Pokud jsou tito tiší pozorovatelé požádáni o konzultaci, mělo by to být provedeno ku prospěchu celého systému, tj. rodina + konzultant + tým.

Reflexivní tým by měl mít stále na mysli to, že jeho úkolem je vytvářet nápady, ať už některé z nich budou pro rodinu zajímavé nebo ne, nebo budou dokonce odmítnuty. Je důležité si uvědomit, že rodina vybere ty myšlenky, které se jí hodí. Některé z nich mohou být shledány užitečnými a použity; pomáhají vytvořit naději, že bude spuštěna malá změna v obrazu rodiny, nebo v jejím porozumění obrazu. Reflexe však mohou také spustit změny v porozumění tomuto porozumění.

Ideálně se tým pokouší rozpoznat styl reflektování, který je rodině vlastní – jejich rytmus, rychlost a způsoby komunikace – a to tak, aby tento styl napodobovali – srovnali s ním krok – jak je to možné.

Norové mluví pomalu, takže naše reflektivní týmy jsou také pomalé.

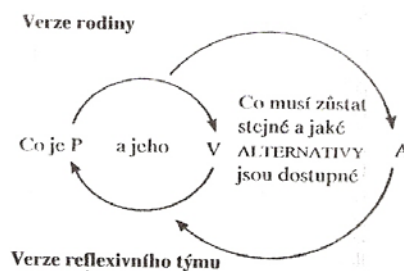
Způsob, jakým členové týmu nakládají se svými *obrazy* rodinného obrazu a jeho korespondujícím *vysvětlením*, je naznačen v následujícím schématu. (viz obr. 2)



Obr. 2. Verze popisovaného problému tak, jak je prezentována rodinou a reflexivním týmem a její vysvětlování (té verze vysvětlování - pozni. překl.)

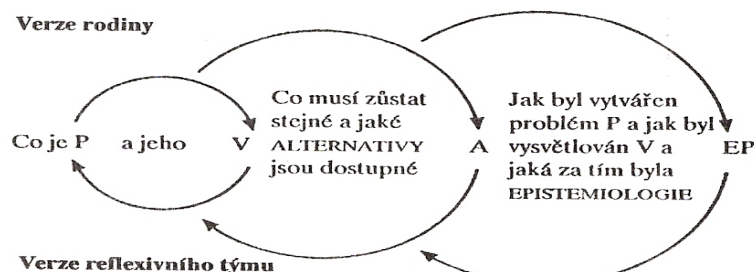
Šipky ukazují cirkulární zpětnou vazbu mezi *obrazem* a *vysvětlením*.

Tým pak může pokračovat v hypotetickém reflektování toho, co by se mělo stát, jestliže se cokoli v obraze změní, nebo jestli již dané vysvětlení bylo nahrazeno jiným vysvětlením. (viz obr. 3) Šipky naznačují cirkulární smyčku propojující schopnost vynalézt alternativy (A) s existujícím *obrazem* a *vysvětlením*.



Obr. 3. Verze rodiny a reflexivního týmu o alternativních popisech a vysvětlování problému

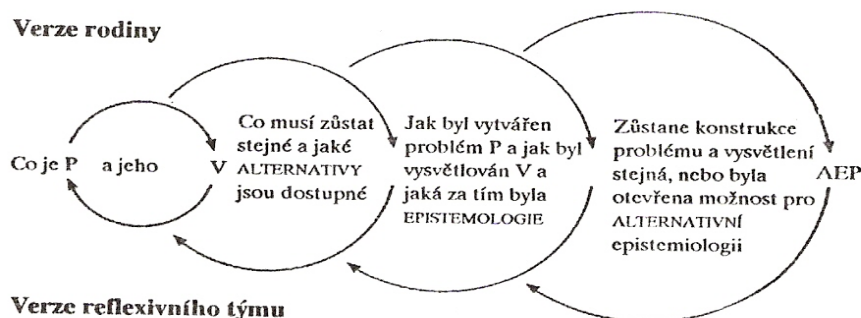
Tým, podobně jako systém rodina – konzultant, mohou přesahovat (vstupovat) do epistemologické roviny (viz obr. 4), reflektující, jak členové rodiny dospívají k rozdílům (drew distinction) při popisu problematické situace. To může rodině pomoci porozumět propojení mezi tím co je to, čemu rozumějí a jak tomu rozumějí. Obr. 4 ilustruje souvislosti mezi co a jak, tj. to, čím je epistemologie podložena (EP).



Obr. 4. Diskuse rodiny a reflexivního týmu o epistemologickém podkladě

Čtenář pravděpodobně rozpoznal, že je ještě jedna úroveň, kterou lze pojmenovat jako možnost rozšíření nebo vypracování nové epistemologie v rodině. Schéma na obr. 5 obsahuje šipky, které ukazují zpětnovazební smyčky obrázku číslo 2 až 4, stejně tak jako zpětnou vazbu alternativní epistemologie (AEP).

Rozlišení schématu z obrázku 2 na obrázek 5 pokračuje odleva doprava, od obrazu a vysvětlení k alternativnímu vysvětlení a ukazuje přibývajícím možnost rodiny pochopit, porozumět významu problematické situace v její celistvosti. Toto rozlišení se prosazuje v průběhu času. Tým pracuje hlavně v oblasti prvních dvou diagramů. Když problém zmizí, širší organizace systému rodina – tým ztrácí to, co je propojuje dohromady. Řešení se obvykle objeví před tím, než tým může začít pracovat na tom, co ukazuje obrázek 4 a 5.



Obr. 5. Diskuse rodiny a reflexivního týmu o alternativní epistemologii a její možný efekt na popis a vysvětlení problému.

Konzultant v průběhu reflexivního procesu týmu sděluje reakce rodiny. Tyto reakce samy pomáhají rozpoznat, jestli reflexe jsou pozitivní, jestli pomohou rozšířit ekologii myšlenek, nebo jestli jsou příliš neobvyklé a mohou způsobit spíše to, že se rodina bude ještě pevněji držet svých původních myšlenek.

Každý tým skončí své reflexe, světlo a zvuk jsou přepnuty a konzultant vybidne jednotlivé členy rodiny, aby mluvili o tom z konverzace týmu, o čem chtějí mluvit, nebo pokud chtějí, aby cokoli komentovali nebo opravili. Jeden nebo dva nápady, které z týmové reflexe získá konzultant, mohou být také sdíleny v další diskusi. Protože členové systému, které se nemohou pohnout z místa často chrání tým tím, že nevyjadřují své negativní odpovědi na spekulace týmu, zjistili jsme, že je nejbezpečnější, když konzultant položí jednu nebo více z následujících otázek: „Můžete říci, že se vám něco z toho, co bylo řečeno, velmi líbilo?“, „Bylo řečeno něco, co se vám nelíbilo?“, „Bylo řečeno něco, co vás zvláště zaujalo? ...Něco, co vás vůbec nezajímalo?“, „Bylo řečeno něco, co bylo blízké vaší vlastní zkušenosti, nebo porozumění situaci?“, „Bylo něco, co byste z vašeho hlediska hodnotili jako přitažené za vlasy?“, „Bylo řečeno něco, co vás nepotěšilo, nebo co vás potěšilo?“ Konverzace pak pokračuje z tohoto nového místa, které bylo založeno přestávkou pro reflexe.

Konzultant mohl během reflexí týmu rozpoznat, že jeden nebo dva členové rodiny projevují negativní odpovědi na něco, co bylo řečeno a že to nebylo vyjádřeno v odpovědi na předtím položené otázky. V takových zvláštních případech může konzultant říci: „Když bylo to nebo ono řečeno, myslel jsem si, že by mohlo být pro lidi těžké naslouchat tomu, nebo o tom přemýšlet. Ale nejen si jist.“ Takový způsob dotazování může pro člena rodiny, která má obtíže zjistit způsob, jakým by mohl bezpečněji reagovat. Takový druh zpětné vazby bude sloužit tomu, aby reflexivní tým byl informován o tom, zda se pohybuje uvnitř nebo se dostal vně možností, které rodina sama může považovat za způsob pro sebe přiměřený.

Výměna konverzace z jedné strany na druhou může být použita během sezení jednou až třikrát. Obvykle dvakrát za sezení. Zvláště důležité je nezapomenout, že každá strana by měla mít možnost posledního komentáře, pokud by o něj stála. Systém rodina – konzultant musí mít také poslední slovo.

Reflexe v jiných typech sezení, než těch, které bylo popsáno

Pokud nemáme k dispozici dva sety mikrofonu a reproduktoru, mohou si tým a rodina vyměňovat místnosti. Nedostatkem může být podivný pocit, který by se mohl objevovat, když se obě skupiny mívají na chodbě. Nelze to tedy považovat za výhodnější než přístup popsany dříve. Pokud není k dispozici zrcadlo, může tým sedět v rohu místnosti.

Jestliže konzultaci poskytuje profesionál z jiného oboru nebo pracoviště a rodina je přítomna v místnosti, pak ten, kdo vede rozhovor může podle toho, jak je třeba zastavit rozhovor, požádat rodinu o dovolu, aby mohl konzultovat některé myšlenky s určitým členem týmu. Oba si pak mohou vyměnit komentáře. Měli by zachovat opatrnost v tom smyslu, že by měli mluvit pouze o svých reflexích odděleně od toho, co se děje v jiných částech interview. Rodina se neúčastní aktivně, poslouchá reflexe z metapozice (ta je jim dána a současně se takto vytváří; M. V.). Když se konzultant vrátí, může říci: „Když jsem byl jinde než vy, měl jsem tyto nápady, které bych s vámi chtěl teď sdílet“. Poté může sdělit reflexe, které se během přestávky objevily a navázat otázkami, „Mohou být některé z těchto nápadů pro vás užitečné? Chtěli byste o některých z nich mluvit?“

Dva případy

Rodičovské dítě v pozici otce

Matka, která přes den pracovala jako učitelka, přišla s žádostí o radu, protože její mladší, 9letý syn natloukl své 5leté sestře. Otec přišel také, protože ho o to matka požádala. Jeho oči a způsob, jakým podával ruku, ukazoval, že se mu myšlenka na toto setkání moc nelíbí. Matka sdělila, že chlapec se chová dobře, pokud je otec doma, když je otec na moři, jedná vzpurně a je těžko ovladatelný. Otec řekl, že být rybářem je jediný způsob, jakým dokáže vydělat na živobytí.

Když matka popisovala, jak je přetížená, když je sama s dětmi, tým pozoroval, že otcovi poklesla hlava a že svěsil ramena. Konzultant, který vedl rozhovor, se zeptal: „Kdo nejvíce postrádá otce, když je pryč?“ „Každý“, odpověděla matka. „Děti jsou s otcem rády. Mají vždycky velkou radost, když si s nimi hraje. Otec má velkou sílu a dětem se líbí, když je vyhazuje nad hlavu.“ Trochu se ke svému manželovi naklonila, zatímco on od ní svou hlavu trochu odvrátil. „Je tu ještě někdo, kdo by mohl dělat tyto věci stejně tak dobře, když otec není doma?“ Matka řekla: „Chlapec mě dokonce bránil, když se ke mně nějaký opilý muž choval nezdvořile.“ Když se tým (sestavující z členů A, B a C) zpozoroval, že otec není příliš spokojený, požádal o přestávku pro vzájemnou výměnu myšlenek a nápadů.

C: „Okamžitě na mě udělalo dojem to, jaký význam mají rodiče pro děti a nedokázal jsem se zbavit představy, jak děti s matkou čekají na otce, až se vrátí domů z moře. Všichni se těší na jeho příchod, možná nejvíce chlapec, který zdá se velmi obdivuje svého otce.“

A: „Nejen obdivuje svého otce, ale zdá se, že ho chce zastoupit, když je otec pryč.“

B: „Je zajímavé poslouchat vás dva, protože já jsem se zastavil u problémů, které presentovala matka, problémů, které jí dělají jistě starosti.“

C: „Ze všeho nejvíce jsem viděl chlapcův obdiv k otcovi. Mimořádný obdiv.“

Manželský pár to dychtivě sledoval beze slova a bez hnutí. Když pokračoval rozhovor s rodinou, otec se narovnal a začal více hovořit. Konzultant s ním probíral, jakou činnost s ním děti provozují nejraději. To vedlo k tématu soubojů mezi dvěma syny. Jak by se to dalo vysvětlit? Tým opět požádal o výměnu myšlenek a konzultant i rodina souhlasili.

B: „Možná si chlapec vzal úkol „nahradit otce“ příliš vážně. Možná si myslel, že jeho sestra je stejně vzpurná jako on a potřebuje pevnou ruku.“

A: „Jestliže si matka, která si původně přála pomoc, stále tuto pomoc přeje, možná by si otec a nejstarší syn mohli spolu vážně promluvit o tom, co by chlapec mohl dělat, když je otec pryč a o co by se mohl starat. Malí devítiletí otcové potřebují dohled“.

Ticho v místnosti, když tým za zrcadlem domluvil, ukazovalo, že manželé a zvláště otec cítí úlevu, ale nemají, co by řekli. Jejich chování napovědělo konzultantovi, že chtějí přemýšlet a ne mluvit... Otec měl vlhké oči a hřejivý pevný stisk ruky. To nás vedlo k závěru, že se znovu cítil přijat do rodiny.

Příště přišla matka sama a řekla, že manžel neviděl žádný důvod pro další setkání s týmem. Nejdříve byli členové týmu překvapeni tím, že se neukázal. Přesto poté našli rozumné vysvětlení, když se pozorně

podívali na poslední sezení. Během reflexí se týmu stalo více zřejmým, že otec chce být začleněn do rodiny bez toho, že by tým věděl, jestli to otec chce nebo ne. Tým si uvědomil, že jejich předchozí strategický způsob práce nemusí zmizet z jejich repertoáru tím, že přizpůsobují svoje diskuse celé rodině. Co mohli dělat místo toho, bylo využít reflektování jiným způsobem: „Komu se zamlouvala myšlenka přijít na toto sezení nejvíce?“, „Jestliže oba rodiče to neviděli stejně, mohlo by se to zařadit jinak, například tak, že by mohl přijít jen jeden rodič a vyměnit si některé svoje myšlenky s týmem a pak jít domů a prodebatovat to s druhým rodičem?“

Tělo rozumí tomu, co mysl ještě nezachytila

Manželský pár požádal o pomoc, protože si manželka stěžovala na zvětšující se únavu a zhoršující se problémy s polykáním potravy v posledních čtyřech letech. Lékařské vyšetření nenašlo žádný patologický nález a žena tedy přijala radu, že by měla nahlédnout další aspekty problému. Sdělovala, že musí ležet v posteli, když chce jíst. Její rozpaky ohledně tohoto zvláštního chování jí vzdalovaly od rodinného stolu, kde její manžel a dvě děti (4 a 1 ½ let) jedli bez ní. Manžel postrádal její společnost více, než ona jeho. Žena řekla: „Zvykla jsem si na to, že už ani nepamatuji, jaká by jeho přítomnost mohla být.“ Otevřeně hovořila o svém stavu. Její manžel, když komentoval její příběh, měl krátký záchvat kašle, který ukázal týmu, jak špatně se cítí v této situaci.

Tým se dozvěděl, že před 4 roky se téměř současně staly tři události: a) manželům se narodilo první dítě (rok poté, co se vzali), b) začaly příznaky manželky a c) její bratr, který byl o 9 let mladší, odešel z domova proti přání jejich matky, která se pokoušela tomu zabránit po mnoho let. Matka vyzývala svoji dceru, aby jí pomohla dostat ho zpět. Tato výzva byla marná, ale nejstarší dítě manželky, které měla z prvního manželství, devítiletý hoch, začal častěji navštěvovat svoji babičku. Manžel si myslel, že chlapec je v jistém smyslu náhrada za svého strýce. Babička považovala chlapce za stejně příjemnou přátelskou společnost, jako byl syn po ta léta, kdy vyvažoval to, že ona a její manžel měli velmi málo společného a stěží na sebe promluvili.

Chlapcovy návštěvy babiččina domu jeho matku netěšily, zvláště proto, že když přišel domů, oslovoval matku „babi“ a babičku „mami“. Jeho stále intenzivnější přání zůstat přes noc v domě babičky ještě zesilovaly matčinu nelibost. Když byl chlapec s matkou a nevlastním otcem, choval se tak, že ho matka nemohla zvládnout a z manžela pak dělala „strážce míru“. Způsob, jakým nevlastní otec zvládal chlapce, matku rozčiloval a to se střídalo se zlostnými výbuchy chlapce. Tato sekvence oddalovala partnery od sebe, ale sbližovala matku a syna. Tým, tvořený členem A a B si vyměnil následující myšlenky:

- A: „Vidím zde dvě problémové oblasti. První jsou potíže matky s únavou a polykáním. Druhý je problém, dosud nevyřešený, jak dlouhou dobu by měl trávit 9letý syn u babičky a jak dlouhou dobu u matky.“
- B: „Moje úvahy se točily kolem těchto dvou problémových oblastí. A byl jsem zvědavý, jestli jsou tyto dvě oblasti úplně oddělené nebo přece jen trochu spojené. Někdy se tělo ve své moudrosti vyjadřuje v situacích, kdy myšlení ještě zcela nemůže rozumět. Možná tělo, když takto jedná, varuje „našeho pacienta“ proti účasti v problémových situacích, na které není připraven. Jestliže tyto dvě oblasti nejsou propojené, zajímalo by mě, jestli jedna problémová oblast může ovlivnit tu druhou nepřímo, třeba pohlcením takového množství energie, že žádná pak už nezbyvá pro tu druhou oblast.“
- A: „Pokud bych mohl chvíli pokračovat v tvých myšlenkách, byl bych zvědavý na to, jestli nějaký pohyb chlapce buď blíže k matce nebo ke své babičce může zmírnit matčino napětí. Jestliže by byl nějaký takový pohyb úspěšný, byl bych zvědavý na to, kdo by byl více potěšen, zdali manželka nebo manžel. Opravdu by mě zajímal efekt takového posunu na jejich život. Problém, se kterým se potýkali poslední 4 roky, právě 4 roky z 5, po které jsou spolu, je odděluje, místo aby jim dal šanci rozvinout manželský vztah. Je možné, že ti dva se nacházejí v těžce divné a nepřipravené situaci, ve které se nacházeli babička a dědeček, když bratr našeho „pacienta“ nakonec „opustil domov“.“
- B: „Nevím, co by bylo nejvhodnější, ale kdyby byla položena otázka nějakého pokusu regulovat chlapcovy příchody a odchody mezi matkou a babičkou, věřím, že by bylo moudré od obou rodičů, kdyby k takové debatě pozvali babičku i chlapce.“

Konzultant zpozoroval, že matka, když tým spekoval o chlapcově pohybu sem a tam mezi matkou a babičkou, horlivě komentovala slovy: „Správně, správně“. Po zhasnutí světla za zrcadlem a vypnutí zvuku se manželé zdáli být tišší a uvolněnější. Obzvláště manžel dýchal volněji. Manželka dlouho vyčkávala, než promluvila. Pak řekla: „Byla jsem překvapená myšlenkou, co bychom s manželem dělali, kdybychom měli více času jeden pro druhého.“

Manželovi se zamlouvala myšlenka společného setkání s tchyní a nevlastním synem, kdy by diskutovali o pozici nevlastního syna ve vztahu k matce a babičce.

Efekty reflexivního týmu

Existuje množství rozdílů mezi tímto typem týmu a více strategicky orientovanými týmy rodinných terapií. Nepoužíváme tým k tomu, abychom uklidňovali napětí nebo osobní pocity k rodině, kterou jsme viděli,

tím, že dělají vtípky nebo znevažují poznámky. Náš nový způsob práce pocítujeme jako účast v procesu, ve kterém se členové rodiny stávají rovnoprávními. Nemyslíme si, že můžeme nebo bychom měli kontrolovat terapeutický proces a přijímáme to, že jsme jenom částí tohoto procesu. Je také dobrý pocit, když můžeme říci rodině: „Byli jsme zvědaví, co si o nás myslíte vy za zrcadlem. Teď už to víme.“

Když máme stážisty, připojují se k týmu od začátku jejich výcviku. Sami si určují, jak dalece se chtějí účastnit. Obvykle na začátku mají jen málo co říct, ale později začínají mít stále více nápadů.

Nic není nové

Čtenář patrně v tomto článku zaznamenal silný vliv Milánského přístupu k práci. Učinili jsme řadu malých změn pro přiblížení tohoto modelu našim myšlenkám. Zaprvé jsme se rozhodli setkávat se s lidmi bez jakékoliv předem připravené hypotézy. Hypotézy nás mohou ovlivňovat tak, že pak uvidíme rodinu uvnitř rámce našich předpojatostí spíše než v rámci toho, co aktuálně zaměstnává členy rodiny. Také jsme se úmyslně vyhnuli intervencím, protože členové rodiny by mohli snadno uvěřit, že naše intervence je lepší než to, co si sami představí a vysvětlí. Pro ty, kdo nemají rádi protichůdná vysvětlení, může totiž naše intervence znamenat posílení jejich vlastní pozice v mrtvém bodě.

Čtenář si mohl povšimnout podobnosti reflektujícího týmu se „strategickou debatou“, vyvinutou P. Pappovou, O. Silversteinovou a S. Siegelem, což je dalším rozvinutím myšlenek z článku Peggy Pappové „Recký chór“. Přesto existují některé rozdíly mezi „debatou“ a naším reflexivním týmem. Co bychom měli zdůraznit, je to, že každá osoba v pomocném týmu má tendenci myslet příliš v intencích buď/anebo a soutěžit tak o právo označit, co je pravdivé vysvětlení a správné jednání. Reflexivní tým se pokouší zahrnout také nápady „jak ten tak onen“ nebo „ani to ani ono“ tím, že členové reflexivního týmu zaujímají tyto postoje a členové týmu podtrhují to, že to, co říkají, je založeno pouze na verzi problému, kterou každý z nich vnímá. Tímto způsobem vyjadřují myšlenku, že problém má mnoho aspektů a je mnohotvárný. Věříme, že rodina, nebo kdokoliv sleduje reflexivní tým, může objevit bohatost zahrnutou ve sdílení různých pohledů na ten samý problém. Jedna verze stimuluje jinou verzi, aby se tím obohatila a vrátila se zpět k první verzi, která se pak zase...