

Můj strom rodinné terapie

PhDr. Ivana Veltrubská

Tento článek je ohlédnutím se, vzpomínáním a poděkováním těm, kteří mě vybavili na cestu rodinné terapie. Ty vlivy byly různorodé a všem jsem velmi vděčna.

To, co dělám, když ke mně přijde klient se vztahovými, rodinnými problémy, je pokaždé jiné. Někdy zvu celou rodinu a zkusíme najít nějaký nový prvek, otevření dosud zavřených dveří třinácté komnaty, vytváření nových pravidel - jindy pracujeme s TEĎ a TADY. Někdy se snažím nedospělého adolescenta od rodiny oddělit, jindy potřebuji rodinný souhlas a stahy celé sociální dělohy, aby to dokázal. Někdy se satirovsky dostaneme do rodinné mapy, jinde se cirkulárně dotazujeme a rodina si najde své odpovědi. Někdy socháme rodinný ostrov, vzájemné postoje, vztahy...a ještě jindy si povídáme nad kresbou dítěte...

Těžko bych dokázala říci, jaký je klíč, jakou techniku či přístup k dané problematice zvolíme. A za to, že je k dispozici tak široká škála technik, možností, že rodinná terapie může být takovým dobrodružstvím společného hledání růstu, zdraví i smyslu, vděčím těm, kteří mi ukazovali cestu. Svým učitelům – a především klientům, kteří mě- samozřejmě – naučili nejvíce.

Semínko:

Zájem o rodinu, vědomí toho, jak je pro život dítěte důležitá a jak onemocnění rodiny dopadá na vývoj dítěte, ve mně vzbudilo nejdříve a především setkání s panem profesorem Zdeňkem Matějčkem, u kterého jsem dělala roční praxi ještě před přijetím na FFUK. Pan profesor mi ukázal především velikou lidskost, lásku a oddanost své práci a vzbudil ve mně hluboké přesvědčení, že práce s rodinami má hluboký smysl. Jsem velmi vděčná, že jsem svou praxi prožila právě v Dětské poradně, že mi pan profesor umožnil nahlédnout do svého řemesla a že mi ukázal, jak důležité jsou v této práci hluboce lidské hodnoty.

Kořeny:

Kde jsou mé kořeny rodinné terapie? Humanisticky a systémově orientovaný přístup k rodině byl můj imprinting. Na konci studia – na začátku 70.let, kdy jediný možný výcvik byl SUR a bylo těžké být do něj přijat, jsme se s několika kolegy dozvěděli o tom, že v Dubí u Teplic, v Dětské psychiatrické léčebně, kde sídlí primář MUDr. Petr Boš, vychází úplně nová hvězda na nebi české psychologicko - psychiatrické praxe : systémový přístup k rodině. Utvořila se skupinka nadšenců, kteří tam začali pravidelně dojíždět, nejdříve na povídání, pak na výcvik. MUDr. Boš se vrátil z USA, kde byl sám na workshopech s V. Satirovou, a okouzlen přinesl její učení do Dubí. Učili jsme se zapomínat skoro vše, čím jsme se během studia psychologie sytili : diagnostikování, práci s testy a dotazníky, racionální plzákovské radění, ve kterém bylo jasné, co se má či nemá. Učili jsme se respektovat pacienta, klienta, rodinu, jako bytosti kompetentní rozhodovat o svém životě, partnery v hledání příjemnější životní pozice, kteří nepotřebují poučit, poradit, ale najít své místo mezi svými blízkými a je dobré, když Ti „jeho“ lidé mu to místo pomohou utvořit.

Objevovali jsme moc systému, hloubku pojmů jako růstový model, individuální potřeby, rodinná pravidla, hranice, vazby, feedback, double bind – a charisma Satirové, která s námi strávila týden na Sázavě v roce 1979 -a dělala zázraky. Modelovaly – sochaly se vztahy v rodině, Satirová nám pomocí lan a živých sousoší ukazovala cestu k víře v sebe, druhé i svět. Objevila se síla neverbální, modelů, systémových vazeb. Samizdatově jsme

množili články Satirové, Batesona, Milтона Eriksona a dalších velikánů, zejména ze školy v Palo Alto. Zapálení novým učením jsme překládali a vstřebávali kvanta nových informací.

Tehdy pro mne teprve začala ta výuka psychologie, kterou jsem očekávala od oboru. A zcela odpovídala mým potřebám, mému tušení světa vztahů. Pak přišel První mezinárodní kongres Rodinné terapie v Praze (rok 1987) s plejádou oživilých velkých jmen, ke kterým jsme vzhlíželi, a jemuž byla V. Satirová čestnou presidentkou.

Později, po Virginiiině smrti, k nám přijeli její spolupracovníci a uspořádali pro nás rodinný camp v Českém Štemberku v roce 1992. Účastnila jsem se ho s Olgou Holubovou (již bohužel zesnulou), pozdější zakladatelkou Institutu V. Satirové a několika českými rodinami. Byl to nádherný zážitek. Sama jsem tam přehodnotila ledascos ze svého rodinného vidění a působení a hlavně jsem přežala know-how, jak podobné rodinné campy organizovat. V letech 1993 až 1999 byl takový rodinný tábor každoroční letní akcí pro klienty Manželské poradny, kterou jsem v té době vedla v České Lípě. Účastnilo se ho až 50 lidí. Rodiny úplné i neúplné, povídání a výuka pro dospělé, mnoho her a společných aktivit dospělých s dětmi, terapie rodin, společná práce na řešení problémů. Na Rodinné tábory jezdili studenti Gymnázia a z UJEP z Ústí nad Labem –nově vzniklé katedry sociální práce, kteří pomáhali s programem pro děti, organizovali outdoorové aktivity a měli svůj vlastní program, kde se seznamovali se systémovým přístupem i sebou samými..

Následoval kurs Pairs, který k nám ze studijního pobytu v USA přinesla Olga Holubová, určený manželským párům a čerpal nejen ze Satirové, ale také z Gestaltu, transakční analýzy, systemiky apod.

Brána do světa a světových terapeutických přístupů se otevřela, začali k nám jezdit následovníci Satirové, kteří z jejího dědictví přebrali především individuální práci, proběhly zajímavé workshopy (M.Gomori) i výcvik (W.Zahnd).

A pak najednou nebyl čas, nenašli jsme vhodný objekt, kde tábor uspořádat, cesta vedla jinač. Já jsem se rozloučila s Rodinnou poradnou a sama jsem si Camp zorganizovat neodvážila.

Růst - kmen:

Přihlásila jsem se na Výcvik systemiky (Hamburská škola), který mi přinesl opět mnoho užitečného, možná více pro levou hemisféru: cílené kontraktování, dohodnuté cíle i dílčí cíle, posílení hranic, vedení rozhovoru, konstruktivní otázky, krásné techniky škálování a externalizace.

Potom výcvik v Transakční analýze: Egostavy, zkřížené komunikace a především životní scénář a lidské hry...

Život mě odnesl z Manželské, tehdy již Rodinné poradny do jiných lovišť – více k výcvikům, kaučování, výuce. Ze Satirové se mi hodilo mnoho technik, modelů i názorů, které jsem však spíše vyučovala nežli předávala přímo rodinám.

Růst – koruna:

Koruna? Korunou rodinné terapie rozumím široké praktické využití, zavedení práce s rodinami do každodenního života, jak o tom snila Satirová. A to jsem našla.

Prosím, neodvracejte se hned a posuďte nepředpojatě.

Při česko-americké konferenci rodinné terapie, organizované Dr. Špitzem a Dr. Gjuríčovou v Praze r. 1998 jsem se seznámila s americkými rodinnými terapeuty, o nichž se ukázalo, že jsou většinou mormony. V roce 2000 jsem cestovala do USA – shodou okolností do Utahu, zkontaktovala jsem se s jedním zaoceánským kolegou a zjistila jsem, že působí v Provu, kde mají na tamější Birgham Young University katedru rodinné terapie. Strávila jsem na universitě několik velmi zajímavých dnů a obdivovala jsem hloubku, propracovanost

a modernost výuky. Protože základem mormonského učení je víra, že – budeme-li hodní – můžeme být po smrti navěky se svou rodinou, mormoni si své rodiny skutečně cení a pečují o ni, aby to na té věčnosti bylo k vydržení. S údivem jsem zjistila, že mnoho známých amerických rodinných a dětských psychologů jsou mormoni, jsou zběhlí v systemickém i humanistickém přístupu k rodině a své znalosti uplatňují v každodenním životě. Při školách je psycholog, který problémy dítky samozřejmě řeší systémově s rodinou i učitelem, problém není problémem, za který by bylo třeba se stydět, ale diskutuje se o něm v komunitě, řeší se okamžitě odborně.

Velmi se mi líbil systém terapeutické pomoci. Renomovaní rodinní terapeuti mají drahou praxi. Kdo si finančně může dovolit tohoto špičkového odborníka, platí si terapii u něj. Pro méně solventní rodiny je tu možnost docházet na universitu, být v terapii vedeni studenty posledního ročníku, kteří jsou jednosměrným zrcadlem pozorováni opět oním špičkovým odborníkem a mají tak možnost učit se prakticky. Odborníci i studenti za zrcadlem do vedení případu mohou vstupovat, pracují jako reflektující tým. Skoro bych jako klient dala přednost terapii při universitě – měla bych jistě špičkovou péči.. Byla jsem přítomna i podnětnému superviznímu sezení, ve kterém studenti tříbí své dovednosti.

Díky všestranné péči a výchově rodin jsem zažila v praxi potvrzení socialistického sloganu „Rodina – základ společnosti“. Ta společnost je tam opravdu obdivuhodná. Na menších městech se nezamykají domy ani auta, je tam mizivá kriminalita. (To ovšem neplatí o Salt Lake City, kde je mnoho cizinců a je to zkrátka příliš velké město...). Nestala jsem se mormonem, ale je mým snem je spolupracovat na takovém rozšíření rodinné terapie, jaké jsem viděla tam. Je to velmi užitečné, krásné i dobré (Jak by řekl systemik).

Uvádání či návrat:

Přístup Satirové stále využívám při práci s rodinami, ale připojil se k němu systemický přístup, nějak se stalo, že se více diskutuje než prožívá. A je to škoda. Všichni víme, jak Ostrov rodiny (H.Vyhnálková, Z. Riegr) je účinným nástrojem pochopení rodinné nerovnováhy. Kolikrát sestavení rodinné „sochy“ či ostrova, jasně ukázalo nerovnováhu, ohrožené postavení člena rodiny, který vystupoval silně, původ obtíží „problematického“ člena rodiny...

Když toto píši, uvědomuji si, že poslední dobou opouštím některé velmi silné a účinné techniky a stále více přecházím k řešení u stolu. Škoda. Snad zamyšlení u tohoto článku mě zase vrátí k tomu neverbálnímu, prožitkovému tvoření a přetvořování systémových zákonitostí...

Mnoho klientů chodí na Rodinné konstelace. Jak blízka je tato práce Virginiinu sochání. Co se týče Rodinných konstelací, nedivím se, že síla systémových vazeb ohromí každého, kdo prožije vstup do systému druhého. Ale bývá to nárazový, pouze citový zážitek. A já věřím, že k úspěšnému přetvoření vnitřního scénáře, naučeného vzorce vnímání, prožívání a chování je třeba zážitek, citové překrytí toho nefunkčního, ale i vědomé, kognitivní přijetí a vědomá praxe. Zkrátka změna vnitřního postoje a trénink nového. Ono asi nejde měnit léty zaběhnuté struktury jedním zážitkem. Jinak dojde ke kognitivní disonanci a klient se časem vrátí do starých struktur. Satirová zkušenosti získané zážitkem vysvětlovala, pomáhala zvědomit, dále s nimi pracovala, zařazovala do kontextu celé terapie. Teď se k podobnému přístupu vrací Pessoterapie. Velmi se mi líbí, ale jen mi připomíná, že já mám v krvi Satirovou, chci s tímto přístupem zase více pracovat a podle něj učit. I když jsem si vědoma, že díky nabytým zkušenostem z jiných směrů, díky tomu, co mě naučila praxe, čeští klienti – a díky tomu, že charismatickou osobnost nelze napodobit - to, co dělám při práci s rodinami, je určitě něco trochu- hodně jiného. Snad i to jiné má smysl.

(publikováno v časopisu Diakonie ČCE „Modré z nebe“ v roce 2006)

