TERAPIE ZAMĚŘENÁ NA ŘEŠENÍ PŘI PRÁCI S RODINAMI V KONFLIKTU: KAZUISTIKA

Solution-focused therapy with high conflict families: case report

Patrik Dráb[1], Leoš Zatloukal[2]

[1]Archa pro rodiny s dětmi, Resslova 12, 30100 Plzeň, CZ;
Diakonická akademie, s.r.o., Belgická 22, 12000 Praha, CZ; e-mail: drab.patrik@gmail.com

[2] Univerzita Palackého v Olomouci – CMTF, Institut Dalet, Olomouc, CZ;
e-mail: leos.zatloukal@dalet.cz

Psychoterapie. 15 (3), 300–311; ISSN 1802-3983

ABSTRAKT:

Tento článek nabízí nahlédnutí do procesu změny rodiny potýkající se s častými konflikty a neshodami. Terapie probíhá v rámci sociální služby a rodina se ke spolupráci dostává díky předběžnému opatření v rámci soudního řízení. Terapeut pracující s rodinou staví na principech a technikách terapie zaměřené na řešení. Text nabízí teoretické principy terapie zaměřené na řešení, kazuistiku a přepisy, kterými jsou jednotlivá filosofická východiska ilustrována.

Klíčová slova: terapie zaměřená na řešení, konflikt, nedobrovolný klient, rodina.

ABSTRACT:

This article offers insights into the process of change of family suffering from frequent conflicts and disagreements. Therapy of family takes place in the context of social services. The family enters the service on a basis of a precautionary measure stated by family court. The therapist in this case is following the principles of solution-focused therapy. This article offers case reports, showing basic principles of SF therapy illustrated by example transcriptions of conversations.

Key words: solution-focused therapy, conflict, involuntary client, family.

Terapie zaměřená na řešení patří mezi postmoderní či systemické přístupy, jejichž kořeny z velké části leží v rodinné terapii (Becvar & Becvar, 2012; Tarragona, 2008; von Schlippe & Schweitzer, 2001). Proto se přirozeně využívá nejen při práci s jednotlivci, ale i při práci s páry a rodinami (Berg, 2013; de Shazer et al., 2011; Iveson, 2003; Lipchik & Kubicki, 1996; Nelson, 2018; Stith et al., 2011). Insoo Kim Berg, která je spolu se Stevem de Shazerem považována za autorku tohoto přístupu, vnímá jako základní specifikum tohoto přístupu pojetí změny (Berg, 2013). Přístupy vycházející z tradice rodinné terapie opouštějí představu klientů jako izolovaných jednotek, ale vnímají je jako součást systémů (Becvar & Becvar, 2012; Carr, 2012; Goldenberg & Goldenberg, 2012). Systémy lze chápat jako soubory prvků, které jsou v interakci a které vytvářejí díky vzájemnému propojení novou kvalitu (Capra & Luisi, 2016; Ludewig, 1994; Nelson, 2018). Hranice definující systém nejsou dané, ale jsou dílem pozorovatele (Ludewig, 1994). V post-

moderních přístupech převládá snaha zahrnovat do systému nejen klienta, jeho blízké a další významné aktéry, ale i terapeuta samotného. V rámci cirkulární kauzality je neudržitelná představa jasně definovatelných příčin problémů, které by bylo možné odstraňovat či napravovat (Watzlawick et al., 2000). Systém rovněž nelze jednostranně „instruovat" jednou jeho částí (Efran et al., 1990; Keeney & Keeney, 2012) a díky vzájemnému propojení částí systému lze pracovat s malými změnami, které vedou k dalším změnám (tzv. efekt vlnění) (de Shazer, 2017).

Na rozdíl od systemických přístupů, které uvažují v pojmech udržování homeostázy, se terapie zaměřená na řešení primárně soustředí na procesy změny. Své teorie formuluje nikoli se zřetelem na to, jaké systémy jsou (stabilita, vznik a udržování patologie), ale jak se systémy mění (Berg, 2013; de Shazer, 1982; Korman et al., 2020). Terapeuti se zaměřují na rozvíjení preferované budoucnosti, věnují pozornost výjimkám a změnám před prvním sezením i mezi sezeními (tedy drobným žádoucím změnám, které již nastaly), sledování pokroku např. pomocí škál či propojování perspektiv členů rodiny na sezení (Berg, 2013; Berg & de Shazer, 1993; de Shazer, 2017; George et al., 1999; Ziegler & Hiller, 2001). Hlavním poznávacím znamením terapie zaměřené na řešení však nejsou techniky, ale spíše základní principy (de Shazer et al., 2011:

- Nespravovat, co není rozbité
- Když něco funguje, dělat toho víc (umět využívat zdroje, které jsou k dispozici)
- Když něco nefunguje, dělat něco jiného (umět tvořivě experimentovat)
- Malé krůčky mohou vést k velkým změnám (umět pracovat s dynamikou systémů, včetně „efektu vlnění")
- Řešení se nutně nemusí vztahovat k problému (umět rozvíjet něco nového místo odstraňování problémů)
- Jazyk rozvíjení řešení je odlišný od jazyka potřebného k popisu problému
- Žádný problém se neděje neustále, vždy existují výjimky, které lze využít (všímat si nepravidelností a cíleně je využívat)
- Budoucnost lze vytvářet a vyjednávat ji (přistupovat k budoucnosti nedeterministicky)

Následující text nabídne pohled na praxi terapie zaměřené na řešení v kontextu práce s rodinami v konfliktu. Představíme podrobněji kazuistiku z praxe jednoho z autorů obsahující i několik přepisů ukázek ze sezení s komentáři autorů.

1. UVEDENÍ DO PŘÍBĚHU Z PRAXE

Kazuistika byla vybrána, protože problémy, se kterými se rodina potýká, jsou mezi lidmi v rozvodu typické. Ukázky jsme zvolili, protože ilustrují základní teoretické principy.

Dva roky před začátkem spolupráce rodiny s námi se otec i s 11letým synem Ondrou odstěhoval ze společné domácnosti a matka zůstala se 7letou dcerou Magdalénkou. Rodina si v tom období prošla mnoha náročnými situacemi. Mezi rodiči vznikaly časté hádky, prožívali pocity ublížení, vzájemně si dělali naschvály. Vztahy se poté zhoršily nejen mezi rodiči, ale i mezi synem Ondrou a jeho matkou, kterou odmítl vídat. Matka proto podala k soudu návrh na svěření syna do péče. Soud vydal předběžné opatření, ve kterém upravil styk matky a syna. Rodi-

čům rovněž nařídil absolvovat terapii u klinické psycholožky. Terapie nebyla úspěšná a soud proto rozhodl o změně terapeuta, rovněž však bez výsledku. Rodičům byl proto nařízen posudek soudním znalcem z oboru psychologie.

Mezitím táta vídal svou dceru zřídka a syn se návštěvám u matky bránil. Když byl k návštěvě donucen, utíkal z jejího domu. Během poslední návštěvy matka zamkla syna v domě, aby nemohl utéct. Po fyzické potyčce vytáhl syn na matku nůž a utekl z domu. Matka po něm vyhlásila policejní pátrání. Od té doby se matka a syn už neviděli. Soud proto do rozhodnutí nařídil styk matky a syna asistovanou formou.

Poté přišla rodina k nám do sociálně aktivizační služby (SAS) pro rodiny s dětmi (typ registrované sociální služby dle zákona č.108/2006 sb., § 65) v rámci nařízeného asistovaného kontaktu. Soud často v rámci řízení žádá od odborníků určitý pracovní postup. Z hlediska přístupu zaměřeného na řešení je užitečnější specifikovat především žádoucí výsledek, na základě kterého lze formulovat zakázku či společný projekt (Zatloukal & Žákovský, 2019). Proto terapeut telefonicky kontaktoval soudce a zjišťoval jeho očekávání. Původní představou soudce bylo, že SAS zajistí bezpečné prostředí pro styk. Organizace, v níž terapeut působí, však chápe asistovaný kontakt komplexněji, jak bude zřejmé dále v textu. Proto terapeut navrhnul, že by bylo vhodné začít prací s rodiči dříve, než by se přikročilo k asistovanému kontaktu. Soud souhlasil a rodiče byli pozváni na společné setkání. Celkově s rodinou proběhlo 14 konzultací v průběhu 4 měsíců.

2. OD TŘÍ PERSPEKTIV KE SPOLEČNÉ VIZI (1.–4. KONZULTACE)

Na první konzultaci jdou přítomni oba rodiče. Otec zpočátku definuje jako problém to, že matka mu brání v styku s Magdalénkou. Říká, že je pod velkým nátlakem matky, aby k tátovi nechodila, u jejího předávání vznikají hádky a podobně. Zároveň si stěžuje na to, že se matka chová k synovi agresivně a necitelně. Matka popisuje, že syn se chová agresivně k ní. Viní za to otce, protože ten podle ní syna v chování podporuje a je mu vzorem.

Ukázka z 1. konzultace

Na konzultaci uplynulo 20 minut.

Terapeut (dále jen T) vstupuje do slovní výměny rodičů: „Já vám do toho skočím. V tom, co jste teď řekli, vidím spoustu témat – od toho, co bylo mezi vámi, přes to, jak asi vnímá situaci Magdalénka, nebo to, proč se Ondra chová tak, jak se chová… a tak mě zajímá… Co nejmenšího můžete spolu dosáhnout, aby to byl krok vpřed?“

Komentář autorů (dále jen A): Parafrázování narušuje problémový vzorec, který se přímo na konzultaci odehrává mezi rodiči, zvlášť je-li zaměřením pozornosti konstruktivním směrem (kupříkladu k drobným známkám zlepšení jako zde). Zajímavý vhled do vyvažování obou těchto aspektů přináší některé diskurzivní analýzy (Gale & Newfield, 1992; Zatloukal & Wiesner, 2021). Výměna mezi terapeutem a jednotlivým rodičem rovněž umožňuje klientům zaujmout metapozici (získat nadhled). Zároveň je zde v praxi vidět nejen zaměření na budoucnost typické pro SF práci, ale i to, že rozvíjení řešení se přímo neodvozuje z předešlých stížnosti (de Shazer, 1988).

Matka (dále jen M): „Že ke mně Ondra přijde aspoň na půl hodinu, na hodinu…on si nepřišel ani pro dárky na Vánoce. Dávala jsem mu je někde v igelitce. Říkala jsem mu pak, že u mě má ještě nějaký další dárečky a on řekl, že o to nestojí. A přitom moje sestra, když tady byla…“

Terapeut vstupuje do řeči. „A co za tu půl hodinu, hodinu bude jinak, že si řeknete, že to je pokrok vpřed?“

A: Při konfliktních situacích je na místě vysoká míra kontroly procesu. To obnáší i časté přerušování, které není pro naši kulturu typické (může být považováno za hrubé) a může narušovat připojení ke klientovi.

M: „Že stráví se mnou ten čas, že u toho nebude otec, protože teď jsme se na doporučení bývalého nařízeného terapeuta začali scházet jako rodina. Měl to být příjemný čas, kde si ten syn na mě zvykne a uvidí, že vše probíhá v klidu. Ale když se my čtyři sejdeme, tak to nefunguje. Protože syn na mě nereaguje, a když se zeptám něco otce, tak mi řekne „Už sis našla individuálního terapeuta?“

Otec (dále jen O): „Ano, protože ti to doporučila paní psycholožka, ke které jsme chodili před tím. Ty nebereš stanovisko ani paní psycholožky, ani terapeuta…“

M: „To není pravda, víš, že…“

T: „Teď bychom se do toho zase zamotali.“

M: „Jo, takže společné setkání nefunguje. …jen jednou se stalo, že jsme byli dlouho na tom hřišti, že si tam opravoval auto, tak jsi nebyl přítomen…to byla jenom jedna příležitost, kdy jsem mluvila s Ondrou. Jenže pak se k nám vrátil otec a on úplně změnil chování.“

O: „Já si nemyslím…“

Patrik Dráb

Mgr. Je absolventem magisterského studia jednooborové psychologie na Univerzitě sv. Cyrila a Metoda v Trnavě. Absolvoval komplexní 750h výcvik v terapii zaměřené na řešení, výcviky pro práci s dětmi, pro koučování, mediační kurzy a jiné. Pracuje jako psycholog, psychoterapeut a metodik v Arše pro rodiny s dětmi (Plzeňský kraj). Podílí se na metodické transformaci práce s ohroženými dětmi v Plzeňském kraji. Je lektorem výcviků a kurzů zaměřených na sociálně-terapeutickou činnost v rodinách s dětmi. Je autorem několika terapeutických pomůcek.

Terapeut přeruší otce: „A vy si vzpomínáte na tu situaci, kde Ondra s mámou mluvil?

O: „Já si vzpomínám, že se hlavně chová jinak manželka.“

T: „Když tam nejste?“

O: „No, spíš, když tam jsem. Dokonce jsem to navrhnul já u předchozího terapeuta, byť s manželkou nerad trávím čas. Terapeut s tím souhlasil, že to vidí taky jako jediné řešení. Manželka ale neustále na terapeuta naléhala, že se jí moje přítomnost nelíbí. A terapeut jí na to říkal, že i kdyby to mělo proběhnout takhle 10krát, tak jde o to, aby Ondra viděl, že od ní nepřijde žádná facka, žádný křik, že na něj nebude útočit…“

Terapeut ho přerušuje: „A co je teda

za vás ten nejmenší posun, který byste spolu mohli udělat?“

O: „Nejmenší posun? Aby manželka souhlasila s tím, co jsme navrhovali s bývalým terapeutem, protože manželka to odmítla, když jsem jí to navrhnul, že se mnou nechce trávit čas a…

T: „A co to teda přesně je? Že se potkáte někde a…“

A: Neustále udržování si zvědavosti vedek detailizování popisů, které rozvíjí jiný komunikační vzorec mezi rodiči (čím delší dobu spolu mluví konstruktivním způsobem, tím lépe), a také nabízí prostor k rozvíjení nových myšlenek a nacházení zdrojů, které by v obecném popisu zaniklo.

O: „Ano, že se potkáme někde my i děti a strávíme spolu čas, aby si ten Ondra zvyknul.“

M: „Jenže já jsem k tomu skeptická, tím, jak to proběhlo už párkrát a vůbec jsem neměla prostor.“

O: „Já jsem se snažil být opodál kvůli manželce. Ten kluk by ale měl přijít sám za manželkou, ne abych ho nutil násilím.“

M: „Neříkám, že něco takového chci. Chci jen, abys mu někdy řekl „jděte s mámou a užijte si to.“ Řekls mu to někdy? Protože my jsme měli chvíle, kdy jsme třeba byli spolu v jump aréně a on byl šťastný jako želva.“

O: „A tady je ten kámen úrazu, protože by měl být šťastný, když je v kontaktu s mámou, a ne když skáče sám na trampolíně. To věřím, že je šťastný, když je od matky. To je ten problém.“

T: „Já slyším, že říkáte, že i když je sám na výletě s mámou, tak jsou některé aktivity, které fungují líp, jde na ně radši a víc si je užije.“

A: Mou zkušeností je, že třaskavá témata a výroky (klient říká „toto je kámen úrazu“) je dobré okamžitě parafrázovat do neutrálnější podoby tak, aby byly i pro druhého rodiče více stravitelné a více poukazovaly na zdroje, dovednosti nebo touhy rodičů.

O: „Ano, přesně tak. Jenom tam není to, že by šel k manželce domů a tam si to užil, tam poslouchá neustále jen zákazy, co nesmí a který gauč nesmí používat, a…“

Toto téma vyvolá mezi rodiči malou roztržku.

Terapeut přerušuje neshody rodičů: „Teď jste se dostali k tématu, které vás asi oba dva zajímá. Můžeme se k němu vrátit později, ale dnes bychom to pravděpodobně nestihli.“

A: Při SF terapii se snažíme užitečnost obsahu i procesu co nejvíce nechávat na vyhodnocení klienta. Čím více lidí se účastní rozhovoru a čím negativnější vztahy mezi sebou mají, tím více se kloníme k tomu držet proces konzultace pevně v rukou.

O: „Ne, ne, to ne.“ Matka přikyvuje.

Terapeut pokračuje: „Jak by takové setkání mělo vypadat, aby to podle vás bylo užitečný?

O: „V současné době by tam Ondra nešel beze mě, určitě ne.“

Matka mu skočí do řeči: „Protože ho motivuješ proti mně. Je z tebe takhle zblbej!“

Otec se obrátí na matku: „Mě fascinuje, jak je chyba na všech ostatních, na institucích, na všech…“

Terapeut jim vstupuje do řeči: „Já jsem pochopil, že i když jste tam byli minule spolu, tak se vám povedlo vytvořit prostor, kde jste byla s Ondrou chvíli sama.“

A: Práce s výjimkami je jedním ze základních stavebních kamenů SF terapie (Zatloukal, Věžník, et al., 2019). Zvlášť při

práci s konfliktními rodinami jde o užitečný způsob, jak se vyhnout nereálným očekáváním, protože se pracuje s malými změnami, které již „spontánně“ nastaly. Koncept výjimek staví na principu nevyhnutelnosti změn (de Shazer, 1991).

O: „Jo, já jsem byl u auta, asi tak 30 metrů vedle. Tady jde i o to, že je v klidu, když jsem u toho já. Protože…“

M: „No nemám pocit, že by úplně byl v klidu…ale přesně jako…někdy to proběhlo dobře…“

O: „To je jako když jsi na něj křičela ohledně těch bobů, on se na mě jenom podíval, a když mu manželka nadávala za věc, kterou neudělal…“

M: „…ale dyť to není pravda…“

T: „Myslím, že teď bychom se zas dostali někam, kde nám to nebude užitečné…“

O: „…já to jenom dořeknu… on se na mě podíval a říká „Tak takhle to vypadá vždycky.“ Ale tím, že jsem tam byl já, tak se z toho nehroutil, zvládl to víc v klidu a zůstal. Ono se celkem hodně zlepšilo i za tu dobu, co nejsme spolu s manželkou. Ten kluk si s tím dokáže líp poradit. Před tím brečel, nevěděl, co má dělat, teď mi zavolá a odejde.“

T: „Říkáte, že ten kluk to teď zvládá lépe. Zároveň se o tom bavíme proto, že hledáme, co nejmenšího by se dalo teď udělat… s čím bychom mohli začít. Zmínili jste, že vám takový malý krok už jednou povedl. Byli jste všichni spolu a zvládli udělat takový prostor, abyste tam vy byla s Ondrou sama. Co se teď pobavit o tom, jak něco podobného zrealizovat znovu?“

A: V rodinné terapii se objevuje mnoho protichůdných informací, názorů a postojů. Důležitou roli zde hraje akceptace rozdílných perspektiv typická pro všechny postmoderní přístupy (Peller & Walter, 2000; Tarragona, 2008). Zároveň však setrvání u těchto rozporů snižuje důvěru v terapii, proto klademe důraz na hledání toho, co rodinu spojuje.

M: „No můžeme to zkusit.“

Otec přikývne.

T: „Zkuste mi to víc přiblížit, abych to pochopil. Co to bylo za situaci, že se vám to tak povedlo?“

Rodiče s terapeutem nalezli zdroje k tomu, aby spolu vymysleli smysluplné setkání mámy a Ondry. Další dvě konzultace pokračovalo zlepšování těchto společných kontaktů s důrazem na mapování změn a utilizaci zdrojů.

3. Z NOUZE CNOST (5.–7. KONZULTACE)

Na pátou konzultaci přišli rodiče naštvaní. V mezidobí došlo k situacím, které byly pro oba frustrující. Matka vyjadřovala, že nevidí velké změny ve vztahu k synovi. Kritizovala vše včetně procesu terapie. Požádala terapeuta, aby u nich v organizaci probíhal asistovaný kontakt. Otec považoval dosavadní postup za užitečný, ale pokusům se nebránil. Pro terapeuta bylo důležité v této chvíli zvážit dvě roviny – spolupráci (working alliance) i proces změny. Z hlediska procesu změny docházelo k drobným zlepšením jak v interakci rodičů, tak mezi Ondrou a mámou. Změny zároveň nebyly natolik markantní, aby se dalo říct, jestli bude tahle cesta dál úspěšná. Z hlediska spolupráce se zdálo, že matka terapii ukončí, pokud jí proces nezačne zas dávat smysl. Otec byl v dané chvíli ukotven v spolupráci lépe. Proto terapeut přistoupil na to, že se s Ondrou potká individuálně a zváží jeho zapojení v procesu. V této části je zjevný důraz na spolupráci v terapii zaměřené na ře-

šení (de Shazer et al., 2011) a její zvažování v perspektivě celého terapeutického systému.

Ukázka 2: Práce s dítětem

Ondra měl velkou potřebu mluvit o všem zlém, co s matkou prožil. Terapeut mu nabídl, že mohou pracovat v pískovišti, kde měl umístit kamínky jako symbol všeho důležitého, co v životě teď má.

Následující ukázka pochází z první konzultace s dítětem po 20 minutách společného povídání.

T: „Zkus umístit kamínky do písku tak, jak bys chtěl, aby to bylo."

Ondra (dále jen O): „Takhle bych to dal dohromady" dává kamínky táty, sebe, sestry a babičky vedle sebe „a mámu sem, protože s ní nechci žít." Dává jí na okraj pískoviště.

T: „Takže nechceš žít s mámou, ale chtěl bys, abyste byli víc se sestrou."

A: Zmiňování negativního (emočně i významově) „nechceš žít s mámou" nám pomáhá připojit se k dítěti, zároveň však utvrzuje problém, místo aby ho rozvíjelo, a svou pozornost na to zaměřujeme jen e chvíli, kdy je naše připojení ke klientovi slabé, čerstvé. Více se snažíme zaměřovat na emočně i významově pozitivní, jako je to tady například ve výroku „abyste byli víc se sestrou". K získání metapozice pomáhá i stavění kamenů.

O: „Ano."

T: „A co to znamená, abyste byli víc se sestrou?"

O: „No že bych chtěl, aby Magdalénka byla u nás častěji, anebo aby u nás bydlela."

T: „A co by to změnilo, kdyby u vás byla častěji, nebo bydlela?"

O: „Že bych byl asi radši, a nemusel bych vidět mámu, protože k ní nechci chodit. Protože mi to ublížilo, co mi dělala."

T: „Takže teď jste takhle daleko s mámou" ukazuje na kamínky v pískovišti „kvůli tomu, co ti dělala."

O: „Ano."

T: „A co vás sbližuje s Magdalénkou?"

O: „Že se máme rádi, že nikdy by bylo, že bychom se neměli rádi. Vždycky jsme se měli rádi s Magdalénkou a tátou a se strejdou."

T: „Já tomu rozumím tak, že si s Magdalenkou rádi hrajete, a s tátou a strejdou taky rád trávíš čas, vymýšlíš zábavy, nebo spolu něco děláte."

O: „Ano. A ještě i babi taky. Tu mám rád ještě."

T: „A co spolu s babi třeba děláváte, co máš rád?"

O: „Tak třeba my jsme byli u moře. Ale máma řekla, že Magdalénka s námi nepojede. A potom když Magdalénka viděla fotky, tak brečela, že s námi nebyla. A to samý, když jsme jeli do Alp, tak máma řekla, že jsou na Magdalénku moc vysoký, že až bude starší, tak s námi zas nejela."

T: „A to tě mrzelo, že s vámi nejela?"

O: „Jo."

T: „A máma si myslela, že ty kopce jsou na ni moc těžké?"

O: „Jo, a přitom my jsme moc nechodili do těch kopců, jezdili jsme lanovkou. Nic složitého jsme nedělali. A Magdalénka pak byla smutná, že tam s námi nejela."

T: „Zdá se mi, že ti záleží na tom, aby Magdalénka nebyla smutná."

A: Parafrázování je pro mě snahou, jak odmítnutelně zaměřit pozornost od stížnosti na konkrétní událost k obecnějším potřebám, které jsou pro něj důležité a na kterých můžeme dál stavět řešení.

O: „No protože bych chtěl, aby se měla dobře."

T: „To je hezké od tebe. A co by pomohlo tobě, aby ses měl dobře?"

O: „No já bych chtěl být dál s tátou a strejdou, ale nechtěl bych muset chodit k mámě, protože mi to tam příjemný."

T: „Myslíš to tak, že bys nechtěl muset, jako že by sis mohl vybrat?"

O: „No já bych chtěl žít s tátou, protože to je fajn, a jako já bych k té mámě i šel občas, ale nechtěl bych, abych tam musel povinně nějaký dny chodit. A nechtěl bych chodit prostě jako… tam domů, spíš jako venku, protože… mi to tam není příjemný, když jsme doma."

T: „A když to nebude povinný, čím to bude pro tebe jiný?"

A: Podobně jako v příkladu s rodiči rozvíjení porozumění touhám a zkoumání detailů otevírá nové možnosti.

O: „No že třeba jednou se to hodilo kamarádovi, že bychom šli ven, ale máma řekla, že tam musím prostě jít."

T: „Chtěl jsi být s kamarádem a nemohl."

O: „Jo, protože jsem tam musel chodit v pátek a v neděli a zrovna se to hodilo kamarádovi."

T: „A co ještě by bylo jinak, kdybys tam chodil kdy chceš?"

O: „No tak ještě to, aby Magdalénka byla s námi víc."

T: „Takže abych tomu porozuměl, tak bys chtěl chodit k mámě, aby se to hodilo i tobě a chtěl bys, aby k vám víc chodila Magdalénka."

O: „No já bych k mámě nechtěl vůbec, ale když už máma chce, abych tam chodil, tak abych nemusel vždy."

T: „Proč bys vlastně chtěl, abys tam vůbec nemusel?"

O: „No mně to tam není příjemný."

T: „A co je tam takového, že ti to není příjemný? Abych tomu porozuměl."

A: Tady věnujeme pozornost více problému než rozvíjení řešení. Vydal jsem se touhle cestou, protože jsem měl pocit, že se točíme v kruhu. Někdy je důležité pro klienty uchopit preferovanou budoucnost jako rozdíl oproti tomu, co je nežádoucí (problém).

O: „No protože co oni mi tam nic nedovolují. Skoro nic se nesmí dělat a já pak řeknu, že chci domů, a oni začnou křičet, že tam musím být."

T: „A kdo jsou oni?"

O: „No babi od mámy a máma. Máma vlastně bydlí s ní. No a babi mi taky není příjemná."

T: „Tím, že chce, abys tam zůstal?"

O: „Ano, jak ta babi, tak máma, prostě, že tam musím zůstat."

T: „To je důležitý, co říkáš."

O: „No a já jsem chtěl odejít a oni mě tam zamkli třeba, že tam musím zůstat."

T: „To asi bylo pro tebe nepříjemný."

O: „No hodně. A taky Magdalénka, když jsme tam, tak ona si se mnou nehraje a vlastně vůbec nevím proč. Když jsme u táty, tak si se mnou normálně hraje."

T: „A co teda dělá?"

O: „No ona si něco dělá sama a vlastně se mnou si vůbec nechce hrát."

T: „Takže bys chtěl, aby když jsi u mámy, si s tebou Magdalénka hrála víc."

O: „Jo."

T: „A kdybychom měli nějaký čarovný proutek, že bychom mohli i to, jak se chová máma změnit? Takhle zamávám a máma bude jiná. Co by sis přál, aby se změnilo?"

A: Rodiče by si pro své dítě přáli udržet vztah s mámou. To je zdánlivě v rozporu

s dosavadním přáním dítěte. Otázka je účelově zaměřená na variantu, která by více vyhovovala rodičům s doufáním, že řešení bude sedět i dítěti. Protože má spolupráce s dítětem formu stížnosti (De Jong & Berg, 2012), čarovný proutek pomáhá představit si změnu u druhé osoby (mámy). Následný detailní popis však umožňuje zachytit díky cirkularitě popisů nejen rozdíly v tom, co dělá máma, ale i reakce Ondry. A díky cirkulární povaze systémů se otázka kdo „začíná" a kdo „reaguje" stává irelevantní. (Keeney & Keeney, 2012; Watzlawick et al., 2000).

O: „Aby na mě byla hodnější. Prostě že mi není příjemné, co mi dělá."

T: „A co ještě jiného, kromě toho, cos už říkal, by dělala jinak?"

O: „No ona na mě právě křičí. A když jsme tam, nic zajímavého tam neděláme."

T: „No a co bys chtěl třeba zajímavého?"

O: „No abychom třeba jezdili víc na kole spolu."

T: „Takže kdybyste vyrazili na kolo někam…"

O: „Jo, kdybychom nemuseli být pořád tam, ale šli ven."

T: „Co ještě, aby ses tam cítil dobře?"

O: „Tak hlavně aby tolik neusilovala o to, že tam musím chodit. A aby ta babi na mě taky byla hodnější."

T: „A co tím myslíš?"

O: „No aby na mě nekřičely. Zdá se mi, že tam nemůžu nic dělat."

T: „A co bys tam chtěl dělat a nejde to teď?"

O: „No to, že třeba máma vlastně žádný sporty nedělá."

T: „Takže bys chtěl, aby s tebou mohla dělat nějaký sporty."

O: „Jo."

T: „Co ještě?"

O: „Aby na mě byla příjemnější trochu."

T: „A v čem třeba?"

O: „No třeba teď jsme byli s mámou i s Magdalénkou na hřišti (pozn. akce, kterou jsme plánovali s rodiči spolu právě jako pokus o zlepšení) a ona se ptala, jak nám jde on-line výuka, jestli to někdy nepadá ten signál a já jsem řekl, že někdy jo, a ona, že to asi táta ruší nějakou rušičkou. Tak aby neútočila na tátu."

T: „Takže bys chtěl, aby neútočila na tátu, aby se k němu chovala taky hezky."

O: „Jo."

O: „A že když říkám, že tam nechci chodit, tak mi říká, že to není pravda, že to mi říká jenom táta, abych to říkal."

T: „A kdyby se tohle vše, co říkáš, změnilo, chodil bys tam radši?

O: „Jo, mnohem radši."

T: „My jsme teď v zapeklité situaci, víš, protože ty tam teď nechceš, je ti to nepříjemné, což chápu, a zároveň dokud tam nepůjdeš, tak se nepřesvědčíš, jestli se ta máma změnila. A já teď přemýšlím, jak z toho ven. Co si myslíš ty?"

O: „No já to vidím, když jdeme někam všichni společně."

T: „No a všiml sis nějaké drobné změny, které udělala už teď, co se zas spolu scházíte?"

O: „No nevím, jak by to vypadalo, kdybych šel k ní domu, ale když tam jsme všichni společně, tak že nedělá nic z toho důvodu, že tam je i táta."

T: „Víš, to mě právě zajímá, protože my se tady potkáváme s tátou i s mámou a povídáme si o tom, jak to tobě i Magdalénce udělat lepší. A oba by chtěli, abyste ty i Magdalénka se navzájem víc vídali i mezi sebou, i s rodiči."

O: „Když jsme spolu, tak se mě pořád ptá, jestli k ní nepůjdu. A já jí třeba řeknu, že ne a ona stejně se zeptá pak znovu za chvíli."

T: „Aha! Takže kdyby se zeptala jenom jednou třeba, tak by to bylo lepší?“

O: „Ano.“

T: „A vy jste se teď viděli jednou s mámou po dlouhé době. V čem byla jiná, než kdysi?“

O: „Ona když je mezi lidmi, tak nedělá nic, co dělá v baráku, kde o tom nikdo neví.“

T: „Mám takový nápad. Co kdybychom spolu sepsali všechny věci, které bys chtěl jinak tady na tabuli. A až sem zítra přijde máma a táta, budou si to moct přečíst a zkusit něco změnit. Nemůžu ti slíbit, že se to povede, ale můžu ti slíbit, že to zkusíme.“

O: „Tak jo.“

T: „Ale potřeboval bych, abys nám taky pomohl. Protože nemůžeš poznat, jestli se máma změnila doopravdy, možná bys to mohl prozkoumat. Mám takový nápad, že by ses s ní potkal i bez táty a zkusil pozorovat, jak se bude chovat bez něj. Vím, že to pro tebe není snadné po tom všem, co si s ní zažil. Napadá mě, že bychom to teď spolu mohli naplánovat tak, abys měl jistotu, že to zvládneš. Co ty na to?

A: Experiment s pozorováním je jednou z možností při bezradných (ve smyslu nedostatku zdrojů) klientech. Zvyšuje zaměření pozornosti na výskyt žádoucích procesů. Přednastavuje tím pozorovatele k tomu, aby snáz přijímal informace, které by normálně percepčním filtrem neprošly.

O: „No tak jo.“

Druhou konzultaci terapeut a dítě mapovali změny k lepšímu. Využili přitom škálu od 1 do 5 jako ve škole. Ondra hodnotil zlepšení ze strany matky z pětky na trojku a popisoval změny, které matka udělala. Ondra si náš experiment udržel a dál pokračoval v setkáních s matkou a sestrou bez otce.

4. NA VLNÁCH ZMĚN (8.–13. KONZULTACE)

Následná setkání s rodiči začala být více klidná, rodiče byli k sobě vstřícnější. Domníváme se, k tomu přispěl konstruktivní způsob komunikace, který jsme s rodiči dlouhodobě rozvíjeli a také naděje rodičů plynoucí z nového způsobu setkávání.

Vztah mezi matkou a synem se postupně zlepšoval, na setkáních si více povídali a jejich společné neděle se pro ně staly jakousi samozřejmostí.

Letní dovolená, trávení Vánoc, kroužky dětí, přespávání Magdalénky u otce – to byly jen některé z témat, ve kterých se pohledy rodičů postupně sbližovaly.

Matka v rámci konzultace navrhla otci zastavení soudního řízení a rodiče přeformulovali zakázku v terapii od styku k posílení důvěry mezi rodiči.

5. ZÁVĚREM

Rodiče si posléze sjednali konzultaci (v pořadí čtrnáctou) před nastávajícím soudem se záměrem vytvořit dohodu. Při konzultaci však náhle vzplanuly silné emoce a matka se rozhodla odejít z konzultace předčasně. Zbytku konzultace se tedy účastnil pouze otec. Přesto se rodiče u soudu přece jenom dohodli a soudní jednání bylo ukončeno. Po soudu si oba rodiče domluvili pokračování terapie.

Terapii rodin s konflikty kolem dětí považujeme za náročnou z mnoha důvodů. I krátká terapie může trvat dlouhou dobu (což se nevylučuje, protože krátká není krátkodobá (de Shazer, 2017)). Výsledky mohou být nejednoznačné, mohou se objevovat různé zvraty, propady a zase zlepšení. Na práci s rodinou se podílí mnoho aktérů, s kterými je potřeba spolupráci vyjednávat.

Rodiče často nevidí smysl v absolvování nařízené terapie, nebo jí využívají pro své postranní úmysly. Výbušná atmosféra během konzultací vyžaduje pohotovost a direktivnost ze strany terapeuta, což může být vyčerpávající. Přes všechna úskalí považujeme práci s rodinami v konfliktu za prospěšnou a naplňující. Věříme, že tento článek přispěje k zájmu o tuto oblast. My sami bychom rádi jak možnosti SF přístupu, tak téma rozvodu více výzkumně zpracovali. Za možné směry zkoumání považujeme například zkoumání rozdílů ve well-beingu rodin, které v opatrovnickém sporu absolvovali nařízenou terapii oproti rodinám, kterých spory byly řešeny pouze soudním rozhodnutím, nebo vliv direktivnosti na účinnost nařízené terapie.

Konflikt zájmů: Bez konfliktu zájmů.

LITERATURA:

Becvar, D. S., & Becvar, R. J. (2012). *Family Therapy: A Systemic Integration* (8th ed.). Pearson.

Berg, I. K. (2013). *Posílení rodiny: Základy krátké terapie zaměřené na řešení*. Portál.

Berg, I. K., & de Shazer, S. (1993). Making Numbers Talk: Language in Therapy. In S. Friedman (Ed.), *The New Language of Change: Constructive Collaboration in Psychotherapy.* (s. 5–24). Guilford Press.

Capra, F., & Luisi, P. L. (2016). *The Systems View of Life: A Unifying Vision*. Cambridge University Press.

Carr, A. (2012). *Family Therapy: Concepts, Process and Practice* (3 edition). Wiley-Blackwell.

De Jong, P., & Berg, I. K. (2012). *Interviewing for Solutions* (4th ed.). Brooks Cole.

de Shazer, S. (1982). *Patterns of Brief Family Therapy: An Ecosystemic Approach*. The Guilford Press.

de Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating Solutions in Brief Therapy*. W. W. Norton & Company.

de Shazer, S. (1991). *Putting Difference to Work*. W. W. Norton & Company.

de Shazer, S. (2017). *Klíče k řešení v krátké terapii*. Portál.

de Shazer, S., Dolan, Y. M., Korman, H., Trepper, T. S., & McCollum, E. E. (2011). *Zázračná otázka: Krátká terapie zaměřená na řešení*. Portál.

Efran, J. S., Lukens, M. D., & Lukens, R. J. (1990). *Language, Structure and Change: Frameworks of Meaning in Psychotherapy*. W W Norton.

Gale, J. E., & Newfield, N. (1992). A Conversation Analysis of a Solution-Focused Marital Therapy Session. *Journal of Marital and Family Therapy*, *18*(2), 153–165. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1992.tb00926.x

George, E., Ratner, H., & Iveson, C. (1999). *Problem to Solution: Brief Therapy with Individuals and Families* (2nd ed.). BT Press.

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2012). *Family Therapy: An Overview* (8th ed.). Brooks Cole.

Iveson, C. (2003). Solution-Focused Couples Therapy. In B. O'Connell & S. Palmer (Ed.), *Handbook of Solution-Focused Therapy* (s. 61–73). Sage.

Keeney, H., & Keeney, B. (2012). *Circular Therapeutics: Giving Therapy a Healing Heart*. Zeig, Tucker & Theisen.

Korman, H., De Jong, P., & Jordan, S. S. (2020). Steve de Shazer's Theory Development. *Journal of Solution Focused Practices*, *4*(2), 47–70.

Lipchik, E., & Kubicki, A. D. (1996). Solution-Focused Domestic Violence Views: Bridges Toward a New Reality in Couples Therapy. In S. D. Miller, M. Hubble, & B. L. Duncan (Ed.), *Handbook of Solution-Focused Brief Therapy* (s. 65–98). Jossey-Bass.

Ludewig, K. (1994). *Systemická terapie: Základy klinické teorie a praxe*. Pallata.

Nelson, T. S. (2018). *Solution-Focused Brief Therapy with Families*. Routledge.

Peller, J. E., & Walter, J. L. (2000). *Recreating*

Brief Therapy: Preferences and Possibilities. W. W. Norton & Company.

Stith, S. M., McCollum, E. E., & Rosen, K. H. (2011). *Couples therapy for domestic violence: Finding safe solutions*. American Psychological Association.

Tarragona, M. (2008). Postmodern/ Post-structuralist Therapy. In J. Lebow (Ed.), *Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice* (s. 167–205). John Wiley & Sons.

von Schlippe, A., & Schweitzer, J. (2001). *Systemická terapie a poradenství*. Cesta.

Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. (2000). *Pragmatika lidské komunikace: Interakční vzorce, patologie a paradoxy*. Konfrontace.

Zatloukal, L., Věžník, M., & Žákovský, D. (2019). Možnosti práce s „výjimkami" v terapii zaměřené na řešení. *Psychoterapie*, *13*(2). https://journals.muni.cz/psychoterapie/article/view/11819

Zatloukal, L., Vítek, P., Věžník, M., & Žákovský, D. (2019). *Spoluvytváření změn: Různé podoby přístupu zaměřeného na řešení v teorii, v praxi a ve výzkumu*. Univerzita Palackého.

Zatloukal, L., & Wiesner, A. (2021). Solution-Focused Therapy through the Lens of Discourse Analysis. *Journal of Constructivist Psychology*, (in press).

Zatloukal, L., & Žákovský, D. (2019). *Zázrak tří květin: Terapie zaměřená na řešení s dětmi a dospívajícími*. Portál.

Ziegler, P., & Hiller, T. (2001). *Recreating Partnership: A Solution-Oriented, Collaborative Approach to Couples Therapy*. W. W. Norton & Company.

Došel do redakce 26. 9. 2021, v revidované verzi 29. 12. 2021. K publikaci přijat 3. 1. 2022.