**Rodinné terapie a počátky konstruktivismu**

**Rodinné rekonstrukce Virginie Satirové**

* + (1916 – 1998)
	+ Humanistická rodin. terapeutka
	+ Vliv primární rodiny na dospělost → rodinné rekonstrukce
	+ Terap. témata:
		- komunikace (obviňovatel, usmiřovatel, computer, rušič)
		- pěstování sebeúcty, vytváření klimatu důvěry, zacházení se změnami, porozumění tomu, jak se mi původní rodina odráží v dospělém životě
		- Každý člen rodiny si má uvědomit své klady a svou cenu i svou potřebu být milován, otevřeně ji připustit a projevit a akceptovat ji u druhých
	+ prožitková terapie jako intenzivní duchovní zkušenost a cesta k vnitřnímu self

**Systémové rodinné terapie**

* = řešení problémů, kdy se terapeut setkává **s více členy rodiny současně naráz**
	+ to byla novinka, která vyžadovala nové metody i nový teoretický jazyk
* Vznik RT ovlivněn **kognitivní psychologií**
	+ Kognitivní psychologie se rozvíjela od 50. let jako reakce na behaviorismus; zavedla zpět mentalistické pojmy (výzkum pozornosti, myšlení, řešení problémů, jazyka, paměti atd.)
	+ Vzájemně se ovlivňovala s obory kybernetiky, antropologie, lingvistiky a sémantiky, neurobiologie, matematiky, teorie systémů atd. →
		- přinesla pojmy **zpětná vazba, plán a strategie** (Miller, Pribram, Galanter), **vliv očekávání na vnímání** (Bruner), **vliv hodnot na vnímání, kategorizace pojmů** (Bruner, Goodman), **kognitivní struktura a schéma** (Neisser) aj.
* Jazyk rodinné terapie se proměňoval:
	+ zpoč. inspirován teorií systémů (mluvilo se v pojmech **cirkulární kauzalita, homeostáza, změna I. a II. řádu**,…), tj. termíny vhodné pro rodinu i pro technický systém nebo měňavku; dnes se víc mluví v termínech **příběh, diskurs, mýtus, narace, metafora, metanarace** atd.
* Rodina byla pojata jako otevřený **systém**, který **produkuje psychické problémy** člena (= systémový pohled na problémy jedince), zpětnovazebně udržuje svoji **homeostázu**; je možné na rodinu terapeuticky působit, ale ona klade **odpor změnám**=narušení vlastní homeostázy
* **G. Bateson a skupina v Palo Alto**
	+ Komunikujeme nejen zprávu, ale i její **rámování** = zprávu o zprávě (větš. neverbálními prostředky)
	+ Patologická komunikace v rodinách schizofreniků
	+ **Dvojná vazba** – životně důležitý vztah, primární negativní příkaz, sekundární příkaz v rozporu s primárním + zákaz ze situace uniknout → **vztahová past**
* **Strategická terapie J. Haley**
	+ Rodina klade **odpor** a obranu **proti změnám**, které by narušily její homeostázu, přestože je to homeostáza patologická
	+ Terapeut používá **strategické postupy** a manipulace, kterými obranu a odpor odbourává, např. paradoxní příkazy, kterými „předepisuje“ poruchu
		- *(bojte se nejen doma ale i venku, buďte ještě neústupnější v požadavcích na partnera, hádejte se hlasitěji,…)*
* **Strukturální terapie S. Minuchin**
	+ Rodina má mít jasně definovanou, pružnou a kohezivní **strukturu**, jasně definované **hranice**, částečně propustné
	+ **Rodinné subsystémy** – manželský, sourozenecký, rodičovský
	+ Hranice – jasně definované a překročitelné / nejasné / nepropustné
	+ Rušivé jsou rigidní **koalice**, které překračují hranice subsystémů (př. koalice otec-dcera)
		- Terapeut je naruší a podpoří vstřícnou komunikaci i mimo tyto koalice, v základních subsystémech – př. komunikace matky s dcerou, matky s otcem, dcery s jejím bratrem – sblíží mezi sebou manžele i sourozence
* **Milánská skupina**
	+ Cirkulární kauzalita
	+ **Cirkulární dotazování**
	+ Terapeut v RT nabízí: jiný pohled, jiný popis, cirkulární souvislosti, postojovou neutralitu (nenadržuje), ptá se na význam událostí pro zúčastněné

Předchůdci a inspirace systemických terapií:

* Systémové rodinné terapie
* Poznatky kognitivní psychologie, následně radikální konstruktivismus, kybernetika II. řádu *(probereme později)*
* Strategická terapie Miltona Eriksona

**Strategická terapie Miltona Ericksona**

* Strategicky **ovlivňoval** pacienty za terapeutickým účelem – sugescí, úkoly
* **Podpora změny** (ne objasnění minulosti nebo vhled do příčin či funkce symptomů)
	+ Rozpoznáním, podnícením, využitím existujících zdrojů klienta
	+ Vhled a porozumění pacienta není pro změnu nutné
* Je třeba se s klientem setkat **v jeho světě**, v jeho referenčním rámci (kultuře, hodnotách, jazyce)
* Mechanismus, který vytváří a udržuje problém, je zároveň mechanismem, který můžeme využít při jeho řešení (= problém je zamaskovaný **zdroj**)
* Klient nepotřebuje vědět, jak k žádoucí změně došlo, ale ví to terapeut (ten volí strategické sugesce, úkoly apod.)
* Účinná terapeutická komunikace

 zahrnuje:

* + Terapeut: empatie, opravdovost, pozitivní přijetí
	+ Klient: motivace, důvěra, víra v pozitivní výsledek
* Aspekty terapeutického vlivu:
	+ Setkat se s klientem v jeho referenčním rámci
	+ Začít od toho, co umí
	+ Užívat nepřímé intervence (metafory, projekce)
	+ Malé cíle a posuny, zasévání pro budoucí intervence
	+ Dramatičnost, humor, nepředvídatelnost
	+ Plnění terapeutických „domácích“ úkolů
	+ Orientování na budoucnost a změny/výsledky