

KONSTRUKTIVISMUS A SYSTEMICKÉ TERAPIE

Konstruktivismus

- ⊙ Zdroje radikálního konstruktivismu:
 - G. Bateson, H. Maturana
 - Biologie, neurobiologie, kybernetika, lingvistika
- ⊙ Autopoietické systémy (sebeutvářející) – člověk, buňka, organismus
- ⊙ Vnější svět neodhalujeme, ale vytváříme si ho, realita je sociální konstrukcí
- ⊙ Obrat v myšlení o „příčinách“ problémů: problém vytváří (problémový) systém
- ⊙ realita je (jen) argumentem v rozhovoru:
 - všechno je vytvořeno komunikací a pozorovateli, kteří nemohou vystoupit z oblasti toho, co říkají (jazykování) → každé zdůvodňování (dokazování skutečnosti) může vést pouze k souhlasu pozorovatelů, **nikoli k poznání nějakého nezávislého bytí**
- ⊙ Hypotéza je předpojatost, která určuje systém (podobně i diagnóza)
 - Všechno řečené je řečené pozorovatelem; pozorovatel je jazykující živá bytost, vše řečené je tvořené jazykováním; reality jsou argumenty v konverzování; systémy jsou jednotky vytvořené jazykováním

Konstruktivismus – znovu a odjinud:

- ⊙ Kuhn: *Struktura vědeckých revolucí* (60.léta)
 - zpochybnění realismu (70. léta) – historická, kulturní, jazyková, hodnotová **podmíněnost** toho, co považujeme za **reálné a pravdivé**
 - **obrat k jazyku** (= postmodernismus)
- ⊙ Lyotard (1993): *věda musí legitimizovat svoje pravidla hry = musí se stát předmětem legitimačního diskurzu (zařadit se do filosofie), který se vždy uchyluje k nějakému „velkému příběhu“, metanaraci – např. vědění přispívá k míru a pokrok, emancipace rozumného subjektu či pracujícího člověka apod. A postmodernismus je nedůvěra k těmto velkým příběhům jako k dané pravdě a skutečnosti*
- ⊙ Postmodernismus zbavuje legitimacy všechno, co si dělá nárok na všeobecnou platnost buď odkazem na meta příběh, nebo na vědeckou autoritu

Systemické terapie

- ⊙ Konstruktivistické – důraz na jazyk, na význam sdělení
- ⊙ Krátkodobé
- ⊙ Maximálně spolupracující
 - Terapeut je expert na vedení rozhovoru, který vytváří **prostor pro změnu**
 - klient je expert na to ostatní – co je problém, co je řešení, co je cesta k řešení, posouzení pokroku atd.
- ⊙ Zaměření na řešení, ne na problém
- ⊙ Principem je **dekonstrukce**, výsledkem je **rozpuštění** problému (problémového systému)
- ⊙ Důraz na sebeuzdravující potenciál klienta a jeho zdroje
- ⊙ Důraz na **význam**, který se může měnit
- ⊙ Přerámování
- ⊙ Nedeterministické uvažování, neutralita, zpětná vazba

Metodiky systemických terapií

- ⊙ Práce s **rozdílem**
 - výjimky z problému, změny před setkáním, škálování,...
- ⊙ Otázky na zdroje, otázky na „zvládání“
- ⊙ Otázky rozšiřující popis („a co ještě?“)
- ⊙ Zakázka/objednávka
- ⊙ Cirkularita, hypotetizování, domácí úkoly
- ⊙ Systém – pozorovatel – rozšiřuje se popis pro nový/další význam – konstruování nové/další/bezproblémové reality
 - **Reflektující tým**
 - Zpoč. dvě místnosti s jednocestným zrcadlem, potom tým vtažen do systému (oboucestné zrcadlo), potom vtažen přímo „na scénu“

Systemické terapie – v současnosti např.:

- ⊙ **Na řešení orientovaná terapie** (Solution Focused) – S. de Shazer, I. K. Berg, USA
- ⊙ **Zakázkový přístup** – K. Ludewig, Německo
- ⊙ **Narativní terapie** – White, Epston, USA
- ⊙ **Kolaborativní terapie** – H. Anderson, H. Goolishian, USA
- ⊙ **Otevřený dialog** – J. Seikula, Finsko

Na řešení orientovaná terapie

- ⊙ Práce s rozdílem, škály, stanovení užitečně formulovaného cíle, sledování pokroku k cíli, otázka na zázrak, domácí úkoly
- ⊙ Nemluvíme o problémech, mluvíme o řešení, protože problém není řešení, řešení je řešení
- ⊙ Centrum krátké terapie – Steve de Shazer a Insoo Kim Berg
- ⊙ Práce s třídními kolektivy a jinými skupinami
- ⊙ *Ukázka rozhovoru*
- ⊙ Rozlišení návštěvník – stěžovatel – klient
- ⊙ „Zázračná otázka“

Narativní terapie

- ⊙ Terapeutické nástroje: Externalizace, re-autorizace, podpora alternativních vyprávění, která nezahrnují trápení
 - Myšlenka externalizace: Oddělení problému od klienta a přesvědčení klienta o tom, že on sám není problémem, ale problémem je „problém“, který stojí mimo něj. Místo: „Jak dlouho jste stresován?“ je klientovi položena otázka „Jak dlouho vás ten stres ovlivňuje?“, v níž je „stres“ externalizován mimo osobu klienta a je konkrétně pojmenován.
- ⊙ *Ukázka externalizačního rozhovoru*
- ⊙ Představitelé M. White, D. Epston, J. Freedman, G. Combs

Otevřený dialog

- ⊙ Bytí v dialogu = vrozená kvalita živých bytostí
- ⊙ Pečlivé sledování významu v rozhovoru
- ⊙ Péče o psychotické pacienty mimo hospitalizaci
- ⊙ Zapojování celého systému, který definuje problém – např. terapeut, psychiatr, sousedka, učitel, rodiče atd.