

Teorie a metody sociální práce

Sociálně-psychologické a komunikační modely

Základy sociálně-psychologického modelu sociální práce formulovali Breakwell a Rowett (1982). K tomuto pojetí patří teorie rolí (podle Meada a Lintona) a etiketizační teorie (podle Kitsuse a Lemerta). Vzhledem k tomu, že tyto modely nenabízí řešení konkrétního problému, ale pouze ho vysvětlují a pomáhají pochopit, rozhodly jsme se v této práci praktickými ukázkami spíše přiblížit strategickou terapii.

Ke komunikačním modelům patří teorie komunikace v sociální práci (Satirová, Watzlawick) a strategická terapie.

Nejvíce nás zaujal způsob řešení „her bez konce“, tedy bezvýhodné situace pro účastníky „hry“ (jedná se především o členy rodiny). A dále terapeutické dvojné vazby, kdy terapeut dá pacientovi iluzi volby a tím ho „dovede“ k rozhodnutí, které se jeví jako správné. Pro teoretické vysvětlení jsme použily knihu Teorie a metody sociální práce (P.Navrátil) a praktické případy jsme čerpaly z knihy Pragmatika lidské komunikace (P.Watzlawick).

Strategická terapie

K hlavním představitelům strategické koncepce patří Jay Haley a Paul Watzlawick

Ústřední otázka strategické terapie je: Jaká strategie řešení problému otevírá rodině a jejím členům nové možnosti?

Čtyři varianty her bez konce

Řešení jako opak

Snažíme se vyřešit problematické chování tím, že jednáme protikladně. Výsledek je krátkodobý, problém se vrací, často ve zvýšené intenzitě.

- Alkoholik provede jednorázové rozhodnutí, že přestane pít. Pokud svůj slib nedodrží a něco vypije, dostaví se pocit viny, který samozřejmě opět zapije. Cirkulace problému pokračuje.
- Rodiče chtějí, aby jejich dospívající syn chodil včas domů. Přejde pozdě, rodiče mu ve vzrušené hádce uloží domácí vězení. Čím více mu rodiče berou svobodu, narůstá jeho touha po ní.
- Žena, kterou tluče muž, přijde za sociálním pracovníkem. Sama situaci hodnotí dvojznačně. Bytí je sice dost zlé, ale ona ho má ráda. Sociální pracovník jí navrhne, aby ho opustila. Ona ho v tu chvíli začne obhajovat. Čím více sociální pracovník naléhá, tím více je žena rozhodnuta zůstat s mužem.

Popírání

Popírání představuje snahu řešit problém jeho nevnímáním. Obrazným vyjádřením této strategie řešení problému je příslovečný „pštros s hlavou v písku“. Důsledkem této strategie je obvykle narůstání problému a jeho eskalace.

- Alkoholik tvrdí sobě i jiným, že alkoholik není
- Rodiče vědí, že jejich dítě má problémy ve škole, je nesamostatné, ale rodiče to učitelům popírají.

Utopický syndrom

Utopický syndrom se používá jako označení problémové situace, která je obvykle poznamenána fatálním zklamáním člověka, který si vytvořil nedosažitelnou iluzi.

- Perfekcionisté žijící v iluzi, že jsou (někdo jiný je nebo by měl být) bez chyb.
- Po letech manželství z něj vyprchá zamilovanost a žena říká, že si to tak nepředstavovala, tolik problémů, tolik hádek.
- Proč nejsou mé děti tak hodné, jako děti sousedů?
- Přesvědčení ideologů, že určité věci musí být z principu určitým způsobem a ne jinak.

Paradoxní situace

Paradoxní situace jsou například ty, v nichž jeden z partnerů očekává, že druhý je povinován k němu přistupovat se spontánností (různého druhu).

- Muž si stěžuje, že ho žena zanedbává. Žena vyjde manželovi vstříc a začne dělat to, co po ní manžel vyžaduje. Manžel je ovšem opět nespokojen, nyní proto, že to není ze spontánní náklonnosti, ale z donucení.

Watzlawick k tomu uvádí pro porozumění jeden abstraktní příklad, kde popisuje nekonečnou hru mezi dvěma lidmi. Jde o to, že se spolu domluví na pravidlech hry, která spočívá v tom, že ve vzájemné komunikaci zamění souhlas za nesouhlas. Jedná se o jednoduchou dohodu, jakých existuje bezpočet mezi lidmi, kteří mluví stejnou řečí. Tato dohoda má jedinou výjimku – je čistě soukromá. V danou chvíli ovšem není jasné, jak těžké bude pro účastníky vrátit se k původním komunikačním způsobům. Totiž v duchu hry znamená výzva „Přestaňme hrát!“ pravý opak, tedy „Hrajme dál!“ I kdyby jeden z hráčů vyzval „Hrajme dál!“ a druhý to pochopil jako „Přestaňme hrát!“, stál by druhý z hráčů přesto před – alespoň přísně logicky vzato – nerozhodnutelným sdělením. Východiskem z této situace je podle Watzlawicka metakomunikace. Metakomunikace je komunikace o komunikaci. Znamenalo by to, že tito dva lidé vystoupí z pravidel komunikace, která si stanovili a budou hovořit o komunikaci. Je

ovšem problém v tom, jak se dokáže, že už se nejedná o komunikaci v rámci hry, ale o metakomunikaci. Watzlawick nabízí 3 možnosti pro vyhnutí se tomuto dilematu:

- Pokud by hráči předvíдали, že budou muset po zahájení hry hovořit o hře, mohli by se dohodnout, že hru budou hrát česky a metakomunikace bude probíhat v jiném jazyce. Pak je zcela jasné, kdy se jedná o metakomunikaci. Toto pravidlo se dá uplatnit při hře dvou lidí, ale vzhledem k tomu, že neexistuje žádný přirozený metajazyk, bylo by to těžko obecně použitelné.
- Hráči by si mohli před začátkem stanovit metapravidlo a to určitou dobu, po kterou budou hrát. Po uplynutí doby se vrátí k původním způsobům. Ani toto pravidlo není použitelné v reálné lidské komunikaci.
- Třetí možnost lze použít všeobecně a dokonce i po začátku hry. Hráči by do problému mohli zasvětit třetí osobu, s níž by komunikovali normálně, a tato osoba by mohla prohlásit hru za ukončenou.

Tento prostředník má terapeutický význam. Důležitost jeho role nám pomůže pochopit další příklad nekonečné hry.

Tentokrát se jedná o imaginární zemi, v jejíž ústavě je zakotveno právo na neomezenou parlamentní diskusi. Tento zákon je nepraktický, což se ukáže při rozhodování o problémech. Politické strany neustále diskutují a nikdy se na ničem nedomluví. Pomohlo by změnit ústavu, ale změna podléhá stejnému právu na nekonečnou debatu, právu, které chce změna omezit. Přijetí lze tedy neomezeně protahovat. Vládnutí je v zemi ochromeno a vláda není schopna pozměnit svoje vlastní pravidla, je chycena do hry bez konce. V tomto případě neexistuje prostředník, který by stál mimo rámec pořádku, stanoveného ústavou. Jedinou možností je tedy násilná změna – revoluce.

Podle Watzlawicka představuje tato varianta zapůsobení zvenčí, model psychoterapeutické intervence, vhodný k řešení nekonečných her. Prostředník je důležitý v tom, že může změnit pravidla.

Strategická terapie a paradox

Při strategické terapii se hojně využívá techniky paradoxu. Například určité problémové chování může být snahou o získání silové převahy ve vztahu. Jestliže je danému člověku síla předána neproblémově, člověk, který sílu předal, získává převahu.

V souvislosti s paradoxy psychoterapie popisuje Watzlawick „iluze alternativ“ (termín poprvé použili Weakland a Jackson). Schizofrenní pacienti ve snaze správně se rozhodnout ze dvou možností upadají do typického dilematu: z povahy mezilidské situace plyne, že je pacientovi znemožněno rozhodnout se „správně“, protože obě alternativy jsou částmi dvojné vazby, a pacient proto „nemá pravdu“ ani v jednom případě. Žádné alternativy tedy vlastně neexistují, pacient nemá z čeho vybírat tu „správnou“ – již sám předpoklad, že volba je možná, a tudíž se má volit, je iluzí. Rozpoznat, že možnost volby vůbec neexistuje, se v podstatě rovná rozpoznání iluzorní povahy nabízených

„alternativ“, a tudíž nakonec samotné podstaty dvojné vazby. Všechny vztahové vzorce mají jedno společné – že v rámci nich samotných nelze docílit žádné změny, nýbrž že změna je možná jen zvenčí, vystoupením z tohoto vzorce.

Terapeutické dvojné vazby

Předepisování symptomu je jedna z paradoxních intervencí, která patří do kategorie terapeutických dvojných vazeb. Vychází se z předpokladu, že síly, které způsobily problém, mohou být s úspěchem použity také při jeho řešení. To se týká nekonečných her, symptomatických dvojných vazeb aj.

Předpoklady uskutečnění terapeutické dvojné vazby jsou následující: 1) těsný vztah klienta a sociálního pracovníka a 2) vyslovení vlastní paradoxní instrukce a 3) psychotherapeutická situace neumožní, aby se klient navozenému paradoxu vyhnul.

Instrukce dále musí splňovat následující kritéria:

- Instrukce posiluje chování, které chce klient měnit
- Součástí instrukce je vysvětlení, že posílení povede k žádoucí změně
- Instrukce vyvolává paradoxní situaci tím, že klienta pobízí, aby se změnil tím, že nebude měnit nic

Strategická terapie je zaměřena na rozpoznání hry bez konce, nalezení nové strategie chování.

Nezajímá se o celý kontext, nesnaží se pochopit celý problém. Předpokládá, že se systém samovolně organizuje a vyvíjí (pokud ne, je zde bariéra, kterou je potřeba odstranit). Ptá se, co se děje za jakých okolností. Ne proč se co děje. Strategická terapie se soustřeďuje na systém (rodinu). Rodinné intervence se vedou s celými rodinami. Slovo pacient (psychoanalýza) je nahrazen termínem klient. Předpokládá se partnerská vztah a spoluzodpovědnost rodiny za řešení problému.

Opět uvádíme příklady podle Watzlawicka:

Terapeutická dvojná vazba pomáhá paranoidním lidem, kteří často hledají význam a smysl často v naprosto vedlejších a nerelevantních věcech a situacích, protože takto nevnímá skutečný problém a nemůže se s ním konfrontovat. To, co je tolik nápadné na paranoidním chování, je právě pacientova bezmezná nedůvěra a zároveň totální neschopnost podrobit svá podezření zkoušce a porovnat je s realitou a tak či onak je zprovdit ze světa.

Jackson popsal speciální techniku, jak zacházet s paranoiky, založenou na paradoxních komunikacích:

- Pacient v ambulantní péči vysloví podezření, že někdo instaloval v terapeutově pokoji skrytý mikrofon. Psychiatr se nepokusí podezření interpretovat, ale je z toho velice „zneklidněn“ a vtáhne pacienta do dvojné vazby tím, že mu navrhne, že nebudou v sezení pokračovat, dokud celou místnost důkladně neprohledají. Tak má pacient iluzi alternativ: může s prohledáváním souhlasit, nebo se vzdát svého podezření. Pacient si vybral první možnost, a přitom, co oba společně s až trapnou pečlivostí prohledávali pokoj, začínalo to být pacientovi celé čím dál trapnější, a současně byl čím dál víc zvikláván ve svém podezření. Psychiatr však nepřestal, dokud neprohledali i ten nejposlednější kout a tu nejmenší skulinku. Poté začal pacient mluvit

náhle o svém manželství, přičemž vyšlo najevo, že v něm měl dobré důvody nedůvěřovat. Tím, že však své podezření zaměřil na něco, co nesouviselo s jeho manželstvím, sám sobě znemožnil podniknout cokoli proti svým skutečným starostem a pochybnostem. Kdyby pacient naopak odmítl výzvu prohledat terapeutovu místnost, pak by tím sám diskvalifikoval své vlastní podezření, event. By ho musel označit za nápad, který přece není možné brát vážně. Jak v prvním tak ve druhém případě mohl v důsledku této dvojné vazby zaměřit své podezření na skutečně podezřelou situaci.

- Další příklad se odehrál v rámci klinické demonstrace, která měla předvést možnosti vytvoření rapportu s autistickými schizofreniky. Jeden z pacientů, mohutný vousatý mladý muž, se v přesvědčení, že je Bůh, držel zcela v ústraní jak od ostatních pacientů, tak i od personálu. Ihned poté, co vstoupil do přednáškového sálu, si demonstrativně odsunul od přednášejícího o pět metrů židli a zpočátku ignoroval jakýkoliv dotaz či výzvu. Psychiatr poté změnil taktiku a začal pacienta varovat, že jeho idea, že je Bohem, je nebezpečná, protože takto může být velice snadno ukolébán falešným pocitem, že je vševědoucí a všemocný, a mohl by přestat dávat pozor a nevidět, co se kolem něho děje. Nechal na pacientovi, ať se chová dál s tímto rizikem, protože o tom si koneckonců rozhoduje výlučně on sám; pokud si bude přát být léčen jako Bůh, pak je lékař připraven chovat se k němu adekvátním způsobem. Už při přípravě této dvojné vazby byl pacient stále nervóznější a zároveň se zdál víc a víc zvědavý. Psychiatr poté vylovil z tašky klíč od oddělení, poklekl před pacientem a nabídl mu klíč s tím, že pacient ho zřejmě nepotřebuje, protože je přece Bůh, ale že by si ho zasloužil spíš než doktor, když je Bohem. Sotva se psychiatr stačil vrátit ke svému stolu, pacient vyskočil ze židle a přisedl si k lékaři. Naklonil se a vážně, opravdu starostlivě pronesl: „Člověče, jeden z nás dvou je blázen.“

V dalším případě se jedná o terapii jedné rodiny (rodiče, 2 dcery – 17 a 15 let). Během terapie se začal odhalovat dlouholetý vztahový konflikt rodičů. Zároveň se velmi nápadně změnilo chování starší dcery. Při terapii se pokoušela upoutat veškerou pozornost na sebe a přeskakovala z jednoho tématu na druhé. Otec ji vyzýval k poslušnosti, ale neúspěšně. Dívka sdělila terapeutovi, že nebude na sezeních dále spolupracovat. Terapeut jí vysvětlil, že její nervozita je pochopitelná a že je to přesně to, co měří úspěšný průběh léčby. Proto ji požádal, aby rušila sezení tak často, jak jen to bude považovat za nutné. Tato výzva ji dostala do neudržitelné situace. Když bude dál rušit průběh terapie, přispěje tím k úspěšnosti léčby, což je to, k čemu se pevně odhodlala, že dělat nebude. To ale znamenalo, že je potřeba především neposlouchat to, k čemu ji terapeut vyzývá. Jediná možnost, jak neuposlechnout jeho výzvu bylo to, že přestane rušit a umožní tak nerušený průběh sezení. Další variantou by bylo, že se vzbouří a přestane na sezení docházet, ovšem terapeut jí to překazil svojí poznámkou, že chybějící rodinný člen se vždycky stává výhradním tématem rozhovoru s rodinou – což pro ni byla nesnesitelná vyhlídka a terapeut to věděl.

Cílem této práce nebylo popsat teoretické přístupy, ale na praktických ukázkách umožnit snadnější pochopení teorií. A vzhledem k širokému záběru, který sociálně-psychologické a komunikační modely nabízejí, by nebylo možné popsat případy u každé jednotlivé teorie. Proto jsme se zaměřily jen na malou část spadající pod strategickou terapii.

Bibliografie:

Watzlawick, P., Bavelasová, J.B., Jackson, D.D., Pragmatika Lidské komunikace

Navrátil, P., Teorie a metody sociální práce