

Typ problémov v terapeutickom vzťahu a ich vyriešenie (Timul'ák (2005) podľa Safran a Muran (2000))

Klientovo stiahnutie sa – príklady: *popretie evidentne prítomného pocitu pacientom, minimálna komunikácia, zmena témy, intelektualizácia, hovorenie príbehov, hovorenie o druhých*

- 1. Identifikovanie prejavu (marker) stiahnutia sa** (stiahnutie sa prejavuje ako popretie evidentne prítomného pocitu pacientom, prípadne minimálnou komunikáciou, zmenou témy, intelektualizáciou, hovorením príbehov, hovorením o druhých).
- 2. Prerušenie** markeru a venovanie pozornosti markeru (ide vlastne o terapeutovo zaujímanie sa o pacientovo prežívanie interakcie).
- 3. Miernená asertivita pacienta** (terapeut sa tu zameriava na facilitovanie vyjadrenia potrieb a pocitov pacienta, ktoré viedli k stiahnutiu sa).
- 4. Vyhýbanie sa** (vyjadrovanie potrieb a pocitov pacienta je blokované pacientovými presvedčeniami o reakcií terapeuta alebo pacientovým vlastným sebakriticizmom, terapeut facilituje prekonanie vyhýbania sa exploratívnymi a empatickými intervenciami)
- 5. Sebaasercia** (pacient si uvedomuje a vyjadruje potreby, akceptuje za nich zodpovednosť a priamo ich vyjadruje, nepredpokladá, že terapeut ich automaticky pozná a plní)

Štádia 3 a 5 prebiehajú paralelne so štádiom 4 (predstavujú proces prežívania, resp. proces vyhýbania sa prežívaniu, ktorý beží súčasne)

Klientova konfrontácia – príklady: *sťažnosti ohľadom terapeuta ako človeka, ako profesionála, sťažnosti ohľadom spôsobu terapie, odchodu z terapie, sťažovanie ohľadom parametrov terapie – t.j. časového plánu, sťažovanie ohľadom pokroku v terapii*

- 1. Identifikovanie prejavu (marker) konfrontácie** (ide o pacientove sťažnosti na terapeuta ako človeka, prípadne ako profesionála, sťažnosti na spôsob priebehu terapie, hrozenie odchodom z terapie, sťažovanie sa na parametre terapie - t.j. časový rozvrh, sťažovanie sa na neprítomnosť pokroku v terapii).
- 2. Prerušenie** (terapeut v tomto štádiu preruší akt konfrontácie - rozhodujúce preto je terapeutovo pripustenie zodpovednosti za vlastné prispenie k problematickej interakcii, terapeut znovunastolí analytický priestor, poskytne spätnú väzbu, facilituje väčšiu explicitnosť v požiadavkách pacienta, metakomunikuje o interakcii, vyjadří sa k dopadu pacientovej konfrontácie na to, ako klienta prežíva; podporuje priame pacientovo vyjadrovanie konfrontácie a kritiky a pod.).
- 3. Explorácia konštruovania problematickej situácie** (terapeut sa v tomto štádiu zameriava na facilitovanie vyjadrenia pacientových potrieb, očakávaní, želaní, percepíí prítomných v probléme a pod.).
- 4. Vyhybanie sa agresii** (pacientov proces vyhybania sa priamemu vyjadrovaniu agresie kvôli pocitom viny a úzkosti sprevádza vyjadrovanie konfrontácie a brzdí ju, prípadne ju robí nepriamou, terapeut by preto mal facilitovať uvedomovanie si tohto javu pacientom).
- 5. Vyhybanie sa zraniteľnosti (vulnerabilite)** (v tomto štádiu riešenia problému v terapeutickom vzťahu terapeut facilituje pacientovo uvedomovanie si faktu, že uniká do agresie, aby sa vyhol uvedomovaniu si vulnerabilných zážitkov spustených terapeutickou interakciou; terapeut by mal facilitovať pacientovo uvedomovanie si toho).
- 6. Zraniteľnosť (vulnerabilita)** (ak terapeut ukázal ochotu brať dôvody pacientovej agresivity vážne, ak dokázal pripustiť vlastný podiel na nej, tiež schopnosť vydržať pacientovu agresiu, vedie to k pacientovmu vyjadreniu vulnerabilných pocitov a želaní často spojených s beznádejou; nie je to už ale beznádej komunikovaná cynicky a hnevivo, ale opravdivo).

Štádia 3 a 4 a 3 a 5 prebiehajú paralelne (predstavujú proces prežívania resp. proces vyhybania sa prežívaniu, ktorý beží súčasne). Štádium 6 bezprostredne nasleduje buď po štádiu 3 alebo 5.