



Rodinná terapie

PhDr. Denisa Denglerová, Ph.D.

30. 9. 2009

Rodinná terapie – základní principy

- ve středu pozornosti nestojí jedinec, ale vždy celá rodina
- rozvíjí se teprve od počátku 60. let 20. století
- individuální poruchy dítěte či jiného člena rodiny souvisejí se skupinovou dynamikou celé rodiny
- individuální symptomatika je výrazem narušených interpersonálních vztahů v rodině
- terapeut usiluje o změnu těchto vztahů aniž by se soustředil výlučně na problémy označeného klienta
- rodinná terapie – snaha navodit psychologickými metodami prospěšné změny v narušené rodinné soustavě

60. léta – otcové zakladatelé

- změna pohledu (odpoutání se od vnitřního prožívání v nitru, zabývání se vztahy) vyžaduje nový pojmový rámec
- základním termín **system** pochází z Bertalanffyho díla Obecná teorie systémů
- systém = množina vzájemně vztažených částí
- Gregory Bateson – inspiroval školu v Palo Alto

Skupina z Palo Alto – krátká terapie

- Mental Research Institute v Palo Alto
 - Gregory Bateson, Paul Watzlawick, Jay Haley, Weakland
- Krátká na problém zaměřená terapie – vytváření problémů a jejich udržování jsou části procesů v začarovaném kruhu, změna tohoto chování by měla přerušit začarovaný kruh a podnítit řešení problému
- Samo očekávání krátkého trvání terapie vytváří tlak na změnu, zatímco dlouhé trvání by mohlo vést k tomu, že se rodina „sžije“ s terapeutem i problémem
- Minimální změna, která může vyřešit daný problém, má dominový efekt i na jiné oblasti života klientů
- Otázka po zázraku – Co by se stalo, kdyby problém zítra zázrakem zmizel?

Strategická terapie – Jay Haley

- vychází ze školy v Palo Alto, přímá inspirace Miltonem H. Ericksonem
- „...Strategická terapie je jméno pro ty typy terapie, ve kterých terapeut na sebe bere přímou zodpovědnost za ovlivňování lidí...“
- Jak symptom pomáhá rodině udržovat homeostázu nebo překonat krizi?
- Jak může být symptom nahrazen efektivnějším řešením problému?
- Přerámování (reframing) – strategie, při které se vnitřní model světa v rodině změní tak, že problematické chování se octne v jiném rámci (v jiné sestavě pravidel a hodnotících kritérií)
- Paradoxní intervence – jasně definovaný problém, změna musí být cílem terapeutického vztahu (např. pokyn rodině, aby v symptomatickém chování pokračovala, nebo se terapeut přidá „klientovu šílenství čelí terapeut šílenstvím vlastním“)

Strukturní (strukturální) terapie

- Salvador Minuchin
- historický význam – první ucelený model (70. a 80. léta)
- model využívá prostorových metafor, je srozumitelný
- metafora kaleidoskopu – ve strukturní terapii je ohnisko na struktuře rodiny a rodiny s terapeutem, je však pozorovatelné jako struktura v neustálém utváření a přetváření
- **Struktura** je vymezena **hranicemi** do komponent zvaných **subsystémy**.
- Základní subsystémy:
 - subsystém partnerský
 - subsystém rodičovský
 - subsystém sourozenecký

Strukturní terapie - hranice

- Hranice jsou pravidla, která určují, kdo patří do kterého subsystému, a určují tím charakteristiky rodiny.
- Hranice:
 - difúzní
 - jasné a zároveň komunikačně propustné
 - rigidní
- Hranice jsou určovány dvěma procesy:
 - Jak je v rodině prováděno rozhodování
 - Úroveň důvěrnosti mezi členy

Kvalita hranic

- Propletenost (enmeshment) hranic
 - Nejasný prováděcí subsytém
 - Nejasnost v tom kdo rozhoduje – rozhodnutí nejsou vykonána nebo jsou následně zpochybněna či vetována dalšími členy rodiny
 - Jednotlivci nemají možnost samotného rozhodování
 - Děti neustále usilují o pozornost, ale již nevěří, že by ji získaly
 - Členové vězí v nekonečných argumentech, které nevedou k žádnému řešení
 - Emoce jsou vyjadřovány, členové rodiny ale nemají žádné soukromí (prostor, čas)
 - Nejasné hranice mezi dětmi a dospělými
 - Děti ani dospělí nemají možnost kamarádit s vrstevníky, aniž by jim do toho rodina zasahovala
 - Děti vyžadují aby rodiče řešili jejich soupeření
 - Dospělí velmi obtížně mohou rozvíjet úspěšné partnerství

Kvalita hranic

- Odpojenost (disengagement):
 - Příliš volné propojení mezi členy
 - Hranice často rigidní
 - Odpovědi a rozhodnutí je nesnadné získat vzhledem ke vzdálenosti členů rodiny
 - I extrémní tíseň bývá přehlédnuta
 - Členové se nemohou navzájem propojit ve smysluplných interakcích

Vazby

- Vazba ve strukturní rodinné terapii = spojení či opozice jednoho člena systému vůči druhému při výkonu nějaké činnosti
- Zahrnuje též sepětí členů určitou činností, ať jsou členové ve shodě nebo jsou jejich motivy odlišné či dokonce protichůdné – může jít o spolupráci nebo soupeření v dané věci
- **Aliance** – označuje vztah spojenectví, v němž dvě osoby svou činností sledují spolu sdílený zájem
- **Koalice** – označuje vztah spojenectví dvou osob, který je zároveň namířen proti zájmu jiného člena rodiny

Patologické rodinné vazby

- **Stálá koalice** – koaliční spojenectví určitých členů rodiny v takovém stupni, že se tento vzorec stává převládající a neměnnou vlastností jejich vzájemných trvalých vztahů.
- **Koalice oklikou** – takový druh stálé koalice, která slouží rozptýlení napětí mezi členy koalice tím, že označí jinou stranu za původce jejich problému a zaujmou vůči ní útočný nebo pečující postoj.
- **Triangulace** – proti sobě vystupují dva protivníci a každý z nich usiluje o získání téže třetí osoby do koalice proti druhému. Třetí člen pak nachází různé důvody, aby se někdy spojil s tím, jindy s oním. Je sice do této pozice manévrován původními dvěma protivníky, zároveň však získává v pozici „na vrcholu“ vysokou míru moci, leckdy jinak nedosažitelnou.

Moc

- Moc v rodině = míra vlivu každého člena na výsledek nějaké činnosti
- Moc zjevná x skrytá
- Mocenská stránka rodinné struktury – kdo má moc vůči komu v jaké záležitosti
- Porucha v mocenské struktuře rodiny = **nedostatek funkční moci v rodině**
 - **Slabé výkonové fungování** – rodiče, kteří nemají tolik moci, kolik jí vyžaduje ovládání dětí
 - **Utlumení vývojového potenciálu** – děti, které nemohou prosazovat takovou míru svého vlivu, která je jejich věku a schopnostem přiměřená

Minuchinův model psychosomatických rodin

- vysoká míra propletenosti – nedostatek hranic a velká síla vazeb v rámci rodiny
- vysoká míra rigidity – tzn. nízká adaptabilita, udržování statu quo v podmínkách vnějšího tlaku na změnu
- nadměrná ochrana – velká starostlivost o druhé členy rodiny, zejména o jejich zdraví
- nedostatečné řešení problému – rodinná svornost, jednotnost za každou cenu, popření možné odlišnosti názorů

Charakteristiky dysfunkčních rodin

Jay Haley – 4 charakteristiky dysfunkčních rodin:

1. Hranice jsou rigidní a nepropustné, nebo difúzní a nejasné.
2. Jsou tvořeny koalice proti třetí straně.
3. Koalice překračují generační hranice.
4. Koalice jsou popírány nebo zakrývány.

Cíl terapie

- Interakce rodin jsou obvykle určovány pravidly, která vytvářejí špatně definovanou a chaotickou strukturu anebo naopak strukturu rigidní a nereagující.
- Cílem terapie je znovu definovat pravidla tak, aby mohlo dojít ke změně struktury.
- Vytvořit novou jasnou strukturu přiměřenou věku a kultuře členů rodiny pomocí nastavení hranic.

Možnosti terapeuta

- přivést rodinné interakce do terapeutické pracovny – učinit interakce viditelné, tvořit hranice tam, kde jsou členové příliš blízko (polohováním židlí, sezení, využitím prostoru)
- oživení, zážitkové prvky hlavně neverbální – sousoší, živý obraz vztahů, porovnávání členů z hlediska míry nějaké vlastnosti (šetrnost, tvrdohlavost)
- zapojení hmatu – kamínkování, mušle, kostky...
- důraz na teritorialitu – tvorba map, reálných i imaginárních, mapy bytu, rodiny, jak to je, jak by mi to více vyhovovalo...

Role terapeuta v strukturní terapii

- začátek – připojení se = přizpůsobování se rodinné kultuře, pochopení a akceptace rodinného jazyka, podporování, následování
- terapeut je aktivní, má roli režiséra sezení
- terapeut mění styl, snaha učinit terapii účinnější
- pokud je přítomen reflexní tým, tak rodina s ním nepřijde do kontaktu

Kritika Minuchinova pojetí

- Normativní model rodiny s tradičním dělením rolí a otcem (implicitně) na vrcholu hierarchie
- Expertní role terapeuta



Technika Ostrov rodiny

Přečtěte si

- Šárka Gjuričová, Jiří Kubička (2003). Rodinná terapie. Systemické a narativní přístupy. Praha: Grada Publishing.
- Josef Langmeier, Karel Balcar, Jan Špitz (2000). Dětská psychoterapie. Praha: Portál. Část III – Rodinná psychoterapie.
- Zdeněk Rieger, Hana Vyhnálková (2001). Ostrov rodiny. Hradec Králové: Konfrontace.