

Procesorientovaný prístup a aktívne počúvanie

Brigita Trimajová

Procesorientovaný prístup a aktívne počúvanie

Osnova

- Čo znamená „aktívne počúvanie“ v POP
- Východiská POP
- Práca so spätnou väzbou
- Práca v auditívnom kanáli
- Intervencie, prístup a príklady

- www.processwork.sk

Čo znamená „aktívne počúvanie“ v POP

veľmi komplexnú prácu so spätnou väzbou a
to cez:

- Kanály – modality vnímania
- Percepčné pole
- Zahŕňa terapeuta/tku a jeho/jej prežívanie
- Zahŕňa kontext situačný, sociálny a rank
- Primárny a sekundárny proces klienta

Čo znamená „aktívne počúvanie“ v POP

- Prístup k počúvaniu by som pomenovala ako tzv multi kanálový, sledovanie klienta v modalitách vnímania
- Terapeut/ facilitátorka ide cez signály, ktoré oslovuje, rozvíja a vnáša ich do procesu
- Cez signály sleduje ako je štrukturovaný primárny a sekundárny proces
- Pomocou nich vstupuje do snového procesu klienta

Východiská POP prístupu

- Celostný prístup
- Procesový pohľad
- Hlboká demokracia
- To čo klient potenciálne potrebuje, je už prítomné v jeho procese, obyčajne v sekundárnom procese
- Terapeut facilituje prístup k týmto menej prístupným častiam

Východiská POP prístupu

- Snaží sa počut' nie len primárny process človeka ale počut' ho celého
- Čo znamená aj jeho sekundárny process
- Vychádza to z konceptu hlbokkej demokracie, kedy všetky naše časti a ich vyjadrenie sú dôležité a zmysluplné a sú právoplatnou súčasťou nás ako celku
- Celistovosť je dôležitý koncept

Východiská POP prístupu

- Sekundárny proces býva reprezentovaný rôznymi rušivými symptómami, príhodami, snami, incidentmi, náladami...
- Niekedy sa môže stať, že mu venujem viac pozornosti v terapeutickom rozhovore...pretože inak sa mu v živote nedostáva toľko pozornosti koľko 1P

Práca so spätnou väzbou

- Čo je počúvanie?
- Prítomnosť
- Podpora
- Rozvíjanie
- Budovanie vzťahu

Práca so spätnou väzbou

- Toto sa cez POP buduje
- intervencie
- V tom kanály v ktorom je klient
- Prístup naslepo: áno, vnímaj čo sa deje
- Zostaň pri tom čo sa deje
- Povedz viac
- Vnímam ťa, počujem ťa...

Práce so spätnou väzbou

- Vizualny
- Audi
- Kine
- Proprio
- Zložené vzťahový a svetový

Práca v auditívnom kanáli

- Následne počúvanie samotné je to čo nazývame auditívny kanál
- Zážitky v auditívnom kanáli sú napr hlas vnútorného kritika, zvnútornené postavy, vnútorný monológ...
- To, že človek sa nerád počuje zo záznamu,
- Aj napriek tomu, že je to kanál dosť dominantný, väčšinou je dominantný obsah, nie jazykové para fenomény...
- POP práca využíva na intervencie aprácu s klientom ja telefon a skype.

Práca v auditívnom kanáli

- A v tom prípade počúvať znamená vnímať celok
- Obsah je len časť informácie, focus na obsah je len časť celku
- Počúvanie klienta sa v POP rovná vnímaniu jeho procesu

- Amplifikácia prebieha na úrovni zvukových fenoménov
- Linguistické informácie
- Pracovať s hudbou a zvukmi
- Vedieť niečo o muzikoterapii
- V sluchovom kanály sme aj vtedy keď má klient obsedantné myšlienky, vnútorné dialógy
- Keď prežíva kriticizmus

Práca v auditívnom kanáli

- Amplifikácia prebieha na úrovni zvukových fenoménov
- Verbálne intervencie
- Vzťahovať sa ku klientovi?
- Ku klientovmu procesu?
- Prijímať od klienta?

Príklady a intervencie

- Klientka riešila dilemu, ocitla sa v dvoch vzťahoch a nevedela sa rozhodnúť...kazuistika
- Kritik ako vnútorný poradca – jeho transformácia – kritik často prichádza cez audi kanál
- Obsahovo nezaťažené intervencie – nasleduj to čo sa deje, povedz viac, citoslovcia,...