

„Naše presvedčenia určujú to, ako vidíme svet a čomu v ňom prikladáme význam. Súčasne však to, ako chápeme svet a na čo v ňom kladieme dôraz, čomu v ňom prikladáme význam, formuje alebo spoluvytvára (v interakciách spolu s druhými ľuďmi) sústavy našich presvedčení.“
(Alan Perry)

Výrok Alana Perryho sme vybrali na úvod textu, ktorý si za cieľ kladie zoznámiť čitateľa s teoretickými zdrojmi a istými východiskami v zmysle myšlienkových konceptov, ktoré využíva systemický prístup v psychoterapii. Tento výrok zároveň, v zhustenej podobe charakterizuje spôsob chápania životnej situácie človeka, ktorý systemické terapie využívajú. Zámerne používame pojmy „myšlienkové koncepty“ a „teoretické východiská“, pretože autori týchto teórií pochádzajú z rôznych oblastí – biológia, psychológia, psychoterapia, sociológia, filozofia etc. Popis (často krát) nových pojmov zahrnutý v stručnej charakteristike myšlienkového prúdu si nenárokujú na úplnosť a je iba jednou z možných interpretácií už dostupných textov. K prípadnému štúdiu doporučujeme publikácie Arista von Schlippeho a Jochena Schweitzera Systemická terapie a poradenství, Kurta Ludewiga Systemická terapie v českom jazyku, prípadne pôvodné texty Niklasa Luhmana, Heinza von Foerster, Ernsta von Glaserfeld, F J Varely, Humberta Maturany, Jacquesa Derridy, Kena Gergena, ale aj de Shazera, Whitea a Epstona, Foucaulta, Bergera, Luckmanna a iných autorov, ktorí reprezentujú tieto myšlienkové prúdy v sociálnych vedách a psychoterapii.

Psychoterapia ako forma praktickej činnosti doteraz nemá jednotný teoretický rámec, jednotnú teóriu osobnosti a klinický koncept zdravia/choroby. Rozličné psychoterapeutické systémy sa však opierajú o rôzne epistemologické aj ontologické východiská a „filozofické“ pozadie vo svojich teóriách explicitne reflektujú, alebo implicitne zahŕňajú. (bližšie: pozri Šulavík /2002/ Metafilozofické implikácie psychoterapie) Pokiaľ hovoríme o systemických terapiách, popisujeme niekoľko modelov, ktoré sú vnútorne heterogénne v spôsobe práce s klientom, ako aj vo využití teoretických zdrojov. Pri širšom zovšeobecnení môžeme hovoriť o systemickom prístupe k terapii, ktorý sa koncom sedemdesiatich a v osemdesiatich rokoch dvadsiateho storočia vyvíjal zo systémových rodinných terapií. V súčasnosti vedľa nachádzame:

1. Systemické terapie vychádzajúce z kybernetiky druhého radu, t j. Systemicko-konstruktivistické terapie Boscola, Strierlina, Reflektujúci tím Andersena, a
2. Naratívne prístupy, t j. Krátka, na riešenie orientovaná terapia Shazera, Naratívny prístup Epstona a Whitea využívajúci dekonštrukciu, a prístup Goolishiana a Andersonovej vychádzajúci zo sociálneho konštrukcionizmu. ¹⁾

V nasledujúcom texte sa pokúsime bližšie charakterizovať teoretické pozadie spomenutých modelov, ktoré im ponúka východiská pre klinickú prax. Prípadnú komparáciu týchto teórií, ich kritickú reflexiu, ako aj spôsob využitia v terapeutickom procese odporúčame čitateľovi hľadať v iných dostupných zdrojoch.

Rodinnú terapiu vytváralo v priebehu druhej polovice dvadsiateho storočia niekoľko významných škôl, za všetky môžeme spomenúť Štruktúrálny model Minuchina, alebo Strategickú terapiu Haleyho. Základným teoretickým východiskom pre prácu bol v týchto školách pohľad na rodinu ako na zložitý systém, kde medzi členmi prebiehajú interakcie, ktoré členov systému vzájomne ovplyvňujú a menia. Terapeut systém pozoruje a skúma v ňom jeho štruktúru, hierarchiu, prípadne viditeľné, alebo skryté väzby, pravidlá, jazykové, alebo mocenské hry medzi rodinnými príslušníkmi apod. Cieľom je podnietiť proces zmeny, ktorý by priblížil dysfunkčný rodinný systém k funkčnému, vyváženému stavu zmenou správania členov, zmenou komunikačnej, alebo mocenskej hry, zmenou pravidiel... Terapeut do štruktúry zasahuje, je inštruujúci, uzatvára „koalície“, prípadne hrá „strategickú hru“. Historici teórie systémov niekedy označujú obdobie zhruba od roku 1950 do roku 1980 ako fázu „kyberneticky 1. radu“, ako fázu vývoja teórií o pozorovaných systémoch. „Kybernetika je označenie pre vedecký program k popisu regulácie a riadenia komplexných systémov. V rodinnej terapii boli kybernetické koncepty veľmi skoro prijaté. Až pri spätnom pohľade sa ukazuje, že podkladom viacerých kybernetických konceptov je predstava, že tak získame výpovede o tom aký systém „naozaj“ „je“: má hranice, pravidlá, subsystémy, koalície atď.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 39) Kritika týchto konceptov sa v osemdesiatich rokoch zamerala aj na pojem systému a položila otázku čo je to, čo považujeme za (rodinný) systém, zároveň reflektovala epistemologické problémy – či môžeme objektívne spoznať

a popísať to, čo za systém považujeme a napokon, či môžeme to, čo nazývame rodinný systém cielene a plánovito riadiť a ovplyvňovať. Vývoj teórie ďalej smeroval od teórií o pozorovaných systémoch k vývoju teórií o pozorovateľoch pozorujúcich systém. Dôvod k takémuto posunu dali poznatky Maturanu a Varely o vnútornej autonómii a sebaorganizácii živých organizmov – koncept autopoiezy a Radikálny konštruktivismus.

Podľa Maturanu a Varely je ľudské poznanie biologický fenomén a nie je determinované objektmi vonkajšieho sveta, ale štruktúrou organizmu. „Ľudia majú operacionálne a funkcionálne uzavretý nervový systém, ktorý nerozlišuje medzi vonkajšími a vnútornými podnetmi, preto sú vnímanie a ilúzie, vnútorný a vonkajší podnet v zásade nerozlišiteľné. Ľudské poznanie je výsledkom „privátnych“ skúseností, ako výkon organizmu je viazané na subjekt a preto je neprenosné. Obsah komunikovaných poznatkov sa riadi biologickou štruktúrou adresáta.“ (in: Ludewig 1994, str. 46) Maturanov pojem autopoiezy sa dá voľne sprostredkovať ako seba-vytváranie a znamená uzavretie v štruktúre, ktorá určuje medze v ktorých sa bytosť mení. Operacionálna uzavretosť určuje autonómiu živých systémov, na rôznom stupni organizácie, ktoré tvoria, regulujú a udržiavajú sami seba. Autopoietické systémy nie sú inštruktívne determinovateľné zvonka. „A“ nemôže jednoznačne určovať čo má „B“ chcieť robiť, prežívať, alebo myslieť. Takáto uzavretosť však neznamená informačnú uzavretosť – živé systémy môžu prijímať a spracovávať informácie z prostredia. Avšak vonkajší svet sa stáva relevantným prostredím (a z neho prichádzajúce informácie sa stávajú relevantnými informáciami) iba do tej miery, nakoľko je schopný podnietiť stavy systému a rozrušiť ich. (podľa Schlippe, Schweitzer 2001) Výmena informácií znamená spoločné združovanie a zladžovanie sa na základe toho, že ľudia pre seba predstavujú významné prostredie. Rozpoznávané informácie rozrušujú systém, ktorý sa vyladuje a reaguje na dôležité podnety. Tieto sú v ľudských systémoch sprostredkované a spracované štruktúrne rovnakým spôsobom. Vnímanie a spracovanie podnetov permanentne aktivizuje poznávaciu a sebaorganizačnú logiku živých systémov. „Život sám je považovaný za formu poznania, systémy nikdy neexistujú skutočne, ale svet je „utváraný“ prostredníctvom nášho vnímania (to je veta, ktorá by mohla byť zle pochopená, lepšie: svet taký aký je, je bez nášho vnímania nemysliteľný).“ (tamtiež str. 39) Pre vnímanie systému to z tejto teoretickej pozície znamená, že systém je ako taký rozpoznateľný, až keď si ho vytvárame a odlišujeme od prostredia, čo robíme z pozície autopoietického, autonómneho pozorovateľa. Potom my ako pozorovatelia rozhodujeme o tom, čo je v našom rozlíšení systém, čím ho subjektívne konštituueme. Slovom Maturanu: „systém nie je niečo, čo sa prezentuje pozorovateľovi, ale niečo čo pozorovateľ rozpoznáva.“ Myšlienka seba-organizujúcich sa, seba-vytvárajúcich sa organizmov prináša do terapeutického priestoru nemožnosť objektívneho popisu klientských systémov a nemožnosť ich inštruktívneho riadenia. To so sebou nesie zmenu v sebachápaní terapeuta z experta „na problém“, na niekoho, kto podnecuje procesy v ktorých sa môžu popisovať rôzne konštrukty skutočnosti a v ktorých sa môžu vytvárať ich alternatívy.

Radikálny konštruktivismus, spájaný s menami Ernsta von Glasersfelda a Heinza von Foerstera, je ďalším teoretickým konceptom spochybňujúcim poznanie objektívnej skutočnosti. Konštruktivismus skúma akým spôsobom sa svojou aktivitou podieľame na vytváraní/konštruovaní vlastného sveta skúseností. Podľa konštruktivistov sme odkázaní na vytváranie konceptov, „máp“ sveta, ktoré nám umožňujú vyznať sa vo svete. Takýmito konceptmi sú aj zdanlivo samozrejme pojmy, ako napríklad „duša“, „telo“, „choroba“, „rodina“.“ (podľa Schlippe, Schweitzer 2001) Procesy poznávania sa dejú v jazyku. Konštruktivistické východisko stojí na premise, že vnímanie/tvorenie reality sa deje jazykovaním. „Tento fenomén nastáva, ak v konsenzuálnej vzájomnosti vzniká pomocou hlások, gest atď. taká forma koordinácie správania (jazykového správania), ktorá sa vzťahuje k inej koordinácii správania a túto riadi, alebo ju dokonca nahradzuje. Výsledkom je jazyk v najširšom slova zmysle. Jazykovanie teda znamená konsenzuálne koordinovanie koordinovania správania. (Ludewig 1994, str. 51) Toto sa deje koordináciou významov v jazyku (pomenovávanie), koordináciou správania hovorením (láskyplný rozhovor, rozprávky, zákony..., to čo dáva zmysel v medziludskom priestore) koordináciou správania konaním (všetky sociálne/ľudské činnosti) – to všetko v sociálnom priestore. „„Objekty“ nášho sveta, vrátane nás samotných ako pozorovateľov vznikajú v jazykovej koordinácii... Preto ide „existenciu“ objektov preukázať iba popismi v jazyku (konsenzuálne).“ (Ludewig 1994, str. 51) Proces konštruovania sa deje tak, že druhá osoba (prípadne objekt) prichádza do môjho zážitkového poľa a pripisujem jej určité vlastnosti (kvalitu), ktoré (už) poznám u seba. Napríklad u dieťaťa ide o konštruovanie kvalít, popisov zo skúseností. Poznávanie vedie k vysvetľovaniu, ktoré je zároveň konštruovaním. Vývoj prináša nárast rozlišovacej komplexnosti a tak časom môžeme druhému (koordinovane a konsenzuálne) pripísať niečo, čo u seba vnímame ako cieľavedomosť, zámyery, plány, možnosti... Ak sa pripísané kvality osvedčia, odpoveď druhého je komplementárna.

„Týmto pripisovaním zámerov a metodík druhým ľuďom – že totiž druhý taktiež uvažuje tak ako som uvažoval ja, ako by som riešil tento problém – máme možnosť urobiť nasledujúce: vidieť niekoho druhého a odhadovať, že teraz má určitý problém. Poznáte problém a predpokladáte, že s ním práve zaobchádza tak a tak, pretože vy by ste na to išli týmto spôsobom. Ak to ten druhý skutočne urobí a podarí sa mu problém vyriešiť, potom ste si potvrdili svoju metódu, svoje poznanie, ktoré sa tak stáva oveľa silnejšie ako keby fungovalo iba pre vás.“ (von Glaserfeld) Takýto mechanizmus utvára aj pojem skutočnosti, ktorá z pohľadu radikálneho konstruktivismu vzniká vo vlastnom zážitkovom poli. Na to, aby mechanizmus vytvárania/konstruovania skutočnosti prebiehal potrebujeme druhú osobu. Spolu s druhým sa totižto uisťujeme o tom, čo sme si vytvorili ako skutočnosť a potvrdzujeme si ju – potvrdzujeme, alebo korigujeme si svoje poznanie/poznane. Úlehla (1999) zovšeobecňuje tento princíp do vety „Nedohovárame sa na tom ako veci sú, ale ako im rozumieme. Pozorovatelia budujú svoje svety ako jazyky a udržiujú tieto svety neustálym jazykovaním. Pozorovateľ, čiže „stvorené v jazyku“ je takisto ako pojem skutočnosť, pojmom pomocným. Obrazne povedané, pozorovateľ je nositeľ procesu rozlišovania a „reality“ sú jeho výsledkom. Toto pojetie opomína ontologické hľadisko. Práve tak nerieši ľudskú podstatu. Človek, rovnako ako skutočnosť, je konštruktom pozorovateľa.“ (str. 6) Dovedené do dôsledkov, „druhého, ktorého sme si síce sami skonštruovali – ale skonštruovali v medziach toho čo je priechodné – sme si vlastne skonštruovali v medziach toho, čo sa potom osvedčilo v našich interakciách s ním.“ (von Glaserfeld) Etický dôsledok vyplývajúci z tejto premisy charakterizuje rešpekt k druhému a k jeho svetu. Druhí sú teda nevyhnutní, pretože nebyť nich nevytvorili by sme si svoj zážitkový svet. Bez druhých sa neobídeme, bytostne ich potrebujeme práve preto, že pohľad iného je nutný pre vytváranie mojej vlastnej, stabilnejšej skutočnosti.

Koncepty autopoiézy a konstruktivismu majú dôsledky pri charakteristike fungovania systémov. Ak systémy neexistujú ako „veci o sebe“, ale sú vytvárané aktivitou pozorovateľa, každý účastník procesu môže byť za pozorovateľa považovaný a tak je zahrnutý do vytvárania vlastnej reality systému. Toto sa vzťahuje na všetkých členov, vrátane terapeutov. Pozorovateľ svojou aktivitou vytvára vzorce vzájomného pôsobenia a vzťahov v pozorovanom systéme. Sociálne procesy v ľudských systémoch sú teda vzájomne, rekurzívne podmienené a cirkulárne. To znamená, že naše „spôsoby správania sú spolupodmienené inými a zároveň ich podmieňujú... Zmena v dieľčej oblasti systému so sebou nesie zmenu v iných oblastiach, no ani zmena nie je niečo, čo sa deje objektívne, ale niečo čo jednotlivé osoby rozdielne vnímajú a označujú za zmenu. A tak zmena u jednotlivých pozorovateľov niečo zmení, naruší, tí sa tak správajú inak, čo je inými opäť vnímané ako zmena atď. (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 65) Vnímanie zmeny má spätný dopad na konajúcu osobu. Kausalita však nie je lineárna, podobne ako nemôžeme nikdy so stopercentnou určitosťou predpokladať nasledujúce konanie autoreferenčného systému – človeka v zložitej sociálnom poli. Pojem kausalita prestavuje podľa von Foerstera pokus o redukciu komplexity pozorovateľa, a tak je kausalita iba v našej „hlave“ a nie „vonku“. Každý účastník systému si redukciu vytvára vlastnú (často protichodnú) sieť „kausalít“, reťazenia príčin a dôsledkov. „Vo svete systemickej teórie poznania stráca otázka príčiny poruchy význam. Hľadanie odpovede na otázku po príčine je zbytočné, pretože to je problém otázky a nie odpovede. Z tohoto dôvodu neposkytuje systémová terapia ani „liečbu príčin“, ani liečbu symptómov, ale dáva živým systémom podnety, ktorými im pomáha vyvinúť si spoločne nové vzorce, prijať novú podobu organizácie, ktorá by umožňovala rast.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 67)

Zmena prichádzajúca do teórie systémov s kybernetikou druhého radu priniesla reflexiu hľadiska pozorovateľa, ústup od predstavy plánovania a riadenia systému a príklon k akceptácii rozmanitých perspektív. Rozmanitosť perspektív sa premietla aj do ďalších pohľadov na procesy prebiehajúce v sociálnych systémoch. Sociológ Niklas Luhman rozvíjal koncept operacionálne uzavretého systému a rozlíšil tri typy autopoietických systémov – život, vedomie a komunikáciu. Podľa Luhmana tieto systémy operujú nezávisle na sebe a len vzácné nastáva stav kongruencie – napríklad keď si plne uvedomujeme naše zložité psychofyziologické procesy v tele a obsah vedomia komunikujeme, pričom spätnou väzbou získavame informáciu, že komunikovaný obsah prišiel k druhému. Autopoietické systémy, keďže sú si vzájomne prostredím, môžu na seba vzájomne narážať a podnecovať sa, nemôžu sa však cielene ovplyvňovať. „Vedomie... má privilegovanú pozíciu, ktorá mu umožňuje narušovať, dráždiť, iritovať komunikáciu. Vedomie ale nemôže komunikáciu inštruovať, pretože komunikácia konštruuje sama seba. Úzke prepojenie vedomia a komunikácie spočíva podľa Luhmana v jednom dôležitom pojme: zmysel... Zmysel je aktívny výber, ktorým ľudské prežívanie z „prebytku možného“ tvorí usporiadanosť (poriadok). Prežívanie a jednanie sú výsledkom selekcie podľa kritérií zmyslu.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 53) Autonómia sociálneho (oblasť komunikácie), psychického (oblasť vedomia) a biologického (oblasť života) systému prináša predpoklad, že ľudia si navzájom nedokážu porozumieť, pretože si nevidia

do svojho psychofyzického prežívania a jedinou cestou ako sa priblížiť ostáva komunikácia, ktorá nesie zmysluplnosť pre všetkých aktérov a zároveň dokáže podnietiť ich psychický systém. Komunikáčny vzorec však ostáva do značnej miery autonómne (napr. aj voči myšlienkam, aj voči pocitom). Komunikácia ostáva spôsobom redukcie. Podľa Luhmana je obtiažne a aj nemožné previesť všetko prežívané do vedomia a všetko uvedomované do komunikácie. Dôraz ostáva na komunikácii, čím „vylučuje“ zo sociálnych systémov ľudí. Sociálny systém potom vidí ako zretáženia komunikačných aktov, ktoré narážajú na hranice a vytvárajú zmysel. Pre oblasť terapie to znamená sústredenie sa na komunikáciu tém, ktorým je pripisovaný komunikujúcimi aktmi význam. Na Luhmana nadväzuje Kurt Ludewig. Ludewig (1994) na rozdiel od Luhmana nepovažuje za prvky systému iba samotné komunikačné akty a zachováva koncept pozorovateľa. Ludewigov sociálny systém nemá svoju vlastnú topológiu a je rozlíšiteľný iba ak v ňom (ako pozorovateľa) nachádzame (spolu)členov, ktorých vzťahy určuje vzájomná téma a hranice zmysel.

Naopak, Luhmanov koncept systému kritizuje Kriz, ktorý systém neredukuje na oblasť komunikačných aktov a komunikáciu chápe ako formu osobného vyjadrenia zúčastnených jednotlivcov. Základom interakcie sú individuálne procesy zložené z eferentnej komunikácie, aferentnej komunikácie a z k sebe-vztiahnutej komunikácie. Pod eferentnou komunikáciou rozumie celkové spektrum výrazových možností danej osoby prezentované komunikatívnym konaním. Pod aferentnou komunikáciou rozumie spektrum dojmov, ktoré sú danou osobou aktívne vnímané a utvárané a pod k sebe-vztiahnutou komunikáciou rozumie neustály prúd kognitívno-emočných procesov vo vedomí. Jednotlivé časti na seba spolupôsobia, „(nestále) „prvky“ neustále prispievajú k udržaniu štruktúry a na druhej strane ich táto štruktúra svojou dynamikou „zotročuje“. Z tohoto dôvodu samozrejme zmena vyvolaná v jednej z troch dielčích oblastí ide ruku v ruku z ovplyvnením celého procesu.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 55) Možnosti zasahovať do procesov vzájomného pôsobenia troch komunikačných rovín sú dané schopnosťou sebareflexie. Sebareflexiu vníma Kriz ako schopnosť pohľadu na seba samého – človek sa stáva svojím vlastným objektom – a zároveň ako schopnosť vnímania života v historickom čase, ktorá umožňuje vnímanie kontinuity, minulosti a budúcnosti. „Na eferentnú komunikáciu sa tak môžeme pozeráť z pohľadu kongruencie/inkongruencie (napr. Satirová 1990). Aferentná komunikácia môže podliehať obranám vnímania, selektívnosti a pokriveniu. Zvlášť autoreferenčná komunikácia, vnútorný dialóg môže byť ovplyvnený predpokladmi, ktoré osoba vyvinula v priebehu získavania životných skúseností.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 55). Kriz teda na rozdiel od Luhmana navrhuje viacúrovňový prístup zameraný na komunikáciu „jednotlivcov“ v rámci „systémov zameraných na osobu“. Procesy prebiehajúce v systémoch s „hustotou a rýchlosťou existenciálnej výmeny“ synergicky prepájajú a vzájomne ovplyvňujú:

< pancier, telesný a postoj dýchanie, systém, imunitný hormonálny iné mimo – procesy >

1. kognitívno-emočné procesy a vedomie (teda prúd na seba samého vztiahnutých komunikácií)
2. impresívne a expresívne komunikačné procesy (teda prúd aferentných, prípadne eferentných komunikácií)
3. interakčnú komunikáciu (teda to, čo sa napr. popisuje ako „párová dynamika“, „rodinné pravidlá“ apod.)

Pre terapiu sa stáva rozhodujúcim to, či intervencia zmení vzorec, v ktorom dotyčná osoba komunikuje so sebou a s druhými ľuďmi, a tým rozruší sebaorganizované, stabilné sociálne systémy.

Ako sme spomenuli v úvode textu, systemické terapeutické modely môžeme podľa ich teoretického pozadia rozdeliť do dvoch základných línií: na prístupy vychádzajúce z kybernetiky druhého radu, opierajúce sa najmä o radikálny konštruktivizmus a na naratívne prístupy, hľadajúce inšpiráciu vo filozofických konceptoch a myšlienkach postštrukturalizmu a sociálneho konštrukcionizmu. Tieto myšlienkové prúdy môžeme vnímať ako súčasť súčasnej postmodernej filozofie, ktorá poukazuje na pluralitu a heterogenosť sveta, v ktorom môžu vedľa seba existovať rôzne kultúrne tradície, ktoré sami vytvárajú svoj vlastný meta-príbeh (Lyotard). Meta-príbehmi rozumieme akési „rozprávania“, ktorými sa v čase konštituovala a konštituuje daná kultúra (napr. euro-americká civilizácia) Takýto meta-príbeh určuje ako daná spoločnosť vníma seba, svoju štruktúru, svoju históriu aj úlohu jednotlivca v nej. Ľudia si v procese socializácie takéto príbehy osvojujú a „vrastajú“ do danej kultúry reprezentovanej jej hlavným „rozprávaním“. Podľa Lyotarda majú tieto príbehy sklon k totalitarizmu a v postmodernej dobe strácajú svoju dominanciu. „Modernistické vízie“ (sociálne, politické, kultúrne teórie...), ktorými je podľa postmodernistov

ovládaná spoločnosť upierajú ľuďom možnosť iného pohľadu a alternatívy výberu životného programu. Napríklad naša židovsko-kresťanská kultúrna tradícia sa tak nachádza pod tlakom sociálnych inštitúcií, ktoré si na jednej strane vytvorila, na druhej však do značnej miery určujú dominantný spôsob života, ktorý sa považuje za „normálny“. Oproti tomu postmoderní teoretici upozorňujú na variabilitu a mnohorakosť spôsobov života a na možnosť vytvárania alternatívnych inštitúcií. Wolfgang Welsch (1994) chápe postmodernu ako radikálnu pluralitu, ktorá sa prejavuje na najrôznejších úrovniach, napr. v hodnotovo rozrôznenej spoločnosti, pri jednotlivcovi, ktorý v sebe spája mnohé protichodné myšlienky a spôsoby života, ale aj pri teóriách, ktoré strácajú svoju platnosť a v novom kontexte nadobúdajú nový význam. Napríklad pre psychoterapiu to môže znamenať špecifický model, ktorý Orlinsky označil spojením „Learning from many masters“, pri ktorom psychoterapeut využíva rôzne možnosti k vytváraniu vlastného štýlu a neopiera sa iba o jeden „veľký psychoterapeutický koncept“. Vo všeobecnosti môžeme tvrdiť, že postmoderné myslenie prinieslo do psychoterapeutickej praxe dôraz na citlivosť voči „odlišnému“ a záujem o mnohorakosť spôsobov prežívania a utvárania života jednotlivca.

Sociálny konštrukcionizmus podobne ako radikálny konštruktivizmus reflektuje myšlienku heterogenity ľudských svetov a kultúr, ktorú prináša postmoderný prúd myslenia a popiera možnosť poznania objektívnej skutočnosti. Na rozdiel od konštruktivizmu, však sociálny konštrukcionizmus nekladie dôraz na jednotlivca, ktorý si vytvára svoj svet v jazyku, ale na procesy sociálnej výmeny, ktorá prebieha komunikáciou vo vzťahoch, v ľudských spoločenstvách. Ľudská skutočnosť sa „spoločensky konštruje“ komunikačnými procesmi v danom špecifickom historickom kontexte. Poznanie o „skutočnosti“ sa tak nevytvára jazykovaním jednotlivca, ktorý „naráža“ na svoje okolie, ale je spoločensky dané a v spoločnosti vzájomne vytvárané. Podľa Bergera a Luckmanna (1999), spoločenské skutočnosti v ktorých sa nachádzame boli tvorené a dohodnuté ľuďmi, v ľudských interakciách a získali status objektívnej reality – inštitucionalizovali sa. „Pôvodobecne zdieľaného presvedčenia, čiže inštitúcie už nie je uvedomovaný, ale taktiež inštitúcia sama nebýva sponchýňovaná.“ (Gjuričová 2003, str. 30) „Inštitúcie sú potom vnímané, akoby mali vlastnú realitu, ktorá pôsobí na jedinca ako vonkajšia, donucovacia skutočnosť. Inštitúcie sa stávajú nezávislé na jedincoch.“ (Gergen in Gjuričová 2003, str. 30) Ako príklad uvádzame inštitúciu genderu ako sociálnej reprezentácie pohlavia, z ktorej v danej kultúre vyplýva čo považujeme za samozrejmé že muži/ženy, otcovia/matky, chlapci/dievčatá robia, alebo nerobia, prijímajú, alebo neprijímajú. Z hľadiska sociálneho konštrukcionizmu gender (ale aj iné inštitúcie – napr. formy socializácie ako sú výchova a vzdelávací systém, alebo to čo považujeme za vedu a vedecké) neustále konštituujeme, reprodukovujeme a udržujeme sociálnymi štruktúrami spoločnosti, kultúrnymi zvyklosťami, symbolmi a jazykom v komunikácii. Podobne naša identita je predmetom dojednávania – konštituovania v sociálnom priestore. Človek sa stáva modelom sociálnej konštrukcie – je taký, akého si ho predstavujú druhý a on sám. Podľa Gergena „Ja“ „už nie je individuom uzavreté v koži. Skutočnosť, že osoba je dnes rozmanitým spôsobom zapojená do sociálnych kontextov zodpovedá, že ani „ja“ už nemôže byť individuálnym konštruktom, ale skôr výrazom vzťahu a vzťahovosti.“ (Schlippe, Schweitzer 2001, str. 58) Gjuričová (2003) hovorí o identite, ktorá je kontemplatívna, avšak neustále vyjednávaná vo vzťahoch a záleží na tom, či druhí prijímajú naše sebareprezentácie. Tie závisia na zvyklostiach a názoroch spoločnosti, ktorá vymedzuje naše osobné možnosti. Na jednej strane je identita biologicky daná – naše pohlavie, telo, na druhej strane diskurzívne podmienená – význam toho čo je dané sa mení. „S narastajúcim sociálnym kontaktom akosi vstrebávame druhých do seba: berieme si jednotlivé úseky a časti ich života. V skutočnosti sme druhými ľuďmi stále viac „obsadzovaní“. Každý z nás sa z narastajúcou mierou stáva pestrou zmesou potenciálov, pričom každý potenciál predstavuje jeden, alebo viac vzťahov, ktoré naväzujeme.“ (Gergen in Schlippe, Schweitzer 2001, str. 58) Pre psychoterapiu z toho vyplýva možnosť presunu perspektívy z problému, prípadne problémovej osoby na to, ako to, čo označujeme „problémom“ vidia a kategorizujú sociálne skupiny, alebo rodina.

Posledným teoretickým zdrojom, ktorý by sme chceli spomenúť v rámci tohto textu je postštrukturalizmus. V šesťdesiatich rokoch 20 storočia sa v akademických kruhoch spájal štrukturalizmus z možnosťou analýzy textu a pochopenia hlbšieho významu jazyka a komunikácie. Podľa štrukturalizmu v jazyku, respektíve v tom čo je pomenované, môžeme vnímať rôzne významové štruktúry. Štrukturalizmom boli ovplyvnení napríklad niektorí teoretici psychoanalýzy (napríklad Lacan), ktorých cieľom bola komplexná analýza štruktúry intrapsychického sveta jednotlivca, ktorý sa manifestuje v jeho jazyku. Kritika štrukturalizmu od postštrukturalistov koncom 70tich rokov poukazuje na dôležitú rolu sociálneho kontextu významu vypovedaného. Podľa postštrukturalistov zmysel, ktorý jednotlivec prikladá tomu čo prežíva (a to čo prežíva existuje a je pomenované v jazyku) je vytváraný v komunikácii, a to v komunikácii s inými ľuďmi a v komunikácii so svojím sociálnym okolím, ktoré (ako sme už spomenuli) podmieňujú dizkurzy

(príbehy) príslušné k danej kultúre. Ľudia usporiadávajú prežité udalosti z minulosti, súčasnosti a tie ktoré sú očakávané do príbehu – sebarozprávania. Tento príbeh im umožňuje zmysluplnú kontinuitu. Podľa Brunera (in White, Epston 1990) naratívne štruktúry, ktoré konštituuje nie sú druhotným rozprávaním o prežitom, o skutočnostiach, ale práve toto primárne rozprávanie (primárny osobný, spoločenský podmienený diskurz) určuje, čo budeme za skutočnosti považovať. Selekcia významov prežitého a ich usporiadanie do časovej osobnej kontinuity určuje to ako sa vnímame a organizujeme svoj život – ako dopĺňame alebo pretvárame svoj vlastný príbeh. Rozprávanie (naratívne sebakonstruovanie) nikdy nezahŕňa plnú bohatosť našej prežitej skúsenosti. „Životná skúsenosť je bohatšia než diskurz. Naratívne štruktúry organizujú skúsenosť a dávajú jej zmysel, ale vždy existujú ešte pocity a prežité skúsenosti, ktoré nie sú zahrnuté v dominantnom príbehu.“ (Bruner in Epston, White 1990) To sa dá využiť pri terapii, ktorá je vnímaná ako ďalší spôsob prerozprávania životného príbehu. Cieľom terapeuta je rozpoznať dominantný príbeh klienta/rodiny, rozpoznať dôsledky prijatia takéto životného príbehu a jeho dekonštruovanie. Dekonstruáciou sa vytvára nový, alternatívny príbeh, v ktorom sa využívajú (zabudovávajú sa doň) aj prežité výnimky a ktorý je postavený a prijatý spolu s relevantnými osobami v sociálnom poli klienta, čím je ustanovená jeho platnosť.

Dominantné rozprávanie znamená dominantné poznanie. Poznám sa tak ako o sebe rozprávam, aký mám o sebe utvorený príbeh. Osobné rozprávania sú spoluzávislé s dominantnými spoločenskými rozprávaniami, ktoré zahŕňajú diskurzy o pravde, realite, normalite... Zároveň tieto príbehy konštituuje, teda podieľame sa na tom čo vo svojom živote považujeme za pravdu, realitu, normalitu... Podľa Foucaulta máme poznaním konštitučnú moc utvárať svoje vlastné príbehy a do istej miery pretvárať príbehy dané spoločnosťou. Táto miera je závislá na prístupe, na našej dostupnosti k adekvátnemu „hlasu“ v spoločenskom diskurze. Podobne aj náš text, ktorý čítate ponúka istý pohľad na to s akými myšlienkovými konceptmi operujú súčasní terapeuti opierajúci sa postmoderné východiská. Konštrukcionistické a naratívne myslenie svojou netradičnosťou prinieslo do psychoterapeutickej obce nové myšlienky. Je otázkou budúcnosti, nakoľko toto poznanie bude konštituovať akceptáciu spôsobov praxe akú využívajú napríklad systemické terapie aj na Slovensku.

¹⁾ Pri rozdelení vychádzam z Schlippe/Schweizer (2001) Systemická terapie a poradenství. V literatúre môžeme nájsť aj iné delenia. Do modelov vychádzajúcich z kybernetiky druhého radu by som zahrnul aj u nás známy klinický koncept Kurta Ludewiga.