

# **Poradenství zaměřené na řešení**

**Doplňková četba**

Tato práce je předložena studijnímu oddělení Global University  
jako jeden z požadavků pro klasifikaci v předmětu

**MIN1093**

**Úvod do pastoračního poradenství**

**Vypracoval**

**Michael Buban**

**Odevzdáno dne 20. 10. 2013**

## Obsah

Poradenství zaměřené na řešení.....	1
Sekce 1: Recenze knihy.....	3
1.Zhodnot' Kollarovu knihu a její záměr.....	3
Sekce 2: Poradenské přístupy.....	4
2.Srovnej poradenství zaměřené na problém (problem-focused) s poradenstvím zaměřeným na řešení (solution-focused). Vysvětli a aplikuj implementaci kreativních nápadů do praktické podoby (imagineering) v procesu pomoci klientům.....	4
3.Definuj jazyk deficitu a nálepkování. Kontrastuj deficitní a pozitivní myšlení.....	4
4.Popiš světský a biblický vývoj identity. Analyzuj biblický vývoj identity.....	5
Sekce 3: Poradenské předpoklady.....	7
5.Popiš průvodní předpoklady zaměřené na řešení. Analyzuj pozitivní důsledky průvodních předpokladů zaměřených na řešení.....	7
Sekce 4: Etické chování.....	9
6.Zhodnot' osobní potřebu etických vodítek v poradenství.. Osobně aplikuj etická vodítka.....	9
Sekce 5: Poradenské dovednosti.....	10
7.Zhodnot' potřebu umění naslouchání. Analyzuj aplikaci na SFPC.....	10
Sekce 6: Poradenské strategie.....	11
8.Analyzuj použití možností dráhy. Aplikuj použití možností dráhy.....	11
9.Analyzuj objasnění vize. Aplikuj aspekty objasnění.....	12
10.Analyzuj podporování a upevňování změny. Aplikuj aspekty vedoucí ke změně.....	13
Bibliografie.....	15

## Sekce 1: Recenze knihy

### 1. Zhodnot' Kollarovu knihu a její záměr.

- a) Přečti celou knihu *Solution-Focused Pastoral Counseling*. Recenzuj text. Splnil Kollar uváděný záměr knihy? Vysvětli.  
(225–275 slov)

Hlavním poradcem je vždy Duch svatý. Pokud tento přístup povzbudí čtenáře s ohledem na poradenskou stránku jeho služby, pak splnil svůj záměr<sup>1</sup>.

V knize *Solution-Focused Pastoral Counseling* (Pastorační poradenství zaměřené na řešení) její autor představuje principy stejnojmenné poradenské metody. Činí tak teoretickým výkladem, v němž nabízí čtenáři přesná vodítka pro pastorační poradenství. Činí tak případně srovnáváním své metody s poradenstvím zaměřeným na problém, které často koresponduje se současnou praxí a se směřováním psychiatrie (o tomto tématu zvláště kapitola 3). Činí tak samozřejmě pomocí případových studií, v nichž názorně předvádí vyloženou teorii.

Poradenství zaměřené na řešení podle mého názoru vychází z neochvějného předpokladu, že Bůh je nejen schopen vyřešit klientovy problémy, ale že tak dokonce činí v současnosti, a že tak činil i v klientově nesnadné minulosti. Poradce se tedy stává namísto lékaře, pro nějž existuje možnost pacientova exitu, spíše jakýmsi „výhybkářem“, který pouze provádí pacienta po předem položených Božích kolejích (podnázev knihy ostatně slibuje návod na směřování lidí „zpět na dráhu“ - „back on track“).

Knihy v mém případě bezpochyby splnila svůj účel. Otevřela mou mysl jednoduchému a zdravému pastoračnímu přístupu, který se ve všech svých fázích činí, aby lidi povzbudil, dal jim naději a ukázal jim možnost Božího plánu, v němž neštěstí a zármutek nemají místo. Českému čtenáři, pro nějž je koncept profesionálního pastoračního poradenství známý pouze velmi nejasně zřídka, bych nicméně doporučil následující:

- Jedná se o „krátkodobý přístup“. Někteří klienti jsou nicméně svými problémy zatíženi tak silně, že bude třeba přístupu dlouhodobého.
- Českému čtenáři budou některé pasáže knihy připadat jako déjà vu. Je to tím, že základní myšlenky poradenství zaměřeného na problém (dále jen SFPC), se odrážejí v jeho jednotlivých fázích (viz str. 104).

## **Sekce 2: Poradenské přístupy**

### **2. Srovnej poradenství zaměřené na problém (problem-focused) s poradenstvím zaměřeným na řešení (solution-focused). Vysvětli a aplikuj implementaci kreativních nápadů do praktické podoby (imagineering) v procesu pomoci klientům.**

- a) Srovnej poradenství zaměřené na problém (charakteristické pro současnou péči o duševní zdraví a pro mnohé v rámci křesťanské komunity) s poradenstvím zaměřeným na řešení.
- b) Srovnej zmíněné dva přístupy s biblickým přístupem zahrnujícím koncept imagineeringu (implementace kreativních nápadů do praktické podoby). Cituj nejméně dvě biblické pasáže na obhajobu své odpovědi. (Kapitoly 1,2; 100-150 slov)

Současné poradenství je zapouzdřeno v takovém paradigmatu, které za účelem řešení problému usiluje nejprve o jeho definici<sup>2</sup>. Kvůli problému ostatně přichází klient k poradci, aby mu bylo pomoheno. Ať už pak poradce používá jakýchkoli metod, celý poradenský proces je zaměřen na problém: na obtížném hledání jeho kořenů a na jeho celkovém uzdravení. Dr. Kollar má za to, že toto paradigma zaměřené na problém (problem-focused paradigm) lze pomocí představivosti překonat.

Popsanému paradigmatu se dle dr. Kollara stává osudným koncept tzv. imagineeringu, jímž se poradenství odvrací od zaměření na problém a soustředí se na vizualizování řešení a jeho následné reálné implementaci. V tomto novém paradigmatu „výsledek určuje proces spíše než aby proces určoval výsledek“<sup>3</sup>.

Dr. Kollar upozorňuje na dichotomii křesťanského poradenství, které rozeznává jak možnost nadpřirozeného Božího zásahu do situace klienta stejně jako jeho potřebu poradenství<sup>4</sup>. Právě proto mnohá řešení, která nabízí apoštol Pavel, často zdánlivě nesouvisí z původním problémem. Bible jakoby nevyžadovala od poradce expertní znalosti, ale spíše schopnost rozeznat Boží dílo v životě klienta (2K 3,3; 2K 4,12; 1T 2,13)<sup>5</sup>. Přihlédneme-li tedy navíc například k verši Ef 4,15, dle něž máme „ve všem dorůstat v Krista“, zdá se, že nás Bible vybízí s důvěrou vykročit vstříc naplnění původnímu Božímu záměru<sup>6</sup>. V tomto smyslu nás Bible orientuje spíše k poradenství zaměřenému na problém.

### **3. Definuj jazyk deficitu a nálepkování. Kontrastuj deficitní a pozitivní myšlení.**

- a) Stručně definuj jazyk deficitu a nálepkování. Potom srovnej toto zaměření s poradenstvím zaměřeným na řešení. (Kapitoly 3, 4, & 5) (100–150 slov)

Jazyk deficitu (deficiency language) je spjat s poradenstvím zaměřeným na problém (Problem-Focused Pastoral Counseling, dále jen PFPC). Jde o odborně formulovanou diagnózu problému, která, jakkoli je pravdivá, může v izolaci negativně dopadat na život klienta. Funkce jazyka deficitu je tak redukována na psychopatologické nálepkování, které rozumí pouze tomu, co je pokažené, a

---

2 Kollar, 17

3 Kollar, 17

4 Kollar, 19

5 Kollar, 21

6 Kollar, 24

neposkytuje povzbuzení a zmocnění tak, jako jazyk Písma<sup>7</sup>.

Do pasti jazyka deficitu se dostal i autorův klient William s diagnózou alkoholismu a posttraumatického syndromu<sup>8</sup>.

Potom jsem se Williama zeptal: „Zajímalo by mě, zda to, že se vidíš jako alkoholik trpící posttraumatickým syndromem, ti pomáhá?“  
„Vlastně ne, nepomáhá,“ odpověděl zamyšleně.

Z této pasti vytrhla Williama metoda imagineeringu začínající otázkou: „Pokud by se ve tvém životě odehrál zázrak a ty bys byl uzdraven, co by se změnilo?“ Na základě pouhé představivosti se dostalo klientovi povzbuzení, motivace a síly překonat svazující nálepku a vykročit vstříc konstruktivnímu řešení.

#### 4. Popiš světský a biblický vývoj identity. Analyzuj biblický vývoj identity.

- Popiš věrouku a zhodnot' validitu světského a biblického názoru na formování identity (osobní vývoj).
- Vyber si biblickou postavu (jinou, než David a Goliáš), která jasně ilustruje biblický pohled na formování identity. Vysvětli, jak Bůh a životní situace spolupracují na tvarování osobnosti. (Kapitola 6) (250–300 slov)

Nemám žádnou obecnou teorii vývoje osobnosti, protože jsem dosud nepotkal obecného člověka.  
– Milton Erickson, průkopník SFPC

Široce akceptovaná vývojová teorie E. Ericksona pojímá vývoj osobnosti lineárně a třídí ji do několika logicky uspořádaných období. Každé z nich zahrnuje konflikt, jímž vzniká pozitivní možnost přechodu do další vývojové fáze i negativní možnost stagnace<sup>9</sup>.

Biblické pojetí vývoje osobnosti se zakládá na vědomí Božího svrchovaného plánu pro každého jednotlivce zvlášť. Psychologie a antropologie se tak podřizují teologii a sekulární antropologické teorie samy o sobě přinejlepším popisují stav člověka bez Boha, nikoli objektivní realitu, neboť nerozeznávají historickou objektivitu křesťanské zvěsti. Všechno, co se v životě člověka odehrává, lze popsat termínem *záměrnost*. Záměrem je spasení i odpadnutí (srov. Ř 9,21)<sup>10</sup>. Toto poznání vytváří prostor spontaneitě, neboť Bůh záměrně „tvoří všecko nové“ (Zj 21,5). Od něj pochází kreativita a originalita, která svrchovaným a nepřetržitým tvořením ruší naše teoretická přesvědčení (srov. Iz 43,18n; Ž 40,3; Iz 62,2 atp.). Na rozdíl od Ericksonovy teorie také vytváří prostor pro přirozenou rozmanitost, která nemůže být vměstnána do univerzální vývojové teorie. Problémem sekulárních vývojových teorií je podle Kollara obecně ten, že nemohou počítat s jedinečností člověka a výjimečností Božího plánu pro něj<sup>11</sup>.

Biblickou teorii vývoje osobnosti popisuje Kollar jako cestu člověka skrze rozhodné body (tzv. „události milosti“), kdy je člověk postaven před výzvu a milostí vybaven k překonání náročnější a zároveň správnější eventuality, ale zároveň bez rizika kompromitace, vybere-li si snadnější a méně správnou cestu. David byl takto vybaven pro střet s Goliášem předchozími střety s lvem a

7 Kollar, 32

8 Kollar, 30

9 Kollar, 54

10 Kollar, 55

11 Kollar, 56

medvědem<sup>12</sup>. Podobně byl Mojžíš vybaven ke svému úkolu vyvést Boží lid z Egypta výzvou k sociálnímu cítění, když zabil Egyptana trápícího otroka. Vývoj lidské identity je neustálým Božím tvarováním od narození k věčnosti<sup>13</sup>. Takto se Mojžíš podrobil čtyřiceti létům pasteveckého života, kde teprve se z něj podle mého názoru stal „nejpokornější ze všech lidí“ (Nu 12,3).

---

12 Kollar, 57

13 Kollar, 58

## Sekce 3: Poradenské předpoklady

### 5. Popiš průvodní předpoklady zaměřené na řešení.

#### Analyzuj pozitivní důsledky průvodních předpokladů zaměřených na řešení.

- a) Porovnej své porozumění poradenskému procesu s Kollarovými devíti průvodními předpoklady.
- b) Vyber si šest předpokladů. Pro každý ze šesti vysvětli pozitivní důsledky pro pastoračního poradce a uveď nejméně jeden biblický odkaz pro podporu svého uvažování. (Kapitola 7) (325–400 slov)

Poradce vždy nalezne známky toho, po čem pátrá. Hledá-li příznaky syndromu poruchy pozornosti, pak je najde. Hledá-li nedostatky rodiny, má je mít<sup>14</sup>. Předpoklady poradenství určují celý jeho směr. Autor jako zastánce poradenství zaměřeného na problém proto přichází s devíti předpoklady, které tento druh poradenství prakticky zakládají<sup>15</sup>. Těmito předpoklady jsou:

1. Bůh je již v klientovi aktivní.

Jeremiáš píše, abychom se „ptali na stezky věčnosti“, aby naše duše našly klid (Jr 6,16). Ohled na minulost a problémy klienta je tedy možný pouze se záměrem navrátit ho na správnou cestu<sup>16</sup>.

2. Komplexní problémy nevyžadují komplexní řešení.

Jakkoli veliký problém je, neděje se stále. I v problematickém manželství jsou momenty, které si přejeme zachovat<sup>17</sup>.

3. Hledání výjimek (v problému) pomáhá vytvářet řešení.

Lépe je hledat *výjimky* problému, které slouží jako *vodítka* Ducha svatého k osvobození klienta (1K 10,13). Tyto výjimky mohou odejmout břemeno z problematizovaného člověka otázkou: Když bylo lépe, co ostatní dělali jinak<sup>18</sup>?

4. Klient se stále mění.

„Nevstoupíš dvakrát do stejné řeky“, prohlásil Hérakleitos. Podobné pravidlo platí u klienta. V intencích SFPC pak platí, že i malá změna může zahájit plný obrat a vést k dalekosáhlým důsledkům (srov. Mt 25,21)<sup>19</sup>.

5. Klient je odborník a definuje cíle.

Zodpovědnost za rozhodnutí i jejich činění musí být na straně klienta. V opačném případě může být expertním způsobem zvolen nežádoucí cíl, nebo může být klientova motivace snížena tím, že expertní rozhodnutí vedoucí k navrhovanému řešení není jeho vlastní<sup>20</sup>.

6. Řešení jsou společně vytvářena.

---

14 Kollar, 72

15 Kollar, 68

16 Kollar, 73

17 Kollar, 73

18 Kollar, 74

19 Kollar, 79

20 Kollar, 79

Pokud člověk nepřímá odlišné výpovědi a pohledy, než je ten jeho, může být jeho vnímání nesprávné. Toto platí zvláště pro poradce. Jeho úkolem je spolutvořit realitu, kterou klient vnímá tak, aby v ní byl prostor pro pozitivní změnu<sup>21</sup>.

7. Klient není problémem. Problémem je problém o sobě.

Psychopatologie automaticky ztotožňuje problém s pacientem. Pacient je například „obsesivně-kompulsivní“. Podle tohoto vodítka se má říci spíše to, že pacient „se chová obsesivně-kompulsivně“. V hledisku SFPC pak takovéto určité chování nemusí automaticky vypovídat o psychopatologickém stavu klienta<sup>22</sup>.

8. Poradenský vztah je poziční.

Psychoterapie předpokládá, že klient se *nechce* změnit. Je však daleko nápomocnější předpokládat, že klient se změnit *chce*, ačkoli nepokládá změnu za něco, co má ve své moci. Do procesu poradenství vstupuje s určitou pozicí, která je často reakcí na to, jak vnímá pozici poradce. Úkolem poradce je odhadnout jeho pozici, která souvisí s jeho současnou úrovní spolupráce<sup>23</sup>.

9. Poradce se soustředí na řešení.

Poradce jedná podle tří vodítek, která mu pomohou soustředit se na řešení problému: (1) Nespravuj, co není rozbité. (2) Když víš, co funguje, dělej to víc. (3) Pokud to nefunguje, dělej něco jiného<sup>24</sup>.

Součástí zadání je srovnat Kollarovy předpoklady s vlastním porozuměním poradenského procesu. Mé omezené zkušenosti mi nedovolují chopit se tohoto úkolu kvalifikovaně.

---

21 Kollar, 83

22 Kollar, 84

23 Kollar, 86

24 Kollar, 89



## Sekce 4: Etické chování

### 6. Zhodnot' osobní potřebu etických vodítek v poradenství. Osobně aplikuj etická vodítka.

- a) Vlastními slovy stručně zopakuj Kollarem navržená etická vodítka.

Kollarovými etickými vodítky jsou: (1) Ohled na vlastní omezenost, (2) poradenství musí dbát teorie vývoje osobnosti a terapeutických předpokladů, (3) na prvním místě musí stát práva klienta, (4) zdržení se dvojakého vztahu s klientem, (5) uvědomění klienta o omezeních a specifikách poradenského vztahu, (6) vyvarování se romantického nebo sexuálního vztahu s klientem, (7) nepoužívat diagnostické nebo terapeutické techniky, v níž terapeut nebyl odborně vyškolen<sup>25</sup>.

- b) Identifikuj v Bibli osobu, která selhala při dodržování etických (Božích) principů a popiš následky, jimž musel čelit (uved' biblické odkazy).

Příkladem může být etické selhání Davida v intimním poměru s Batšebou (2S 11,4). Morální profil Batšeby není v Bibli na žádném místě zpochybněn. V Nátanově příběhu, jehož cílem bylo zkompromitovat Davidův hřích, figuruje Batšeba jako „ovečka“ (2S 12,4). Davidovým hřichem proto bylo, že zneužil svého královského postavení, a to nejen v okamžiku, kdy nechal odstranit Urijáše, ale nejprve tehdy, když s Batšebou jednal s jasným cílem svést ji. Podobného hřichu by se mohl poradce dopustit vůči méně samostatné osobě a porušit tak Kollarovo 4., 5. a 6. etické vodítka.

- c) Vysvětli následky, k nimž by došlo ve tvém případě, pokud bys jako poradce ignoroval etická vodítka. Jak ochrániš svou integritu? (Kapitola 8) (100–125 slov)

Nebudu-li brát ohled na vlastní omezenost, budu se buď stavět do božské pozice, nebo jen cynicky reflektovat jeho selhání. Nebudu-li dbát koherentní teorie vývoje osobnosti a terapeutických předpokladů, snadno se mé poradenství stane roztržitým a zbloudilým. Nebudou-li na prvním místě práva klienta anebo budu-li používat neuměle diagnostické a terapeutické techniky, bude pro mne klient jen pokusným králíkem. Nezdřím-li se dvojakého vztahu s klientem, pak pro klienta nebudu poradcem, ale přítelem nebo kolegou, a poradenství bude záviset na mé přirozené autoritě. Pokud se nevyvaruji intimního vztahu s klientem, pak sám poruším všechny rady, které se klientovi snažím vštípit.

## Sekce 5: Poradenské dovednosti

### 7. Zhodnot' potřebu umění naslouchání.

#### Analyzuj aplikaci na SFPC.

- a) Vlastními slovy stručně vysvětli rozdíl mezi pasivním nasloucháním, aktivním nasloucháním a pozorným nasloucháním.

Pasivní naslouchání je takové naslouchání, které sice fyzicky vnímá řeč druhého, ale ignoruje ji. Pasivní posluchač formuluje odpověď ještě před tím, než jeho protějšek dokončí své sdělení. Mluví se pak cítí jakoby přeslechnutý.

Aktivní naslouchání je takové, v němž posluchač ve své odpovědi aktivně (tzn. ústně) reflektuje sdělení protějšku, čímž jej ubezpečuje o tom, že naslouchá a rozumí tomu, co bylo řečeno. I zde nicméně, podobně jako v ping-pongu, může jít pouze o strategii posluchače, nikoli o skutečně pozorné porozumění druhému<sup>26</sup>.

Pozorné naslouchání se od ostatních dvou liší svým záměrem, jímž je potvrzení a vyjádření porozumění komunikovaným pocitům. Naplňuje tak základní potřebu klienta cítit se přijatý a vyslyšený<sup>27</sup>.

- b) Načrtni základní složky pozorného poslouchání.

Klient se musí **cítit poslouchán**, neměli bychom mu ihned navrhovat řešení, která by zpočátku zamítl. Měli bychom mu **dát najevo své ztotožnění s jeho situací, udělit povzbudivou zpětnou vazbu, dát najevo zájem** (například přikyvováním, zapisováním poznámek), zvláště pak zájem o řešení hledáním a poznamenáváním výjimek z problému, silných stránek klienta a jeho vztahů či jeho rodiny. V rámci rozhovoru očekává poradce **pozvání** do klientova světa. Tvoří ho fráze typu: „Co si o tom myslíte?“, nebo „Co byste udělal vy, pastore?“<sup>28</sup>.

- c) Popiš klíčový prvek ve třech z pěti složek a také způsob, jakým tento přístup koresponduje s modelem SFPC. (Kapitola 10) (250–275 slov)

Ztotožnění s klientovou situací, udělování zpětné vazby a prokazování zájmu o pozitivní stránky klientovy situace je prostoupeno společným prvkem, který vychází z titulní zásady SFPC: zaměření za řešení. Kollar například pro zapisování pozvánek nezávazně navrhuje pracovní formulář o pěti bodech, z nichž pouze jeden můžeme označit za „negativní“, zbylé čtyři pak za „pozitivní“. Negativním bodem jsou pouze poznámky popisující problém. Zbývajícími body jsou „Výjimky z problému“, „Silné stránky“, „Možné následující postupy“, „Objasnění cíle“<sup>29</sup>. To vše zapadá do zacílení poradenského procesu na řešení namísto negativního nálepkování a těžkopádných diagnóz.

---

26 Kollar, 109

27 Kollar, 110

28 Kollar, 110-118

29 Kollar, 117

## Sekce 6: Poradenské strategie

### 8. Analyzuj použití možností dráhy.

#### Aplikuj použití možností dráhy.

- a) Stručně uveď do kontrastu rozdíl mezi poradcovým a klientovým vnímáním dráhy.

Pokud jsem dobře pochopil Kollarovu „dráhu“ (track) a jeho úvahy o rozdílném pohledu poradce a klienta, pak říkám, že rozdíl je zde pouze jemný. Poradce se soustředí na proces poradenství a v něm především na to, zda klient učiní opravdový skutek, který může vést ke změně. Klient sám se soustředí pouze na změnu. Klient může k poradenství přistupovat laxně („Alespoň jsem něco zkusil.“). Může však také podnikat nutné kroky i nevědomky<sup>30</sup>.

- b) Přečti si následující případovou studii: Julie, nováček ve sboru a ve svém bydlišti, přišla na první schůzku s vámi. Je vdaná za muže, který začal pracovat v dobře známé místní firmě. Má děti ve věku 14 a 8 let. Řekne vám, že její manžel a děti se zde dobře usadili a vypadají šťastně a naplněně. Ona je nicméně zoufale odloučená od přátel a rodiny, kterou opustila. „Nenávidí“ svůj nový dům, nové sousedství a dokonce i sbor. Je obzvláště našťavaná na svého manžela za to, že ji odstěhoval od všeho, na co byla zvyklá. Každé ráno, když rodina odejde do práce a do školy, Julie pláče a vrátí se zpět do postele. Říká, že nemá žádný smysl života, žádné cíle a žádnou touhu po nových kamarádech. Její jediný cíl je návrat ke „starému“ způsobu života. Pomocí principů SFPC urči problém ze své perspektivy.

Klientčin problém je depresivní pocit osamělosti a obviňování manžela z nastalé situace. Její teskné vzpomínky na život v bývalém bydlišti jí nedovolí nahlížet na její současné prostředí v optimistickém duchu umožňujícím změnu v oblasti osobních vztahů nebo pracovního zapojení. Z hlediska SFPC je velmi závažné to, že Julie nepředpokládá žádnou možnost zlepšení své současné situace v daných podmínkách. Kýženým a adekvátním řešením jejího problému je vzbudit v ní představy o dobré budoucnosti v novém bydlišti.

- c) Přezkoumej pět Kollarových možností dráhy. Za vynechání dráhy sebezájmu popiš, jak bys jako poradce co nejefektivněji využil každou možnost v poradenském procesu s Julií. Zahrň i otázky, které bys jí položil. Vysvětli proč bude anebo proč nebude každá z možností v Juliině případě účinná. (Kapitola 11) (450–525 slov)

Kollar nabízí několik drah vedoucích k řešení problému, na které je možné klienta navést<sup>31</sup>.

**Obrátit pozornost k nedávné změně.** Co se jí na novém bydlení líbí? Potkala někoho zajímavého a přátelského v místním sboru nebo v sousedství?

Pokud na svém dosavadním bydlení neshledává nic pozitivního, je třeba **obrátit pozornost k budoucnosti**. Je potřeba vytvořit prostor pro víru v možnost změny. Toho se docílí otázkou: „Jak by tvůj život v tomto novém bydlišti vypadal bez problémů, o nichž hovoříme? Co by muselo být jiné?“

Jestliže si klientka nedokáže představit změnu, je na místě **pochválit ji za to, že se až dosud držela tak dobře a zeptat se ji, jak to udělala**, že to tak dlouho vydržela.

30 Kollar, 121

31 Kollar, 121-132

Otázku samozřejmě pokládáme v pozitivním smyslu. Soustředíme se na schopnost klientky zvládnout problém, nikoli na hrůznost samotného problému.

V případě dosavadního neúspěchu nastupuje dráha **externalizace, tj. vykreslení problému takového, jaký je**. Externalizace problému zahrnuje nejen jeho definici, ale především uvědomění si faktu, že sám problém je problémem. Externalizovaný problém klientky je její deprese v osamělosti a její obviňování manžela. Tento problém není součástí její bytosti, ani není nutným důsledkem stěhování do nového domu. Je nepřitelem, kterého je třeba eliminovat.

## **9. Analyzuj objasnění vize. Aplikuj aspekty objasnění.**

Jakmile si klient (Julie z otázky 8 výše) uvědomí možnost budoucnosti bez problému, je důležité, aby poradce pomohl s procesem objasnění vize.

- a) Přezkoumej pět Kollarových drah k objasnění vize. Stručně vysvětli důležitost objasnění vize.
- b) Pomocí této metody sestav plán zahrnující popis cíle a objasnění cíle, které pomohou Julii pokračovat vstříc řešení. Zahrň otázky, které Julii položíš za účelem objasnění cílů.
- c) Vysvětli proč bude nebo nebude každá z těchto možností v Juliině případě nápomocná. (Kapitola 12) (250–275 slov)

Představa klienta o budoucnosti bez problému musí být nyní upřesněna a převedena do praktické podoby. K tomu v SFPC slouží fáze takzvaného „objasnění vize“<sup>32</sup>, která sestává z pěti součástí.

**Popis cíle** sám o sobě předpokládá pozitivní přístup a předpoklad možného řešení problému. Pozor! Příliš obecně definovaný cíl se hůře hodnotí<sup>33</sup>. Cíl se nám začne rýsovat pomocí otázek: Pokud bys nebyla zoufalá z nového domu a sboru, co by bylo jiné? Co by muselo být jinak, abys byla šťastná? Těmito otázkami mohou vyjít najevo okolnosti, které byly pod dekou zoufalství skryté<sup>34</sup>! (Má např. Julie řidičák, aby byla samostatná a mohla si shánět práci po celém městě?) Pokud však Julie není v této fázi schopná představit si zlepšení svého problému, je vhodné přikročit nejprve k pozitivním otázkám, které podporují vědomí výjimek z problému (viz níže).

**Objasnění cíle** podobně dřívější fáze SFPC používá vizualizace pozitivních výsledků. Ptáme se zde: „Pokud by se Tvůj cíl stal skutečností a já byl moucha na zdi ve tvé domácnosti, co bych viděl?“<sup>35</sup>

**Otázky pro přesně popsané cíle** jsou takové otázky, které podporují vědomí výjimek z problému a dosavadních úspěchů i budoucích úspěšně dosažených cílů. Ptáme se například: „Výborně, Julie! Kde jsi k tomu vzala sílu?“, nebo „Co si myslíš, že se dále změní k lepšímu?“<sup>36</sup>

**Kritéria pro formulaci a popis cíle** jsou vlastně otázkami, které klademe se záměrem (1) nadějněho vylíčení budoucnosti, (2) upřesnění řešení, (3) popisu osobního skutku vstříc řešení, (4) zmocnění klienta, (5) vytvoření klientovy „dráhy“<sup>37</sup>.

32 Kollar, 141

33 Kollar, 142

34 Kollar, 144

35 Kollar, 144

36 Kollar, 148

37 Kollar, 150-151

**Měřítka dráhy pro organizaci cíle** umožňují klientovi vidět jeho současnou pozici a příští pozici, k níž spěje. Zde můžeme požádat klienta, aby na škále 1 až 10 vyjádřil svou momentální pozici, jestliže 10 je stav, v němž by se chtěl nalézat. Jestliže budeme tuto otázku pokládat v procesu poradenství a budeme dostávat různé odpovědi, vzbudíme u klienta dojem, že je schopen pozitivního posunu vstříc řešení<sup>38</sup>. Pomocí této metody musí Julie zjistit, že je schopná dosáhnout pozitivní změny svého problému.

## 10. Analyzuj podporování a upevňování změny. Aplikuj aspekty vedoucí ke změně.

- a) Vysvětlí úvahy za podpůrnou zpětnou vazbou v SFPC.

Povzbudivá zpětná vazba je charakteristickým znakem celého procesu SFPC. Je to ale zároveň zvláštní část procesu. Je poslední poslední složkou poradenství<sup>39</sup>, proto je rovněž jakýmsi pojistným prvkem. Nastává v okamžiku, kdy poradce i klient přeruší shromažďování svých myšlenek. Tato „přestávka“ dává prostor pro přemýšlení o tom, co by mohlo být užitečné.

- b) Přečtou pět Kollarových podpůrných drah zpětné vazby. Pomocí této metody navrhní plán pro podporu Julie v jejích dosavadních pozitivních krocích, zahrnující všechny dráhy (viz otázky 8 a 9 výše). Zahrň komentáře, které Julii udělíš jako podporu v jejím pohybu vstříc řešení.

Fázi povzbudivé zpětné vazby dělí Kollar do pěti oblastí.

**Povzbudit pozitivní činy** je potřeba v případě, kdy klient pochybuje o svých schopnostech. Poradce hledá reálné náznaky závazku a snahy k řešení problému a za ně klienta chválí<sup>40</sup>. Julii bychom mohli pochválit například za to, že až dosud vydržela, že nepřenáší svou depresi na děti, že se snaží vyřešit ji a neublížit při tom svému manželství.

**Omezit strach a posílit silné stránky** je potřeba u klientů, kteří zpravidla trpí strachem ze změny a strachem z odmítnutí. Strach ze změny omezíme tím, že v poradenském procesu postupujeme tempem klienta, který musí změnu pomalu přijmout. Strach z odmítnutí je vlastně strach z odsouzení, které nad ním křesťanský poradce vynese za jeho hřích. Poradce může tento strach potlačit zobecněním zkušenosti hříchu jako čehosi, co se netýká pouze klienta, ale každého člověka. Podobně například Ježíš neodsoudil ženu přistiženou při cizoložství (J 8, 10n), ale předpokládal její schopnost odpovědného následujícího chování<sup>41</sup>.

**Poučný komentář** pomáhá klientovi fundovaně pohlédnout na problém v širším kontextu. Jde vlastně o krátké „kázání“. Pastor Kollar radí zkrátit toto kázání a omezit jej výhradně na dobu povzbudivé zpětné vazby<sup>42</sup>. V případě Julie bychom mohli citlivě promluvit o Biblickém pohledu na úkol ženy v rodině, v církvi a ve světě.

**Rekapitulace cíle** při poradenském sezení pomůže ještě naposledy vizualizovat cíl. Jde o jednoduché zopakování cíle, který jsme společně s klientem vytvořili.

**Předložit jednoduchý úkol**, který se zakládá na tom, co klient během sezení vizualizoval a co již v podstatě zčásti dělá. Obyčejný „domácí úkol“ je zaměřený na

---

38 Kollar, 155

39 Kollar, 104

40 Kollar, 163

41 Kollar, 167

42 Kollar, 169

problém a mohl by vést k ztroskotání. Úkol, který pokládáme v SFPC, navazuje přímo na současné konání klienta. V našem případě zadáváme méně konkrétní úkoly.

Navazujeme při tom na klientův cíl a jeho „sebehodnocení na škále“. Julii můžeme říci například: „Chci, abys v následujícím týdnu udělala cokoli, co tě posune z čtyřky na pětku.“<sup>43</sup>

- c) Proč zahrnout nebo nezahrnout do procesu rodinné příslušníky?

Během prvních dvou sezení bych členy Juliiny rodiny zapojil do procesu jen nepřímo. Detailně bych se klientky vyptával na to, jak ji její rodina vidí, zda cítí její problémy a zda se snaží pomoci jí v nalezení řešení. Samozřejmě bych se ujistil o tom, že její manžel ví o jejím problému a že souhlasí s její účastí na pastoračních sezeních.

- d) Za předpokladu, že změna se začíná dít, popiš metodu, kterou použiješ, abys upevnil změnu, která v Juliině životě proběhla. (Kapitoly 13 a 14) (450–525 slov)

Na druhém poradenském sezení i na všech následujících bude úkolem poradce zvýraznit, podpořit a konsolidovat přínosy poradenství. Poradce toho může docílit tím, že bude tyto pozitivní změny (1) automaticky předpokládat, (2) zvýrazňovat pokládáním upřesňujících otázek, (3) podporovat přínosy jako vhodné a smysluplné, (4) upevňovat je (konsolidovat) a (5) ptát se po dalších změnách<sup>44</sup>. Vhodnými otázkami pro Julii jsou například tyto: „[Jestliže došlo k případu pozitivní změny,] co budeš dělat, aby se to opakovalo?“; „Zažila jsi od našeho posledního setkání alespoň jeden dobrý den?“; „Který den to byl?“; „Co na něm bylo nejlepší?“

---

43 Kollar, 174

44 Kollar, 179-180

## **Bibliografie**

KOLLAR, Charles Allen. *Solution-focused pastoral counseling: an effective short-term approach for getting people back on track*. Grand Rapids, Mich.: Zondervan, c1997, 223 p. ISBN 03-102-1346-0.

Biblické citace a odkazy se řídí dle Českého ekumenického překladu.