

Počítal jsem nohy centipedovi

Karel Balcar

(Ne)rozhovor

Měl to být rozhovor s názvem "Trojnožka myšlení Karla Balcara", anebo třeba také s jiným. Nabídl jsem loni (jako vklad) těchto pět pracovních otázek:

1. Nevede podle Vás v ČSFR na poli **rodinné** terapie teorie nad praxí? Myslím na systemiky, kongresy, výcviky, KONTEXT, ale už hůř se mi představuje, ke komu bych mohl docházet s vlastní rodinou.
2. Kdo, kde, kdy a jak využívá dnes u nás systematictěji **tvarové** terapie?
3. Nehrozí naopak podle Vás na poli **hypnoterapie** převálcování teorie širokou praxí?
4. Mohl byste prozradit přibližný poměr mezi terapeutickými postupy, na něž jste se pečlivě připravoval (myslím v konkrétním případě), a postupy volnými ad hoc, tak jak Vám jejich užití vyplynulo ze situace?
5. Asi by byla zajímavá kasuistika rodiny, u které jste "měnil" role (nebo neměnil?): byl jste i rodinným i tvarovým terapeutem i hypnoterapeutem...

A takto si Karel Balcar spočítal nohy:

"Odpovídám na Tvé psaní po návratu z dovolené. Díky za zájem a za inspiraci k rozhovoru. Ovšem to, jak mě vidíš a co ode mě čekáš Ty, je samozřejmě umístěno v trochu jiných souřadnicích, než jsou ty moje. A tak mi ty otázky - či spíš předpoklady za nimi skryté - tak úplně nesedí. Tvá "trojnožka" mě neoslovila, spíš dovedla k tomu, že jsem si začal počítat nohy. A protože si ještě pamatuji jeden výzkum ze svých 5 let, kdy jsem počítal nohy centipedovi (bylo jich myslím, 28 nebo 30), naskočil mi výraz "stonožka" jako lépe vystihující mou situaci. Ale i toto odmítnutí přičenené "trojnohě" role bylo celkem dobrým odstartováním řetězu asociací, které Ti vrátím v podobě zas "mého" pomyslného rozhovoru s Tebou. Snad to bude zas inspirovat Tebe. (Snažím se ovšem odpovědět na Tvé otázky...)"

ZV: Když jsi při pozvání k rozhovoru tak rozhodně odmítl hovořit "jako terapeut tvarový, rodinný a hypnotický", nezbyvá mi, než abych se tě zeptal: Co tedy vlastně jsi?

KB: Tuhle otázku dobře znám, často ji dostávám i s alternativami: Jsi gestaltista, nebo behaviorista? Jsi "individuální", nebo "rodinný" terapeut? Jsi hypnotizér "tradiční", nebo "ericksonský"?. popřípadě ještě jinak - podle toho, s čím se kde zrovna ukážu.

Připomíná mi to má klukovská léta v Praze bezprostředně po válce. Když jsme se tehdy seznamovali někde na "neutrální půdě" - ve škole, na hřišti a tak - typicky pak přišla otázka: "Seš Pláckař, nebo Zderazák?" (popřípadě Bouračák, Podskalák a tak dále). Příslušnost k pouličnímu "klanu" (snad partě, nebo gangu?) se označovala podle jeho zvykového shromaždiště ke klukovským hrám, zábavám a ovšem k obvykle předem smluveným, avšak krvavě nesmlouvavým pouličním bitvám s některým z klanů sousedních. Moje totožnost v tomto ohledu jasně vyplývala z teritoriální příslušnosti ke křovi- natému zákoutí za zadními zdmi techniky a zderazského kostela a pravidla pouličního soužití zde nepřipouštěla ani nerozhodnost, ani obojakost, i když "mimo službu" jsme se spolu kamarádili bez ohledu na bojová uskupení.

ZV: Ted' se mi ale zdá, že na rozdíl od téhle někdejší jednoznačnosti tvá současná - třeba jen odborná - totožnost tak jasná není.

KB: Je to tak a nijak mě to netrápí. Nejsem výhradní "stoupenec" určité školy nebo přístupu (jednoho, dvou, tří...) a vůbec si nečiním nárok se za nějakého "značkového" terapeuta prohlašovat. Podle obvyklých měřítek se vlastně ani nemohu prohlašovat za psychoterapeuta. "Pracovně" jsem prostě psycholog a vedle jiných věcí se takto zabývám i psychoterapií: zčásti s dospělými, zčásti s dětmi; někdy z hlediska jednotlivce, jindy z hlediska rodiny; a snažím se s nimi pracovat tak, aby jim to bylo v jejich problémech prospěšné. Samozřejmě jsem se i přitom víc "našel" v některých problémech, některých přístupech a některých metodách a jiné mi zůstaly vzdálenější. Ale v každém případě se snažím z toho, co jsem si dokázal osvojit ("učinit svým"), vždy volit podle potřeby.

ZV: To zní z teoretického pohledu až "bezcharakterně", z praktického pak hodně eklekticky...

KB: Skutečně kvalifikovaný eklektický přístup (a tím nemyslím u nás častou situaci skutečně bezcharakterního "zaplácávání" problémů náhodně posháněnými útržky různých názorů a technik) je mimořádně náročný. Myslím, že to u nás nikdo neumí: poznat, který pohled v konkrétním případě nejlépe osvětlí, oč jde, a poučeně i zodpovědně zvolit a uplatnit takový postup, který potřebám a možnostem člověka přede mnou nejlépe vyhoví.

ZV: Zní to tak "synteticko-diferencovaně", jako by z tebe mluvil Kratochvíl...

KB: Je to můj první učitel psychoterapie. - Další pak už byli spíš "dálkovi": Erickson, Perls, Frankl, Minuchin... a hodně jiných. Nevěřím, že by bylo rozumné snažit se "být jako Mistr" v jeho umění; spíš je potřeba všechno přijímané dobře "strávit" (asimilace!) a přetvořit to na vlastní. Proto se rád hlásím k "pluralitě" i v tom, u koho a čemu se učím. Potřebnou jednotu si z toho člověk tvoří sám - ovšem jen tak, jak na to má ...

ZV: Sám jsi mi ale před chvílí připomněl výrok jednoho svého někdejšího učitele (šlo o R. B. Cattella), že "člověk nemůže kráčet všemi směry najednou"

ostatně i v češtině máme nějaké přísloví o "honění dvou zajíců naráz"... není to tvůj problém? a jak můžeš vycházet třeba z behavioristického pojetí člověka - deterministického stroje a zároveň z pojetí svobodného a svými činy vlastní existenci naplňujícího lidství? Není v tom rozpor?

KB: Samozřejmě je, a dokonce, jak se nedávno s oblibou říkávalo, "nesmířitelný", ovšem pokud... Pokud si činíš nárok, že třeba fyzikální, nebo biologické, nebo psychologické, nebo vůbec nějak "-ické" zobrazení člověka ho skutečně vystihuje v úplnosti, "totálně" - a ne jen v pohledu z jedné, z té své, strany. Ta "jednostranná" zobrazení mohou být navzájem velice rozdílná a sama o sobě navzájem rozporná, a přitom současně správná. Ale člověk sám není v žádném z nich obsažený cele, i když je všechny v sobě obsahuje. Také v psychoterapii jsme každý i hmotným "strojem", i živým ústrojím, i oduševnělou bytostí hledající smysl své existence. Prakticky jde o to poznat, na které úrovni je jádro problému a klíč k jeho rozřešení - a také jak se to týká těch ostatních stránek. (Takhle to umí pěkně ukázat Frank).

ZV: Já to tedy prozatím beru, ale přednášku jsem od tebe vlastně právě teď nechtěl. Raději bych se tě zeptal na konkrétní zkušenosti - třeba s těmi psychoterapiemi, se kterými ses přece jen zapletl trochu víc. Pro mě jsi spojený hlavně s hypnózou, s tvarovou terapií a s rodinnou terapií. Začněme třeba s tou: Nevede u nás v Československu na poli rodinné terapie teorie nad praxí? Myslím na systemiky, kongresy, výcviky, KONTEXT, ale už se mi hůř představuje, ke komu bych mohl docházet s vlastní rodinou.

KB: Těžko říct. Rodinně orientovaná terapie je náročná práce a zároveň nedostatková záležitost - dokonce ještě obtížněji dosažitelná, než je psychoterapie individuální nebo skupinová. A nejen pro klienty, ale i pro terapeuty, snad s výjimkou několika osvědčených pracovišť, kde se jí podařilo začlenit přímo do pracovní náplně. Pro většinu lékařů či psychologů je to prozatím stále ještě práce navíc, kterou v okruhu svého pracoviště a bydliště raději příliš neinzерují a pochlubí se s ní až mezi svými - právě na těch kurzech, sympoziích a podobně. A i tam mnozí raději příliš o ní nemluví z nejistoty, zda to dělají správně - nikdo jim to pořádně neukázal a neprobírá to s nimi. Kromě nedostatku "pracovního" času k soustavnému studiu, konzultacím a tak, za to asi mohou i naši renomovaní mluvící oboru, kteří dokáží ostatní oslnit vlastními i cizími příběhy a paradigmaty tak, až jim přejde zrak i chuť uplatňovat své prosté, ač poctivé pokusy na veřejnosti. Řekl bych, že "teorii" je u nás víc vidět a slyšet, než praxi. Ale od pražského kongresu v osmdesátém sedmém u nás učinila praxe, podle mého pozorování, mnohem větší pokrok - i když zdaleka není a asi brzy nebude snadno dostupná všem potřebným. Je také příliš náročné chtít, aby lidé po studiu, přednáškách a letmých ukázkách začali rovnou pracovat s rodinami. Chybí rozhodující vzdělávací články: vidět a slyšet, jak to někdo dobře dělá. Ne jen jedno či dvě ukázková sezení, ale celou terapii od počátku do konce.

ZV: A jak to u nás vypadá s využíváním tvarové terapie?

KB: U nás, pokud vím, se "tvaroví terapeuti" jako druh nevyskytují. Nejsem si jistý, zda je to škoda, nebo zda je to dobře. Ale odpovídá to celkem rozumně povaze této zvláštním způsobem náročné a riskantní metody. Sám jsem měl možnost až asi po patnácti letech "samostudia" setkat se se zahraničními praktiky. Shledal jsem přitom, že pro mnohé je tvarová terapie pečlivě indikovaným krokem, k němuž se často uchylují i v rámci jinak založené psycho-terapie tehdy, když je potřeba dosáhnout "průlomu" v neurotických či psychosomatických "bludných okruzích" osobní a rodinné patologie. Naproti tomu "čistých" tvarových terapeutů je mnohem méně, než kvalifikovaných uživatelů tohoto postupu a pokud jsem měl možnost se s nimi konfrontovat - působili na mě poněkud "sektářsky"; ovšem šlo o setkání spíš výjimečná. Brzy však o tom budeme vědět víc z první ruky: několik kolegů bylo přijato do několikaletého zahraničního výcviku a získají zkušenost mnohem reprezentativnější. Jak často a kdo u nás užívá tvarových metod, to se neodvažuji odhadnout. Jistě by byl zajímavý průzkum, který by toto zjišťoval pro různé metody; zatím jej nikdo neudělal. Sám upouštím od několikahodinových "ochutnávek" a začínám s několikadenními kursy, pokud je ovšem možnost je někde uspořádat, a čekám na zprávy z praxe.

ZV: Nehrozí naopak na poli hypnoterapie převálcování teorie širokou praxí?

KB: Možná tak pár týdnů po úvodním, kroměřížském kursu nebo podobné akci. Komu vydrží až do ukončení kursu naivní představa, že hypnotická sugesce má - hlava, nehlava - léčivou moc, shledá brzy po dobrém nebo po zlém, že to jaksi není ono a na hypnózu zpravidla zanevře, nebo rozumněji usoudí, že to není práce pro něj. (Mám na mysli kolegy v rámci alespoň širší normy). Nedorozumění bývá někdy v tom, že hypnóza sama o sobě není psychoterapeutickou metodou. Je to jen zvláštní stav vědomí a zvláštní způsob komunikace, v němž lze také vést psychoterapii. Hypnóza je pro psychoterapii někdy výhodná, jindy nevýhodná. Výsledky však závisí ani ne tak na hypnóze samé, jako spíše na vhodnosti toho, co a jak v ní terapeuticky činíme. A tak i teorie hypnoterapie přidává k teorii psychoterapie poměrně málo - spíš jen poukazuje na některé výhodné zvláštnosti využívání psychoterapeutických pochodů v přítomnosti hypnotického stavu, vztahu a vlivu. Postrádají-li někteří hypnoterapeuti teorii, tak nejde ani tolik o teorii hypnologickou, jako o teorii psychoterapeutickou.

P. S. "Ty Tvé zbývající dvě otázky mi nějak nesedí. Na tu 4. (poměr mezi "přípravenými" a "improvizovanými" pt. postupy) bych nejspíš odpověděl, že vždy volím a upravuji postup podle situace (a možná bych se přiznal, že na pořádné přípravování nemívám čas). K 5. bych asi řekl, že neměním roli, jenom vždycky "skládám" celkový postup tak, jak cítím či pokládám za vhodné - někdy dobře, někdy špatně. a popisovat kazuistiku - to by zabralo moc místa."