

ROZHOVOR

Zlomek z nekonečného rozhovoru Antonína Šimka s Darjou Kocábovou (leden 1996)

A.Š.: Nekonečný příběh psychoterapie ve Tvém životě... Hovořili jsme spolu o tom, jak je důležité, aby terapeut byl pro pacienta „stabilní“ - aby byl „po ruce“ ještě za měsíce, za léta. Na druhé straně je samozřejmě každý terapeut normální člověk, žije svým běžným životem, který nemůže být na úkor toho „prvního“. Jak to prožíváš? Něco jsi spustila. Kdo to vezme za Tebe? Ptám se Tě, protože je to i moje dilema.

D.K.: To je to nejsložitější, co sis mohl vymyslet.

A.Š.: Možná to ani nejde zachytit slovem. Když myslím na mladé terapeuty mám na mysli toto: zdravé je fluktuovat, zdravé je poznat řadu pracovišť, neváznout hned na jednom - ale kdyby v takovéto situaci začli pracovat systematicky s psychotiky, tak je budou zklamávat, protože za chvíli „nebudou“ - budou jinde. Ty jsi začínala s touto prací po čtyřicítce, až později. Jak ty to vidíš? Kdo vlastně tuto práci s psychotiky může trounout?

D.K.: Pravda je, že já byla zaměstnaná tam, kde byl právě můj muž, takže z počátku to bylo také přecházení z pracoviště na pracoviště, což bylo pro mě strašně užitečné - a je to pro každého z nás. Po čtyřicítce jsem začala s výcvikem. Pak tomu napomohla politická situace: nemohla jsem do Prahy, i když jsem tam měla místo (vzkázali mě, že se nemám snažit, jinak že nedostanu žádné místo). Pak už jsem ale v Kosmonosích zůstala, i když jsem se přestěhovala do Prahy. Myslím si, že by měli mladí lidé co nejvíc poznat, ale - asi - s tím, že se nemohou tolik angažovat, aby lidi na sebe poutali. Práci s psychotiky by měli začít dělat až tehdy, když se rozhodnou definitivně, že u toho zůstanou. Zaplést se s psychotikem znamená, že by se člověk neměl stěhovat a pokud možno ani umřít. To uvádím ad absurdum. Je to možná z mé zkušenosti. Mě ta „koncovka“ moc nejde. Možná, že jsem svou profesionalitu pojala trochu šířeji, než by bylo záhodno. Člověk by se neměl vydávat, když ví, že v tom není centrum jeho profesionálního života. Ale mě by taková odpověď samotnou moc neuspokojila.

A.Š.: Ty se hodně zamýšlíš nad tím, co má terapeut sám se sebou dělat, aby toto unesl, vydržel. Pamatuji si na to už z doby, kdy jsme se někdy před šestnácti

lety začli vídávat, kedy jsme spolu procházeli tříletým výcvikem ve vedení bálin-
tovských skupin, řadu let jsme spolu vedli skupiny. Kromě toho, že je důležitá
supervize, jsi sama hovořila o své osobní zkušenosti, že člověk přestává být
citlivý, protože centrum zájmu je někde jinde. To, co se nazývá syndromem vy-
hoření... Já sám mám pocit, že jsem si na to párkrát sáhl v posledních dvou třech
let, kdy jsem somatizoval, měl jsem pocit, že už se toho hrnulo na mě příliš. Pak
jsem poslechl své tělo a ono se to zase usadilo. Napadlo mě, že ty po převratu,
vlastně celá rodina jste žili tím, co se dělo. Bylas v pochybnostech, jestli se
k psychoterapii vrátíš. A teď se Ti to děje: vrací se to. Co Ti pomohlo se vrátit
z toho „vyhoření“?

D.K.: Přemýšlím o tom, jestli mě syndrom vyhoření - jestli mě to popadlo.
Jestli zrovna revoluce je takový výjimečný předěl. Asi jsme ho prožívali
hodně silně. Jestli se dá říct, že to patří k tomu syndromu vyhoření. Měla
jsem pocit, že už síly ochabujou. Že už nejsem tak ochotná vydávat se
do posledního... Syndrom vyhoření ale není ireversibilní. Že i z toho popela
může vzlétnout Fénix. Člověk by měl hledat, když přijde do krize stáří nebo
stárnutí, odchodu, že by měl hledat ještě jiný cíl. Fakt je ten, že mi volali
a dávali najevo, že jsem si v léčebně něco nadrobila a nemůžu od toho
odejít. Tomáš Adam prorokoval, že tam budu chodit ještě s hůlčičkou jako
babička. A já se bojím, aby to tak nedopadlo. Ale já ti řeknu, že jsem jednak
vyhověla jejich volání, že to ještě potřebujou - pacienti, sestry - i když teď
by to už možná šlo se vyvázat, ale všimněte si, že tam, kde investujete
hodně pozitivní energie, se - když se tam vracíte - nabíjíte. Možná mně
pomohli trochu se zase vzpamatovat. To prostředí, komunita a pacienti,
kteří tam žijou dál. Mám pocit, že jsem se z té revoluce trochu vzpamatovala.
(Úryvek z delšího dialogu vedeného v Pardubicích v lednu t.r.)

ESEJ

Ivan Žucha - Všimnúť si všímavost'

Tutu úvahu iniciovali práce publikované v tomto časopise. (I.Ž.)

Všimnime si všimnutie si.

Modelom nám bude vizuálne pole.

1. Vizuálne pole - ak „normálne“ vidíme - je plné fenoménov, ktoré sú anonym-
né, ale štrukturované. Neopytujeme sa, odkiaľ a ako prichádzajú, ako sa „urobí“,
že sa nám „predstavia“. Ak si chceme na tejto „úrovni“ niečo všimnúť, povieme
si: „vidím“.