

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



**Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové
psychoterapie**

Bc. Markéta Součková

Vedoucí diplomové práce: Mgr. et Mgr. Michal Slaninka, Ph.D.

Praha 2023

Prague College of Psychosocial Studies



**The cooperation of the therapeutic couple to conduct
group psychotherapy**

Bc. Markéta Součková

The Diploma Thesis Work Supervisor: Mgr. et Mgr. Michal
Slaninka, Ph.D.

Praha 2023

Prohlášení

1. Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne 30.7.2023

.....

Podpis autorky

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala Mgr. et Mgr. Michalu Slaninkovi, Ph.D. za odborné vedení, cenné připomínky a podporu, kterou mi v průběhu zpracování této diplomové práce věnoval.

Dále děkuji všem svým respondentům za ochotu a otevřenost ve sdílení svých prožitků a zkušeností.

Abstrakt

Diplomová práce se zabývá spoluprací terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie. Teoretická část objasňuje základní témata, která s touto spoluprací souvisejí. Zaměřuje se na skupinovou psychoterapii obecně, ale hlavní důraz klade na dovednosti a úkoly skupinového psychoterapeuta, styly vedení skupinové psychoterapie a reflektivní a supervizní proces k ní náležící. Praktická část práce je realizována metodou kvalitativního výzkumu. Autorka práce se pomocí polostrukturovaných rozhovorů snaží zachytit prožívání a zkušenosti skupinových psychoterapeutů, které se objevují ve společném vedení skupinové psychoterapie.

Klíčové pojmy

skupinový psychoterapeut, spolupráce terapeutického páru, prožívání, otevřená komunikace

Abstract

The Diploma thesis deals with the cooperation of a therapeutic couple in the conduct of group psychotherapy. The theoretical part explains the basic topics related to this collaboration. It focuses on group psychotherapy in general, but the main emphasis is on the skills and tasks of the group psychotherapist, the styles of conducting group psychotherapy and the reflective and supervisory process belonging to it. The practical part of the thesis is carried out using a qualitative research method. Using semi-structured interviews, the author of the thesis attempts to capture the lived experience of group psychotherapists as they emerge in the collaborative conduct of group psychotherapy.

Key words

group psychotherapist, therapeutic couple cooperation, experiencing, open communication

Obsah

ÚVOD	1
TEORETICKÁ ČÁST	3
1 SKUPINOVÁ PSYCHOTERAPIE	3
1.1 Skupina jako sociální mikrosvět	4
1.2 Základní teoretické přístupy ke skupinové psychoterapii	5
2 SKUPINOVÝ PSYCHOTERAPEUT	8
2.1 Úkoly skupinového terapeuta a jeho role ve skupinovém procesu	8
2.2 Požadavky na skupinového terapeuta a jeho osobnost	13
2.3 Dovednosti skupinového terapeuta	14
2.4 Typy a role skupinových terapeutů	16
3 TERAPEUTICKÝ PÁR	21
3.1 Složení terapeutického páru	23
3.2 Výhody a nevýhody vedení skupiny terapeutickým párem	25
3.3 Vedení skupiny: styly vedoucích a jejich kompatibilita	30
4 REFLEKTIVNÍ A SUPERVIZNÍ PROCES	32
4.1 Reflektivní proces	32
4.2 Supervizní proces	34
4.2.1 Čtyři supervizní přístupy pro skupinové psychoterapeuty	35
PRAKTICKÁ ČÁST	38
5 METODIKA VÝZKUMNÉ SONDY	38
5.1 Cíle výzkumné sondy a výzkumné otázky	39
5.2 Výzkumný soubor	40
5.3 Příprava na výzkumnou sondu	43
5.4 Etické aspekty výzkumu	48
5.5 Metoda získávání dat	49

5.6	Metoda analýzy dat	50
5.7	Výsledky výzkumného šetření	52
	DISKUSE.....	77
	ZÁVĚR	81
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	83
	SEZNAM PŘÍLOH.....	86
	Příloha I - Vzor informovaného souhlasu	86
	Příloha II – Transkripce rozhovorů	86

ÚVOD

Téma práce *Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie* jsem zvolila z toho důvodu, že ačkoli se vedení skupinových psychoterapií věnuji již sedm let, stále se v rámci vztahů se svými koterapeuty dostávám do nejrůznějších situací, které jsou pro mě nové a nezdědka kdy i obtížné. Opakovaně si kladu otázku, jakým způsobem by bylo nejlepší v konkrétních případech komunikovat například o třecích plochách, které se ve spolupráci dvou různých psychoterapeutů nutně objevují a přemýšlím, co mi brání v otevřeném sdílení mých emocí, pocitů a myšlenek. A uvažuji, co mi naopak v těchto situacích pomáhá. Proto jsem se rozhodla, že se v rámci praktické části své práce zaměřím pomocí polostrukturovaných rozhovorů právě na prozkoumání zkušeností jiných psychoterapeutů pracujících v páru, abych jejich prostřednictvím mohla zachytit další prožitky, zkušenosti a strategie, jak s těmito otázkami a výzvami ve spolupráci nakládat. Zajímalo mě, co je pro ně ve vztahu a spolupráci s koterapeutem důležité, co jim pomáhá v otevřenosti a pocitu bezpečí ve vztahu ke kolegovi, a jaké je jejich prožívání těchto někdy náročných ale vždy tolik obohacujících spoluprací.

Dalším důvodem, proč jsem se rozhodla podívat se na tuto specifickou spolupráci blíže, bylo, že když jsem hledala v odborné literatuře odpovědi na otázky, které jsem si v průběhu práce v terapeutickém páru kladla, zjistila jsem, že se vztahu a spolupráci terapeutického páru věnuje jen velice málo výzkumné pozornosti, a to i přes to, že většina skupinových psychoterapeutů preferuje vedení skupin v páru.

V teoretické části práce se nejdříve krátce věnuji skupinové psychoterapii obecně, největší pozornost věnuji kapitole *Skupinový psychoterapeut*, v rámci které vymezuji terapeutovy základní úkoly a potřebné dovednosti, dále zmiňuji typologii skupinových vedoucích a složení terapeutického páru. V poslední části práce se zabývám reflektivním a supervizním procesem skupinových terapeutů. V teoretické části práce pro mě byla primární výchozím zdrojem publikace *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* od Irvina D. Yaloma a Molyna Leszcze, a neméně důležitou inspirací pak publikace *Skupinová psychoterapie v praxi* od Stanislava Kratochvíla.

V praktické části práce se zaměřuji na porozumění základním aspektům spolupráce skupinových psychoterapeutů s jejich koterapeuty, cílím především na

prožívání této spolupráce z pohledu psychoterapeutů a na zkušenosti, které s vedením skupinové psychoterapie v páru mají. Pro účely práce jsem zvolila kvalitativní přístup, konkrétně využití polostrukturovaných rozhovorů, které následně zpracovávám Tematickou analýzou s cílem zodpovědět předem stanovené výzkumné otázky.

Věřím, že by moje práce mohla přinést poznatky, jak zlepšit moje dovednosti a pomoci mi překonat překážky ve spolupráci, na které občas narážím, a zároveň doufám, že by tyto poznatky mohly být přínosné i pro jiné skupinové psychoterapeuty, kteří se snaží svou práci dělat co nejlépe, a občas sami se sebou i se svými koterapeuty zápolí.

TEORETICKÁ ČÁST

1 SKUPINOVÁ PSYCHOTERAPIE

Přestože ústředním tématem této diplomové práce je skupinový psychoterapeut a jeho spolupráce s kolegou, se kterým skupinu vede, považuji za smysluplné začít vymezením základního pole na kterém se skupinový psychoterapeuti pohybují, tedy skupinovou psychoterapií.

Jak uvádí Kratochvíl, „*Skupinová psychoterapie* je postup, který využívá k léčebným účelům skupinovou dynamiku, tj. vztahy a interakci jak mezi členy a terapeutem, tak i mezi členy navzájem“ (2009, s. 15). Autor zde zdůrazňuje rozdílnost individuální a skupinové terapie právě v tom ohledu, že skupina nabízí prostor pro skupinovou dynamiku, tedy je utvářena zejména vztahy ve skupině a interakcemi mezi jednotlivými členy, kteří vstupují do terapie jak se svými individuálními osobnostními charakteristikami, tak i se zkušenostmi ze svého sociálního prostředí. Tento typ interakcí nemůže individuální terapie ze své podstaty klientovi nabídnout (Kratochvíl, 2009).

Tato individuální specifika stejně jako sociální kontext každého z členů, vytváří jedinečnou a neopakovatelnou dynamiku každé skupinové psychoterapie. Formy skupin mohou být opravdu rozličné. Každá skupina má samozřejmě své konkrétní cíle a normy, stejně jako různé vnitřní uspořádání. Obvykle hovoříme o malých skupinách čítajících 8-12 členů, které se mohou lišit ve frekvenci setkávání, které se pohybuje buď jednou až dvakrát týdně u ambulantních skupin, nebo až pětkrát týdně v případě stacionářů a v případě terapeutických komunit může skupina probíhat i několikrát denně. Nejčastější doba trvání jedné skupiny je 90 minut.

Skupiny můžeme dělit na uzavřené a otevřené na základě způsobu, jakým členové do skupiny vstupují a opouštějí ji. „Uzavřená“ skupina je taková, kdy jednotliví členové do skupiny ve stejný čas vstupují a celou skupinu společně absolvují a následně ji i společně opouští, druhým typem je skupina „otevřená“ v průběhu které noví členové nastupují už do probíhajícího skupinového procesu a starší členové skupinu průběžně opouští. Další pohled, kterým lze skupiny dělit je z hlediska výběru členů na skupiny homogenní (stejný věk, pohlaví, obtíže) a heterogenní. Případně můžeme skupiny dělit

na základě zaměření na konkrétní problematiku jako jsou skupiny pro klienty potýkající se s neurózami, afektivními poruchami, poruchami osobnosti, schizofrenií a mnoha dalšími potížemi. Různých forem a typů skupin je skutečně mnoho, a proto si dovolím vzhledem k zaměření této práce další dělení nejmenovat.

1.1 Skupina jako sociální mikrosvět

Můžeme si položit otázku, zda skupina jako sociální mikrosvět skutečně odráží realitu, kterou zažívají klienti ve svých reálných životech „venku“ mimo skupinu, a zda tedy skupina poskytuje klientovi zrcadlo, které mu může odhalit maladaptivní strategie, které nevědomě používá v osobním životě.

Na tuto otázku odpovídají Yalom a Leszcz ve své obsáhlé publikaci *Teorie a praxe skupinové terapie* tím, že jde spíše o otázku času, tedy po jaké době se projeví klientův interakční styl, a začne se vztahovat k ostatním způsobem, který je pro něj přirozený. Uvádějí, že patologie některých klientů se může projevit již během prvních sezení, zatímco u jiných je tento proces pomalejší. Nicméně po dostatečně dlouhém pobytu ve skupině se jedinec projeví způsobem, jakým je zvyklí vztahovat se ke svému okolí mimo skupinu. Podle autorů není ani nutné, klient vyprávěl historii své patologie, i kdyby na ní měl náhled, prvky jeho maladaptivního chování se ve skupině nutně projeví v interakci „tady a teď“. Zároveň doplňují, že: „Jedním z hlavních úkolů výcvikových programů pro skupinové terapeutky je rozvoj schopnosti rozeznat maladaptivní interpersonální chování v sociálním mikrosvětě malé skupiny a využít ho pro terapii“ (Yalom & Leszcz, 2007, s.51).

Teorii Yaloma a Leszcze potvrzuje také Praško, Grambal, Šlepecký a Vyskočilová (2009), kteří jako základní argument pro účinnost a smysluplnost skupinové terapie uvádějí myšlenku, že obtíže a psychické poruchy, na kterých klienti pracují, vznikaly převážně v malých přirozených skupinách, jejichž součástí jsou lidé už od narození, ať už se jedná o rodinu, nebo později školu či pracovní kolektiv. Tato uskupení ovlivňují, formují případně i deformují lidskou psychiku a následné chování. V terapeutické skupině se problematické vzorce v chování a myšlení manifestují ve vztahu jak k terapeutům, tak i k ostatním členům dané skupiny. Jednotliví členové se tak mohou na základě interakcí s ostatními konfrontovat se svými vztahovými vzorci a učit se

porozumět svému vztahování ke druhým. Porozumění pak nabízí možnost na svém neefektivním způsobu vztahování se pracovat v bezpečném tréninkovém prostředí skupiny. Pokud se klientovi nový způsob chování osvědčí na tomto poli, může začít své nově nabyté dovednosti používat i ve svém reálném životě.

1.2 Základní teoretické přístupy ke skupinové psychoterapii

Chápání skupiny jako prostoru pro zvědomování si maladaptivních vzorců a práci na jejich změně, se neodmyslitelně pojí s otázkou: Jakým způsobem jednotlivé terapeutické přístupy toto uvědomění členům skupiny zprostředkovávají? Je zřejmé, že každý terapeutický koncept má vlastní specifický způsob vedení skupin zkonstruovaný tak, aby do popředí skupinové práce vystupovaly obsahy, se kterými daný přístup pracuje. Na tomto místě bych se ráda věnovala čtyřem základním teoretickým přístupům, na jejichž základě je možné přistupovat k vedení skupinové terapie. Mým cílem je přiblížit rozdílnosti teoretických přístupů s ohledem na praktickou část této diplomové práce, která se snaží popsat strategie, pomocí kterých psychoterapeuti vycházející z rozdílných terapeutických přístupů hledají společnou cestu, jak společně skupinu vést.

Praško et al. (2009) v tomto duchu třídí přístupy na psychoanalyticky orientované, eklektické pojetí, behaviorální přístup a kognitivně-behaviorální přístup.

- a) Psychoanalytická orientace: Terapeut pracuje jak s jedincem ve skupině, tak i se skupinou jako celkem, poskytuje interpretace vědomých i nevědomých obsahů probíhajících v rámci skupinové dynamiky. Jeho role se mění v závislosti na fázi, ve které se skupina nachází. Na počátku skupiny aktivně podněcuje skupinové dění, a postupem času se stahuje a podporuje členy skupiny v přebírání role koterapeuta při práci s ostatními účastníky. V rámci skupinového procesu se zaměřuje zejména na přenos, zrcadlení a emoce členů skupiny.
- b) Eklektické (psychodynamické a interpersonální) pojetí: Jedná se o přístup, který je podle autorů asi nejvíce zastoupený. Mimo uvedených dvou přístupů může terapeut čerpat i z transakční analýzy. Terapeut se zde soustředí především na interpersonální učení mezi členy skupiny. Jeho základním úkolem je podněcovat a umožňovat interpersonální dění ve skupině. Terapeut

sám jde skupině příkladem, oproti jiným psychodynamickým přístupům je mnohem transparentnější a podporuje skupinu ve zkoumání maladaptivních vzorců chování, které se objevují během interakcí ve skupině a následně podněcuje práci na změně těchto problematických způsobů vztahování. Terapeut využívá přirozenou dynamiku dané skupiny, vychází z předpokladu, že v interakci s ostatními se členové skupiny projevují stejně, jako ve svých reálných životech.

- c) Behaviorální přístup: Behaviorální terapeut vystupuje ve skupině jako expert na danou problematiku. Je zodpovědný za učení dovednostem, které vycházejí z tematického zaměření skupiny. Ve své roli „učitele“ využívá k ilustrativním příkladům zkušenosti jednotlivých členů skupiny. Usiluje o spoluúčast členů na procesu učení například při nácviku hraní rolí. Nevěnuje se skupinové dynamice ani přenosu jako je tomu u psychodynamických přístupů, ale klade důraz na proces učení mezi členy, vzájemné poskytování zpětných vazeb a příkladů.
- d) Kognitivně-behaviorální přístup: Terapeut s kognitivně-behaviorální přístupem zdůrazňuje jak edukační stránku, tak i interpersonální práci skupiny. S trochou nadsázky by se dalo říct, že kombinuje interpersonální a behaviorální přístup. Skupiny bývají zaměřeny na práci s konkrétním problémem, který mají členové skupiny společný. Oproti behaviorálnímu terapeutovi podporuje interakce mezi jednotlivými členy a pracuje s aktuálním skupinovým děním. Terapeut je zde v roli laskavého učitele, který srozumitelnou formou vysvětluje probíraná témata a zároveň podporuje skupinu v otevřené komunikaci a pomáhá při nácviku nových dovedností (Praško, Grambal, Šlepecký, Možný, & Vyskočilová, 2019).

Je zřejmé, že teoretických konceptů, které jsou podkladem pro vedení skupin, je přinejmenším tolik, kolik jich můžeme popsat i v individuální terapii ne-li více, výše uvedený výčet se omezuje na ty, ze kterých vychází praxe kognitivně-behaviorální terapie, kterou si autoři kladou za cíl popsat ve své publikaci *Skupinová kognitivně-behaviorální terapie*.

Nad rámec tohoto rozdělení bychom pro úplnost měli alespoň zmínit ještě humanisticky orientovaný přístup C.R.Rogerse. Ten se vyznačuje poměrně jiným nastavením. Skupiny vedené rogersovským přístupem jsou ze své podstaty naprosto

nedirektivní. Rogers hovoří o tom, že začátek každé skupiny je provázen zmatkem a frustrací, které vychází z „nevedení“ skupiny. Každá skupina si nejdříve projde stádiem, kdy se snaží prosadit alespoň nějakou strukturu či řád do skupinového setkávání. Různí členové berou na sebe vedení, případně nominují do vedení někoho z ostatních. Po této počáteční bouřlivé fázi, během které jsou všechny nápady na strukturování skupiny zamítnuty, se teprve objevuje prostor pro jedinečné bytí každého z účastníků procesu. Přijetí tohoto nezvyklého uspořádání pak nabízí členům, aby se namísto přizpůsobování se pravidlům dané skupiny obrátili do sebe, a hledali v tobě svůj jedinečný smysl a přístup ke svému autentickému fungování na skupině (Rogers & Krejčí, 2014).

2 SKUPINOVÝ PSYCHOTERAPEUT

2.1 Úkoly skupinového terapeuta a jeho role ve skupinovém procesu

Skupinový terapeut je stejně tak členem skupiny, jako jeho základním stavebním kamenem. Je zodpovědný za vznik i průběh celé skupiny. Z této zodpovědnosti mu vyplývají čtyři úkoly.

- a) **První úkol:** Práce skupinového psychoterapeuta (dále jen terapeuta) začíná dávno před tím, než se skupina oficiálně začne scházet. Příprava spočívá v hned několika důležitých bodech. Terapeut, případně terapeutický pár terapeut-koterapeut, o jejichž spolupráci se budu zmiňovat na dalších stránkách tohoto textu, jsou zodpovědní za:
 - I. Praktickou přípravu na skupinu. Praktickou přípravou myslím zejména zajištění vyhovujících prostor, kde bude terapie probíhat, zodpovědnost za její organizaci ve smyslu časového rozvrhu, frekvence, financí atp..
 - II. Teoretickou přípravu skupiny. Pod teoretickou přípravu řadím ucelenou představu o zaměření konkrétní skupiny tedy stanovení problémů a cílů na nichž se bude pracovat. Způsobu vedení skupinové práce, stejně jako pečlivý výběr členů skupiny (Je nutné rozhodnout, zda bude pro dané zaměření skupiny vhodnější homogenní či heterogenní složení skupiny, a kolik členů by daná skupina měla optimálně čítat.)
 - III. Sestavení skupiny: teprve po nastavení praktického a teoretického rámce skupiny je možné začít se samotným výběrem konkrétních členů. Zde je samozřejmě nutné podotknout, že ne vždy se jedná o úplně „novou“ skupinu. Mnoho skupin vzniká pod záštitou organizací, které se skupinám dlouhodobě věnují, a tedy mají teoretický i praktický rámec obvykle již nastavený, v tomto případě lze rovnou přikročit ke třetímu kroku této přípravné fáze, tedy k sestavování skupiny. Výběr členů do skupiny představuje poměrně komplexní

problém, který před terapeutem stojí. Je potřeba zohlednit mnoho různých faktorů, které by mohly mít velký vliv na efektivitu skupinového dění. Praško, Grambal, Šlepecký, Možný a Vyskočilová (2019) popisují velmi podrobně jednotlivá kritéria výběru klientů do KBT skupiny. Některá z těchto kritérií ovšem můžeme vztáhnout i na výběr do jiných typů skupin. Při samotném výběru je samozřejmě nutné v první řadě vyhodnotit, jestli je skupinová terapie pro konkrétního klienta vhodná forma terapie. Ačkoli je mnoha výzkumy prokázáno, že skupinová terapie je přinejmenším stejně účinná jako terapie individuální, není tento typ terapie pro každého dobrou volbou. Autoři zdůrazňují opatrnost i při výběru klientů s různými diagnózami, například uvádějí, že pro psychotické klienty jsou vhodnější menší skupiny, které jsou složeny z osob s podobnými obtížemi, stejně tak je třeba zvážit, zda je do skupiny úzkostných a depresivních klientů vhodné zařadit klienta s poruchou osobnosti. Poruchu osobnosti sice nevnímají jako kontraindikaci ke vstupu do skupiny, ale terapeut by měl počítat s tím, že tito klienti mohou vnést do skupiny určitou dynamiku, se kterou si ostatní klienti nebudou umět poradit, a bude proto zejména na terapeutovi, aby skupině pomohl tuto dynamiku zvládnout. Stejně tak upozorňují na problematiku zařazení osob s různým typem závislosti, kteří nejsou ochotni abstinovat, a proto by pro ně byla vhodnější skupina zaměřená na závislosti namísto skupiny např. depresivních klientů. Dále upozorňují, že je třeba důkladně zvážit, aby skupina nebyla příliš heteronomní, ačkoli určitá rozdílnost je ve skupině vítána, může zde vnikat propast mezi jednotlivými členy, a skupině hrozí menší míra soudržnosti. V tomto duchu hovoří Yalom a Leszcz (2007) o tom, že ačkoli by bylo ideální, kdyby si skupinový terapeuti měli možnost své klienty vybírat, praxe je spíše taková, že se terapeut řídí zejména vylučovacími kritérii, tedy tím, který z klientů se do skupiny nehodí, nebo pro které daná skupina není vhodná a zbytek členů přijme.

Tímto krátkým výčtem faktorů, které musí terapeut při sestavování skupiny zohlednit, jsem jen chtěla demonstrovat nelehkost tohoto úkolu, a nutnost

terapeutovi zkušenosti a pečlivosti. Samozřejmě by bylo možné a zajímavé popsat ještě mnoho dalších nástrah při tomto záludném úkolu, ale pro omezený rozsah práce jsem se rozhodla pouze pro krátký nástin problému.

Po úspěšném zvládnutí prvního úkolu zahájí terapeut (případně terapeutický pár) nově vytvořenou skupinu prvním společným skupinovým setkáním. Podle Yaloma a Leszcze (2007) jsou začátky skupinového setkávání zásadní pro následnou efektivitu terapie pro každého z členů. Proto definovali tři základní úkoly pro terapeuta v této fázi skupinového procesu. (Poznámka autorky: v číslování úkolů jsem pokračovala na základě předchozího textu nicméně Yalom a Leszcz uvádějí pouze následující tři.)

b) **Druhý úkol:** Vytvoření a udržení skupiny

Kromě samotného vytvoření skupiny, je v tomto období na začátku skupiny klíčové udržet motivaci klientů pro docházení do skupiny. Pokud v této počáteční fázi některý z klientů motivaci ztratí a skupinu opustí, je to z pohledu Yaloma a Leszcze, terapeutovo selhání. Odchod člena může narušit stabilitu skupiny a znejistit ostatní účastníky, přičemž stabilita je pravděpodobně nutnou podmínkou úspěchu celé skupiny. Zejména problematické je to v případě tzv. „uzavřených skupin“, kdy je po odchodu klienta potřeba přijmout na jeho místa klienta nového. Na počátku skupinového setkávání je třeba si uvědomit, že klienti se navzájem neznají, a obvykle je to terapeut, který skupinu sjednocuje, ke komu se zbytek skupiny obrací a s kým probíhá většina interakcí. Terapeut musí usilovat za každou cenu o vytvoření skupinové soudržnosti, a musí pracovat se všemi nešvary, které by tuto soudržnost mohly narušovat. Patří mezi ně například mimoskupinová komunikace, opakované pozdní příchody, vytváření koalic atp. Někdy musí terapeut dokonce v zájmu skupinové soudržnosti i obětovat potřeby jednotlivce ve skupině proto, aby celá skupina mohla pracovat tak jak má. Kromě výše uvedeného dodávají ještě Praško et al. (2019), že základním úkolem terapeuta v této fázi je i vytváření bezpečí na skupině. Například jasným stanovováním pravidel (dochvilnost, mlčenlivost, přístup k agresi na skupině aj.), zásadní je, aby terapeut tato pravidla nejen prosazoval, ale především sám dodržoval. Autoři nazývají toto stadium ve skupině *orientace*.

c) **Třetí úkol:** Budování kultury skupiny

Třetí úkol terapeuta spočívá v nastavení skupinové kultury, každá skupina si vytváří normy, kterými se řídí. Tyto normy mohou být formulovány explicitně nebo jsou do skupiny vneseny méně přímo. Vzhledem k výše popsanému postavení terapeuta na počátku skupiny je důležité, aby si byl terapeut dobře vědom, že v procesu utváření norem má zásadní roli. Členové skupiny obvykle nevědí, co se od nich na skupině očekává a snaží se porozumět tomu, jaká kultura je v daném prostoru žádoucí. I zde se objevuje přirozená lidská potřeba konformity, stejně jako obava, aby klient neudělal něco špatně, kvůli čemu by ho mohli ostatní negativně hodnotit. Normy ve skupině posilují pocit bezpečí každého z členů, je proto nezbytné, aby budování kultury terapeut věnoval zvýšenou pozornost.

Yalom a Leszcz nabízí dvě možnosti, jak se terapeut na vytváření norem může podílet. Jako první uvádějí model terapeuta jako „technického experta“. Technický expert podává skupině jasné informace o tom, jak má skupina fungovat. Otevřeně komunikuje pravidla, nastavuje hranice, ukazuje skupině, jaké chování je žádoucí nebo naopak nežádoucí, a každé z těchto vnitřních pravidel vysvětluje, aby členové skupiny rozuměli jejich smyslu. Terapeut se opírá o svou autoritu a zkušenost a podporuje klienty, aby se k sobě mohli vztahovat v bezpečně vymezeném rámci.

Jako druhou možnost uvádějí autoři terapeuta coby „modelového člena skupiny“. I zde terapeut ukazuje skupině explicitně i implicitně skupinové normy, zároveň se také podle svých slov chová a jde skupině příkladem. Klienti si tak jeho prostřednictvím mohou zažít, že když se někdo chová otevřeně a autenticky není za to skupinou potrestán, a dodává jim to odvalu začít do skupiny vstupovat podobným způsobem. Zde je potřeba si uvědomit, že terapeutova autenticita by měla mít své přesně stanovené meze. Jeho otevřenost je na místě v tom, aby skupinu inspiroval, ale jeho projevy by měly mít pro skupinu vždy přínos a terapeut by měl rozumět cíli, ke kterému svým zásahem do skupiny směřuje. Yalom a Leszcz (2007) vymezují jako základní pilíře skupinové kultury samostatnost skupiny (tedy to, aby se klienti učili vnímat vlastní zodpovědnost za sebe ve skupině a obraceli se více k ostatním členům než na terapeuty), pak již zmíněnou otevřenost a zároveň vzájemnou

podporu a možnost bezpečné konfrontace v rámci skupinového procesu. Ve své publikaci *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* ukazují velmi pěkně na příkladech, jak práce terapeuta na vznikání a upevňování norem může vypadat.

d) **Čtvrtý úkol:** Aktivace a reflexe procesu „tady a teď“

V rámci čtvrtého úkolu již budeme hovořit přímo o probíhající terapii a terapeutových úkolech v ní. Úkol, který Yalom a Leszcz (2007) nazývají *aktivace a reflexe procesu tady a teď*, je rozhodně náročná a komplexní výzva pro skupinového terapeuta. Jedná se v první řadě o obracení pozornosti členů na dění ve skupině „tady a teď“, jehož cílem je v praxi poukázat na to, že problematické situace, které klienti prožívají mimo skupinovou realitu, a o kterých na skupinách mluví, se ve skutečnosti odehrávají i v tomto mikrosvětě. Je zapotřebí, aby terapeuti v počátečních fázích terapie opakovaně poutali pozornost klientů k tomu, jak se v této chvíli na skupině cítí, co prožívají, a co se ve skupině odehrává. Tento způsob pohledu na skupinové dění členové od terapeuta poměrně rychle přijímají, a postupně se učí vztahovat se k sobě navzájem stejným způsobem. Druhým krokem tohoto procesu, který, jak upozorňují autoři, do velké míry zůstává po celou dobu fungování skupiny na terapeutovi, je komentování a objasňování procesu – dění ve skupině. Terapeut má díky svému specifickému postavení možnost poukazovat na to, co se odehrává mezi jednotlivými členy skupiny, upozorňovat na vzájemné reakce, interakce a ptát se, jakou mají ve skupině roli, případně poukazovat na jejich důsledky. Je to úkol, který do velké míry terapeutovi zůstává také proto, že je ve skupině často jediný, který se odváží (nebo by se odvážit měl), upozornit i na nepříjemné a zraňující vzorce chování některého z členů. Zároveň pokud by se této funkce komentování ujal některý z členů skupiny, mohl by být považován skupinou za arogantního, a ohrozit tak svoje bezpečí ve skupině. Autoři považují kombinaci aktivace a reflexe procesu tady a teď za zásadní pro úspěch skupinové terapie.

2.2 Požadavky na skupinového terapeuta a jeho osobnost

Vedení skupinové terapie je, jak je patrné z výše uvedeného, velmi komplexní a nelehký proces, je proto důležité zaměřit se na tomto místě i na terapeuta jako takového. Asi nelze říci, které osobnostní charakteristiky předurčují člověka, aby byl dobrým skupinovým terapeutem, nicméně se domnívám, že lze popsat osobnostní rysy a dovednosti, které by skupinovému terapeutovi neměly scházet.

Požadavky na terapeuta

Předtím, než se pustím do samotného popisu, považuji za důležité zmínit, že nezbytným základem pro tuto nelehkou práci by mělo být odpovídající vzdělání, které umožní danému jedinci porozumět problematice vedení skupiny v celém jejím rozsahu. Výcvik ve skupinové psychoterapii obvykle předpokládá ukončené vysokoškolské vzdělání, tento výcvik se skládá ze tří částí – sebezkušenostní, teoretické a supervizní. Nezřídka kdy je výcvik ve skupinové psychoterapii přidružen k výcviku v individuální psychoterapii, což někteří autoři nepovažují za příliš šťastné řešení. Konkrétně Yalom a Leszcz (2007) si toto sloučení vysvětlují tak, že i přes mnoha výzkumy prokázanou účinnost skupinové práce, je výhradně skupinové zaměření pro terapeuty méně přitažlivé. Jistou roli podle nich může hrát i obava z vystavení se více „očím“ v rámci skupinové terapie, než je tomu u terapie individuální.

Terapeut, který projde kompletním výcvikem ve skupinové terapii, by se měl naučit schopnosti sebereflexe, znalosti vlastních možností a limitů, spolu s vědomým zacházením se svými jedinečnými osobnostními charakteristikami. Stejně tak by měl získat teoretický základ vedení skupiny v rámci vybraného terapeutického směru. Zorientovat se v technikách a intervencích, které lze použít, porozumět vlastním přenosovým vztahům a mnoho dalšího. Nenahraditelnou součástí tohoto procesu je také osobní zkušenost terapeuta jako člena skupiny, která mu může pomoci uvědomit si, co členové jeho skupiny mohou prožívat, stejně jako to, jak důležitá je role vedoucího skupiny pro jednotlivé účastníky. Součástí kompletního výcviku je samozřejmě i individuální terapie každého terapeuta a následná supervize po celou dobu vedení skupin.

Osobnost terapeuta

Corey, Schneider Corey, Callanan a Russell (2006), ve své publikaci zaměřené na terapeutické techniky při práci se skupinou zdůrazňují, že základním a nejlepším nástrojem každého terapeuta je jeho osobnost. Vyzývají terapeuta k tomu, aby obohacoval svoje znalosti o všemožné techniky, které odpovídají jeho povahovým rysům, o ty, které jsou mu lidsky blízké a přirozené, protože pouze takové techniky, mohou pro skupinu fungovat efektivním způsobem. Autoři naopak varují před nadměrným a neuváženým používáním technik, které bývá kontraproduktivní a poukazuje spíše na terapeutovu snahu vypadat jako odborník než na jeho skutečné schopnosti. Proto Corey et al. (2006) nabízejí pohled, že podstatou práce skupinového terapeuta by měla být znalost sebe sama. Pokud je například terapeut více introvertní bez sklonů k dramatickému sebevyjádření, měl by dramaterapeutické techniky přenechat kolegům, kteří mají k tomuto způsobu vyjádření blíže. On sám by měl zůstat věrný svému ladění a smýšlení, a jeho terapeutické techniky by měly jít ruku v ruce s jeho osobnostními rysy. Terapeut by si podle autorů měl především věnovat pozornost. Zkoumat, jak na něj dění ve skupině působí, co ho těší a co naopak znervózňuje. Na základě tohoto pozorování by si měl postupně budovat svůj individuální styl práce. Terapeut by se měl učit si důvěřovat, věřit své intuici a nebát se udělat a následně přiznat chybu. Všechny tyto faktory obohacují skupinu o specifické momenty, které vyplývají z jeho jedinečnosti a umožňují klientům nový pohled na jejich životní situace.

2.3 Dovednosti skupinového terapeuta

Vedoucí terapeutické skupiny je od jejího vzniku až do konce setkávání zodpovědný za celý terapeutický proces. Ačkoli hovoříme o tom, že se v průběhu skupiny zapojuje do dění více či méně podle potřeb skupiny a fáze procesu, je nezbytné, aby si terapeut (či terapeutický pár) uvědomoval váhu odpovědnosti, která na něm leží. Terapeut by měl mít nejen dovednosti očekávané od individuálního terapeuta, jakými jsou například schopnost vcítění, schopnost srozumitelně verbalizovat své pocity a myšlenky, sebereflexe, vřelost a přirozený zájem o druhé, ale také specifické dovednosti, které umožňují a zkvalitňují skupinovou práci. (Praško, Grambal, Šlepecký, Možný, &

Vyskočilová, 2019). Trotzer (2006) rozděluje dovednosti, které by měl ovládat každý skupinový terapeut do tří skupin. Jde o schopnost reakce, interakce a akce:

a) *schopností reakce* má autor na mysli schopnost aktivního naslouchání, pomocí kterého terapeut do skupiny vnáší porozumění, přijetí, učí skupinu otevřeně komunikovat emoce – jde jim příkladem. Reflektuje, co slyší, opakuje, vyjasňuje a shrnuje řečené.

b) *Schopností interakce* míní zvyšování koheze, facilitaci skupinové dění, interpretace, zjemňování, nabízení dialektického pohledu, nastavování hranic a limitů ve vzájemném vztahování, podpora klientů.

c) *Schopností akce* rozumí dotazování, řízené konfrontace, práce s atmosférou/náladou ve skupině, modelování příkladem, sdílení osobní zkušenosti (v míře pro skupinu přínosné).

Většina autorů věnujících se skupinové psychoterapii se na základních dovednostech skupinových terapeutů v podstatě shoduje, proto si zde dovoluji použít tabulku z publikace *Skupinová kognitivně-behaviorální terapie* od Praška et al. (2019), kterou budu následně využívat v praktické části této práce. Tabulka přehledně shrnuje dovednosti, které by měli mít skupinový terapeuti ve svém repertoáru, a proto mě bude zajímat, jestli se dotazovaní terapeuti setkali s koterapeuty, kterým některý z těchto předpokladů scházeli, a jak s touto situací zacházeli.

Důležité dovednosti skupinového terapeuta

- Umět unést odpovědnost za formování a vedení skupiny v různých etapách jejího vývoje i v době, kdy skupina nebo okolnosti jsou odmítající nebo obtížné.
- Organizační schopnosti.
- Schopnost spolupráce v týmu.
- Teoretické znalosti o skupinové psychoterapii.
- Zájem o druhé, empatie, vřelost, laskavost, posilování naděje, kongruence, introspekce.
- Rozumět vlastním motivům a vztahovosti.
- Být modelem pro otevřenou a jasnou komunikaci.
- Být schopen udržet terapeutickou neutralitu.
- Být schopen klást otevřené a reflexivní otázky posilující proces skupiny, klarifikovat, interpretovat a konfrontovat.
- Schopnost sledovat komplexní interakce a rozumět jim.
- Schopnost v pravou chvíli použít přiměřenou aktivitu nebo aktivující mlčení.
- Schopnost reflektovat jak individuální proces, tak proces celé skupiny.
- Mít postřeh jak pro viditelný, tak pro skrytý proces ve skupině, nevědomé motivy, vyhýbání se, vytěsňování, projekci apod.
- Schopnost vnímat vlastní proces, přenosové a protipřenosové motivy, které skupina a její členové vyvolávají.
- Schopnost udržet terapeutické vedení a podržet cíle skupiny v průběhu psychodynamických změn jednotlivců i celé skupiny.
- Schopnost přiměřeným způsobem interpretovat.

- Schopnost překládat z jazyka nevědomí do metafor.

Tabulka z publikace *Skupinová kognitivně-behaviorální terapie* (2019, s.31).

Zdeněk Rieger (2007) ve své publikaci *Lod' skupiny* ještě dodává k dosavadnímu výčtu dovedností důležitost autority terapeuta. Terapeut by podle něj měl být někým, kdo je hodný následování a respektu. Autorita terapeuta ve skupině napomáhá pocitu bezpečí a nabízí svým prostřednictvím možnost učení se, namísto toho, aby uplatňoval svou moc. Vytváří prostor s přirozenými hranicemi, ve kterých se skupina může svobodně pohybovat, a kterým rozumí. Terapeut postrádající přirozenou autoritu může mít tendenci svou pozici prosazovat mocí, která vytváří v jednotlivých členech ambivalenci, tendenci hledat své místo, hranice a jistotu ve skupině namísto samotné práce na svých obtížích. Rieger zastává názor, že autoritu terapeuta neurčuje direktivnost jeho přístupu, ale jeho přirozené, pokorné a přijímající fungování na skupině.

2.4 Typy a role skupinových terapeutů

Pokud si představíme začínajícího skupinového terapeuta, který má za sebou již výše zmíněné potřebné vzdělání (tedy kromě vysokoškolského vzdělání absolvoval sebezkušenostní i teoretický výcvik ve skupinové psychoterapii), přichází na řadu první zkušenost s vedením vlastní skupiny. Lze si pro zjednodušení říct, že tento „nováček“ stojí před náročným rozhodnutím, jakým způsobem bude chtít svou skupinu vést, jakou roli v ní bude zastávat. Pochopitelně je zde mnoho faktorů, na jejichž základě je pro některé terapeuty volba stylu snazší než pro jiné. Jedním z nich může být fakt, že terapeut už může mít za sebou několik let své individuální praxe, a je tedy více méně obeznámen s tím, jaký způsob práce je pro něj nejpřirozenější, dalším návodným vodítkem může být jeho psychoterapeutický výcvik nebo pozitivní osobní zkušenost se stylem vedení jeho skupinových lektorů. Zároveň je nutné si připomenout, že ačkoli zkušený terapeut může čerpat ze svých zkušeností z individuální práce s klienty, vlastní zkušenosti atp. je práce skupinová přece jen v některých bodech odlišná. Asi by bylo naivní si představovat, že si začínající terapeut skutečně dopředu vybírá svůj styl, realitě v nejlepším případě mnohem spíše odpovídá postupný vstup do tohoto procesu. Obvykle se tak děje prostřednictvím role koterapeuta na skupině zkušenějšího kolegy, od kterého se terapeut nejdříve učí, a následně s jeho pomocí objevuje svůj vlastní jedinečný styl vedení. Nicméně jsem se

v praxi setkala i s méně ideálním vstupem do problematiky, který je možné nazvat „skoč do vody a plav“. V tomto případě mi připadá vhodné, aby se nový terapeut obeznámil s různými způsoby vedení skupiny, a alespoň rámcově si udělal počáteční představu o svých možnostech práce ve skupině.

V praxi se ukazuje, že problematika stylu vedení skupiny, stejně jako terapeutovi role ve skupině z hlediska efektivity pro skupinový proces se pozoruhodně obtížně zkoumá hned z mnoha různých důvodů. Stejně jako je jedinečný každý terapeut, je specifická i každá skupina, a je tedy nutné k jejím potřebám přistupovat individuálně a často kreativně. Vhodnost terapeutického stylu se může různit z hlediska fáze ve které se skupina nachází, nebo třeba stylem druhého člena terapeutického páru. Nicméně poměrně jasné rozdělení možných stylů nám nabízí Stanislav Kratochvíl (2009), který popsal pět základních rolí, které na sebe může terapeut vzít.

1. Role aktivního vůdce: v této roli vystupuje terapeut jako vůdce, rozhodující činitel případně učitel. Je to role, kterou alespoň na začátku skupiny klienti od terapeuta obvykle očekávají. Vůdce edukuje, podporuje, interpretuje a kontroluje dění ve skupině. Pozornost skupiny bývá soustředěna na jeho osobu, na jeho názoru a pohledu jim hodně záleží. Zároveň tento způsob vedení může vést skupinu k určité závislosti na terapeutovi. Tento styl je nejčastěji užívaný u tak zvaných kolektivních neboli hromadných terapií, kdy terapeut působí terapeutickými prostředky na více klientů najednou a k léčbě nevyužívá vztahy mezi nimi. Nicméně je to způsob, který využívají i někteří dynamicky orientovaní terapeuti, stejně jako terapeuti vycházející z gestalt terapie nebo transakční analýzy.
2. Role analytika: tento přístup zaujímají především terapeuti s analytickou orientací, vychází z předpokladu, že terapeutický pár ve skupině zastupuje rodiče, proto je optimální, pokud skupinu vede společně žena a muž. Tito „rodiče“ fungují jako projekční plátno, proto se osobitě neprojevují, obvykle se tváří neutrálně, aby mohl mezi nimi a klienty probíhat přenos infantilních vztahů k rodičům. Analytik nedává najevo své pocity ani hodnocení. S postupem času začíná více interpretovat přenos a nevědomé obsahy, které se na skupině volně objevují. Těmito interpretacemi určuje směr další práce. Jinak nechávají skupinu volně asociovat a interagovat.

3. Role komentátora: je vhodná zejména u skupin zaměřených na práci s interakcí mezi členy, komentátor nechává skupinu volně pracovat, a v pravidelných intervalech vnáší do skupinového procesu popis či shrnutí toho, co se na ní děje. Kromě nehodnotící reflexe přináší také možné interpretace dění ve skupině, případně se snaží řečené reformulovat. Cílem této práce je nastavit členům zrcadlo. Je to proces, který členy skupiny zpočátku frustruje, protože terapeut skupinu z jejich pohledu nevede ani nestrukturuje. Postupně se začíná skupina terapeutovým komentářům více věnovat, a zaměřovat pozornost na podněty, které jim přináší. Role komentátora je často používána například u výcvikových skupin, kde pomáhá frekventantům zlepšit vnímavost vůči neverbálním a metakomunikačním vyjádřením.

4. Role moderátora a experta: Moderátor, ačkoli nechává skupinu volně plynout, do jejího průběhu zasahuje tím způsobem, že se snaží směřovat členy skupiny k efektivnímu využívání času. Ve vhodných chvílích nabízí skupině techniky, které skupině pomáhají využít problematických situací, podporuje rozdílné názory/pohledy ve skupině, a zároveň se k žádnému nepřipojuje. Nevnáší do skupiny svoje pocity, ale dění na skupině komentuje, usměrňuje a interpretuje, a pomáhá dospět ke kýženému cíli. Pokud je nutné, aby do skupiny zasáhl, tak to udělá, ale potom se zase stáhne do pozadí, a nechá skupinu, ať pracuje samostatně. Oproti roli komentátora, tento přístup nebudí frustraci, skupina na terapeuta pohlíží jako na experta a facilitátora procesu.

5. Role autentické osoby: Vystupování terapeuta jako autentické osoby – člena skupiny, s sebou přináší několik výhod, terapeut v této roli na vlastním příkladu ukazuje, jak by se členové skupiny měli chovat, nastavuje tak přirozeně pravidla a normy, které od něj skupina může přejímat. Terapeut zde není v rozporu s tím, co chce po skupině a tím, co sám dělá, jako je tomu například u „analytika“. Je přímý a otevřený, podněcuje skupinu vlastními pocity, pohledy a činy. Zároveň terapeut s tímto přístupem musí dávat na mnoho věcí pozor, jeho rolí není pouze autentické vstupování za sebe samého,

pořád je to on, kdo je za skupinu a její členy do velké míry zodpovědný. Bouchal v tomto ohledu hovoří o „selektivní autenticitě“, tedy o tom, že by terapeut měl vstupovat pouze tím, co je přínosné pro skupinu, a způsobem, který je pro ni efektivní. Terapeut by si měl být vědom vlastní moci a pozice na skupině a pečlivě hlídat, aby nevědomky skupinu nepoužíval pro vlastní účely, jako třeba sebepotvrzení aj. Případně aby neumožňoval ostatním ve skupině únik z jejich problémů tím, že se budou zaměřovat na ty jeho. Sebeotevření je v tomto případě v určité míře namístě, terapeut může na vlastním příkladu ukázat, že s problémy se dá dobře pracovat, a dodat tak naději a motivaci do skupinové práce. Ale stále je třeba mít na mysli, že terapeutova autenticita by nikdy neměla být na úkor zájmu skupiny ani jednotlivce ve skupině.

Najít si svůj osobitý a jedinečný styl vedení skupiny je ústřední úkol práce každého dobrého skupinového terapeuta. Corey et al. (2006) nabízejí terapeutovi vodítka, kterých se může při hledání přidržet. Prvním, co by měl podle nich terapeut ovládat a v průběhu skupiny aplikovat, je *introspekce*. Tedy být všímavý k tomu, co se v něm samotném odehrává, jak se na skupině cítí, uvědomovat si vlastní náladu, energii a prožívání. Jako druhý bod uvádějí *důvěru* v sebe sama i ve skupinu. Třetím důležitým bodem v tomto hledání je *odvaha*, nebát se zkoušet nové věci i za cenu toho, že by mohl udělat chybu. Pokud by terapeut svému strachu podlehl, mohl by skupinu připravit o mnoho důležitých informací a prožitků. Předposledním bodem je *přirozenost*, být sebou samým, a nehrát si na něco, co člověk není. A na závěr připomínají *modelování*, které vychází z introspekce. Všimnout si vlastních pocitů a myšlenek a do skupiny je přinášet. Být tak vzorem pro skupinu, ukazovat na vlastním příkladu klientům, že jeho stejně jako jejich emoce a myšlenky na skupinu patří a není třeba se obávat o nich mluvit.

Styl vedení skupiny ovšem nemusí být statický a neměnný, terapeut by se měl především být schopný přizpůsobit potřebám skupiny, a je tedy běžné, že terapeut například začíná ve skupině v roli *aktivního vůdce*, ale s postupem času přejde do role *autentického člena* nebo *moderátora*.

Jiný pohled na dělení skupinových vedoucích nabízí Lieberman, Yalom a Miles (1973), kteří na základě propracovaného výzkumu vytvořili typologii čtyř stylů vedení skupiny, a z toho následně šest typů vedoucích. Autoři sledovali 17 skupin vedených

terapeuty s rozdílnými terapeutickými výcviky, nejednalo se sice o terapeutické skupiny jako takové, ale skupiny zdravých lidí, kteří skupinově pracovali na svém osobním růstu pod vedením terapeutů, nicméně výsledky této studie lze pravděpodobně poměrně dobře vztáhnout i na klasické terapeutické skupiny. Jednotlivé styly vedení pojmenovali podle toho, který aspekt terapie daní terapeuti nejčastěji akcentují: 1) Emoční stimulace, 2) Péče, 3) Kognitivní orientace a 4) Výkonná funkce. Vzhledem k tomu, že se ukázalo, že není běžné, aby jeden terapeut akcentoval pouze jeden z aspektů, byla vytvořena typologie, která zahrnuje vždy dva a více stylů v rámci jednoho typu vedoucího. Výsledných šest typů skupinových vedoucích nazývají *Pečovatelé*, *Podněcovatelé*, *Sociální inženýři*, *Neosobní vedoucí*, *Liberální vedoucí* a *Velitelé*. Lieberman, Yalom a Miles označují první tři typy vedení za úspěšné, zatímco poslední tři vnímají jako neúspěšné, základní rozdíl, který mezi těmito dvěma skupinami vnímám, spočívá v tom, že první tři typy terapeutů se zaměřují na vztahovost, péči o skupinu a prožívání, zatímco druhá skupina je definována neosobním přístupem, a technicky a kognitivně orientovaným přístupem.

3 TERAPEUTICKÝ PÁR

V odborné literatuře na téma skupinové psychoterapie se setkáváme s tématem společného vedení skupiny dvěma terapeuty, v této práci nazývanými jako „terapeutický pár“ či „koterapeuti“ poměrně zřídka. Prameny se obvykle jen okrajově zmiňují o možnosti vedení skupiny dvěma a více terapeuty. Převážně se jedná o zdroje týkající se buď skupinové psychodynamické psychoterapie, kde terapeutický pár funguje přenosově pro klienty coby rodičovská dvojice, nebo o zdroje zmiňující terapeutické týmy v komunitách nebo jiných zařízeních, kde se terapeuti střídají ve vedení skupin v provozu na směny. Ačkoli se odborná veřejnost ve výzkumech terapeutickým pářům příliš nevěnuje, realita nám ukazuje, že vedení skupiny dvěma terapeuty je poměrně běžná praxe. Melissa Luke a Harold Hackney ve své studii *Group Coleadership: A Critical Review* (2007) zmiňují, že Americká asociace skupinové psychoterapie provedla v roce 1983 průzkum mezi svými členy, aby zjistila, zda a z jakých důvodů preferují vedení skupin v terapeutickém páru. Výsledky ukázaly, že 75 % z 94 dotazovaných členů skupinovou terapii v páru praktikuje a zároveň našlo řadu důvodů, proč vnímají práci v páru jako smysluplnou. Za nejdůležitější přínos byla uvedena užitečnost dodatečného pohledu na skupinu optikou druhého terapeuta, který umožňuje komplexnější reflexi interakcí mezi členy skupiny, a tedy i celého skupinového procesu. Stejně tak se vyjadřuje Yalom (2007), že ačkoli své tvrzení nemá podložené daty, z jeho zkušenosti vyplývá, že všichni skupinoví vedoucí až na několik málo osob, preferují dyadický model vedení skupiny.

Koterapeut a coleadership

Pojem *koterapeut* není u české odborné veřejnosti úplně jasně ukotven. Obvykle jím bývá označován začínající, méně zkušený terapeut z terapeutického páru, který je jakýmsi „pomocníkem“ zkušenějšího kolegy. Stejně tak mohou být nazýváni koterapeuty dva co do zkušeností rovnocenní terapeuti. V této práci budu používat termín *koterapeut* ve smyslu rovnocenného kolegy, v případě, že bych potřebovala rozlišit terapeuty co do množství zkušeností, preferuji rozdělení začínající terapeut a vedoucí skupiny, případně terapeut senior a terapeut junior.

Na tomto místě bych se ráda blíže věnovala historickému pohledu na tzv. *coleadership*, který definují Fall a Wejnert (2005) jako způsob poskytování léčby v oblasti duševního zdraví, při němž dva odborníci společně pracují se stejným klientem nebo klienty, za účelem usnadnění terapeutického působení na ně. Ze zkoumání vyplynulo, že v oborech psychiatrie, psychologie, sociální práce a manželské a rodinné terapie se tato metoda obvykle označuje jako koterapie; v poradenské profesi se používají termíny koedukace nebo kofacilitace. Autoři ve svém článku z roku 2005 používají termín *coleadership* jako obecné označení, které zahrnuje všechny tyto obory. Já ve své práci budu dále používat termín *spolupráce terapeutického páru*, protože odkazuje přímo ke společné práci dvou terapeutů při práci se skupinou. Je třeba říct, že spolupráci terapeutického páru, ačkoli je evidentně napříč světem běžně užívanou praxí, se také věnuje pozoruhodně málo empirické pozornosti.

Luke a Hackney ve své studii z roku 2007 hovoří o tom, že kořeny tohoto způsobu práce můžeme dohledat už u Alfreda Adlera ve 20. letech 20. století. V této době Adler poprvé zavedl spolupráci více terapeutů na Vienna Child Guidance Clinic při individuální práci s dětskými klienty. Jeho cílem bylo především tímto způsobem zaškolovat budoucí terapeuty. Ve stejný čas, nezávisle na Adlerovi, začal obdobnou metodu práce využívat jako doplněk individuální terapie i Sigmund Freud, a to u klientů v jejichž léčbě se terapeut dostal do slepé uličky. Cílem spolupráce byla diskuse koterapeutů o náročném případě přímo v přítomnosti daného klienta, která měla odborníkům poskytnout nový pohled na problematiku a zároveň klientovi vhled do jeho situace. Koterapie ve skupinové terapii začal jako první pravděpodobně využívat Moreno kolem roku 1945, kdy během skupinových terapií zaměřených na psychodrama vedl terapeutický pár k tomu, aby jeden z terapeutů skupinu vedl, zatímco druhý se bude zaměřovat na identifikaci přenosu a protipřenosu v rámci skupinového dění. Dreikurs (1954) upozoroval, že stejně zkušené kliničtí pracovníci se pomocí společné práce obohacují a zvyšují své profesní kompetence, což ho podnítilo k tomu, aby zavedl koterapii do své soukromé praxe. Ve stejném roce Lundin a Aronov navrhli využití koterapie pro skupinovou práci s klienty s afektivními poruchami. Přestože původním záměrem koterapie mělo být učení nových terapeutů, postupně se ukázalo, že spolupráce více terapeutů na individuální i skupinové práci má potenciál zlepšovat jak účinnost terapie pro klienty, tak i zvyšovat dovednosti terapeutů.

3.1 Složení terapeutického páru

Věnujeme-li se vedení skupinové psychoterapie z pohledu složení terapeutického páru, můžeme v literatuře dohledat základní tři typy uspořádání. Prvním typem je složení tak zvaného „rovnocenného partnerství“ nazývaného také dyáda senior-senior, jedná se o spojení dvou zkušených terapeutů, kteří mají podobné množství zkušeností s vedením skupinových terapií. Druhým typem uspořádání je dyáda senior-junior, tedy dvojice terapeutů s odlišnou úrovní zkušeností. Toto uspořádání umožňuje začínajícímu terapeutovi pracovat pod přímým dohledem zkušenějšího kolegy, který skupinu zpravidla vede, a poskytuje juniorovi možnost učit se přímo v procesu terapie a zároveň mu poskytuje nedocenitelnou zpětnou vazbu na jeho terapeutickou práci. Spolupráce se zkušeným terapeutem nabízí juniorovi jedinečnou příležitost pozorovat kolegu při práci, což je v rámci této profese jinak téměř nemožné. Ačkoli se tato dyáda jeví jako nepřítlačivější pro začínající terapeuty, nese v sobě i několik výzev. Gallogly a Levine (1979) například zmiňují fakt, že v takto uspořádaném týmu existuje přirozená nerovnováha moci, ta může do velké míry ovlivňovat jak juniorovo prožívání a chování na skupině, tak i pohled skupiny na začínajícího terapeuta. Třetím typem je spolupráce junior-junior, tedy dyáda začínajících terapeutů, kteří se společně učí skupinu vést, v tomto případě je velmi důležité, aby začínající dyáda pravidelně docházela ke zkušenému supervizorovi, který na skupinový proces dohlíží. Přítlačivost tohoto spojení spočívá v rozdělené zodpovědnosti za vedení a fungování skupiny, mnozí začínající terapeuti by se z dobrého důvodu obávali vzít si na sebe zodpovědnost za vedení skupiny v celé její komplexnosti, a sdílení s kolegou je bezpečnější a zodpovědnější vstup do skupinové práce.

Nepodařilo se mi najít žádný výzkum, který by se zabýval účinností terapie na základě genderového složení terapeutického páru, respektive několik výzkumů tohoto typu vzniklo, nicméně jeví se buď jako výzkumy s nepříliš přesvědčivou a nepodloženou výzkumnou strategií, nebo jejich zjištění nenapovídají, že by gender hrál v tomto případě jakoukoli roli. Na otázku, jakou roli hraje gender ve vedení skupinové terapie, se pokusil odpovědět Alfred v roce 1992, který zkoumal vnímání terapeutického vlivu a efektivitu smíšených párů terapeutů na skupinovou terapii z pohledu klientů. Do svého výzkumu zahrnul 18 mužů a 21 žen, které navštěvovali skupiny vedené smíšeným párem, ale

nezjistil žádné významné rozdíly mezi vnímáním terapeutů, ať se jednalo o terapeuty muže nebo ženy (Luke & Hackney, 2007).

Podobnou studii uskutečnili Gehart, Ratliff a Lyle (2001), kteří vedli rozhovory s 15 klienty, kteří navštěvovali skupinovou terapii vedenou jak muži, tak ženami, tak i smíšenými páry na dvou univerzitních klinikách a jedné neziskové klinice. Cílem této studie bylo, aby dotazovaní posoudili, jak vnímají fungování jednotlivých vedoucích. Závěrem bylo, že žádné z rozdílů v efektivitě skupinové terapie nebylo přisuzováno pohlaví terapeutů. Účastníci však uváděli, že terapeutky se více zaměřují na emoce objevující se ve skupině, zatímco muži terapeuti se orientují spíše na řešení problémů a jsou přímočařejší. Zároveň účastníci, kteří absolvovali skupinu vedenou smíšeným párem uváděli, že jim vyhovovala vyváženost genderových perspektiv, které jim terapeutický pár poskytoval, což jim pomáhalo lépe vnímat různé úhly pohledu na danou problematiku. Ale účastníci výzkumu, kteří absolvovali skupinu vedenou stejnopohlavním párem, neuváděli, že by jim tento prvek v terapii chyběl.

Obecně se na základě dostupných výzkumů jeví, že je důležitější kompatibilita a vzájemná ochota ke spolupráci obou terapeutů než to, zda skupinu vede stejnopohlavní pár či muž a žena.

Kratochvíl (2009) uvádí, že pokud skupinu vede dvojice terapeutů, mohou oba zaujmout shodnou roli nebo role odlišné. Připomíná, že jsou i skupiny, které vede tři a více terapeutů, jejichž role se mohou různit, a tím nabízet skupině vícerozměrný pohled na probírané téma. Například jeden z terapeutů může zaujímat více ochrannou a pečující roli, zatímco druhý vystupuje převážně autoritativně. Případně mohou všichni terapeuti vystupovat v roli autentických osob, čímž umožňují klientům rozmanité pohledy na probírané situace. V rámci reflexe terapeutického týmu je důležité i přinášet otázku, zda by měli terapeuti vystupovat při práci právě jednotně nebo je pro skupinu užitečnější, aby se ve svých názorech a postojích lišili. Kratochvíl zde v otázce smíšeného páru vedoucích přirovnává terapeutický tým k rodičovské dvojici a klienta k dítěti, a otvírá diskusi, co jednotný postoj nabízí za výhody. Jednou z výhod přístupu je systematické jednotné působení na klienta, které má pozitivní efekt na účinnost terapie. Na druhé straně rozdílný přístup nabízí klientovi realističtější pohled, který je diverzifikovanější, a učí klienta (v ideálním případě) konstruktivní přístup k řešení konfliktů. Rozdílnost přístupů ovšem závisí na zkušenostech a kvalitních reflexích terapeutického týmu, aby se eliminovali nevýhody, které může tento přístup přinášet.

3.2 Výhody a nevýhody vedení skupiny terapeutickým párem

První zmínky o spolupráci terapeutického týmu při vedení skupiny můžeme dohledat v 50. letech 20. století. Lze tedy říci, že tento způsob práce známe již více než 70 let. Co jsme za tuto dobu zjistili o výhodách a nevýhodách této praxe přehledně shrnuje článek Kevina A. Falla a Manuely Menendez publikovaný roku 2018. Ačkoli opět nemáme dostatek „tvrdých dat“ na základě kterých bychom mohli vyvozovat, zda je vedení skupiny terapeutickým párem kvalitnější či efektivnější než vedení jedním terapeutem, můžeme se alespoň blíže podívat na to, co dyadické vedení do terapie přináší.

Výhody:

Fall a Menendez dělí výhody do tří samostatných skupin:

- 1) Strukturální výhody, nebo také výhody praktické obecně spočívají v tom, že na všechny organizační záležitosti jako je administrativa, zaplňování skupiny, finanční zátěž spočívající ve financování prostor pro skupinu a potřebných pomůcek, není terapeut sám, ale může se o ně podělit s kolegou. Zároveň je možné vzájemné zastoupení terapeutů v případě, že jeden z nich nemůže na skupinu dorazit, a to umožňuje hladký průběh skupinového setkávání bez zbytečného rušení a nahrazování termínů terapie. Do těchto výhod bych zařadila také spolupodílení se na přípravných fázích skupinové terapie, výběr zaměření skupiny, a s tím související nábor klientů, kteří se do skupiny hodí, stejně jako vydefinování přístupu, který bude pro skupinu nejprínosnější. Ačkoli autoři zmiňují tyto výhody jako povrchní, dovedu si představit, že pro mnohé terapeuty mohou být tyto „technické“ přínosy značně lákavé, a zvláště u začínajících terapeutů může být sdílená zodpovědnost klíčovým argumentem pro to, aby se odvážili do vedení skupiny pustit.
- 2) Výhody pro členy skupiny: Asi největší výhodou, kterou představuje terapeutický pár pro skupinu je zvýšení schopnosti modelování situací, probíhajících během terapie. Klienti se prostřednictvím odlišného přístupu obou terapeutů k řešení problémů mohou učit různé zvládací strategie, které terapeuti během skupiny využívají. Nabízí se jim tak bohatší repertoár možností, než jaký by mohli získat ve skupině vedené jedním terapeutem. V souladu s tímto tvrzením se vyjadřují i Roller a Nelson (1991),

kteří poukazují na to, že: „Klienti mohou zažít větší hloubku své vlastní osobnosti, protože jsou jim předložena dvě zrcadla ... sebe sama, o kterých mohou uvažovat“ (pozn. překlad autorky, s. 19). Pokud je terapeutický pár smíšený, může nabídnout členům skupiny pohled na efektivní dospělou komunikaci a kooperativní fungování ve skupinovém „rodičovském páru“, což může vést klienty pocházejících z problematických podmínek v primárních rodinách ke korektivní emoční zkušenosti, a fungovat jako vzor do jejich dalšího vztahového jednání. Klienti také přirozeně těží z odborných znalostí a zkušeností dvou terapeutů namísto jednoho, které zvyšují terapeutický potenciál skupinové zkušenosti. Pokud vycházíme z představy, že každý terapeut má pochopitelně silnější a slabší stránky, není skupina limitována nedostatky jednoho terapeuta, a může čerpat ze silných stránek obou vedoucích.

- 3) Výhody pro terapeuty: Fall a Menendez uvádějí jako hlavní výhodu spoluvedení nenahraditelnou příležitost, kdy se začínající terapeut může učit od zkušeného kolegy přímo v procesu terapie, a kdy jsou klienti zároveň chráněni odborností zkušenějšího (senior) terapeuta. Spolupráce v týmu rovněž nabízí oběma terapeutům možnost zážitku společné práce v jinak ze své podstaty izolovaném zaměstnání, který může preventivně pozitivně působit proti syndromu vyhoření, který není v tomto povolání neobvyklou hrozbou. Nespornou výhodou pro oba koterapeuty je také možnost dostat v rámci reflexe po skončení každého sezení zpětnou vazbu od kolegy, stejně jako možnost sdílet své nejistoty, otázky, radosti i frustrace, které skupina přináší. Terapeutický pár si může vyměnit pozorování i náhled, který jim nemůže poskytnout sebelepší supervizor, protože na rozdíl od nich na skupině není, a není tak pro něj nikdy možné cele uchopit skupinu v její komplexnosti. Dalším přínosem je rozdělení rolí na skupině, zatímco jediný terapeut vedení skupiny musí obsáhnout sám, terapeutický tým má jistý komfort ve vzájemné opoře, jeden z terapeutů se tedy může například zaměřovat na řešená témata více do hloubky bez obav, že mu unikají dynamické procesy, řízení nebo strukturování skupiny, za které může převzít zodpovědnost kolega.

K dalším nesporným výhodám patří lepší zvládnání mnoha (někdy i protichůdných) skupinových potřeb, emočně vypjatých situací, komplikované dynamiky a souběžných událostí, které by pro jednoho terapeuta byly obtížné ke zpracování (Bernard & Drob, 1985).

Nevýhody:

Gallogly a Levine (1979) shrnuli svůj pohled na vedení skupiny párem terapeutů výstižnou větou: Dvě hlavy jsou lepší než jedna - pokud obě pracují. (pozn. překlad autorky, s. 296). A tím se dostáváme k nevýhodám tohoto uspořádání ve vedení skupinové terapie. Fall a Menendez (2018) rozdělují nevýhody vedení skupinové terapie v páru do dvou oblastí: 1. Nevýhody vyplývající ze vztahu, 2. Nevýhody vyplývající ze strukturálních aspektů.

1. Nevýhody vyplývající ze vztahu

K první skupině problémů, tedy k nevýhodám vyplývajícím ze vztahu terapeutů je nutné a úvod poznamenat, že vztah terapeutického páru, stejně jako kterýkoli jiný vztah je nutné budovat a pečovat o něj. Individuální terapeut stejně jako terapeut skupinový, je sám sobě nástrojem pro práci s klienty, a v případě, že skupinu vede terapeutický pár, je potřeba vztah těchto terapeutů zdokonalovat proto, aby jako „nástroj“ efektivně fungovali. Je proto nezbytné, aby každý z páru investoval do vztahu dostatek času a úsilí, jinak se mohou vyskytnout problémy, které v konečném důsledku negativně ovlivní fungování celé skupiny. Fall a Menendez (2018) dali dohromady na základě prostudované literatury tři základní problémy ve vztahu terapeutů: soupeření, blízkost a nedostatek komunikace v terapeutickém páru, případně nedostatek znalostí.

Soupeření: soupeření se může odehrávat na mnoha úrovních, nejčastěji je uváděno soutěžení o respekt skupiny, o moc, kterou na skupině daní terapeuti mají. Obvykle se soupeření projevuje tendencí ubírat čas aktivní skupinové práce na úkor vlastního sebevyjádření. Stejně často se objevuje potřeba mít poslední slovo, poskytnout výstižnou interpretaci atp., což může mít na skupinu negativní dopad. A tím spíše v případě, kdy do tohoto modelu soupeření vstoupí oba terapeuti, a jejich soupeření pak vede ke snížení efektivity práce celé skupiny. Souboj o moc ve skupině může také vést k rozporuplné zpětné vazbě pro klienty, pro které je pak výstup více matoucí než nápomocný. Dalším příkladem dopadu soupeření na skupinu je méně prostoru pro skupinovou diskusi v situaci, kdy terapeuti bojují o to, kdo z nich bude „v centru dění a pozornosti“ skupiny. S odkazem na 2. kapitolu této práce *Skupinový psychoterapeut*, (kde jsem se pokusila nastínit důležitost sebereflexe každého z terapeutů, která má zamezit právě tomu, aby terapeut dosahoval skrze skupinu svých osobních cílů a využíval skupinu

k vlastnímu sebepotvrzení), je na tomto místě vhodné poukázat na to, že nedostatek této sebereflexe může vést k zabírání prostoru skupiny ve chvílích, kdy by se měl terapeut naopak stáhnout do pozadí, a nechat skupinový proces běžet volně bez zbytečných zásahů, které mohou skupinu spíše brzdit, než aby ji obohacovaly. Nereflektované soupeření může pokládat základy pro konfliktní situace v terapeutickém páru, které mohou (v nejhorším případě) vyplavat přímo v průběhu skupinové terapie.

Blízkost: dá se říci, že druhý nejčastější problém v terapeutickém páru je do jisté míry opak prvního, je jím přílišná blízkost v terapeutickém páru. Fall a Menendez poukazují na potenciální obtíže s touto blízkostí spojené. Jedná se především o to, že terapeuti mohou mít v zájmu vztahu tendenci „chránit“ jeden druhého před negativní zpětnou vazbou, která je ovšem pro růst a fungování skupiny klíčová. Autoři se obávají, že terapeutický pár tímto nevědomě staví důležitost vzájemného vztahu nad zájmy skupiny, což může skupinu uvést do stagnace. Zároveň připomínají, že vzájemná upřímná reflexe, zpětná vazba a schopnost spolu komunikovat i konstruktivně nesouhlasit přímo na skupině, nabízí klientům mnohé benefity, o které je terapeuti mohou v obavě o vzájemný vztah připravit. Tuto potenciální nevýhodu je nutné zvážit už při výběru kolegy do terapeutického páru, protože ačkoli byl proveden výzkum, který ukazuje, že terapeuti vnímají jako kompatibilnější kolegy s podobným terapeutickým stylem, případně ty, kteří jsou jim osobně sympatičtí (Bernard, Drob & Lifshutz, 1987), Fall a Menendez (2018) upozorňují na to, že komfort terapeutického páru nemusí korelovat s efektivitou skupiny pro její členy, někdy tento komfort může efektivitu dokonce snižovat. V takovém případě je pak nezbytné, aby terapeutický pár neprodleně navštívil supervizi, úskalí ovšem spočívá v tom, jestli společně k tomuto rozhodnutí dopějí, nebo si v rámci udržování „dobrého vztahu“ nepřipustí, že jejich blízkost může spolupráci negativně ovlivňovat.

2. Nevýhody vyplývající ze strukturálních aspektů

Strukturální nevýhody: jsou přirozeně odvozeny od výše popsaných strukturálních výhod, jsou však jejich odvrácenou stránkou. Fall a Menendez uvádějí, že nejčastěji uváděnou strukturální nevýhodou je otázka financí. Terapeuti se musí vypořádat s tím, zda je pro ně přijatelnější cenu skupiny navýšit úměrně tomu, aby oba v týmu mohli mít plat, který by odpovídal jejich standardům, nebo jestli v zájmu klientů

a přitažlivosti skupiny budou ochotni (případně zda si mohou dovolit), svou hodinovou mzdu snížit ve prospěch spolupráce s kolegy.

Kromě finančních nevýhod řadí Fall a Menendez do oblastí strukturálních nevýhod i zmíněnou problematiku výběru kolegy do terapeutického páru. Je obvyklou praxí, že si terapeuti buď nemohou tak docela vybírat, protože jsou například zaměstnání v organizaci, která skupinové terapie nabízí, a mají tedy i omezený výběr potenciálních spolupracovníků. V takových případech je časté, že se terapeutické dvojice párují způsobem praktickým, tedy párem se stávají ti dva, kteří mají na vedení skupiny kapacitu a chuť, a to někdy i bez ohledu na to, jestli se k sobě tak docela hodí.

Další možností je, že terapeut není limitován výběrem kolegů z organizace, ale z praktických důvodů si vybírá kolegu na základě blízkosti jejich pracovišť či na základě přátelství, což nemusí být ta nejvhodnější volba. Ovšem časová investice nutná k hledání vhodného kolegy je obvyklou strukturální nevýhodou, a pro mnohé odborníky je to daň, kterou nejsou schopni nebo ochotni zaplatit. Fall (1997) poznamenal, že většina terapeutů si vybírá kolegu na základě dvou konceptů: pohodlí a vnímané kompatibility. Oba tyto koncepty se mohou ukázat jako problematické, pokud se jedná o „pohodlí“, kterým autor míní to, že terapeut volí kolegu, který má například sousední kancelář nebo má už zajištěné prostory pro skupinovou místnost, hrozí problémy týkající se buď vzájemné závislosti jednoho terapeuta na druhém, které mohou přinášet do spolupráce nerovnováhu a tedy i vztahové problémy, nebo tyto problémy plynou z nedostatečné komunikace mezi oběma kolegy, kteří v zájmu zachování korektních profesionálních vztahů omezují vzájemné interakce. Ve snaze vyhnout se potenciálně problematickému konfliktu, se jejich komunikace může začít omezovat na setkávání během skupinové terapie, terapeutický pár tedy nemá prostor na řešení nesouladů a dochází k dalšímu omezování komunikace, to vede k odcizení ve vztahu, a v nejhorším případě k rozhodnutí, že do daného vztahu nemá pro terapeuta smysl investovat čas a energii, což má v konečném důsledku opět největší negativní dopad na členy skupiny.

Pokud se jedná o výběr kolegy na základě „přátelství“, hrozí rizika uvedena ve vztahových nevýhodách, konkrétně u problematiky blízkosti.

Vzhledem k náročnosti procesu výběru vhodných kolegů, a jejich následnou velkou časovou i energetickou investicí do tohoto vztahu si kladou Fall a Menendez otázku, jestli by nebylo na místě, aby odborná veřejnost zaměřila svou pozornost na

výzkum, zda je skutečně skupinová terapie vedena terapeutickým párem efektivnější než skupina vedena jedním terapeutem.

3.3 Vedení skupiny: styly vedoucích a jejich kompatibilita

Na tomto místě bych se chtěla krátce věnovat výzkumům, které byly provedeny za účelem zpřehlednění aspektů zásadních pro kvalitní a efektivní spolupráci dvou terapeutů, kteří společně vedou skupinovou psychoterapii. Nejvíce jsem zde čerpala z článku *Personality, Leadership Style and Theoretical Orientation as Predictors Group Co-Leadership Satisfaction* od autorek Karen Bridbord a Janice DeLucia-Waack z roku 2011. Tento článek shrnuje jejich výzkum tohoto tématu, a doplňují ho data ostatních výzkumů provedených na toto téma v minulosti. Cílem jejich studie bylo předpovědět spokojenost terapeutického páru na základě zkoumaných atributů, autorky se snažily lépe porozumět vlivům, které hrají v této subjektivně vnímané zkušenosti terapeutů roli.

Výzkumné studie se zúčastnilo 54 terapeutických dvojic, které vyplnily následující dotazníky: NEO, dotazník tykající se charakteristik vedoucího skupiny, dotazník vztahů ve skupině a inventář koterapeutů. Na základě zodpovězených dotazníků pak autorky vyvodily následující závěry o spokojenosti ve vztahu s kolegou na skupině.

Jako první se výzkum zabýval spokojeností obou terapeutů na základě míry zkušeností v oblasti skupinové psychoterapie, závěry ukazují na to, že ačkoli všechny dvojice v kombinaci junior-junior, senior-junior a senior-senior vnímají svůj vzájemný vztah jako dobrý a cítí se v něm spokojeně – všichni tedy uváděli relativně vysokou míru spokojenosti, nejvyšších skóre ovšem dosahovaly terapeutické páry složené ze svou senior terapeutů. Jako velmi podstatný aspekt spokojenosti ve vztahu se také ukázalo svobodné rozhodnutí terapeutů společně skupinu vést oproti tomu, když si byli pro tuto spolupráci přiřazeni, jak je běžnou praxí v některých organizacích. Z tohoto zkoumání podle autorek jasně vyplývá, že pokud je to jen trochu možné, bylo by dobré umožnit terapeutickému páru, aby se na společném vedení skupiny domluvili, a svého partnera si mohli svobodě zvolit.

Jedním ze zásadních proměnných ve spokojenosti je i, jak uvádí Yalom (2005), kompatibilita osobností obou terapeutů. Vyzývá terapeuty, kteří si vybírají kolegu do páru, aby se poohlédli po někom, kdo je terapeutovi lidsky blízký a zároveň má ale

rozdílné osobnostní charakteristiky. Yalom vychází ze své zkušenosti, že osobnostní rozdíly obohacují skupinovou dynamiku a terapeuti se pak ve vedení vhodně doplňují, nicméně je třeba, aby společně usilovali o vzájemné pochopení a vyjasňování si rozdílů, které je vždy snazší na podkladu předchozích vzájemných sympatií.

Další důležitým faktorem je podle autorek studie kompatibilita chování na skupinových sezeních, konkrétně podobnost v konfrontačním stylu obou vedoucích. Samozřejmě nelze jednoduše říci, že by odlišný konfrontační styl obecně vedl k nižší spokojenosti ve vztahu, nicméně je pravděpodobné, že vedoucí s různými konfrontačními styly musejí věnovat více času a energie do porozumění konfrontačního stylu kolegy, a bude nutné tento proces důsledně reflektovat už jenom proto, že různé konfrontační styly mohou ovlivňovat členy skupiny k tomu, aby se „připojili“ na stranu jednoho z terapeutické dvojice. To se děje zejména v případě, kdy jeden terapeut je typicky v roli „pečovatele a ochránitele“ skupiny, zatímco druhý má spíše roli „agresora“. V krátkodobém horizontu se tedy uvažuje o tom, že by tato rozdílnost mohla mít dopad na vnímanou spokojenost ve vztahu obou vedoucích. V návaznosti na tato zjištění samozřejmě vystupuje do popředí důležitost reflektivního procesu, který obvykle následuje bezprostředně po ukončení každého skupinového sezení, na kterém se oba vedoucí v ideální případě mohou otevřeně vyjadřovat jak ke skupinovému procesu jako takovému, tak i k vzájemnému fungování s kolegou přímo na skupině. Je tedy nezbytné, aby spolu hovořili o dynamice vztahů na skupině, pokusili se zvýšit vzájemné porozumění, a společně se tímto podílet jak na růstu svého vztahu, tak i na tom, aby jejich rozdílné styly mohli sloužit spíše jako nástroj k rozšíření možností skupiny, namísto jejího nežádoucího rozdělení (Bridbord & DeLucia-Waack, 2011).

4 REFLEKTIVNÍ A SUPERVIZNÍ PROCES

4.1 Reflektivní proces

Reflektivní proces je z pohledu odborné veřejnosti jedním ze základních komponent neodmyslitelně patřících ke kvalitně odváděné práci skupinového psychoterapeuta. Jedná se o proces, který obvykle probíhá mezi terapeutickým párem bezprostředně po každém skupinovém sezení. Tato práce má napomoci zlepšení sebereflexe, uvědomění si své zkušenosti na skupině a pomocí vzájemného sdílení s kolegou pomáhá budování vhledu i cízelování spolupráce obou terapeutů.

Velmi přehledné a komplexní shrnutí důležitosti reflektivního procesu nabízí článek Jane E. Atieno Okech *Reflektive Practice in Group Co-Leadership* z roku 2008. V tomto článku se Atieno Okech zmiňuje o základních přínosech reflektivního procesu jednak do vztahu terapeutického týmu, ale zároveň připomíná, že tento vztah a jeho růst, který je reflexí podpořený má přímý dopad na efektivitu celé skupinové terapie. Atieno Okech naznačuje, že vedoucí skupiny, kteří reflexím nevěnují dostatečnou pozornost mohou nevědomě nahrávat výše popsaným nevýhodám vedení skupin ve dvojici. Jedná se o možný základ pro vzájemnou nedůvěru, boj o moc nebo soutěživost mezi terapeuty, vzniká zde prostor pro nevyjasněné osobní neshody či neshody na základě rozdílných terapeutických přístupů, tato nereflektovaná vztahová dynamika se pak může projevovat v nejistotě a úzkosti při vedení společné skupiny, a vztahové obtíže terapeutů se nevyhnutelně odrážejí i na dynamice skupinového procesu. Za vlivné faktory bezprostředně ovlivňující vztah a spolupráci terapeutického páru označuje: 1. pochopení vzájemných reakcí obou terapeutů a sdílení doprovodných reakcí a vnitřních dialogů obou zúčastněných na ně, 2. sdílení obav o vlastní kompetence každého z terapeutů, diskuse o jejich adekvátnosti či neadekvátnosti v rámci vedení skupiny, 3. uvědomění si vlastních přesvědčení a postojů, které terapeut ve skupině zastává k sobě i k druhému vedoucímu a 4. existující vzorce vztahování, které se projevují ve vztahu se spolu vedoucími, a to jak se projevují v jejich společném vedení skupiny. Cílem naplnění těchto čtyř bodů má být propojení a sdílení intrapersonálních a interpersonálních zkušeností obou terapeutů, pro zlepšení vhledu a jasnější konceptualizaci spolupráce terapeutického páru. Atieno Okech také připomíná, že reflektivní proces je postupný, není možné tedy očekávat okamžitou otevřenost a sdílení všech vnitřních nejistot hned v počátku

vzájemného vztahu. Na začátcích své spolupráce mohou terapeuti kolísat mezi sdílením a nesdílením svých intrapsychických procesů v závislosti na vnímání kvality vzájemného vztahu a míry bezpečí, které ve vztahu s kolegou zažívají. Tento proces by však měl napomáhat postupnému prohlubování vzájemného vztahu, a tedy i intimitu reflektovaných témat, což vnímá jako základní v budování silné a efektivní terapeutické spolupráce, a společný růst obou členů týmu.

Yalom a Leszcz (2007) se také připojují a zdůrazňují důležitost cíleného zkoumání tohoto procesu s cílem usnadnit terapeutickou i produktivní interakci mezi vedoucími skupiny, a spolu s tím i pro jednotlivé členy skupiny, a kladou důraz na vlastní zkušenost, že nedostatek porozumění a intimity mezi terapeuty nemá negativní dopad pouze na jejich vzájemný vztah, ale především na skupinu jako takovou. Skupina podle nich může ve své upřímnosti, otevřenosti, intimitě a soudržnosti pokročit pouze tak daleko, jak daleko je terapeutický pár, který skupinu vede.

V reflektivním procesu se mohou vyskytnout i mnohé další překážky. Například ne každý terapeut je vybaven rozvinutou schopností sebereflexe a přijímání zpětné vazby od kolegy pro něj pak může být emočně velice náročný proces. V návaznosti na to je problematické i pokud jeden nebo oba terapeuti komunikují kolegovi negativní zpětnou vazbu příliš nevybíravě, což může způsobit u reflektovaného spíše obranné stažení do sebe než ochotu více se druhému otevřít.

Za uspořádání, ve kterém mohou nejčastěji vznikat problémy týkající se otevřenosti vzájemné komunikace, se obecně považuje uspořádání senior-junior. Kdy je obvyklé, že juniorovi může bránit obava z toho, že zkušenější kolega objeví jeho nedostatečnost či reálnou nebo domnělou nekompetentnost v práci se skupinou, zároveň pro zkušenějšího terapeuta může být obtížné například obava ze ztráty tváře před začínajícím kolegou, případně pocit, že by jeho otevřeně sdílené emoce jeho méně zkušený protějšek mohly znejistit nebo zranit.

4.2 Supervizní proces

Supervize terapeutického procesu, ať už individuálního nebo skupinového, je obecně vnímána jako neopomenutelná součást každé kvalitní psychoterapie. Yalom a Leszcz (2007) pojmají supervizi zejména z pohledu supervizního procesu u začínajícího terapeuta, nicméně se domnívám, že jejich závěry lze rozšířit i na supervizi pokročilejších skupinových terapeutů. Toto rozšíření považuji za možné zejména proto, že autoři hovoří obecně o důležitosti přístupu supervizora k supervizantovi, a to nejen v jeho začátcích ale po celou dobu jejich vzájemné spolupráce.

Ve své publikaci *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* akcentují důležitost vztahování se k supervidovanému s respektem a péčí, vycházejí z předpokladu, že supervizor a supervizant společně vytvářejí supervizní spojenectví, které je obdobou terapeutického spojenectví, a tedy že způsob, jakým se supervizor ke svému svěřenci vztahuje, přímo ovlivňuje způsob, jakým se pak ten vztahuje ke svým klientům. Supervizor podle nich nepředává pouze odborné a technické zkušenosti, ale zároveň pracovní etiku, soubor hodnot, kterými se sami ve své práci řídí. Supervize skupinového terapeuta je obtížný proces, na který neexistuje jeden konkrétní postup. Skupinová psychoterapie je sama o sobě velmi složitý a komplexní proces, a třeba počítat s tím, že schopnost terapeuta popsat tento proces je nutě limitována a zkreslena vlastním vnímáním celého procesu. Yalom a Leszcz proto doporučují, aby skupinový supervizor supervidovanou skupinu ideálně několikrát navštívil, případně aby měl možnost shlédnout skupinové sezení z videozáznamu, díky kterému by si mohl udělat jasnější představu o skupinovém dění a o jednotlivých členech skupiny. Důležitost laskavého a respektujícího přístupu supervizora zdůrazňují i s ohledem na důvěru terapeuta ke svému supervizorovi a jeho otevřenost v reflektivním i sebereflexivním procesu. Uvádějí, že pokud se terapeut setká s hodnotícím, kritizujícím a ponižujícím přístupem v supervizi, ovlivní ho to nejen v daném supervizním procesu, ale může to poznamenat i do budoucna terapeutovu ochotu znovu se svěřit do rukou dalšího supervizora. Hodnotící a kritizující přístup se promítne do otevřenosti supervidovaného, jehož častou reakcí na takovýto přístup bývá stažení a odrazí se i na tématech přinášných do supervize. Yalom mluví o tom, že ve chvíli, kdy terapeut přináší do supervize málo podnětů ze skupiny, obvykle to ukazuje na vážný problém v supervizním vztahu, a supervizor by měl svou pozornost obrátit právě ke vzájemnému vztahu.

Supervize skupinového terapeuta může mít mnoho podob, Yalom a Leszcz (2007) se zmiňují o třech typech této práce, kterými jsou: individuální supervize – tedy v uspořádání jednoho supervizora a jednoho supervizanta, skupinová supervize – jeden supervizor a skupina supervidovaných terapeutů, a supervize koterapeutů - složená ze supervizora a dvou koterapeutů, kteří se podílejí na vedení jedné skupiny. Pro porovnání různých přístupů k této disciplíně mě zaujal článek Thomase F. McGeeho z roku 1968.

4.2.1 Čtyři supervizní přístupy pro skupinové psychoterapeuty

Thomas F. McGee ve své studii nazvané *Supervision in Group Psychotherapy: A Comparison of Four Approaches* uvádí následující možnosti supervizního procesu a jejich přednosti a omezení.

- 1) Dyadická supervize: ve shodě s Yalomem a Leszczem popisuje McGee tento vztah jako spolupráci supervizora a jednoho terapeuta vedoucího skupinovou terapii. Za hlavní přínosy tohoto uspořádání považuje zejména možnost intenzivního supervizního vztahu, a větší kapacity supervizora k individuální potřebám konkrétního supervidovaného.

K nevýhodám této supervizní formy patří zejména častá nepřesnost informací limitovaná zkresleným pohledem jednoho terapeuta, supervizor je víceméně odkázaný na terapeutovu schopnost reflexe celého složitého procesu, která je zvláště pak u začínajícího terapeuta ovlivněna malým počtem zkušeností se skupinovou prací, a jeho obavami a nejistotami spojenými s odhalováním se v supervizi. Jako další potenciální nevýhodu vnímá McGee v tom, že pro tento typ supervizí je v organizacích často vybírán zkušený individuální psychoterapeut, jehož odbornost v tomto ohledu nemusí dostačovat potřebám začínajícího skupinového terapeuta.

- 2) Skupinová supervize: bývá v odborné literatuře označována za nejsmysluplnější a nejefektivnější přístup k supervizi začínajících terapeutů. Skupinová supervize nabízí supervidovaným možnost zažít si skupinový kontext na sobě samém, jako na členovi supervizní skupiny. Terapeuti si tedy mohou lépe uvědomit důležitost některých aspektů skupiny z pohledu svých klientů, stejně jako vyhovující a nevyhovující části jejího fungování. Důležitým přínosem je prostor pro vzájemné sdílení úzkostí a

nejistot spojených s rolí nováčka ve vedení skupinové terapie, stejně jako možnost poučit se z potíží a úspěchů ostatních supervidovaných. Supervizorovi pak umožňuje pozorovat terapeuty v mezilidských interakcích, což mu může pomoci přesněji porozumět jejich individuálním potřebám a potenciálním obtížím.

Nevýhodou této formy je, že je často obtížné či nemožné sestavit skupinu z podobně zkušených terapeutů, mezi supervizanty pak může vznikat nerovnoměrnost a různá míra připravenosti na skupinovou práci, což zapříčiňuje, že utváření efektivního supervizního vztahu může trvat delší dobu než u jiných forem. Další obtíž spočívá v tendenci začínajících terapeutů využívat supervizi jako skupinovou terapii obzvláště pokud nenavštěvují terapii individuální, a pro supervizora může být náročné držet ve skupině supervizní formu. Poslední výzvou je už zmíněná obtíž se sestavením skupiny, která se typicky skládá ze čtyř až šesti supervizantů s podobnou mírou zkušeností.

- 3) Supervize v rámci koterapie: Zde tedy mluvíme o terapii vedené zkušeným skupinovým psychoterapeutem a jeho méně zkušeným nebo začínajícím kolegou. Jejichž supervize probíhá spíše na intervizní bázi směrem od senior terapeuta k junior terapeutovi.

K této formě supervize se McGee vyjadřuje poměrně kriticky, jeho kritika nevyhází z formy supervize jako takové, ale celý koncept takto vedené skupiny vnímá jako nešťastný. Uvádí, že takto by dle jeho názoru měly být vedeny skupiny sebezkušenostní nikoli skupiny jako takové.

K výhodám tohoto uspořádání vychází z Ganse (1962), který považuje za pozitivní stránky větší sebeuvědomění supervidovaného a lepší porozumění přenosu a protipřenosu. Zároveň mají oba terapeuti jedinečnou zkušenost vidět skupinu na živo a možnost reflektovat situace, které oba společně zažili. Supervidovaný má v tomto případě samozřejmě také výhodu, pozorovat zkušenějšího kolegu při práci, a učit se tak od něj přímo v průběhu skupinového sezení.

K častým nevýhodám pak patří to, že přítomnost výrazně zkušenějšího kolegy může vést druhého terapeuta k obavám z odhalení nejen před klienty, ale i před seniorním kolegou. Úzkost a další emoční zábrany pak mohou negativně ovlivňovat jeho projev na skupině, například ve smyslu stažení se ze skupinového dění a přenechání zodpovědnosti za vedení skupiny zkušenému kolegovi.

- 4) Triadický přístup: V tomto případě mluvíme o zkušeném skupinovém supervizorovi, který superviduje terapeutický pár vedoucí konkrétní skupinu. Přínosem této supervizní formy je, že vnášené zkruslení pohledu na skupinu jednoho terapeuta vyváží pohled druhého z páru. Supervizor má tedy poměrně přesnou a komplexní představu o průběhu skupinové terapie. Důležitou složkou tohoto procesu je také vzájemný přenos pocitů mezi oběma terapeuty a jejich práce na vzájemném vztahu v supervizi. Výhoda možnosti pracovat na vztahu může být také ústředním problémem tohoto typu supervize. Terapeutický pár, který má hodně problematický vzájemný vztah se ani při častém navštěvování supervize nemusí podařit sladit, což má důsledky jednak na supervizní vztah, ale bohužel zejména na efektivitu skupinové terapie pro její členy. Proto je nutné, aby supervizanti byli dopředu připraveni na to, že aby supervize mohla být přínosná, musí být ochotni vložit do supervize velké množství úsilí a mít odvahu mluvit o svých pocitech k druhému terapeutovi přímo před ním. Stejně tak supervizor musí být připraven pomoci terapeutickému páru najít někdy nesnadnou cestu k jejich vzájemnému souladu. (McGee, 1968)

Na závěr různých možností v rámci supervizního procesu je třeba dodat, že je vždy nezbytné pečlivě vybírat nejen typ supervize nejlépe vyhovující danému terapeutovi, ale je nutné přihlédnout i k jeho předchozím zkušenostem, ať už se supervizí individuální nebo skupinovou. Nemusí být vhodné zařazení terapeuta do (skupinové) skupinové supervize, pokud nemá dostatek zkušeností se supervizní prací sám na sobě. Důležité je také při výběru zohlednit časové možnosti obou terapeutů, protože každý typ supervize může mít jiné požadavky na čas na ní strávený, a tak například právě skupinové supervize, které se v ideálním případě konají třikrát do týdne nejsou pro každého ideální volbou. Zároveň každý terapeut musí zohlednit svou schopnost otevřenosti a upřímnosti ve vztahu ke svému kolegovi, než si například zvolí triadickou formu supervize. Pro upřesnění toho, co daný terapeutický pár od svých supervizí potřebuje může jako odrazový můstek posloužit jejich reflexe, která by měla probíhat po každém skupinovém sezení. Na základě této zkušenosti si jednotliví terapeuti mohou „osahat“ jaké je pro ně právě sdílení a komunikace nejasností s daným kolegou, a to by mohlo načrtnout směr, kterým se v supervizi vydat.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 METODIKA VÝZKUMNÉ SONDY

Moje rozhodnutí věnovat se výzkumu spolupráce mezi dvěma psychoterapeuty, kteří společně vedou psychoterapeutickou skupinu vycházelo z několika různých důvodů. V první řadě se jednalo o to, že se vedení skupinové psychoterapie věnuji již více než sedm let, a během této doby jsem si opakovaně uvědomovala, že množství dostupných, a především ověřených zdrojů na toto téma je podstatě méně obsáhlé, než co bych jako začínající skupinový psychoterapeut potřebovala. Mnoho výzkumů a publikací se věnuje zejména procesu skupinové psychoterapie z hlediska proměňujících se potřeb klientů v různých fázích skupinového procesu, podobně jako strategiím terapeutů voleným v těchto klíčových obdobích. Stejně tak je poměrně dobře popsána typologie klientů, kteří se na skupinách objevují a konkrétní práce s touto problematikou a mnoha dalším aspektům skupinové práce. Oproti tomu výzkumu v oblasti spolupráce vedoucích skupinové psychoterapie a jejich vzájemnému vztahu, je věnovaná pozornost odborné veřejnosti, z mého pohledu, pouze okrajově. S ohledem na to, že v literatuře na téma skupinové psychoterapie lze vždy dohledat odkaz nebo zmínku na to, že pokud skupinu vede terapeutický pár namísto jediného terapeuta, je jejich vzájemný vztah a spolupráce velmi zásadní pro efektivitu skupinového procesu, vedly mě tyto podněty k myšlence, že obrátit pozornost k tomuto aspektu skupinové práce, by mohlo být užitečné pro doplnění některých slepých míst v popsání tak komplexního procesu, jakým skupinová psychoterapie bezesporu je.

Dalším důvodem byly moje osobní zkušenosti s přínosy a obtížemi v práci v terapeutickém páru, pro které jsem často složitě hledala pojmenování, a zároveň jsem vnímala potřebu naučit se přínosů lépe využívat a s obtížemi naložit způsobem, který by mohl naši spolupráci a náš vzájemný vztah posílit a obohatit, oproti tomu, aby mezi nás pokládaly překážky. Svě sebezkušenosti se budu blíže věnovat v kapitole s názvem: *Reflexe vlastní zkušenosti se zkoumaným tématem.*

Spolupráci terapeutického páru vnímám jako jeden ze zásadních aspektů efektivní skupinové psychoterapie, proto jsem se rozhodla pokusit se na její zákonitosti, přínosy a obtíže zaměřit ve výzkumné části této práce.

5.1 Cíle výzkumné sondy a výzkumné otázky

Cíle výzkumné sondy:

Hlavním cílem výzkumné sondy je:

1. zjistit, co prožívá psychoterapeut při spolupráci se svým koterapeutem a jak s těmito prožitky nakládá

Dalšími dílčími cíli je:

2. zjistit, co psychoterapeutovi pomáhá ve zlepšování spolupráce s koterapeutem
3. zjistit, jaké obtíže se ve spolupráci s koterapeutem objevují a jakým způsobem s tím psychoterapeut pracuje

Výzkumné otázky:

V práci využívám hloubkových polostrukturovaných rozhovorů k získání odpovědí na následující výzkumné otázky:

- Jaké prožitky se objevovaly ve spolupráci s koterapeutem před začátkem spolupráce, v jejích začátcích a v pokročilých fázích?
- Jakým způsobem pracoval psychoterapeut na spolupráci s koterapeutem a co se mu osvědčilo?
- Jestli a případně jaké byly problematické momenty ve spolupráci s koterapeutem a jakým způsobem s nimi psychoterapeut nakládal?

5.2 Výzkumný soubor

Za účelem výběru respondentů do své výzkumné sondy jsem zvolila metodu prostého záměrného výběru v kombinaci s metodou sněhové koule. Prostý záměrný výběr, se podle Miovského (2006), vyznačuje cíleným vyhledáváním respondentů na základě předem stanovených kritérií. Vybírala jsem tedy respondenty, kteří a) splňovali mnou stanovená kritéria a zároveň b) byli ochotni se výzkumu zúčastnit.

Předem stanovená kritéria:

- ukončené vysokoškolské vzdělání v oboru psychologie
- ukončený komplexní psychoterapeutický výcvik
- zkušenost s vedením psychoterapeutické skupiny v terapeutickém páru – minimálně po dobu jednoho roku pravidelného/každotýdenního setkávání s jedním koterapeutem
- minimálně tříletá psychoterapeutická praxe pod pravidelnou supervizí (individuální nebo skupinová)
- odlišný psychoterapeutický výcvik než daný koterapeut
- vedení dynamické skupiny (ne skupiny edukativní či podpůrné)

Stanovením výše uvedených kritérií jsem se snažila předejít situaci, kdy bych v průběhu rozhovoru zjistila, že respondent neodpovídá podmínkám, které považuji za podstatné při sběru dat. První dvě kritéria, tedy *ukončené vysokoškolské vzdělání v oboru psychologie* a *ukončený psychoterapeutický výcvik*, jsou, domnívám se, základem pro to, aby informace vycházející z výzkumné sondy byly relevantní a ukotvené alespoň základním potřebným vzděláním.

Zkušenost s vedením skupiny v terapeutickém páru je klíčové pro zkoumanou problematiku s ohledem na to, že zkoumám vztah daného páru. Stejně tak považuji za podstatné, aby terapeutický pár spolupracoval minimálně rok, aby bylo možné v rámci rozhovoru postihnout delší časový úsek vztahu a jeho proměn. V tomto bodě jsem zvažovala, jestli by nebyla dostačující půlroční spolupráce, ale dospěla jsem k závěru, i s ohledem na neformální rozhovory s kolegy, že právě období kolem šesti měsíců spolupráce bývá často pro terapeutický pár kritické nebo také bilanční, po kterém se rozhoduje, zda bude pár dále společně ve vedení pokračovat nebo se rozloučí. To mě

přesvědčilo k výběru psychoterapeutů, kteří se svým koterapeutem toto (potenciálně krizové) období překonali.

Kritérium *minimálně tříleté psychoterapeutické praxe pod pravidelnou supervizi* jsem zvolila z důvodu, že jsem hledala terapeuty, kteří mají zkušenosti s psychoterapií, a zároveň jsou zvyklí podrobovat svou práci zkoumání a uvažovat o ní se třetí stranou. Domnívám se, že toto kritérium zvyšuje pravděpodobnost, že psychoterapeut bude schopný reflektovat svoji zkušenost se vztahem a zároveň by mu zkušenost se supervizi mohla pomoci s přijetím a zvážením jiného pohledu na probíranou situaci, což považuji za důležitou schopnost pro konstruktivní spolupráci s kolegou. Nicméně pohledem zpětně si nejsem jistá, jestli lze říci, že toto kritérium skutečně zaručuje schopnosti, ve které jsem doufala.

Odlišný psychoterapeutický výcvik jsem zvolila záměrně na základě předpokladu, že terapeuti s odlišným přístupem se mohou potýkat s větším množstvím neshod, a tedy by i mohli mít větší míru dovedností a schopností, jak s problematickými momenty ve vztahu zacházet.

Kritérium týkající se nutnosti *vedení dynamických skupin*, jsem dodala až později na základě rozhovoru s terapeutem, který si pro účely rozhovoru vybral zkušenost z vedení edukativních skupinových sezení, a jak se posléze ukázalo, tak ačkoli byl tento rozhovor velmi zajímavý, tak otázka terapeutického vztahu byla (minimálně v tomto konkrétním případě) naprosto druhořadá, a tedy těžko blíže prozkoumatelná.

Pro úplnost bych chtěla dodat, že jsem zvažovala kritérium výběru pouze mužsko-ženských terapeutických párů, ale nakonec jsem se ho rozhodla vyloučit s cílem získat potenciálně rozmanitější pohled na prožitky objevující se ve vztazích i stejnopohlavních párů. Ačkoli jsem tuto možnost docela neproměnila vzhledem k výslednému souboru respondentů.

Výběr respondentů

Výběr respondentů jsem zahájila osobním setkáním se třemi mně známými skupinovými psychoterapeuty, o nichž jsem věděla, že by odpovídali stanoveným kritériím. Z těchto tří setkání vyplynulo, že jedna dotázaná nemá ukončené vysokoškolské vzdělání a druhá se necítila ve své současné skupině příliš dobře, a vyhodnotila to tak, že by raději toto téma nyní neotevírala, rozhodla se nakonec na

výzkumu nepodílet. Obě mi ovšem daly doporučení a kontakt na kolegyně, které by mohly mít zájem se na mé práci podílet. Poslední z přímo oslovených kolegů mi svou účast na výzkumu přislíbil, a také mi doporučil několik kolegů, kteří se skupinovou psychoterapií zabývají. Na základě těchto doporučení jsem telefonicky kontaktovala devět psychoterapeutů, pět žen a čtyři muže. Během telefonického rozhovoru jsem všem potenciálním respondentům stručně popsala výzkum a požádala je o jejich účast. Mým původním záměrem bylo vybrat 2-3 ženy a 2-3 muže, abych zvýšila relevanci dat z hlediska genderového pohledu, nicméně se dvěma muži jsem nenašla společný termín, kdy by se rozhovor mohl uskutečnit a dva účast na výzkumu nakonec odmítli. Z oslovených žen se na výzkumu rozhodly podílet čtyři, proto se výzkumný soubor skládá ze čtyř žen a jednoho muže.

Výsledný výzkumný soubor se tedy skládal ze čtyř žen a jednoho muže, všech pět respondentů hovořilo o spolupráci v terapeutickém páru s mužem. Věk respondentů se pohyboval mezi 28-42 lety. Každý z respondentů měl jiný psychoterapeutický výcvik než jeho koterapeut. S ohledem na uchování soukromí respondentů jsem se rozhodla bližší informace neuvádět. Více viz podkapitola Etické aspekty výzkumu.

V rámci výběru místa pro uskutečnění rozhovorů, jsem se rozhodla co nejvíce přizpůsobit respondentům a jejich pohodlí, dva rozhovory jsem uskutečnila u respondentů doma, dva na jejich pracovištích v terapeutických ordinacích a poslední rozhovor byl proveden na zahrádce kavárny, protože respondentka měla s sebou malé dítě, které je neklidnější venku v kočárku.

5.3 Příprava na výzkumnou sondu

Výběr tématu

Myšlenku, že by se moje diplomová práce mohla tak či onak zabývat tématem skupinové psychoterapie, jsem měla v hlavě již několik let před samotným zahájením úvah nad potenciálním tématem. Vycházela z mého zájmu o tento typ psychoterapie už od dob, kdy jsem se sama účastnila skupinových výcvikových setkání. Skupinová dynamika, vztahy mezi jednotlivými členy, pohled na skupinové vedoucí i vzájemné interakce mezi nimi, to vše mě opakovaně vedlo nejen k uvažování o mém prožívání a vystupování na skupině, ale také k pozorování ostatních účastníků a jejich chování a sdílenému prožívání.

Od roku 2016 jsem se začala podílet na vedení skupinových psychoterapií v organizaci Kaleidoskop, centru terapie a vzdělávání, z.ú. . Z počátku jsem coby začínající terapeut pozorovala zkušenější kolegy při práci a během po-skupinových reflexí jsem se dozvídala stále více o jednotlivých aspektech tohoto způsobu práce s klienty. Později jsem v rámci pražského stacionáře Kaleidoskopu dostala možnost, skupiny sama vést. Jednalo se především o skupiny edukativní, zaměřené na předávání teoretického základu dialekticko-behaviorální terapie klientům s hraniční poruchou osobnosti. Postupem času jsem kromě edukativních skupin dostala příležitost podílet se i na tak zvaných dynamických skupinách, které v rámci stacionáře probíhaly každý týden. Během této doby jsem opakovaně přemýšlela nad přínosem skupinové terapie pro klienty i její vedoucí, uvažovala jsem o principech, na kterých skupinová terapie stojí a jaké jsou problematické momenty, které se ve skupině objevují.

Vzhledem k tomu, že jsem minimálně zpočátku vedení skupin často vnímala, že je pro mě obtížné najít své místo ve fungování skupiny, potýkala jsem se s nejistotami a obavami, jakým způsobem bych měla ke skupinovému dění přispívat, a všemožně jsem hledala roli, ve které bych se cítila komfortně a kompetentně, moje úvahy a rozmluvy s kolegy se často ubíraly právě tímto směrem.

O tři roky později jsem dostala nabídku vést skupinovou psychoterapii na psychologické a psychiatrické klinice Adicare, kde jsem se seznámila s jiným typem klientely, ale znovu jsem se setkala i s podobným tápáním při hledání své role na skupině, a také s nejistotou ve vztahování se ke kolegovi, jaké jsem zažívala v Kaleidoskopu. Tam

jsem si uvědomila, že téma vztahu a spolupráce v terapeutickém páru pro mě vystupuje jako zásadní aspekt vedení skupiny, kterému bych chtěla a měla lépe porozumět, aby moje práce mohla být pro skupinový proces co nejprínosnější.

Před samotným rozhodnutím, že se budu v této práci vztahem terapeutického páru zabývat, jsem si neformálně promluvila s kolegy, kteří mají s tímto typem práce zkušenost, a zjistila jsem, že si mnoho z nich klade podobné otázky jako já. Každý svým specifickým způsobem hledal svou roli, postavení a vztahování se ke kolegovi. Všichni oslovení se ovšem shodovali na tom, že práci na vzájemném vztahu s kolegou vnímají jako klíčový aspekt pro kvalitní fungování skupiny. Na základě těchto rozhovorů jsem tedy svou pozornost více zaměřila na vzájemný vztah obou terapeutů a rozhodla se prozkoumat, jakým způsobem na něm lze pracovat, jaké strategie se daným respondentům osvědčují a co mohou být naopak slepá či problematická místa na této cestě, která vztah komplikují. Mým cílem bylo naznačit směr, kterým by se daly využít zkušenosti skupinových terapeutů pro zlepšení vztahu a spolupráce v terapeutickém páru pro další psychoterapeuty, kteří v této oblasti tápají podobně jako já.

Reflexe vlastní zkušenosti se zvoleným tématem

Na úvod, dříve, než jsem se pustila do sestavování scénáře polostrukturovaného rozhovoru, jsem se rozhodla, prozkoumat vlastní postoje ke zkoumanému tématu. Vycházela jsem z předpokladu, že moje osobní zkušenost a očekávání z ní plynoucí, by bylo dobré si ujasnit a zaznamenat, abych během tvorby scénáře, při následném vedení rozhovorů a později při analýze těchto rozhovorů nekontaminovala materiál vlastním pohledem. Sebereflexi jsem si tedy zapisovala (tužka, papír), abych byla schopna odlišit své prekoncepce od skutečných výpovědí respondentů. Mým cílem bylo vyhnout se tím, alespoň částečně, zkreslení, které bych mohla do své výzkumné sondy přinést. Tyto úvahy nad zkoumaným tématem bych zde chtěla krátce uvést:

S vedením skupinové psychoterapie mám přibližně sedm let zkušeností. V prvním roce jsem skupiny vedla v rámci terapeutické komunity s pěti různými kolegy, jednalo se spíše o střídavé a nárazové setkávání s různými spolu-vedoucími, podle rozpisu služeb, nelze tedy mluvit o dlouhodobější spolupráci či vztahu. Během této doby jsem spíše sledovala zkušenější kolegy při práci, snažila se utvořit si představu o tom, jak skupinový proces probíhá, a zaměřovala se na to, jak pomoci konkrétnímu terapeutovi s jeho cíli ve

skupině, tedy moje role ve skupině se měnila v podstatě v závislosti na potřebách daného kolegy spíše než na mém uvážení.

Ostatní zkušenosti s vedením skupiny v terapeutickém páru už měly dlouhodobější charakter. Konkrétně jsem měla čtyři koterapeuty. První z mých skupinových kolegů byl zároveň i můj nadřízený, o 14 let starší kolega, který se skupinovým terapiím věnoval nejméně deset let. V začátcích naší spolupráce jsem se přistihovala při tom, že poměrně nekriticky přejímám veškeré jeho strategie práce se skupinou, fungovala jsem spíše v režimu: „sleduji a učím se“, než že bych se odvážila do „společného“ vedení skupiny významněji přispívat. Vnímala jsem stud před kolegou a strach z potenciálního negativního hodnocení mého výkonu na skupině, nebyla jsem schopná svobodně prozkoumávat jak na skupině nebo mimo ni společně fungovat, řídila jsem se zejména zpětnou vazbou seniorního kolegy, a ačkoli nastalo několik situací, kdy jsem s jeho reflexí nesouhlasila, nedovolila jsem si vstoupit s ním do diskuse, a napříště jsem se snažila o to, abych se hodnoceného chování vystříhala. Naše počáteční poskupinové reflexe probíhaly obvykle tak, že jsem nejdříve shrnula, čeho jsem si na skupině všimla, co mi přišlo zajímavé, diskutovali jsme o procesu a jednotlivých klientech, následně kolega refletoval moje intervence či příspěvky do skupiny, a to obvykle velmi laskavým a podpůrným způsobem. Pamatuji se, že se mi vždy ulevilo, když/že nepřišla kritická připomínka. Sama jsem se na počátku naprosto vědomě vyhýbala jakékoli zpětné vazbě směrem ke kolegovi, maximálně jsem oceňovala to, co mi připadalo dobré. Jeho způsob vedení skupiny byl poměrně pasivní, do skupin příliš nevstupoval, což pro mě bylo hodně nečitelné a zúzkostňující, proto jsem postupem času převzala roli „organizátora“ skupiny, skupinu jsem začínala a končila, hlídala jsem čas, prostor jednotlivých klientů na skupině, a tak podobě. Toto nevyčleněné rozdělení rolí nám vydrželo po celou dobu spolupráce (3 roky). Postupem času jsem se osmělovala v doptávání na intervence, kterým jsem nerozuměla nebo jsem s nimi nesouhlasila, ale tím způsobem, že jsem se doptávala jak to či ono myslel, a svoje pocity si nechávala pro sebe. Později, když jsem vnímala, že už mě nebere pouze jako „studentku“, ale měla jsem pocit, že je vztah rovnocennější, jsem se i osmělila reflektovat konkrétní kroky na skupině, které mi nepřípadaly šťastné, ale to bylo nejbližší, co jsem se k upřímné reflexi a komunikaci dostala. Určitě tím nechci říct, že by naše spolupráce byla špatná nebo nepříjemná, naopak, vnímala jsem velkou podporu na skupině i mimo ni, spíše mi jde o zpětnou reflexi zkušenosti se sebou samou ve vztahu k němu, kolik věcí jsem si nedovolila do našeho vztahu přinést, a to zejména proto, že mě strach a stud blokovaly

v upřímnosti, a já s tím neuměla nakládat. Jako problematické vnímám to, že tyto emoce ovlivňovaly můj komfort i chování na skupině, například kdybych se více doptávala, na to, jak reagovat ve chvíli, kdy se dostal kolega do konfrontace s klientem, byla bych si jistější v tom, zda mám zasáhnout, případně jak, takhle jsem se musela řídit pouze domněnkami a pocity, a stále jsem bojovala s neoslovenou nejistotou, zda je to tak „správně“.

Další tři zkušenosti bych vůči sobě pojmenovala jako 1) zkušenější koterapeut, 2) méně zkušená koterapeutka, 3) podobně zkušený koterapeut.

V prvním případě jsem zažívala podobné pocity jako s výše popsaným kolegou, zároveň pro mě bylo už přijatelnější více diskutovat o svých nejistotách a obavách, poučena z předchozí spolupráce jsem se snažila otevřeně mluvit alespoň o svém prožívání a o tom, co bych od kolegy na skupině potřebovala, abych se mohla více uvolnit a hledat svůj způsob práce více než abych se přizpůsobovala tomu jeho. Rozdíl oproti předchozí spolupráci spočíval v tom, že tento kolega byl na skupinách velmi aktivní, a v podstatě jsem měla pocit, že pokud bych do skupiny nechtěla zasahovat, tak bych nemusela. V počátku naší spolupráce jsem to právě tak i dělala, zároveň jsem ale zažívala pocity méněcennosti a vlastní nekompetentnosti, proto jsem později začala do skupin více vstupovat. Skupiny jsme opět reflektovali více z pohledu skupinového procesu a toho, co prožívají klienti, nicméně už se mi dařilo zařazovat i svoje pocity a potřeby, kterým kolega vycházel vstříc. Zároveň jakousi nerovnováhu v tomto spolu-vedení jsem přesto zažívala celou dobu. Domnívám se, že to bylo způsobeno i tím, že já jsem reflektovala svoje pocity a potřeby a kolega spíše reagoval na to, jak jsem se cítila a snažil se mi porozumět a pomoci, než aby také sdílel svoje prožívání. Při zvažování toho, co mi pomohlo ve větší otevřenosti jsem došla k tomu, že postupem času jsme si vybudovali velmi dobrý, přátelský vztah, který mi umožnil více se v jeho společnosti uvolnit, a neprožívat svoje nejistoty a obavy jako svoji slabost, ale jako něco, co ke mně přirozeně patří. Zároveň mi pomáhala i jeho přímota v komunikaci a nejednou jeho drsné vyjádření k mé osobě, které ve mně vždy budí hněv, který mi pomáhá upřímněji komunikovat a zastat se svého názoru. Poslední zásadní věcí pro mě bylo to, že jsem vnímala jeho respekt ke mně jako k člověku, jeho zájem o moje postřehy a připravenost a otevřenost na ně reagovat.

V druhém případě - s méně zkušenou kolegyní – jsem zažívala nerovnováhu ve vztahu z druhé strany. Kolegyně reflektovala podobné zážitky se mnou, jaké jsem znala z předchozích spoluprací, naše reflexe jsme hodně věnovaly tomu, jak se na skupině

cítila, co by potřebovala, zároveň jsem se jí snažila ubezpečit, že tomu, jak se cítí rozumím, že jsem tím prošla taky. Snažila jsem se otevřeně mluvit i o svých nejistotách, když jsem něco pokazila nebo nezvládla úplně podle svých představ. Hodně jsem si uvědomovala, že se snažím vést reflexe způsobem, který bych sama uvítala. Musím přiznat, že jsem i zažívala radost a uspokojení z toho, že se cítím pevná ve své pozici. (Kolegyně nastoupila ke mně do rozběhnuté skupiny, kterou jsem znala, o to to měla těžší). Zároveň jsem cítila mnohem větší míru odpovědnosti za skupinu než u dvou předešlých spoluprací, měla jsem pocit, že pokud se na skupině něco pokazí, je na mně, abych se s tím vypořádala. A je pravda, že třeba tenhle pocit jsem jí nikdy nereflektovala. Měla jsem tendenci ji chránit před kritikou a mnohem více jsem porozuměla svým předchozím kolegům, u kterých mě mnohdy rozčilovalo, že mě mnohomluvně chválili namísto aby mi poskytovali konstruktivní zpětnou vazbu.

Poslední zkušeností bylo vedení skupiny se stejně zkušeným kolegou, kterou v mnoha ohledech vnímám jako nejobtížnější, ale možná i nejvíce obohacující. Zásadní rozdíl oproti předchozím vztahům vnímám v tom, že jsme oba už měli nějaké zkušenosti s vedením skupin a zároveň poměrně konkrétní představu, jak by měla naše společná skupina vypadat, bohužel se ale naše očekávání poměrně výrazně rozcházel. Pro sebe se domnívám, že v tomto případě jsem se skutečně začala učit, co to znamená pracovat na vztahu v terapeutickém páru, protože předchozí přístup, zjednodušeně řečeno, „přizpůsobit se nebo přizpůsobit druhého“ zde nebyl možný. Opakovaně jsme se dostávali do situací, kdy jsme měli na stejná témata úplně rozdílné názory i přístupy k jejich řešení. Nicméně se domnívám, že některé momenty byly podobné mým předchozím zkušenostem, zejména jsem vnímala počáteční velkou vzájemnou opatrnost ve zpětných vazbách, opakovaně jsme si nechávali pro sebe svoje frustrace, a snažili se spíše porozumět přístupu toho druhého a vysvětlit přístup svůj. Postupem času se nám podařilo více otevřeně komunikovat vlastní emoce, opět mi v tom pomohla moje vznětlivá povaha, spolu s vědomím, že to kolega zvládne. Hodně jsme si hledali cestu jak si laskavě, ale jasně komunikovat vzájemné nepochopení. Vnímám, že v době, když jsme mezi sebou měli nevyřčený hněv nebo nesouhlas, striktněji jsme se drželi bezpečného reflektování skupinového procesu, jako by šlo oddělit od toho, jak jsme se u něj cítili. Naopak jak se náš vztah prohluboval, mohli jsme si vzájemně více dovolit otevřeněji komunikovat. Základní body, které si myslím, že nám pomohly byly: paradoxně asi naše velká rozdílnost, protože se nejasnosti v naší spolupráci nakupily velmi rychle, a tedy nebylo možné dlouho předstírat, že tam nejsou. (Domnívám se, že

kdyby jich nebylo tolik, tak by nám vzájemná otevřenost trvala mnohem déle.) Dalším ještě důležitějším bodem byl vzájemný respekt, zájem o podněty druhé strany i to, že jsme byli jeden pro druhého oporou na skupině. Bez ohledu na to, že jsme na sebe byli třeba nazlobení, vždy jsme na skupinu šli jako tým, a oba jsme se toho drželi. Dále nám pomohlo případný nesoulad v pohledech komunikovat rovnou na skupině, otevřeně si před klienty říct, že o dané situaci uvažujeme jinak, a domluvit se společně, kterým směrem se chceme vydat. To se domnívám, že pro nás bylo ve vztahu velmi nápomocné a jsem přesvědčená, že to pomohlo i celému skupinovému procesu. A poslední, co vnímám jako důležité bylo, že jsme se oba snažili dělat svou práci co nejlépe, a oba jsme věděli, že nám záleží na stejné věci, a ačkoli máme každý jiný přístup, tak náš cíl je stejný, a k tomu jsme se mohli vracet.

5.4 Etické aspekty výzkumu

Jak říká Hendl (2016), etické otázky jsou zásadní součástí každého řádně provedeného společenskovedního výzkumu. Proto na ně ve své práci kladu náležitý důraz i já. S ohledem na citlivost předmětu zkoumání považuji za nezbytné věnovat velkou pozornost ochraně osobních údajů všech respondentů, kteří se podíleli se na mém výzkumu. Vzhledem k tomu, že předmětem zkoumání jsou osobní a mnohdy i intimní prožitky jedince ve vztahu ke kolegovi, tedy téma, které je niterné a v mnohých případech ještě živé, jsem před začátkem každého rozhovoru zdůraznila, že audionahrávka našeho rozhovoru je určena výhradně pro moje potřeby, a výhradně pro potřeby této práce. Zároveň bude nahrávka použita pouze k transkripci rozhovoru a nebude tedy součástí odevzdávané práce. A to z důvodů, že a) na nahrávce jsou uvedeny názvy organizací, jména kolegů a další potenciálně identifikační znaky, které jsem se zavázala v rámci transkripce z rozhovorů vynechat a b) respondent by mohl být rozeznán na základě svého hlasu, protože terapeutická obec není nikdy tak velká, jak si myslíme.

Současně jsem taktéž před zahájením rozhovoru uvedla, že pokud by dotazovaný na některou z otázek nechtěl odpovídat, případně by chtěl rozhovor kdykoli ukončit, či zpětně nedat povolení k zapracování jeho rozhovoru nebo některých jeho částí do práce, budu jeho přání respektovat.

Dále jsem uvedla, že ani transkripce provedených rozhovorů nebudou volně dostupnou součástí diplomové práce, a zveřejněny v textu budou pouze ty části rozhovoru, které použiji pro doložení analýzy, kde se budu striktně držet domluvené anonymizace dat.

Spolu s těmito informacemi jsem respondenty požádala o podepsání informovaného souhlasu, jehož vzor přikládám k nahlédnutí jako přílohu této práce.

5.5 Metoda získávání dat

Pro zpracování výzkumné sondy jsem zvolila kvalitativní metodologii, která z mého pohledu nejlépe odpovídá cílům mého zkoumání. Můj základní cíl spočívá v porozumění jedinečné zkušenosti spolupráce každého psychoterapeuta vedoucího skupinovou psychoterapii s kolegou, se kterým tuto skupinu vede/vedl.

Pro účely tohoto zkoumání jsem využila polostrukturovaných rozhovorů s terapeuty, kteří vedou skupinovou psychoterapii, abych mohla nahlédnout do jejich prožívání a práce na vztahu s jejich skupinovým kolegou. S ohledem na to, že vztah dvou osob nelze pojmout jako jednotku stabilní v čase, snažila jsem se v rámci své sondy postihnout proměnlivost tohoto vztahu v průběhu celé spolupráce. Postupovala jsem tedy od plánování založení skupiny, přes počáteční očekávání, obavy a nejistoty konkrétních terapeutů, až po jejich samotnou spolupráci a reflektivní a supervizní proces.

Rozhovory jsem nahrávala na mobil a diktafon, abych měla jistotu, že bude záznam z rozhovoru určitě uložen. Na základě audionahrávek jsem poté pořídila doslovný přepis každého z rozhovorů.

5.6 Metoda analýzy dat

„Pro účely své výzkumné sondy jsem zvolila metodu Tematické analýzy. Podle Hendla (2016), se jedná o velmi rozšířenou metodu, která poskytuje o datech podrobnou a komplexní zprávu. Tato metoda se dostala do povědomí především díky výkladu psycholožek Braun a Clarke (2006). Tento typ analýzy je vhodný zejména tam, kde chceme získat odpovědi na výzkumné otázky, zaměřující se na lidskou zkušenost a názory, pro otázky vztahující se k porozumění a reprezentaci nebo k zodpovězení otázek ve vztahu ke stanovení významu (Hendl, 2016). Zároveň, jak uvádějí Braun a Clarke (2006), je tato metoda vhodná i pro začátečníka na poli kvalitativního výzkumu, kterým bezesporu jsem.

Při analýze souboru výzkumných dat jsem vycházela z teoretického přístupu, který spočívá v tom, že na základě teorie či existující koncepce, máme stanovenou výzkumnou otázku, a pomocí teoretické přístupu pak získáváme podrobnější analýzu několika málo aspektů dat. Na rozdíl od přístupu induktivního, který se řídí samotnými daty, na jejichž základě se výzkumná otázka postupně vynořuje (Braun & Clarke, 2006).“ (Součková, 2019, s. 39)

Autorky Braun a Clarke (2006) rozdělují proces analýzy do šesti kroků:

1. Seznámení s daty: v prvním kroku jsem se, podle doporučení autorek Braun a Clarke (2006), snažila co nejdůkladněji seznámit s provedenými rozhovory. Nejdříve jsem si alespoň třikrát pustila nahrávku každého z rozhovorů a následně jsem si opakovaně pročetla jejich transkripcí. Na základě pročitání rozhovorů jsem začala se zaznamenáváním poznámek, které by mi mohly být potenciálně užitečné při následném kódování.
2. Generování počátečních kódů: v druhém kroku jsem zahájila systematickou analýzu za pomoci kódování. Při vytváření kódů jsem se ujistovala, zda jsou mnou vytvářené kódy relevantní vzhledem k výzkumným otázkám. Dále jsem v datech vyhledávala opakující se vzorce, které bych mohla považovat za potenciální témata.

3. Vyhledávání témat: je třetí krok, ve kterém jsem se přesunula od jednotlivých kódů k vytváření témat. Zde jsem přezkoumávala kódovaná data a snažila se identifikovat překrývající se oblasti nebo témata, která mají určitou podobnost. Řídila jsem se doporučením autorek a soustředila jsem se na opakující se témata, která se jevila být stěžejní. Mezi těmito tématy jsem hledala vzájemnou provázanost či vztahy a snažila se, aby tvořily, pokud možno, smysluplné celky.
4. Propracování témat a jejich přezkoumání: ve čtvrtém kroku jsem znovu procházela celý textový dokument s cílem se ujistit, že objevená témata se opravdu vztahují k mnou stanoveným výzkumným otázkám, a tedy zda jsou témata relevantní. Poté jsem znovu ověřovala, zda mi během tvoření témat neuniklo něco podstatného.
5. Vymezení a pojmenování témat: v rámci předposledního kroku analýzy jsem se snažila zachytit podstatu každého vytvořeného tématu a jeho vztahu k ostatním stanoveným tématům. V případě, že bylo některé z témat tematicky velmi obsáhlé, zvažovala jsem vhodnost vytvoření podtémat. Po ukončení tohoto kroku jsem se pokusila jednotlivá témata co nejdůležitěji pojmenovat.
6. Sepsání závěrečné zprávy: na závěr jsem vypracovala závěrečný výstup z analýzy, který jsem prezentovala na základě relevantních a smysluplných témat.

(Součková, 2019)

5.7 Výsledky výzkumného šetření

Na základě výše uvedeného postupu jsem provedla tematickou analýzu. Vzhledem k poměrně velkému množství materiálu jsem objevila mnoho velice zajímavých témat, která jsem se pokusila logicky rozřadit do čtyř kategorií, které dle výpovědi respondentů zachycují klíčové momenty ve spolupráci s koterapeutem:

1. Spolupráce na skupině
2. Spolupráce v rámci reflexe
3. Spolupráce mimo skupinu
4. Spolupráce z hlediska míry zkušeností

Každé z kategorií jsem přiřadila několik témat, které jsem v rámci tohoto úseku spolupráce vnímala jako ústřední a tato témata jsem doložila výpověďmi respondentů. Prezentaci témat jsem pojala trojím způsobem. V prvním případě jsem vybrané téma popsala, vysvětlila jeho smysl a následně ho doložila konkrétními výpověďmi. V druhém případě jsem označila vzájemný vztah témat způsobem, aby bylo zřejmé, že jedno z témat vyplývá z druhého. V třetím případě jsem dokládala dvě různé zkušenosti, každého z respondentů a pro větší přehlednost jsem vždy výpovědi jednoho respondenta uváděla bezprostředně po sobě.

U výběru témat jsem se držela záměru nastíněného výzkumnými otázkami, šlo mi tedy zejména o výběr témat, která se týkala prožitků psychoterapeutů během spolupráce s kolegou, dále způsobům, jakými pracovali na vzájemném vztahu a obtížím, které se v jejich spolupráci vyskytovaly.

1. Spolupráce na skupině

Cílem této kategorie bylo zachytit, jakým způsobem spolupracuje terapeutický pár přímo v průběhu skupinového sezení. Na základě výpovědi jednotlivých respondentů jsem se tuto kategorii rozhodla rozdělit do dvou oblastí: komunikace na skupině (neverbální a verbální), nesoulad na skupině. Nesoulad na skupině ještě dále dělím na tři témata, která zachycují typické problematické momenty ve spolupráci.

1.1. Komunikace na skupině (neverbální a verbální)

Vzájemná komunikace mezi oběma vedoucími skupiny je v procesu skupinového sezení v rámci spolupráce základním stavebním kamenem. Z analýzy vyplývá, zajímavý vztah mezi neverbální a verbální komunikací, výpovědi respondentů poukazují na skutečnost, že pokud z různých důvodů není možné, aby mezi koterapeuty probíhala neverbální komunikace, která by jim měla pomáhat ve vzájemném sladění, ujištění a orientaci – jak proces vnímá ten druhý, osvědčuje se jim neverbální komunikaci opustit, a namísto toho spolu začít komunikovat verbálně přímo na skupině.

Uváděné důvody, proč neverbální komunikace nebyla možná byly například: nečitelnost výrazu koterapeuta, problémy ve vztahu – vyhýbání se pohledu na koterapeuta, sezení na skupině vedle sebe. Obecně téma vzájemného posazení obou terapeutů na skupině a důvody, proč terapeutický pár daný způsob sezení volí, vnímám jako poměrně zajímavé téma, pro které jsem ale z výpovědí respondentů nenasbírala dostatek informací. Z výpovědí pouze vyplývá, že posazení je důležitým komunikačním prostředkem v terapeutickém týmu. Může být platformou umožňující neverbální komunikaci na skupině, ale také může komunikovat pocit ohrožení jednoho z terapeutů, případně i ukazovat na problémy v terapeutickém páru. Čtyři z pěti respondentů uvádějí, že s kolegy preferují sezení na skupině proti sobě, aby na druhého viděli. Zároveň dvě respondentky spojují sezení na skupině vedle sebe s pocitem větší jistoty a bezpečí na skupině.

„(...) Asi jen, že jsme na sebe koukli no. Žádný mrknutí to nebylo, fakt jsme na sebe koukli a něk z toho výrazu jsme pochopili.. A nebo vlastně jsme si to i řekli. K tomu jsme se pak nějak dopracovali postupně, že jsme si uvědomili, že to můžeme říct nahlas. (...). Takže spíš jsme se snažili jít touhle cestou.. Než si posílat nějaký tajný signály, tak prostě se dopracovat k tomu, že to spíš na tý skupině řeknem a budem spolu komunikovat normálně skrze tu skupinu, že to byla nějaká naše cesta něká, (...)“ (Rozhovor č.1.)

„(...) vlastně je pro mě důležitěj ten moment, že se jako spojíme vočima, že já nějak jako se trošku zorientuju třeba z toho neverbálu nebo něco... jak to vlastně teď je, (...) jako je pro mě ten kolega občas dost nečitelněj, a von se vlastně pořád

tváří jako hrozně neutrálně, takže (smích) takže mi to vlastně jako nepomohlo v tom co já jsem jako potřebovala. (...) myslím, že jsme docela jako dobře teda vykomunikovali (...) protože jsme vlastně se domluvili, že teda ok, tak na tebe nevidím, ale potřebuju, abys teda něk mi dával informace o tom, jak to teď jako máš. To znamená, že vlastně jsme se jako domluvili, že tak ty věci si říkáme vlastně nahlas během té skupiny, jo, že prostě třeba jako zazní: „hele, ty jo, já teď vlastně nevím...“

(rozhovor č. 2)

„(...) na té skupině my jsme začali hodně verbalizovat, proto my si dost povídáme jako: co teďka budeme dělat, já to vidím takhle, on to vidí takhle (...) Hele velice záhy, protože já jsem si všimla, že on tu mimiku pro mě nemá a ono je to vlastně tím, že on má ty fousy.. Jako já jsem na ženský že jo, takže pro mě ty chlapy nejsou čitelný vlastně obecně, (...) Takže já se s tím vlastně pasuju celý život, že potřebuju jako říkat, když jim nerozumím (...) Takže to pak přišlo i do té skupiny. To bylo vlastně velmi rychlý, on přišel vlastně dost překvapeně z toho, že se to děje a že se mu to líbí.“

(rozhovor č.4)

„(...) že na začátku skupiny neverbální komunikace moc jako moc k ničemu nebyla, protože prostě z podstaty toho, že von byl zahlcenej aa a nebo se do něčeho zabral, že nevnímal, a nebo sme se prostě nechápali, tak já sem prostě přešel k tomu, že sme se začali domlouvat napřímo jako verbálně, že když sem prostě něco chtěl, tak sem prostě mu to na té skupině řekl, že prostě jestli souhlasí (...)“

(Rozhovor č. 5)

1.2. Nesoulad na skupině

Nesouladem na skupině nazývám problematické momenty, které se ve spolupráci během vedení skupiny vyskytovaly ve výpovědích respondentů nejčastěji. Jedná se tedy o neshody, kterým musel respondent čelit, a způsob, jakým s nimi pracoval. Nejvíce se v rozhovorech objevovala tři témata: a) Klient versus koterapeut, b) Neshoda v přístupu, c) „Nepřítomný“ koterapeut.

a) Klient versus koterapeut:

Téma zachycuje situace, kdy měl respondent potřebu ošetřit klienta, který byl v konfrontační interakci s jeho koterapeutem, a která v respondentovi způsobovala vnitřní konflikt: jak ošetřit klienta případně skupinu a zároveň neshodit kolegu. Z tohoto tématu je patrná velká loajalita, která se v terapeutických párech vyskytuje. V rozhovorech jsem se opakovaně setkávala s tím, že v těchto situacích respondenti vždy hledají způsob, jak svého kolegu ochránit před potenciálním ponížením na skupině, někdy i za cenu toho, že upřednostní kolegu před potřebami klienta.

„(...) ale že někdy to bylo prostě vpálený, že vlastně jednou na tý skupině, že tam něco řekl a hraniční klientka a já jsem věděla, že ta už nám nepříjde.. (...) Snažila jsem se to, eh, já jsem pak na tý skupině, když proběhla, no zase, to byl takovej konflikt, jako jak podržet Ondru, neshodit ho před skupinou a zároveň ošetřit tu klientku. Tak jsem se to snažila k ní vracet ale ve stylu, že sem se jí zeptala jestli ted' potřebuje prostor, nabídnout jí ten prostor, kdyby chtěla, ale ta moje snaha byla ošetřit ji v tom, že ted' se může dít něco náročnýho v tobě a je to v pořádku (...)"

(Rozhovor č. 1)

„(...) vlastně se jednalo vo to, že nějaký klient reflektoval, že, že ho něco našťvalo minule, něco co kolega udělal nebo řekl, a ten kolega na to vlastně nereagoval, vůbec, (...) mě to dostalo do takový jako hodně problematický situace, jo, protože vlastně sem jako čekala, že je úplně jasný, že na to musí kolega jako nějak zareagovat a že by bylo jako dobrý i pro toho klienta i pro tu skupinu (...) jo ale spíš sem měla pocit, že to je úplně skvělá příležitost na to, aby vlastně on jako terapeut ukázal, jak takovýdle věci jako řešit, a.... on prostě mlčel, no. (...)a

dostala sem se vlastně do takovejch jako kleští, (...) protože jako tak terapeuticky by dávalo smysl tomu klientovi pomoci, ať už získat tu odpověď nebo se zeptat jak se cítí, když na to terapeut nereaguje, doptat se, jestli mu to takle stačí...cokoli, nebo přímo oslovit kolegu, jestli k tomu nechce něco říct, nebo něco takovýho sem měla prostě silnou potřebu udělat, a zároveň sem se tam jako bála, že bych tím třeba kolegu dostala do hodně nepříjemný situace, (...) a že bych ho tím jako mohla potopit, (...) protože toho kolegu přece jenom jako taky nějak chráníš, je to partner a já tam hodně cejtim tu jako loajalitu nebo jak to říct, kolegiálnítu (..)
(Rozhovor č. 2)

„(...) On je fakt jako občas drsoň.. tak si tak jako říkám, ty jo, občas, už to mám jít zachraňovat? už mám přiskočit k tomu klientovi nebo ho tam ještě chvíli necháme se v tom vykoupat. (...) a já přitom já vidím ty pokroky toho klienta a mám chuť je jako vlastně vypíchnout a říct mu, jak je šikovnej jo a to se mi úplně jako takhle nestává, nebo nevim.. Jako já jsem vočeňující, já to vim, ale když tohle Tomáš udělá, tak mám ještě víc pocit to tam hodit..(...) klade to na mě nároky v tom přemejšlet „kam tím Tomáš míří?“, „mám to ještě vydržet?“. Unese to ten klient a unesu to já? a kdy do toho vstoupit? Takže to fakt načasovaný, musím to mít načasovaný. (...) takže už je tam taky nějakou dobu, a ten vztah maj taky jinej že jo.. Já si to musím taky nějak ospravedlnit, nebo né vospravedlnit, ale odůvodnit, maj ten vztah, vztah prostě a Tomáš ten vztah testuje a já to musím vydržet.“

(Rozhovor č. 4)

„(...) třeba někdy došlo k tomu, že bylo některý, že byli některý klienti v těch jeho intervencích třeba občas zmatený hodně. Že vůbec nevěděli, co jim chce říct a byli z toho třeba jako rozhozený, tak tam jsem to prostě ňák se to jako snažil ošetřit nějakou jakože edukací, eh, abych jim vrátil ňákou pevnou půdu v tom, co se děje, ale nehodnotil jsem ten způsob, jakým kolega to dělá, maximálně jsem je třeba edukoval na to, že je to nějaký způsob, jakým se kolega podle mě snaží stimulovat jejich přemýšlení o nějaký problematice, například. Jo, takže jsem to, takhle jsem to chtěl takhle nějak uhladit, nebo ňák jako stabilizovat, jak říkám, toho klienta, ale vlastně neříct „jo, já jsem to taky nepochopil. Já se vám nedivím, protože von tady kolega je známej tím, že je nesrozumitelnej lidem.““

(Rozhovor č. 5)

b) Neshoda v přístupu

Téma zachycuje situace, kdy se terapeutický tým rozcházel v názoru, zda je lepší klienty v terapii více vést a směřovat, nebo jim dávat prostor, aby si na věci přicházeli sami. V této otázce se respondenti liší v pohledu, zda tato typická neshoda vychází z odlišných terapeutických výcviků či je dána rozdílností povahových rysů obou terapeutů. Z většiny rozhovorů vyplývá, že právě tyto nesourodé přístupy se respondentům daří zvládat pomocí výše uvedené verbální komunikace na skupině. Zároveň se čtyři z pěti respondentů shodují na tom, že řešení těchto konfliktních situací nejen pomáhá jejich vzájemné spolupráci, ale obohacuje také klienty o zkušenost, jakým způsobem je možné konstruktivně řešit neshody. „Verbalizaci“ ovšem také respondenti označují za výsledek plynoucí z reflexí, a shodně uvádějí, že se k tomuto způsobu spolupráce museli propracovat. V počátečních fázích vztahů pak v případě neshod obvykle volili strategii, že se jeden z terapeutů stáhnul, a druhý vedl skupinu „svým“ způsobem.

„(...) že já byla na ty, (...) hodně taková pečující o ty lidi a snažím se k nim přistupovat citlivě, kdežto Ondra je takovej, že to nechává na nich a tolik neopečovává. Což si myslím, že ve finále bylo hrozně fajn. (...) To tak jako vyplynulo a mam pocit, že vlastně jsme se k tomu propracovali a promluvili, že to takhle jako máme.. A že nám je v tom dobře.. (...) to byly naše přirozený role a nějaký jako ty osobnosti, akorát jsme se tak k tomu časem dostali, že takový jako jsme a že to je jako dobře. A na začátku byl problém, že já jsem Ondru asi zúzkostňovala tady tou svoji pečlivostí a péčí o ty lidi, zatímco on cejtíl, že je v pohodě tam bejt chladnej a odměřenej, když to takhle řeknu.“

(Rozhovor č. 1)

„(...) nevím, jestli je to přístupama, myslím si, že ten jako rozdíl je v tom, že kolega vlastně je víc člověk, kterej pokládá vlastně takový otázky, který.. já tomu říkám jako filozofický otázky, (...) který můžou toho klienta navést libovolným směrem. Já jsem víc taková vlastně myslím přímá nebo možná se tomu říkám přizemní jo, že já vlastně víc sem vlastně konkrétní, to je možná to, já jsem jako konkrétnější v tom, jakým způsobem formuluju otázky nebo nějaký svoje vstupy do tý skupiny,

kolega je víc abstraktní. A myslím si, že tohle je třeba věc, která nám někdy dělá vlastně potíže, nebo která může ty klienty mást, takhle sme se o tom bavili, že vlastně v tomhle se vlastně nedoplňujem, ale spíš vylučujem. To znamená, že to pak jako často dopadá tak, že když přijde tady na to lámání chleba, tak si tu skupinu vlastně víc vezme jako jeden to vedení toho povídání, protože když jakoby mluvíme oba jako najednou, tak vlastně se trochu jako tříštíme.“

(Rozhovor č. 2)

„(...) Tomáš je nechat to bejt a až bude chtít promluvit, tak promluví a já mám chuť házet tam ty udičky, „už o vás dlouho nic nevím, (...) a Tomáš mi vlastně říká, ať to nechám bejt.. V tom jsme taky trochu jiný.. (...) Já se v tom snažim udělat ten kompromis, vždycky když mi to přijde na mysl vyzvat toho klienta. Vždycky si říkám „musím to teď udělat?“ (...) Když tak jako řeknu, že nemusím, tak to nechám po tom Tomášovým a když mám pocit, že je tam fakt něco důležitýho, tak to udělám po svým a pak to Tomášovi vždycky řeknu. Já jako fakt vim, za co by mi nejradši vynadal, to je tak jako to, a pak to na konci zkonzultujem a já mu řeknu, proč jsem to udělala.“

(Rozhovor č. 4)

„(...) vzpomínám si, že vlastně ty skupiny byly (...) lepší když sme byli v tý (...) interakci, než když si každej jel to svoje. Protože ve chvíli, kdy my sme spolu třeba nekomunikovali, tak se stávalo, že každej si to prostě vodváděl někam jinam, a pak se nám to třeba tlouklo. (...) to se nedělo třeba uplně zřídka a to vycházelo z těch odlišných jako výcviků si myslim, protože já sem zase měl nějaký uvažování vo těch problémech, chtěl sem jít třeba víc do toho myšlení toho klienta nebo hledat nějaký jádrový přesvědčení mmm.. ale von tam vlastně šel do řešení tý situace, a do metafory a do přirovnání. Takže my sme vlastně často měli konflikt na tom – to by se vlastně dalo říct - že von v podstatě minimálně edukoval a vadilo mu, že já nenechám klienty si na nic přijít, že je prostě příliš jako vedu, že jim na něj dávám málo prostoru si na něco vopravdu přijít sami. (...)“

(Rozhovor č. 5)

c) „Nepřítomný“ koterapeut

Téma zachycuje pocit samoty respondenta na skupině ve chvíli, kdy se koterapeut do vedení terapie nezapojuje. Pocit samoty nebo nejistoty, zda se o druhého mohou opřít reflektovali respondenti ve chvílích, kdy s nimi koterapeut nekomunikoval verbálně ani neverbálně. Zároveň v těchto situacích zažívali zvýšený pocit zodpovědnosti za skupinu, podobně jako když skupinu vedli skutečně sami.

„(...) že vlastně já (...) nikdy nevěděla, jestli na tý skupině je nebo není, jo, že já jsem si vlastně nebyla jistá, jestli jenom jako nemluví a vnímá, a vlastně jako pracuje taky nebo jestli pracuju jenom já a neměla jsem tady ten feedback. No a protože jsem byla asi jako jak jsem byla přednastavená na to, že ta spolupráce bude problematická blablaba, tak jsem vlastně si tam jako domejšlela, nebo moje domněnka byla, že že prostě to nedělá jo, že na to prostě sere, že mu to jako fuk, že je prostě spokojenej v tom, že to vlastně vodmakám já a to mě štválo hlavně.“
(Rozhovor č. 2)

„(...) .. tak moh by se jako občas zapojit jako víc. (...) měli jsme tam nějakou akutní krizi a nevím, (...) tak jsem se tam tak cejtla sama v tom, jakože to stabilizovat. Ale možná, kdybych nevěděla, tak by zasáhl ten Tomáš, já to vlastně nevím, já jsem tomu nedala tu příležitost.(...) to bych si vlastně musela vyzkoušet, (...) jestli kdybych to pustila, tak jestli by to chytil, zkusit to, třeba mlčet dýl než on, nejsem si jistá, jestli bych si to mohla dovolit, jak říkám, někdy mlčet dýl než von. (...) kdybych věděla, že se chystá nějak upracovat nebo že to s nim něco dělá, tak by mi to dávalo tu zprávu, kterou já bych potřebovala.“
(Rozhovor č. 4)

„(...) a často sme měli i problém s tím, že byl často na skupině vlastně i zahlcenej, (...) a odpojoval se vlastně z ní, a já sem pak teda měl jako pocit nebo sem cítil, že to teda jako víc stojí na mě, aby to..tak skupina jako běžela. (...) mě to někdy štválo, (...) a měl mu to za zlý že .. vlastně jakože málo vydrží, (...), že sem si někdy říkal jako: jeežíš, tak já bych někdy chtěl taky se moct o něj třeba víc opřít nebo moct se jako spolehnout, že by něco jako udělal.“
(Rozhovor č. 5)

2. Spolupráce v rámci reflexe

Cílem této kategorie je shrnout zkušenosti respondentů s reflektivním procesem. Reflexe je z mého pohledu nezbytnou součástí procesu spolupráce. Na jejím základě se buduje vztah terapeutického týmu a cizeluje spolupráce. Je to prostor pro vzájemné poznávání, pro obousměrné učení prostřednictvím zpětných vazeb, je to i prostor pro hledání možných přístupů a strategií užívaných při neshodách, a v neposlední řadě se jedná o prostor ke sdílení a ventilaci emocí.

Pozornost ve výpovědích respondentů jsem věnovala čtyřem ústředním oblastem.

- 2.1) Smysl reflexe
- 2.2) Způsob poskytování zpětné vazby
- 2.3) Otevřenost v reflexi
- 2.4) Zábrany v reflexi

2.1. Smysl reflexe

Reflexe je dalším ze základních stavebních kamenů úspěšné spolupráce terapeutického týmu. Cílem této kategorie je zachytit základní funkce reflektivního procesu. Z analýzy vyplývá, že všichni respondenti svou spolupráci pravidelně reflektují a každý z nich popisuje přínosy, které pro něj z tohoto procesu plynou, zároveň se čtyři z pěti shodují na tom, že jako klíčový přínos reflexe je vzájemné poznání, pochopení a naladění se, které jim umožňuje zlepšovat vzájemnou spolupráci.

„(...) bylo to naše hledání- jako jak tu skupinu dělat, společně s těmi různými přístupy a různými osobnostmi. (...) A pak jak jsme se o tom bavili, tak nějak postupně jak jsme se poznávali a dávali jsme si zpětný vazby, což si myslím že strašně pomohlo a jsem za to ráda, že jsem s Ondrou tohle mohla. Tak to si myslím, že pomohlo k tomu, že to pak bylo přirozenější.“

(Rozhovor č. 1)

„(...) Jo tak to bylo prostě takový asi to naše hledání toho, jak spolu vlastně komunikovat, (...) abysme jako zlepšili tu spolupráci. (...) jako myslím si, že jako cílem je, ty citlivý místa znát, a dávat si prostor vo tom mluvit, a myslím si, že to se zlepšilo na našem vztahu, že prostě tady ty věci my už jako fakt známe a můžeme

se o nich bavít. (...) že ten vztah se hrozně tímhle jako vyrovnal a posunul, nebo neposunul, no prostě že vyrost, a fakt jako u nás to bylo o tom se poznat nějak se fakt prostě poznat jako jaký jsme.“

(Rozhovor č. 2)

„(...) no, tak jo, já si myslím, že to nějak posilovalo nějakou blízkost naši, a že to i utužovalo tady ten náš pracovní vztah. A třeba nám to ukazovalo nějaký pohledy, co třeba může mít ten druhý, a líp jsme tím navnímávali jako ten způsob práce toho druhého, že je to pak určitě jako pomáhá na tý skupině, když ňák seš s tím druhým jako vyladěná, a víš, co, jak to asi bude vidět, a co můžeš čekat, než když tam háže nějaký jako úplně překvapivý bomby.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) Že se tam musely pořešit i takovýhle materiálně technický věci a možná na tom se to začalo celý tak rovnat. Na těchle technických jsme se začali poznávat – kdo z čeho ustoupí, kdo do čeho půjde..“

(Rozhovor č. 4)

„(...) ten náš vztah byl založen na tom, že sme si dělali vlastně pravidelný reflexe, a že já mu vlastně předával ten můj pohled na ty moje zkušenosti s tím a v uvozovkách sem ho vlastně dostával do toho být skupinový terapeut. (...) já jsem se ho ptal na věci, kterejm jsem nerozuměl a on se mi je třeba se snažil vysvětlit a ne vždycky jsem to pochopil, ale myslim si, že jsme pak jako pochopili, jak ten druhý pracuje a že to pak vlastně bylo dobrý.“

(Rozhovor č. 5)

2.2. Způsob poskytování zpětné vazby

Význam reflektivního procesu pro vzájemnou spolupráci je nesporný, nicméně respondenti uvádějí, že je velmi důležité, jakým způsobem si terapeutický tým zpětnou vazbu poskytuje. V rámci této kategorie mi z výpovědí respondentů vycházejí dvě témata: a) Zpětná vazba – přímo, ale laskavě a b) Zpětná vazba – nepřímo a opatrně.

a) Zpětná vazba – přímo, ale laskavě

Téma vyplývá ze zkušeností respondentů jak s dáváním, tak i s přijímáním zpětné vazby. Je to způsob, který respondenti volí, když mají s kolegou pevný a jistý vztah (obvykle v pozdějších fázích spolupráce), který jim umožňuje poskytovat přímější zpětné vazby. Zároveň ale dodávají, že i přes to je nezbytné uvážlivě volit slova, usilovat o zpětnou vazbu a komunikaci nesouladu, ale způsobem, který je laskavý a nehodnotící.

„(...) že u nás ve výcviku nikdy neublížíš tomu člověku, že vedoucí nám dá zpětnou vazbu ale tak, že vždycky je to upřímný, ale laskavý. Že vždycky je to s úctou a respektem k tomu člověku, a já si tohle hrozně nosím. A možná v tom je to, co jsem se tam snažila přinášet, nedávat ty tvrdý zpětný vazby prostě na kůži a jít jako takhle na beton.. protože to ani neznám a vlastně se mi to ani nelíbí, a asi je mi i blízkej tady ten jejich přístup, kterej je pevně laskavej. Tak asi tohle mě napadá, že to tam, že hledám tu míru být laskavá a ne zase přespráliš pečující, ale že neumím tady to jako nějak těm lidem to prostě vpálit. Není mi to blízký.“

(Rozhovor č. 1)

„(...) myslím si, že se nám podařilo najít způsob, jak spolu komunikovat, a že pořád jako vlastně si myslím, že držíme jako velmi jako laskavej způsob toho podávání si zpětné vazby, a takhle, změnilo se to, že já jsem mnohem otevřenější. Já jsem jako mnohem otevřenější a mnohem jako víc komunikuju vopravdu to co se ve mně děje. (...) Mám pocit, že opravdu už jsem schopná a mam i jako vosvědčený u toho kolegy, že že to jako v pohodě, že to vlastně jako říkám víc na přímo, a zároveň laskavě, což mně přijde prostě důležitý, a jako vlastně si uvědomuji, že ve chvíli kdy třeba nejsem nějak třeba úplně schopná být jako laskavá, tak to spíš neřeknu a řeknu mu to třeba jakoby jako při přípravě na tu další skupinu (...) Takže vlastně až ze mě trošku jako ten nabašenej adrenalin vodejde, tak se k tomu jako vracím a reflektuji to vlastně o ten týden jako později.“

(Rozhovor č. 2)

„(...) že myslím si, že když se snažím, tak že to umím říct jako hezky a opatrně, že to není nějak hodně jako ponižující nebo zraňující. (...) Tak myslím, že on taky si

dával jako pozor, jakým způsobem to řekne, že to nikdy nebyl úplně nějaký jako buzer nebo nějaký odsouzení toho co se tam dělo, ale takový jako spíš přidání třeba dalšího pohledu nebo dalších jako možností, co šlo udělat nebo jak tu situaci šlo vidět.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) Já už jsem si fakt zkusila spoustu věcí mu říct a vždycky jsme to nějak vzali. Von mě až kolikrát překvapil, na to, jak jako někdy umí vypadat odtazitě, jak citlivej vlastně je. Asi to tam na začátku ta obava byla větší a já teď jakoby fakt vim, že mu jako můžu říct spoustu věcí.“

(Rozhovor č. 4)

b) Zpětná vazba – nepřímá a opatrně:

Téma zachycuje poskytování zpětné vazby oklikou, zaobaleně. Za základě rozhovorů se domnívám, ačkoli to nebylo vždy explicitně řečeno, že tento způsob volí respondenti v těch případech, kdy si nejsou vztahem bezpečně jistí, a vnímají potřebu našlapovat opatrněji. Objevovat se může na počátku spolupráce, ale také ve chvílích, kdy terapeutický pár prochází obtížným obdobím, nebo kdy se jeden z páru (případně oba) cítí ve spolupráci ohroženě.

„(...) Asi tam nepadlo slovo „dominantní“, ale nějak jako že tam padla slova „jo, já přišel..nováček, ty užs tady byla“.. Možná na začátku to bylo něco, co tam jako viselo ve vzduchu a nebylo řečený.. Možná jsem tam spíš tak cítila, že já vim vo trošku víc, ne vo moc, ale..“

(Rozhovor č. 1)

„(...) Že vlastně tam jdu spíš jako tak opatrně, že se ptám: „Hele a proč jsi přesně tady to říkal nebo co jsi vlastně v tom člověku chtěl vzbudit.“ Nebo, jo vlastně tady to se snažím jako furt pochopit. Tenhle tenhle aspekt no, že tam se víc jako ho snažím (...) nějak jako naznačit, že já vlastně nevím, proč to jako řekl, že tomu nerozumím, že vlastně to nechápu tak no. (...) že je to jako vopatrný nebo srabácký způsob, tak jsem pro sebe jako nazývala to, když jsem vlastně nebyla schopná to reflektovat nebo sem to refleктоvala tak nějak jakoby oklikou“ (Rozhovor č. 2)

„(...)v tom byli voba jako vzájemně k sobě takový jako nejistý a vopatrný jo, což si myslím, že mi způsobovalo to, že jsem že jsem jako nešla do tý jako přímý třeba konfrontace, jo nebo do nějakýho jako upřímnýho nebo prostě říct to jako na férovku, jako hele ty jo, teď jsem byla fakt naštvaná (...) že vím, že jsem hodně používala „my“, že jsem nepoužívala jako moc ty, ale že že třeba když jsem to potom jako reflektovala, tak sem říkala jako: zase jsme to my, vlastně jako nechali sklouznout k tomu..(...) nemyslím si, že by to jako neunesl asi, ale to jsem teď racionální, emočně mi to prostě přišlo, že to nejde, a myslím si že i on vlastně jako reflektoval podobným způsobem, že taky jako říkal: tohle se nám úplně nepovedlo (...)“

(Rozhovor č. 2)

„(...) ale určitě bych mu to nedávala tam (pozn.autorky: na skupině) sežrat no, to až třeba pak na poradě (smích) (...) Noo tak joo, protože jsem věděla, že jako na tý reflexi, že to je jako k ničemu, že jsme byli jako vůči sobě navzájem nějak uzavřený a na tý poradě jsem mohla získat jako nějakou podporu třeba od týmu, když bych fakt měla jako pravdu. Tak že by byl někdo na mé straně.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) A jak moc to poznala, asi jo, asi to poznala, (...) vždyť já jsem o tom s ní mluvila i před tou supervizí. To, že jsem to nazvala porodníma bolestma, to jsem opakovala furt dokola. Já jsem v tom taky moc nemohla zorientovat, jako co to.. co se mi děje, proč to je, jako, jak mi.. jak mi na tom může takhle nezáležet. A já jsem to pak chvíli taky hodila na tu nadřizenou, že prostě mě sere ona. (...) Jo no, jako poslala jsem to tam tak jako trochu oklikou..“

(Rozhovor č. 4)

„(...) jenom já potřebuju vždycky nejdřív zjistit, jestli je to humor nebo ne. A pak když vím, že to ten člověk takhle používá, tak už to беру a jsem schopná na to najet..(...) Takový jako sarkastický trošku.. (...)třeba na mě.. nevim. „Tys mě zase přetáhla ten čas“, jo? A teď se na tebe nějak tváří a čeká, jestli ty se nějak

*připosereš a nebo jestli mu tam hodíš nějakou vtipnou hlášku.“ (Rozhovor č. 4)
(Pozn.autorky: humor jako nepřímá zpětná vazba)*

„(...) spíš sem vo tom jako mluvil jako vo nákejch našich pocitech který z toho mám, jakože si myslim že je důležitý, aby taky byl schopnej jako něco taky vykrýt, a ptal sem se ho, co třeba potřebuje, aby jako ho to tak nezahlovalo. Ale... přiznat se k tomu, že bych třeba vyloženě potřeboval s něčim pomoci nebo že sem v něčem jako nevěděl, (...) to sem asi neudělal, to já sem zase nechtěl opustit tu roli toho že jako vim, nebo že to mam pod kontrolou. (...) jo a ty svoje potřeby sem do toho vlastně ňák.. v podstatě kamufloval, jo, že jako když sem měl za to, že by vlastně bylo dobrý, kdyby vopravdu taky tam dokázal jít třeba do tý konfrontace někdy, (...) tak sem to jako vlastně nepojmenovával úplně já potřebuju, ale že sem to vlastně tam propašoval přes to, jak by ten terapeutickéj tým nebo ten pár měl vlastně jako fungovat..“

(Rozhovor č. 5)

2.3. Otevřenost v reflexi

Otevřenost v reflexi nebo komunikaci byla sousloví, která se ve výpovědích respondentů objevovala možná nejvíce. Důvod důležitosti tohoto aspektu je zřejmý, nicméně já jsem se pod toto téma pokusila zahrnout, co respondentům pomáhá být ve vztahu s koterapeutem otevřenější, případně jakými způsoby je možné tuto otevřenost prohloubit. Obecně by se jevílo jako logické očekávat, že čím je vztah bližší a spolupráce užší, bude se prohlubovat i vzájemná otevřenost. Proto pro mě bylo překvapivým zjištěním, že se v rozhovorech opakovaně objevoval termín „otevřenosti“ jako povahový rys psychoterapeutů, to se nejvíce objevovalo v rozhovorech 1 a 4, kde respondentky shodně reflektovaly, že jejich koterapeut je velmi otevřený, a v jejich výpovědích lze otevřenost kolegy skutečně dohledat, nicméně jestli byla tato otevřenost vzájemná není z rozhovorů tak docela patrné. Spíše jsem měla dojem, že respondentky měly tendenci přizpůsobovat se kolegovi, který na ně měl konkrétní požadavky. Nicméně z analýzy také vyplývá, že otevřenost v reflexi, a především také ochota být

otevřený, souvisí s pocitem blízkosti a důvěry ve vztahu, je tedy proměnlivá, a nelze ji zjednodušit pouze na povahový rys.

„(...) Fakt myslím, že ta Ondrova osobnost, že se nechoval nikdy nadřazeně, že by mi fakt chtěl ublížit, ale on je.. já si na něm vážím toho, že se snažil ty věci dělat správně.. nebo podle nejlepšího vědomí a svědomí.(...) i když to bolí, tak jsem ochotná vlastně otevřeně si o tom povídat a je to fakt z toho důvodu, že to povolání beru dost jako posvátně. A myslím, že bez toho, aniž by se v tom člověk chtěl nějak rozvíjet, posouvat a reflektovat, bez toho to dělat jako nemůže.“

(Rozhovor č. 1) ((Pozn. autorky: reakce na otázku: je něco, co pomáhalo v té otevřenosti?)

„(...) myslím si, že sem v tom vztahu, pro sebe sem odvážná v tý otevřenosti nebo jako odvážnější než jsem bejvala v minulosti, teď už nejsem tolik odvážná, protože se tolik nebojím, taky už ho prostě trochu znám ...“

(Rozhovor č. 2)

„(...) a myslím si, že jsem (...) jako hodně otevřená i tady těm reflexím, že sem v tom taková hodně transparentní a dost jako přijímám i toho kolegu. (...) myslím si, že obecně s tímhle tím nemám problém, že si tak jako tomu kolegovi úplně v klidu řeknu, co potřebuju, přijde mi to normální a nějak se za to nestydím, ale ve chvíli, kdy už jsme jako spolu byli na ostří nože, tak sem si mu nechtěla říkat jako vo nic a vůbec se mi nechtělo projevovat nějakou svojí slabost.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) ale to je nějaká moje povahová vlastnost, já sem jako..umím bejt otevřená, a nevdá mi, když je někdo otevřenej ke mně (...) já nemám problém bejt otevřená, dokud nezjistím, že je to zneužitý....(...) A já vlastně nevím. (...)..... jestli mi to říká, protože je to pro něj fakt v pohodě nebo jestli mi to říká, protože jako přesně jako ten vztah nechce narušit - já to nevím. A teď i přemejšlim, jak to mám já s ním a teď bych ti tady s čistým svědomím řekla „dobrý“ a je možný, že ten supervizor

by to viděl jinak. Že by něco viděl, pojmenoval by to a my bychom nad tím mohli uvažovat.“

(Rozhovor č. 4)

2.4. Zábrany v reflexi

Kategorii zábran v reflexi jsem si na základě výpovědí rozdělila do dvou vzájemně závislých témat. První téma jsem označila otázkou: 1) Co je náročné reflektovat? A druhé odpovědí: 2) Důvod, proč je to náročné. V rámci doložení těchto dvou témat jsem zvolila cestu, že ke každé výpovědi o prvním tématu, šipkou (→) naznačuji vzájemnou souvislost s druhým tématem. Tento způsob jsem se rozhodla použít, protože se domnívám, že nejlépe vyjadřuje vzájemný vztah těchto témat. Nejčastěji se ukázalo jako problém reflektovat buď osobnostní rys nebo negativní hodnocení výkonu koterapeuta a v důvodech obtížnosti reflexe se objevovaly zejména různé emoce, které bránily respondentům odkrýt vlastní nejistotu nebo obavu, že by mohla zpětná vazba poškodit vztah nebo kolegu zranit. Zároveň z výpovědí vyplynulo, že problematická témata v reflexi se mohou lišit i v závislosti na tom, zda je respondent „junior“ či „senior“. Respondenti, kteří jsou junioři více mluví o zábranách projevit se před seniornějším kolegou ze strachu z jeho negativního hodnocení, naopak seniornější respondent ve spolupráci s juniorem vnímal zábranu v tom, aby v očích kolegy neztratil svou pozici. Podobně zkušení terapeuti měli zábrany spíše v tom, aby druhého nezranili nebo sami nebyli zraněni.

„(...) Že fakt víc bych si teďka vybavila ten náročněj začátek s Petrem, kdy jsem nemluvila a Petr vedl skupinu...(…) připadala jsem si jak školačka. Ale to byla chyba, že to třeba bylo něco, o čem jsme se s Petrem nebavili. Asi jsme tolik nereflektovali nebo jo, Petr se mě ptal, jak to vnímám, ale né tolik jako jak se do toho třeba víc zapojit. → Asi taky tolik ne, já jsem byla fakt vyjukaná, že jsem měla fakt strach hroznej, že se nějak shodím před ním“

(Rozhovor č. 1)

„(...) jako se mi vlastně těžko (...) reflektuje, protože mám pocit, že vyloženě v tu chvíli říkám“ „tohle si udělal něco jako blbě“, a to mně se jako dělá problém, jo,

že vlastně jako hodnocení toho jeho výkonu“ → vlastně mi to přijde jako že se povyšuju, ale zároveň to prostě neumím říct nějak nehodnotícím způsobem, no a tak jako se bojím, že by mu to třeba..nevím..ublížilo? Shodilo? To neumím.“

(Rozhovor č. 2)

„(...) Noo že, asi hlavně pasivně agresivní na něco třeba, jako já jsem z toho byla taková zmatená, že to bylo třeba že jsem se ho na něco ptala a von von mi nevodpověděl ani a vyhejbal se jako očnímu kontaktu (...) párkrát jsem to ještě jako zkusila ňák nadhodit jako nějakéj jako přátelskej rozhovor, a dyž jsem viděla, že jako fakt se nějaká nechytá, že to jako nepříjemný, tak tak jsem se stáhla taky“ → „ (...) Noo too ty ty jeho reakce ke mně, tak že mě tak jako zranily, že sem se spíš stáhla, mně připadal takovej zlej a nepřístupnej, že jsem neměla moc chuť vlastně nebo necejtila sem tam to bezpečí, že vůbec s nim můžu o něčem osobním mluvit.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) je..byl pro mě uzavřenější, tak možná to reflektovat nebo říct mu, že je pro mě nečitelněj občas.. Jo, že vlastně ten obličej že má pro mě stejnej, tak to jsem mu asi nikdy neřekla (...)“ → „(...) Přemejšlim, k čemu by mi to bylo..mu to vlastně říct. Že on by s tím asi stejně nic neudělal prostě pokud tu mimiku nemá..“

(Rozhovor č. 4)

„(...) přiznat se k tomu, že bych třeba vyloženě potřeboval s něčím pomoci nebo že sem v něčem jako nevěděl, (...) to sem asi neudělal“ → to já sem zase nechtěl opustit tu roli toho, že jako vim, nebo že to mam pod kontrolou. (...) tak to je, ta pozice pro mě jako znamenala (...) takovou jako kompenzaci nějaký vlastní nejistoty nebo toho, že bych se za nějakéj nedostatek u sebe vlastně styděl, protože sem měl za to, že bych měl třeba už jako zvládnout a obsáhnout...“

(Rozhovor č. 5)

3. Spolupráce mimo skupinu

Cílem této kategorie je zmapovat, jakým způsobem se terapeutické páry pracují na svém vztahu a spolupráci mimo prostor skupiny. Tuto kategorii jsem rozdělila do dvou témat: 3.1) Supervize, intervize: které reflektuje, jakým způsobem terapeutické páry pečují o svůj vztah a spolupráci s využitím třetí strany. 3.2) Péče o vztah.

3.1. Supervize, intervize

Práce na vztahu terapeutického páru či na jejich vzájemné spolupráci často probíhá s využitím „třetího oka“, supervizora či intervizora, který spolu s terapeutickým párem pracuje na zlepšení spolupráce terapeutů a zvýšení přínosu skupinové psychoterapie pro její členy. Na základě výpovědí respondentů, jsem však poněkud překvapivě zjistila, že pouze jedna z respondentek hovoří o tom, že s koterapeutem svou skupinu více méně pravidelně společně intervidovali, dvě respondentky uvádějí, že se pravidelné supervize účastily, ale pouze individuálně bez účasti svých kolegů (dyadická supervize), jedna respondentka podstoupila skupinovou supervizi s koterapeutem pouze dvakrát v průběhu dvouleté spolupráce, a to s velmi nešťastným výsledkem, a poslední respondent využíval supervize v rámci koterapie, tedy on sám intervidoval skupinový proces v rámci reflexe se svým méně zkušeným kolegou.

„(...) No spíš na začátku třeba pak Ondra byl i s Petrem sám, a že pak si to s ním zintervidoval, pak mi to řekl...(...) no..jako (smích) no nebylo to moc příjemný že jo. (...) Já jsem měla chvilku pocit, že jsou dva proti mně.. Ale to si myslím, že spíš bylo nějaký ego moje no, že to nemyslel zle, já myslím, že je taky v pořádku, že si potřeboval srovnat v sobě sám a pak to se mnou řešil, ale měla jsem chvíli pocit, že to jsou na dva mě..(...) a že to téma bylo víc o tom našem vztahu než vo tom, co se nám děje ve skupině. Já myslím, že to byl asi i takový vývoj, že na začátku jsme tak víc intervidovali ten náš vztah a pak až víc jako klienty a skupinu..“

(Rozhovor č. 1)

„(...) Ne, nechodíme, párkrát sme byli se vlastně poradit, to jo, ale jako nemáme nějakou jako pravidelnou supervizi, (...) oba se tak jako intervídujem nebo supervídujem na našich osobních supervizích/intervizích separátně, a pak to spolu

sdílíme, jo že si vo tom jako povídáme. (...) vobčas sme se poradili, když sme měli nějakej fakt jako zásek v tý skupině, (...) ale myslim si, že sme řešili spíš ty jakoo tu skupinovou stránku, praktickou, terapeutickou než jako tu vztahovou, tu sme něk si museli vykopat..vykopat no sami, možná proto to taky trvalo nějakej delší čas, no ale já .. prostě něk sme ..vlastně sme to ani nikdy jako nenavrhli...ani jeden, no, já si popravdě myslim, že sme na to nebyli připravený, že ten vztah byl tak křehkej, že bychom se báli do toho jít.“

(Rozhovor č. 2)

*„(...) jsme měli tu jako celo týmovou supervizi. My dva jenom spolu jsme nechodili. (...) teda v tý fázi, když to bylo dobrý, tak že sme na tý supervizi vlastně nic jako moc řešit nepotřebovali. A když už to bylo blbý, tak myslim, že třeba se jednou nebo dvakrát jsme tam jako měli téma, který se týkalo nějak našeho vztahu, že tam bylo teda jako **hodně** nepříjemný (...) Pro mě bylo nejhorší, (...) že jsme se tak jako možná navzájem nějak odhalili a zranili ještě jako veřejně. Že když sme byli sami a při těch reflexích, tak sme se tématu našeho vztahu dost vyhýbali a tady na tý supervizi jsme to teda jako do toho šli je otevřeli to s tím, že že to má teda nějak jako pomoct, a že to má bejt teda v tom chráněným prostředí a má se nějak vyřešit, a to se nestalo, že to byl jako takovej jako prostě otevřenej boj (...) No myslím si, že že mě to tak jako učí do budoucna se tak neodhalovat tolik. (...) Ale jinak jako co se týče toho našeho vztahu, tak to teda nepomohlo vůbec to pak bylo ještě horší.“*

(Rozhovor č. 3)

*„(...) nemáme svoje supervize skupinový. A Tomáš o ně z nějakýho důvodu moc nestojí. A to je možná něco, co mi trochu vadí, co mi trochu překáží. (...) My jsme měli **jednu** intervizi s kolegou z druhé skupiny, nebo to je možná takový.. Že už jsem si o to tak párkrát říkala a nedostala jsem to, tak teď už jako nechávám bejt, ale nějak mi to jako chybí..“ (...) Tak potřebovala bych možná nějaký další názor ještě.. Někoho dalšího, seniorního.. (...) Já mám supervizi na skupiny, ale s tou Monikou, takže to, ale ono se tam vlastně opakuje spoustu věcí, který jsou tady tak jsou i tam, takže je to docela užitečný. (...) Asi by to bylo ještě o něco lepší, kdyby tam ten Tomáš byl, ale trochu sejnmutá se cejtím.. že tu supervizi mám*

někde jinde.“

(Rozhovor č. 4)

„(...) Hele, prostě.. ani mě to nenapadlo. Vždycky jsem to bral tak, že si dokážem všechny ty věci vykomunikovat společně. A ani jsem tu potřebu fakt nikdy neměl, říkám, hodně tady mluvím o nějakých věcech, který byly rozdílný nebo něco, ale v zásadě to hodnotím jako plodnou a dobrou spolupráci. Bylo by strašně zajímavý se na to zeptat ještě jeho.“

(Rozhovor č. 5)

3.2. Péče o vztah

Péče o vztah se prolíná celou analýzou, nicméně v této části jsem se pokusila od tak zvané „formální péče“, pod kterou řadím výše zvýšenou komunikaci, reflexi a supervizi, odlišit „neformální péči“, která přísně vzato není nutnou součástí řádně prováděné spolupráce terapeutického týmu, ale která je zároveň důležitá pro vzájemný osobní vztah obou terapeutů. V každém rozhovoru se tato vzájemná péče objevovala specifickým způsobem, a já bych v tomto tématu ráda zachytila alespoň takové střípky z výpovědí jednotlivých respondentů, které pro ně byli ve vztahu s koterapeutem důležité.

„(...) My jsme se pokaždý setkávali před tou skupinou vlastně, my jsme měli „kávičky s dortíkem“ a to bylo vlastně hrozně milý, že jsme řešili i jen tak sebe, co ten druhý žije, to bylo pro nás důležité.“

(Rozhovor č. 1)

„(...) vlastně takovou maličkostí, která je pro mě vlastně hrozně důležitá, že si po každý tý skupině děkuju, jo,že to je pro mě jako fajn uzavření, a taky si myslím že to, že když je pro jednoho něco důležitýho nebo náročnýho v tý skupině, tak si i třeba pak zavoláme a dořešíme to, (...) jo a myslím si, že to máme tak, že když jeden potřebuje, tak ten druhej si na něj vždycky udělá čas (...) No takže si myslím, že se jako vo ten vztah staráme takhle, že tady pro sebe sme.“ (Rozhovor č.2)

„(...) jakože sme se bavili o tom, jak nám tam bylo a prostě co se nás třeba jako nějak dotklo nebo co nám přišlo vtipný nebo když jsme cejtili třeba ňákou úzkost, tak jako to bylo taky děsně fajn. Jako že sme se spolu i hodně nasmáli, a to..jako byla tam ta i osobní blízkost.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) to jsem ale Tomášovi taky kdysi řekla, že to, a on byl jako hrozně roztomilej.. někdo ho jako právě vocenil, tak jsem mu řekla, jak mě to jako píchlo, jako že jako jeho a mě ne. A já nevím jako, pár skupin na to, a někdo zase ocenil mě a pak skončila ta skupina a Tomáš: „všimla sis toho?“ a já: “čeho“? Takže jako všimnul si toho, připomněl mi to, zapamatoval si to, přinesl mi to a hezky mi to naservíroval...“

(Rozhovor č. 4)

4. Spolupráce z hlediska míry zkušeností

Cílem této kategorie je shrnout jaké rozdíly vnímali respondenti ve spolupráci s různě zkušenými kolegy. V rámci této kategorie porovnávám vždy dvě výpovědi jednoho terapeuta, s ohledem na jeho různou zkušenost s vedením skupiny buď se seniorním kolegou, juniorním kolegou, případně v kombinaci junior-junior a senior-senior. Obecně lze říci, že se respondenti shodují v názoru, že vedení skupiny se zkušenějším kolegou je pro ně zajímavé z hlediska učení se a růstu, a zároveň se během něj cítí více nejisti a prožívají větší obavy z negativního hodnocení. Naopak zkušenější kolegové ve spolupráci s méně zkušeným terapeutem uvádějí větší pocit vlastní jistoty a kompetence, a další výhody spočívající v tom, že si mohou skupinu vést více po svém. Zároveň reflektují větší míru zodpovědnosti za průběh skupinového procesu a menší oporu v juniorním kolegovi. Témata vyplývající z této kategorie by tedy byla tři: 1) Spolupráce senior-senior, 2) Spolupráce junior-senior a 3) Spolupráce junior-junior. Výsledky budu nicméně prezentovat, jak je řečeno výše, jako porovnání různých zkušeností každého z terapeutů postupně. Vždy začínám výpovědí respondenta v práci se zkušenějším kolegou, a následně dokládám hodnocení spolupráce se stejně/případně méně zkušeným kolegou.

„(...) ... jako takhle, měla jsem tu zkušenost, že jsem tam byla s Petrem (...) a to zas mělo – tím, že jsem Petra vnímala jako toho co prostě ví a ví mnohem víc jak já a prostě je ten zkušeněj, (...) tak já jsem se vlastně vůbec neprojevovala. Jako já s Petrem ten čas? Já tam skoro nemluvila. Petr to vedl, Petr mi tam dával minipřicmrdávačský role a já měla vlastně strach se tam jako projevít. (...) připadala jsem si jak školačka. Ale to byla chyba, že to třeba bylo něco, o čem jsme se s Petrem nebavili. Asi jsme tolik nereflektovali nebo jo, Petr se mě ptal, jak to vnímám, ale né tolik jako jak se do toho třeba víc zapojit. (...) já jsem byla fakt vyjukaná, že jsem měla fakt strach hroznej, že se nějak shodím před ním, (...) Asi že budu vypadat hloupě, že nevím, že to špatně řeknu.. (...) Nevim, asi je to jak von vystupuje, já si ho fakt vážim jako psychologa a terapeuta a je moc dobrej terapeut a nějak jsem se od něj i v tom učila, ale možná bych potřebovala nějaký víc jako vedení, ale laskavější vedení, jakože vedení v tom jak se víc zapojit právě třeba, že tady to bylo víc takový: „no tak teď ty“ než jako“ „hele jak bysme to teď udělali, aby..“

versus

„(...) zase s tím Ondrou to bylo takový, že jsme tam voba vlastně nový a nevíme, a je v pořádku dělat chyby. (...) Z pohledu nějaký etiky bych řekla, že by tam měl bejt zkušenější a nějakej méně zkušeněj, aby se zajistilo bezpečí skupiny, protože pokud by tam byli dva začátečníci bez nějakýho – asi v tomhle bych nás chtěla s Ondrou ocenit, že jsme fakt byli poctiví a chodili jsme na ty supervize s Petrem, že sme to fakt jako řešili, že jsme se ptali a že jsme to chtěli dělat dobře – ale pokud bys tam měla někoho, kdo si tam jde realizovat svoje ego, no asi jako v terapii, tak si myslim, že to je dost nebezpečný, protože pak vůbec nevíš, co tam probíhá. Kdežto když tam máš toho seniora, tak minimálně je tam někdo, kdo ty otěže drží, na začátku třeba. Že bych třeba řekla, že je lepší... nebo na nějakou dobu, (...) Takovej ideální scénář, že tam seš s nějakým seniorem a pak tam přidá..“

(Rozhovor č. 1)

„(...) jako je znát, že se v tý jako spolupráci cejtim taky jinak, že než třeba... jako když jsem byla v páru s tím jako zkušeným matadorem. Tak jako super, vidíš, jak to dělá a tak, učíš se, ale zároveň mě vlastně furt svírala nějaká obava no, že to

dělám blbě, von to vidí, že jako sem se třeba i styděla něco říkat, hodně jsem se rozmyslela, jestli je to fakt dobrý, co chci říct a tak...“

versus

„(...) a tady jako tím, že prostě tak jako nějakou chvíli to už děláme oba...tak jak že máme nějakou představu svojí už celkem jako usazenou, jak ty skupiny chceme aby vypadaly a no. (...) myslím si, že já potřebuji prostě jasnější a konkrétnější obrysy. On tam prostě tak je. Což je vlastně jako hrozná výhoda pro mě, mně to jako pomáhá, hodně mě to jako i učí, že já vlastně jsem se hodně jako vod něj naučila ty věci víc přijímat a míň řídit, protože vlastně vobčas mám tu tendenci ty věci jako hodně jako kontrolovat (...) A já jsem to, to sem třeba jako změnila. (...) tahle skupina, jak jsme se rozhodli, že jí budeme dělat, že tam vlastně no, že vlastně se fakt voba snažíme. (...) že trochu mám pocit, že ze začátku (...) že vlastně přesně jak jsme si vždycky museli jako vybrat, jestli to povede jeden nebo druhý(...) takže to to vlastně potom postupem času jsme hledali nějaký jako mechanismy který by nám pomohli tohle nedělat a myslím si že, no, myslím si, že se nám to tak povedlo.“
(Rozhovor č. 2)

„(...) nevýhoda byla v tom, že jsem se cítila třeba často nějak nervózní, abych to nezkazila, ale na druhou stranu výhoda byla, že jsem věděla, že to na mě jako nestojí a že že se na mě ještě tak nespolehá, že když prostě nebudu vědět, tak že se můžu nějakou dobu upozadit, a že se nic nestane.(...) že jsem se samozřejmě bála, abych se nějakou neztrapnila (....) určitě jsem byla taková jako opatrnější a víc sem se ladila jako na ten styl práce toho kolegy a tak jsem jako se snažila tam jako jak to říct tak nějak jako kooperovat s ním nebo ho doplňovat, jako v tom co dělá a sledovat tu jeho linku.“

versus

„(...) no bylo mi to jako ta role docela příjemná. No, že už jsem tam jako nějakou dobu byla, a tak jsem to tam měla jako zažitý, byla jsem si jistá, jak to tam děláme, co se vode mě čeká. Jak se pracuje s tou cílovou skupinou. A měla jsem to dost nakoukaný i od z těch zkušenějších kolegů, takže jsem se v tom cejtila jako dobře. (...) Hele vyhovovalo mně to, protože to byla trošku pro mě zase jako nová role, že nejdřív jsem tam já byla ten ten nováček, který se jako učí a teďka jsem se mohla víc vosahat to, že mám tu větší zodpovědnost, že to je jako

víc na mě. Takže to byla taková jako zkouška svých schopností a zároveň i mně to určitě jako trošku jako lichotilo nebo hladilo to ego. Víš? Že teď jsem to já někdo, od koho se někdo jiný něco učí, a že mám jako nějaký hlavní slovo a můžu si to dělat hodně po svém.“

(Rozhovor č. 3)

„(...) To by bylo lepší.. (smích) To bych si jako vlastně hrozně přála.. Tak jako, já jsem sem jako terapeut fakt jako na full time přišla jako začínající terapeut celkově jako do (název organizace) a začít dělat skupiny pro mě bylo takový jako nahlídnout pod pokličku někomu jinému, a mít vedle sebe nějakýho zkušenějšího terapeuta... Tak to by bylo možná...možná zvědavost, možná ego, tam se toho mísi jako spoustu.. Něco se naučit, trošku jako zvědavost jak to dělají ti druzí, co z toho si můžu vzít, takže tohle bych si fakt přála..(...) Tak jasně, mohla bych dostat tu zpětnou vazbu „hele děláš to úplně blbě“ a mohlo by mě to totálně setřít. Mohlo by to bejt nebezpečný, nějakým způsobem (...) že by mě nějak hodnotil (...) Ponižení, možná jako fakt demotivace jako třeba pokračovat, přece jenom si nejsem úplně jako jistá furt v tom, jestli to jako dělám dobře, nedělám dobře, jo a pak slyšet od někoho staršího, seniorního, že to nedělám dobře, tak třeba by to mohlo znamenat, že se na to jako vybodnu. (...) (Pozn.autorky: otázka, jaké by to bylo na skupině) Myslim, že by mě to stáhlo. Že bych se tak bála něco říct, že bych myslela na sebe a ne na skupinu. (...) by ze mě byl rogerián (smích) dělala bych že tam nejsem.“

versus

„(...) radši bych byla s někým jako zkušenějším. Radši bych to začala víst s někým zkušeným. To byloo..No, moc výhod mi to tam jako nepřináší. (...) ale současně byt' jsme na tom s Tomášem stejně, tak stejně se toho od něj můžu hodně naučit..(...) Teď když o tom mluvíme, tak vlastně je to bezpečnější pro to mý ego, možná, nevim. Zase kdyby Tomáš přišel s tím „hele, děláš to úplně blbě“, kdyby to nebyl ten senior, ale byl to Tomáš, tak by mi to taky ublížilo, ale asi by mě to nesejmulo tolik. Tam by se ozvalo něco „von je debil“.(smích) Neměl by takovou moc.“

(Rozhovor č. 4)

„(...) Když bych byl s někým výrazně zkušenějším než jsem já na té skupině, tak bych byl asi zvědavý na to, jak ty věci interpretuje. Protože bych tam jako vnímal, že se můžu něco přiučit nebo že se můžu tím nějak zdokonalit (...)“

versus

„(...) zatímco já to vlastně u řekněme jako u běžných kolegů vůbec takhle nepociťuju. Že dokonce... když bych teď měl prostě jít víst skupinu a měl bych tam mít kolegu, kterej je prostě stejně zkušeněj jako já nebo o chlup, jen o něco víc zkušeněj nebo jen o něco míň, tak by mě vlastně ty jeho vhledy asi vůbec nezajímaly. (...)“

„(...) Cítil sem se v tom velmi dobře. Jo jo , vyhovovalo mi to, naopak je pro mě těžší, když je to obráceně nebo když by ten vztah měl bejt jako na stejno, jako pro mě ve chvíli kdy mam navrch, tak je to pro mě vždycky příjemnější ten vztah, cejtím se v tom jistější. (...) No, to je taková směs pocitů, jakože v něčem mě to vlastně uspokojovalo, protože sem jako cejtíl tu svojí odbornou převahu, nebo jako zkušenost proti němu, a v něčem mě to sytilo, zároveň to bylo..zároveň mě to někdy štvalo, že (...) vlastně jakože málo vydrží, aa...myslim si, že sem někdy cítil i, byt' mi to většinu doby vyhovovalo, že sem si někdy říkal jako: jeežíš, tak já bych někdy chtěl taky se moct o něj třeba víc opřít nebo moct se jako spolehnout, že by něco jako udělal.“

(Rozhovor č. 5)

DISKUSE

Výzkum skupinové psychoterapie se v poslední době těší stále větší pozornosti odborné veřejnosti, zkoumání se zaměřuje na mnohé aspekty tohoto složitého a komplexního procesu od sestavování skupin, přes typologii klientů až po terapeutické techniky při práci se skupinou. Menší pozornost je ale věnovaná přímo spolupráci terapeutického páru, který skupinu vede. Cílem mé výzkumné sondy bylo podívat se blíže na specifický typ spolupráce, jakým bezesporu je spolupráce dvou psychoterapeutů, kteří přicházejí do společné práce s různými psychoterapeutickými výcviky, stejně jako s různými zkušenostmi a osobnostními charakteristikami, a pokusit se porozumět tomu, co v průběhu spolupráce prožívali, jaké obtíže museli překonávat, a co jim naopak pomáhalo se s tak náročným úkolem vypořádat. Zajímala mě jedinečná zkušenost každého z pěti respondentů, kteří mi na základě polostrukturovaných rozhovorů umožnili nahlédnout do svého prožívání v rámci spolupráce.

Na základě svého cíle jsem záměrně oslovila psychoterapeuty, kteří mají odlišné psychoterapeutické výcviky než jejich koterapeuti, protože jsem se domnívala, že na jejich spolupráci bude patrnější komplikovanost sladění dvou psychoterapeutů, než by tomu bylo v terapeutickém páru, který vychází ze stejného teoretického základu. Předpokládala jsem tedy, že bude na jejich zkušenosti lépe znát, jak zásadní je vzájemná komunikace, jak obtížně se někdy pátrá po cestě, kterou lze sjednotit spolupráci dvou psychoterapeutů, a jak kreativní strategie je nezřídka kdy třeba vyvinout, aby spolupráce fungovala v nejlepším zájmu skupinového procesu.

Spolupráce v terapeutickém páru je velice složitý proces, který klade před oba psychoterapeuty mnohé překážky, které musí společně překonávat. Na základě provedených rozhovorů se, podle očekávání, ukazuje, že základním předpokladem pro úspěšné překonání nejrůznějších obtíží je ochota a schopnost o procesu mluvit, a podrobovat ho pečlivé reflexi.

Oproti mému očekávání z výzkumu vyplývá, že najít společný přístup k řešení rozdílných přístupů či názorů na směr, kterým by se měla skupina ubírat, nebylo pro většinu respondentů příliš složité. Všichni se shodují v tom, že klíčem k úspěšné spolupráci je tento nesoulad otevřeně komunikovat přímo na skupině. To mě vedlo k zamyšlení, jako roli hraje v hledání společného směru v terapii míra zkušeností obou

terapeutů, z rozhovorů vyplývá, že méně zkušenější terapeuti byli ochotnější se svým kolegům více přizpůsobovat, než tomu bylo mezi koterapeuty s podobnou mírou zkušeností či mezi těmi, kteří měli více zkušeností než jejich kolega. Domnívám se proto, že ochota přizpůsobit se je také jedna ze strategií, která vede ke snížení souladu v terapeutickém páru.

Příjemné, ačkoli nepřekvapivé pro mě bylo zjištění, že všichni respondenti kladli velký důraz na kolegiální a loajální v průběhu skupinového sezení. Otevřená komunikace na skupině se tedy zaměřovala spíše směrem k rozdílnému terapeutickému přístupu nebo postupu zvolenému kolegou než k tomu, že by koterapeuti jakkoli negativně hodnotili intervence druhého terapeuta. Všichni respondenti uvádějí, že pokud se během skupiny dostali do situace, kdy jejich kolega postupoval z jejich úhlu pohledu nesprávně, vždy hledali cestu, jak ošetřit vzniklou situaci nebo klienta, ale zároveň kolegu před skupinou neponížit. Velká míra kolegiality se projevovala i v tom, jakým způsobem respondenti přistupovali k po-skupinovým reflexím. Obecná shoda panovala v tom, že usilovali o předání zpětné vazby způsobem, který je ke druhému laskavý, respondenti popisovali všemožné strategie ve vyhýbání se hodnocení koterapeuta, a namísto toho se mu snažili nabídnout alternativní přístup, jakým by situaci řešili oni.

Dalším překvapivým zjištěním pro mě bylo, že tři z pěti respondentů vnímali otevřenost v rámci reflektivního procesu jako povahový rys či osobnostní charakteristiku jednoho z nich, tedy jako vstupní danost ve vztahu, namísto toho, aby pro ně představovala výsledný efekt, který přináší práce na budování důvěry ve vztahu, jak jsem očekávala.

Dalším námětem na přemýšlení se pro mě stalo uvědomění, jak málo respondenti hovořili o emocích ve vztahu ke svým koterapeutům, většina z nich se, dle výpovědí, zaměřovala spíše na řešení problematické situace ve skupině zejména z hlediska racionálního zvládnutí či uchopení situace než na to, jakým způsobem se s kolegou při obtížných situacích ve skupině cítili. Přistihla jsem se při tendenci opakovaně se doptávat na obtíže a negativní emoce, které se ve spolupráci objevovaly, nicméně většina respondentů, pokud nějaké negativní emoce reflektovala, hovořila spíše o svých vlastních pochybeních a následných emocích, než že by reflektovala negativní emoce vůči kolegovi. To mě vedlo k zamyšlení, čím by to mohlo být.

Jako první možné vysvětlení mě napadá, zda výše popsaná strategie *otevřené komunikace nesouladu* přímo na skupině může pomáhat předejít vnitřním konfliktům a potenciálním konfrontacím ve vztahu s koterapeutem, které by mohly nastat v případě, že by nebylo možné tyto neshody sdílet přímo ve chvíli, kdy se odehrávají. Zároveň si ale myslím, že není v možnostech terapeuta ani v zájmu skupinového procesu oslovit každý vzájemný nesoulad. Negativní emoce vnímám jako přirozenou odpověď každého z nás na situace, které jsou ve skupině sporné zvláště proto, že oba koterapeuti jsou za vedení skupiny stejně zodpovědní, a uvažovala jsem, zda je možné se jim při závěrečné reflexi vyhnout, a jak potom tyto emoce ovlivňují vzájemnou spolupráci.

Druhý možný pohled na nepřítomnost negativních emocí v rozhovorech je často zmiňovaná loajalita ke koterapeutovi, která mohla vést k tomu, že i v rámci rozhovorů měli respondenti tendenci svého kolegu „chránit“ před potenciálně hodnotícím pohledem cizího člověka. K této domněnce mě vede i skutečnost, že v rozhovorech se dvěma respondenty, které jsem osobně znala, se odkazů na prožívání negativních emocí vyskytovalo nepoměrně více než v ostatních třech. Tím se dostávám k limitům své výzkumné sondy.

Za zásadní limit považuji to, že jsme se dvěma respondenty v rámci úvodního povídání před zahájením rozhovoru zjistili, že osobně znám jejich koterapeuty. Obávám se, že tato skutečnost mohla zvýšit opatrnost respondentů k otevřenému sdílení prožitků objevujících se v jejich spolupráci. Dalším nesporným limitem je moje omezená zkušenost s Tematickou analýzou. Uvědomuji si, že pro mě bylo velmi náročné na základě tak velkého množství materiálu utřídit všechny kódy do smysluplných témat a následně kategorií, abych mohla precizně zachytit a popsat všechna zajímavá témata, která rozhovory nabízely. Za další omezení považuji fakt, že ačkoli jsem se pokusila prostřednictvím opakovaného zvědomování své osobní zkušenosti oprostít od očekávání, která jsem od výzkumu měla, bylo pro mě místy obtížné se zachytit u toho, zda do rozhovorů nepřináším svými otázkami zkreslení, které by jiný výzkumník prostý osobní zkušenosti či obratnější v oddělování svých prekonceptů do výzkumu nepřinesl.

Vzhledem k tomu, že jsem si pro zpracování výzkumné sondy zvolila kvalitativní metodologii, byla jsem si již dopředu vědoma toho, že mým cílem není usilovat o zobecnění výsledků zkoumání, ale šlo mi naopak o zachycení a porozumění jedinečné zkušenosti každého z respondentů. Proto přínos této výzkumné sondy spatřuji v otevření tématu vzájemného vztahu a spolupráce terapeutického páru. Jsem přesvědčena, že

zkoumání konkrétních výpovědí o vztahu a spolupráci by mohla být cesta, jak se přiblížit k prohloubení znalostí disciplíny, která má tak velký dopad na mnoho klientů využívajících skupinové psychoterapie. Zároveň zaměření na terapeutický pár považuji za velmi neprobádané téma v rámci teorie skupinové psychoterapie. Na základě jednotlivých výpovědí jsem přesvědčena, že prožitky, jakými jsou obavy z vlastní nedostatečnosti, obavy z negativního hodnocení, prožitky studu a vnitřních konfliktů odehrávajících se v každém z nás, by mělo být možné v rámci terapeutického páru sdílet, a neměly by zůstat nepojmenované či tabuizované.

Každý jeden z rozhovorů mě vedl k úvaze nad tím, jak je pozoruhodné, že ačkoli jsou daní terapeuti výborní ve svém oboru, a pracují mnoho let s emocemi, myšlenkami a obtížemi svých klientů, zdá se, jako by v rámci spolupráce s kolegou nedokázali využít své jedinečné vědomosti a schopnosti pro sebe. Opakovaně jsem v průběhu rozhovorů i při následné analýze jejich výpovědí uvažovala, jestli podobně jako já vnímají, že i přes prezentovanou otevřenost v terapeutických párech se dotýkáme mnoha slepých míst, jejich obav, nejistot či jiných nezpracovaných emocí, které jako by nepatřili do „bezpečného“ prostoru reflexe a supervize. V rámci rozhovorů jsem se opakovaně setkávala se zkušeností podobné mé vlastní, že pokud se psychoterapeut necítí ve vztahu s koterapeutem jistě či bezpečně, uchyluje se k vyhýbání se tématu vztahu, a utíká k bezpečnějšímu procesnímu reflektování skupinového procesu. Nemohu se zbavit přesvědčení, že tento způsob ochrany sebe sama se nutně musí promítnout do kvality skupinové psychoterapie, a tedy i do skupinového nastavení, které vztah terapeutického páru bezprostředně ovlivňuje. To je, domnívám se, oblast, která by zasloužila větší pozornost odborné veřejnosti, a její důkladné prozkoumání by mohlo přinést důležité poznatky, které by pomohly terapeutickým párům zlepšit vzájemný vztah, zvýšit pocit bezpečí a opory, a tím zároveň napomoci primárnímu cíli, kterým je kvalitnější skupinová psychoterapie pro klienty.

ZÁVĚR

Předkládaná diplomová práce zpracovává téma *Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie*. Zaměřuje se tedy na zkušenosti a prožitky skupinových psychoterapeutů, kteří pracují v terapeutickém páru. Dále zkoumá jednotlivé aspekty spolupráce dvou terapeutů, mezi které patří komunikace psychoterapeutů na skupině, reflektivní a supervizní proces a péče o vzájemný vztah.

Práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou, první, teoretická část se krátce zabývá definováním skupinové terapie, a hlavní důraz je v ní kladen na skupinového terapeuta, jeho dovednosti, hlavní úkoly, které jeho role zahrnuje, a na možné způsoby, jimiž se dá k vedení skupinové psychoterapie přistupovat. Dále se věnuje vzájemnému vztahu terapeuta a koterapeuta, a v neposlední řadě se zaměřuje a reflektivní a supervizní proces.

Druhá, praktická část popisuje průběh výzkumného šetření a předkládá Tematickou analýzu rozhovorů, které byly realizovány pro účely této práce. Výsledkem analýzy je přehled kategorií a z nich vyplývajících témat, jež se vztahují k předem stanoveným výzkumným otázkám. Z analýzy vyplynuly čtyři základní kategorie, které se spolupráci terapeutického páru věnují z různých úhlů pohledů. Tedy z pohledu na spolupráci v průběhu skupinové psychoterapie, reflektivnímu procesu, spolupráci mimo skupinu a tomu, jak do vzájemného vztahu obou psychoterapeutů vstupuje míra jejich zkušeností s vedením skupin. Každá z kategorií zahrnuje určitý počet témat, která vyvstala v průběhu Tematické analýzy. Témata ilustrují, jaké strategie se respondentům ve spolupráci osvědčují, co je pro ně naopak ve spolupráci obtížné a jak k těmto výzvam dotazovaní přistupují. Dále se věnují jejich zkušenostem se supervizním procesem, neformální péči o vzájemný vztah a porovnáváním zkušeností dotazovaných s různým typem terapeutických vztahů z hlediska množství zkušeností jejich koterapeutů.

Analýza poukazuje na důležitost otevřené komunikace terapeutického páru, klíčového významu reflektivního procesu jako prostoru pro hledání společných cest na zlepšování spolupráce a vzájemné poznávání, které je zásadní pro porozumění a oporu terapeutické dvojice. Dále popisuje typické problémy, se kterými se respondenti museli vyrovnávat, jako jsou rozdílné přístupy a pohledy na skupinovou psychoterapii a jak s nimi pracovali.

Jako podnět pro další zkoumání přináší předkládaná práce důležitost zaměření se na vztah a emoce v rámci terapeutického páru, možnost otevřeně sdílet obavy, nejistoty i nespokojenost, které se ve spolupráci nutně objevují, a hledání způsobů, jak s nimi zacházet, je podstatné pro zlepšování nejen vzájemného vztahu koterapeutů, ale zejména pro zlepšení kvality skupinové psychoterapie pro klienty.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Atieno Okech, J. E. (2008). Reflective practice in group co-leadership. *The Journal for Specialists in Group Work*, 33(3), 236–252.
<https://doi.org/10.1080/01933920802196138>
2. Behr, H., Hearst, L., & Junek, P. (2007). *Skupinově-analytická psychoterapie* (Vyd. 1). Triton.
3. Bernard, H. S., Drob, S. L., & Lifshutz, H. (1987). Compatibility between cotherapists: An empirical report. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 24(1), 96–104. <https://doi.org/10.1037/h0085697>
4. Bieling, P.J., McCabe, R.E., Antony, M.M. (2006). *Cognitive Behavioral Therapy in Groups*. New York: Guilford Press.
5. Blažková, M. (2011). *Výzkum efektu psychodynamické skupinové psychoterapie*. (nepublikovaná diplomová práce) Masarykova univerzita, Brno.
6. Bleiberg, J.R., (2014). A model of leadership: Therapy groups for ambivalent emerging adults. *Group*, 38(4), 301. <https://doi.org/10.13186/group.38.4.0301>
7. Bowers, W. A., & Gauron, E. F. (1981). Potential hazards of the co-therapy relationship. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 18(2), 225–228.
<https://doi.org/10.1037/h0086083>
8. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
9. Bridbord, K., & DeLucia-Waack, J. (2011). Personality, leadership style, and theoretical orientation as predictors of group co-leadership satisfaction. *The Journal for Specialists in Group Work*, 36(3), 202–221.
<https://doi.org/10.1080/01933922.2011.578117>
10. Corey, G. (2006). *Techniky a přístupy ve skupinové psychoterapii* (Vyd. 1). Portál.
11. Dies, R. R. (1992). Models of group psychotherapy: Sifting through confusion. *International Journal of Group Psychotherapy*, 42(1), 1–17.
<https://doi.org/10.1080/00207284.1992.11732577>
12. Dreikurs, R., & Corsini, R. (1954). Twenty years of group psychotherapy: Purposes, methods, and mechanisms. *American Journal of Psychiatry*, 110(8), 567–575.
<https://doi.org/10.1176/ajp.110.8.567>

13. Fall, K. A., & Menendez, M. (2002). Seventy years of co-leadership: Where do we go from here? *TCA Journal*, *30*(2), 24–33.
<https://doi.org/10.1080/15564223.2002.12034614>
14. Fall, K. A., & Wejnert, T. J. (2005). Co-leader stages of development: An application of tuckman and jensen(1977). *The Journal for Specialists in Group Work*, *30*(4), 309–327. <https://doi.org/10.1080/01933920500186530>
15. Ferjenčík, J. (2010). *Úvod do metodologie psychologického výkumu*. Portál.
16. Gehart, D. R., & Lyle, R. R. (2001). Client experience of gender in therapeutic relationships: An interpretive ethnography*. *Family Process*, *40*(4), 443–458.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2001.4040100443.x>
17. Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace* (Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání). Portál.
18. Kalina, K., & Šimek, A. (2004). *Supervize—Kazuistiky* (Vyd. 1). Triton.
19. Kivlighan, D. M., London, K., & Miles, J. R. (2012). Are two heads better than one? The relationship between number of group leaders and group members, and group climate and group member benefit from therapy. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, *16*(1), 1–13. <https://doi.org/10.1037/a0026242>
20. Kottler, J. A., & Englar-Carlson, M. (2015). *Learning group leadership: An experiential approach* (Third Edition). SAGE.
21. Kratochvíl, S. (2009). *Skupinová psychoterapie v praxi*. (4., dopl.vyd.) Praha: Galén
22. Levine, B. (1979). *Group psychotherapy: Practice and development*. Prentice-Hall.
23. Levin, S., & Kanter, S. S. (1964). Some general considerations in the supervision of beginning group psychotherapists. *International Journal of Group Psychotherapy*, *14*(3), 318–331. <https://doi.org/10.1080/00207284.1964.11642757>
24. Lieberman, M. A., Yalom, I. D., & Miles, M. B. (1973). *Encounter groups: First facts*. Basic Books.
25. Luke, M., & Hackney, H. (2007). Group coleadership: A critical review. *Counselor Education and Supervision*, *46*(4), 280–293. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2007.tb00032.x>
26. Lundin, W. H., & Aronov, B. M. (1952). The use of co-therapists in group psychotherapy. *Journal of Consulting Psychology*, *16*(1), 76–80.
<https://doi.org/10.1037/h0055156>

27. McGee, T. F. (1968). Supervision in group psychotherapy: A comparison of four approaches. *International Journal of Group Psychotherapy*, 18(2), 165–176.
<https://doi.org/10.1080/00207284.1968.11508354>
28. McGee, T. F., & Schuman, B. N. (1970). The nature of the co-therapy relationship. *International Journal of Group Psychotherapy*, 20(1), 25–36.
<https://doi.org/10.1080/00207284.1970.11491754>
29. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu* (Vyd. 1). Grada.
30. Praško, J., Grambal, A., Šlepecký, Miloš., Možný, P., & Vyskočilová, J. (2019). *Skupinová kognitivně-behaviorální terapie* (Vydání 1). Grada Publishing.
31. Rieger, Z. (2007). *Lod' skupiny: Inspirace pro současné i budoucí lodivody ve skupinové terapii* (Vyd. 2., V Portálu 1). Portál.
32. Roberts, J., Pines, M., & Roberts, J. (1998). *Skupinová analýza v praxi* (Vyd. 1). Psychoanalytické nakladatelství.
33. Rogers, C. R., & Krejčí, J. (2014). *Způsob bytí: Klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele* (Vyd. 2., rev. V této řadě 1). Portál.
34. Roller, B., & Nelson, V. (1991). *The art of co-therapy: How therapists work together*. Guilford Press.
35. Řiháček, T., Čermák, I., & Hytych, R. (2013). *Kvalitativní analýza textů: Čtyři přístupy* (1. vyd). Masarykova univerzita.
36. Součková, M. (2019). *Prožívání terapeutického vztahu s hraničním klientem očima psychoterapeuta* (nepublikovaná bakalářská práce). Pražská vysoká škola psychosociálních studií, Praha.
37. Trotzer, J. P. (2006). *The counselor and the group: Integrating theory, training, and practice* (4th ed). Routledge.
38. Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2021). *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* (H. Drábková & M. Hajný, Přel.; Vydání čtvrté, v Portále třetí). Portál.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha I - Vzor informovaného souhlasu

Příloha II – Transkripce rozhovorů

- Rozhovory byly svázané a odevzdány samostatně v kroužkové vazbě, nejsou volně přístupné, proto nemohou být součástí tištěné práce.

INFORMOVANÝ SOUHLAS

Informovaný souhlas se týká diplomové práce na téma: “Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie.” Výzkum probíhá v rámci magisterského studia na Pražské vysoké škole psychosociálních studií. Diplomová práce je psána na oboru psychologie Bc. Markétou Součkovou.

Žádám Vás tímto o souhlas s poskytnutím rozhovoru pro potřeby mé diplomové práce a souhlas s nahráváním rozhovoru na záznamové médium i s jeho dalším zpracováním.

Vzhledem k citlivosti zkoumané problematiky je náležitá pozornost věnována etickým otázkám a zajištění bezpečí respondentů. Důraz je kladen na:

- Anonymitu respondentů – v prepisech rozhovorů budou odstraněny i potenciálně identifikující údaje.
- Mlčenlivost – s poskytnutými informacemi respondenta bude zacházeno jako s citlivým materiálem. Osobní údaje nebudou dále šířeny, s informacemi bude nakládat jen osoba provádějící rozhovor, a to vše v rámci této diplomové práce.
- Autorizace textu po přepsání rozhovoru za účelem dodatečného vyjádření a možností rozhodnutí, zda respondent souhlasí se zveřejněním rozhovoru nebo částí tohoto rozhovoru v rámci diplomové práce.

Děkuji Vám za pozornost věnovanou výše zmíněným informacím, a tímto vás žádám, abyste poskytl/a souhlas s výše uvedeným.

Bc. Markéta Součková

Podpis:.....

Podle zákona 101/2000 sbírky o ochraně osobních údajů ve znění pozdějších předpisů uděluji souhlas s účastí v uvedeném výzkumném projektu a s poskytnutím výzkumného materiálu.

V dne

Podpis:.....

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autorky: Markéta Součková

Studijní program: NMgr. Psychologie

Název práce: Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Michal Slaninka, Ph.D.

Rok dokončení práce: 2023

Celkový počet znaků: 172 627

Počet pramenů a literatury: 38

Text práce ve formátu PDF: Markéta Součková – Diplomová práce 2023

Další soubory: Markéta Součková – Diplomová práce 2023,

Příloha II: Transkripce rozhovorů

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Markéta Součková

Obor studia: psychologie

Název práce: Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie

Vedoucí práce: Mgr. Michal Slaninka, Ph.D

Technické parametry práce:

Přímé citace:

Ostatní text:

Celkový počet znaků: 172 627

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

Soutěž¹ ano?

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	x			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

Metody práce

Soutěž¹ ano?

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Soutěž¹ ano?

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – nespěš/a

¹ Soutěž o nejlepší diplomovou práci. Zaškrtněte, pokud práci doporučujete na základě kvalit v dané oblasti hodnocení.

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost
výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce
(publikace, referáty, apod.)

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

--

Celkové hodnocení práce (*klady, nedostatky; v případě doporučení do soutěže o nejlepší DP uveďte nadprůměrné charakteristiky práce v souladu s Vámi výše označeným kritériem formální úrovně, obsahové reprezentativnosti, metodologie a přínosnosti práce pro teorii či praxi*):

Markéta Součková sa v práci venuje spolupráci terapeutického páru na vedení skupinovej terapie. Práca je kvalitne a starostlivo vypracovaná po teoretickej aj praktickej časti. Teoretická časť pokrýva patričnú oblasť skupinovej psychoterapie, rolí, vzájomnej reflexie či supervízie. Teoretická časť na mňa pôsobila schematicky, autorka však neopomenula aj rogersovský prístup ku skupinovej psychoterapii. Zároveň musím oceniť jej veľmi dôkladnú a osobnú sebareflexiu ohľadne tejto témy. V praktickej časti spracovala 5 rozhovorov pomocou tematickej analýzy. Výsledky poukazujú na prežívanie, neistoty i možné riešenia napätí vo vzájomnom vzťahu medzi terapeutmi. Ako dôležité vnímam aj prežívanie terapeutov v kombinácii senior – junior. Autorka si zvolila tému, ktorá pravdepodobne nie je dostatočne preskúmaná, uchopila ju adekvátnym spôsobom a pracovala prakticky samostatne. Práca spĺňa všetky predpoklady diplomovej práce, navrhujem, aby z nej autorka vytvorila článok pre vedecké periodikum, odporúčam ju k obhajobe s výsledkom výborne.

Pozn: Prácu odporúčam do súťaže o najlepšiu diplomovú prácu

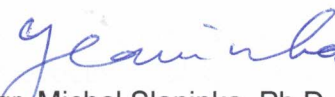
Doporučuji do soutěže o nejlepší diplomovou práci*

Doporučení k obhajobě: doporučuji/~~nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace: výborne

Datum, podpis:

2.9.2023


Mgr. Michal Slaninka, Ph.D

* nehodící se škrtněte nebo vymažte

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Markéta Součková

Obor studia: Psychologie

Název práce: Spolupráce terapeutického páru na vedení skupinové psychoterapie

Vedoucí/oponent práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská, Ph.D.

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 88

Počet stránek příloh: 104

Počet titulů v seznamu literatury: 38

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

Soutěž¹ ano?

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	x			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

		x		
--	--	---	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

Metody práce

Soutěž¹ ano?

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Soutěž¹ ano?

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

¹ Soutěž o nejlepší diplomovou práci. Zaškrtněte, pokud práci doporučujete na základě kvalit v dané oblasti hodnocení.

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	x	x		
--	---	---	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Jak si vysvětlujete fakt, že se ve vašem vzorku tak málo využívala společná supervize obou terapeutů?

Co bylo pro Vás při zpracování výzkumu nejtěžší?

Celkové hodnocení práce (*klady, nedostatky; v případě doporučení do soutěže o nejlepší DP uveďte nadprůměrné charakteristiky práce v souladu s Vámi výše označeným kritériem formální úrovně, obsahové reprezentativnosti, metodologie a přínosnosti práce pro teorii či praxi*):

Teoretická část práce se věnuje problematice skupinové psychoterapie, osobnosti skupinového terapeuta, spolupráce terapeutického páru a taky tématům supervize / intervize. Teorie je psána kultivovanou formou, text je zajímavý a čtivý, i když téma by si zasloužilo trochu bohatší pokrytí odborné literatury a některé zdroje jsou více než půl století staré, přitom o teorii a praxi skupinové psychoterapie je literatury celkem dostatek.

Zarazilo mě několik chyb v citacích, zejména když autorka přisoudila spoluautorství slavné knihy C.R. Rogerse Způsob bytí jejímu českému překladateli - cituje jako Rogers, C. R., & Krejčí, J. (2014). Dále na s.19 je odkazováno na autora Bouchala, bez roku vydání, nenajdeme jej ani v seznamu literatury.

Praktická část si klade za cíl popsat prožívání terapeutů při spolupráci se svým koterapeutem při vedení terapeutické skupiny. Oceňuji poměrně přísná kritéria výběru respondentů a kvalitu rozhovorů, které byly dostatečně hloubkové. Tematická analýza je provedena pečlivě a výsledky jsou zajímavé, je vidět skutečný zájem autorky o téma, jak o tom autorka přemýšlí, oceňuji také kreativitu, například uvedení různých citací do vzájemné souvislosti s pomocí šipek – zde by šlo vše ještě vylepšit a zpřehlednit podrobnější interpretací. Celkově chválím přístup, který je skutečně výzkumnický – přijít tomu nějak na kloub, přemýšlet o tom. Jediné, co by šlo praktické části vytknout, jsou příliš dlouhé části citací bez interpretací + na konci praktické části mi chybi odpovědi na výzkumné otázky, jakési shrnutí výsledků.

V diskusi autorka diskutuje svá zjištění s vlastními názory, ale chtělo by to také diskutovat s odbornou literaturou. Celkově práci ale hodnotím velmi kladně vzhledem na náročnost tématu a přístup k analýze.

Doporučení k obhajobě: doporučuji/~~nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace: Výborný

Datum, podpis:



30.08.2023