

## SPECIFIKA TERAPEUTICKÉ KOMUNIKACE

Osoba terapeuta při výkonu svého povolání komunikuje s klientem celou svou bytostí. Je velmi důležité, aby terapeut svým zjevem, gesty, mimikou, intonací řeči a způsobem vyjadřování klientovi „sednul“. V tomto ohledu však terapeut nemůže udělat více, než dodržovat základní hygienické návyky.

Základním nástrojem terapeuta je řeč, jazyk. Jazyk a řeč umožňují utvářet a definovat pojetí sama sebe a rovněž vztahů s druhými lidmi a proto jsou přínosné právě v oblastech, kde záměrně dochází k předefinování těchto konceptů, tedy mimo jiné i v psychoterapii. Psychoterapeutický rozhovor je jako neustálá konfrontace a splývání perspektiv účastníků rozhovoru, jež nově ustavují skutečnost. **Terapie je tak cestou neustálého vyjasňování a uvědomování si vlastních prožitků, kdy terapeut umožňuje klientovi zaujmout objektivnější postoj, který není tolik zkreslený jeho vlastním vnímáním „falešných“ sebeobrazů. Roli zde hraje použití: osobních a neosobních formulací, vyjádření podpory a povzbuzení, objektivnější reformulace.**

Sluchem vnímá naslouchající také prostředky nelingvální, tj. takové, které samy o sobě nenesou konvencionalizované významy. Bývají označovány jako parajazykové (paralingvální). **K paralingvální komunikaci se řadí zvukové jevy, jsou to zejména tempo a rytmus řeči, hlasitost řeči, výška hlasu a její proměny, průběžné sekundární zabarvení artikulace (např. nosovost), kvalita hlasu (drsnost, pronikavost, sípavost), výskyt pazvuků různého druhu, výraznost artikulace.** Ve funkci modulačních prostředků řeči se mohou uplatňovat základní vlastnosti zvuku - výška, dynamika, trvání a barva.

Z fonetického hlediska je obtížné hodnotit citovou složku řeči. Naslouchající hodnotí emocionalitu dle svého úzu. Z hlediska mluvčího který hovoří však o vyjádření emoce či exprese jít nemusí. Obvykle se rozlišuje, zda emocionalita převažuje nad intelektuální složkou řeči či naopak. **To, že terapeut mluví o pocitech, neznamená, že je má popisovat citoslovci.**

**K paralingválním prostředkům komunikace podílejících se na melodické modulaci řečového proudu bývají zahrnovány také pauzy (prostředky neverbálně vokální).**

Rozdílně budeme hovořit ke skupině, jinak v individuální psychoterapii.

Jiný přístup komunikace budeme mít nejpíše také k lidem, kteří mají narušen buď příjem nebo produkci řečového projevu. Autistické děti nedokáží např. vyhodnocovat informace stejným způsobem jako děti stejné mentální úrovně. Pro autistické děti je typický narušený vývoj řeči a neschopnost používat ji jako

prostředek komunikace. Pro autisty bude vhodnou terapeutickou metodou muzikoterapie, taneční terapie, arteterapie, hipoterapie, canisterapie, relaxace, kde není řečový projev na prvním místě.

Afázie bývají vymezovány jako poruchy řeči, které vznikají v souvislosti s porušením mozku. Afázie svádí ke zjednodušení projevu terapeuta. U afatiků je vhodnou volbou rodinná terapie, na nácviku odlišné komunikace pak pracuje logoped.

Různé terapeutické přístupy se odlišují také způsoby i mírou užití jazyka i naslouchání. Analytikovo hledání logické cesty se jistě bude odlišovat od rogeriánova empatického parafrázování. Např. taneční terapeut se bude vyjadřovat věcně a jednoduše a bude mít nejen bohatý pohybový slovník, ale bude znát také reakce a vzkazy, které svým tělem klient vysílá. Míra verbalizace a interpretací během taneční terapie ale bude již záviset spíše na individualitě terapeuta, stejně tak tempo, ryz a způsob vyjadřování bude prochnut terapeutovou osobností a jeho osobním stylem.

Ať již bude během terapie užito direktivního přístupu, metafor, či terapeutických „ojetin“ jako: „mám fantazii že...“, „dovolit si pustit...“, či skupinové „...on to tak má“ a „to je tvoje...“, **důležité jsou zejména dovednosti a faktory, které jazykový projev ovlivňují a které by měly být společné všem druhům psychoterapie.**

Patří sem:

**Interpersonální vztah vřelosti a důvěry** - v dobrém terapeutickém vztahu se mají klient a terapeut ve vzájemné úctě a berou na sebe ohled - terapeut, který chápe problémy klienta a chce mu pomoci, získá jeho důvěru, která posílí víru klienta ve vlastní schopnosti.

**Uklidnění a podpora** - už samotná snaha pomoci dává podporu a naději.

**Desenzibilizace** - akceptující atmosféra terapeutického sezení má význam v tom, že rozhovořit se o problémech a pocitech bude že se přestanou jevit tak hrozné. Už samotné převedení pocitů do slov umožní vnímat danou situaci realističtěji.

**Posilování adaptivních reakcí** - každý terapeut funguje jako posilující faktor - vyjadřuje souhlas s adaptivními reakcemi a ignoruje nebo nesouhlasí s maladaptivními.

Všechny druhy terapií poskytují klientovi možnost řešení jeho potíží, porozumění jak vznikly, proč jsou a jak je změnit. Přesná podstata porozumění není určující, důležitá je skutečnost, že se klientovi dostane možnosti, něco s jeho problémem dělat.

**Mimo schopnost naslouchání a emapie, které se ve způsobu komunikace terapeuta vůči klientovi projeví, si terapeut musí osvojit dovednost zvládat stres.**

Do oblasti reflexivní sociologie patří:

**Konverzační analýza** - zabývá se metodami, jaké mluvčí užívají při produkci a interpretaci běžného rozhovoru, jaké strukturní problémy rozhovoru mluvčí řeší, jaké metody (prostředky) má k dispozici. Probíhá zde např. nahrávání psychoterapeutických rozhovorů pomocí diktafonu, přepis nahrávky a interpretace transkriptů.

**Diskurzní analýza** – rozebírá **varianty** rozmýšlení a vyjádřování se o světě kultury, ve které žijeme, o jazyce, kterému se učíme, vytváří limity toho, jak můžeme rozumět světu. Jazyk není chápán jako pouhý nástroj pro přenos informací, nefunguje jako zrcadlo reality, v němž se věci jednoduše odrážejí, ale je naopak tím, co spoluvytváří sociální svět, sociální identity a vztahy. Jazyk má moc sociální realitu nejen reprodukovat, ale také aktivně měnit a vytvářet. Konverzační analýza, podobně jako analýzy diskurzní, vychází z pojetí řeči jako formy sociální interakce.

**Diskurzní přístupy a metody konverzační analýzy mohou napomoci osvětlit jednotlivé aspekty komunikačního procesu v psychoterapii.**

Užitím jazyka jako takového se zabývá vědní obor **psycholingvistika** /neurolingvistika/, který uvažuje o předpokladových strukturách k užívání jazyka v mysli mluvčího, např. o uspořádání tzv. mentálního slovníku: asociačními metodami zjišťuje, jak je v mysli mluvčího mentální slovník uspořádán a uvažuje o mentálních sémantických sítích.

Psycholingvistika také formulovala modely produkce řeči: lze je pojímat jako procesy dílčích kognitivních operací, které proběhnou v „mysli“ mluvčího, než nastane externalizace verbálního vyjádření. Zajímá se také o vztah jazyka a procesu myšlení - ruský badatel L. S. Vygotskij se se svými spolupracovníky zabýval vztahem myšlení a tzv. vnitřní řeči.

Psycholingvistické přístupy orientované komunikačně rozvíjeli rumunská psycholingvistka T. Slama Cazacu, norský badatel R. Rommetveit a ruský badatel A. A. Leont'jev, který s dalšími spoluautory v první polovině 70. let minulého století vypracoval teorii řečové činnosti. Patofyziologické aspekty užívání jazyka zkoumal ruský psycholog a fyziolog A. R. Lurija. Souběžný vývoj psycholingvistických přístupů v americkém prostředí vycházel z psychologické teorie paměti (Černý, 1996:365); z teorie paměti vychází také pojetí jazykového chování jako verbální činnosti kognitivní.

V současné psycholingvistice lze spatřovat doplňující se sbíhání dvou přístupů: jednak komunikačního (komunikačně-pragmatického), tj. zaměřujícího se spíše na vnější situační podmínky, na situační kontext komunikace, jednak kognitivního (kognitivněpsychologického), tj. zaměřeného spíše na vnitřní procesy a kognitivní operace probíhající v mluvčího „mysli“. V našem prostředí jsou psycholingvistická zkoumání tradičně spjata spíše s přístupem komunikačním než kognitivním.

**Logopedie** - obor speciální pedagogiky, snaží se tedy nemocné opět dovést k řečovým dovednostem; v logopedii se mluví o řečové reedukaci či rehabilitaci.

Neurovědy, umělá inteligence, lingvistika, psychologie a filozofie mysli (v různorodých metodologických přístupech a směrech) konvergují a prolínají se v transdisciplinární vědeckou aktivitu nazývanou **kognitivní věda**. Uvažujeme-li o jazyce v mozku a chápeme-li řeč jako kognitivní proces, přesahujeme v lingvistických přístupech pomyslný rámec lingvistiky jako samostatně chápané vědní disciplíny právě k ní.

Kladou se otázky, které souvisejí s povahou jazyka a které by snad patřily spíše filosofii poznání. **Jakým způsobem vůbec jazyk vstupuje z „vnějšího světa“ (který vnímáme) do naší „vnitřní sféry“ (až sféry prožívání), a naopak?** Můžeme očekávat, že existuje neuronální korelát, jímž je to, co nazýváme užíváním jazyka, uskutečňováno nebo vůbec umožňováno?

Aktivita jazykovědy může v oblasti přístupů utvářejících **kognitivní vědu** dospívat k odpovědím na otázku, jak jazyk vstupuje v naše užívání.

Otázkou, jak jazyk vstupuje v naše užívání, se také otvírají **přístupy lingvistiky kognitivní** (zajímající se např. o jazyk a konceptualizaci světa) a vyvstávají otázky, jak jsou svázány jazyk, jeho „nositelé“ a „vnější svět“



Použité zdroje:

R. L. Atkinsonová a kol., Psychologie

Lydie Fialová, Konference o konverzační analýze a psychoterapii

Eva Flanderková, Jazyk a zvláštnosti v dorozumívání afatiků

Jana Novotná, Psychomotorika a tanec