



Podpora rozvoje osobní identity v procesu zotavování z duševního onemocnění: Možnosti narativní praxe

Lenka Strouhalová

ABSTRAKT

Tento text je založen na mé bakalářské práci nesoucí název *Podpora rozvoje osobní identity v procesu zotavování z duševního onemocnění: Možnosti narativní praxe*. Ta z teoretického i praktického hlediska propojuje následující tematické celky: narativní přístup a zotavování z duševního onemocnění. Jejich pomyslným pojítkem v rámci této práce je téma osobní identity, neboť vycházím z předpokladu, že osobní identita je jedním z pilířů procesu zotavování z duševního onemocnění. Zároveň se opírám o skutečnost, že práce s ní představuje jádro narativního přístupu (především v psychoterapii, posléze i v sociální práci a psychiatrii). Pro účely tohoto článku je akcentováno právě téma narativního přístupu. Je tak učiněno s ohledem na jeho myšlenková východiska, okolnosti jeho vzniku a jeho využití v oblasti sociální práce. Nastíněna je myšlenka o existenci podobných principů mezi ním a konceptem zotavování z duševního onemocnění. Ten je vzhledem k omezenému rozsahu tohoto textu vykreslen pouze ve vztahu k narativnímu přístupu.

ÚVOD

Narativní přístup, jehož teoretická východiska budou podrobněji popsána v další části textu, klade ve své praxi důraz na neexpertní přístup ke klientovi, podobně jako koncept zotavování staví do pozice „odborníka“ samotného klienta. Při zotavování z duševního onemocnění hraje významnou roli práce s vlastním příběhem, v němž je prostor pro hledání spojitostí a nacházení významů daných událostí. Příběh také umožňuje uvažovat o sobě samém z různých perspektiv — např. přehodnocovat svou roli v něm. Toto jsou bezpochyby předpoklady, na nichž se zakládá i narativní přístup, přičemž ideově vychází ze sociálního konstrukcionismu, kladoucího důraz na významy předávané v jazyce, vztahovost ve smyslu vztahování se k určitým kontextům a vyprávění jakožto prostředek konstruování naší reality, v níž neexistují žádné neměnné pravdy.

Dalším bodem, společným oběma těmto proudům, je podle mého mínění zaměření na silné stránky jedince a jeho zdroje. V narativním přístupu jsou na rozdíl od explicitnější práce s nimi v rámci zotavování obsaženy např. v uvažování o tzv. jiskřivých momentech, jež označují články nezapadající do problémové autobiografie, či v rozvíjení myšlenek o lidech významných pro náš život a náš vztah s nimi. Především je ale narativní přístup významný svým uvažováním o identitě člověka v intencích jeho hodnot, jež jsou v nějaké míře přítomny ve všem jeho konání. Veškerá narativní práce směřuje k napomáhání člověku objevovat je, vztahovat se k nim a vytvářet podle nich svůj preferovaný životní příběh. Považuji toto uvažování o zacházení s identitou za skutečně inspirativní pro práci s lidmi s duševním onemocněním, a to mimo jiné i pro svůj nepatologizující postoj.

V narativním přístupu je problém nahlížen jako oddělený od člověka. Ústředním heslem je jednoduchá teze: *Člověk je člověk. Problém je problém*. V praxi je pro posilování tohoto vnímání užíváno techniky externalizace problému. V rámci zotavování je zdůrazňována důležitost jistého myšlenkového ohraničení nemoci od zbylé identity ve snaze, aby nemocí nebyla zcela pohlcena. Možnostmi, jak s tímto záměrem nakládat, je například práce na zviditelňování silných stránek jedince či podpora jeho pozitivních životních rolí.



NARATIVNÍ PŘÍSTUP V TEORETICKÝCH KONTEXTech

VÝVOJ K NARATIVNÍMU PŘÍSTUPU

Počátky narativního přístupu sahají do 80. let 20. století (Roscoe 2009: 5). Spolu s antiopresivními a konstrukcionistickými přístupy bývá klasifikován jakožto součást kritických nebo postmoderních směrů (Límová 2018: 102). Matoušek (Matoušek a kol. 2013: 97) označuje narativní přístup za vývojovou větev systemického přístupu, vzniklou vlivem působení myšlenek radikálního konstruktivismu¹. Podobný původ mu přisuzuje i Votoupal (2013: 81), když za jeden z jeho zdrojů považuje využití teorií pocházejících z oblasti systemického myšlení, tedy sociálně konstruktivistický přístup k popisu reality, důraz na roli jazyka. Posun od metafory „systémů“ k metafoře „narace“ (Freedman, Combs 2009: 20) v praxi uskutečnili původně sociální pracovníci v roli rodinných terapeutů, kteří na systemické základně začali rozvíjet své přesvědčení o potenciálu narativity (Hayward 2009: 14). Byli jimi především M. White a D. Epston, autoři prvního a klíčového díla narativního přístupu *Narrative Means to Therapeutic Ends* (Vybíral 2010: 573), jejichž svébytná praxe významnou měrou přispěla k postupnému profesnímu obratu například i již zmiňované psychoterapeutické dvojice Freedmanové a Combse (Freedman, Combs 2009).

POSTMODERNISTICKÁ VÝCHODISKA NARATIVNÍHO PŘÍSTUPU

Mezi vlivy působící na rozvoj narativního přístupu spadají: specifický filozofický rámec, tvořený především díly G. Batesona a M. Foucaulta; feministická vlna 80. let 20. století, tematizující například gender a identitu; v téže době se rozvíjející zaměření na kulturní a etnické aspekty (White 2009: 59) a bezpochyby i sociální konstrukcionismus jakožto jeden z hlavních zdrojů lingvistického obratu ve společenských vědách (Roscoe 2011: 50).

V paradigmatu postmoderny, potažmo v sociálním konstrukcionismu je jazyk *základním nástrojem, skrze nějž a v němž konstruuje naše světy, vnášíme řád a význam do svých životů a navazujeme vztahy s druhými* (Anderson 2009: 162). Jeho působení tedy lze kategorizovat na funkce tvůrčí, významovou a vztahovou či vztahující se,

1 V tomto textu rozlišuji mezi sociálním konstruktivismem a konstrukcionismem, přičemž pracuji s druhým zmíněným proudem s respektem k převládajícímu způsobu užití autory a autorkami narativního přístupu (např. Freedman, Combs 2009; Anderson 2009).



jež existují ve vzájemné provázanosti. Slouží jakožto *hlavní prostředek konstituování lidské reality* (Skorunka 2009: 193) a zároveň *rámec, v němž naše zkušenost nabývá na významu* (Schlippe 2001: 68), a to ve vztahu či vztahování se k určitému kontextu, neboť *význam není přenášen samotným slovem, ale slovem ve vztahu ke kontextu a žádné dva kontexty nebudou přesně stejné* (Freedman, Combs 2009: 49).

Vztahování se ke kontextu je v postmodernistickém vnímání zohledňováno také z hlediska zvědomování sociální konstruovanosti reality. Nachází se tak v opozici k pozitivistickému, v modernistickém uvažování ukotveném přístupu k poznání reality (Skorunka 2009: 193). Obecně vyjádřeno: *Poznání, ať už aktuální nebo univerzální, je zakotveno uvnitř kontextu kontextů, uvnitř aktuálních kontextů, které jsou zakotveny v širších kontextech* (Anderson 2009: 163).

Jedinec tedy spoluutváří svoji identitu a své vnímání reality skrze jazykovou výměnu a interakce s kulturním a společenským prostředím. Z toho vyplývajícím prvkem, významným zejména pro narativní praxi, je zohledňování otázek rasy, kultury, genderu a socioekonomických vlivů (Riley 1997: 283) z hlediska zasazování problémů do společenského kontextu (Abels 2001: 55)

KONCEPT OSOBNÍ IDENTITY V KONTEXTU NARATIVNÍHO PŘÍSTUPU

IDENTITA V DOBĚ POSTMODERNÍ

Téma osobní identity ve své práci představuji z pohledu zakotveného v postmoderních přístupech, mezi něž se řadí i narativní praxe. Cílem mého úsilí tedy není vytvořit komplexnější přehled teorií osobní identity, nýbrž popsat její pojetí v rámci paradigmatu, jež se zakládá na následující sadě přesvědčení:

1. *Realita je sociálně konstruována.*
2. *Realita je vytvářena prostřednictvím jazyka.*
3. *Realita je strukturována a udržována prostřednictvím vyprávění.*
4. *Neexistují žádné neměnné pravdy.*

(Freedman, Combs 2009: 42)

Z pohledu postmoderního proudu v sociologii, ovlivňujícího od 70. a 80. let 20. století (Holubová 2016: 44) zkoumání identity, se osobní identita stává v kontextu „tekuté modernity“ tzv. *reflexivním projektem* — pojmem vzešlým od A. Giddense, jež vyžaduje nutnost vlastního formulování toho, kým jsem, a budování svého životního příběhu. Již zmíněné přispění postmoderních společenských věd k bádání na poli identit kolektivních, odkazuje k překonání modernistického pojetí identity charakterizované individualismem, autonomií a soběstačností (Alijejevová 2000: 5). Opozicí k tomu je *chápání identity jako konstruované, nestálé, proměnlivé a nekonečně znovu utvářené entity* [...] (Holubová 2016: 35), která se *konstruuje sociálně prostřednictvím jazyka a udržuje se vyprávěním* (Freedman, Combs 2009: 54). Zástupci tzv. postmoderního proudu dále přikládají důraz mnohosti identit, jak ze své pozice potvrzuje Andersonová (2009: 174) píše-li, že *ačkoliv je možné tvrdit, že se self skládá z mnoha komponentů, jako napří-*

klad z mnoha příběhů, mnoha zkušeností, mnoha vztahů, nejsou to komponenty, které tvoří jednotlivé nebo uzavřené self.

NARATIVNÍ PŘÍSTUP VE VZTAHU K OSOBNÍ IDENTITĚ

Podle narativního přístupu je identita konstruktem utvářeným na základě internalizovaných „pravd“ o světě a o nás samotných: *Podle narativní teorie jsou tyto „pravdy“ obsaženy v příbězích, které o sobě jednotlivci konstruují* (Connolly, Harms a Maidment 2017: 28). Osobní narativita je představena jakožto svého druhu nositelka naší identity: *Prostřednictvím narativity se definujeme* (Čermák 2002: 5).

Toto definování probíhá skrze příběhy, které jsou tvořeny, vyprávěny, revidovány a znovuvyprávěny v průběhu života (tamtéž), přičemž narativní přístup vychází z přesvědčení, že konverzace, v nichž se objevujeme, a příběhy, které o sobě vyprávíme, určují způsoby, jakými o sobě smýšlíme (Sax 2006: 66). Autoři narativního proudu také zdůrazňují dialogické a vztahové zakotvení procesu utváření naší identity čili tzv. *lingvistický vztahový pohled na self* (Anderson 2009: 178).

Práce s osobní identitou je neoddělitelná od narativní praxe. Vychází z předpokladu, že identita je zvědomována skrze objevování jedincových hodnot. Ty jsou (skrytě) přítomny ve veškerém jeho konání. Jejich osvětlování přináší porozumění vlastnímu jednání a posiluje zplnomocňující vědomí sebe sama, díky čemuž otevírá prostor pro tvorbu alternativního životního příběhu.

NARATIVNÍ PŘÍSTUP V SOCIÁLNÍ PRÁCI

NARATIVNÍ PŘÍSTUP V KONTEXTU KRITICKÉ SOCIÁLNÍ PRÁCE

Připomeňme, že narativní přístup tvoří podmnožinu kritické sociální práce (Límová 2018: 103). Inspiračním zdrojem pro antiopresivní hledisko v kritické sociální práci, potažmo v narativním přístupu, se stalo dílo M. Foucaulta — především jeho kritika užití moci v sociální práci a taktéž obecný postoj, kriticky přistupující ke společenskému uspořádání (Votoupal, 2013, s. 81). Zohledňování strukturálních nerovností ve prospěch vykonávání antiopresivní praxe je pak nárokem kladeným na sociálního pracovníka (Roscoe 2009: 6).

Narativní sociální práce je obdobně jako narativní psychoterapie vnímavá ke společensko-kulturně-politickým kontextům, ovlivňujícím jedince v jejich porozumění světu a sobě samým. Tato vnímavost vyžaduje reflexivní postoj pomáhajícího pracovníka — a to na úrovni sebereflexe a na úrovni kritického zkoumání dominantních společenských diskurzů a již zmiňovaného společenského nastavení. Uvažování nad sebereflexivním postojem ve vztahu ke klientovi dokresluje sada následujících otázek: *Začleňuji své názory do své osobní zkušenosti? Jsem čitelný, co se týče mého kontextu, mých hodnot a mých záměrů tak, aby tento člověk mohl zhodnotit rozsah mých předsudků?* (Freedman, Combs 2009: 61)

Stejně tak předsudečné postoje sociálních pracovníků mohou při kontaktu s klienty ovlivňovat schopnost naslouchání (Roscoe 2009: 11). Domnívám se, že hledisko reflexivního postoje na obou výše uvedených úrovních je obzvláště cenné, neboť na





jedné straně umožňuje vytvářet partnerský profesní vztah, založený na respektu ke klientovu subjektivnímu vnímání reality s ohledem na vlastní vnímání², dávat mu prostor k jeho vyjádření a tím jej zároveň zplnomocňovat. Na druhé straně podporuje identifikování dominantních společenských diskurzů, jež se mohou podílet na saturaci klientova problémového příběhu.

MODEL NARATIVNÍ SOCIÁLNÍ PRÁCE

Uvedený proces za využití dalších prvků narativní praxe autoři Roscoeová a Madoc-Jones shrnují do modelu s titulem *Narativní sociální práce jako konverzace*. O něj si dovoluji opírat se při představování vzájemného vztahování se narativně orientovaného sociálního pracovníka a jeho klienta.

Jeho první fází je navazování vztahu (*engagement*) skrze vzájemné narativní sdílení mezi pracovníkem a klientem. Druhá fáze spočívá v dekonstruktivnímu postoji (*deconstruction*) ke klientem nabízeným narativům. Zahrnuje dekonstruktivní naslouchání, jež je vedeno vírou, že tyto příběhy mají mnoho možných významů (Freedman, Combs 2009: 68). Znamená podporu klienta při objevování internalizovaných „pravd“ a jejich dopadů na klientovo vztahování se (Connolly, Harms a Maidment 2017: 28). Jeho nástrojem jsou externalizační otázky³. Kritický postoj k zažitým předpokladům a nahlížení z různých perspektiv vytváří prostor pro nacházení nových významů v dominujícím problémovém příběhu, včetně tzv. již zmíněných jiskřivých momentů.

Závěrečnou fází tohoto dialogického procesu tvoří tzv. reautorizace (*re-authoring*). Umožňuje spolupracující dvojici klienta a pracovníka nalézat nový preferovaný narativ na základě objevování nových významů. Právě zmíněné jiskřivé momenty mohou představovat *most mezi dominantním narativem (problémovým příběhem) a „reautorizovaným“ alternativním příběhem* (Roscoe 2009: 8). Ty jsou také cestou k objevování jedincovy identity, neboť se v nich promítají jeho přání, záměry, priority a víra (tamtéž). Další pohled představuje reautorizaci jakožto *klíčový koncept narativní praxe, který lidi vyzývá k propojení nejvíce přehlížených událostí v jejich životě v časové posloupnosti za účelem vytvoření alternativního příběhu založeného na podobě jejich preferované identity* (Sax 2006: 65).

PŘÍKLAD Z NARATIVNÍ PRAXE

Cílem této předposlední části textu je krátce pojednat o jedné z technik narativního přístupu — tzv. mapě preferované identity, jež představuje nástroj pro reautorizaci životního narativu. Dále Connolly, Harms a Maidment (2017, s. 29) narativní techniky rozlišují na ty, jež se zaměřují na: odhalování problémových životních příběhů a pře-

2 V té souvislosti Roscoeová a Madoc-Jones (2011: 58) upozorňují, že tento postoj od sociálního pracovníka vyžaduje ochotu riskovat odhalení vlastních předpokladů klientovi.

3 Technika externalizace problému vychází z myšlenky M. Whitea, že *problémem není člověk, ale problémem je problém* (Freedman, Combs 2009: 68). Vědomí oddělenosti člověka od problému lze do terapeutického rozhovoru přinášet otázkami sloužícími k objektifikaci problému: *V čem je zde problém? Jaká je povaha toho problému? Jak se projevuje navenek?*

svědčení, jež je podporují, a na ty, jež slouží pro externalizaci dominujících problémových příběhů.

Původním autorem této mapy je M. White, jenž se při její tvorbě inspiroval myšlenkami psychologa J. Brunera o tzv. krajině činů a krajině vědomí (Sax, 2018). Krajina činů slouží zaznačení významných a vlivných činů či událostí v životě jedince na časové přímce dávná minulost — nedávná minulost — současnost — blízká budoucnost. Druhá krajina se zabývá jejich významy, jimiž mohou být i přání, myšlenky, přesvědčení, uvědomění, hodnoty apod. Smyslem této mapy je objevování významů, dodávaných jednotlivým událostem, a vztahování se k nim v kontextu vlastní preferované identity.

Na tvorbě těchto map jsem pro účely představení jedné z možností narativní praxe spolupracovala s třemi klienty pobytové sociální služby pro osoby s duševním onemocněním. Zde tuto zkušenost nastíním prostřednictvím úvahy nad možnostmi využití narativních technik v sociální práci, a to zejména při v kontaktu s lidmi s duševním onemocněním. Jak mohou být narativní techniky a narativní přístup obecně přínosem pro praxi sociální práce?

Zvědomování osobních hodnot je v pojetí narativního přístupu zásadní, neboť právě ony tvoří naši identitu a jako takové se více či méně promítají do veškerého našeho konání a uvažování. Jejich nasvícení vede k posílení pocitu vlivu na svůj život (či zplnomocnění). Povědomí o nich totiž umožňuje aktivně se k nim vztahovat a na jejich základě vytvářet možný nový alternativní či preferovaný příběh. Tento narativní postoj vnímám pro praxi sociální práce jako nosný, neboť zplnomocňování a podpora aktivního postoje k vytváření vlastního životního příběhu patří mezi jedny z jejích cílů. Technika mapy preferované identity posloužila jako nástroj ke zvědomování hodnot klientů, k jejich verbalizaci a utřídění jejich postojů. V jistém smyslu tedy při její tvorbě probíhal proces dotýkající se přímo identity klientů.

ZÁVĚR

Záměrem tohoto textu bylo představit narativní přístup jakožto myšlenkové paradigma a svébytnou praxi:

- a) zohledňující kontext klientovy situace s důrazem na její sociokulturní podmíněnost;
- b) podporující klienta v zaujímání postoje k nim;
- c) a umožňující tak zvědomování jeho hodnot jakožto součásti jeho osobní identity.

Jejím možným přínosem pro oblast sociální práce je sociálně-konstrukcionistické zaměření, jež klade důraz na společensko-kulturní souvislosti. Bezesporu existují mnohá témata, jež by při práci nejen s lidmi s duševním onemocněním bylo možno diskutovat, opírajíc se přitom o východiska či metody narativního přístupu — ať už ta patřící především do problematiky péče o duševní zdraví, tak i ta s celospolečenským přesahem.





SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:

- ABELS, Paul a Sonia Leib ABELS, 2001. *Understanding narrative therapy: a guidebook for the social worker*. New York: Springer Pub. Springer series on social work (Unnumbered). ISBN 0826113826.
- ALIJEVOVÁ, Dilbar, 2000. Personal Identity: Continuity versus Discontinuity. *Sociologia* [online]. **32**(4), 319–342 [cit. 2018-12-19]. ISSN 00491225.
- ANDERSON, Harlene, 2009. *Konverzace, jazyk a jejich možnosti: postmoderní přístup k terapii*. Vyd. 1. v českém jazyce. Brno: NC Publishing. Gaia. ISBN 978-80-903858-6-3.
- ČERMÁK, Ivo, 2002. *Myslet narativně (kvalitativní výzkum „on the road“)* [online]. Brno: Psychologický ústav AV ČR, Nakladatelství Albert [cit. 2018-12-06]. Dostupné z: https://is.muni.cz/el/1423/jaro2006/PSY474/Myslet_narativne.pdf
- CONNOLLY, Marie, Louise HARMS a Jane MAIDMENT, 2017. *Social Work: Contexts and Practice*. 4. Melbourne: Oxford university press. ISBN 978-0-19-030872-8.
- FREEDMAN, Jill a Gene COMBS, 2009. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-7367-549-3.
- HOLUBOVÁ, Kateřina, 2016. Koncept identity na poli sociologické teorie. *Acta Universitatis Carolinae: Philosophica et Historica*, Vol 2016, Iss 2, Pp 31–49 (2016) [online]. **2016**(2), 31–49 [cit. 2018-12-06]. DOI: 10.14712/24647055.2016.14. ISSN 05678293. Dostupné z: http://www.karolinum.cz/ink2_stat/dload.jsp?prezMat=109597
- LÍMOVÁ, Michaela, 2018. Kritická sociální práce — příležitosti a výzvy. Pracovník tváří v tvář člověku hledajícímu pomoc. *Czech* [online]. **18**(3), 101–111 [cit. 2018-12-05]. ISSN 12136204. Dostupné z: databáze SocINDEX
- MATOUŠEK, Oldřich a kol., 2013. *Encyklopedie sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0366-7.
- RILEY, Shirley, 1997. Social Constructionism: The Narrative Approach and Clinical Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association* [online]. **14**(4), 282–84 [cit. 2018-12-06]. ISSN 07421656. Dostupné z: Databáze ERIC
- ROSCOE, Karen, 2009. Critical social work practice a narrative approach. *International Journal of Narrative Practice*. **1**(1), 9–18.
- ROSCOE, Karen Dawn, Alexander M. CARSON a Lolo MADOC-JONES, 2011. Narrative social work: conversations between theory and practice. *Journal of Social Work Practice* [online]. **25**(1), 47–61 [cit. 2018-12-05]. DOI: 10.1080/02650533.2010.530344. ISSN 02650533. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/232834211_Narrative_social_work_Conversations_between_theory_and_practice
- SAX, Peggy. Developing Preferred Stories of Identity as Reflective Practitioners. *Journal of Systemic Therapies* [online]. 2006, **25**(4), 59–72 [cit. 2019-05-31]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1521/jsyt.2006.25.4.59>
- SCHLIPPE, Arist von, 2001. *Systemická terapie a poradenství*. Brno: Cesta. ISBN 80-7295-013-4.
- SKORUNKA, David, 2009. Sociální konstrukcionismus a psychoterapie. *Psychoterapie* [online]. 2009, **3**(3–4), 192–200 [cit. 2018-12-05]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/274380631_Socialni_konstrkcionismus_a_psykoterapie
- VOTOUPAL, Miloš, 2013. Narativní přístup v sociální práci: pomoc skrze reformulaci životních příběhů. *Czech* [online]. **13**(3), 78–88 [cit. 2018-12-05]. ISSN 12136204. Dostupné z: databáze SocINDEX
- VYBÍRAL, Zbyněk a Jan ROUBAL, 2010. *Současná psychoterapie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-682-7.
- WHITE, Cheryl, 2009. Where did it all begin? Reflecting on the collaborative work of Michael White and David Epston. *Context* [online]. 2009, **2009**(105), 59–60 [cit. 2018-12-05]. Dostupné z: <https://dulwichcentre.com.au/where-did-it-all-begin-cheryl-white.pdf>