

# Přílohy

## ***Otázky pro interview***

1. Jak chápete koncept obranných charakterových struktur?  
Vysvětlete, prosím svůj vlastní přístup a teoretický náhled.
2. Jakým způsobem používáte tento teoretický koncept v praxi?
3. Jaké jsou přínosy tohoto konceptu? V čem tkví jeho klady?
4. Kde vidíte omezení? Kde jsou problematická či pro terapii nebezpečná místa?
5. Jak diagnostikujete charakterový typ svého klienta?  
Jsou i jiné metody, o kterých víte, ale z nějakého důvodu je nepoužíváte?
6. Popište, prosím, postup, jak bodyreading provádíte.
7. Jak ověřujete diagnostikovaný charakterový typ? Jak ho validizujete?  
Jaké jsou podle vás možné metody validizace?
8. Myslíte se někdy v diagnostikovaném charakterovém typu? Jaká je reliabilita?
9. Jaké schopnosti jsou podle vás pro terapeuta důležité, aby mohl bodyreading dobře provádět?
10. Jaké jsou charakteristické tělesné znaky pro každou obrannou charakterovou strukturu? Asociujte. Když se řekne masochistický typ, tak mě první napadne ...
11. Převažují v současné době určité charakterové typy mezi klienty ve vaší praxi?
12. Máte prostor ještě něco dodat k tomuto rozhovoru.

## Transkripce rozhovorů

### Rozhovor číslo 1

1. Já tomu rozumím tak, že při vývoji dítěte v určitých fázích při dosahování potřeb toho dítěte. Já se na to dívám hodně z toho pohledu potřeb. Dochází k tomu, že ty potřeby nejsou uspokojovány v té míře, jak to dítě potřebuje a na základě toho deficitu to dítě vytvoří určitou strategii, jakým způsobem potom nakládá dejme tomu s tím traumatem. A záleží v jaké době se přihodí ten deficit, kdy ono vyvine tuhleto obrannou charakterovou strukturu. Pro mě je důležitý i to, že je to obranná charakterová struktura, že se vlastně brání nějakému přetížení, že na základě toho prostředí spontánně vyvine tu obranu, aby se ochránilo. A to my potom můžeme vidět i na tom tělesném schématu, tam je obraz té obranné charakterové struktury, která je viditelná svalově nebo vůbec konstitučně.
2. Já to používám docela dost, používám pro diagnostiku, zpočátku, když ten člověk přijde, pro zvolení určitého postupu. Pomáhá mi to stanovit určité terapeutickém postup, často mě to uklidňuje, když mám nějakou těžkost v terapii, když je to třeba masochistickéj ... masochistická struktura a ten člověk mlčí dlouhou dobu, já si v tu chvíli uvědomuju. Že to má uvnitř a že je takhle zvyklej, že je to jeho obranná struktura, tak to hodně respektuju zpočátku, nesnažím se toho člověka z toho dostat, ale hodně potvrzuju a respektuju, že to tak má a že ho to chránilo. To porozumění toho, že ten člověk se takhle naučil bránit mi dává smysl. Koncept obranných charakterových struktur používám zaprvé pro diagnostiku, za druhý v určitý fázi tý terapie, když se třeba dostáváme do nějaké slepé uličky. Když ty povídací terapie to mentální nepokračuje dál, tak si hodně pomáhám tím, že třeba jenom cvičíme s ohledem na tu danou charakterovou strukturu. To uděláme kus práce na tom bloku, kde se třeba objevuje, tak se ta terapie zase rozběhne. To je jakoby takovej akcelerátor pro mě toho terapeutického postupu.
3. Plus je jednoznačně v tom, že daleko cíleněji můžu navrhnout ty tělesný intervence, konkrétní cvičení nebo jakýsi zaměření pro toho klienty na určitý tělesný symptomy, který to vlastně tu obrannou strukturu demonstrují. Je velký plus, že je to hodně cílený. Pomáhá to zpřesnit tu intervenci. Další veliký plus, o kterým jsem nemluvil předtím, je, že v průběhu terapie hodně dbám na tu edukaci toho klienta, aby on tomu rozuměl. Ne že bych mu přímo řekl, jaká je obranná struktura, ale že se to u něj vyvinulo tímto způsobem a on může daleko více porozumět sobě. To je v určité fázi terapie hodně důležitý, tím tenhle koncept dává smysl.
4. Může to spět k určitému schematizmu, k určitýmu zjednodušení tý práce, člověk se jakoby dá chytit na to, že si řekne – tohle je jasnej schizoid a vlastně vidí jenom to. Ten pohled toho terapeuta může být hodně zredukovanéj, kdyby se na to nechal nalákat a pak zjistil, že třeba ten člověk má nějaký akutní trable, který potřebuje řešit a ten terapeut řeší místo toho jeho obrannou strukturu. Nevýhoda je v tom, že se může změnit zorný úhel.  
Další nebezpečí, který to může skrývat je to, že člověk se může docela snadno nasunout do nějaké retraumatizace. Začne se zabývat hodně tou obrannou strukturou a začne na ni tlačit a akcentovat, tak ten klient může do toho traumatu spadnout znovu a točí se v něm bez nějakýho léčebnýho účinku. To je docela nebezpečná věc. Když už člověk pracuje s tou obrannou strukturou a objeví se ty témata, co jsou za tím, musí mít současně možnost toho člověka podporovat a léčit například nějakým antidotem.
5. Všimám si, jak ten člověk vypadá, když přijde, jak se pohybuje. To vidím už ve dveřích, hodně si všimám těch prvních kontaktů, jak ten člověk se uvede, jak se svléká, jak si sedá. Na to dávám hodně pozor a hodně to vypoví o té obranné struktuře, to je hodně velkéj balík informací. To dělám pravidelně u všech klientů. Jsme pozorný k tomu, kde se nachází energie, když ten člověk sedí a mluvím s ním,

kteřá ta část je živá, kteřá se nehýbe, kteřá je napjatá, kteřá je uvolněná. Takže ten člověk neustále dává signály, jak se chová ta energie v něm.

6. Když ten člověk volně stojí – postoj druhu a pozorujeme, kde se ta energie městná, jak ten člověk vypadá, jakou má tendenci k pohybu nebo naopak. Takto s tím můžeme otevřeně explicitně pracovat.

Ještě mám jednu důležitou metodu a tomu klientovi nabízím jeho vlastní pozornost. Vytvářím takový prostředí, aby ten klient měl dost času otočit se jakoby dovnitř a vyjmenit si to svý vnímání a pozorování, že on sám vlastně objevuje v sobě ty věci a dává o tom zprávu a nějakým způsobem to strukturuje, že o tom mluví. To je hodně důležitá metoda. Řekl bych, že je to ještě stěžejnější než to, co jsem říkal před tím, protože to první je pro mě, pro takový zařazení. Ale pro samotnou terapeutickou práci je důležitý, aby ten člověk měl dost času a byl vedenej k tomu, aby ta vnitřní pozornost byla vyjmeněná. Ale to už jsme v terapii.

7. Tohle nedělám nějak důsledně, že bych se zabýval tím, jestli to tak opravdu je. Protože jsem si vědom toho, že to rozdělení do charakterových struktur není nikdy úplně jednoznačný, protože já to vidím jako ekvalizér. Něčeho má ten člověk fakt hodně převážně, to je vidět, ale on v sobě nese i jiný prvky, který nejsou tak viditelný, ale v jeho anamnéze můžeme vidět, že on se v určitém věku otřel o třeba nějaký jinej charakterovej princip. Takže tak já vlastně to následuju, tak nepracuju jenom s tím hlavním, ale uvědomuju si, že v jiných obdobích byl ten člověk výrazně v kontaktu i s tím jiným.

Řekl bych, že jednoznačně to ověřit jde v určitém období toho klienta. Když tam najdeme obraz, jasný traumata, jasný jakoby prostředí, který obklopovalo toho člověka a on na to nějak reagoval. Ale potom se posuneme dál v historii toho klienta a to už tam můžou být aktivní jiný prvky a jiný druhy obranných struktur. A taky jsou, to má tu zkušenost.

Jak ten klient prochází procesem terapie tak se ty obranný struktury v čase mění. Člověk tím prochází.

On po čase se mu objeví krajina toho období, kdy to vlastně vzniklo, ale až po čase. Někdy to trvá a nemůže nahlídnout, na co reagoval a na co tu obrannou strukturu vlastně vybudoval.

Jinak já to nepotvrzuju takhle cíleně, spíše si neustále všímám toho, že to ten člověk vlastně neustále nabízí. On o tom vlastně pořád hovoří, když si dobře všímáme, jaký přináší témata, tak on vlastně pořád to potvrzuje. Když je to například masochistická struktura, tak on vlastně každou to chvíli těch pomlk, toho prožívání říká – já to vařím v sobě. To pro mě je určitá validizace, aha on má tuhle tu strukturu a pořád ji používá. V té terapii pro mě úspěch spočívá v tom, že se oslabí dopad tý obranný struktury – čili přestane potvrzovat, že k té struktuře patří, stane se to pouze jednou ze součástí jeho strategie v denním životě.

Napadá mě skutečně udělat fotografii té tělesné pozice, aby se to po nějakém čase dalo porovnat, že se ten člověk skutečně změnil.

8. Ne úplně, že bych se mýlil, ale dost často se mi děje, že vůbec nevím. Ten člověk je pro mě naprosto nezařaditelný, nemůžu pro něj najít nějakou tu kategorii. Jakoby ho nevidím, může být cokoliv a to je pro mě docela obtížný. A až po čase se objeví, že on nějakou tu část má jakoby víc. Není vyhraněnej, někdy mám spíš problém, že mi nikam nesedne.

Ono je to spolehlivý v případech, který jsou hodně viditelný, hodně jasný. Jasný somaticky viditelný typ, pak se to dá dobře zařadit.

Začnu odzadu - narcistický typy, který jsou velmi evidentní v těch znacích. Oni jsou velmi harmonický tělesně, vyvinutí, oni jsou jakoby v pořádku, ale ten člověk uvnitř to nevnímá. Nemá žádný způsob, jak se vnímat somaticky tak psychicky. To jsou velmi jasný znaky, který když se spojí, tak si troufnu říci, že ten člověk tam patří.

Masochistický rysy jsou velmi jasně čitelný somaticky, ten člověk je hodně výraznej a taky to v sobě hodně dusí. Kde mám problém, tak to je rozpoznávat orální typy. Tam jsou nějaký znaky, ale nejsem si jist. Ještě schizoidní je taky dobře čitelný z postoje.

9. Mít schopnost pozorovat mnoho věcí najednou, jakousi polyfunkčnost, měl by být schopen rozpoznávat svalový mikropohyby a současně vnímat celé tělo. Aby měl dostatečnou kapacitu přijímat to množství informací, který se z těla přenáší a aby měl schopnost to v sobě podržet během té terapie, to je myslím docela důležitá

dovednost. Mít velkou kapacitu na zpracování informací.

Musí být hodně rychlejší, věci se dějou současně a v mnoha vrstvách, oko, výraz, pohyby, dynamika. Těch věcí je v jednu chvíli hrozně moc. A velkou pastí je zaměřovat se jen na jednu rovinu. Třeba jen na to jak člověk mluví, ale on i dýchá, hýbe se a mění se barva kůže, teplota, lesk oka. To všechno by měl být schopen najednou přijímat.

Samozřejmě by tomu měl rozumět a i si to zařazovat.

Měl by být schopen to i adekvátně popisovat tak, aby to nebylo obviňující. To je velmi náročná záležitost. Někdy je to téměř nemožné, aby to nebylo obviňující skrytě.

Tak aby ten klient se necítil obviněn, to je jedna z největších pastí bodyreadingu.

Proto radši klienta nechám, aby to on popsal, než abych to popisoval já. Většina klientů si to pak vyloží, že něco není dobře. To je možná mínus toho bodyreadingu.

Měl by mít schopnost to začlenit do nějakého historického kontextu toho člověka, být si pořád vědom toho, že ten člověk má nějakou historii nějakou mapu traumat. Měl by si spojovat, jak se trauma projevilo v těle, jak to spolu koresponduje to tělo a historie.

10. Narcistní typ je vyváženější, výkonnější, harmoničtější, ale je prázdnější.

Masochista, naskočí mi zavalitá postava, která nemá jasné tvary, hodně s těžištěm nahore. Je podobný kouli.

Je to člověk, který je ke mně nastaven tak, že mě nasává. Hladový pohled. Oči a ústa jsou hladové. I ty ruce jsou takové natahující se.

Schizoid – oblast krční, kdy ta hlava je nějakým způsobem odpojená, blokována. Až jakby přerušení v krční oblasti, kdy je hlava oddělená od těla, často je i mimo těžiště.

Rigidní typ mám blízko hodně u masochisty.

Psychopatická obranná struktura, kdy ten člověk přichází s jasně viditelnými hradbami. To brnění má vystavené kolem sebe a chrání nějaké křehké jádro.

11. Spíš mám období určitých typů a v tomhle období hodně převažují narcisté a schizoidi. Byly doby, kdy jsem měl hodně masochistů.

12. Jsme přesvědčený o tom, že to má velkou budoucnost a vidím v tom velkou naději a osobně si připadám hodně na začátku toho všeho. Jakmile terapie projde tělem a svalama, když se účastní i tělesná schránka, tak je to účinnější.

## Rozhovor číslo 2

1. Chápu to tak, že člověk, když vyrůstá se setkává s tím, že je frustrovaný a to není jenom psychické procesy je to i tělesný proces, nějakým způsobem se to zapisuje do těla a to tělo se nějakým způsobem formuje. Když nějakým způsobem pracuješ s emocemi, že je modifikuješ a potlačuješ a to děláš i na úrovni těla, na úrovni tělesných strategií.
2. Dělán to tak, že když přijde pacient, tak si všímám kromě toho, co říká i jak to říká. Jak keřvá, jak gestikuluje, jak vypadá jeho tělo, jak deřhá. Což jakoby dělají všichni psychoterapeuti, ale já skřze to, co o těch strukturách vím, tak mě to nějak vede v terapii. Buď mě to směřuje k určitým vývojovým problémům nebo mě to vede v tom terapeutickém smyslu, že z toho vyplývají nějaké intervence s tělem. Člověk se snaží spojovat verbální a tělesnou terapii. Jedna věc je, jak si toho všímám v rozhovoru a jak mě to směřuje a druhá věc je už ta intervence. Můžu intervenovat verbálně i tak že pracuju s tělem a nebo můžu s tím člověkem pracovat přímo s tělem, dotykem, cvičením přímo.
3. Přínosy jsou tyto: Je to efektivní v tom smyslu, že zatímco když se to děje jen na verbální rovině – člověk si může vybavit vzpomínku ale vzpomínka nemusí být doprovázená odpovídající emocí, když se k té vzpomínce dostaneš skřze nějakou tělesnou intervenci, která jí vyvolá, tak je to určitější.  
Pro mě je to přínos v tom, že mám nějaký rastr pro ty tělesné projevy, který mě může vést. Je to vodítko, podle tělesného projevu. Znak je například, jaký má člověk hrudník, ale projev je jak dýchá. Projev je pro mě důležitější není to jenom znak. Neřídíš se jenom samotným znakem, ale ten znak má svoji funkci – spojení. Ten projev mi pomáhá propojovat se s teorií, je to ale jen vodítko. Člověk se snaží uvažovat neschématicky. Řekl bych, že schématicky uvažovat člověk může i v psychoanalýze nebo logoterapii, to není specifikum tohoto přístupu.
4. Negativa – pro lidi je to nezvyklý, lidi by měli vědět, že pracuješ tímhle způsobem, že to pro lidi není snadný. Často se k tomu musí terapeut s klientem dopracovat, což nevím, jestli je negativum, ale jistě je to problematické. To spojení v rámci procesu může být problematický ale je to i výzva. Spojit to tělesný a to verbální, spojit ten tělesný význam a ty mentální významy.
5. Ty struktury jsou spojené s psychopatií, a ty psychopatologické obrazy často odpovídají nějakým strukturám. Často deprese může být orální nebo masochistická nebo i narcistická. Ta psychopatie často napovídá ale není to úplně se překřývající. Když člověk přijde s fobií tak se to nespojuje se strukturou ale máš ponětí, kam se to dá řídit. Samozřejmě se jedná o rovinu prožívání toho pacienta. Druhý zdroj je čtení těla v rámci běžných situací, jak přijde, jak mi podá ruku, jak sedí, jak deřhá, jak gestikuluje, jak je jeho tělo napjatý. Podle tělesných projevů. Podle pohledů, podle toho, jak je nastavení hlavy.
6. Nedělám to cíleně, že bych si ho postavil a četl ho. Když intervenuju tělesně, když se ta intervence rozvine z toho, co vyplyne s tím, co přináší. Nebo když cvičíme, tak při těchhle příležitostech je možný hledat tu strukturu. A samozřejmě ty cviky se liší podle struktury, podle toho jak je dělá.
7. Ověřuju to tím, k jakému tématu to směřuje nebo podle toho, jaká témata se vynořuju. Taky podle reakcí na ty intervence.  
Asi by to šlo objektivizovat nějakýma somatotypama, ale to je asi hodně složitý, jak to dělal Sheldon. Ale jinak pro mou práci to příliš nemá význam objektivizovat, mě stačí to, co jsem říkal. Ale šlo by to třeba tak, že bys měřil svalový napětí, kožní odpor a teplotu na různých standardizovaných částech těla. Kdybys dělal nějaký tělový elektrogram, podobně jako se dělá na mozku a na srdci. Určitě by se nějak projevilo, jak se šíří ten elektrický náboj.
8. Jo, někdy je to těžký. Lidi neodpovídají těm strukturám, přijde člověk, který ... zvláště když dominuje rigidní nebo narcistická struktura, tak tělesné projevy jsou relativně diskrétní, co se týká projevu té struktury. Když ty projevy nejsou zjevný tak je na to člověk opatrnější. Ale je důležitý vnímat toho člověka živého, ne jako objekt. Zase mě nefrustruje, když tu strukturu nevidím. Mým cílem není diagnostikovat strukturu. Ale to o čem ten člověk povídá, je pro mě vodítkem k nějakým vývojovým problémům.

9. Měl by si dobře uvědomovat své vlastní tělo. Snažíš se nějak rezonovat a podle toho můžeš vnímat, co se v tom člověku děje.
10. orální typ – vejška, slabost, nedostatek energie  
schizoidní typ – chlad, asymetrie, neharmoničnost  
psychopatický typ – vypjatá hrud', narcistní typ – diskrétnější, není to moc vidět, spíš projev v bloku bránice a pánve  
masochistický typ – staženej zadek, gorilí vzhled, zabejčenej  
rigidní typ – harmonickej
11. To jsou období, nejsem si jistej, jestli to víc vidíš nebo víc takovejch lidí chodí, ale ...  
Narcistní převažují.
12. Nic

### Rozhovor číslo 3

1. Jakým způsobem jsou určité obranné mechanismy spojené s reakcemi těla. Když je člověk ohrožen, tak do toho ohrožení není zatažena pouze psychika ale i tělo. I tělo se něčemu brání. Různé způsoby, jak se člověk brání, nachází odraz i v tělesné reakci. Při stresové reakci a nastavení boj nebo útěk si myslím, že tělo je hlavní důkaz, jak ta stresová reakce probíhá. Typický vzorec chování se do těla fixuje, pokud se opakuje nějaká emoce a je pro mě charakteristická. Je to podobné jako se tvoří vrásky, ta vráska, prozrazuje pro mě typickou emoci, i když ji v tuto chvíli nemám. To tělo umožňuje, aby v něm byly zafixované vzorce napětí a uvolnění, totéž se děje i s obrannými reakcemi, které se zapisují do svalů, můžeme vidět jejich odraz v tom, jak ten člověk chodí, sedí. To už není vázané na to, že se mu aktuálně něco děje, ale ten návyk už tam je a zobecnil se a v tuto chvíli můžeme hovořit o charakterových strukturách. Funkce ovlivnila strukturu samotnou. Někdy se ta funkce ztratí a je více symbolická.
2. Základní je, že ten koncept propojuje to, co se děje v těle s tím, jaké jsou návyky v chování těch lidí a prožívání. Koncept mě vede k tomu, že jsem se stal citlivějším a vnímavějším k tomu, že pozoruju, co se děje v těle toho člověka, když hovoří o určitých tématech, Jakým způsobem se chová.  
Ta teorie říká, že tady nacházíme určité mosty a ten zafixovaný návyk a vzorec vede k tomu, že si ho člověk udržuje, že je to zpětná vazba a tu zpětnou vazbu my můžeme přetnout jak na místě psychiky, tak na místě toho těla. Tělo je místo, kde jsou věci viditelné a kam lze složitě a komplexní problém převést a lze tam s ním pracovat tady a teď. Zaprvé můžeme cvičit schopnost člověka uvědomovat si sám sebe. Jestli ví, co dělá a jak mluví. A zároveň ho to učíme ovlivňovat kromě toho, že si to uvědomí. A tohle se dá na těle nacvičit snáz než na něčem, co je příliš abstraktní.  
Jednoznačný zisk je, že ve většině případů je charakterová struktura vázána na nějakou energii, která je zablokována.  
Ta energie má specifický projev u lidí, kteří patří k různým typům. Je tam nebezpečí, že vidí jen určitý typ a nevidí člověka. Pro mě bylo důležité, že od určitého okamžiku jsme začali mluvit o tom, že všechny ty typy jsou v každém člověku. Že některý typ převládá, ale že během sezení jsou okamžiky, kdy se u něj objevují narcistní rysy. Jde o to, že během sezení sledujete, co se s tělem děje a jaké vzorce jsou za tím. Jde o to, že to má nějaký význam a ten význam je v závislosti na každém tom typu jiný. Snažím se bránit tomu, když to tam hodně je, aby mi to nebránilo vidět třeba i jiný typy a jiný druhy energie a reakcí, který ten člověk má.  
V tom je takový paradox, že ta typologie sice pomůže v diagnostice, ale znesnadňuje tu terapii. Poradí vám určité věci, které jsou indikované, ale od toho okamžiku byste měl být citlivější ke změnám a nemůžete pořád dokola indikovat ty samý cvičení. Na začátku to pomůže udělat lepší odhady, jaký jsou důležité témata, je tam pravděpodobně nějaká spojitost, pomůže to zjistit, co by bylo zajímavý téma na zpracování – to sice zrychlí cestu, ale pak ji to může zablokovat.
3. Je to velmi podrobně popsáno, ty jednotlivé typy, takovými trsy různých charakteristik, které spolu souvisí. Člověk by neměl čas na to, všechno to probádat. Můj zážitek z toho je – nedělal jsem si korelaci – že to velmi často takhle spolu funguje. V tom popisu najdu jednu část ale i tu druhou část, o který ten člověk ještě nemluvil. To je ta základní vlastnost typologií, který popisují trsy často se vyskytující věci a pomohou vám odhadnout věci, které se ještě nevyškytly. Využíváte zkušenosti jiných lidí a výzkumů, aby cesta byla zrychlená.  
Druhá věc je, že to dává rámeček, ve kterém se můžete pohybovat, uvažovat a můžete se rychleji zorientovat v tom, co by bylo doporučeníhodné. Je to způsob, jak o těch věcech uvažovat. V tom popisu je i dynamika, transformations v Johnsonovi, je to jakoby plánek, je tam jasný, co chybí a tudíž víme, co doplnit.
4. Když se to pojme jako danost, tak zaniká to, že všechny věci mají spoustu výjimek. Bylo by nebezpečné, když si někoho nazveme typem, tak se orientujeme podle předpokládaných souvislostí a ne podle skutečných souvislostí. To by bylo kontraproduktivní. Je lepší přijít k tomu, že všechny typy v tom člověku jsou, akorát některý častěji a některý méně často a rozvinou se tak, že člověk má celý rejstřík možností.



Negativní je, že tahle typologie je patologická, ty názvy jsou patologický – Lowen i Johnson. Řešíte to, kam ten člověk může jít. Jde ze schizoida do psychopata? Má to hřiště jen v patologických věcech a není moc kam jít. To vyústění je v tom, že se ten člověk harmonizuje. Ty názvy jdou primárně po tom negativním a to je deficitní model, je to těžko přístupný model pro nezasvěcený lidi a i když jsou zasvěcený, tak ten jazyk to ovlivňuje. Je tu riziko ovlivnění labelingem. Když si tak zvyknete mluvit je to strašný, může vás ten negativní jazyk ovlivňovat. Proto je dobrý ovládat i řadu dalších typologií – například metafory žvlů, typologie eneagramu

Více se mi líbí přístup rysovej, kdy řeknete, že v sobě máte něčeho více či méně.

5. Nejčastěji se s klientama normálně bavím. Diagnostika spočívá v tom, že se snažím propojovat to, co klient říká s tím jak to říká. Snažím se nacházet spojitost mezi tématy. Jako nástroj k přemejšlení mě napadne nějaké pojmenování, ale to mám jen jako možnost, spíš to chápu jako to, že vidím nějaký jeho aspekt. Například radši hovořím o bojovnosti u toho člověka. A není to tak, že už jsem na konci, že už jsem mu to dal a pak že se už nezajímám. Zlepší to můj odhad.  
Všímám si výrazu obličeje, postury, postoje, jak mluví, gestikuluje. V podstatě je to o tom, jak je distribuovaný napětí a uvolnění. Kdy vidím výraznější bloky, kde se zastavuje energie.  
A ty témata jsou automatický, jak to souvisí s potřebama, který jsou odlišný u každého typu.
6. Neprovádím klasický bodyreading, jen v běžných situacích pozoruju. Například zajímavý zdroj úvah o člověku je rukopis, písmo je fixací pohybu. Co bych používal, výborná diagnostika je, co se s člověkem děje když jenom stojí, stejně tak, když provádí nějaký jednoduchý pohyb nebo jak se pohybuje, když dělají nějaký sport. Bylo by to fajn vidět ty lidi při nějaké větší akci.
7. když vás napadne, co by mohla být ta potřeba, která se týká toho člověka a máte to tam a jenom to zkontrolujete vaši zvědavost a nebo někdy je to tak, že se v otázkách můžete zaměřit na nějakou oblast. Pro mě je důležitý, jak ty lidi reagují na jednotlivé otázky, jak vlastně při některých otázkách ožijou, jsou plní energie a něco odpovídají mechanicky. Já to nemám uzavřený a jenom to odhaduju.  
Je důležitý si to pořád ověřovat, i když jsou to jenom slabé korelace a máte tam spoustu jiných faktorů. Ty diagnózy jsou od toho, abyste si je zase vyvracel a ne abyste si řekl tak a je to a je to hotovo. Čekáte i na ten okamžik, kdy ten člověk předvede něco jiného. Vidíte okamžiky, kdy například někdo, kdo je takovej pasivně feminní typ se začne chovat více silově a to je ten okamžik, který znamená tu změnu, kterou hledáte v terapii. To, že řadou věcí potvrzuje ten typ, ale to není to, o co by mělo vám terapeuticky jít.  
Diagnostická fáze a terapeutická fáze je průběžná.  
Diagnostickou hypotézu můžete ověřit otázkama, je to neustálé formulování a zaměřování pozornosti. Diagnostickou hypotézu tvořím tak, že sleduju základní potřeby a jak se projevují v tělesné struktuře, chování, probíraných tématech. Měly by spolu alespoň částečně korelovat.
8. To je právě ten ideální okamžik. Já si představuju ideál jako někoho, kdo má všechno. Představuju si tu člověka, který má všechny ty typy v sobě, tudíž ideál je, když je všechny ty typy vyvrací. Už to není omezení, má v jednom typu zónu komfortu, ale dokáže ukázat i jiné typy chování.
9. Všímavost k jemným signálům. Musíte vidět, že ten člověk o něčem mluví a zachvějou se mu prsty, vidíte změny dechu. Sledujete drobné věci.  
Schopnost nechat to na sebe dolehnout a nechat to na sebe působit zevnitř. Umět si zkusit typické chování těch jednotlivých typů. Přizpůsobit svou posturu tomu klientovi a zkusit najít tam nějakou rezonanci. Ušnadní to pochopení a napojení na klienta.  
Pomáhá někdy o tom něco vědět teoreticky, jaký existují svaly, že existuje emocionální anatomie a tak. Ale nechci říct, že tohle je na stejné úrovni jako ty předchozí.
10. Schizoid – nepropojenost, zařatost, rychlé pohyby, chybí jim pozvolnost, nemají moc mezistupňů, v písmu jim chybí oblouk, chybí celková koordinace, jsou schopní vrhnout napětí, ale pak zmizí z těla a dokážou být dlouhou dobu v nepohodlné pozici a vidíte, že je někde zastavená energie, ale oni jsou od toho odřízli.

Orální – měkkej toužebnej výraz v očích, nakloněnost a náklonnost vůči ostatním, potřeba se o něco přit, ten člověk jako by šel přes své těžiště, protaženost těla, není tam tolik síly v lýtkách, zaslzenost, vztahující se ruce

Psychopatická – kontrolující ostrý pohled, kterým střílí po svém okolí, protože vnímá, že tam kdekoliv může být nějaké nebezpečí, nafouknutost horní části, připravenost k boji, zaťaté pěsti, silnější hrudník a vojenské držení, aby si nikdo nemyslel, že si na něj může někdo dovolovat, vytahuje tělo, aby zabral prostor, větší nárok na teritorialitu, chybí mu v očích měkkost, všechna energie jde ven, chybí princip přijímat. Nafouknutej, atletickej

Narcistní – existuje více typů narcismu, například falicko narcistní typ je jakoby mužská obdoba hysterie, pro tenhle typ je to jakoby vlnění, flirtování. Přitahovat pozornost a jakoby uvolněnost toho těla, je samo se sebou spokojený, sebeuspokojenej úsměv, vytvářejí v týmu dobrou atmosféru ale jsou egocentrický. Zvláštní dotýkání se, abyste se trochu zmocnil, užívá si erotiku pohybu, hodně sexu tam je.

Masochistická – silnej hřbet, vybaví se mi jako zvíře buvol, pevnej zadek a pevný stehna, ustojí to, velkou váhu nesou, trochu utrápenej ale přitom pevnej pohled, celý tělo je pevnost ale celkově je tam negativní nálada, energie jde dovnitř, je do sebe ponořenej, bere to jako poslání, takhle to musí být, je celej zpevněnej spíše v dolní části

Rigidní typ – energie tam je obecně daleko míň, kontinuem to jde až někam k pasivně feminnímu, kde už je málo energie

11. Závisí to spíše na oblastí, kde se pohybujete. Já mám klienty z oblasti vyššího managementu a tam jsou to často psychopati z hlediska této typologie. Ale záleží od oblastí k oblastí.

12. Nic

## Rozhovor číslo 4

1. Jak jsem pochopila teorii z výcviku? Haha. Každého z nás potkávají v životě nějaká zranění, na každé zranění nějakým způsobem reagujeme a když nás to zranění potkává opakovaně a když je hodně hluboké tak na něj nejen reagujeme, ale dopředu se na něj připravíme. Uděláme si nějakou ochranu a naší nejlepší ochranou je tělo, v tom těle se to uloží a automaticky se chráníme tak, aby až se to stane příště byli méně zranitelní. Často je to otázka přežití toho organismu.
2. Těch teoretických základů je spousta a já jsem taky původně byla nadšená, že se mám čeho chytit. Ale pak jsem zjistila, že to nevyhovuje mojí povaze, že ty lidi někam napasovat ... a tak jsem bojovala, jak se s tím vyrovnat a trochu mě zachránila Ester, která ani tak moc neříká že tohle je schizoid nebo tohle že je orál a dokáže to separovat na jednotlivé části, jako že ten člověk je plný energie nebo není plný energie, je v kontaktu nebo není v kontaktu.  
A to je něco, co dělám já. Když ke mně přijde člověk, tak se nesnažím zjistit jaká je charakterová struktura. Vnímám jak ten člověk na mě působí, jaký má kontakt očima, jestli je v kontaktu nebo není, jestli je do sebe, jak dýchá. Spíš je to tak, že bych si neprojížděla jednu tu složku po druhé, ale když něco není nějakým způsobem v pořádku tak ono se to ozve. Když vnímám, že s tím člověkem kontakt nemám, tak zkoumám proč, jestli je to tím, jak sedí nebo jak dýchá, co s očima jestli si třeba racionalizuje jak mluví. Mám to dané spíše na ty konkrétní položky. U pohledu si můžu říct, že nemá kontakt. A všimnu si, že je více obrácený do vnitřního světa, ale neřeknu si, tohle je schizoid. Nebo se podívám a řeknu si, ten člověk jakoby ze mě něco vysával a pro mě osobně je to důležitější informace než když si řeknu, tohle je orální. Pojmenuju si to tak, že ten člověk ze mě něco saje a tudíž má asi něčeho enormní nedostatek. Já ani nejdu do toho, že bych si řekla diagnózu, protože v té terapii se to vyvíjí a navíc si myslím, že žádný člověk není jen orál a pracuju potom s tou konkrétní charakteristikou. Pro moji paměť je to ekonomičtější, poskytne mi to více informací.  
Když se nějakým způsobem v tom procesu zaseknu a ta práce nějakým způsobem nešlape ... někdy se mi stane, že jdu do té teorie a snažím se hledat to pozadí, které třeba v té terapii není nebo mu něco brání. Jednou za čas se tohleco stane. Co já třeba nevidím a nějaký jiný pohled.
3. Přínosy jsou obrovské. Bodyreading někdy používám a je pro mě přínosné rozseparovat si to na jednotlivé části a užívat je.
4. Omezující je to, že ten koncept svádí k tomu, narvat člověka do něčeho, co není možné. Do nějakého modelu. Nebezpečí je to, že přes teorii nevidím, co bych vidět mohla. Mohlo by se mi to spojit i tak, že mu přisoudím něco, co není jeho. Jet podle toho modelu se může ztratit ta aktuální situace. Hlavní princip v terapii je pro mě dát do souladu rozum, emoce a tělo. Hlavní princip je kontakt, autenticita a tady a teď. Teoretický koncept pokud nemá své hranice tomu podle mě brání. Teorie může strašně pomoci ale na druhou stranu může odvést od jedinečnosti.  
Teorie se mi líbí a je přínosná, ale já nejsem člověk, který by v tom dokázal tak chodit. Možná, kdybych byla typově jiná, možná bych z toho dokázala více vytěžit, dává mi to dost, prostě si to uchopuju svým způsobem. A nejsem ten teoretik.
5. Nedělám to. Abych si všimla těch dílčích aspektů, tak základní metodou je pozorování a vnímám, co to dělá se mnou. Ve smyslu přenosu i tělesně. Všimám si kontakt, dech, jak sedí, pozorování. A ptám se, někdy ... co se děje, co se děje v myšlenkách, emocích, těle. Ve všech třech dimenzích. Ptám se, které místo upoutává vaši pozornost. Potřeboval byste změnit polohu, abyste se cítil lépe. Experimentujeme s dechem. Z toho co je nevědomé, se snažím dostat to tak aby to bylo vědomé.  
Já jsem terapeut a ty diagnostika pro mě ... mým cílem není zjistit, jakou nemoc ten člověk má, on pro pojišťovnu dostane nějakou nálepku ... ale ten člověk se zlepšuje v tom kontaktu a v tom procesu.
6. Nechala jsem ho nakreslit patnáctivteřinovou kresbu. To je takový vědomý přístup a pak toho člověka nechám postavit do té pozice, co nakreslil a ptám se jak se cítí, jak se mu dýchá ...  
Sleduju člověka v situaci při cvičení.

7. Mně je otevřeně nějaká validita na háku. Hahaha ☺ Podívejte se, já si všímám, jak se to mění. Že v určitých situacích má pohled takovej a takovej a že v určitéch situacích ten kontakt naváže. A ono se to v tom procesu mění, to je to, čeho si všímám, ale jak to validizuju to já vůbec nevím, co si pod tím mám představit a proč bych to dělala.
8. Mně to nezajímá, že si musím potvrdit, že ten člověk je dejmetomu masochista. Pro mě je důležité. Když zůstanu v terminologii, o čem ten jeho masochismus je. Jak vznikl, hlavně, k čemu mu slouží v současném životě a jestli je to pořád funkční. Jakým způsobem by se to dalo pootočit, aby to bylo funkčnější.  
Je mi jedno, že mi člověk v tom jednom kritériu selže, opravdu to neřeším, je mi líto. To potvrzování nějakého rysu je na více tendencích na více rovinách, somatické, chování, emocích. Není to jen jedna izolovaná charakteristika, je to více jednotlivých, které můžu dát do jedné množiny.
9. Být sám se sebou a dokázat to vnímat, vyzkoušet si ty postury. Nezbytná je schopnost pozorování a schopnost mluvit. Udržet hranice. Uvědomovat si tohle je moje a tohle je toho člověka, nenechat se zahltit a zároveň být v kontaktu. Schopnost kontaktu se sebou a s druhým člověkem.
10. Orální typ – pohled  
Schizoid –vyšší, štíhlí lidé, nekontakt, racionality, blok v očích, dá hodně práce dostat ho z přemýšlení  
Psychopatický typ – blok v hrudníku  
Narcistní typ – frajírkovství v chování, jako kdyby mě třeba balil, je to v gestech a není to otevřeně  
Masochistický typ – pomozte mi, prosebný pohled, neformnost v těle, nepříjemná tloušťka, sedí to na pánvi a břichu a není to moc pěkný. U těch ostatních si umím najít to, co se mi líbí.  
Hysterický typ – to jsou koketky, velmi o sebe dbají většinou, svádivé, asi teď neumím na tělesné úrovni říci ... neadekvátní smích, v situacích, které to nevyžadují  
Rigidní typ – to je pro mě například ta hysterka
11. Sem chodí hodně schizoidé, které se snaží to hodně zracionalizovat. Hodně chodí ženy, které mají z nějakého důvodu ten blok v pánvi – hysterky a u mužů zas narcistní typy, které přicházejí zas s poruchami erekce. Ale nerada bych řekla, že něco převažuje. Je to hodně barevné, transsexuálové bývají hodně do té schizoidity nebo orality.
12. Opravdu chci, aby vyznělo, že ta teorie je cenná, Ale nejedu v tom tak moc.

## Rozhovor číslo 5

1. Jedna linka je vývojová linka a na to navazující charakterový struktury. Spíš to chápu tak, kde je blokována energie v jejím volném proudění a ty charakterové struktury mi říkají na jaké partie nebo jaké fenomény můžu očekávat. Určitá energetická blokáce, určité typ interakce.

Orientuje mě to v tom, ve které vývojové fázi byla problematická perioda a potom mě to informuje o tom, která vývojová fáze leží ve stínu, když tohle se nepodařilo.

Podobně třeba schizoidní mají blízko k hysterickým, ve svém opaku, ve svém stínu. To je ten přístup polarit, ke každému charakteru je určitý stínový charakter, ve který by se to přerodilo. Vnímám to. Ten charakter se do značné míry chrání, aby se stal tím druhým charakterem. Například psychopatická struktura by se pravděpodobně přerazovala v histrionskou a teď taď to z nich vytváří dvojici. Když dobře odblokujete psychopata, tak narazíte na hysterický chování, který ten člověk skrývá. Taková dvojice se dá najít i mezi hysterickým a schizoidním chováním. Pod povrchem se uvolňuje jiné chování. Je to myšlení ve smyslu světla a stínu. Svým způsobem já musím pracovat tak, aby on se toho nevyděsil, až to přijde.

2. Úplně to první je to, že se nenechám tak snadno plést tím, co je mi sdělováno. Co je mi formulováno jako zakázka, já jsem zakázkou samozřejmě vázán, ale v té typologii vidím, co to asi bude přinášet za problémy a jak to bude deformovat zakázku. Například schizoidní typ bude chtít informace a náhledy, emoce bude předstírat nebo tomu nebude rozumět. Bude to obtížný a já nemůžu očekávat, že s ním hned vstoupím do procesu. S orálním typem vstoupím do procesu hned, bude to intenzivní práce, ale je tam ta past, že on nasává a tu strukturu je třeba posilovat a pracovat na jiné úrovni.

Je třeba vnímat potřeby hluboké pod tím, ale i potřeby té obranné struktury. Chrání mě to před pádem do pasti.

Technická práce s charakterovými strukturami. Určité charakterové struktury mají svoje typická místa krunýřů a práce s nimi. Potom i jinak rozumím, když ten člověk popisuje bolest v břiše. A já si to budu jinak přebírat, když mi to bude říkat psychopatická struktura než když to bude říkat hysterická. U hysterické se budu snažit, aby se to zkoncentrovalo a proudilo to, aby to nebyl chaos ... u psychopatické budu spíš uvažovat o tom, že je to blokováno v bránici a jak to uvolnit a klidně ať to vytryskne do očí do hlavy a tak dále. Orientuju se i v tom, když mi popisují somatické záležitosti a samozřejmě na tom budu pracovat určitým způsobem.

Například u té hysteriky bych více pečoval o chaotickou energii a u psychopata bych šel do dechového válce. Jsou tam metodický finesy, které se musí ošetřit, ale v zásadě bych šel tímhle směrem. Je to o technice o způsobu práce.

A pak samozřejmě volím specifickou koncepci práce vzhledem k té obranné charakterové struktuře.

Na obecnější rovině to jsou informace o vývojových potřebách, které nebyly uspokojeny, a o způsobech obrany, aby jádro tolik netrpělo. Tímto si pomáhám v analýze problému.

Já s tím nepracuju tak úplně diagnosticky, abych si člověka odagnostikoval a pak s ním podle toho pracoval. Samozřejmě to nejde neudělat, protože jsem už nějak vybavený a už když se se mnou člověk nějak pozdraví, tak ho něco napadá. Ale nejsem ten typ, který by stanovil charakterovou strukturu a jel po stopě, abych změnil charakter – characterological change. Takhle nepracuju, já spíš pracuju procesuálně. Když přicházím k tématu, pocitu, tělesné senzaci sleduju ten prožitek do určité míry a v tomhle okamžiku se zapojuje ta moje znalost charakterových struktur, abych mozkem trochu vymýšlel to, co nejsem schopen následovat, prostě jenom čistě procesem. A tím pádem se na tom procesu můžu takhle i lépe podílet, prostě ten proces by mnohdy proběhl standardním způsobem na základě té obranné charakterové struktury. Opsal by kruh a vrátil by se na začátek, v podstatě by se nic nestalo a jen by to proběhlo. V tomhle okamžiku se mi vyplácí myslet na ty charakterové struktury, protože já při tom procesu, který má tendenci zacyklit se sám do sebe, mi ty charakterové struktury nabízejí body, kdy to jde vychýlit a jde to jinam. Taková povedená sese se velmi dobře pozná, protože to je najednou velikánská změna. I potom ten další týden se to pozná ten člověk přinese jiné sny a

jiné prožitky. Takže nezačnu mechanicky implantovat charakter, ale následuju proces, mám v hlavě ten charakter a to mi pomáhá hledat tu změnu.

3. Výhody jsou: přídavný informační zdroj, který obsahuje to, co se děje při následování toho procesu

Dává mi to zpětnou vazbu, když pracuju. Je to taková ... kontrolní mechanismus, jestli se neřítím do pasti. Je to zpětná vazba o tom, jestli nedělám přesně to, co obranná struktura toho klienta chce. Sám sobě si můžu díky této opoře poskytnout supervizi.

Jsou to výborné informace, ne že by je člověk všechny znal, ale jsou dobrý k bezprostřední práci ... když s tím člověkem pracuju, tak se tak trochu orientuju podle toho, co bych podle té teorie měl s tím člověkem dosáhnout. Já v podstatě následuju proces, je to tak trochu něco jiného, než kdybych pracoval jen čistě procesuálně a následoval jen ten proces. Takhle mám víc pocit, že jsem v tom procesu více doma, že to mám více pod kontrolou. Jedna věc je, že běží proces a druhá věc je, že někde běží paralelní proces a kdybych začal úplně odjinud, tak to by byl ten průlom a to je to, co mi ta teorie pomáhá. To bych nedělal bez znalosti té teorie, ta mi říká i to, co v procesu není přítomno.

4. Nevýhody, to je i to, proč já to tolik neumím. Důsledně, protože by se změnil poměr sil mezi teorií a mnou. Já bych následoval teorii a ne ona mne, pak by ten klient mohl být úplně mimo, protože je tu teorie, kterou já vedu klienta, aby ji následoval. To může být na úrovni technické ale i na úrovni myšlenkové. Já si udělám nějakou diagnózu a vůbec bych si nevšimnul, že je tu klient a řeší prostě problém. Vidět přes brýle teorie klienta. Říkal jsem, že mě obohacuje, ale kdyby byla silnější, tak mi nasazuje brýle, který já nemusím. Já se teorii nebráním, já jsem ji vždycky tak trochu ignoroval. Vždycky to čtu chvilku.

Je to precizní metoda, ale já jsem se vždycky bránil být precizní diagnostik, z tohoto důvodu.

Jedna věc je, že ten charakter, pokud je přesně formulovanější, začíná nabývat rozměru jakéhosi osudu. Uvnitř kterého je ten člověk, a to je to, co ji nemůžu přijmout. Protože navzdory tomu všemu to může být jinak a když vidím ten osud nevšimnu si klíčky, která to často změni. Jakmile je teorie komplexní a dobrá, je nebezpečná v tom, že to tak je!

Teď řeknu pravě opak, já jsem člověk, co má rád analytickou psychologii. A na mě je tenhle ten koncept málo osudověj. Tyhle charaktery na základě bimbace a na základě ochrany před málo vyživujícíma matkami, to všechno беру, ale jsem přesvědčen, že v tomhle světě jsou i jiné hlubší síly. A to velmi souvisí, říkal jsem pozor na obecný koncept ale na druhé straně je tenhle koncept málo obecnější. Je ještě obecnější koncept, ten koncept je obyčejnější, živočišnější. Ale je to jenom paradigma, biologický, všechno jde vysvětlit od survival mechanismu ... to je fantastický.

5. Máme tady triádu – myšlení, prožitek, tělesnej projev.

Potom diagnostikuju podle základního postoje těla. Dívám se na toho člověka, jak jde, jak si podáváme ruku, jak se na sebe díváme, jak se pohybuje. Často třeba jenom cvičíme, že to nemá důvod, ale dělám to jen tak, abych ho viděl. Abychom stáli někdy a ne jenom seděli. Podle základní pozice těla koukám, jestli to je masochista, orál, schizoid. Ale zas tak dobře to neznám ... já se před tím chráním. Líp umím tu první dvojici trojici, už tak moc neumím toho anála a narcise, hysterku už tak moc ne, nejsem v tom tak moc doma. To bude možná něco májho nebo je to tím vzdělávacím systémem.

Potom jsou dichotomie: charge – discharge atp. ale tohle potřebujete už mít propojený s těma předchozíma dvouma. Využívám polarity charge – discharge, aktivita – pasivita ... Je jich myslím sedm ... když je to vidět, přijde to ke mně nebo to klepe a musím to lovit. U typů, které znám hůř, tak mi to trvá dýl.

My se bavíme o čistých typech, ale ony jsou smíšené a člověk v určitých fázích a obdobích je jiný. Například různé části těla vypadají typově jinak, nevidím toho člověka jako jednoho. I když si myslím, že je jeden dominantní typ v člověku. Ale někdy je to o nějakém procesu, jak to v životě zpracoval, co prožíval a jak to cítí tělesně.

6. Sleduju, jakou má člověk posturu. Poslouchám hlas a rytmus člověka, dívám se na to v pohybu. Když si něčeho všimnu a nejsem si jistý, tak musím rychle něco

vymyslet, abych si to zpřesnil. Používám cvičení, který mi to dále objasní. To cvičení musím rychle vymyslet. Empatické mimikry taky dělám. Pozici zaujímám, to pak mám kontrolu, co se vlastně děje. Ještě využívám protipřenos tělesný, když tělo nechám bez povšimnutí, tak má tendenci dostávat se do doplňkové pozice. A když tu polohu zachyťm, mám informace o klientovi, protože je doplňková.

7. Mám to většinou tak, že když si někoho odiagnotikuju, tak v případech, kdy o tom začnu pochybovat ... já to totiž nevalidizuju, já nejsem diagnostik. Dělán to tak, že to dál sleduju a v okamžiku, když pracuju a ono to začne probíhat jinak, pro mě neznámým a nečekaným způsobem, tak mi dochází, že jsem někde vedle. Čili prostě následuju proces a srovnávám ho pořád s tou teorií. Jsem terapeut a je li to v souladu, tak mi to potvrzuje s není li, začínám tušit, že je něco nějak jinak. Což se v té práci nějak udělat dá. Když se děje něco jiného a neodpovídá to, vím, že už jsem někde jinde, než jsem myslel, že kde pracuju. To je terapie to není špatně. Tímhle způsobem si to validizuju, buďto si to potvrzuju a nebo vyvracím. Nejčastěji se mi to potvrzuje v přímé práci s tělem, tam nejvíc vnímám jako že díky té znalosti struktury rozumím tomu, co se s tím tělem děje. A potvrzuje se i to tím, že se to tam opravdu děje, já to těm lidem nesugeruju a ještě ten člověk mluví o specifickéjch emocích. Protože to vás pak nepřekvapí, to je tak sledovatelný, protože už víte dopředu.
8. Často. Potom je to tak, že se více věnuju čistě procesu, postupuju tímto způsobem. Já mám svobodu od teorie a používat bych jí vůbec nemusel, tak prostě pracuju čistě procesuálně. Nebo použiju metody, trojnožka, práce s tělem apod. A je to i naopak, že jsem přehlížel tu charakterovou strukturu a nějakou dobu to nefungovalo. Pak jsem si dal tu práci, trochu se na to zaměřil a najednou se to osvětlilo, proč několik hodin po sobě přešlapujeme na místě. A dalo mi to hodně velké kopanec, je to hrozně těžká práce pracovat s charaktery, ale je to něco mnohem esenciálnějšího, než ta zakázka, se kterou přicházejí klienti. My pořád pracujeme se zakázkou, my se jí nezpronevřujeme.
9. Pomohlo mi, že jsem dělal divadlo a výrazovej tanec. A tak jsem objevoval svoje tělo. Fascinace a náklonnost k pohybu, pro mě je postura zmrazený pohyb. Proudění energie je taky pohyb, pohyb před pohybem, je to vnitřní pohyb. I pohybový věci vám dají. Výrazový tanec a tyhle věci vedou k tomu, že člověk prorazí nějakým způsobem ze svých pohybových scénářů, dělá jiný pohyby a to je nový. Kdyby každý člověk měl udělat jednoduchý pohyb například krok, tak ho každý člověk udělá nějak jinak. To, co je dobrý umět, je poznat jemnou odchylku v tom pohybu od nějakého normálu. Teď odpovídám v souladu s teorií – vycentrování. Když je člověk nevycentrovanej, tak se člověk může od toho distancovat nebo na něm může viset a bere rovnou to, co je mu sdělováno. Vycentrování je takovej zvláštní stav, kdy je jednota té trojnožky a nejsem ani od člověka ani se na něj nenavazuju. Další schopnost, která pomáhá je snění, vidět konkrétní realitu a vidět snovou realitu. U toho charakteru, můžete jakoby vidět tu matku, která s tím člověkem například nacvičovala, a najednou se jakoby rozehraje snová scéna. Vidíte fyzickéj symptom např. pokrčeného ramene a máte pocit někoho, kdo stojí za ním. Najednou jakoby to začne v obraznosti takhle mluvit. Obraznost, fantazie při praktickém dekódování těch tělesných příznaků. Obrazné myšlení, které přeloží tělesnost do obrazů. Když máte informace o těch reálných postavách, tak si je doplníte do toho obrazu. Percepční bystrost. Schopnost všimat si podstatného. Ohnisko zaměření. Není to intuice. Já prostě vidím jedno místo, když ten člověk udělá krok.
10. Schizoidní typ – hlava, hrozně moc energie kolem očí a v zátylku, chodidla slabý kontakt se zemí  
Orální typ – jáma na hrudníku  
Psychopatický typ – busta, vyplá prsa  
Masochistická struktura – pánev a spodek břicha, shnilá hruška, vak, kde se postupně uvolňuje hmota a klesá dolů do pánve  
Hysterický typ – dychtivé oči

Rigidní, kompulzivní typ – nutkavé soustředění, nejistá lýtka – pohyb, co dělá v ramenech, dělá i v nohách.

11. Mám takovou vlnu hysterických žen, v souvislosti s tím, že je v módě řešit partnerské potíže. Já nejsem párový terapeut, ale osvědčil jsem se několikrát a ty lidi si to rozkřikli a je to jakoby jeden ty, přijde vlna.

Jinak bych řekl, že jsou zastoupeni stejnoměrně, až na obsedanty, těch mám málo.

Nic