

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

**Husitská teologická fakulta**

**MAGISTERSKÁ PRÁCE**

**2007**

**Zuzana Mikotová**

**Univerzita Karlova v Praze  
Husitská teologická fakulta**

Diplomová práce  
Katedra psychosociálních věd a etiky

**Využití pohádkového motivu v psychoterapii  
The Use of Fairy Tale Motive in Psychotherapy**

Vedoucí práce:  
Mgr. Adriana Marcinasková

Autorka:  
Zuzana Mikotová

Praha 2007

Děkuji Mgr. Adrianě Marcinaskové za odborné vedení mé práce, její cenné rady a připomínky. Dále mým rodičům za trpělivost, kterou se mnou měli a podporu bez které bych pravděpodobně nebyla s to práci dokončit, přátelům, hlavně PhDr. Veronice Nevolové za nedocenitelnou pomoc zejména v metodologické části práce a při výzkumu. Dále také všem psychoterapeutům, kteří věnovali svůj čas a bez nichž by praktická část nemohla vzniknout.

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci zpracovala samostatně a uvedla veškeré použité prameny a literaturu.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb. Zejména se skutečností, že UK v Praze HTF má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 ods. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je UK v Praze HTF oprávněna ode mě požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním v knihovně UK v Praze HTF.

V Praze dne 25. 6. 2007

.....

## **Motto**

### Přivolávač deště

V jedné vesnici dlouho nepršelo. Procesí ani motlitby nepomáhaly nebe zůstávalo zavřené. V největší nouzi se vesnice obrátila na přivolávače deště. Přišel a požádal o chýši na kraji vsi a o chléb a vodu na pět dní. Pak poslal lidi za jejich každodenní prací. Čtvrtého dne pršelo. Lidé přicházeli s jásotem ze svých polí a pracovišť a sbíhali se před chýší, kde bydlel přivolávač deště, aby mu provolali slávu a zeptali se ho na tajemství přivolávání deště. Odpověděl jim: „Neumím přivolat déšť.“ „Ale prší přece,“ řekli lidé. Přivolávač deště jim to vysvětlil: „Když jsem přišel do vaší vesnice, viděl jsem nepořádek venku i uvnitř. Šel jsem do chýše a uvedl jsem do pořádku sám sebe. Když jsem byl v pořádku, dostali jste se do pořádku také vy; a když jste byli v pořádku, dostalo se do pořádku i okolní prostředí. A když bylo okolní prostředí v pořádku, začalo pršet“ (Peseschkian, 1999, s.147).

## **Anotace**

Zuzana Mikotová, Využití pohádkového motivu v psychoterapii (Diplomová práce), Praha 2007 – Univerzita Karlova, Husitská teologická fakulta, 91 stran.

Tato práce se zabývá otázkou využití pohádkových motivů v psychoterapii. V teoretické části seznamuji čtenáře s historií pohádek, zařadím pohádky mezi ostatní útvary lidové slovesnosti a popíšu shody a rozdíly mezi nimi. Dále rozeberu strukturu pohádky s akcentem na šťastný konec.

Jak souvisí pohádka s psychoterapií načrtne další kapitola a následuje definice psychoterapie a její rozdělení.

Více se věnuji směrům, které nějakým způsobem využívají pohádek. Podrobně popíšu základní pojmy a principy se kterými operují a pokusím se vystihnout cíl, tak jak jej jednotlivé školy formulují.

Kapitola o výkladu pohádek obsahuje některé nejznámější pohádky a jejich psychologické významy.

Praktickou část uvozují obecnou metodologií, kde se podrobněji zabývám kvalitativním výzkumem. Následuje výzkum samotný, jeho výsledky a kapitolou o případových studiích práce končí.

## **Annotation**

Zuzana Mikotová, *The Use of Fairy Tale Motive in Psychotherapy* (Dissertation), Prague 2007, Charles University, Hussite Faculty of Theology, 91 pages.

The purpose of this thesis is the question of use of the fairy tale motives in psychotherapy.

The theoretical part makes the reader acquainted with history of fairy tales. I try to place the fairy tales among the other elaborations of the oral tradition, then I describe the similarities and dissimilarities.

In the following I deal with the structure of the fairy tales with the emphasis upon the happy end.

The following chapter deals with the connections between fairy tales and psychotherapy in order to define subject of psychotherapy and the division of the main theoretical schools.

The special emphasis is laid on the psychotherapeutic schools which use the fairy tales for interpreting. My intent is thoroughly to describe the basic operating concepts and principles, then I try to grasp the goals as they are formulated by various psychotherapeutic schools.

The chapter about the interpretation of the fairy tales contains some well known themes and their psychological meanings.

The practical part is introduced by general methodology and then follows some more particular description of the qualitative research.

Last but not least is my own research and its results. The final chapter contains four examples of case studies.

# OBSAH

## Úvod

### 1. Historický pohled na pohádku

### 2. Definice a druhy pohádek

- 2.1. Rozdělení ústní lidové prózy
- 2.2. Definice a druhy pohádek
- 2.3. Mýtus versus pohádka

### 3. Struktura pohádky a její „happy end“

### 4. Pojem psychoterapie

- 4.1. Definice psychoterapie
- 4.2. Dělení psychoterapie

### 5. Psychoterapeutické směry a jejich vztah k pohádce

- 5.1. Psychoanalytická teorie
- 5.2. Analytická teorie
- 5.3. Transakční analýza

### 6. Pohádky a příběhy jako prostředek psychoterapie

### 7. Psychologický výklad pohádek

- 7.1. Symbolická řeč pohádek
- 7.2. Popelka
- 7.3. Červená Karkulka
- 7.4. Kráska a zvíře
- 7.5. Sněhurka

### 8. Metodologie

- 8.1. Vývoj metodologie v psychologii
- 8.2. Metodologie kvalitativního výzkumu
- 8.3. Tvorba dat – Grounded Theory

### 9. Strategie výzkumu

- 9.1. Vymezení výzkumného postupu
- 9.2. Zkoumané osoby a použitá metoda
- 9.3. Popis vlastního výzkumného postupu

### 10. Zpracování a vyhodnocení dat

- 10.1. Přehled jednotlivých okruhů otázek a významových oblastí



10.2. Přehled induktivně vytvořených kategorií

10.3. Vyhodnocení dat

## **11. Diskuse výsledků**

## **12. Případové studie**

12.1. Marie

12.2. Jarmila

12.3. Václav

12.4. Roman

## **Závěr**

## **Literatura**

# ÚVOD

Od věků byly příběhy a pohádky součástí lidové psychoterapie. Zabývají se totiž vnitřními konflikty a prostí lidé to věděli daleko dříve než se psychoterapie stala vědeckou disciplínou. Jedním z nejnámějších příkladů jsou Pohádky tisíce a jedné noci, kde hlavní příběh vypráví o tom, jak krásná Šeherezáda léčila duševně nemocného panovníka pomocí příběhů. Zároveň ti, co naslouchali měli možnost vnímat obsah, čerpat z něj poučení a pojmout jej do své mysli. Takovouto silou působí příběhy vymyšlené v Orientu, Evropě nebo kdekoli jinde po světě. Mýty, pohádky, příběhy, bajky a další díla krásné literatury mají tedy nejen význam „umění pro umění“, ale také jako prostředek, kterým si lidé pomáhali ještě daleko dříve než to dokázala moderní psychoterapie.

Toto mě vedlo k otázce: Je možné využít také příběhy a pohádky v psychoterapii, aniž by se na ně pohlíželo jako na sentimentální báchorky, které nemají jinou hodnotu než zabavit děti? Z praxe mnohých psychoterapeutů vyplývá, že právě podobenství a pohádky nejsilněji oslovují pacienty. Je to jejich symbolická řeč, která je na nevědomé úrovni povědomá všem lidem a prostředí, které pomáhá rozvíjet schopnost empatie. Předložená práce seznamuje čtenáře s tím, co je to pohádka a jak se dá pracovat s jejími symbolickými motivy v psychoterapii.

První kapitola uvádí čtenáře do historie pohádky, jež sahá mnoho tisíc let před Krista. Podrobněji se zabývám sběrateli pohádek, bez jejichž příspěví by nám mnohé poklady tohoto druhu lidové slovesnosti zůstaly skryty.

Ve druhé kapitole rozdělím útvary ústní lidové prózy, protože si myslím, že je dobré začlenit pohádku do širšího rámce. Následuje členění pohádky podle druhů a nechybí zde ani její definice. Kapitulu uzavírám srovnáním mýtu a pohádky, výčtem jejich podobností a odlišností. Jak se zmiňuji ve své práci, není vždy jednoduché odlišit od sebe jednotlivé útvary lidové slovesnosti. Látková kontaminace prostupuje napříč všemi těmito obory, a tak si myslím, že jejich komparace napomůže lepšímu pochopení strukturálních a symbolických vazeb.

Třetí kapitola je věnovaná pohádce jako takové. Popíše zde podrobně její strukturu a nebude chybět „happy end“, který je typický právě pro pohádky. Navzdory tomu, že pohádka podléhá místnímu folklóru a do jisté míry i národním charakteristikám, je typická tím, že po všech hrdinových peripetiích dává nakonec vždy zvítězit dobru nad zlem.

Čtvrtá kapitola obsahuje vymezení pojmu psychoterapie a její základní dělení. Zmíním také jednotlivé směry v psychoterapii a jelikož má toto téma nesmírně široký záběr, v další, páté kapitole, jsem se omezila na ty, které mají jakýmkoli způsobem blízko právě k využívání pohádkových motivů, mýtů a alegorií.

Šestá kapitola je věnována příběhům a jejich využití v psychoterapii. V mezilidských vztazích a při duševním zpracovávání prožitků probíhají v konfrontaci s příběhy procesy, o nichž hovoříme jako o funkcích příběhů. Já se zde pokusím zachytit jeden z mnoha aspektů pohádek a příběhů, a to jejich psychosociální funkci, která je důležitá právě pro terapeutický vztah.

Sedmá kapitola podává výklad nejznámějších a nejoblíbenějších pohádek. Zabývá se také symbolickou řečí pohádek bez jejíhož pochopení by samotný výklad nebyl možný.

Osmá kapitola pojednává o metodologii. Podrobněji nastíním metodiku kvalitativního výzkumu a důkladně popíši grounded theory, z níž jsem i já vycházela při výzkumné části projektu.

Devátá kapitola je věnována strategii výzkumu. Formuluje výzkumný problém, vysvětluje použité výzkumné metody, popisuje zkoumané osoby a postup výzkumu.

V desáté kapitole najdeme přehled jednotlivých okruhů otázek a kategorií, které jsou induktivně odvozeny z výpovědí respondentů a tudíž představují základní struktury zkoumané empirie. Kapitulu uzavírá srovnání a vyhodnocení dat o využití pohádkového motivu v psychoterapii.

Náplní jedenácté kapitoly je diskuse výsledků výzkumu k jeho teoretickým východiskům.

Závěrečná dvanáctá kapitola obsahuje kazuistiky, jejichž základnou jsou čtyři individuální rozhovory se čtyřmi respondenty psychoterapeuty. Tyto kazuistiky ilustrují stěžejní zjištění výzkumné části práce.

# 1. HISTORICKÝ POHLED NA POHÁDKU

V dětském vývoji představuje pohádka jedinečný prvek, jenž napomáhá lepší integraci já, k pochopení fungování světa a v neposlední řadě k odlišení dobra a zla. Mohlo by se stát, že odejmutím pohádky by člověk narušil přirozený duševní vývoj dítěte (Bettelheim, 2000). Jaký přínos mají však pohádky a příběhy pro dospělé? Především to jsou zdroje zábavy a inspirace. Dle mého názoru, někteří lidé až příliš mnoho času tráví sledováním příběhů cizích lidí, místo toho, aby se začali zabývat svým vlastním životem. V naší západní civilizaci jsme obklopeni příběhy, které nám říkají, jak vypadá šťastný život a co pro to máme udělat.

Podle Lužíka (1944) je pohádka odkazem ústní lidové slovesnosti, je to umělecké ztvárnění ideálů, které tvoří základy mravního života každého národa. Pro dítě představuje pohádka útěchu i zábavu zároveň. Pohádka má jak význam pedagogický, který staví na obsahu, tak význam literární, který posuzuje pohádku z jejího estetického hlediska. Umělecky hodnotnou literaturou se pohádka stává tehdy, když jsou oba významy spojeny ve vnitřní jednotě obsahové a formální. K těmto dvěma významům připojuje Černoušek (1990) ještě význam terapeutický.

Pokud jde o historii pohádky, už u Platóna se dozvídáme, že staré ženy vyprávěly svým dětem příběhy na dobrou noc. Tyto symbolické příběhy, řecky mythoi, měly didaktický a výchovný účinek. V pozdní antice uvedl filosof a spisovatel Apuleius ve svém románu *Zlatý osel* pohádku Amor a Psyché. Jsou tu však i starší informace o výskytu pohádek v různých kulturách. Pohádky se našly například na egyptských papyrech a stélách. Nejznámějším příběhem je patrně příběh o dvou bratrech Anubisovi a Batovi. Paralelu k němu nacházíme téměř ve všech evropských zemích. Z židokřesťanského prostředí je nám patrně znám příběh Kaina a Ábela. Určitá pohádková témata sahají svými kořeny až do doby 25 000 let před Kristem (Franz, 1998).

Do 17. a 18. století pohádkám naslouchali jak děti, tak i dospělí bez rozdílu. U lidí na venkově bylo vyprávění příběhů základní duchovní činností a na královských dvorech sloužilo k rozptýlení znučené šlechty a dvořanů. První uměleckou adaptaci lidových pohádek v Evropě vydal francouzský básník a prozaik Charles Perrault v roce 1697. *Pohádky mé matky husy* byla vůbec první kniha určená dětskému čtenáři (Koudelka, 1982). V Německu vychází roku 1782 Musäova sbírka *Německé lidové pohádky*, která je považovaná za první vážný pokus přiblížit staré lidové umění vzdělaným vrstvám (Lužík,

1944). V 18. století nabyl zájem o pohádky vědecké podoby. Podle Marie von Franz (1998) Herder věřil, že pohádková vyprávění obsahují pozůstatky staré, dávno zasuté víry vyjádřené v symbolech. Tehdy se také začalo mluvit o nespokojenosti s křesťanstvím. Vyplula na povrch touha po něčem vitálnějším a zemitějším, po nové instinktivní moudrosti.

Bratři Jakob a Wilhelm Grimmové byli zrovna tak ovlivněni touto nezměrnou touhou pátrat po něčem religiózním mimo křesťanské učení. To bylo hlavním podnětem k tomu, aby začali sbírat pohádky. Oni zapisovali pohádky téměř doslova, jak je lidé v jejich okolí vypravovali. Stejně tak, jako mnozí další, však ani oni někdy neodolali pokušení a smíchali, byť umně, několik verzí dohromady. Ovšem byli natolik poctiví, že to zmiňovali buď v poznámce pod čarou nebo ve svých dopisech Achimovi von Arnim. Před nimi měly pohádky dá se říci stejný osud jako lidské nevědomí, byly vnímány jako samozřejmost. Převládá k nim zvláštní nevědecký postoj, který se projevoval a někde stále ještě projevuje tím, že jsou některé scény z pohádky vynechány, jiné přidány podle libovůle současného „autora“. Stejně jako dobrý sen i pohádku využijeme, ale současně ji nebereme vážně. Žijeme z ní, použijeme jí v reklamě nebo v umění aniž bychom si uvědomovali její jedinečnost (Franz, 1998).

Sbírka pohádek vydaná bratry Grimmovými v roce 1812 měla veliký úspěch. Za ním se dozajista skrýval nevědomý, ale silný emocionální zájem právě o pozůstatky staré moudrosti nebo víry. Skoro ve všech zemích se začaly sbírat lidové pohádky. Mnohé překvapí, jiné zase ne, že stejná témata se opakovala ve všech koutech světa.

Přirozeně následoval zájem historický i vědecký o to, proč se tolik pohádkových motivů opakuje. Začalo se uvažovat o tom, kde pohádka vznikla nejdříve a kam pak putovala. Byly snahy dokázat, že pohádky pocházejí z Indie a do Evropy se dostaly později, anebo že mají svůj původ ve starověké babylonské říši a šířily se po Malé Asii a poté do Evropy (Franz, 1998). Mytologická škola, mezi jejíž představitele patří bratři Grimmové nebo u nás K. J. Erben, považovala pohádky za zbytky zlatého národního věku z dob prehistorické kultury. Měla za to, že shody v pohádkách různých národů jsou způsobeny právě jejich společným původem. Jednotlivé národy si ze své pravlasti přinesly vedle základů svých jazyků také mýty a báje a pozůstatky těchto mýtů se odráží v jejich pohádkách. Za základní chybu bylo mytologické škole vytýkáno, že přehlíží historický vývoj a ztotožňuje například lidovou prózu zaznamenanou v 19. století s vyprávěními o celá staletí staršími. Zjistilo se totiž, že mezi středověkou literaturou a pohádkami jsou překvapující shody, to dalo podnět ke vzniku migrační teorie. N. Arnaudov ji nazval

školou internacionálně literární. Jejím předpokladem bylo přesvědčení, že látky putují během století z místa na místo, od národa k národu prostřednictvím literatury psané nebo ústním podáním. Mezitím se začalo se studiem materiální a duchovní kultury přírodních národů a byly sbírány také jejich slovesné projevy. I v tradicích těchto národů byly zjištěny shody, což vylučovalo možnost látkové migrace. Další pokus o výklad byl založen teorií antropologickou, označovanou též etnologická, jejímž zakladatelem byl Andrew Lang. Shody v pohádkách a lidových tradicích přisuzovali názorům, zvykům a obyčejům, které jsou společné všem národům světa a byli přesvědčeni o samostatném, na sobě nezávislém vzniku látek u všech národů v době jejich „dětství“. Měli za to, že lidský duch pracuje všude stejně a řídí se stejnými zákony a proto výsledek jeho duševního života musí být všude stejný (Lužík, 1944).

Pozitivním výsledkem snah o výzkum pohádky bylo vytvoření etnografického centra, tzv. finské školy, jejíž metoda byla geograficko-historická. Jedním z hlavních představitelů byl Antii Aarne. Myslel si, že nelze objevit jednu zemi kde pohádky vznikly, ale předpokládal, že různá vyprávění pochází z různých zemí. Měl zato, že u každé pohádky existuje nejlepší a nejpoetičtější originál a ostatní vyprávění jsou odvozená. Díky němu došlo k soupisu pohádkových typů, jenž byl vydán anglicky jako *Types of Folk Tales* v Helsinkách roku 1961 (Dvořák, 2001). Z dalších metod bych ještě uvedla metodu psychologickou, která tvrdila, že pohádky vznikají ze snového života člověka. Podle této teorie by však pohádky musely vznikat neustále, což však tvrdit nemůžeme. Sociologická metoda nacházela v pohádkách stopy třídních bojů, byla přesvědčena, že pohádka je výtvar psychologie a ideologie sociálního prostředí. Moderní folkloristické hledisko bere v potaz přednosti i nedostatky všech těchto metod a škol, neopomíjelo složitost pohádky a různorodost jejích motivů, které nelze vyložit pouze jedinou metodou. Dva z našich nejznámějších folkloristů Jiří Polívka a Václav Tille jsou představiteli tohoto směru. (Lužík, 1944).

Jak již bylo řečeno, pohádky se dlouho šířily pouze ústním podáním, až koncem 18 a začátkem 19 století se začaly soustavně sbírat a knižně vydávat. V Čechách patří k prvním nejvýznačnějším pohádkářům Karel Jaromír Erben a Božena Němcová, kteří pohádky převypravovali a upravovali. Z lidové tradice vychází také dramatik Jan Drda. Umělecké adaptace lidových pohádek byly již prvním krůčkem k tvorbě pohádek umělých. Jako jejich tvůrci vynikli němec Wilhelm Hauff, jehož pohádky srovnávají svět Evropy s Orientem, dán Hans Christian Andersen nebo angličan Oscar Wilde. U nás psali umělé pohádky především Karel Čapek, Jan Čapek a Jiří Wolker (Koudelka, 1982)

## 2. DEFINICE A DRUHY POHÁDEK

Mnohé čtenáře napadne, že je přeci jen jeden druh pohádek, a budou mít svým způsobem pravdu. Jeví se to tak proto, že pohádku cítíme jako něco univerzálního, něco co má určitý rámec a co víme, alespoň přibližně, jak to dopadne. V této kapitole začlením pohádku do širšího rámce ostatní ústní lidové prózy, podám její definici a charakterizuji druhy pohádek. V podkapitole mýtus versus pohádka popíšu základní shody a rozdíly těchto dvou sobě velmi příbuzných žánrů.

### 2.1 Rozdělení ústní lidové prózy

Není lehké určit přesnou definici pohádky. Ačkoliv se tímto tématem zabývalo mnoho badatelů, zůstali nám někteří nakonec svou definici pohádky dlužni. Pohádka není podle Lužika (1944) zvláštním samostatným druhem ústní lidové slovesnosti, který by se dal bez obtíží rozpoznat od ostatních druhů lidové prózy. Je to proto, že s pohádkovými prvky se setkáváme v hojně míře také v bajkách, legendách a mýtech. Třídění ústní prózy tudíž není jednoduché, liší se téměř autor od autora. Než se pustím do samotné definice pohádky, rozdělím nejprve stručně útvary ústní lidové prózy jako takové.

- 1) **Bajka** je vyprávění, jehož hlavními protagonisty jsou zvířata a jejich život. Zvířata v ní mluví lidskou řečí a mají lidské vlastnosti. Ukazují nám tak alegoricky obraz nás samotných. Bajka bývá vyprávění jednoepisodické, jehož význam má být buď didaktický nebo satirický. Vývoj bajky byl však postupný. Na začátku byla bajka skutečně pouhým vyprávěním o zvířatech, později se připojila mravoučná prupovídka a tak se stala bajka poučnou. Ve své poslední fázi dospěla až do satiry, když si stanovila za úkol parodovat soudobé hospodářské či politické řády.
- 2) **Legenda** znamená latinsky doslova „to, co má být čteno“ a původně to bývaly životopisy svatých, které se četly o svátcích v kostele. Během středověku se z těchto čtení vyvinul literární žánr. Tak se legenda stala literaturou světskou (Koudelka, 1982) a nyní je velmi těžké odlišit jí od pověsti.
- 3) **Pověst** se váže na nějakou historickou událost, osobu, místo či předmět, ale je zcela nebo částečně vybájena. Mívá jednoduchý děj a věčný styl (Koudelka, 1982). Je otázkou, co bylo dřív, zda pohádka či pověst. Řada pohádek vznikla z pověstí a platí to i naopak. Když je zájem lidu upoután na určitého hrdinu a události okolo něj,

vyprávění je časem upravováno, jsou přidávány fantazijní prvky a historická fakta postupně zapomenuta, mluvíme o pověsti. Zjišťování vztahů mezi pohádkou a pověstí je složité, protože co je například v jednom kraji vyprávěno jako pohádka, má na jiném místě ráz pověsti.

- 4) **Mýtus** nebo také báje, je vyprávěním o vzniku světa a jeho povaze, o životě bohů, o stvoření člověka. Mýtus je vázán kulturně, jednotlivé mýty postupně splývaly v jeden celek, v mytologii. Mýtické představy obsahují iracionální fantastický výklad mnoha otázek, jež člověka v přírodě a v jeho osudu znepokojovaly. Obsahují také zárodky budoucích věd, hlavně etiky, filosofie a práva.
- 5) **Pohádka** dříve se jí též říkalo báchorka. Má poutavý děj, v němž statečný hrdina překonává nástrahy, aby splnil zadaný úkol. Často se tak děje s pomocí nadpřirozených bytostí nebo kouzelných předmětů. Pohádka má velmi blízko k pověsti. Podrobněji si o ní povíme už za chvíli.

Na rozdíl od Lužíka (1944), jehož rozdělení jsem použila, má například finský badatel Aarne (Dvořák, 2001) třídění poněkud jiné, obsahově však zůstává stejné. Rozeznává:

- 1) **látky zvířecí**, což by odpovídalo bajkám
- 2) **vlastní pohádky**, v nichž jsou zastoupeny prvky čarovné, legendární a novelistické a výčet uzavírá
- 3) **látkami žertovnými**, což mohou být jednak bajky a také anekdoty.

Jak je vidět, když čteme definice jednotlivých útvarů lidové prózy, logicky narážíme na různé potíže z nichž nejzávažnější je asi látková kontaminace. Často jsou spojeny různé epické prvky v jedinečný celek.

## 2.2 Definice a druhy pohádek

Pohádka je žánr ústní lidové slovesnosti, který má poutavý děj, v němž dobrý a statečný hrdina překonává nástrahy a nebezpečí, aby splnil úkol a to často s pomocí nadpřirozených bytostí nebo kouzelných předmětů. Děj je vyprávěn tak, jako by se události skutečně staly, nicméně pohádka nemá reprodukovat historii, na rozdíl od pověsti není místně, ani časově určena (Koudelka, 1982).

Nenajde se zřejmě rodič, který by svému dítěti někdy nečetl pohádku. Těžko najdeme dopělého, který by se nepodíval rád na pohádku v televizi, protože právě pohádky jsou svojí povahou poutavé jak pro děti, tak pro dospělé v každém věku. Pohádka mluví



jednoznačným jazykem. Je zde jasná polarizace dobra a zla, převádí tak pro dítě chaotický svět do srozumitelných obrazů. A to je také podle Černouška (1990) nejdůležitější funkcí pohádky: strukturovat dítěti skutečnost. Když se z někoho stane nadšený čtenář pohádek a to takovým způsobem, jak se z někoho stává vášnivý sběratel, je nasnadě, že se dříve či později pokusí své „úlovky“ klasifikovat, roztrdit a zařadit. Takový člověk si pak pokládá elementární otázku: Je vůbec možné pohádku nějak klasifikovat, rozčlenit, či vůbec seriózně studovat? Když čteme Proppovu Morfologii pohádky (1970), zdá se nám zpočátku skoro nemožné dokonale klasifikovat pohádky. Je to však velmi důležité pro další pochopení vztahů, jak mezi pohádkou a mýtem, pohádkou a náboženstvím, tak i pro srovnávání pohádek v různých kulturních oblastech. Na zkoumání forem podle Proppa velmi záleží. Je to můstek k dalšímu historickému zkoumání daného předmětu a otázky klasifikace a popisu pohádky nás mají přivést k rozřešení nejdůležitější otázky: Jak je možné, že se vyskytují pohádky shodné svým obsahem po celém světě, přičemž styky oněch národů nemohou být historicky prokázány?

Klasifikovat pohádky můžeme jednak podle **tříd** a jednak podle **syžetů** (Propp, 1970). Nejobvyklejším a snad také nejjednodušším dělením pohádek podle tříd je dělení V.F. Millera (Propp, 1970) a to na:

- 1) pohádky s nadpřirozeným obsahem
- 2) pohádky ze života
- 3) pohádky o zvířatech

Propp říká, že tato klasifikace je ve svém základě správná, i když má svá úskalí. Protože pohádky o zvířatech obsahují ve značné míře prvky nadpřirozena a naopak v pohádkách s nadpřirozeným obsahem hrají často velmi důležitou roli právě zvířata.

Oproti tomu rozdělení podle W. Wundta (Propp, 1970) je sice širší, ale také se neobejde bez komplikací. Wundt dělí pohádky na:

- 1) mytologické pohádky-bajky
- 2) čisté fantastické pohádky
- 3) biologické pohádky a bajky
- 4) čisté zvířecí bajky
- 5) etiologické pohádky
- 6) žertovné pohádky a bajky
- 7) mravoučné bajky

Co si však Wundt představuje pod pojmem bajka? A dále pak, co má označovat termín žertovná pohádka? Toto budou jistě nejčastější námitky proti Wundtovu pojetí.

Podíváme-li se na dělení pohádek podle syžetů, zjistíme, že je ještě složitější. Pod pojmem syžet Veselovskij chápe komplex motivů (Propp,1970). Toto slovo francouzského původu označuje způsob, jakým jsou uspořádány tematické složky v literárním díle a také jak jsou ztvárněny informace o ději. Důraz tak může být položen na ději, na postavách a jejich charakterech nebo na prostředí (Koudelka, 1982). A. Aarne je jedním ze zakladatelů finské školy, která se zabývá bádáním v oblasti pohádek a právě Aarne se zhostil toho nelehkého úkolu a sestavil soupis syžetů. Díky němu pak bylo možné pohádky šifrovat. Každý syžet dostal své číslo a takto bylo popsáno na 530 pohádek, aniž by musely být celé složitě reprodukovány. Podle Proppa (1970) se Aarne nesnaží vypracovat čistě vědeckou klasifikaci, ale jeho rejstřík je důležitý zejména jako praktická příručka. Další z Aarneho zásluh je bezesporu zavedení podtříd v pohádce.

Abychom trochu lépe porozuměli tomu, co dělení podle syžetů znamená, uvedu jeden příklad za všechny. Volkov (Propp, 1970, s. 19) stanovil, že **fantastická pohádka** má 15 syžetů:

*1) O nevině pronásledovaných 2) O hloupém hrdinovi 3) O třech bratřích 4) O drakobijcích 5) O dobývání nevěsty 6) O moudrých pannách 7) O zakletých a očarováných osobách 8) O držiteli talismanu 9) O držiteli divotvorných předmětů 10) O nevěrné ženě atd.*

Volkov rozděluje pohádky podle syžetů tak, že je dělí do skupin tedy podtříd podle zápletky, charakteru hrdiny, počtu hrdinů atd., tudíž jednotný princip dělení se zde poněkud vytrácí.

Postupem času se rozdělení ustálilo na těchto čtyřech základních druzích pohádky podle Koudelky (1982):

- 1) **Kouzelné** neboli **fantastické pohádky**. Jsou nejpočetnější a také nejstarší. Zakládají se na pradávných představách lidí o přírodě a společnosti, o silách, které řídí běh světa. Obvykle v nich vystupují sudičky, víly, trpaslíci, draci, čarodějové a čarodějnice, divotvorné předměty, které napomáhají princovi v nelehkém úkolu na cestě za vyvolenou princeznou. Děj směřuje k tomu, aby ukázal, že dobro nakonec vždy zvítězí nad zlem. Podstatným prvkem je právě kouzelný předmět či osoba.
- 2) **Pohádky zvířecí**. Hlavními nositeli děje jsou zvířata vystupující jako lidé a proto mají tyto pohádky blízko k bajce.
- 3) **Pohádky novelistické**. Jsou poměrně mladým druhem pohádek. Typické pro ně je omezená fantastičnost, její hrdinové se mohou spoléhat jen na vlastní sílu, obratnost a důvtip a jen v některých momentech se objevuje pohádková překvapivost a nadsázka.

4) **Pohádky legendární.** Vystupují v nich zjednodušeně a lidsky pojaté biblické postavy.

Dvořák (2001) toto dělení doplňuje ještě o pohádky o hloupých čertech a obrech a pohádky humorné. Sám však vzápětí dodává, že nelze nevidět nedostatky této klasifikace, protože se v ní kříží kritéria tématická a strukturní. Navíc pro jednotlivé druhy nebyly doposud podány uspokojivé definice, kromě pohádky kouzelné.

Nicméně přes všechny výhrady a nedostatky dosavadní teoretické poznání vyhovuje, přinejmenším dovoluje odlišit pohádku jako žánr od žánrů ostatní ústní lidové prózy.

V pohádkách nalézáme také určitou národní svéráz. Bylo by omylem hledat osobité národní rysy v pohádkách, ale je důležité podívat se na formu a způsob jakým si národ přizpůsobil ty které pohádky, aby vyhovovaly jeho národnímu cítění a povahové podstatě (Lužík, 1944). V české lidové tradici to můžeme nejlépe pozorovat na pohádkové postavě hloupého Honzy. Téměř všechny národy znají vyprávění o hlupákoví, kterému se všichni smějí a je všemi opovrhován. Lidsky čisté jádro, s jakým se setkáváme ve spojení s postavou hloupého Honzy v našich pohádkách, je právě národní stylizací této oblíbené pohádkové postavy. Můžeme bez nadsázky říci, že hlavním nositelem mravní tendence je pohádkový hrdina. Lužík (1944) uvádí dva typy pohádkových hrdinů: urozené a lidové. Do toho prvního řadíme všechny prince a princezny, do druhého právě postavu hloupého Honzy anebo jeho protipól statečného, šikovného a nebojácného prostého synka. Lidové postavy žen v pohádkách jsou velmi osobité. Jsou mezi nimi chytré dívky, odvážné, ty které zachraňují a stanou-li se tyto dívky královnami, je to nejen pro jejich krásnou tvář, ale i pro jejich dobré srdce, skromnost a pracovitost.

### 2.3 Mýtus versus pohádka

Eliade (1998) definuje mýtus jako bytí, jež se plně projevilo a tento jeho projev je tvořivý a příkladný. Mýtus jednak odůvodňuje strukturu bytí a jednak lidské chování. Vypráví něco, co se skutečně stalo, většinou jde o nějakou důležitou skutečnost jako stvoření světa nebo živočišného druhu a poukazuje na to, že to mělo hluboký smysl. Mýty líčí, jak byl stvořen svět, odhalují původ celého kosmu a zároveň odpovídají i na otázku proč tento svět existuje (Kratochvíl, 1993). Mýty jsou vzorovými příklady pro lidské chování, protože odhalují skutečné příběhy, které se staly kdysi dávno božským či polobožským stvořením a v neposlední řadě i lidem. *„Neexistuje mýtus, který by neodkrýval nějaké mystérium, neodkazoval na prvotní událost, jež se stala základem a*

*východiskem nějaké struktury reality nebo lidského chování.*“ (Eliade, 1998, s. 9). Z této teze vyplývá, že mýtus nemůže být ze své podstaty osobní, individuální či soukromý, ale odhaluje činnosti a existenci nadlidských bytostí. Mýtus se stává vzorem pro celý svět i pro věčnost, neboť tyto nadlidské bytosti jednají příkladně na úrovni primitivního duchovního života to také znamená, že jednají univerzálně. Jestliže člověk nepřijímá mýtus jako odhalování mystérií, mění se mýtus společenským působením na legendu či pohádku (Kratochvíl, Bouzek, 1994). Marie von Franz (1999, s. 10) říká, že mýty jsou nejhlubší vrstvou lidského nevědomí. „*Symbolizují totiž nevědomé procesy, které popisují nikoliv počátek našeho vesmíru, ale počátek nevědomého vnímání světa člověkem.*“ Působí neustále v lidovém prostředí, mýty zachované z ranných období dějin národů se prolínají s naším dětstvím a vlastní zkušeností. Základní funkcí mytologie a rituálů je podle Campbella (2000, s.27) „*dodávat symboly, jež pozvedají lidského ducha a působí v protikladu k jiným stálým lidským představám, jež ho naopak srážejí.*“

Pohádka a mýtus používají podobných dramatických prvků, analogických událostí i hrdinů, ale jejich konečné vyústění je protikladné. Zatímco mýtus je povětšinou tragický a pesimistický, pohádka končí jasně optimisticky (Černoušek1990). Právě tímto se pohádky zásadním způsobem liší od jiných příběhů, v nichž se také odehrávají fantastické události, ale šťastný konec v nich nehraje hlavní roli, stejně tak jako hrdinova ctnost a působení nadpřirozených sil.

Bettelheim uvádí, že v rámci antropologických podobností mezi mýtem a pohádkou, se lze domnívat, že oba útvary byly odvozeny z iniciačních ritů neboli přechodových rituálů. Anebo byly alespoň jejich symbolickým vyjádřením, např. smrt krále jakožto „*obrazná smrt starého, nedostačujícího bytostného Já, které má být zroeno na vyšším stupni existence*“ (Bettelheim, 2000, s. 37).

Mezi pohádkou a mýtem existují nejenom zásadní podobnosti, ale i rozdíly. Důležitý je naprosto odlišný způsob sdělování příběhu. Bettelheim (2000) to popisuje tak, že převažující pocit z mýtu je, že je to ojedinělý případ, který by se běžnému smrtelníkovi nemohl stát. Je to něco velkolepého, něco, co vzbuzuje úžas. Naproti tomu události v pohádkách ač třeba neobvyklé a prapodivné jsou často pokládány za něco obyčejného, co by se mohlo stát každému z nás. Pohádky se vyprávějí nenápadným téměř každodenním způsobem (Bettelheim, 2000, s. 38).

### 3. STRUKTURA POHÁDKY A JEJÍ „HAPPY END“

*„Za dávných, pradávných časů žil jeden král, měl tři dcery a všechny byly krásné.“*

Tak začíná jedna z nejznámějších pohádek bratří Grimmů, O králi žabákovi (Grimm J., W., 1969, s.5). Pohádky děti informují o zkouškách, které ve skutečném životě nadejdou. Jsou o úsilí, jež je nutno vynaložit, na zvládnutí příslušných úkolů zrání a vývoje. Jsou poutavé svou symbolikou, podněcují představivost a poskytují vhledy do citových procesů, do způsobu sebepožívání (Černoušek,1990).

Ve dvacátých letech našeho století vydal ruský badatel Propp knihu o analýze struktur zápletek v pohádkách. Poukázal na jistou univerzalitu pohádkového dění. Pohádky mají určitou strukturu, dramatickou linii, která vždy končí šťastným rozuzlením.

Začínáme **expozičí**, čili **místem a časem**. Místem příběhu je ono kdesi kolektivního nevědomí, jemuž chybí čas i prostor (Franz, 1998). Pohádky často začínají „Bylo nebylo...“ nebo „Byl jednou jeden...“ a to znamená, že neznáme skutečný čas ani místo, kde se pohádka odehrává. Poskytují tak místo pro fantazii a snění. (Cath, 1978). Mnoho pohádek se však neodehrává cele za hranicí tohoto světa. Jsou zde také vypravování o návštěvě pohádkového kraje a následném návratu domů (Neubauer, 1990). Je mnoho poetických způsobů, jak vyjádřit tajemné kdesi například: „ *U jednoho velikého lesa stála malá chaloupka...*“ či „*Za dávných časů, to ještě Pánbůh sám chodíval po zemi...*“ anebo, „ *Nepotkávají se hory s horami, ale lidé s lidmi, někdy dobří se zlými...*“ (Andersen,1985). Eliade (1998) říká, že většina mytologů nazývá toto tajemné kdesi „bezčasá věčnost“, nyní a po všechny věky. Začátek je jakousi přípravnou sekcí, ve které se formuluje základní forma zla a definují se prvky vyprávění (Černoušek, 1990).

Dále bývají představeny **zúčastněné osoby tzv. dramatis personae**. Hned na počátku bývají v pohádce představeni hlavní protagonisté, kteří jsou pro symbolický výklad velmi důležití. Marie von Franz doporučuje sečíst počet osob na začátku příběhu a pak na konci. Všimneme si tak, že se velmi často stává, že počet osob je stejný, avšak v jiném seskupení. Spojující položky uvádějí do vyprávění vystoupení hrdiny a síly, které působí proti němu.

Potom následuje **počátek problému**. Přichází v podobě bezdětného královského páru, jako v pohádce O Šípkové Růžence nebo v podobě na smrt nemocného krále v pohádce O živé vodě. Na začátku každé pohádky se vynoří nějaká potíž, která vede k zápletce a tak

činí příběh zajímavým. Při výkladu pohádek je důležité, co nejlépe určit o co v této potíži psychologicky jde (Cath, 1978).

Další fází pohádky, často také nejdelsí, je **peripetie** neboli **zápletka**. S ní přicházejí výšky a hloubky příběhu. Může být buď kratičká nebo dlouhá. V jedné pohádce může být dokonce několik zápletek a na tom pak závisí délka celé pohádky. Zde obvykle do pohádky vstupuje kontrola magického činitele. Pohádka se přesouvá na jiná místa, než kde se začala a „*odvíjí se boj s nositelem zla*“ (Černoušek, 1990, s. 23). Náš hrdina zpravidla nezvítězí hned napoprvé. Pro větší dramatickosti a eskalaci napětí, musí zpočátku vítězit nositel zla. Před konečným finálovým zničením těchto temných sil je hrdina nucen projít nějakou zkouškou nebo několika zkouškami, kdy plní zadané úkoly a často je pronásledován.

Až na několik málo výjimek následuje po peripetii **vyvrcholení příběhu** nebo také **lysis**. Můžeme hovořit také o pozitivní nebo negativní lysis, o konečném výsledku, který často spočívá v tom, že princ získá svou vyvolenou princeznu, vezmou se a žijí spolu šťastně až do smrti. „*Mnohdy svatba představuje, přímo symbolizuje konečné sjednocení protikladů a usmíření protichůdných sil*“ (Černoušek, 1990, s. 24). Obvykle také následuje trest pro nekalé zlé síly. V některých pohádkách není lysis ani katastrofa a příběh se jakoby vypaří či vsákne do písku. A jiné pohádky obsahují zase něco navíc, jakousi strofu na konci pohádky, která představuje výstupní rituál. Pohádka totiž odnese posluchače někam daleko do snového světa fantazie, kde nesmí zůstat. Proto musí být na konci vyveden nazpět do světa tady a teď, do přítomné reality (Franz, 1998). „*Pohádka končí, to víš. Tamhle běží myš, kdo ji chytí, ať z ní má chlupatou čepici s ušima*“ (Grimm, 1969, s. 46).

Strukturální varianty pohádek jsou sice naplňovány různým obsahem, který se mění podle tradice daného kraje a země. Pohádka jakožto literární útvar podléhá místnímu folklóru a do jisté míry i národním charakteristikám, ale ve své působnosti nakonec vždy dá zvítězit kladným hrdinům nebo hrdinkám. „*Děj se v pohádkách točí jako kolo štěstěny, ovšem zastaví se v příznivé poloze. V takové, odkud je možný romantický pohled na konečné usmíření různých sil, vytvářejících pohádkové napětí*“ (Černoušek, 1990, s. 24).

Na rozdíl od jiných příběhů je zlo v pohádkách stejně zjevné a všudypřítomné jako dobro. Obé je ztělesněno v určitých postavách a jejich činech, tak jako v reálném životě, kde tato dualita panuje v každém z nás. Někdy má zlo navrch a v mnoha pohádkách zaujme přemožitel místo hrdiny, ale vždy jen na okamžik.

## 4. POJEM PSYCHOTERAPIE

Pojem a pojetí “terapie” procházejí v dějinách oboru proměnami. Nejprve toto slovo znamenalo službu, až později se stalo synonymem pro “léčení”. Psychoterapie dnes znamená “psychologickou léčbu”. Již v minulém století se však mezi lidmi z pomáhajících oborů začalo prosazovat pojetí psychoterapie, které přesahuje rámec pouhé léčby duševních a tělesných zdravotních poruch a rozšiřuje opět význam tohoto slova na psychologickou pomoc v nesnázích, které mají povahu osobních, vztahových a sociálních problémů vůbec, nikoli pouze zdravotních. Za připomínku stojí, že i pojem zdraví sice není v současnosti jednoznačně vymezen, avšak z tradičního pojetí zdraví těla se dnes v moderních definicích rozšiřuje také na oblast duševní, duchovní a sociální. V úvodu této kapitoly podávám tedy definici psychoterapie a popíši jaké jsou její cíle. Dále pak stručně načrtnu dělení psychoterapie.

### 4.1 Definice psychoterapie

Jedním z požadavků dneška je, aby psychoterapie sloužila jako nástroj pomoci i v oborech nelékařských, tzn. v různých druzích poradenství, pedagogiky normální i nápravné včetně vězeňství, duchovní péče atd. Současný boj o právo vykonávat psychoterapii probíhá od zprvu velmi neochotného a všelijak podmíněného uznání lékařů psychiatrů, že nejprve i lékaři jiných oborů a pak i kliničtí psychologové mohou také vykonávat psychoterapii v rámci péče o zdraví. Postupně byly realizovány a pak i schváleny odborné výcviky v psychoterapii pro další pracovníky ve zdravotnictví. Mohu jmenovat např. zdravotní sestry, ošetřovatele a někde i sociální pracovníky a pedagogy, jimž byla umožněna specializovaná účast na poskytování psychoterapeutické péče.

Psychoterapie podle Kratochvíla (2000, s. 13), *„je léčebná činnost, léčebné působení, specializovaná metoda léčení nebo soubor léčebných metod, záměrné ovlivňování, proces sociální interakce. Specifický rozdíl odlišující tuto činnost od jiných činností, lze hledat v několika směrech: a) čím působí, b) na co působí, c) čeho má dosáhnout, d) co se při ní děje a e) kdo působí.“*

Obecně lze říci, že je to působení psychologickými prostředky, které psychoterapeut používá záměrně a plánovitě. V psychoterapii jde o navázání léčebného terapeutického vztahu a jejím prostředkem je rozhovor a neverbální chování, které vede pacienta

k uvědomování a prožívání emocí, jež mu dříve nebyly dostupny. R. L. Goulding o psychoterapii říká: „...*je to pro mě víc než jen umění, je to také věda a domnívám se, že vědu můžeme vyučovat ostatní. Je to věda o změně člověka – o změně jeho myšlení, cítění, chování a občas i o změně tělesného schématu*“ (in Zeig, 2005). Psychoterapie má za cíl zmírnit duševní utrpení člověka a pokud možno i odstranit jeho příčiny. Výsledkem je tak pomáhat člověku v rozvoji jeho osobnosti a harmonizovat jeho tělesnou, duševní i duchovní stránku. Dá se říci, že každý směr má i svou vlastní podrobnou definici psychoterapie. Ta zpravidla obsahuje i určitou teoretickou koncepci a tím vylučuje psychoterapeutické přístupy jiného druhu. Nám proto postačí výše uvedená základní definice psychoterapie a dále se budeme zabývat druhy psychoterapie.

## 4.2 Dělení psychoterapie

Psychoterapie jakožto disciplína poměrně obsáhlá a komplexní se dá dělit z několika hledisek. Některá dělení vystihují polaritu či kontrastní možnosti psychoterapeutického přístupu, je nutno však dodat, že ty se v praxi jen zřídka objevují v této extrémní podobě. Kratochvíl (2000, s. 15) rozděluje psychoterapii takto:

Psychoterapie **direktivní** a **nedirektivní**.

Při direktivní psychoterapii působí terapeut na pacienta přímým usměrňováním jeho myšlení, postojů a chování. Dává mu rady a příkazy a vyžaduje splnění určitých úkolů a cvičení. Může také použít bdělé či hypnotické sugesce. Příkladem direktivní terapie je kognitivně-behaviorální směr. Jeho významný představitel dnes Albert Ellis jej definuje takto: „...*racionálně-emoční terapie má dva základní aspekty. Tím prvním je pomoc klientům minimalizovat iracionální myšlení, neúčinné pocity a dysfunkční chování...* „*Tím druhým je pomoc klientům, aby dospěli k úplnější seberealizaci a k vyšší míře spokojenosti, potěšení, radosti a sebenaplnění, než jakých by jinak dosahovali*“ (Zeig, 2005, s. 200). Koncepce, která k takovému výsledku vede je podle Ellise jednoduchá. Po vnějším podnětu A následuje emočně nabitý důsledek C. Vypadá to, jako by A bylo příčinou důsledku C, ve skutečnosti jsou tyto emoční důsledky způsobeny systémem názorů, postojů a přesvědčení jedince, které Ellis označuje jako B. Je tedy nutno tyto nerealistické postoje a názory a vypracovat novou racionální životní filosofii (Zeig, 2005).

V nedirektivní psychoterapii je terapeut spíše takovým průvodcem, jenž podněcuje pacienta ke slovní a emoční činnosti, vytváří bezpečnou atmosféru pro pacientovo



sebepoznávání. Vyhýbá se udělování rad, sugescí či v extrémním případě projevování vlastního názoru. Podle Rogerse (1998) jedinci sami disponují ve svém nitru nesmírnými potencemi sebeporozumění a proměny vlastního sebepojetí, základních postojů a jednání zaměřeného na vlastní self. Tyto možnosti mohou být využity v definovatelné atmosféře, ve které vládou podporující psychologické vztahy. Důležitým je zde slovo atmosféra, od které se vše odvíjí. Aby skutečně podporovala osobnostní růst, musí podle Rogerse (1998) terapeut splňovat tři základní podmínky. Musí být autentický, opravdový. Laicky řečeno, čím více je terapeut sám sebou, nevypouští žádnou profesionální mlhu a nenasazuje si žádné masky, tím více mu klient bude důvěřovat a růst konstruktivním způsobem. Terapeut musí přijmout klienta takového jaký je, se všemi jeho pozitivními i negativními aktuálními pocity. A konečně musí pacientovi empaticky naslouchat. Jde především o aktivní naslouchání, o ponoření se do klientových pocitů natolik, aby terapeut dokázal interpretovat jejich obsahy.

#### Psychoterapie **individuální** a **skupinová**.

Při individuální terapii je působení zaměřeno na jednotlivce. Typickým představitelem individuální psychoterapie je psychoanalýza, ale také jungiánská a rogersovská terapie, kognitivní terapie, gestaltterapie, logoterapie, transpersonální terapie, satiterapie a další eklektická a integrativní pojetí psychoterapie. Důležitými faktory, které spojují všechny tyto směry jsou především: důraz na vztah mezi pacientem a terapeutem, výklad pacientovy poruchy, emoční uvolnění pacienta, konfrontace s problémy a posílení křehkého pacientova ega (Kratochvíl, 2000).

Skupinová terapie využívá dynamiky vztahů vznikajících mezi členy plánovitě vytvořené skupiny. Rieger (2007) popisuje sedm etap vývoje skupiny.

- 1) Rozhodování je období chaosu a vzájemného poznávání se.
- 2) Orientace - jejím cílem je zmapování teritoria a vytvoření základní matrice skupiny.
- 3) Sdružování – vzniká sebeorganizující centrum skupiny a otevírá se tím možnost k projevům skupinového nevědomí, vytváří se to, co lze nazvat duchem skupiny.
- 4) Podléhání – skupina je strukturovaná a tak slábne význam funkcí ve skupině. Individuality jednotlivých členů se spojují a prolínají.
- 5) Konfrontace – je-li vývoj přiměřený, začíná stav přílišné závislosti jednotlivých členů na sobě tlačit a dusit. Někteří členové vyčkávají, co bude dál, jiní utíkají a třetí alternativou je přímá konfrontace s aktuální nepříznivou situací.

6) Objevování – touto etapou začíná „dospělost“ skupiny, *otevívá jí objev pozice „Já“ ve struktuře skupiny, v uspořádaném a přehledném „My“* (Rieger, 2007, s. 138). Stabilizuje se pocit příslušnosti ke skupině, vyrůstají různá témata k hovoru.

7) Uvolnění – touto etapou se završuje psychotherapeutický proces ve skupině. V rámci rekapitulace se objevuje téma: Co mi skupina dala a vzala. Výsledkem je pozvolná změna chování členů skupiny.

Za jedny z hlavních iniciátorů skupinové psychoterapie bývají považováni Zorka a Jakob Morenovi. Výhody skupinové terapie vidí R. C. Gouling v povzbuzení, které se člověku dostává nejen od terapeuta, ale i od dalších lidí. Ve skupině je podle něj snazší mluvit o zakázaných tématech, protože věci, o kterých by se v individuální terapii těžko mluvilo, se ve skupině stávají samozřejmostí. Výhodou pro terapeuta je ekonomická stránka, jak finanční tak časová. Osmi lidem se dají vysvětlit některé poznatky o životě a autonomii rychleji, než kdyby to člověk probíral s každým pacientem zvlášť (in Zeig, 2005).

Psychoterapie **podpůrná a rekonstrukční**.

Podpůrná terapie se nesnaží o změnu osobnosti, ale poskytuje porozumění, podporu a pomoc. Zdůrazňuje pozitivní rysy osobnosti, vede k pozitivnímu myšlení a důvěře ve vlastní síly. Pomáhá při zvládnání aktuálních situací a problémů. Kastová (2000) říká, že při krizové intervenci jde o to, pátrat po zdrojích pomoci u člověka zasaženého krizí. Ptáme se po existenci nosných vztahů v životě pacienta, ale také po tom, zda nepřichází pomoc z nevědomí jedince, např. v podobě snů. *„K vlastní krizové intervenci dochází, když dokážeme s člověkem navázat kontakt a porozumět tak ohrožení, které pociťuje“* (Kastová, 2000, s. 22).

Rekonstrukční psychoterapie usiluje o přestavbu osobnosti. Bývá dlouhodobá a závažně zasahuje do postojů jedince, jeho hodnotového systému a motivací.

Psychoterapie **symptomatická a kauzální**.

Symptomatická terapie se zaměřuje na chorobný příznak a snaží se jej odstranit. Kauzální terapie se snaží zjistit a odstranit příčinu. Oba dva směry mají svá pro a proti. K symptomatické terapii se staví kriticky hlubinné a dynamické směry, protože předpokládají, že její účinek je jen krátkodobý, symptom se buď objeví znovu nebo vznikne místo něho jiný, ale problém sám se tím neřeší. Na druhou stranu se často bez symptomatické terapie neobejdeme, ať pro nedostatek času k terapii kauzální, nebo pro neodstranitelnost kauzálních faktorů. Stává se také, že když u pacienta pominou symptomy, dokáže se s problémy sám snáze vyrovnat.

Drapela (1998) říká, že jestliže chceme porozumět lidskému chování, musíme především pochopit síly, které jej utvářejí. V každém z nás je spousta takových sil, některé jsou intrapersonální, mají vztah k našim vnitřním pochodům, jiné jsou interpersonální, určují vztahy k lidem okolo nás. Podle Kestenbauma (2003) je lidská potřeba tvořit a uspořádat si svůj vnitřní svět, jednou ze základních schopností člověka, jež nás odlišují od ostatních stvoření. Tvoříme z chaosu a z chaosu nevědomí k nám občas probleskují paprsky světla. Když je však tma příliš hustá, potřebujeme pomoc. Tou pomocí může být třeba psychoterapie a její nepřehledné množství technik.

## **5. PSYCHOTERAPEUTICKÉ SMĚRY A JEJICH VZTAH K POHÁDCE**

Tato kapitola pojednává o třech psychoterapeutických školách, které se zabývají pohádkou. U každé psychoterapeutické školy představím nejprve její základní pojmy a principy a pokusím se vystihnout cíl terapie, tak jak jej příslušná škola formuluje.

Dále se budu zabývat pojetím pohádky v rámci příslušné školy a způsobem, jakým je pohádka v psychoterapii využívána. Tyto školy vycházejí z toho, že kontextem pro porozumění pohádky mohou být psychické procesy. Shodný názor panuje v tom, že pohádka zrcadlí základní lidská témata, kterými jsou primární mezilidské vztahy, vývojové úkoly a krize a v neposlední řadě také intrapsychické konstelace a konflikty. Odlišnosti bývají v představách, jaká témata, úkoly a krize to jsou.

### **5.1 Psychoanalytická teorie**

Její zakladatelem je Sigmund Freud, ale od jeho dob se psychoanalýza poměrně hodně transformovala, rozvětvila do různých směrů a dnes již není jednotnou teorií. Nebudu zde tudíž uvádět přehled všech myšlenek a konceptů psychoanalýzy. Mitchell a Blacková (1999) mají za to, že společným znakem všech psychoanalytických směrů je: uznávání významu nevědomých procesů, zájem o zkoumání subjektivní zkušenosti a důraz na komplexnost psychiky.

Z klasické psychoanalýzy považují za důležité popsat strukturální teorii osobnosti, zmínit se o teorii pudů, fázích psychosexuálního vývoje a významu snů. Podle Freuda (1991) je osobnost uzavřeným systémem. Existují tři základní složky osobnosti, subsystemy, z nichž každá pracuje částečně vědomě a částečně nevědomě. Existují pospolu a jsou mezi sebou v neustálém boji (Drapela, 1998). Jsou to: ego – já, superego – nadjá a id – ono. Ego se řídí principem reality, převádí požadavky id do přijatelné podoby. Superego představuje sadu mravních hodnot a sebekritických postojů (Mitchell a Blacková, 1999). Id je nestrukturovaná instinktivní energie proudící z hlubin nevědomí. Id se domáhá okamžitého a úplného uspokojení svých tužeb, superego omezuje a zakazuje a ego hraje roli prostředníka mezi nimi. Konflikt je pro Freuda intrapsychický střet v těchto složkách lidské psychiky a vytěsněním tohoto konfliktu vytváří předpoklad neurózy. Nevědomý konflikt se symbolizuje ve snech a chybných výkonech (Kratochvíl, 2000).

Síly, které existují za napětími vzbuzovanými potřebami id, jsou nazývány pudy. Vycházejí z tělesné podstaty, ale jsou manifestovány v myšlenkách, pocitech a v chování člověka. Protože člověk touží po jejich okamžitém uspokojení, dostává se často do konfliktu jednak sám se sebou a jednak se svým okolím. Ačkoliv Freud uznával existenci mnoha pudů mezi nimi např. pud sebezáchovy, vyčlenil však dva základní a to pud života Erós a pud smrti Thanatos. „*Thanatos se vyznačuje destruktivitou a řídí se principem nirvány*“ (Drapela, 1998, s. 25). Projevuje se zlostí a agresivním chováním. Erós se řídí principem slasti, jeho zaměření je sexuální a je spjat s různými částmi těla, potažmo s erogenními zónami.

Během vývoje dítěte vždy převládá určitá zóna, okolo které je uspořádán emoční život dítěte. Podle dominující erogenní zóny Freud diferencuje fáze psychosexuálního vývoje. **Orální stadium** trvá přibližně do 18 měsíců věku dítěte. V této fázi vývoje jsou primárním místem příjemných pocitů ústa dítěte, protože novorozeně spojuje slast s příjmem potravy (Drapela, 1998). **Anální stadium** se vyskytuje mezi 18 měsíci a 3 roky věku dítěte a primárním zdrojem libosti je konečník (Kratochvíl, 2000). Uspokojení nalézá v agresi a v zadržování a vypouštění stolice. Pro zdravý duševní rozvoj dítěte je nezbytné, aby měli rodiče přiměřené požadavky na čistotu, tedy ani ne přehnané ani příliš laxní. **Falické stadium** se objevuje kolem třetího roku života dítěte a je typické tím, že dítě zaměřuje svou pozornost na svou genitální oblast. Tu vnímá jako zdroj příjemných pocitů. Podle Freuda v tomto období vzniká Oidipův konflikt u chlapců a Elektrín konflikt u dívek, kdy si dítě nevědomě přeje získat pro sebe jakožto partnera rodiče opačného pohlaví a rodiče stejného pohlaví vnímá jako soka (Drapela, 1998). **Období latence** je zdánlivým spánkem sexuálních impulzů, kdy je libido transformováno do školní práce a jiných zájmových činností. V pubertě začíná **genitální stadium**, ve kterém jedinec postupně dosahuje pravých erotických vztahů. Je to vývojové stadium závěrečné a je vstupem do dospělosti (Drapela, 1998).

Další autoři přesouvali ohnisko své pozornosti jinam. Egopsychologii začal budovat Heinz Hartman a soustředil se především na podrobnější pochopení ega, jeho funkce a obranné mechanismy. „*Zájmy ega se vyvíjejí z potřeby žít ve světě a být v něm úspěšný. Úkolem ega je mimo jiné zajistit adaptaci jedince na vnější skutečnost a na zvládnutí vztahů s okolím*“ (Kratochvíl, 2000, s. 27). Margareta Mahlerová přispěla k egopsychologii dlouhodobým sledováním normálního a patologického vývoje dětí. Podle Mahlerové je dítě v prvním měsíci plně ponořené do sebe, je to fáze autistická. Mezi druhým a čtvrtým měsícem je ve fázi simbiotické s matkou, kdy nedokáže odlišit

sebe a okolí. Třetí fázi sahající zhruba do tří let je proces separace individuace, během něhož se dostává do fáze objektní stálosti, kdy si plně uvědomuje svou oddělenost (Kratochvíl, 2000). Z dalších představitelů psychoanalytické teorie bych ještě uvedla Heinze Kohuta představitele selfpsychologie, který se zaměřil na pochopení narcistické osobnostní patologie a jenž vypracoval teorii objektních vztahů (Mitchell a Blacková, 1999). Cílem psychoanalytické terapie je posílit ego, učinit je méně závislým na superegu, rozšířit jeho rozhled a přeorganizovat ho tak, aby si mohlo přisvojit nové oblasti, které ovládá id (Freud, 1991). Mitchell a Blacková (1999) tvrdí, že po Freudovi byly cíle psychoanalýzy přehodnoceny a hodnota života je posuzována spíše podle jeho autenticity a zanícenosti. Freudův cíl „milovat a pracovat“ tak byl doplněn o snahu učit se, jak se z těchto věcí radovat a být na ně hrdý.

Freud se pohádkou zabýval jen okrajově. Pohádky jsou jednou z asociací ke snu, přičemž rozvíjení těchto asociací přispívá k interpretaci snu. Ve Freudových přednáškách se dočteme o tom, jak již prastaré národy hledaly ve snech předzvěsti událostí. Staří Řekové by se před válečným tažením neobešli bez vykladačů snů stejně, jako dnes my bez pátracích letadel (Freud, 1991). Rainwater (1993) na základě pokusů na spících lidech, které proběhly v šedesátých letech minulého století uvádí, že sny jsou z biologického hlediska pro organismus nezbytné.

Podle Freuda jsou sny nevyhnutelně výrazem iracionální složky naší osobnosti. Jeho výklad snů spočívá na stejném principu jako jeho psychologická teorie. Základem je, že můžeme mít snahy, city a přání, které ženou naše jednání, jichž si však nejsme vědomi. Tyto snahy jsou označovány jako nevědomé. Nevědomé jsou proto, že existuje cenzor, který nám brání si je uvědomit. Freud vysvětloval neurotický symptom tak, že člověk vytěsňuje některé své snahy ze strachu z odmítnutí nebo ztráty souhlasu rodičů a přátel. Vytěsnění těchto snah však neznamená, že přestávají existovat. Ve skutečnosti jejich existence trvá a s o to větší silou se projevují, jen jiným způsobem tak, že si toho nejsme vědomi. To co si takový člověk uvědomuje, je pouze to, že se nežádoucí city a přání ztratily. Byl by zděšen, kdyby zjistil, že dále existují, někdy se vynoří, upozorní na sebe, zkreslí se a zase skryjí. Vědomé myšlení pak nepoznává, čím tyto city a přání ve skutečnosti jsou. Freud jako první identifikoval neurotický symptom jako něco, co je vyvoláváno silami v nás a co má určitý smysl, jestliže k němu máme klíč (Fromm 1999).

Dnešní hlubinná psychologie je přesvědčená o tom, že sny je nutno vykládat individuálně. Vyložit, znamená najít skrytý smysl (Freud 1991). Sny a jejich symboly musíme chápat v individuální rovině každého člověka. V jiné době, situaci nebo u jiného

člověka může mít symbol zcela odlišný význam. Je nutno tedy posbírat celou řadu údajů, které přidáme k samotnému snovému textu. Této sumě dat se říká kontext (Černoušek, 1988).

Ve vlastním analytickém sezení se člověk propracovává k zachycení subjektivních asociací a obecných lidských tendencí, jež můžeme nazvat „objektivní asociace“. Subjektivní asociace se vztahují k osobním prožitkům životní historie, naproti tomu „objektivní asociace“ mají vztah ke kolektivním představám, které pocházejí z mýtů, folkloru, etnologie a v neposlední řadě pohádek.

Podle Bettelheima (2000) je hlavní význam pohádek pro děti ten, že jim pomáhají orientovat se v sobě i ve světě a vypořádat se s nevědomými tlaky a konflikty, kterým čelí. Jedním z témat zobrazených v pohádkách je vztah rodičů a dětí. Různé pohádkové postavy zobrazují pozitivní a negativní aspekty rodičů. Obsahem dalších pohádek je separace a s ní spojená separační úzkost, např. v pohádce O perníkové chaloupce, v jiných jde zase o sourozeneckou rivalitu (Popelka) nebo o rivalitu mezi rodičem a dítětem (Sněhurka). Zdá se mi, že Bettelheimův přístup k výkladu pohádky je velmi pružný, někdy přiřazuje různé interpretace ke stejným motivům, ale zároveň i velmi výstižný. Z praxe mnoha psychoanalytiků vyplývá, že s pohádkou lze pracovat buď přímo, pokud ji zmíní sám pacient, a to v podstatě podobně jako sen. Lze ji interpretovat z hlediska vývojových konfliktů, také z hlediska přenosu a protipřenosu a lze se na ni odkazovat v souvislosti s tím, co pacient do terapie přináší. Röhr (2001) na pohádce bratří Grimmů Železná kamna ilustruje problematiku narcistické poruchy osobnosti a možnosti jejího léčení. Princ, který je uvězněný v železných kamnech je obrazem narušené schopnosti sebelásky a značí obrovskou izolovanost od druhých lidí i od vlastních pocitů. Princezna, jež ho vysvobozuje je pak chápána jako část narcistického člověka, který se vydává na dalekou cestu za sebepoznáním na jejímž konci se skví znovuobjevená schopnost milovat. Pohádka pak ilustruje kroky nezbytné na této cestě. Prvním je přiznání si vlastního zoufalství, pak přichází konfrontace s odmítanými částmi své osobnosti, překonání neproniknutelné fasády a agresivního obranného postoje a konečným krokem je rozpoznání falešného a nalezení pravého já.

## 5.2 Analytická teorie

Carl Gustav Jung, žák S. Freuda, navázal na jeho práci a stal se jednou z vedoucích postav mezinárodního psychoanalytického hnutí. Postupně se však s Freudem jak osobně tak odborně rozešel (Kratochvíl, 2000). Pro Jungovo pojetí psychoterapie je typický zájem o starou moudrost lidstva, filosofii, náboženství, umění, mýty a také o pohádky. Abychom pochopili jungovské pojetí pohádky v terapii, měli bychom se nejdříve zabývat konceptem teorie osobnosti podle Junga a jeho základními pojmy, nevědomím, archetypy, komplexy a individuací. I když Jung mnohé principy psychoanalýzy přijal, nepokládal sexuální pudy za hlavní činitele lidského chování. Pojímal osobnost jako samostatnou soustavu (Drapela, 1998).

Struktura psyché se podle Junga sestává ze čtyř hlavních subsystémů. **Kolektivní nevědomí** je prvním z nich. Je to zděděná část psyché, souvisí s minulostí a obsahuje v sobě duševní život našich předků (Jung, 1969). Má často mytologický charakter a její motivy se shodují s pohádkami. Je to také možný zdroj moudrosti v lidském životě. Podle Junga reprezentují kolektivní nevědomí také sny, jež jsou vyjádřením archetypů. Tyto symbolické fantazie vycházející z archetypů a projevující se ve snech, ovládají veškeré pole lidské aktivity (Mucha, 2000). Jung říká, že hlavní funkcí snu je obnovit a znovu nastolit psychickou rovnováhu jedince. Sen může také znázornit budoucí obsahy osobnosti o nichž v současnosti nevíme. (Dieckmann, 2004). Základními strukturními prvky kolektivního nevědomí jsou však **archetypy**. Jsou to jádra původních představ spjatých s přírodními jevy a tendence nabitě silným emočním obsahem. Podle Kastové (2000) jsou archetypové zkušenosti naléhavé a podmaňující. Vyvolávají dojem něčeho významného takřka osudového (Edinger, 2006). K významným archetypům řadí Jung především personu, což je maska nebo role, kterou člověk hraje na veřejnosti, stín je soubor primitivních impulsů, ale také spontaneity a tvořivosti, animu, což jsou ženské prvky v mužské psychice a anima, což jsou mužské prvky v ženské psychice (Kratochvíl, 2000). Podrobně se Jung věnuje archetypům a nevědomí v knize Výbor z díla II.

Dalším je **osobní nevědomí**, kde jsou z vědomí vytěsněny, potlačeny a jinak zapomenuty city, myšlenky a různé interpersonální zážitky (Jung, 1996). **Komplexy** jsou základními strukturními jednotkami osobního nevědomí. Představují psychické prvky, které se vymkly kontrole osobního vědomí a samostatně existují v temné oblasti psyché. Podle Kastové (2000) je možno je zviditelnit v symbolech. Mohou se také personifikovat, např. jako postavy ve snech nebo hlasy halucinací. Komplexy vznikají z významných



traumatických osobních zážitků a hrají podstatnou roli při vzniku neuróz. Je v nich vázán velký energetický potenciál, jenž může být v terapii využit a proměněn k obnově rovnováhy sil v bytostném já. Jung věřil, že ego a bytostné Já by spolu měly být v úzkém kontaktu. Kastová (2000) říká, že archetypové zkušenosti jsou naléhavé, podmaňující, že vyvolávají dojem něčeho, co nás všechny oslovuje jako osud. Dále tvrdí, že archetypy jsou jádrem komplexů a dostávají se do vědomí prostřednictvím osobních komplexů v podobě symbolů. Jung předložil, jak říká Kratochvíl (2000, s. 38)) daleko optimističtější pojetí lidské přirozenosti než Freud, protože podle Junga jsme především motivováni zrát, zlepšovat se a rozvíjet. Takže vývoj nekončí, pokračuje během celého života. První polovina života, tj. do 40 let je zaměřena navenek a jejím úkolem je socializace, splnit si své úkoly ve společnosti i v rodině. Druhá polovina je potom zaměřena dovnitř člověka. Toto je období, kdy bychom měli směřovat k integraci všech vědomých a nevědomých složek osobnosti. To Jung nazývá individuací. Kastová (2000) v této souvislosti hovoří o procesu dialogického střetávání vědomí s nevědomím. K tomuto procesu patří nezbytně sebezpřijetí, dosažení autonomie a to ve smyslu odpoutání se do jisté míry jak od společenských měřítek, tak od pout osobního i kolektivního nevědomí.

Třetím subsystémem je podle Junga **ego** neboli vědomé Já. Ego je vědomou myslí, která je odpovědná za trvalou identitu osoby, za její chování, uvažování, cítění, rozhodování i cílené snažení (Drapela, 1998, s. 36). „*Ego samotné však nemůže člověku nabídnout vrcholné příležitosti vývoje, kterých je jedinec schopen dosáhnout*“ (tamtéž).

**Bytostné Já** slouží jako katalyzátor vnitřního růstu osoby, protože podporuje vyváženou syntézu vědomých a nevědomých procesů a usnadňuje tak spojení psyché s vnějšími silami růstu. „*Je to symbol, který spojuje protiklady, prostředník, který dává uzdravení, to on je tím, kdo vytváří celistvost*“ (Jung, 1969, s. 164). Jung říká, že bytostné Já je nadřazeno vědomému Já, protože v sobě zahrnuje nejenom vědomou, ale i nevědomou složku osobnosti. Pokládá ho za prvotní základ psyché, jehož hloubka je nezjistitelná.

Cílem analytické psychoterapie podle Junga je, vyvolání takového duševního stavu, v němž začne pacient se svou bytostí experimentovat a nic už není provždy daného a zkamenělého. Chce docílit stavu vznikání, plynutí a následné proměny stavu Já (Jung, 1996). Kastová (2006) chápe terapeutický proces především jako proces individuace, jenž spočívá v propojení vědomí s nevědomím prostřednictvím symbolu. Důležité podle ní je i vydržet období stagnace v terapeutickém procesu, které je někdy předzvěstí velkých

změn. Člověk má na sebe vzít to riziko a být sám sebou, akceptovat se takový jaký je se všemi svými nedostatky, hranami a nerovnostmi.

Pohádky z pohledu analytické psychologie obsahují archetypální obrazy, jež jsou analogické k obrazům, vynořujícím se v průběhu terapie. V obou případech jde o symbolické ztvárnění individuace, zrání a vývoje jedince. Významná jungiánská analytička Marie Luisa von Franz vidí v pohádkách nejčistší a nejjednodušší výraz kolektivních nevědomých psychických procesů. Podle ní zachycují pohádky archetypy v jejich nejhutnější a nejpřesnější podobě, a to ještě jasněji než ostatní lidové útvary, v nichž jsou archetypy navíc překryty dalším kulturním materiálem. Její Výklad pohádek (1998) interpretuje pohádky na základě kolektivního nevědomí a odmítá jejich personalistický výklad. V pohádce podle ní nejde o vnitřní příběh jednotlivce a proto se na ně nemůžeme dívat z tohoto pohledu. Ve své knize uvádí, že hlavní hrdinové pohádek jsou archetypální postavy a nikoli aspekty individuální osobnosti. Pohádky usilují o to, aby popsaly jednu a tutéž psychickou skutečnost, ta je však tak obsáhlá a komplexní, že je potřeba stovek a tisíc opakování, aby ji lidské vědomí pochopilo. V pohádkách jsou také zobrazeny různé stupně individuálního procesu, během kterého je jedinec konfrontován s archetypy kolektivního nevědomí.

Kastová (1996), která s pohádkami ve své praxi pracuje, má přístup poněkud jiný. Nepopírá archetypový základ jak pohádky, tak konkrétních lidských prožitků, ale vždy také vztahuje pohádku k životnímu příběhu daného člověka. Také se shoduje s Franz v předpokladu, že pohádka zobrazuje různé etapy individuace. Pohádky se zabývají základními psychickými procesy. Jsou to příběhy o tom, jak zvládat problémy a jak se z nich poučit. S hlavním hrdinou můžeme spoluprožívat jeho potíže, dobrodružné cesty a zkoušky jež je provázejí. Pohádky nám zobrazují univerzální lidské problémy a sdělují nám přesvědčení, že i my je můžeme překonat procesem vnitřního růstu (Kastová, 1996).

Důležité pro analytické pojetí pohádky je, pokud je nahlížena z hlediska osobnostní roviny, že všechny postavy můžeme chápat jako určité aspekty osobnosti člověka nebo jako jeho skutečné vztahové osoby. Výkladem pohádek, tak jak je pojímá analytická psychologie se zabývali např. C. P. Estés (1999) anebo R. Bly a M. Woodmanová (1998).

### 5.3 Transakční analýza

Zakladatelem tohoto psychoterapeutického směru byl kalifornský psychiatr Eric Berne, jenž byl původně vyškolen v psychoanalýze. Během své vojenské služby získal Berne vztah k práci se skupinami a ještě po válce byl asi deset let psychoanalytikem (Kratochvíl, 2000). Podstatnou součástí skupinové terapie, tak jak ji pojímá Berne, je koncepce motivace, stavů ega, druhů mezilidské transakce, životních scénářů a her. Právě v analýze životních scénářů jsou důležité příběhy a pohádky, které člověka nejvíce oslovují v dané životní etapě.

V motivaci člověka, dle Kratochvíla (2000), zdůrazňuje Berne vedle biologických pudů také potřebu podnětů, uznání, struktury času a potřebu vzrušení. Projevy uznání nazývá Berne „pohlazení“ a podle něj jde o nejdůležitější formu podnětů. Může být jak slovní, tak tělesné. Nedostává-li se člověku dostatek kladných pohlazení, usiluje alespoň o získání těch negativních. K těm patří např. vyjádření nesouhlasu a kritiky. Proč tomu tak je? Berne (1997) říká, že i negativní kontakt je lepší než žádný kontakt, to že nás ostatní lidé berou na vědomí, je pro člověka nesmírně důležité. Strukturální analýza zahrnuje definici stavů ega a struktury osobnosti a vlastní transakční analýza se týká komunikace a popisuje různé životní scénáře a hry.

**Analýza struktury.** Podle Berna (1997) existují tři stavy ega. Rodič je stav odvozený od primárních osob, většinou rodičů, dítěte. Rodič je ta část osobnosti člověka, která ovládá a kontroluje. Vytváří také pravidla, kterými se člověk řídí a stanovuje limity. Zároveň se však také stará, utěšuje a vytváří pocit bezpečí, je nositelem tradice. Dítě je impulsivní a iracionální složka osobnosti. Na druhou stranu to ono je zdrojem naší spontaneity, tvořivosti a humoru. „Toto je tvé Dítě“ znamená v Bernově terminologii, teď reaguješ tak, jak jsi reagoval jako dítě. Dospělý zpracovává a hodnotí informace na základě svého rozumu a nabytých zkušeností. Umí zhodnotit realitu, není zatížen emocemi, takže dokáže zhodnotit jak požadavky Rodiče, tak požadavky Dítěte. Stavů Rodič a Dítě Berne dále diferencoval na stavy dílčí. Rodič může být pečující, kritický, autoritativní atd. V Dětském stavu můžeme rozlišit Dítě přirozené a způsobilé. Je zřejmé, že všechny stavy ega jsou potřebné a adaptivní, např. Rodič, když potřebujeme usměrnit, Dítě, když se chceme bavit a Dospělý, když potřebujeme něco racionálně přehodnotit. Žádná část tedy není dobrá či špatná, jen se někdy stane, že je v nevhodnou dobu aktivována ta nepravá část ega.

**Analýza transakcí.** Rozebírá mezilidskou komunikaci. Průběh i výsledek transakce, čili komunikace, je závislý na tom, v jakém stavu ega se jednotliví komunikující

nacházejí. Vznikají různé kombinace či typy transakcí (Rodič-Rodič, Dítě-Rodič, Dospělý-Dítě atd). Některé z nich jsou bezproblémové, jindy vzniká zmatek, napětí a konflikty.

**Analýza životních scénářů.** Scénář je životní plán založený podle Berna (1964) na rozhodnutí učiněném v dětství. Toto rozhodnutí posilují rodiče svým chováním a potvrzují události v životě člověka. Obecný rámec individuálního scénáře tvoří čtyři základní životní pozice:

- 1) Já jsem dobrý, vy jste dobří
- 2) Já nejsem dobrý, vy jste dobří
- 3) Já jsem dobrý, vy nejste dobří
- 4) Já nejsem dobrý, vy nejste dobří

Specifické scénáře se vytvářejí pod vlivem opakovaných rodičovských příkazů jako „buď hodná“, „na co sáhneš, to pokazíš“, „když se chce, všechno jde“ atd. (Kratochvíl, 2000). V Berneho pojetí je scénář něco, v čem člověk uvízne, co sváže jeho spontaneitu a také to, co změní jeho prožívání intimity ve vztazích. Na utváření scénáře mají vliv také pohádky a příběhy se kterými se člověk v průběhu života setkává. Při popisu scénářů využívá Berne (1997) často mýty a pohádky. Např. scénáři „Nikdy“, kde má člověk zakázáno získat to, po čem touží odpovídá mýtus o Tantalovi, scénáři „Dokud“, ve kterém člověk nezíská odměnu dokud nesplní určitý úkol zase mýtus o Herkulovi. Pohádková metafora je i v Berneho základním dělení scénářů na vítěze a poražené. Vítěze nazývá princí a princeznami, poražené zase žábami. Z klasických pohádek se Berne zabývá podrobně pohádkou O Popelce a O Červené Karkulce.

**Analýza her.** Hra je sled na sebe navazujících transakcí, zčásti zjevných a zčásti skrytých. Vede vždy k předvídatelnému konci s „výplatou“. Výplata se zase skládá ze záporných pocitů smutku, strachu nebo jiné negativní emoce pro oba zúčastněné. Hráči sbírají kupony, které si následně promění za silnější pocit nebo akci, např. rozvod, depresi, útěk do nemoci atd. Hry zahrnují role oběti, pronásledovatele a zachránce, přičemž ty se můžou v průběhu hry střídat. Hry jsou svou podstatou neupřímné a nečestné a nejsou zdrojem příliš velké zábavy. Berne (1964) velmi vtipně popisuje na třicet her. Podstatou terapie je však hru odhalit a tím její opakování a pokračování zastavit. Oblíbená hra mezi manželi je „Kdyby nebylo tebe“. Muž si stěžuje, že ho rodina brzdí v osobním vývoji a v práci. Co všechno by on dokázal, kdyby neměl plnou hlavu starostí o ně. Když ho však žena opustí a on zůstane sám, není na tom o moc lépe. Manželka si stěžuje, že jí muž omezuje ve společenském životě, ale když se on jejímu přání podvolí, zjistí, že jí o to ani

tolik nejde. Hra „Kvůli tobě“ je o přenášení zodpovědnosti za svůj život na partnera. Pan D. pracuje, maluje, píše, něco spravuje a nedaří se mu. V průběhu této činnosti vstoupí manželka nebo dítě a v ten moment pan D. udělá kaňku, upustí štětec a vina za nezdar se může přisoudit rušiteli. Z tohoto zkreslování skutečnosti jasně vyplývá nečestná podstata her a také jejich důsledků. Cílem terapie je naučit se u sebe rozeznávat jednotlivé stavy ega, uvědomit si, co právě prožívám a jak komunikuji s druhými. Dále naučit se efektivnějším způsobům zvládnání svých stavů a také komunikace. Z hlediska scénářové analýzy je důležité zjistit, jaký je životní scénář klienta a nalézt možnost změny.

Pohádky z pohledu transakční analýzy jednak nabízejí dítěti řadu postav, jež hrají roli v jeho fantaziích a jednak pomáhají dítěti při utváření životního scénáře (Berne, 1997). Aby se hra mohla rozehrát, musí se zúčastnit všichni přítomní. Nejčastěji zapojujeme do svých her rodinu a přátele. Transakční analýza pohlíží na pohádku jako na inerpersonální záležitost. Nezabývá se vnitřní dynamikou osobnosti, ale pouze vztahy a komunikací mezi lidmi. Člověk se může identifikovat s jakoukoli z pohádkových postav, nejen s pohádkovým hrdinou. Podle Berneho jsou v každém dramatu tři hlavní role, které protagonista postupně střídá: Oběť, Pronásledovatel a Zachránce. Berne příliš nevěří na optimistické konce, protože ve skutečném životě k nim moc nedochází. Šťastný konec vypadá totiž nepravděpodobně, vyžaduje vyšší stupeň zralosti, než ve kterém se hrdina momentálně nachází. Tragické životní scénáře tak připomínají pohádky bez „happy endu“. Nicméně porozumění pohádkám může přinést nové strategie pro zvládnání problémů.

## **6. POHÁDKY A PŘÍBĚHY JAKO PROSTŘEDEK PSYCHOTERAPIE**

Příběhy jsou umělecká díla, kterým nemůžeme plně porozumět, jestliže nepochopíme jejich psychologický význam. Já se zde pokusím zachytit pouze jeden z mnoha aspektů pohádek a příběhů a to, jakou mají psychosociální funkci.

Nossrat Peseschkian je lékař íránského původu žijící v Německu. Ve své pozitivní psychoterapii se snaží spojit moudrost a intuici východu s psychoterapeutickými metodami západu. Jeho přístup je syntézou některých aspektů tradiční analýzy, kognitivně behaviorální terapie a logoterapie. Pozitivní psychoterapie znamená „*vidět růže na trnitém keři spíše než trní na růžovém keři*“ (Smékal in Peseschkian, 1996). Tento přístup si klade za cíl osvobodit psychoterapii z „věže ze slonoviny“ a zbavit jí nádechu tajemné vědy, využít potencialitu, která dřímá ve svépomoci člověka a konečně nepojímat konflikty pouze abstraktně, ale také konkrétně, podle jejich aktuálního obsahu (Peseschkian, 2000).

Peseschkian (1996) říká, že na příběhy lze pohlížet ze dvou různých cílových zaměření: příběhy, které stabilizují existující psychosociální normy a za druhé příběhy, které tyto normy relativizují. V mezilidských vztazích a při duševním zpracovávání prožitků probíhají při konfrontaci s příběhy procesy, o nichž hovoříme jako o funkcích příběhů. Použila jsem Peseschkianovo (1996) rozdělení funkcí příběhů, protože se mi zdá, že velmi dobře obsáhne jak pohled na pohádku jakožto literární útvar, který může být prostředkem pomáhajícím v terapii, tak pohled na člověka přicházejícího do terapie a hledajícího sebe sama.

Příběhy a pohádky v sobě **nesou tradici**. Tím máme na mysli kulturní dědictví, tradici kolektivu v němž jedinec žije a také výsledky životních zkušeností jednotlivců. Takovéto pojetí příběhů přesahuje rámec individuality, protože myšlenky a úvahy obsažené v příběhu jsou předávány dál z generace na generaci. Když se budeme věnovat více obsahům příběhů a jejich postojům, podaří se nám možná v nich vysledovat vlastní tradici neurotického chování. Klasické psychoterapeutické pojmy obsahují v určité formě historické mýty. Nejznámějším z nich je asi *oidipovský komplex*. Zprvu byl tento příběh pouze metaforou pro postoj vůči otcovské autoritě, až s Freudem se tato metafora začala vztahovat k psychoanalytické teorii. Kratochvíl (2000), definuje oidipovský komplex jako nevědomý erotický vztah a incestní přání dítěte získat za partnera rodiče opačného pohlaví. Rodič stejného pohlaví je pak vnímán jako sok v tomto snažení. Název pochází z řecké báje o králi Oidipovi, jemuž věštba určila, že usmrtí svého otce a ožení se se svou matkou.

*Když se králi Láiovi a královně Iokasté narodí syn Oidipus, Laios se rozhodne předejít věštbě tím, že dítě usmrtí. Předá je pastýři, který ho má odložit v lese. Pastýři se však děcka zželi a dá ho muži, jenž je ve službách krále korintského. Tak je malý chlapec vychováván na královském dvoře aniž tuší, že není pravým synem korintského krále. Když dospěje, věštba v Delfách mu oznámí, že zabije otce a ožení se s matkou pročež se Oidipus rozhodne, že sudbě unikne tak, že z domu odejde a nikdy se tam nevrátí. Na cestě z Delf, se Oidipus dostane do hádky s mužem jedoucím na voze a ve vzteku ho zabije. Netuší přitom, že jde o jeho vlastního otce. Putuje dál, až dospěje do Théb. Théby jsou sužovány sfingou, která polyká thébské mladíky a panny a nepřestane, dokud někdo nerozluští její hádanku. Ta hádanka zní: „Co je to? Nejprve to chodí po čtyřech, pak po dvou a nakonec po třech?“ Tomu, kdo hádanku vyluští připadne ruka královny a thébský trůn. Oidipus jako jediný nalezne odpověď: „Je to člověk, který jako dítě leze po všech čtyřech, v dospělosti chodí po dvou a na stará kolena si bere na pomoc hůl, takže chodí po třech.“ Po jeho slovech se sfinga zřítí do moře a město je osvobozeno. Oidipus dostane za manželku královnu Iokasté a ožení se tak nevědomky s vlastní matkou. Potom několik let šťastně panuje až město postihne strašlivý mor. Slepý věstec Teiresiás odhalí, že je to trest za otcovraždu a incest. Oidipus se nejprve snaží toto nevidět, ale když je nucen pravdu spatřit, oslepí se a Iokasté spáchá sebevraždu. Báje končí tím, že je Oidipus potrestán za něco, čemu se snažil za každou cenu zabránit a čeho se dopustil nevědomky (Fromm 1999).*

Příběhy plní **funkci zrcadla**. Jsou názorné, posluchačovo Já se k nim snadno přiblíží a ztotožní se s jejich obsahem. Posluchač může příběh rozčlenit tak, aby vyhovoval jeho momentálnímu psychickému rozpoložení. Jeho reakce se mohou stát předmětem psychoterapeutické práce. Pacient se ponoří do vzpomínek a fantazie, odtrhne se tak od bezprostřední zkušenosti, tak příběhy pomáhají získat odstup. Pohádky vyvolávají asociace a tím pacientovi pomáhají hovořit o sobě a svých konfliktech. Příběhy se tak stávají zrcadlem, které odráží a může být odráženo.

Příběhy jsou **modelové situace**. Jelikož ztvárňují konfliktní situace a poté naznačují, jak by bylo možno je řešit. Ukazují, jaké důsledky budou mít určitá řešení. Proto je možné, se z nich jako modelových situací učit. Terapeutovi se zde nabízejí četné interpretační možnosti a pro pacienta jsou zdrojem zpětné vazby k vlastní situaci. V příbězích bývá obsažena zkouška na kterou každý může v myšlenkách a pocitech reagovat.

Příběhy slouží jako **spojovací článek**. Každý člověk si vytváří své vlastní postoje a mýty, kterých se jen těžko zbavuje. Jako se tonoucí bojí pustit záchranný kruh, aby ho mohli vtáhnout do člunu, tak se i pacient bojí pustit své obrany a prostředky sebevýchovy ve kterých vyrůstal a na které si zvykl. Není si jist, že je mu terapeut schopen místo

nich nabídnout něco jiného a lepšího. Takto v terapii vzniká odpor, jenž může terapeutickou práci mařit, ale na druhé straně tak umožňuje přístup k pacientovým konfliktům. Odpor popisuje Kratochvíl (2000), jako vše, co ruší postup terapie. Při analýze se projevuje dlouhými pomlkami mezi asociacemi, což naznačuje, že pacient pozměňuje a upravuje svá sdělení. Dále to může být pacientova nedochvilnost a zpochybňování terapie. Konfrontační napětí, které tak mezi terapeutem a pacientem vzniká, lze pomalu pomocí příběhů rozpustit. Protože v příbězích se nemluví o pacientovi a jeho narcistických přáních, ale o hrdinovi a jeho těžkých zkouškách. Příběh tak sehrává roli filtru mezi terapeutem a pacientem. V příběhu jsou často obsaženy informace, které by pacient nebyl schopen jinak sdělit a zároveň interpretace, které by se přímo špatně poslouchaly.

Příběhy a pohádky **jsou snadno zapamatovatelné**, a tak jakmile se je jednou naučíme, jsou s námi stále přítomné. Každý si je může kdy chce vybavit. Jsou tak přítomny nejen při léčení, ale po celou dobu v pacientově všedním dnu. Tak mohou být pozměňovány a interpretovány dle aktuální situace pacienta a pomáhají mu tak se orientovat v jeho problémech. Příběh trvale působí na člověka, to znamená, že má dlouhodobý účinek a snižuje tak míru závislosti na terapeutovi.

Příběhy člověku **zprostředkují transkulturní prožitek**. Příběhy odrážejí zvyklosti, normy a postoje typické pro určitou kulturu. Reprezentují tak kulturu prostředí, v němž vznikaly. Jsou oporou pro příslušníky dané kulturní oblasti a pro ostatní jsou zdrojem poznání, jaké zvyky a postoje jsou obvyklé pro tu kterou oblast. Umožňují tak rozšířit si obzory vědění a řešení vlastních konfliktů s pomocí nových prostředků – jiných příběhů. Příběhy také pomáhají porozumět, což se podílí na odbourávání emocionálních zábran a předsudků. Ty vznikají v každém člověku, je to odvěká obrana proti něčemu cizímu, které je vnímáno jako agresivní a ohrožující. Myslím si, že toto téma je stejně palčivé dnes tak jako před sto lety a je proto mimořádně důležité seznámit se s cizími způsoby myšlení a jednání. Jen tak se dá bojovat proti rasismu a xenofobii, že člověk už od malička poznává, jak žijí jiní lidé, jaká je jejich kultura, příběhy, náboženství a učí se, že to, co je jiné a cizí nemusí být zlé a nepřátelské.

Příběhy mají **schopnost vyvolat regresí**. Oslovují naši fantazii a intuici, člověk má pocit, že příběhům rozumí bez přemýšlení, už tím, že je poslouchá. Naše společnost, orientovaná především na výkon potřebuje příběhy při kterých se člověk uvolní, popustí uzdu své fantazii a na chvíli se navrátí zpět k dřívějším vývojovým stupňům. Atmosféru vzniklou při vyprávění příběhů může terapeut využít pro opatrný sestup do pacientova



nevědomí, který by jinak mohl být nebezpečný pro pacientovo slabé Já. V rámci terapie tak příběhy dovolí alespoň na chvíli odložit krunýř obav a postojů, uvolnit se a přijmout novou roli zdůrazňující radost a zábavu. Z mé zkušenosti pozorovatele vyplývá, že pro mnohé ve skupinové terapii bývá velmi přínosné jak psychodrama, kde si člověk může vyzkoušet nové role ve skupině, tak i jiné neverbální techniky jako muzikoterapie nebo arteterapie.

Příběhy **zprostředkovávají protipostoje**. Při terapii nepředkládá terapeut pacientovi nějakou teorii, ale nabízí pouze protipostoj, který pacient může nebo nemusí přijmout. Protipostoje jsou nabízeny jako recepty. Pacient se jimi má zabývat, může to pro něj znamenat si přečíst příběh, promyslet ho, napsat o něm. Takto pacient zakomponuje nový prvek do rodinné historie, do svého sociálního systému a tím se pomalu mění i jeho postoje. Člověk se na okamžik ztotožní s cizími názory a ověřuje si, co je pro něj přijatelné a co by mohl použít pro lepší zvládnání svého života a co naopak přijatelné není a to zamítne.

Příběhy **mění nazírání**. Jsou obsahově velmi emotivní, protože pouze nepopisují. Čtenář může zaznamenat změnu ve svém nazírání a to u něj vyvolá překvapení a vede k „Aha“ zážitku. Peseschkian (1996, s. 28) uvádí jako názorný příklad tuto bajku.

*Hrozba*

*Mullahovi ukradli osla. Pln hněvu běžel na tržiště a nahlas křičel: „Ten, kdo mi ukradl osla, ho musí okamžitě vrátit!“ Rozčilený, brunátný v obličeji a s naběhlými krčnými žilami pokračoval přeskakujícím hlasem: „Jestli okamžitě nedostanu zpátky svého osla, udělám něco, co bych dělat neměl.“ Dav okolostojících se očividně polekal. A najednou kde se vzal, tu se vzal, stál tu osel. Nikdo nevěděl, kdo ho přivedl. Lidé se začali rozcházet. Byli rádi, že celá záležitost nakonec proběhla tak klidně. Jeden starší muž se ale obrátil k mullahovi: „Co bys udělal, přestože bys to dělat neměl, kdybys svého osla okamžitě nedostal zpátky?“ „Co bych udělal?“ odpověděl mullah. „Koupil bych si jiného osla. No ale řekni, bylo by to rozumné, když mám tak hubený měšec?“*

V první části příběhu je snadné se s mullahem ztotožnit. Stala se mu jasná křivda a on se pouze hlásí o své právo. V zájmu spravedlnosti nám není zatěžko chápat i jeho hrozbu, že se stane něco strašného. Tím dochází k napětí. Cítíme a v myšlenkách předvídáme, že „to strašné“ bude mít nepříjemné následky. Situace se nakonec vyřeší a my docházíme k překvapivému závěru o tom, jaká byla vlastně mullahova motivace dostat osla zpět. To, co zpočátku vypadalo jako agrese, která bude co nevidět obrácena proti veřejnosti, je ve skutečnosti jen konflikt mezi mullahovou spořívostí a jeho reálnými finančními možnostmi. Změnou tohoto hlediska se mění i míra čtenářova napětí. Přichází pocit úlevy,

protože se můžeme od nebezpečné situace distancovat. Takovýto proces posunu se objevuje v mnoha příbězích a vybízí čtenáře ke změně nazírání. Změna v nazírání způsobuje to, že vidíme situace z jiného úhlu a to jim propůjčuje jiný charakter. Někdy tím pádem může být změna v nazírání řešením samotného problému.

Dle mého názoru, ne všechny příběhy působí na všechny lidi stejně, příběhy obsahují vždy několik možností, jak se s konfliktem vypořádat. Jsou učebními pomůckami, lze je různě interpretovat a zahrnout je tak do naší vlastní sociální situace. Příběhy se nesnaží poučovat, jsou zábavou, ale mohou být i dobrým pomocníkem.

## **7. PSYCHOLOGICKÝ VÝKLAD POHÁDEK**

V této kapitole se věnuji nejznámějším a v terapii často používaným „klasickým“ pohádkám a jejich výkladům. V literatuře najdeme především výklady z pohledu psychoanalýzy a pak jungiánský přístup k těmto pohádkám. Nebudu zde uvádět celá znění pohádek a proto odkazuji čtenáře na Pohádky bratří Grimmů (1969) a další vydání. Nejprve se však zmíním o symbolu a symbolické řeči pohádek, jejichž pochopení je nezbytné pro další zkoumání pohádek z psychologického hlediska.

## 7.1 Symbolická řeč pohádek

Fromm (1999) mluví o symbolickém jazyce mýtů, pohádek, snů a příběhů jako o jazyce, který vyjadřuje religiózní a filosofické ideje, zkušenosti duše. Říká, že *„symbolický jazyk je jazyk, ve kterém jsou vnitřní zážitky, city a myšlenky vyjádřeny tak, jako kdyby byly smyslovou zkušeností vnějšího světa. Je to jazyk, který má logiku odlišnou od běžné logiky, kterou používáme za dne, logiku, ve které nevládnou čas a prostor, nýbrž intenzita a asociace“* (Fromm, 1999, s. 14). Mucha (2000) říká, že obraz je symbolický, pokud sděluje něco více než je jím bezprostředně míněno. Nemůže být nikdy přesně definován anebo vysvětlen, zato je vždy plně prožíván a chápán. Jaká je souvislost mezi symbolem a tím, co symbolizuje?

Fromm (1999) rozlišuje tři druhy symbolů: konvenční, nahodilé a univerzální. Pouze dva poslední vykazují znaky symbolického jazyka a vyjadřují vnitřní zážitek člověka. Konvenční symbol používáme v běžné řeči. Zdá se, že neexistuje vnitřní vztah mezi „slovem“, které věc označuje a „předmětem“ samotným. To, že dané slovo označuje ten který předmět symbolizuje pouze konvenční souhlas. Opač konvenčního symbolu je symbol nahodilý. Oba mají společné to, že mezi symbolem a předmětem není žádný vnitřní vztah. Jde o osobní zážitky spojené s určitým místem či předmětem, které se spojí s oním zážitkem a vytvoří tak nahodilý symbol. Tento nahodilý symbol na rozdíl od konvenčního nemůže sdílet nikdo jiný. Nahodilé symboly se často vyskytují ve snech. Univerzální symboly jsou typické tím, že mezi symbolem a tím, co reprezentuje existuje vnitřní vztah. Oheň je například symbol stálosti a zároveň neustálé proměny. Vyvolává dojem síly, energie, půvabu a lehkosti či dobrodružství. Voda obsahuje také směr pohybu a stálosti, navozuje pocity energie, continuity či živnosti. Na rozdíl od ohně voda má v sobě něco, co lze předvídat, je těžší, klidnější. Dá se říci, že lidské tělo je symbolem

duše. Hluboká hnutí mysli se odrážejí v celém našem organismu. Vztah mezi symbolizovaným a symbolem je vnitřní a zakládá se na zkušenosti příbuznosti emoce anebo myšlenky a smyslové zkušenosti. Je společný všem lidem a proto je univerzální. Vyrůstá z vlastností našeho těla, smyslů a ducha. Ty jsou společné celému lidstvu a neomezují se na osobní zkušenost nebo určité skupiny lidí. Každý dokáže rozumět a mluvit touto symbolickou řečí, protože se zakládá na společných tělesných a duševních vlastnostech všech lidí. Proto také nacházíme symbolický jazyk mýtů, snů a pohádek ve všech kulturách. Pak jsou zde také jakási „nářečí“ v symbolickém jazyce, závislá na různých přírodních danostech, jež vedly k tomu, že určité symboly mají v různých oblastech země odlišný význam. Mnoho symbolů může mít více než jeden význam, proto lze příslušný význam symbolu pochopit jen z celkového kontextu, ve kterém se vynořuje.

Kastová (2000) říká, že když v terapeutickém procesu zažíváme symboly, pak dochází ke kontaktu mezi vědomím a nevědomím. Nejenže se v symbolu zviditelňují naše specifické a aktuální obtíže, ale jsou v nich i ukryty naše jedinečné životní a vývojové možnosti. V obtížích a krizích se současně nacházejí i možnosti vývoje. A právě toto je na symbolech zřetelné. Na jedné straně se v nich nachází něco, co nás inhibuje a brzdí, na straně druhé je v nich osloveno životní téma směřující do budoucnosti. Pohádka v terapii účinkuje podobně jako triangulace. Kastová (2000) popisuje případy ze své klinické praxe, v nichž použila pohádku jakožto psychoterapeutický prostředek při práci s pacienty s hraniční poruchou osobnosti. Problémy, které se vyznačují nejprve ve vztahu mezi terapeutem a pacientem, lze vidět v projekci na pohádku. Práce s pohádkou umožňuje pacientovi lépe se vyrovnávat s problémem a současně se od něj distancovat do té míry, že jej neochromuje. Symbolický proces tak, jak je vyjádřený v pohádce, může mít funkci přechodového objektu. Práce s pohádkou může odlehčit vztah k terapeutovi, lze ji však také chápat jako snahu, která poukazuje na něco, co je za vztahem. Něco, co je každodenní konkrétní realitou, nosným prázakladem, který je přístupný v symbolu a v symbolických procesech vyjádřených pohádkou. Na těchto příkladech pak dokládá, že *„...situace v nichž skutečně v terapeutickém procesu dochází k proměně, mají úzkou spojitost se vznikem nových symbolů. Procesy vzniku symbolů a vztahové procesy se spojují v terapeutickém vztahu“* (Kastová, 2000, s. 192).

## 7.2 Popelka

Je asi nejznámější a možná i nejoblíbenější pohádkou. Tento příběh je poměrně starý, když byl v devátém století poprvé písemně zaznamenán v Číně, měl za sebou již dlouhou historii (Bettelheim, 2000). Dva detaily ukazují na orientální původ pohádky, malá nožka a střevíček vyrobený z drahého materiálu neobyčejné krásy. Kdekomu asi neunikne evidentní asociace malé nožky a erotické přitažlivosti a každému kdo trochu zná čínskou kulturu nebude připadat toto spojení nijak překvapivé. Populárními verzemi této pohádky jsou Perraultův příběh z roku 1697 Cendrillon a pohádka bratří Grimmů z roku 1812 Aschenputtel (Stein, Corbet, 1999).

Popelka je příběhem o sourozenecké rivalitě a žárlivosti. Nalézáme zde motivy omezujícího vlivu kruté macechy, jsme svědky proměny s pomocí kmotry či víly – pravé matky, je tu motiv princova hledání nevěsty a v některých verzích také motiv slavností konaných u příležitosti královské svatby.

Žádná jiná pohádka nepopisuje tak výstižně vnitřní zkušenost malého dítěte sužovaného sourozeneckou žárlivostí. Sestry Popelku odstrkují a ponižují, nevlastní matka obětuje její zájmy ve prospěch sester a Popelka musí vykonávat tu nejtěžší a nejčernější práci. Dělá to svědomitě a přesto se jí nedostane žádného uznání. Kolik z lidí zakouší tento životní pocit. Málokdy se v praxi setkáme s takto extrémním protěžováním některých sourozenců. V pohádce je favorizování ošklivých sester schválně přemrštěno, aby v dítěti vzbudilo prožitek rivality a mohlo tak dospět ke konečnému katarznímu momentu vítězství navzdory nespravedlivému nadržování (Černoušek, 1990). I když příběh o Popelce mluví o sourozenecké žárlivosti, týkají se tyto pocity skutečných sourozenců jen mimochodem. Jejich skutečným zdrojem jsou pocity dítěte vůči rodičům. Rivalita mezi sourozenci plodí řadu nepříjemných pocitů, mezi něž patří také fantazie o odstranění protivníka. Současně s tím se také objeví pocity viny za tyto představy. Kruh logiky je tak pro dítě uzavřen. Za představy, které sprovodí rivala ze světa, přichází odplata. O tomto všem ví dítě jen málo, ale přesně takto své pocity prožívá. Co to vše má společného s Popelkou, která je vzorem trpělivosti a ctnosti? Popelka je pro děti tak přitažlivá, protože i v situacích nepřízně osudu zůstává stále nevinná. Neobviňuje, nestěžuje si, alespoň ne příliš, je prostě ztělesněním dobra. Děti se s ní rády ztotožní, protože v nich rozeznává mnohovýznamnou strunu. Na jedné straně si žádné dítě nepřeje být v postavení Popelky, která musí jen uklízet a poslouchat a veškeré radovánky jsou jí upřeny, na druhou stranu Popelce skrytě závidí. Děti vidí na příběhu Popelky, jak dobře se osud nakonec zachová k tomu, kdo dokáže svůj neblahý úděl trpělivě snášet a nereptat. Pohádka skrývá terapeutické kouzlo v tom, že děti postupně zjistí, že sourozenecká

rivalita není nic výjimečného a trochu si tak pomohou od břemene svých vlastních pocitů viny. Rivalita a soutěživost se v dítěti mísí s pocity něhy a vzájemnosti vůči sourozencům. Ve chvílích kdy však rivalita převládá, je pohádka o Popelce ukazatelem, že i takto se dá nějakou dobu žít a nadít se úspěšného konce.

Bettelheim (2000) říká, že Popelčino postavení je důsledkem oidipského vztahu. To dokládá také mnoho verzí pohádky O Popelce rozšířených po celé Evropě, Africe a Asii, kdy Popelka uteče od otce, který se s ní chce oženit. V jiných verzích je vyhnána, protože otce nemiluje tak silně, jak by si on přál. Popelka, jež je ztělesněním nevinnosti musí zákonitě na takovéto požadavky odpovědět útekem. I když se verze této pohádky liší v méně důležitých věcech, základní rysy jsou stejné. Ve všech verzích se hlavní hrdinka těší lásce a uznání a k pádu do naprostého ponížení dojde stejně náhle, jako k jejímu návratu zpět na výsluní na konci příběhu. Klíčovou roli, která napomůže rozuzlení příběhu je střevíček, který padne jen jí. Necháme-li se vést příběhem, můžeme říci, že nejprve tu byla přílišná láska otce k dceři a ponížení Popelky macechou společně se sestrami bylo jejím důsledkem. Tato situace koresponduje s citovým vývojem dívky. Ta nejdříve miluje matku, tu původní dobrou matku, která umře hned na začátku příběhu a která se do něj později vrací v podobě hodné víly či sudičky. Později se její náklonnost obrací k otci, miluje ho a přeje si být milována, a v tu chvíli se matka a sestry stávají jejími soupeři.. Jde-li vše dobře, v pubertě si dívka nalezne k matce cestu zpět, nejen jako k osobě od níž očekává lásku, ale jako k osobě s níž se také může identifikovat.

To, že Popelka žije v popelu, navenek představuje okolnost týrání a ponížení, z jiného úhlu pohledu může být toto postavení velmi žádoucí a vznešené. V dávných dobách bylo postavení strážkyně ohniště, vestálek jedním z neoceňovanějších. Původně se vestálky stávaly kněžkami pouze na pět let, než dospěly do věku na vdávání (Bettelheim, 2000). Přibližně tak dlouho mohlo trvat i Popelčino utrpení. Po nějaké době dojde i k první pozitivní události, a to když otec jede na trh a ptá se všech dcer co jim má z trhu přinést. Starší sestry chtějí nádherné šaty a drahé kameny, Popelka si však přeje pouze první snítku, která tatínkovi cvrnkne o klobouk. To, že Popelka chtěla snítku zasadit na matčině hrobě, je prvním pokusem o znovunastolení vztahu. Další událostí je královský ples. Na ten však Popelka není pozvaná, místo toho musí doma sedět a přebírat hrách a čočku. V tu chvíli dostává kouzelné pomocníky, kteří jí s prací pomůžou, aby se mohla vydat na ples. Může zůstat až do půlnoci, pak se musí vrátit domů. Popelka jde třikrát na ples a třikrát princí, který si ji zamiluje uniká. Na hlubší rovině opakovaná návštěva slavnosti vyjadřuje rozporuplné pocity Popelky, která si přeje se princí oddat, ale zároveň se toho bojí. Musí

se ujistit o tom, že princ jí bude akceptovat takovou jaká je i v jejím poníženém postavení. Princ jakoby tušil, že jí nemůže získat, dokud je v příliš těsném vztahu k otci, proto Popelku sám nepronásleduje. Nastraží na ní pouze důmyslnou past, ve které zůstane Popelčin střevíček. To ho donutí hledat ji v otcovském domě, což se podobá zvyku, kdy ženich žádá rodiče o ruku nevěsty. Při poslechu pohádky cítíme, že které dívce střevíček padne, ta je pravou nevěstou, je to symbol zaslíbení. I když se dvě nevlastní sestry snažily sebevíc a mrzачily si kvůli tomu své nohy, byla nakonec jejich lest odhalena. Střevíček, který hraje v příběhu ústřední roli je velice složitým symbolem. Pro vědomou mysl to může být jen obuv, v nevědomí však symbolizuje vagínu nebo představy, které se k ní vážou (Bettelheim, 2000). Pohádky se rozvíjejí na vědomé i nevědomé rovině a předměty v nich použité musí vyhovovat vnější vědomé rovině a současně vyvolávat představy od vnějšího významu odlišné. Dalo by se říci, že důvod proč si princ vybere za nevěstu právě Popelku spočívá ve střevíčku. Popelka se tak dozvídá, že princ miluje její ženskost představovanou symbolem střevíčku. Až když si ho nazuje, je akceptovaná jako pravá nevěsta a tím jsou zasnuby ukončeny. Střevíček sjednocuje, symbolizuje spojení muže a ženy. Nechybí ani šťastný konec a potrestání zla - dvou sester. Ptáčci, kteří pomáhali Popelce přebírat hrách, a rozlišit tak dobré od špatného, dokončí zkázu a poklovou nezdárné sestry. V některých verzích pohádky jsou jim vyklovány oči a oslepení je symbolickým výrazem pro jejich slepotu, když se domnívaly, že podvodem lze dosáhnout štěstí. Pohádka O Popelce ukazuje, že splňování všech dětských přání je nebezpečné a nemožné. To je ukázáno na osudu dvou sester, které žijí v neustálém a nekritickém obdivu své matky a nesetkají se tak nikdy s realitou života. Proto to také v životě nikam nedotáhnou. Popelka sama je důkazem toho, že když proces individuace proběhne zdárně, získá dívka osobní identitu i lásku prince.

### **7.3 Červená Karkulka**

Historie tohoto příběhu začíná u Perraulta, jehož verze však končí vítězstvím vlka a není tudíž vypravováním pohádkovým. Perrault je také jako pohádku nezamýšlel. Měl to být výstražný příběh, který děti varoval prostřednictvím úzkosti je tak nutil k větší poslušnosti. U nás je známější optimistická verze bratří Grimmů (Bettelheim, 2000). Existuje řada verzí této pohádky lišících se v detailech, podstata však zůstává stejná. Červená Karkulka ukazuje na univerzálnost vývojových kroků, které čekají každou dospívající dívku ve vztahu k mužství. Mužství je v této pohádce jasně polarizováno mezi

dobro- myslivce a zlo – vlka (Černoušek, 1990). Děj se odehrává v lese, podobně je tomu i u Jeníčka a Mařenky. Máme tu dva domovy, ten kde bydlí Karkulka s maminkou a ten, kde žije babička. Tentokrát se v pohádce neobjevují žádné macechy, ježibaby, nadpřirozené bytosti, kouzla nebo magie jako v Jeníčkově a Mařence (Bettelheim, 2000). Skoro by se dalo říci, že průvodní scénérie je až idylická. Krásný letní den, les a v něm cestička, kolem květiny, které Karkulka sbírá. Karkulka je také příběhem o dětské ambivalenci. Zda žít podle principu reality, který představuje její maminka, jež Karkulku nabádá, aby nesešla z cesty a nikam neodbíhala, zatímco princip slasti – představovaný vlkem – jí říká ať natrhá kvítka pro babičku, bude mít určitě radost, ať si všímá krásné krajiny a toho jak ptáčkové zpívají (Bettelheim, 2000).

Karkulka už není malé dítě, jako Jeníček s Mařenkou, je vyspělejší a rozhodný krok k její dospělosti jí právě čeká. Může tedy jít sama za babičkou lesem aniž by se o ní maminka bála, je milá a dychtivá poznávat svět, nevinná, no zkrátka Karkulka na začátku vyprávění představuje šťastné dětství v mírumilovné atmosféře. Dospívající dívku již neděsí, že musí jít sama lesem, dřímají v ní daleko jiné pocity. Probouzející se sexualita je jedním z nich. Když se Karkulka vydává za babičkou, nezabloudí v lese, protože se již dokáže „orientovat“ a to i v mezilidských vztazích. To dokazuje i setkání s vlkem - svůdcem, jenž se snaží Karkulku přivést na „nepravou cestu“, ale nepochodí.

Postavy maminky a babičky jsou v této pohádce postaveny realisticky, není nutno je halit do převleku macech a ježibab také proto, že příběh tematizuje problém vztahu dospívající dívky k maskulinitě. Tyto figury nejsou v pohádce až tak důležité, nic nečiní, neochraňují, dotvářejí pouze kulisu. Mužské postavy jsou naopak symbolické. Myslivec a vlk představují protichůdné polarity mužství. Předznamenávají tak budoucí zkušenost, která může kteroukoliv „Karkulku“ potkat ve skutečném životě. Může narazit na vlka v lidské podobě, egoistického, asociálního, násilníka, anebo na myslivce zachránce, altruistu (Černoušek, 1990). Tato dvě tak odlišná setkání předznamenávají potenciální značně ambivalentní zkušenosti dospívající dívky. Vlk však není pouze mužským svůdcem, představuje také všechny asociální a zvířecí sklony v nás samotných (Bettelheim, 2000).

V pohádce je jasně zřejmá potřeba vlka nakonec zesměšnit a zničit, ale na druhou stranu také cítíme, že Karkulka s vlkem v jistém ohledu souzní. Tím, že se v ní probouzí první pubertální erotické chvění začíná po vlkovi toužit a tato touha je rychle potlačena. Nakonec vášně a touha se projevují tak, že je člověk puzen emocionální silou o jejímž původu toho moc neví. Červená barva Karkulčina čepečku symbolizuje nevyzrálou a



zvídavou erotiku, může být také symbolem první menstruace (Fromm, 1999). Nezralá osobnost nepřipravená na sex, ale vystavená zážitku obsahující silné sexuální pocity, je vržena zpět na oidipuskou úroveň a jediný způsob pro ni, jak se s tím vypořádat je, zbavit se mnohem zkušenějšího soka (Bettelheim, 2000). Proto Karkulka podává docela přesné instrukce, jak se dostat k babiččině chaloupce. Ukazuje však zároveň i svou rozpolcenost v tom, že si není jistá, zda by vlkovi byla schopná poskytnout to, po čem touží a tak mu dává signál, jdi k babičce, ona je zralá žena, která si poradí s tím, co ty si představuješ (Bettelheim, 2000). Zdá se, že se Karkulka až příliš lehce a nevysvětlitelně poddává vlku, nakonec s ním leží v posteli – podání bratří Grimmů – a ptá se ho, proč má tak velké oči, uši, ruce, nos. Jedná se zde o vyjmenování čtyř základních smyslů, které prepubertální dítě používá ke zkoumání světa. Djuana Baresová (in Bettelheim, 2000) píše: „*Děti vědí něco, co nemůžou říct; líbí se jim Červená Karkulka s vlkem v posteli!*“ Pohádka názorně ukazuje první zkušenosti dívky s opačným pohlavím, ve kterém se mísí zvědavost, údiv, překvapení a obavy. Poukazuje také zároveň na nebezpečí vyplývající z hluboké fascinace vlastními pudovými přáními, které mohou psychicky nevyzrálý organismus přivést k tragickému konci sebezničení symbolicky vyjádřeném v pohlcení vlkem. Pohádka končí jasně optimisticky, takže i toto nebezpečí je nakonec zažehnáno (Černoušek, 1990). Když se zdá, že je vše ztraceno, přichází na scénu myslivec. Ten představuje dominantní postavu, která dovede zabíjet zvířata a tím krotit lidskou animalitu. Myslivec přináší vysvobození magickou intervencí, když vlkovi rozpáře břicho a Karkulka s babičkou mohou vyskočit ven živé a zdravé. Zesměšnění vlka spočívá v tom, že mu do břicha zašijí kameny – symboly neplodnosti, kvůli kterým se cítí tak těžce, že se musí jít napít ze studny, převáží se a utone. Podle primitivního zákona odplaty je čin potrestán podle zločinu (Fromm, 1999). Karkulka se tak znovuzrodila a z dospívajícího jedince se stává člověk dospělý. Pobyt v břiše vlka je třeba chápat symbolicky jako období tápání, hledání a postupného sebeuvědomování. Když se Karkulka vrátí z vlkova břicha, je znovuzrozena na vyšší úrovni existence, vztahuje se pozitivně k oběma rodičům a vrací se jako dospělá mladá dívka.

## 7.4 Kráska a zvíře

Navzdory názvu Kráska a zvíře se v pohádce zas tak moc děsivého neděje. Pohádka začíná líčením situace, kdy otec má tři, v některých verzích pohádky dvě, dcery, které jsou na vdávání. Otec je kupec a stalo se, že při jedné transakci přišel skoro o celý svůj majetek. Při návratu domů zabloudí v lese a už se začíná bát o svůj život, když tu náhle se ocitne před branou paláce. V něm nalezne útočiště, jídlo i pití, ale nevidí nikde ani živáčka. Při odchodu spatří několik krásných růží, a aby splnil přání své nejmladší dceři, jednu růži pro ni utrhne. Tu se náhle odněkud objeví hrozná zvíře a žádá za tu růži obchodníkův život. Když se však dozví, že růže je pro nejmladší dceru, svolí s propuštěním kupce pod podmínkou, že jedna z jeho dcer přijde na zámek místo něj. Pokud by žádná nechtěla, musí se kupec do tří měsíců vrátit. Pak dostane truhlu zlata a odchází domů. Nemá v úmyslu poslat do zámku žádnou ze svých dcer, ale když se ta nejmladší dozví, že se to celé stalo kvůli růži, jež přinesl otec pro ni, rozhodne se sama za zvířetem odejít. Zvíře se zeptá krásky, zda přišla dobrovolně, ona odpoví ano a může tak v paláci zůstat. V paláci jsou jí plněna všechna její přání. K dispozici má krásné šaty, vybraná jídla a cokoli, nač pomyslí se jí hnedle splní. Jen ze zámku nemůže jít pryč. Stýská se jí po otci i po sestřích, může je však zahlédnout pouze v kouzelném zrcadle. Každý večer zvíře Krásku navštěvuje a ona se postupně na tyto návštěvy začne těšit, neboť zahánějí její osamělost. Jen jedno jí trápí, na konci každé návštěvy zvíře žádá, aby si jej vzala za muže. Kráska odmítá, ale zato slíbí, že zvíře nikdy neopustí. Na oplátku požaduje, aby se směla podívat za otcem a sestrami. Zvíře nakonec svolí, žádá Krásku, aby se do tří dnů vrátila, jinak on zemře žalem. Sestry, které na Krásku žárlí, se jí snaží doma zdržet déle v domnění, že si zvíře pro ni přijde a zabije ji. Další noci se Krásce zdá sen, kde jí zvíře umírajícím hlasem volá a zdržení vyčítá. Zatouží být zpět u něj a tak se také stane. Najde tam zvíře zmírající žalem. Za tu dobu, co byla u otce, si Kráska uvědomila, jak moc zvíře miluje, že bez něj nechce žít a že se chce stát jeho ženou. Políbí jej a v tu chvíli se zvíře změní v krásného prince. Slaví se šťastná svatba, na kterou se sjede celá rodina, jen dvě zlé sestry se promění v kámen do té doby, než přiznají, že udělaly chybu.

Zajímavé je, že podoba zvířete je zcela ponechána naší představivosti, nikde totiž není vykresleno, jak vypadá. Osudné události nastanou, když otec utrhne pro svou dceru růži. To symbolizuje jednak velkou lásku otce k dceři, ale zároveň očekávání, že její dětský věk brzy skončí, neboť utržená květina symbolizuje ztrátu panenství. Oba tak vědí, že dcera bude muset absolvovat nějakou zvířeckou zkušenost (Bettelheim, 2000). Nakonec se ukazuje, že jejich obavy nebyly úplně podložené, protože tento zážitek může provázet

také hluboký cit a láska. Zvíře je totiž i přes svůj vzhled stejně krásné jako Kráska, bylo pouze zakleto a tak přebývá v jiné formě bytí dokud někdo kletbu nezlomí. Příběh oponuje dětským strachům a ujišťuje je, že i když jsou muži a ženy velmi odlišní, přesto tvoří dokonalý pár, jsou-li k sobě poutáni láskou. Pohádka dává sílu si uvědomit, že obavy jsou často výtvořky úzkostných sexuálních fantazií, a že i když sex může zprvu působit jako něco zvířecího, ve skutečnosti je láska mezi mužem a ženou jednou z nejkrásnějších emocí zakládající spokojený vztah. Žádná z pohádek neříká tak zřetelně, že oidipická láska dítěte k rodiči je přirozená a žádoucí, pokud se během procesu zrání přenese z jedné osoby na jinou a tím se přetvoří (Bettelheim, 2000). Z příběhu jednoznačně vyplývá, že nejmladší dcera svého otce velmi miluje a dává mu přednost například před radovánkami, kterých se účastní její sestry. Kráska zůstává doma a odbývá nápadníky s tím, že je na vdavky příliš mladá a že chce ještě pár let zůstat s otcem. Palác zvířete, v němž jsou splněna všechna krásčina přání, je narcistickou fantazií, jíž se snad všechny děti určitého věku zaměstnávají. Nezřídka jim to vydrží až do dospělosti. Na pohádce je krásné, že ukazuje, jak by takovýto život vypadal, že by nakonec nebyl vůbec tak uspokojivý, brzy by se stal nudným a prázdným. Kráska se zanedlouho začala na návštěvy zvířete těšit. I když se ho zpočátku děsila, po té spoustě osamělých dní a nocí by uvítala jakoukoliv společnost. Současně tak měli dost času se navzájem poznat. Kdyby nenastalo tohoto obratu v krásčině prožívání, nebylo by ani příběhu. Pohádka jasně říká, že narcismus, přestože je zdánlivě přitažlivý, není uspokojující a ve finále znamená, že člověk nežije vůbec. Takto plynou dny a krásku vytrhne z jejího narcistického nebytí až zpráva, že se s jejím otcem něco děje. V některých verzích pohádky otec onemocní, v jiných je opuštěn dalšími dcerami, které se provdají a on zůstane úplně sám. I Krásce se stýská a příběh probudí k životu to, když se za ním rozjede. Když jsou však v rozporu potřeby otce a zvířete, zvolí Kráska vědomě zvíře. Odpoutá se tak od oidipické lásky k otci a tento cit se přenesse na partnera jejího věku, na zvíře. Až poté, co přetne rodičovské pouto, stane se odpudivý sex krásným. V Krásce a zvířeti nejsou žádná sexuální tajemství, jejichž objevování vyžaduje dlouhou a namáhavou cestu, než dojde ke šťastnému konci. Je pouze důležité, aby byla odhalena pravá povaha zvířete, přesněji řečeno, aby vyšlo najevo, že zvíře je laskavou milující bytostí. Pohádka totiž začíná nezralým předpokladem, že člověk má dvojí existenci, zvířecí a duchovní. V procesu zrání je naším úkolem tyto dvě stránky naší osobnosti integrovat do jedné, a tím dojít dokonalého naplnění lidství. Podstatou příběhu není pouze to, že Kráska si zvíře postupně zamiluje, ale i to, že v tomto procesu také sama zraje. Od přesvědčení, že musí volit mezi láskou k otci a láskou ke zvířeti

dospěje k objevu, že tyto dvě lásky mohou vedle sebe existovat paralelně. Když se podíváme na postavu zvířete, vidíme také ambivalenci. Na jednu stranu si nějakým způsobem za své prokletí může samo a je to pro něj i trochu výhodné. Ochranná temnota zvířecí podoby mu poskytuje útočiště před světem plným nároků. Zároveň si však přeje nějaký kontakt s okolním světem, proto si pozval do paláce Krásku. Zvířeti nezbyvá než se nakonec vzdát svého ambivalentního postoje, musí opustit svou stávající podobu, aby mohlo v reálném životě a ve vztazích uspět (Stein, Corbet, 1999). Sňatek Krásky a zvířete je symbolickým vyjádřením vysvobození ze zajetí duality člověka, jež přechází v harmonickou jednotu a možnost milovat.

## 7.5 Sněhurka

Některé verze pohádky začínají tím, že jede mladý hraběcí pár lesem kolem tří kup bílého sněhu a hraběnka podotkne, že by si přála mít dceru bílou jako tento sníh. Jedou dál kolem tří kaluží krve a hrabě řekne, že by si přál mít dceru s ruměncem jako tato krev. Nakonec letěli kolem tří havrani a hrabě si přál mít dívku s vlasy jako tito havrani. Nato potkali v lese právě takového děvčátko. Byla to Sněhurka. Hrabě si ji posadil do kočáru a hnedle si ji zamiloval. Hraběnce se to však nelíbilo a přemýšlela, jak se Sněhurky zbavit.

V těchto podání jsou hrabě a hraběnka pouze adoptivními rodiči a vztah, který se vytvoří mezi otcem a dcerou hraběnku jasně popouzí. Ve verzi bratří Grimmů, které se budu držet, jsou rodiče Sněhurky jejími pravými rodiči, tedy alespoň otec, protože matka při porodu zemře a král se poté znovu ožení. Z fyziologického hlediska rodiče dítě stvoří, ale teprve jeho narození a výchova z nich udělá pravé rodiče. Dá se říci, že je to tedy dítě, kvůli kterému vznikají rodičovské potíže a nesváry (Bettelheim, 2000). Pohádky pak obvykle začínají tam, kde se dítě dostalo do nějaké slepé uličky. Ve Sněhurce nejde o žádnou vnější potíž, ale spíše o vnitřní žárlivost její nevlastní matky na krásu Sněhurky a lásku, které se jí od otce dostává. V italské verzi se pohádka jmenuje Dívka z mléka a krve, poukazuje svým názvem na záhadu dvou životních dějů opředěných tajemstvím – zrození a menstruace (Černoušek, 1990). Sněhurka bratří Grimmů začíná tím, jak královna za chladného zimního večera šila a u toho snila o tom, že se jí narodí holčička bílá jako sníh s červenými líčky. Vyhlídla ven z okna a při tom se píchla do prstu. Do sněhu ukáply tři krůpěje krve. Brzy nato se jí narodila dceruška. Děti, když poslouchají tyto úvodní věty si mohou snadno domyslet tušené tajemství života, že prvním

předpokladem narození dítěte je krvácení. Bez krve není zrození. Narození Sněhurky je poznamenáno smrtí matky.

Protože pohádka řeší z hlediska vývojové psychologie problém žárlivosti matky na dospívající dceru, je nutno, aby pravá matka záhy po narození zemřela a nahradila jí macecha. Tak nebude v dětech vzbouzena přílišná úzkost a obavy (Černoušek, 1990). Během prvních let Sněhurčina dětství se toho zase tolik neděje, přestože matku nahradila macecha. Macecha začne měnit své chování až poté, co Sněhurka dosáhne sedmi let a začne vyspívat. Královna je zcela zaujata sama sebou, nechová ke Sněhurce žádné mateřské city, a ani se je nesnaží předstírat. Neustále se dotazuje kouzelného zrcadla na svou krásu a sebepotvrzení. Připomíná tak Narcise, který miloval pouze sebe a to do té míry, až ho sebeláska pohltila. Královna stárne a čas tak rozehrává téma dvou žen a jejich vzájemné žárlivosti. Dokud je totiž dítě malé a závislé na rodiči, je to jako by bylo jeho součástí. Když začne vyspívat, stává se pro stárnoucí královnu hrozbou. Tito narcističtí jedinci neuzavírají vztahy pro vztahy samotné, ale protože potřebují mít ono magické zrcadlo k věčnému potvrzování vlastní velkoleposti a jedinečnosti. Narcistický člověk se ve vztazích pouze zrcadlí a v pohádce o Sněhurce je tento prvek nádherně hmatatelným způsobem zpracován, totiž kouzelným zrcadlem. Narcisticky orientovaný člověk ve vztazích kamufluje, že se mu jedná jen o vlastní prospěch, manipuluje s lidmi a s jejich láskou k potvrzení sebe sama. Srážka s realitou bývá krutá.

V našem příběhu postupně zrcadlo přivede královnu na myšlenku, že ona není tou nejkrásnější ženou v zemi, ale že je jí Sněhurka. Magický činitel v pohádce tak dokáže být neúprosný a pravdivý. Tím nastává i změna v labilní povaze královny. Nejprve zrcadlo zničí a pak se ve fantazii zabývá myšlenkou, jak zničit i původce svého narcistického zranění – Sněhurku. Zatímco příběh O Popelce je příběhem o sourozenecké žárlivosti, Sněhurka řeší téma žárlivosti a rivality matky s dospívající dcerou. Mezigenerační žárlivost je univerzální fenomén, i když si jí velké množství matek nepřipustí a budou jí vehementně popírat. Je přirozeným důsledkem stárnutí na jedné straně a dospívání na straně druhé. Otcí se v pohádce nepodaří zaujmout silný a rozhodný postoj. Nedostojí svých povinností vůči královně, ani morálnímu závazku vůči Sněhurce, aby ji ochraňoval. Důsledkem toho je nenávisť macechy a žárlivost. Slabý otec je tak málo k užitku oběma stranám. Silnou otcovskou postavou v příběhu je myslivec. Když mu královna nařídí, aby Sněhurku zabil a na důkaz jí přinesl její srdce, zachová se myslivec jako ochránce. Pošle Sněhurku pryč a jako důkaz, že jí zabil přinese královně srdce z divočáka. Myslivec v pohádkách často zastupuje ochrannou osobu, ovládající a kontrolující divokou zvěř.

Na úrovni našeho podvědomí myslivec představuje ovládnutí zvířecích, asociálních a divokých sklonů v člověku (Bettelheim, 2000). Dítě ovšem také pociťuje žárlivost, když jsou tyto pocity příliš silné a nepřipustné, může je dítě promítnout na rodiče. Situaci jen zhoršuje, jestliže jsou rodiče nevyzrálí a snaží se být ve všem stejně dobří jako jejich adolescentní děti. Otec se snaží držet krok se synovou mladickou sexuální zdatností, matka zas s dceřinou krásou v rozpuku. Za těchto okolností se dítě snaží z této manipulující a konkurující situace uniknout. Přání zbavit se rodiče vždy vzbuzuje velké pocity viny a tak se stane, že je toto přání projikováno na rodiče (Bettelheim, 2000).

Sněhurka ve skutečnosti touží odejít někam daleko, kde její osud nebude určován matkou-macechou, kde bude vlastní paní, i kdyby měla vést domácnost trpaslíkům. V určitém období dospívání není tato touha nijak nepochopitelná, ale dívka si neuvědomí, že psychologického dopadu vlastního domova se jen tak nezbaví. V pohádce se vrací macecha, aby Sněhurku sprovodila ze světa pomocí otráveného jablka, což se jí také dočasně podaří. Pohádka o Sněhurce představuje vedle tématu žárlivosti také téma adolescentní mládeže osvobodit se z tlaků starého domova a založit si svůj vlastní. Děje se tak však v době, kdy na to řada mladých není připravena. Trpaslíci představují svět práce a povinností. Ne nadarmo Sněhurce říkají, že jí s nimi bude dobře, když jim bude stlát, vařit, prát, šít a starat se o domácnost. Toto vše je Sněhurčina příprava na dospělý život. Období, které stráví Sněhurka mezi trpaslíky jí má dodat sílu na cestě dospívání. Když se ze Sněhurky stane dospívající dívka, začne pociťovat sexuální touhu a pak se na scéně může objevit macecha. Ta Sněhurku svádí tím, že jí nabízí otrávené jablko. V mnoha mýtech a pohádkách představuje jablko lásku a sex. Macecha a Sněhurka se v pohádce o jablko dělí a to představuje něco, co mají obě společného, jejich zralé sexuální touhy. Příběh o Sněhurce nám napovídá, že dosáhne-li člověk tělesné zralosti, neznamená to ještě, že je duševně i citově připraven na dospělost spojenou s manželstvím. Po požití otráveného jablka tak Sněhurka upadne do hlubokého spánku podobnému smrti. Sněhurka ulehne do skleněné rakve, neboť děvčátko v ní přestalo existovat a životní proměna dostoupala vrcholu. Pohádka končí šťastně, vysvobozením Sněhurky ze spánku latence oživujícím polibkem prince. Znovuzrození, jenž vyžadovalo dobu klidu, nese ovoce sebepoznání a vyšší zralosti.

## **8. METODOLOGIE**

*Kvalitativní výzkumník: „Mnoho lidí je dnes znuděno svou prací a jsou...“*

*Kvantitativní výzkumník (přerušuje): „Jací lidé, kolik jich je, jak dlouho mají takové pocity, odkud jsou? ...“*

*Kvalitativní výzkumník: „Zapomeň na to...“*

John Van Mahen (Patton, 1980 in Disman, 1998)

Touto kapitolou chci čtenáře uvést do problematiky kvalitativního výzkumu. Zmíním vývoj metodologie v psychologii a vysvětlím základní rozdíly mezi kvalitativním a kvantitativním výzkumem. Dále se zaměřím na teoretická východiska kvalitativního přístupu a objasním základní plány a postupy. Na závěr kapitoly uvedu konkrétní postup grounded theory podle Strausse a Corbinové, který jsem i já použila při získání a zpracování dat ve svém výzkumu.

## **8.1 Vývoj metodologie v psychologii**

Když se na přelomu minulého století stala psychologie samostatnou vědou, nezávislou na filosofii a medicíně, vyvstala zároveň s tím touha psychologů pozvednout tuto disciplínu na úroveň jiných věd. Tím se odklonila od kvalitativního myšlení a její koleje vedly po linii přírodovědecko-kvalitativních postupů. Co bylo nebezpečím této jednostrannosti? Získání stále více přesných údajů o stále méně významných psychických fenoménech (Mann in Smékal, 1983), také však nesprávná interpretace dat, ke které přispěla nedostatečná reflexe výzkumných metod. Důsledkem této jednostrannosti se do popředí dostal behavioristický směr, který měl za následek popírání subjektivní proměnné. Tento vývoj nepostihnul jen americkou psychologii, ale ovlivnil vývoj i v Evropě.

Kvantitativní zvrát nastal v psychologii poměrně rychle, ale zpětná hermenuticko-fenomenologická tradice se do ní navrácí již pomaleji (Mayring, 1993). Prvky kvalitativního myšlení se opět objevily na přelomu sedmdesátých a osmdesátých let minulého století. V dnešní době si vědci kvalitní humanitně orientovaný výzkum nedovedou bez využití kvalitativních postupů vůbec představit. Neznamená to však, že se odmítá smysluplná kvantifikace. Zamítnutí jednoho či druhého přístupu by bylo extrémní a nesmyslné, neboť oba přístupy se jeden bez druhého neobejdou a vzájemně se doplňují.

Nelze si představovat, že kvalitativní výzkum je libovolně aplikovatelná technika. Spíše než o techniku jde o styl myšlení, který vede k jinému chápání věcí, k přesnější orientaci na samotný předmět (Mayring, 1993). Kvalitativní metodologie vyžaduje, aby v ní byl výzkumník trénovaný a aby se tomuto druhu zkoumání neustále učil. Jen tak je možné dojít ke smysluplným, z reality indukovaným a k realitě vztaženým poznatkům.

Kvantitativní výzkum má omezený rozsah informace o velkém počtu jedinců. Snadno generalizujeme a validita je měřitelná. Na druhou stranu kvalitativní výzkum má mnoho informací o velmi malém počtu jedinců. Tudíž je generalizace na populaci problematická až nemožná (Disman, 1998).

Při kvantitativním výzkumu se dodržuje vysoká standardizace, která zajišťuje vysokou reliabilitu. **Reliabilní měření** je takové měření, které nám při opakované aplikaci dává shodné výsledky, pokud se ovšem stav pozorovaného objektu nezměnil. Toto však nutně vede k silné redukci informací a tím k nízké validitě. **Validní měření** je takové měření, které měří skutečně to, co jsme zamýšleli měřit. Standardizace kvalitativního výzkumu je slabá a proto má takový výzkum poměrně nízkou reliabilitu. Volná forma otázek a odpovědí nevynucuje téměř žádná omezení a proto může mít kvalitativní výzkum vysokou validitu.

Jako poslední rozdíl bych uvedla, že logika kvantitativního výzkumu je **deduktivní**. Dříve sebraná data jsou použita pro testování hypotéz. Naproti tomu kvalitativní výzkum používá **induktivní** logiku. Induktivní metoda začíná pozorováním ve kterém pátráme po vzorcích, pravidelnostech, které snad existují. Objevené pravidelnosti popíšeme ve formě předběžných závěrů. Konečným produktem je nová teorie. Tudíž cílem kvantitativního výzkumu je testování hypotéz, kdežto cílem kvalitativního výzkumu je vytváření nových hypotéz, porozumění a nové teorie (Hendl, 1997). V kvalitativním výzkumu vede výzkumník respondenta, aby mu řekl co nejvíce informací, to znamená, že o výběru dat v podstatě rozhodují zkoumané osoby. „*Přirozeným systémem je respondentova znalost, zkušenosti, jeho postoje, pocity, prostě subjektivní dimenze daného problému. Výzkumníkovou úlohou je pak nalézt významné struktury v množině všech proměnných, které respondent považuje za relevantní*“ (Disman, 1998 s. 76).



## 8.2 Metodologie kvalitativního přístupu

Mayring (1993) rozlišuje mezi plánem a postupem výzkumu. Plán výzkumu zahrnuje cíl, průběh a stanovuje podstatná pravidla. K postupům patří metody získávání, zpracování a vyhodnocení dat. K osnovám výzkumu, které ponechávají dostatek prostoru pro kvalitativní myšlení se podle Hendla řadí:

**Analýza jednotlivých případů.** Případové analýzy jsou nejvíce zastoupené v kvalitativních plánech. Jejich předmětem může být jak jednotlivec, tak širší sociální systém jako rodina, třída nebo další sociální podskupina. Důraz je kladen na komplexnost celého případu, na souvislosti funkčních a životních oblastí a na historické pozadí zkoumaného předmětu. I zde je nutno dodržovat určitá pravidla, postupy, které zaručují její vědeckou zhodnotitelnost. Při analýze jednotlivých případů je nutno splnit pět základních bodů:

- 1) formulovat problém
- 2) definovat případ
- 3) specifikovat metodu
- 4) zpracovat materiál
- 5) interpretovat případ v širších souvislostech

**Analýza dokumentů.** Obsahuje velkou rozmanitost materiálů, protože sem nepatří pouze části psaného textu, ale také filmy, nahrávky, stavby, umělecké předměty a další. Tato data nemusíme cíleně získávat, jsou již hotová a to minimalizuje subjektivní vliv výzkumníka, který se projevuje pouze při jejich výběru.

**Výzkum jednání.** Jelikož výzkumník nezkoumá subjekt jako neživý objekt, probíhá výzkum jednání v rámci rovnoprávného diskursu právě mezi výzkumníkem a zkoumanou osobou. Na začátku by měl být definován praktický problém a načrtnutý cíl změny praxe.

**Terénní výzkum.** Spadá do oblasti sociologie, kdy vědec zkoumá předmět svého zájmu v jeho přirozeném prostředí.

**Kvalitativní experiment.** Pokouší se odkrývat struktury předmětu, nejde tedy o testování dopředu formulovaných hypotéz, jak je tomu u kvantitativního laboratorního experimentu.

Základními metodologickými postupy kvalitativní metodologie jsou pozorování a metody, které pracují na ústní bázi. Sem se řadí:

**Zúčastněné pozorování** představuje aktivní účast pozorovatele na sociální situaci, kdy výzkumník shromažďuje data v průběhu osobního kontaktu s pozorovanou skupinou. On sám je součástí přirozené situace. Metody na ústní bázi Mayring (1993) rozlišuje na: problémově orientované interview, narrativní rozhovor a skupinovou diskusi.

**Problémově orientované interview** obsahuje všechny formy otevřeného zpola strukturovaného dotazování. Účelem je se co nejvíce přiblížit otevřenému rozhovoru, jenž je zaměřen na určitý problém, ke kterému se tazatel neustále vrací. Dotazovaný má možnost vypovídat co nejvolněji bez předem daných alternativ. Důraz je kladen na vytvoření důvěry mezi výzkumníkem a dotazovanou osobou.

**Narrativní rozhovor** neklade předem žádné standardizované otázky a tak poskytuje prostor pro dotazovaného. Ten volně vypráví na dané téma. Cílem výzkumníka je dozvědět se o subjektivních významových strukturách respondenta, které zůstávají skryté v systematickém interview.

**Skupinová diskuse** umožňuje objevení takových struktur, které jsou vázány na sociální souvislosti. Při dobře vedené skupinové diskusi mohou být prolomené racionalizace a psychické zábrany a je proto vhodná pro zkoumání veřejného mínění, předsudků, ideologií a kolektivních postojů.

### **8.3 Tvorba dat – „Grounded theory“**

Grounded theory představuje „*soubor výzkumných postupů a technik, jejichž užitím je možné dospívat k novým poznatkům bez používání statistických a jiných kvantifikujících procedur*“ (Strauss a Corbin 1995, s.27). Klade důraz na to, aby závěry, které odráží získaná data, byly uzemněny v empirické realitě. Je charakteristická propojením deduktivního a induktivního myšlení. „*Induktivně ověřujeme, co jsme deduktivně navrhli*“ (Strauss a Corbin, 1995, s. 111).

Překlad tohoto pojmu se v češtině ještě neujal. Nejlépe ho snad vystihuje termín „z dat odvozená teorie“. V průběhu kvalitativní analýzy jsou rozlišovány její tři stupně: otevřené kódování, axiální kódování a selektivní kódování. Tyto nejsou od sebe striktně odděleny, nýbrž se v rámci samotné analýzy prolínají. Procesy kódování jsou jádrem postupu

vytváření teorií. Jsou to operace, které představují rozdělování, konceptualizování a opětné spojování dat.

**Otevřené kódování** (open coding) rozčleňuje celek například zaznamenaný rozhovor na věty, odstavce a jev či myšlenky označuje pojmem, který daný fenomén reprezentuje. Způsobů, kterými můžeme toto kódování provádět je několik. Prvním z nich je *line by line* analýza. Dokument nebo rozhovor je zkoumán po jednotlivých slovech, frázích či krátkých sekvencích. Provádí se hlavně při zpracování záznamů z interview a skupinových diskusí. Další možností je *postup po větách* či *odstavcích* a poslední způsob je *analýza celého dokumentu*, rozhovoru nebo pozorování.

**Axiální kódování** (axial coding). Data se dávají zpátky dohromady a to tak že se hledají vazby mezi kategoriemi a subkategoriemi, které vznikly v procesu otevřeného kódování. Zajímají nás také příčiny a podmínky vzniku jednotlivých jevů. Při každém určení kategorie a jejím pojmenování, stejně tak při zjišťování vztahů mezi nimi, se musí výzkumník vždy znovu vracet nazpátek k získaným datům a porovnávat výsledky svého myšlenkového procesu. Smysl tohoto počínání je odhalit tzv. díry v rámci kategorií nebo vztahů. Při takovém zjištění je výzkumník nucen se vrátit zpět do terénu, znovu ho explorovat a získat další data. Axiální kódování vytváří základnu pro kódování selektivní.

**Selektivní kódování** (selective coding) představuje konečnou integraci materiálů a dat, jež jsme získali. Je to nejsložitější úkol v rámci celého výzkumu, neboť jde v podstatě o nejabstraktnější úroveň analýzy. Selektivní kódování probíhá zhruba v pěti základních krocích:

1. volbou centrální kategorie nebo hlavní linie událostí
2. vztahováním centrální kategorie k doplňujícím kategoriím
3. vzájemným vztahováním kategorií na úrovni jejich charakteristik
4. validizaci rozpoznaných vztahů jejich porovnáním s daty
5. zpracováním chybějících detailů kde je třeba

Strauss a Corbin (1995, s.117)

V praxi nemusí být tyto kroky přesně rozlišené ani nemusí následovat v popsaném pořadí.

Na závěr bych poznamenala, že budování každé grounded theory vyžaduje tréning, poctivou podrobnou analýzu dat a v neposlední řadě také důsledné reflektování celého procesu.

## **9. STRATEGIE VÝZKUMU**

Tato kapitola je zaměřená na vymezení výzkumného problému, kterým se budu dále v aplikační části své práce zabývat. Použité metody jsou voleny tak, aby odpovídaly výběru zkoumaných osob a byly smysluplné při řešení problému. Jednotlivé kroky postupu výzkumu jsou popsány v podkapitole č. 9.3.

### **9.1 Vymezení výzkumného problému**

Cílem mého výzkumu bylo v rámci individuálních rozhovorů s psychoterapeuty, kteří prošli terapeutickým výcvikem a supervizí a pracují nejméně dva roky v oboru, explorovat využití pohádkového motivu v jejich psychoterapeutické praxi. Při výběru tématu jsem byla motivována především osobním zájmem o psychoterapii a samozřejmě také o pohádky. O pohádkách i o psychoterapii bylo napsáno značné množství publikací. Myslím si, že spojení těchto dvou témat doplněné o výzkum by mohlo být inspirativní nejen pro řadu klinických pracovníků, ale i pro laickou veřejnost, která má o danou problematiku zájem.

Empirický přínos mého výzkumu spočívá tedy ve zjišťování, zda je pohádkový motiv využíván při terapii, jakým způsobem a v neposlední řadě také proč terapeuti tyto motivy ve své praxi používají.

### **9.2 Zkoumané osoby a použitá metoda**

Respondenti, jejichž výpovědi jsem ve své práci použila, byli jak muži tak ženy psychoterapeuti.

Kritériem pro výběr dotazovaných bylo: ukončené vysokoškolské vzdělání, absolvování či účast v psychoterapeutickém výcviku a minimálně dvouletá psychoterapeutická práce s klienty.

Výzkum byl realizován v průběhu ledna až května roku 2007. Za tuto dobu se mi podařilo získat výpovědi od devíti psychoterapeutů (čtyři muži a pět žen) různého psychoterapeutického zaměření. Všichni respondenti se rozhovorů účastnili dobrovolně a ochotně spolupracovali.

Volila jsem použití kvalitativní metody za účelem podrobnějšího a hlubšího prozkoumání dané problematiky. Při rozšíření kvalitativní analýzy na větší počet zkoumaných osob by bylo možné uvažovat o případné kvantitativní integraci kvalitativně získaných výsledků.

Jako nosiče pro získání dat jsem si zvolila pozorování a částečně strukturovaný problémově orientovaný rozhovor. Obou těchto prostředků jsem použila při individuálních sezeních se zkoumanými osobami.

Rozhovory jsem si se souhlasem všech dotazovaných osob nahrávala na diktafon. Jednotlivá interview jsem postupně protokolovala pomocí těchto záznamů. Pozorování sloužilo jako podpůrná metoda v rámci interview a jeho výsledky byly zaznamenány na papír. Data získaná z pozorování tak mohou sloužit k lepší orientaci v situačním kontextu a k dokreslení dat získaných z rozhovorů.

Takto získaná data jsem dále zpracovala podle principů grounded theory vypracované Straussem a Corbinovou, již jsem popsala v kapitole č. 8.3.

Kódováním protokolů vznikla data různých kategorií, která byla dále vyhodnocena a srovnána. Diskuse výsledků se týká empirických poznatků ve vztahu k teoretickým východiskům.

### **9.3 Popis vlastního výzkumného postupu**

Při individuálních sezeních s psychoterapeuty jsem se snažila o dodržení stejného rámce všech setkání.

Každému respondentovi jsem vysvětlila záměr a smysl mé práce a požádala ho o spolupráci, přičemž jsem zdůraznila, že půjde o rozhovor, který budu nahrávat na diktafon a pozorování. Jestliže souhlasil, domluvili jsme se na vhodném termínu a místě, kde by se náš rozhovor mohl nerušeně uskutečnit. Rozhovory probíhaly většinou v pracovním terapeuta, s několika jsem se sešla mimo práci u nich doma. Interview trvalo průměrně okolo 30 minut.

Na začátku rozhovoru jsem znovu krátce zopakovala záměr mé práce a požádala zkoumanou osobu o souhlas magnetofonového záznamu našeho rozhovoru. Diktafon jsem umístila tak, aby neupoutával pozornost a nerušil.

Moje první otázky směřovaly k narrativním výpovědím dotazovaných. Měli tak čas adaptovat se na novou situaci. Snížila se tenze na obou stranách a současně jsme se naladili na společnou spolupráci.

Po tomto narrativně koncipovaném úvodu jsem přešla k samotnému interview orientovanému na výzkum. Otázky měly sice své stanovené pořadí, ale to neznamená, že bych myšlenky a úvahy, které se přímo nevztahovaly k věci odmítala. Občas bylo nezbytné se k některým otázkám vracet a flexibilně přizpůsobovat pořadí otázek tomu, jak se rozhovor vyvíjel. V případě nepochopení byly kladeny doplňující otázky. Zatoulal-li se respondent ve svých úvahách příliš daleko od tématu, snažila jsem se ho pomocí stručného shrnutí jeho výpovědi přivést zpět k hlavní linii našeho rozhovoru.

S každým respondentem jsem natočila jeden rozhovor. Ptala jsem se na využití pohádky při jejich psychoterapeutické praxi a dále jsem kladla otázky s touto problematikou související. Na závěr jsem se každého respondenta zeptala, zda nechce rozhovor něčím doplnit nebo zda jsme nezapomněli vyřknout něco důležitého.

Dotazovaným osobám jsem vždy nechala tolik času na odpovědi kolik potřebovali, přičemž výsledná délka jednotlivých rozhovorů se poměrně lišila. Některé rozhovory trvaly něco málo přes 15 minut a naopak některé přes hodinu. Diktafonové záznamy jsem si průběžně přepisovala tak, abych je mohla později komplexně zpracovat a vyhodnotit.

Na závěr jsem všem terapeutům dala ještě jednou možnost se k proběhlému rozhovoru vyjádřit, poděkovala jsem jim za spolupráci a rozloučila se.

Výzkumný postup, tak jak jsem ho zde popsala, jsem si před začátkem samotného výzkumu vyzkoušela na jedné terapeutce. Cílem bylo jednak jeho natrénování, jednak snaha zjistit na základě našeho společného reflektování tohoto sezení, jak to na dotyčnou působilo a případně přehodnotit daný postup dle jejích kritických připomínek. Výsledkem tohoto pokusu bylo uvědomění:

- že je v mém případě nutné věnovat větší pozornost všímavému pozorování respondentů.
- že bude dobré doplnit rozhovor o poslední uvedenou otázku týkající se supervize a výcviku terapeutů.

## 10. ZPRACOVÁNÍ A VYHODNOCENÍ DAT

V průběhu ledna až května roku 2007 se mi podařilo získat empirický materiál od celkem devíti respondentů. Rozhovory, které jsem zaznamenávala na magnetofonový pásek jsem přepsala do protokolů. Ty se staly podkladem pro další analytickou práci, jež spočívala v aplikaci kódovacích procedur grounded theory Strausse a Corrbinové. Kódováním protokolů vznikla data různých kategorií o nichž pojednává tato kapitola.

Způsobů, kterými můžeme provádět otevřené kódování, je několik. Rozlišujeme je podle rozsahu částí analyzovaného materiálu. Pro výše uvedené protokoly jsem zvolila postup *line-by-line* analýzy. Rozhovor, dokument nebo pozorování je zde zkoumáno po jednotlivých slovech nebo frázích popřípadě po krátkých sekvencích. Takovýto rozbor se pak může stát podkladem pro vytvoření nadřazených kategorií dat.

### 10.1 Přehled jednotlivých okruhů otázek a významových oblastí

Mým cílem bylo zjistit, zdali terapeuti využívají pohádkové motivy při psychoterapii. Tak zněla i má první otázka, další okruhy otázek byly pomocné a měly vracet respondenty zpět k tématu a také napomoci vybavit si další podrobnosti, například jaké typy pohádek či příběhů používají nejčastěji, proč tomu tak je apod. Jednotlivé významové oblasti, které následují, jsou induktivně odvozeny ze záznamů empirie postupem otevřeného kódování.

Při jejich zpracování jsem vycházela z protokolů, což byly doslovně přepsané výpovědi respondentů. V těchto výpovědích jsem u jednotlivých okruhů otázek hledala ty varianty, které se v protokolech objevovaly nejčastěji nebo byly respondentem jinak zdůrazněny. Mým záměrem bylo také zachovat co možná největší objektivitu, a tak jsou jednotlivé výpovědi zaznamenány v přímé řeči respondentů.

#### **A/ Využíváte pohádku, či pohádkové motivy ve své psychoterapeutické praxi?**

- cíleně ne, ale někdy se stane, že pohádkový motiv se dá použít jako příměr nebo paralela.
- explicitně ne, ale pohádkové motivy, ať už chceme nebo nechceme, ovlivňují naše nevědomí od začátku života, od dětství nás formují, nějakým způsobem vytvářejí struktury, motivy, kterými se v životě řídíme, ať už se jimi řídíme v životě nebo je používáme i v psychoterapeutické práci.



- ano.
- nepoužívám záměrně, to ne, ale často se stane, že pacient čte určitý příběh nebo knížku a přijde s tím, že mu to nějak koresponduje a to přináší materiál do terapie.
- jako příměr, část z nějaké pohádky, přímo pohádky v jungovském smyslu ne.
- určitě ano.
- jako příměry někdy ano, většinou to nepojmenovávám.
- přímo pohádku nepoužívám, ale občas používám nějaký krátký příběh.
- ano, jako příměru.

**B/ Je rozdíl ve využití pohádky při skupinové terapii, individuální terapii, popřípadě při neverbálních technikách?**

- v individuální i skupinové terapii je vlastně tahleta paralela součástí interpretace.
- ve skupinové i individuální terapii se dá použít tento příměr nebo podobnost jako dotaz, jestli ten klient to vnímá podobně a pokud jo, tak je možný se bavit o tom principu, který je v tom obsažen.
- pohádka bejvá chronicky známá, tak člověk nemusí dlouze nic vysvětlovat a jakoby se rovnou pracuje s tou zkratkou.
- v arteterapii je možný na motivy pohádky namalovat příběh, jednotlivé postavy, možná tematicky v příběhu začarované rodiny se objevují pohádkové postavy, pokud se rovnou nezadají jako začarované postavy zvířata. Někdy, když se to zadá volně, tak se tam objeví postavy z pohádek.
- v dramaterapii se používá zadání, aby ta rodina zahrála libovolnou pohádku. Tam se zase pracuje s tím, kdo si jakou postavu vybere a proč a s celým příběhem jako takovým se pracuje.
- pohádkový motiv se použije jako zkratka dejme tomu, jako nějaký symbol či paralela.
- tak v těch neverbálních technikách, tam je to asi takový nejzřejmější, protože jsou přímo techniky, které pracují s pohádkovými motivy, ať už je to dramatizace nebo hra s pohádkovými postavami identifikace, takže v těch neverbálních technikách se pohádkové motivy objevují poměrně často a ve skupinové terapii nebo přímo ve skupinových sezeních se dají pohádkové motivy vystopovat různě nebo dají se použít různě.
- ve skupině jde například o odehrání nebo přirovnání. Nebo interpretace nějaké akce kdy se ten pohádkový motiv použije jako zkratka dejme tomu.
- jako nějaký symbol či paralela.

- v individuální terapii, tam bych řekla, že to užívání nebo objevování těch motivů je spíš na úrovni mé introspekce jako terapeuta.
- ten rozdíl je dán metodou, kterou se pracuje. Jestliže je ve skupině nějaký téma pohádky důležitý pro jednoho člověka a ne pro ostatní, tak s tím skupinu nezatěžuju, ale často ve skupinové práci je výhodný, když třeba skupina narazí na nějaký téma, který je analogický nějaký pohádce, tak tam se to samozřejmě vyplatí použít.
- neverbální techniky, tam už je nutno třeba rovnou zadat to téma pohádky a to tehdy jestliže při skupinové práci se ta skupina dostane do určité situace, která je řešitelná, řek bych z hlediska té pohádky.
- v rámci stacionáře asi jo, ale v tý mojí praxi je to o tom, že ten pacient určuje to dění v hodině a tím se zabýváme.
- kdežto například při neverbálních technikách v rámci stacionáře se zadá přímo téma, může být i pohádkové a s tím tématem se pak dál pracuje na skupině.
- pohádky se dá použít při interpretaci, no musí to člověka napadnout.
- jakoby určité přirovnání.
- použití pohádkového motivu není nic plánovaného.
- hlavně při interpretacích, když se občas něco vynoří.
- rozdíl to je, v individuálu je to jednodušší.
- ve skupině je důležité vybrat to, co je důležité pro většinu potažmo pro všechny.
- nejvíce v individuálu, na skupině odkazují na autory, kteří pracují s pohádkou.
- ten příběh nebo ta pohádka nějak tu skupinu strukturuje, to je určitá výhoda i omezení, potom si myslím, že se tím příběhem dá okomentovat to, že ten pacient povídá a sám to zažívám ve své analýze, kdy ten analytik použije nějaký příběh, nebo glosu, kterej může sednout na tu situaci toho člověka.
- jinak nemám zkušenost že bych v individuálu zase pracoval přímo s příběhem nebo pohádkou.

### **C/ Jakou pohádku či motiv nejčastěji používáte?**

- no, asi ty nejznámější. Často se objevuje Popelka, Červená Karkulka.
- no Popelka ta je tak na ráně, tu máme asi všichni rádi.
- třeba pohádku O Popelce nemusím vůbec do terapie vnášet, protože ty pacientky s tím přijdou samy.
- často používám jedné méně známé pohádky, a to O chudé vdově co měla tři dcery.
- oblíbené jsou Zlatovláska, Červená karkulka, Cínový voják, Malá mořská víla

- Červená Karkulka.

- co se týče mýtů, tak mě napadá, že se občas vyskytují mýty o stvoření světa. To téma počátku a chaosu

- Popelka

- v naší kultuře jsou známé ty klasický, jako Jeníček a Mařenka, Červená Karkulka. To oslovuje.

- ve využití jich může být celá řada, hodně se používají pohádky bratří Grimmů, já hodně používám třeba nějaké biblické příběhy, třeba příběh o Davidovi a Baalšebě, nebo Ježíšovo narození, nebo krátké citáty z Nového Zákona.

- odkazuju na knihu Železný Jan.

#### **D/ Proč?**

- protože se jedná o symbol, který je natolik známější, že se už pracuje rovnou s tím významem, aniž by byla potřeba něco dovysvětlit.

- protože to zrovna koresponduje s pacientovým problémem.

- to přesně nevím. Nemůžu říct, že by ta pohádka měla nějaký univerzální znak, kterej bych zapasovával na ty lidi, je potřeba ji použít spíš v konkrétní terapeutické situaci a spíš nějaký aspekt z té pohádky by mohl pasovat zrovna v tu chvíli tomu člověku.

- je v tom symbolika prožívání sebe jako dítěte, které je znevýhodněno.

- je v tom motiv rodičovství a dětství a tyto jsou vlastní skoro každému.

- ač je naše společnost patriarchální, je tu určitý handicap muže a mužské role protože přechodové rituály jsou setřeny (odkazuje na knihu Železný Jan).

- je mi to blízký a protože si myslím že vyjadřují mnoho univerzální lidské moudrosti, která v té psychoterapii může být, nebo něco z talmudu, něco z židovsko-křesťanské tradice.

- protože je mi to blízký, tomu rozumím a zabýval jsem se tím, je mi to srozumitelný.

#### **E/ Jaká je výhoda pro pacienta a jaká pro terapeuta použít pohádku v terapii?**

- má to tu výhodu té zkratky.

- výhoda je v tom velká, protože ty mytologické a pohádkové motivy, jak jsem říkala v první otázce, jsou v určité dané kultuře obecně sdíleny, to znamená, že všem nám, když jsme byli malí rodiče vyprávěli podobné příběhy a vlastně jsme na nich vyrostli a oni nás nějak formovali.

- všichni sdílíme podobné příběhy. Takže ta výhoda je v tom, že třeba nemusíme ani explicitně se vyjadřovat a odkazovat na nějaký konkrétní příběh nebo motiv, ale dá se to často použít jako zkratka jako nějaká narážka a už vlastně to, když pacient vypráví příběh a já udělám odkaz na nějaký příběh obecně sdílený, který má s jeho příběhem nějaké podobné principy a je ten zásah citlivý, tak už to vyvolá určitý pocit porozumění.
- pacient cítí, že jsme nějakým způsobem na stejný vlně, že si nějakým způsobem rozumíme, že máme něco bazálního společného a to je hrozně důležité.
- že si ten pacient uvědomí, že určitéj problém, kterej má on sám, je problém všelidskej, jestliže na toto téma mohla vzniknout pohádka
- myslím si, že to může zmírňovat různé duševní stavy. Pohádkový příběh může být symbolickým pojmenováním toho, co ti pacienti prožívají.
- když se použije známý příběh, tak se věc vyloupne, je na něm vidět problém hodně dobře.
- je to alegorie, často se na dramaterapie vybírají pohádky. Když se to v tu chvíli hodí, tak je to přínosný, ale nedá se to plánovat.
- pacient může víc vstoupit do svého dětského světa, regredovat, sestoupit a ztratit se v té pohádce, být tím dítětem, opustit dospělý myšlení a racionální uvažování.
- pro terapeuta je to taky příjemný sestoupit do pohádkového světa, je příjemný přestat komunikovat na rovině dospělý – dospělý.
- výhoda pro pacienta, že je pro něj snazší přijmout symbolický obsah pohádky, pacient se cítí bezpečněji. Pohádky jsou i častým výběrem při dramaterapii. Lidé těm obsahům nevědomě rozumí.
- někteří pacienti k tomu mají blízko, jednak se pohybujeme v tomhleto kulturním okruhu, kde židovsko-křesťanský myšlení a řecký nás formuje jako Evropany, v tom to může bejt dobrý. Lidi můžou věci pochopit právě přes ten biblický příběh a právě to nový pochopení, ta nová perspektiva může osvětlit některý jejich potíže, ten příběh je něco, co je jiný než digitální myšlení, je to spíš myšlení analogový a v tom příběhu je zachycený něco, co nejde vyjádřit třeba jen interpretací tomu člověku.
- příběh je skvělá intervence, když sedne, a ti dva se shodnou na poselství. Je důležité jak tomu rozumí terapeut a jak pacient.
- no, pro terapeuta, že se takhle s pacientem líp domluví.
- někdy, když je terapeut v úzkých tak se může schovat za ten příběh.

## **F/ S jakou odezvou se setkáváte u pacientů?**

- vesměs s kladnou
- s kladnou odezvou
- většinou je ta odezva dobrá nebo kladná, protože ten motiv, ta pohádka, či příběh je nějaká zkratka nějaký symbol, který máme v sobě všichni svým způsobem. Takže když to člověk šikovně nebo citlivě nabídne tomu pacientovi, tak je to často pro něj přijatelnější touhleto hravou formou.
- buď to berou a pracují s tím tématem, anebo se mi na to vykašlou, takže vím, že jsem ztrácel čas a bylo to spíš pro mě, abych si urovnal myšlenky, ale tomu pacientovi to nepomohlo.
- většina má ráda pohádky.
- přes příběh se jde k pacientovi dostat. To oceňuju na tom příběhu, že občas je obtížné dostat pacienta k sobě a přes ten příběh to nějak jde.
- lidi se na tom dobře shodnou. Rozdrobené kousky se tím dobře spojí. Odezva bývá pozitivní.
- pohádka má mít bezpečný odkaz, bezpečný rámec, odezva je dobrá.
- je různá, spíš kladná. Každý doma poslouchá příběhy, každý tu bibli trošku zná, vtipu se může i zasmát, většinou to pacienty vede k přemýšlení a oni nakonec do terapie přišli taky s nějakým příběhem, který řeší a chtějí mu víc porozumět.

## **G/ Jaká jsou úskalí používání pohádek, motivů, příměrů nebo mýtů v terapii?**

- já vidím spíš pozitiva, ale určitě necitlivé zacházení s čímkoliv může uškodit.
- vyprávět pacientovi příběh jakýkoliv by mě nenapadlo, protože já jako terapeut tady nejsem od toho abych vyprávěla příběhy, takže v tom žádné úskalí nevidím..pokud se však použije interpretace a použije se citlivě, tak to může spíš pomoci. Ten pohádkový motiv může tu interpretaci spíš zjemnit a že taky za tím účelem se používá. Samozřejmě, necitlivě se dá taky použít všechno.
- že toho pacienta to zaujme natolik, že se odkloní od svého osobního tématu a to, co mu dělá starost více přizpůsobí tématu té pohádky. To znamená, že můžeme taky naneštěstí obejít tou pohádkou nějakou variantu toho pacientova problému, kterého se sice ta pohádka, ale u pacienta má jinou podobu.
- to bych viděl v tom, že každý materiál může být použit jako obranný a pacient se tak vyhýbá svému tématu.

- může to být zavádějící, jako každé zjednodušení. Příběh se musí vynořit sám, neumím si představit, že by se archetypální příběhy vnucovaly nebo nějak plánovaně používaly.
- dá se to použít jako únik, jak u klienta tak u terapeuta, který neví jak dál. Když terapeut nemá zkušenosti s pohádkami, tak to dost může poplíst a ztratit se v tom, protože ty významy a symboly v pohádkách bývají mnohvrstevnatý, pokud se v tom terapeut sám dobře nevyzná, tak do toho může zaplíst ještě i klienta a není to k ničemu. Je důležité znát symboly.
- příběh se dá různě interpretovat a není to jednoduchý. Někdy se ten příběh třeba vůbec nehodí na tu pacientovu situaci a ten terapeut se za něj může schovat.
- terapeut se může schovat do nějakého přemoudřelého postoje. Musí se oba shodnout na významu, protože příběh je často mnohvrstevnatý.

### **H/ Jak Váš supervizor a výcvikový terapeut zacházeli s pohádkovými motivy a jak to působilo na Vás?**

- od toho se vlastně odvíjí to, jak s tím člověk potom sám zachází v těch svých terapiích.
- můj první výcvikový terapeut byl spíš racionální typ, který se těmito motivům moc nevěnoval, já aspoň nemám vzpomínku, že by něco takového proběhlo, kdežto můj další terapeut, byl člověk spíš emoční a otevřený a vlastně tam se mi vybavuje, že jsme ty pohádkové motivy mohli sdílet a že vlastně to bylo spojený s takovým pocitem odlehčení.
- já v roli toho pacienta jsem to prožívala jako příjemné, protože už ta vzpomínka nebo to, že terapeut zmiňuje pohádku na bazální rovině vyvolala asociaci na to dětství. Já jsem to dítě a ten terapeut je ten dobrý rodič, který vypráví tu pohádku, i když ten můj terapeut mi pohádky nevyprávěl, ale stačilo když zmínil ten pohádkový motiv, tak vyvolal ten pocit bezpečí, který má to dítě s tím dobrým rodičem
- při supervizi, co já si vzpomínám, tam se tyhle motivy objevovaly jako zkratka. Ta zkratka nebo ten symbol mi umožnili líp vnímat to, co se mi ta pacientka pokoušela sdělit.
- tak to už bylo dávno a pokud vím tak se nevyhýbali pohádkám. Se supervizorem, protože byl ruského původu jsem měl určitou potíž, protože ty obecně známé pohádky u nás v ruské verzi vypadají trochu jinak, takže jsme se o nich dohadovali. Téma pohádek je mi blízký, takže jsem si rád o tom povídal.
- moc nezacházel. Spíš s příběhama. Používal metafory, analogie..
- ve výcviku se o pohádkách nemluvilo.
- v supervizích občas jako analogie, ztotožňování postav.
- nemluvili často o pohádkách.

- moc nezacházeli, nevybavuje si že by zacházeli nějak s pohádkou, spíše jsem se zajímala potom sama.
- výcvikový terapeut ano, nosil tam neustále ty příběhy, až mě s tím štvál, protože tím tu skupinu strašně zestructuroval a pak jsme se nořili do těch příběhů a bylo těžký rozlišit, co je interpretace biblická a co je interpretace psychoterapeutická. Výcviková terapeutka, jungiánka, používala příměry, to se mi líbilo.

**I/ Pokud pohádek nepoužívali, byl ve Vašem životě nějaký přelom, který Vás k jejich využívání dovedl?**

- pohádky jsem ve své autointerpretační praxi používal i dříve než jsem se stal psychoterapeutem, že jsem viděl analogie mezi životními situacemi a pohádkami.
- no pohnutka je to, že je potřeba, aby terapeut s pacientem sdílel, no a pohádka je vlastně dobrý společný materiál, na základě kterého lze pracovat. Důležité je osobní nastavení, toho kdo pohádky používá. To znamená, kdo nezná mýty a legendy potažmo pohádky, ten je také nemůže používat.
- samotnou mě bavilo si číst např. Junga, příběhy se promítají do života a lze je takto uchopit v terapii. Jsou příběhy, které se stále opakují, fungují, jsou staré a osvědčené.
- především vlastní děti, až teď si uvědomuji hloubku, bohatství pohádek.
- kniha Železný Jan, Ženy, které běhaly s vlky, vlastní děti, čtení jim pohádek
- vedlo mě k tomu taky to, že některý myšlenky a příběhy mám rád a oslovují mě.

## **10.2 Přehled induktivně vytvořených kategorií**

Při zpracovávání předešlé kapitoly jsem si všimla možnosti dalšího obecnějšího členění. Obsahově příbuzné výroky dotazovaných jsem tedy v dalším kroku zpracování seskupila do jednotlivých kategorií, jež jsou v následující kapitole označeny číslicí.

**A/ Využíváte pohádku, či pohádkové motivy ve své psychoterapeutické praxi?**

1. Ne
  - cíleně
  - explicitně
  - přímo
  - záměrně

2. Ano
  - určitě
  - jako příměr
  - části pohádek

**B/ Je rozdíl ve využití pohádky při skupinové terapii, individuální terapii, popřípadě při neverbálních technikách?**

1. Individuální terapie
  - je pohádková paralela součástí interpretace
  - je pohádka forma zkratky
  - je pohádka symbol či paralela
2. Skupinová terapie
  - se pohádka použije jako odehrání
  - přirovnání
  - interpretace
  - symbol nebo zkratka
  - příběh skupinu strukturuje
3. Neverbální techniky
  - arteterapie, maluje se začarovaná rodina
  - dramaterapie, hraje se pohádka, každý si volí svou pohádkovou roli
  - je to využití při nich zřejmé, je potřeba ho rovnou zadat
  - je to výchozí bod pro další skupinovou nebo individuální terapeutickou práci

**C/ Jakou pohádku či motiv nejčastěji používáte?**

1. Klasické, nejznámější pohádky
2. Popelka
3. Červená Karkulka
4. Mýty o stvoření světa
5. Různé příběhy, odkazy na knihy

**D/ Proč?**

1. Je mi to blízké, mám s tím zkušenost
2. Pasuje to na pacientovo prožívání
3. Je to symbolické a vhodné jako zkratka



**E/ Jaká je výhoda pro pacienta a jaká pro terapeuta použít pohádku v terapii?**

1. Pohádky a příběhy, jejich symboly jsou v naší kultuře všeobecně známé a sdílené, pacient cítí, že je pochopen
2. Pohádky a příběhy mají výhodu zkratky, nemusí se příliš nic vysvětlovat
3. Je to pro pacienta bezpečnější než přímá interpretace, pomáhá to pacientovi

**F/ S jakou odezvou se setkáváte u pacientů?**

1. Vesměs s kladnou, s kladnou odezvou
2. Odezva je různá, víceméně kladná
3. Buď to berou a pracují s příběhem nebo prostě nepracují

**G/ Jaká jsou úskalí používání pohádek, motivů, příměrů nebo mýtů v terapii?**

1. Necitlivá interpretace může uškodit
2. Příběh může pacienta odklonit od jeho tématu
3. Může to být zavádějící, jako každá zkratka

**H/ Jak Váš supervizor a výcvikový terapeut zacházeli s pohádkovými motivy a jak to působilo na Vás?**

1. Pohádkové motivy používali
  - měl jsem to rád
  - štválo mě to
  - bylo to příjemné
2. Pohádkové motivy moc nepoužívali
  - zajímal jsem se sám

**I/ Pokud pohádek nepoužívali, byl ve Vašem životě nějaký přelom, který Vás k jejich využívání dovedl?**

1. Vlastní děti, jim jsem vyprávěla pohádky
2. Sám jsem se zajímal, bavilo mě to
3. Je to možnost mít společnou platformu s pacientem, lépe mu porozumět a sdílet s ním

### 10.3. Vyhodnocení dat

Pro získání a zpracování dat výše popsaného výzkumu jsem použila metodologického rámce Strausse a Corbinové (1995). Od výzkumníka tento způsob získávání dat vyžaduje pokud možno co největší nezaujatost. Mým úkolem tedy bylo zaznamenat data tak, aby byla co nejméně ovlivněna mou interpretací. V tom případě se doporučuje zprostředkování dat v takové podobě, v jaké je zkoumaná osoba prezentovala, tj. v přímé řeči.

Všichni respondenti se shodli na tom, že pohádkové motivy, příběhy, citáty nebo mýty ve své psychoterapeutické praxi používají. Děje se tak buď přímo, že odkazují na autory či knihy, převypráví krátký příběh nebo využívají interpretačních možností pohádky anebo nepřímo implicitně či nezáměrně. Všichni se také shodli na tom, že se tak nedá činit předem promyšleně, protože terapeutický proces je něco, co se vyvíjí a je neustále v pohybu. Je proto obtížné předem si připravit nějaký příběh a mít ho schovaný jako eso v rukávu. Nejlepší průpravou, jak se ukázalo, jsou často vlastní děti, když je člověk nucen číst jim pohádky a příběhy a možná se nad nimi i občas zamýšlet. Nezbytná je také znalost mýtů a symbolů. Hodí se jak pro výklad snů, tak i pro interpretace v rámci pohádkových motivů.

Dalším zjištěním bylo, že pohádkový motiv je nejsnadněji použitelný při neverbálních technikách, kam se mimo jiné řadí i arteterapie a dramaterapie, protože ho terapeut na začátku sám zadá. V arteterapii se kreslí „začarovaná rodina“, v dramaterapii se přehrávají role nebo cvičí divadlo, jehož oblíbenými náměty bývají právě pohádky. Současně opakovaně zazněl názor, že neverbální techniky bývají výchozím bodem pro další ať už skupinovou nebo individuální terapii.

Při skupinové a individuální terapii se pohádkový motiv využívá podobně. Je to forma zkratky, protože příběhy a pohádky jsou všeobecně známé, alespoň ty klasické „věčně zelené“, a člověk nemusí moc vysvětlovat, stačí nastínit situaci či použít určitý symbol s pohádkou spojený a druhému je to hned jasné. Pohádky se dají použít jako paralela k životnímu příběhu pacienta. Někteří lidé se rádi na chvíli ztotožní s pohádkovým hrdinou, zapomenou zdánlivě na své vlastní problémy a sestoupí do říše pohádek. Mnohdy je poté udiví, že toho má pohádka hodně společného s jejich vlastním životem. Pohádkový motiv se často stává důležitou interpretační složkou v psychoterapeutickém procesu. Zatímco skupinu příběh výrazně strukturuje, použití v individuální terapii je jednodušší, protože se pracuje pouze s jedním člověkem.

Nejpoužívanějšími motivy jsou pohádky klasické, mezi něž patří Popelka, Červená Karkulka a další, které znají děti i dospělí po celém světě. Někteří terapeuti při interpretaci rádi užívají i citátů nebo biblických příběhů a nevyhýbají se ani mýtům. Když není dostatek času na převyprávění, anebo se nechce zatěžovat celá skupina, tak se terapeut jednoduše odkáže na knihu.

Výchozím bodem pro používání pohádkových motivů a mýtů je jejich dobrá znalost. A nejen jich samotných, ale také výkladů a symboliky. Terapeut se musí zajímat sám a musí ho to bavit. Odměnou potom je, že se pacient při interpretaci pomocí pohádky cítí bezpečněji, cítí, že je s terapeutem na stejné vlně a může pokojně sestupovat do hlubších úrovní svého nevědomí.

Odezva na pohádky bývá veskrze kladná, i když vždycky se najdou jedinci, jimž je jejich použití cizí. Obvykle se však pacient cítí pochopen a je svolný ke spolupráci. Ty „klasické“ pohádky a příběhy jsou v naší kultuře všeobecně známé a sdílené a tak se jich dá často velice pohodlně využít jako zkratky, za níž se už dál nemusí nic vysvětlovat.

Jaká jsou úskalí při používání pohádkových motivů? Především jejich necitlivá interpretace. Pohádka či příběh může interpretaci zjemnit, a za tím účelem se také používá, ale vždy záleží především na terapeutovi, jak si s tím poradí. Příběhy mají tu moc pacienta odklonit od jeho tématu. Pacient, ale i terapeut, se můžou věčně schovávat za příběhy a tím zdržovat samotný psychoterapeutický proces. Může se stát, že terapeut už neví kudy kam, použije nějakou moudrost, a tím svou nevědomost maskuje. Jako každá zkratka, i použití pohádkového motivu může být někdy zavádějící.

Z rozhovorů vyplynulo, že mnozí supervizoři a výcvikovní terapeuti respondentů pohádky, mýty nebo biblické příběhy při své práci využívali. Drtivá většina dotázaných to měla ráda, cítili se při tom dobře, odlehčovalo to atmosféru a často se i zasmáli.

Pokud k nim tento impuls k využívání pohádek nebyl vyslán jejich supervizory a výcvikovými terapeuty, přišlo na řadu samostudium. Většina respondentů se shodla na tom, že člověk se sám musí o problematiku zajímat, číst a vykládat pohádky a mýty. U žen k tomu povětšinou vedlo to, že měly děti a jim vypravovaly pohádky, u mužů to byla především záliba v příbězích nebo určitých myšlenkách. Pohádky a příběhy poskytují terapeutovi možnost společné platformy s pacientem, která umožňuje lepší porozumění a sdílení.

## 11. DISKUSE VÝSLEDKŮ

Najít odbornou psychologickou literaturu, která by čtenáři podala obraz pohádky a psychoterapie, tak jak jej vidí jednotlivé školy, nebylo obtížné. Dá se říci, že každý psychotherapeutický směr má trochu jinou představu o tom, zda pohádku v terapii vůbec použít a jakým způsobem. Mnohé pohledy na toto téma se překrývají, mnohé skýtají řadu specifických rozdílů.

V předložené práci jsem vycházela z pojetí pohádky jakožto psychotherapeutického prostředku tak, jak ho vidí čtyři hlavní směry v psychoterapii: psychoanalýza, jungova analytická teorie, transakční analýza a pozitivní psychoterapie.

Jako nosiče pro získání dat jsem si zvolila pozorování a problémově orientovaný rozhovor. Ke zvolení právě těchto postupů mě vedl předmět mého výzkumu, jehož cílem bylo nejen zjištění využití pohádkových motivů v psychoterapii, ale také možnost srovnání jednotlivých výpovědí. Protože kvalitativní výzkum není libovolně aplikovatelná technika, nýbrž styl myšlení, který vede také k jinému chápání věcí, jak říká Mayring (1993), nezdálo se mi příliš smysluplné podrobit respondenty pouze baterií testů či dotazníků. Myslím si totiž, že při používání dotazníků dochází často ke zkreslení dat již tím, že jsou jednotlivé položky respondenty odlišně interpretovány.

Srovnáním různých psychotherapeutických škol zjistíme, že v psychoanalytickém sezení se člověk propracovává k zachycení subjektivních asociací a obecných lidských tendencí, jež můžeme nazvat „objektivní asociace“. Subjektivní asociace se vztahují k osobním prožitkům životní historie, naproti tomu „objektivní asociace“ mají vztah ke kolektivním představám, které pocházejí z mýtů, folkloru, etnologie a v neposlední řadě pohádek. Pohádku lze interpretovat z hlediska vývojových konfliktů, z hlediska přenosu a protipřenosu a lze se na ni odkazovat v souvislosti s tím, co pacient do terapie přináší.

Když se podíváme na výpovědi jednotlivých psychotherapeutů zjistíme, že často používají pohádek jakožto interpretací a že na ně odkazují vzhledem k tomu, co pacient do terapie přináší.

Pohádky z pohledu analytické psychologie obsahují archetypální obrazy, jež jsou analogické k obrazům, vynořujícím se v průběhu terapie. V obou případech jde o symbolické ztvárnění individuace, zrání a vývoje jedince. Pohádky se zabývají základními psychickými procesy. Jsou to příběhy o tom, jak zvládat problémy a jak se z nich poučit. S hlavním hrdinou můžeme spoluprožívat jeho potíže, dobrodružné cesty a zkoušky jež je

provázejí. Pohádky nám zobrazují univerzální lidské problémy a sdělují nám přesvědčení, že i my je můžeme překonat procesem vnitřního růstu (Kastová, 1996). Důležité pro analytické pojetí pohádky je, pokud je nahlížena z hlediska osobnostní roviny, že všechny postavy můžeme chápat jako určité aspekty osobnosti člověka nebo jako jeho skutečné vztahové osoby.

Z výpovědí respondentů vyplývá, že klíčovou roli hraje znalost symbolů, archetypů, pohádek a mýtů. Bez toho se nedá pohádkový motiv v terapii použít a vyložit.

Pohádky z pohledu transakční analýzy jednak nabízejí dítěti řadu postav, jež hrají roli v jeho fantaziích a jednak pomáhají dítěti při utváření životního scénáře (Berne, 1997).

Z pohledu pozitivní terapie nesou pohádky tradici, plní funkci zrcadla, jsou spojovacím článkem nebo filtrem mezi pacientem a terapeutem v těžkých chvílích, zprostředkují také transkulturní prožitek, mají schopnost vyvolat u pacienta regresi, mění nazírání člověka pomocí „Aha“ zážitku a nabízejí pacientovi protipostoje.

Většina psychoterapeutů se shodla na tom, že příběh je formou zkratky a že pohádka může být paralelou k životnímu příběhu pacienta. Příběhy plní také funkci zrcadla, ukazují často pacientovi jaká je jeho životní situace a on je schopen to v odlehčené formě příběhu přijmout. Ze zjištění vyplývá, že pohádky také vyvolávají u pacienta regresi, je schopen se vrátit ve svých pocitech a prožitcích do dětství a odehrát si některé své neodžité konflikty.

Jak je vidět, výpovědi terapeutů respondentů uvedených v mém výzkumu se příliš neliší od výchozích teorií použití pohádkových motivů jednotlivých psychoterapeutických škol. Dle mého názoru, v terapeutickém procesu nakonec vždy nejvíce záleží na vnitřním naladění jednotlivého terapeuta i pacienta, jež je výchozím bodem pro použití určité techniky. Ne jinak je to i s pohádkou, mýtem, bajkou či jiným příběhem.

## 12. PŘÍPADOVÉ STUDIE

V této části práce předkládám čtenáři kazuistiku, jejichž obsahem je záznam čtyř individuálních rozhovorů se čtyřmi respondenty. Tyto kazuistiky ilustrují stěžejní zjištění výzkumné části mé práce. Zároveň bych na nich chtěla demonstrovat dva typy dat, ze kterých jsem při svém výzkumu těžila. Jsou to data získaná z pozorování a data získaná z interview.

### 12.1 Marie

Marii je 48 let, má 10 letou praxi v oboru a výcvik v logoterapii.

#### DATA ZÍSKANÁ Z INTERVIEW

#### DATA ZÍSKANÁ Z POZOROVÁNÍ

<p><i>Má první otázka zní: Používáš pohádku v psychoterapii?</i></p> <p>Cíleně ne, ale někdy se stane, že pohádkový motiv se dá použít jako příměr nebo paralela a ta se jeví jako velmi výstižná a funkční.</p> <p><i>Aha, při jaké formě terapie pohádkového motivu používáš?</i></p> <p>V individuální i skupinové terapii vlastně tahleto paralela je součástí interpretace.</p> <p><i>Hmm</i></p> <p>Nebo počkej anebo ne, ve skupinové i individuální terapii se dá použít tento příměr nebo podobnost dá použít jako dotaz, jestli ten klient to vnímá podobně a pokud jo, tak je možný se bavit o tom principu, který je v tom obsažen. A protože pohádka bejvá chronicky známá, tak člověk nemusí dlouze nic vysvětlovat a jakoby se rovnou pracuje s tou zkratkou.</p> <p><i>Hmm</i></p> <p>Teď si uvědomuju, že v arteterapii je možný na motivy pohádky namalovat příběh, jednotlivé postavy, možná tematicky v příběhu začarované rodiny. Objevují se pohádkové postavy, pokud se rovnou nezadájí jako začarované postavy zvířata. Někdy když se to zadá volně, tak se tam objeví postavy z pohádek. Pak ještě v dramaterapii se používá zadání, aby ta rodina zahrála libovolnou pohádku. Tam se</p>	<p>usmívá se, usazuje se pohodlně do křesla</p> <p>přemýšlí</p> <p>krátká pauza</p> <p>pauza zrychluje tempo řeči, gestikuluje</p>
--	--

<p>zase pracuje s tím, kdo si jakou postavu vybere a proč a s celým příběhem jako takovým se pracuje.</p> <p><i>Jaká pohádka nebo pohádkový motiv je nejoblíbenější u pacientů?</i></p> <p>No, asi ty nejznámější. Často se objevuje Popelka, Karkulka a nejenom u žen. Jak říkám, není to zas až tak častý. Z toho, co se mi vybavuje, tak se opakují ty motivy.</p> <p><i>Když by jsi to vzala jako příběhy obecně, které jsou nejpoužívanější? Mýtus, pohádka nebo bajka?</i></p> <p>To si uvědomuju, že se vědomě neděje tak často. Pacienti, to takhle přímo do sezení nenosí. Jsou to spíš výjimky. Čas od času se i objeví i sečtější pacient, který by mi rád něco zprostředkoval na příkladu nějakého příběhu, ale pak se musí trefit, abych ho znala. Takže i v tomhle může být potíž.</p> <p><i>A ty když jsi říkala, že používáš motiv jako příměr, tak jaký nejčastěji?</i></p> <p>Tak asi často v příbězích lidí, kteří se hodně angažují pro druhý a zapomínají na své potřeby, tak tam ta Popelka nabíhá okamžitě. Jakou jsem říkala tu druhou?</p> <p><i>Karkulka.</i></p> <p>Karkulka, jo a tohle je situace, která se objevuje často. To je vlastně příběh kterej hodně koresponduje s úvahama nad tím, nakolik je si kdo čím vinen. Nakolik může za situaci, ve který se neorientoval, kterou podcenil, ve který se choval naivně. Zobrazuje právě situace ve kterých ta Karkulka se taky připlétla vlkovi do cesty vlastně ze zvědavosti a naivity a s chutí neposlechnout a mohla na to teda šeredně doplatit. Takže tak. Je to o tom nebezpečí, který může lákat a přitahovat, a jak je těžký najít tu hranici, aby se člověk ochránil.</p> <p><i>Má to nějakou výhodu používat pohádky a příběhy v terapii?</i></p> <p>Má to tu výhodu tý zkratky. Protože se jedná o symbol, který je natolik známej, že se už pracuje rovnou s tím významem, aniž by bylo potřeba něco dovyprávět.</p> <p><i>Takže, jestli to dobře chápu, to je u pohádek, který jsou notoricky známý?</i></p> <p>Jo, jo. Pak si vybavuju klienta, u kterýho jsem použila příměr z pohádky, kterou jsem mu musela odvyprávět, protože takhle známá není, ale hodila se výborně na jeho situaci a bylo to o sedlákovi, který jel na trh a chtěl tam prodávat zboží. Byl to vlastně hrnčíř a najel do výmolu a skoro všechno rozmlátil a zbylo mu jen pár hrnečků a</p>	<p>pauza usmívá se</p> <p>delší odmlka</p> <p>smích smích přetrvává</p> <p>vypráví zaujatě</p> <p>reaguje okamžitě</p> <p>zavírá oči, přemýšlí</p>
--	--

<p>s tím pacientem jsme se potom dál bavili o tom, co v jeho životě může mít ještě cenu, když ty věci, na kterých si v životě nejvíc zakládá a dal si s nima nejvíc práce jsou na cimpr campr. A přes tuhle pohádku jsme se dostali k tomu, že i když těch hrnečků , který zůstaly v celku je vlastně málo, ale že prostě stejně tu svoji cenu mají a že jde jen o jeho rozhodnutí, jestli je ochoten jim tu jejich cenu přiznat anebo jestli řekne, to je fuk, že jsou celý, když je nemám všechny, tak je to na prd. A tenhle motiv vlastně nastartoval úplně nový kolo uvažování o tom, co se svojí životní situací můžu dělat já. A myslím si, že přes ten příběh mu to bylo daleko přístupnější nebo názornější, než kdybych se mu snažila něco zprostředkovávat důkazama nebo jinou navigací, asi jsem si to i hodně usnadnila já pro sebe.</p> <p><i>To byla v podstatě moje další otázka. Má tento přístup nějakou výhodu pro pacienta?</i>  Já si myslím, že tohle člověk nemůže dělat aniž by to přinášelo nějakou dobrou věc jemu i tomu druhému.</p> <p><i>S jakou odezvou se setkáváš u pacientů?</i>  Vesměs s kladnou.</p> <p><i>Jaké jsou úskalí této metody?</i>  Já vidím spíš pozitiva, ale určitě necitlivé zacházení s čímkoliv může uškodit.</p> <p><i>Chtěla bys říct něco na závěr?</i>  Jen je mi líto, že si ty příběhy pohádkový nebo mytologický líp nepamatuju, protože jsem přesvědčená, že kdybych tenhle archiv měla k dispozici v paměti, že se dá hodně často cíleně pěkně použít a že si uvědomuju že bych za tuhle výbavu byla ráda, protože by se hodila.</p> <p><i>Děkuju.</i></p>	<p>zaujatě vypráví  zarazí se, chvíli přemýšlí</p> <p>smích</p> <p>již zklidněně</p> <p>zamyšleně</p> <p>smích</p>
--	--



## 12.2 Jarmila

Jarmile je 48 let, jejím oborem je psychiatrie, za sebou má psychoanalytický výcvik a psychoterapii se věnuje 15 let.

### DATA ZÍSKANÁ Z INTERVIEW

### DATA ZÍSKANÁ Z POZOROVÁNÍ

<p><i>Využíváš pohádku popřípadě pohádkového motivu ve své psychoterapeutické praxi?</i></p> <p>To je velmi složitá otázka. Ze své zkušenosti vím, že v psychoterapeutické praxi se člověk řídí motivy jednak vědomými a jednak nevědomými. Když bych měla po právě zodpovědět, jestli používám pohádky explicitně, tak bych asi s přesvědčením řekla, že ne. Ale když se nad tím zamyslím, když spytuju svědomí, tak si uvědomím, že ty pohádkové motivy ať už chceme nebo nechceme, tak ovlivňují naše nevědomí od začátku života, od dětství nás formují nějakým způsobem vytvářejí nějaké struktury, nějaké motivy, kterými se v životě řídíme, ať už se jimi řídíme v životě nebo je používáme i v psychoterapeutické práci. To by asi bylo k této otázce všechno.</p> <p><i>Hmm, Ty jsi dělala jednak skupinovou psychoterapii jednak individuální. Lišilo se nějak používání pohádkových motivů ve skupině, v individuálu popřípadě při neverbálních technikách?</i></p> <p>Hmm, tak v těch neverbálních technikách, tam je to asi takový nejzřejmější, protože jsou přímo techniky, které pracují s pohádkovými motivy, ať už je to dramatizace nebo hra s pohádkovými postavami identifikace, takže v těch neverbálních technikách se pohádkové motivy objevují poměrně často a ve skupinové terapii nebo přímo ve skupinových sezeních se dají pohádkové motivy vystopovat různě nebo dají se použít různě. Zase jako například nějaké odehrání ve skupině nebo přirovnání nebo interpretace nějaké akce, kdy se ten pohádkový motiv použije jako zkratka dejme tomu, jako nějaký symbol či paralela, takže tam v tý skupině stejně jako v neverbálních se dá říct, že se s tím pracuje nebo že jsem s tím pracovala v podstatě i na té vědomé úrovni. Kdežto právě v individuální terapii, já dělám analytickou individuální terapii, takže tam</p>	<p>pohodlně se usazuje</p> <p>zavírá oči, soustředěně mluví</p> <p>zpomaluje se tempo řeči</p> <p>pauza</p> <p>pauza, hledá vhodná slova</p> <p>zamýšlí se</p> <p>pauza</p>
--	---

bych řekla, že to užívání nebo objevování těch motivů je spíš na úrovni mé introspekce jako terapeuta. To znamená...Chceš to nějak blíže rozvíst?

*Ano, jaký motiv je nejvíce používán, jaký se nejvíce objeví při tvé praxi? Z jaké pohádky?*

To už je ale jiná otázka. Chceš nějak blíže rozvíst to téma introspekce?

*Ano.*

Že to je vlastně způsob, jakým já a ti individuální terapeuti s kterým nejvíce operujeme. Že pacient přinese nějaký téma nebo rozvíjí nějaký téma, verbalizuje nějaký problém a terapeut to poslouchá a nějak to téma vnímá a v té mysli terapeuta to téma vyvolává spoustu asociací a různých odkazů. To znamená, že mě se vybaví asociace, dejme tomu, tenhle příběh mi připomíná tenhle motiv pohádkové nebo tenhle příběh mytologické a vlastně skrze tyhle moje asociace se já jako terapeut můžu dobrat lepšímu porozumění, protože k jednomu tématu může naskočit víc příběhů asociativních. To ale pacientovi nesdělujeme, pozorujeme vlastně, co se mi tam objevuje a pak z těch motivů, které se k tomu tématu objevují, tak můžu vytáhnout něco a to mu nabídnout jako interpretaci, aniž bych mu sdělovala jaký pohádkový motivy nebo mytologický motivy mi proběhly hlavou. To je jedna možnost. To záleží na tom v jakém stadiu je ta terapie, jak ten pacient je schopen co přijímat. Takže si to můžu zpracovat sama přes příběhy a jemu to nabídnout formou nějaké civilní interpretace nebo pokud vidím, že ten pacient je na tohleto nějak naladěný, můžu i explicitně zmínit třeba ten příběh či příběhy.

*S jakou odezvou se setkáváš u pacientů?*

Většinou je ta odezva dobrá nebo kladná, protože ten motiv, ta pohádka, či příběh je nějaká zkratka nějaký symbol, kterej máme v sobě všichni nějakým způsobem. Takže když to člověk šikovně nebo citlivě nabídne tomu pacientovi, tak je to často pro něj přijatelnější touhleto hravou formou. Tady bych ráda zmínila Popelku.

*Máš nějaký oblíbený příběh? Který je nejvíce používán?*

No Popelka ta je tak na ráně. Tu máme asi všichni rádi Popelku. Ještě bych k tomu ráda zmínila, že já jako terapeutka jsem se často setkávala s názorem, že vlastně ty pohádkové motivy jsou si podobné v tom,

odmlčuje se, upravuje si sedící pozici.

zaujatě

usmívá se

úsmev přetrvává.

<p>že princ je ten aktivní činitel který jde a osvobozuje princeznu, a ani si sami neuvědomujeme, jak máme tenhle pohled zautomatizovaný a já bych chtěla připomenout, že je spousta pohádek ve kterých princezna svou chytrostí, citlivostí vysvobozuje prince ze zakletí a tudíž to rozdělení rolí ženský pasivní a mužský aktivní není v lidský přirozenosti, že je to spíš podmíněno kulturně.</p> <p><i>Vidíš nějaká úskalí této metody. Tedy používání pohádkových motivů?</i></p> <p>Hmm, vyprávět pacientovi příběh jakýkoliv by mě nenapadlo, protože já jako terapeut tady nejsem od toho abych vyprávěla příběhy, takže v tom žádné úskalí nevidím..Pokud se však použije interpretace a použije se citlivě, tak to může spíš pomoci. Ten pohádkový motiv může tu interpretaci spíš zjemnit a že taky za tím účelem se používá. Samozřejmě, necitlivě se dá taky použít všechno, stejně tak si umím představit, kdyby si například pacientka na něco stěžovala a terapeut by jí řekl, no jo, když vy jste taková Popelka a čekáte furt na toho prince, tak se pacientka naštve a najde si jiného terapeuta. To podle mě není interpretace ale spíš chybné použití jakéhokoliv motivu nejen pohádkového.</p> <p><i>Hmm. To byla úskalí a má tato metoda nějakou výhodu?</i></p> <p>Výhoda je v tom velká, protože ty mytologický a pohádkový motivy, jak jsem říkala v první otázce, jsou v určité dané kultuře obecně sdíleny, to znamená, že všem nám, když jsme byli malí rodiče vyprávěli podobné příběhy a vlastně jsme na nich vyrostli a oni nás nějak formovaly. Takže je to něco co máme v základu, v bazálu podobného. Ten člověk vyroste a osobnost se nějak dotvoří, ale v těch základech, v těch kořenech máme podobné ty pohádkové motivy. Sdílíme podobné příběhy. Takže ta výhoda je v tom, že třeba nemusíme ani explicitně se vyjadřovat a odkazovat na nějaký konkrétní příběh nebo motiv, ale dá se to často použít jako zkratka jako nějaká narážka a už vlastně to, když pacient vypráví příběh a já udělám odkaz na nějaký příběh obecně sdílený, který má s jeho příběhem nějaké podobné principy a je ten zásah citlivý, tak už to vyvolá určitý pocit porozumění. Ten pacient cítí, že jsme nějakým způsobem na stejný vlně, že si nějakým způsobem rozumíme, že máme</p>	<p>zamyšleně</p> <p>zaujatě</p> <p>s úsměvem</p> <p>vážně</p> <p>mění polohu těla</p> <p>vysvětlujícím tónem</p>
---	--



## 12.3 Václav

Václavovi je 62 let, je psychoanalytik a jeho praxe v oboru čítá bezmála již 40 let.

### DATA ZÍSKANÁ Z INTERVIEW

### DATA ZÍSKANÁ Z POZOROVÁNÍ

<p><i>Využíváš pohádku při psychoterapii?</i> Ano. <i>Je nějaký rozdíl při použití ve skupinové terapii, individuální popřípadě při neverbálních technikách?</i> Při využití pohádky? Ano. Ten rozdíl je dán metodou, kterou se pracuje. Jestliže je ve skupině nějaký téma pohádky důležitý pro jednoho člověka a ne pro ostatní, tak s tím skupinu nezatěžuju, ale často ve skupinové práci je výhodné když třeba skupina narazí na nějaký téma, který je analogický nějaký pohádce, tak tam se to samozřejmě vyplatí použít. Neverbální, tam už je nutno třeba rovnou zadat to téma pohádky a to tehdy jestliže při skupinové práci se ta skupina dostane do určité situace, která je řešitelná, řek bych z hlediska té pohádky, ale je třeba to tam na začátku už zadat. <i>Hmm. Jakou pohádku, která je nejznámější používáš?</i> Těžko říct, protože na různé situace se hodí různé pohádky. Třeba pohádku o popelce nemusím vůbec do terapie vnášet, protože ty pacientky s tím přijdou samy. Ale třeba často používám jedné méně známé pohádky, a to O chudé vdově co měla tři dcery. Pacienti bych řekl se dělí z hlediska pohádek na dva typy: pacienti, kteří sami přicházejí s pohádkama a pak jsou pacienti, kteří pohádky pletou a nic jim neříkají, tito se pak když pohádek použiju při interpretaci diví, proč jim to říkám. Ale to je zvláštní sorta lidí. Jinak používám všech pohádek, které jsou danému pacientovi známy. Ale ty oblíbené jsou Zlatovláska, Červená karkulka, Činový voják, Malá mořská víla. Těch je spousta. <i>A proč?</i> Protože to zrovna koresponduje s pacientovým problémem. <i>Výhoda této metody pro pacienta a pro terapeuta?</i> Že si ten pacient uvědomí, že určitéj problém, kterej má on sám, je problém</p>	<p>odpovídá bez zaváhání</p> <p>není si jistý mou otázkou, naklání se v křesle, ujišťuje se, že správně porozuměl</p> <p>váhá</p> <p>zpomaluje tempo řeči, zamýšlí se</p>
--	---



## 12.4 Roman

Romanovi je 34 let, má praxi v oboru 8,5 roku a je také psychoanalytik.

### DATA ZÍSKANÁ Z INTERVIEW

### DATA ZÍSKANÁ Z POZOROVÁNÍ

<p><i>Využíváte pohádku při psychoterapii?</i> Nepoužívám jakoby záměrně, to ne, ale často se stane, že pacient čte určitý příběh nebo knížku a přijde s tím, že mu to nějak koresponduje a to přináší materiál do terapie.</p> <p><i>Je nějaký rozdíl při použití ve skupinové terapii, individuální popřípadě při neverbálních technikách?</i> V rámci stacionáře asi jo, ale v tý mojí praxi je to o tom, že ten pacient určuje to dění v hodině a tím se zabýváme. Kdežto například při neverbálních technikách v rámci stacionáře se zadá přímo téma, může být i pohádkové a s tím tématem se pak dál pracuje na skupině. Pohádky se dá použít při interpretaci..no musí to člověka napadnout. Jakoby určité přirovnání</p> <p><i>Která pohádka se Vám zdá nejznámější, která Vám hned vytane na mysli?</i> Hmm, Červená Karkulka.</p> <p><i>A proč?</i> To nevím. Nemůžu říct, že by ta pohádka měla nějaký univerzální znak, kterej bych zapasovával na ty lidi, je potřeba ji použít spíš v konkrétní terapeutický situaci a spíš nějaký aspekt z tý pohádky by mohl pasovat zrovna v tu chvíli tomu člověku.</p> <p><i>Ještě nějaká další pohádka?</i> To je asi ta nejvíc jedinečná pohádka, která mě napadá. Co se týče mýtů, tak mě napadá, že se občas vyskytují mýty o stvoření světa. To téma počátku a chaosu..to je patrně v pacientových snech, je potřeba aby ta podoba v pacientových snech byla rozpoznána jako aktuální. Ale nemám tu zkušenost, že by lidi pohádkový motiv nebo mýtus sami do terapie přinášeli.</p> <p><i>Má nějakou výhodu tato metoda pro pacienta a pro terapeuta?</i> Myslím si, že pokud budu mluvit obecně, tak se dá ve stacionáři výborně využít tahleta metoda v rámci psychodramatu, tak to může zmírňovat různé duševní stavy. Pohádkový příběh může být symbolickým pojmenováním toho, co ti pacienti</p>	<p>neodpovídá rychle, přemýšlí, postupně přidává na tempu v řeči</p> <p>dívá se střídavě na mě, střídavě před sebe</p> <p>hledá vhodná slova</p> <p>malá pauza</p> <p>pauza a na tváři se mu objevuje úsměv</p> <p>stále se usmívá</p> <p>zamyšleně, soustředěně, dívá se mimo mne</p> <p>zaujatě vypráví, slova doprovází gesty</p>
---	--

<p>prožívají.  <i>S jakou odezvou se setkáváte u pacientů?</i>  No, pohádky moc nepoužívám, ale myslím, že je to podobný s tím příběhem sci-fi literatury. Přes příběh se jde k pacientovi dostat. To oceňuju na tom příběhu, že občas je obtížné dostat pacienta k sobě a přes ten příběh to nějak jde.  <i>Jaká jsou úskalí této metody?</i>  To bych viděl v tom, že každé materiálu může být použit jako obranný a pacient se tak vyhýbá svému tématu.  <i>Jak Váš supervizor a výcvikový terapeut zacházel s pohádkovými motivy a jak to působilo na Vás?</i>  Moc nezacházel. Spíš s příběhama. Používal metafory, analogie..  <i>Takže pokud ne, byl ve Vašem životě nějaký zlom, popud, který Vás vedl k používání pohádek, mýtů či analogií v terapii?</i>  No pohnutka je to, že je potřeba aby terapeut s pacientem sdílel no a pohádka je vlastně dobrý společný materiál, na základě kterého lze pracovat. Důležité je osobní nastavení, toho kdo pohádky používá. To znamená, kdo nezná mýty a legendy potažmo pohádky, ten je také nemůže používat.  <i>To byla moje poslední otázka. Děkuju moc.</i></p>	<p>znovu přemýšlí, rukou si hladí bradu</p> <p>váhá</p> <p>usmívá se</p> <p>při odchodu mi podává ruku, loučíme se</p>
--	--



## ZÁVĚR

Tato práce pojednává o pohádce jakožto léčebném psychoterapeutickém prostředku. Jejím cílem bylo seznámit čtenáře s pohádkami, jejich druhy, začlenit je do širšího rámce a podat přehled tom, jak jsou využívány terapeuti různých psychoterapeutických škol, v čem se jejich názory na pohádky shodují a v čem liší.

Samotná tvorba diplomové práce mi přinesla obohacení nejen objevem zajímavé literatury v daném oboru, který mi pomohl utřídit si znalosti a přehodnotit některé své názory, ale byla i inspirací a povzbuzením pro mou budoucí odbornou praxi. Při zrodu praktické části jsem si uvědomila, jak je výzkumník ve své práci ovlivněn vlastními názory, zkušenostmi a představami o tom, jaký bude závěrečný výsledek. Tento vliv se promítá do dalších interpretací a ovlivňuje tak výsledek výzkumu. Velmi přínosná byla pro mě setkání s psychoterapeuty, která mě obohatila o cenné postřehy a názory.

Pohádky jsou jako kouzelné zrcadlo, jenž odráží život, jeho vznik, vývoj a zánik. Mohou proto obsahovat symbolické odpovědi na téměř všechny krizové okamžiky psychického vývoje. Jde pouze o to, abychom se v tomto zrcadle dokázali zahlédnout.

Pohádky jsou často považovány za četbu pro děti. Archetyp dítěte však dříme v každém člověku, proto je jen na nás, jak budeme k pohádkám, příběhům či mýtům přistupovat. Zda zvolíme cestu pesimistické skepse, anebo se necháme unášet vlnou fantazie, jež nám možná přinese nový optimističtější pohled na svět. Myslím si, že čtenář již poznal, jak je význam pohádek složitý a jak se mohou jejich výklady a způsob použití v terapii lišit. Přesto přesný výklad a jeho pochopení není to nejdůležitější, podstatný je celkový dojem a vnitřní emoční ladění, které jejich četba ve čtenáři zanechává.

## **SUMMARY**

### **Využití pohádkového motivu v psychoterapii The Use of Fairy Tale Motive in Psychotherapy**

**Zuzana Mikotová**

The topic of the dissertation is a fairy tale as an instrument of psychotherapy. It aims at describing the use of fairy tales by psychotherapists of various theoretical backgrounds, their congruences and differences in using such a helping tool.

Collecting the data for this work brought me about enjoyment and also enrichment of my knowledge, and last but not least an inspiration and support of my future professional practice.

Working on the practical part helped me to become conscious to what degree is the researcher influenced by his own opinions, experience and the ideas about the end results. The meetings with psychotherapists made me enriched by many valuable ideas and opinions.

Fairy tales remind me a magic mirror reflecting the life. Its origin, development, and extinction. They contain symbolical answers to almost all moments of crisis in psychic development. It is necessary to learn the ability to see ourselves in this mirror.

Fairy tales are frequently taken as such a reading for children. However, the archetype of a child is constantly sleeping within every adult. It depends on us how to relate to fairy tales, stories or myths. Whether we follow the way of pessimistic scepticism, or we let us to be run away by a wave of fantasy toward a more optimistic view of life. As I believe, the reader has already understood the complexity of fairy-tales contents and the endless variability of their interpreting and therapeutic use. The exact interpretation of the phenomenon of fairy-tales is not of utmost importance. According to my opinion, the most valuable is the overall impression and inner emotional tune invoked in the reader.

## Seznam literatury

- Andersen H. Ch.: *Pohádky*. Praha: Albatros, 1985
- Berne E.: *Co řeknete až pozdravíte. Transakční analýza životních scénářů*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997
- Berne E.: *The games people play: The Psychology of Human Relationships*. New York: Grove Press Inc., 1964
- Bettelheim B.: *Za tajemstvím pohádek*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2000
- Bly R., M. Woodman: *Král panna*. Praha: Argo, 2002
- Campbell J.: *Tisíc tváří hrdiny*. Praha: Portál, 2000
- Cath, C.: *On the Other Side of Ozz: Psychoanalytic Aspects of Fairy Tales*. The Psychoanalytic Study of the Child, 33: 621-639, 1978
- Černoušek M.: *Děti a svět pohádek*. Praha: Albatros, 1990
- Černoušek M.: *Sen a snění*. Olomouc: Horizont, 1988
- Dieckmann H.: *Sny jako řeč duše*. Praha: Portál, 2004
- Disman M.: *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha: Karolinum, 1998
- Drapela V. J.: *Přehled teorií osobnosti*. Praha: Portál, 1998
- Dvořák K.: *Nejstarší české pohádky*. Praha: Argo, 2001
- Edinger E. F.: *Já a archetyp*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2006
- Eliade M.: *Mýty, sny a mystéria*. Praha: Alfaprint, 1998
- Estés C.P.: *Ženy, které běhaly s vlky*. Praha: Pragma, 1999
- Franz von M. L.: *Mýtus a psychologie*. Praha: Portál, 1999
- Franz von M.L.: *Psychologický výklad pohádek* Praha: Portál, 1998
- Freud S.: *Vybrané spisy I*. Praha: Avicenum, 1991
- Freud S.: *Výklad snů – O snu*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1998
- Fromm E.: *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, 1999
- Grimm J., Grimm W.: *Pohádky bratří Grimmů*. Praha: Albatros, 1969
- Hendl J.: *Úvod do kvalitativního výzkumu*. Praha: Karolinum, 1997
- Jung C. G.: *The development of personality*. New York: Pantheon, 1969
- Jung C. G.: *Výbor z díla I. Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1996
- Kast V.: *The clinical use of fairy tales by a "classical" Jungian analyst*. Psychoanalytic Review 83(4): 509-523, 1996
- Kast V.: *Dynamika symbolu*. Praha: Portál, 2000

- Kast V.: *Krize a tvořivý přístup k ní*. Praha: Portál, 2000
- Kestenbaum C. J.: Memory, Narrative and the Search for Identity in Psychoanalytic Psychotherapy: A Second Chance. *Journal of American Academy of Psychoanalysis*, 31: 647-661, 2003
- Koudelka V.: *Malý labyrint literatury*. Praha: Albatros, 1982
- Kratochvíl S.: *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 2000
- Kratochvíl Z.: *Mýtus, filosofie, věda I. a, II.* Praha: Hrnčířství a nakladatelství, 1993
- Kratochvíl Z., Bouzek J.: *Od mýtu k logu*. Praha: Hermann a synové, 1994
- Lužík R.: *Pohádka a dětská duše*. Praha: Osvěta, 1944
- Mayring, P.: *Einführung in die qualitative Sozialforschung*. Weinheim: Psychologie Verlagsunion, 1993
- Mitchell S.A., Blacková M.J.: *Freud a po Freudovi*. Praha: Triton, 1999
- Mucha I.: *Symboly v jednání*. Praha: Karolinum, 2000
- Neubauer Z.: *Do světa na zkušenou*. Praha: Hrnčířská dílna a redakce, 1990
- Peseschkian N.: *Kupec a papoušek – Využití orientálních příběhů v psychoterapii*. Brno: Cesta, 1996
- Peseschkian N.: *Příběhy jako klíč k dětské duši*. Praha: Portál, 1999
- Peseschkian N.: *Psychoterapie v každodenním životě aneb Jak se účinně vypořádat s konflikty*. Brno: Cesta, 2000
- Propp V.J.: *Morfologie pohádky*. Praha: ČSAV, Ústav pro českou literaturu, 1970
- Rainwater J.: *Vezměte život do vlastních rukou*. Praha: Grada, 1993
- Rieger Z.: *Lod' skupiny*. Praha: Portál, 2007
- Rogers, C. R.: *Způsob bytí*. Praha: Portál, 1998
- Röhr H.P.: *Narcismus – vnitřní žalář*. Praha: Portál, 2001
- Smékal, V.: *Kvalitativní přístup k psychologickému výzkumu*. *Československá psychologie* XXVII, 1983, 1, 50-58
- Stein M., Corbett L.: *Příběhy duše – Moderní jungiánský výklad pohádek I*. Brno: Emitos, 1999
- Strauss A., Corbin J.: *Basics of Qualitative Research: Grounded Theory, Procedures and Techniques*. London: Sage Publications, 1995
- Zeig J. K.: *Umění psychoterapie*. Praha: Portál, 2005

