



# Rodinné mapy v PPP

Mgr. Martin Bušina



---

## Úvod

Kdysi dávno měl můj kolega rodinný psychoterapeut v péči 2 mladé ženy, byly to sestry a obě vyrostly v náhradní rodinné péči. Když jim bylo kolem 20 let, měly možnost poprvé ve svém životě potkat své rodiče. Sestry se od sebe lišily tím, že jedna z nich měla velikou touhu a chuť porozumět tomu, odkud je, kdo jsou její rodiče a jak se s tím, že nemohla vyrůstat ve své rodině, má vyrovnat. Chtěla přijít na to, kdo je a najít vnitřní odvalu utvářet svůj mladý život a naplnit ho. Druhá sestra po ničem takovém netoužila a své rodiče kategoricky odmítla, proto se s nimi odmítla setkat. Uplynulo několik let a ta první založila rodinu a do dnešního dne žije takový normální spokojený život se svým manželem a čtyřmi dětmi. Zapomněl jsem dodat, že s rodiči se potkala celkem 3x a pak už nikdy. Na poslední schůzce jim poděkovala za odevzdaný dar života a požádala je, aby si zase šli každý svou cestou. Po setkání s rodiči dále pravidelně navštěvovala rodinného psychoterapeuta, pracovala se svou rodinnou mapou – v jejím případě se dvěma rodinnými mapami (tou původní a tou pěstounskou). Druhá sestra má za sebou poměrně hodně životních přemetů, komplikací až nebezpečných a hraničních situací. Terapii s kolegou ukončila někdy kolem 4. sezení. Ozvala se až po letech.

Bylo by velmi zavádějící z tohoto příběhu dělat nějaký jednoznačný závěr, spíše se chci opřít o mnoho dalších podobných příběhů ze své praxe a použít malou metaforu o oceánu a lodi. První sestra měla štěstí, že měla odvalu a touhu, což bylo dáno její osobností, co nejvíce se dozvědět, mít informace, a to i ty, které se nepřijímají lehce. Snažila se zorientovat a vytvářela si mapu, které zpočátku moc nerozuměla, ale časem jí pomohla se zorientovat. Druhá sestra, v té samé době, k těmto věcem prostě neměla přístup, přišla mladá dospělost a oceán života se rozbouřil. Loď s mapou bouři odolávala a plula za svým cílem, cíli. Druhá loď se chvíli točila na místě, chvílemi se potápěla, několikrát se málem roztránila o skalnaté břehy. Mít mapu tedy nemusí být na škodu a zároveň mít jenom mapu také někdy nestačí.

---

Vytvořit rodinnou mapu nebývá většinou nijak složité, pokud má sociální pracovník dobře vytvořený vztah s pěstouny a dítětem. **V této metodice si chceme ukázat, jak důležitá je role assessmentu v sociální práci a nabízíme 2 způsoby práce pro budování assessmentu s dítětem a jeho příbuzenským pěstounem, které nám zároveň umožní získat mnoho podkladů pro vytvoření rodinné mapy, ekogramu nebo genogramu.**

První ukázka je práce nad společně čtenou a reflektovanou knihou a vychází z přirozeného procesu prohlížení a čtení knih, pohádek či vyprávění příběhů. Tuto formu práce uvádíme v malé ukázce a věříme, že zkušený sociální pracovník najde mnoho dalších způsobů, jak navázat přirozeným způsobem vztah k dítěti a že tyto způsoby zároveň postupně pootevřou dvířka k dalším důležitým životním tématům dítěte a jeho rodiny, která jdou tvořivě znázorňovat a zaznamenávat. **Výhodou je univerzální tématičnost a metaforická bohatost, která se objevuje téměř ve všech dětských knihách.**

Druhá ukázka je určena pro pěstouny prarodiče, **jde o alternativní způsob vytváření rodinné mapy, a to konkrétně rodinné fotomapy**. Jedná se v první řadě o práci s fotografiemi (celkem běžná, oblíbená a přirozená činnost pro většinu lidí ve všech věkových kategoriích), která se mi osvědčila při práci s příbuzenskými pěstouny, zvláště pak s prarodiči.

Dalším kamínkem do mozaiky naší pozvolné cesty k rodinné mapě je pohled na práci s emocemi a na ekomapu a genogram, které jsou zajímavé svým pojetím a mohou v rámci naší práce s rodinnou mapou rozšířit náš pohled na množství způsobů grafického a symbolického záznamu rodinného systému.

Rodinná mapa rodiny dítěte je symbolickým znázorněním toho, jak to všechno v životě dítěte bylo, je – a jak by to mohlo být (přání, naděje a sny). Vše specificky zapsáno a vyjádřeno většinou na jednom (nebo dvou) velikých papírech z flipchartu.

---

V této metodice vyjdeme ze základů vytváření rodinné mapy podle známé rodinné psychoterapeutky Virginie Satirové.

Tak se nebojme a pojďme se tohoto nelehkého úkolu zhostit se ctí.

Mgr. Martin Bušina

---

# 1. Plechovka plná žížal a Hellingerovy principy rodinného systému

Na úvod první kapitoly si dovolím ocitovat, jak popisuje svou první zkušenost světově známá rodinná psychoterapeutka Virginie Satirová:

“Zpočátku, když jsem začala pracovat s celými rodinami, byla jsem ohromena obrovskou různorodostí aktivity, probíhající ve všech směrech: fyzicky pohybem osob a psychologicky nejasnými sděleními, nedokončenými větami atd. Nejvíce ze všeho mi to připomínalo plechovku s žížalami, kterou můj otec brával s sebou na ryby jako návnadu. Žížaly byly do sebe zapleteny, neustále se svíjely a pohybovaly. Nemohla jsem rozeznat, kde je konec jednoho a začátek druhého. Vlastně se nemohly pohybovat jinam, než nahoru a dolů, dokola a do stran, ale určitě dělaly dojem živosti a účelnosti. Kdybych byla schopna se s některými z nich domluvit a dozvědět se, jak se cítí, myslím, že by mi řekly totéž, co jsem po léta slýchala od členů rodiny: *Kam jdu? Co dělám? Kdo jsem?* Porovnání toho, jak se mnoho rodin chová, s bezúčelným převalováním žížal mi připadalo tak příhodné, že jsem označila síť, existující mezi členy rodiny, termínem plechovka s žížalami.” (V.Satirová, Kniha o rodině).

Dovolím si doplnit tuto metaforu o žížalách v plechovce třemi základními lidskými potřebami, jak je definoval Bert Hellinger (2000a):

## 1. Potřeba a právo sounáležitosti k systému

Každý má právo sounáležitosti k systému
i když se zblázní
i když jde do vězení
i když je závislý na drogách
i když odejde
i když zemře
i když je potracený

---

Výjimku podle Hellingera představuje vrah, který podle něho ztrácí právo na příslušnost v jeho vlastním systému. Osobně si myslím, že z tohoto úhlu pohledu záleží na širším kontextu, ve kterém se někdo stane vrahem.

## 2. Potřeba hierarchie nebo řádu v systému

**V každém systému platí hierarchie (řád), která musí být respektována**

### A. Čas vstupu do systému

Kdo přichází do systému dříve, je hierarchicky výše, takže partnerství je hierarchicky výše, než rodičovství, pokud se věnují víc dětem, než svému vztahu, nastává celá řada problémů v systému.

### B. Důležitost pro systém

Typickým příkladem dnešní doby je, že pokud rodinu finančně táhne manželka, má být tato její důležitost patřičně oceněna a uznána, nejlépe manželem.

### C. Funkce pro systém

Partnerské znevažování jednoho či druhého před dětmi, působí zmatek v rodinném systému, se kterým si děti většinou neví moc rady a může mít dalekosáhlé následky.

## 3. Potřeba rovnováhy mezi dáváním a braním

**Aby jakýkoli vztah byl životaschopný, musí být rovnováha mezi vklady a zisky**

rodiče jsou velcí a dávají, děti přijímají

starší děti dávají těm mladším

páry, které nemají děti, cítí potřebu dávat někomu dalšímu

dospělé děti mají povinnost se postarat o stárnoucí rodiče (ne ovšem ve smyslu přání rodičů, ale tak, jak to respektuje jejich současnou rodinnou a pracovní situaci)

Ve vztahu bez výměny, pokud toto trvá delší dobu, vztah zanikne. Bohaté vzájemné dávání přináší pocity naplněnosti a štěstí. Nerovnováha, kdy jeden dává příliš a druhý méně či téměř nic, vytváří pocity zadluženosti a potřebu to srovnat. Čistota svědomí se pak projevuje v pocitu svobody.

---

## 2. Assessment v sociální práci s dětmi a jejich prarodiči, popřípadě s jinými členy rodiny dítěte

Na assessment nahlížíme jako na komplexní proces, jehož cílem je pochopit jedinečnost dané životní situace klienta. Po řádné přípravě se sociální pracovník s klientem setkává a volí vhodné metody k navázání vztahu i získání relevantních informací.

Přirozeným způsobem komunikace je pro většinu dětí hra nebo např. kresba. Zjištěné poznatky o rodině a dítěti, pak sociální pracovník analyzuje a následně, pokud to jen trochu jde, se spolu s klientem dohodnou na adekvátní intervenci. Ta se realizuje a zpětně je aktéry hodnocena.

Většina dětí zcela přirozeně a často v kontextu např. předškolní výchovy kreslí důležité "lidi" nebo zvířata...maminku, tatínka, brášku, sestřičku, babičku, dědečka, tetu, strejdu apod., stejně tak pejska, kočičku apod. Společné čtení knihy a kreslení nám pomůže jednak budovat vztah, a hlavně se přes příběhy a povídání o nich, dostaneme k dialogu o různých tématech zcela přirozeným a bezpečným pro dítě / děti. Dítě / děti pak nebudou mít problém bavit se s námi o čemkoliv.

---

## Jednoduchý příklad práce pro navázání vztahu s dítětem 4 - 9 let pomocí společného čtení knihy s rozhovorem a následným “malováním v písku” nebo na papír.

**Příprava:** Podle věku dítěte, situace a kontextu zkusíme vytipovat několik dětských knih, které vezmeme na návštěvu k rodině s sebou.

**Pomůcky:** Vhodné knihy, pastelky, voskovky, barvy, barevné papíry, nůžky, lepidlo apod.

**Realizace:** Čteme část knihy...a pak si s dítětem povídáme...na závěr ho vyzveme k nakreslení nebo sochání do pískoviště...

**Příklad:** Čtení a povídání si nad knihou “Klíč” od autora Pavla Čecha s Maruškou (8 let)

**Cíle:** Přirozené navázání vztahu s dítětem, motivace dítěte k četbě a schopnosti diskuze nad různými tématy. Přirozenost tohoto procesu, dialog a kooperace mezi dítětem a sociálním pracovníkem může vyústit ve zcela přirozenou spolupráci dítěte např. nad rodinou mapou, ekogramem nebo genogramem.

**SP:** Ahoj Maruško, jak se dnes máš?

**D:** Ahoj Petro, dnes se mám dobře. Donesla jsi, prosím, tu knížku, o které jsme minule mluvili?

**SP:** Ano, chceš se na ni podívat?

**D:** Ano!!! (nadšeně)...já ta je pěkná...a voní, je nová, že?

**SP:** Ano, koupila jsem ji nedávno. Mám návrh...protože kniha má málo textu, tak co kdybychom se ve čtení střídali a po přečtení 1 stránky si o tom vždy popovídali, co nás k tomu napadá?

**D:** Můžeme to zkusit. Mohu začít?

**SP:** Prosím, tady je kniha...ještě mě napadá, nedáme si něco k pití?

**D:** Poprosím babičku (pěstounka), ať nám uvaří čaj...

**SP:** To je dobrý nápad.

**D:** Tak já teda začnu číst...

**SP:** Už se na to těším.



---

**D:** *“Obrázek, který by tu ani nemusel být, ale i tyto krátké kalhoty s děravou kapsou hrají v téhle knížce důležitou roli.”*

**SP:** Hm, to vypadá zajímavě, co tam všechno je?

**D:** Asi věci do školy...hele, to je srandovní pravítko...jo a v kapse mají ty kraťasy díru... ale proč jsou důležité, nevíš?

**SP:** No, nevím...nic mě nenapadá...nevím jakou důležitou roli mohou mít...tebe něco napadá Maruško?

**D:** Taky nic, uvidíme...ted' čteš ty...

**SP:** Tak jo... *“Jsou dny, kdy se dětem do školy nechce. A klukovi se dnes nechtělo snad nejvíc ze všech”*

**D:** Ukaž...na obrázku je kluk a vypadá, že se mu opravdu do školy nechce...ostatní děti se baví, jsou veselé...jo a hele, ty červené kraťasy má na sobě...

**SP:** Máš pravdu, jsou tedy asi jeho...co se mu ale mohlo stát, že se mu nechce do školy?

**D:** Prostě se mu nechce. Mě se taky někdy nechce do školy.

**SP:** Vzpomeneš si kdy naposledy a proč?.....**prostor pro rozhovor, když je třeba**

**D:** Každé ráno.(směje se), ne...treba když jdu pozdě spát nebo když je venku škaredě... raději bych byla doma a koukala se na televizi, nebo si kreslila...

**SP:** Když jsem byla malá jako ty.....**pokud dítě nemá problémy se školou, ve škole, s docházkou...pokračujeme dál...kdyby mělo, kniha nám přirozeně otevřela téma...**

**Maruška do školy chodí ráda...pokračovali jsme...**

**D:** *“Netěšil se na první hodinu matematiky ani na žádnou další. Nechtělo se mu celý den sedět v lavici a čekat tak nekonečně dlouho, až naposledy zazvoní.”* Hm:)

**SP:** Vypadá to, že ten kluk na obrázku něco hledá a v obličeji má takový zvláštní výraz... asi se mu opravdu do školy nechce...tak šup, ted' ty, ať se dozvíme, jak to pokračovalo...

**D:** *“Do školy...zrovna když je tak krásný den. Určitě by se dnes dalo prožít nějaké velké dobrodružství...”* Ale jaké?

**SP:** Už jsi prožila někdy něco dobrodružného?

**D:** (Pokrčí rameny.) Tady je to nuda, babička s dědou se o mě pořád bojí...a už jsou staří...

---

**SP:** Ano, jsou hodně starostliví, dělají pro tebe jen to nejlepší. Někdy může být docela dobrodružné někomu poděkovat, co myslíš? *Zde můžeme ukázat dítěti prarodiče, u kterých vyrůstá, z jiné perspektivy. Validizovat je v očích dítěte, ukázat mu, že jsou ocenění hodní. Zároveň můžeme vyjádřit porozumění dítěti a akceptovat to, že s něčím není spokojeno a pomoci mu hledat zdroje k řešení (prarodiče mají své zdroje a jsou důležití pro tvůj život, protože...zároveň díky jejich stáří nebo nemoci ti nemohou splnit toto... a my se teď můžeme společně podívat, zda se o to nemůže /š/ me postarat jinak, nebo očekávání, které je nereálné, změnit).*

**D:** Myslíš jako babičce a dědovi?

**SP:** Jim, ale samozřejmě i dalším lidem, které potkáváš...

**D:** Hm... (pokrčí rameny) teď čteš ty (podotkne)...*Maruška i neverbálně naznačuje, že pro dnešek s tématem stačí, respektuji to.*

**SP:** *"Copak to tam leží." "Klíč!"* Docela veliký klíč, že? Viděla jsi už někdy takový klíč?

**D:** Ano, když jsme byli na Buchlově (hrad), ta paní, co nás provázela, jich měla několik.

**SP:** Buchlov je krásný hrad. Co se ti tam nejvíc líbilo?

**D:** Už si moc nevzpomínám, ale dostali jsme krásné omalovánky a pastelky a mohli jsme si hrad i jeho okolí vymalovat. Mohu číst dál? *"Páni, ten musí být starý...A jak velký a těžký. Mohl by být od toho strašidelného opuštěného domu na konci světa"* Hele, podívej se, Petro, jak ten dům na obrázku je opravdu strašidelný. (Maruška se dlouho dívá na obrázek, sleduje každý detail, je soustředěná.)

**SP:** Vidím, že ten starý dům něčím přilákal tvoji pozornost...chceš se o tom se mnou podělit? *Maruška žila se svými rodiči v rozbitém domě v sociálně vyloučené lokalitě, na otázku řekla, že ne, že ji to jen připomnělo tátu a mámu a ten dům, a že je ráda, že už tam nemusí být...i když...*

**D:** Tak rychle, teď zase ty, (mrkla na mě a posunula ke mně knížku) Dál jsem v rozhovoru na téma dům a rodiče nemluvila. Myslím si, že k tomu bude vhodnější příležitost. Až se nám podaří vytvořit co nejvíce zdrojů Marušky, které bude pro zpracovávání obtížnějších životních témat potřebovat.

**SP:** *"Možná střeží nějaké velké tajemství, třeba třináctou komnatu"*

---

**D:** Petro, co je to ta třináctá komnata? To je nějaké tajemství?

**SP:** V podstatě ano, nějaké veliké tajemství, které by se nikdo neměl dozvědět. Často se objevuje v pohádkách na zámku nebo hradu je 13 komnat, do 12 se může vstoupit, ale do té 13. ne. A pokud zákaz někdo poruší, začne to být dobrodružné a nebezpečné. Každý člověk má nějakou svou 13. komnatu. Místo, kde jsou věci, které víme jenom my, věci, za které se třeba i stydíme. Mám zkušenost, že se o věcech ze 13. komnaty dá mluvit, musí to být ale někdo, komu věřím a koho dobře znám. Takové rozhovory pak často přináší úlevu a radost...i když vím, že mluvit o některých věcech může být těžké a bolestivé.

**Maruška pozorně poslouchá...**

**D:** Aha, asi mám také tu 13. komnatu.

**SP:** Určitě, máme ji všichni, kdybys o své 13. komnatě někdy potřebovala mluvit, ráda Tě vyslechnu...Ju? Maruško, jsi na řadě se čtením.

**D:** *“Nebo bych se s ním mohl dostat do kouzelné zahrady, takové, jako je v té knížce, co jsem dostal na Vánoce. Chodil bych do ní a hrál si tam na indiány.”*

**SP:** Kouzelná zahrada, to by byla věc, mohli bychom si vykouzlit, co bychom si usmysleli. Co by sis Maruško vykouzlila Ty?

**D:** Asi bych si přála, aby maminka s tatínkem neměli tolik problémů.

**SP:** To je opravdu krásné přání. A já bych si Maruško přála, abys i přes všechno to těžké byla spokojená a šťastná holka a myslím si, že společně s babičkou, dědou a tetou to dokážeš. Jsem moc ráda, že to mohu společně s Vámi prožívat, že si můžeme důvěřovat a vzájemně se podporovat. **Jazyk ocenění a ukázání zdrojů Marušce, vyjádření přání, naděje a podpory připravuje půdu pro další krůčky změn. Musíme si uvědomit, že nikam nespěcháme.**

**SP:** Maruško, dnes už budeme za chvíli končit, pokud budeš mít chuť, můžeš mi cokoliv z toho, o čem jsme si dneska četli nebo si povídali, nakreslit a příště si to můžeme ukázat. Knihu ti zde nechám, můžeš si jí dočíst sama...

**Není to domácí úkol (kreslení a dočtení knihy), je to nabídka. Dítě dostává možnost dalšího vyjádření, a pokud se rozhodne nabídky využít, tak nám jeho práce vytvoří most mezi setkáními.**

---

**Doporučení:** Vytvořte si postupně knihovnu s dětskými knihami, které budou tematicky a kontextově inspirativní pro různé situace dětí v pěstounské péči a najděte způsob, jak s dětmi společně knihy číst a využít pro navázání vztahu a zpracovávání důležitých životních témat.

Podle Šramové (2006-2009) mohou pohádky a příběhy kopírovat typické vzorce klientových zkušeností i nejpravděpodobnější ohniska intrapsychických (pocity, pocity o pocitech, percepce, očekávání, touhy, self) a interpersonálních konfliktů. Tím, že se je pokusíme analyzovat, pochopit je, porozumět jim, můžeme přispívat k větší svobodě klienta, zvyšovat jeho sebeúctu a posilovat zdravé sebevědomí.

Další inspirace:

Základní ohniska konfliktů	Autor a pohádka
vztah k jiným lidem a skupině, skupinám	Sněhurka
vztah k výkonu a profesi	Jak Jaromil k štěstí přišel, Moudrý zlatník
vztah k tělu	Zlatý kolovrat, Zlatovláska
vztah k intuici, fantazii, budoucnosti, sexualitě, životu a smrti	Pták Ohnivák, Živá voda, Dvojčata, Žabí princ, Železný Jan

Za ideální situaci považujeme to, že sociální pracovník provázející pěstouny získá prarodiče pro podobný způsob práce, který si se sociálním pracovníkem vyzkouší tzv. “na vlastní kůži”. Naše zkušenost nám ukazuje, že většina dospělých lidí i seniorského věku s tímto nemívá většinou velký problém, pokud k nim přistupujeme s respektem, bez chybných a nereálných očekávání.

Příklad záznamu z práce společného čtení knihy (M. Bušina 2017):

Jméno dítěte	Maruška
Věk	8
Stručný popis současné situace, kdy je dítě v péči prarodičů	
<b>Kniha</b>	Klíč
Předpokládaná a očekávaná témata, příprava. Na základě znalosti vybrané knihy si mohu zkusit představit u konkrétního dítěte, jaká témata může kniha asociovat a jak se budu dítěte dál ptát? Která témata mohou souviset s rodinnou mapou?	Jak se mohu ptát?
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
Jaká byla realita?	Jak jsem se ptal a s jakým výsledkem?
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
Co máme do RM1, RM2 a RM3?	
Další kreativní výstupy:	

Tyto jednoduché karty se záznamy si archivujeme a dál s nimi systematicky pracujeme. Zjistíme, kolika důležitých témat jsme se během společného čtení dotýkali a kolik už máme zpracovaných témat pro vytváření rodinné mapy.

Další možnosti – jednoduché pokyny, které můžeme situačně využít a motivovat dítě k dalšímu zpracování tématu, které společné čtení otevřelo. Pamatujme, že to je vždy nabídka z naší strany a vždy respektujeme přání dítěte! Máme s sebou kromě knihy také “tvořivou krabici” (různé kreslicí pomůcky, skicáky, kladívkové papíry, minisprej, skvrny, obrazce, lepenku, lepící pásky, apod.).

Jednoduché nabídky - motivační pokyny	Reakce dítěte
Nakresli dárek, který bys rád dostal/a. Kdo by ti ho dal?	
Nakresli něco, co bys teď nejraději nikdy neudělal/a něco, za co se stydíš, nakresli, jak vypadá pocit viny, něco, co tě tíží a čeho se potřebuješ zbavit.	
Nakresli, co děláš, když jsi naštvaný. Jak to vypadá. Co/kdo tě dokáže naštvat. Co bys v té chvíli potřeboval. Co by tě uklidnilo.	
Nakresli sebe takového, jaký si myslíš, že jsi. Jak bys chtěl vypadat, až budeš starší.	
Nakresli, kdy jsi měl nejvíc energie, jak to vypadalo, jaký jsi měl/a ze sebe pocit.	
Nakresli, kde bys chtěl/a být, vytoužené místo. Oblíbené místo. Nakresli, kde bys naopak nechtěl/a být. Oblíbenou dobu. Neoblíbenou dobu.	
Nakresli cestovní mapu svého života. Krásná místa. Místa, která se ti nelíbila. Místa, kde jsi musel/a překonávat překážky. Místo, kam bys chtěl/a docestovat.	
Kde teď v životě jsem. Odkud pocházím.	
Rychlokresba pocitů...láska, nenávisť, smutek, krása, úzkost, svoboda, kamarádství, apod.	
Nakresli obrázek na základě toho, co jsme teď společně četli...	
Vy sami dítě nakreslete na základě toho, jak jste ho dnes zažili...	

Jednoduché nabídky - motivační pokyny	Reakce dítěte
Nakresli, jak získáváš pozornost, čím na sebe nejčastěji upozorňuješ...	
Nakresli rodinu na (dle situace v knize): nákupu, při večeři, na výletě, v nemocnici, o Vánocích apod...	
Nakresli sebe jako zvíře a scénérii, kam by ses umístil...	
Vzpomeň si, když jsi byl hodně malý a zkus to nakreslit, nakresli, co ti tehdy dělalo radost...	
Nakresli, co sis moc přál, aby se stalo, když jsi byl malý	
Nakresli, čím budeš až budeš veliký	
Nakresli, jak si představuješ svou vlastní rodinu, kterou jednou budeš mít...	
Nakresli, jaké budeš jednou mít auto...	

Při budování assessmentu musíme velmi pečlivě zpracovat všechny dostupné anamnestické údaje, a to jak o dítěti, tak o pěstounech. **V případě pěstounské péče, kterou vykonávají prarodiče, musíme vyhodnotit aktuální potřeby dítěte a zároveň potřeby seniorů, a to zvláště tehdy, pokud se pohybují věkově nad hranicí 60 let.**

Nejběžnějším měřítkem stárnutí je kalendářní (chronologický) věk. Stáří je životní období nad 60 let a můžeme je dělit např. podle Pacovského (1990) na:

- Vyšší (starší) věk, rané stáří: 60 – 74 let
- Pokročilý čili stařecký věk, vlastní stáří, sénium, opravdu staří lidé: 75 – 89 let
- Dlouhověkost: 90 a více let.

Základními znaky, které musíme vzít v potaz (M. Bušina 2017)

Pěstoun/ka	Dítě
věk	věk
zdravotní stav	aktuální potřeby
finanční příjem	nejlepší zájem
kvalita bydlení	
širší rodinné zázemí	
přátelé, kamarádi	
schopnost aktivního přístupu k životu	
adaptace - vyrovnávání se se stárnutím	
Jak je aktuální situace pěstouna-prarodiče kompaktilní s aktuálními potřebami a nejlepším zájmem dítěte?	



---

## Rodinná fotomapa v příbuzenské pěstounské péči

**Cíle:** Velká část lidí seniorského věku (ale nejenom oni), mají potřebu rekapitulovat a uzavírat postupně jednotlivé etapy svého života, chtějí si srovnat věci a vztahové záležitosti. Potřebují vidět, že i když život byl těžký a mnohdy je nešetřil, že stálo za to ho žít. Cílem práce s fotomapou je získat pěstouny pro “vyprávění” jejich životního příběhu přirozenou formou, prací s fotografiemi, nafocenými symboly (např. hrníček po babičce, nůž po dědečkovi...) apod.

**Příprava:** Promyslet si, jakým způsobem k tomuto kreativnímu dobrodružství pěstouny přizvat, jak o tom s nimi mluvit, jak se postarat o případná rizika apod. Druhým krokem v přípravě je povzbuzení pěstounů ke shromažďování fotografií i v rámci širší rodiny. Doporučujeme, aby si sociální pracovník vyzkoušel, dříve než navrhne tento způsob práce pěstounům, rodinnou fotomapu vytvořit sám (svou původní rodinu).

### Pomůcky:

- Rodinné fotografie (kopie) původní rodiny pěstounů-prarodičů, fotografie např. ze svatby, stavění domu, města či vesnice, fotografie z různých rodinných událostí – i širší rodiny a přátel
- Nafocené symboly, které se k něčemu nebo někomu vztahují – hrníčky po babičce, nůž po dědečkovi, různá vyznamenání, medaile, ocenění, trofeje, staré modlitební knihy, svaté obrázky, první automobil, kolo apod...zkrátka vše co tvořilo a provázelo život jednotlivých členů rodiny
- Fotografie města, vesnice – tenkrát a dnes, chalupy, osady...pracoviště – továrna, úřad apod.
- Velký papír, může být i lepenka, lepidlo, nůžky, pastelky, tenké fixy

---

## Realizace:

**1. Zpracování foto příběhu pěstounky, vyzveme pěstounku - babičku k tomu, ať podle níže uvedeného seznamu zkusí zapátrat v krabici či albech (i v rámci celé rodiny) a zkusí shromáždit co nejvíce fotografií.**

- fotografie maminky když byla miminko (porodnice, křest, doma)
- fotografie rodného listu, upomínky na křest, 1. sv. přijímání, biřmování apod.
- fotografie maminky, když byla v předškolním či školním věku (doma, školka, škola)
- fotografie maminky, když byla v mladém dospělosti (střední škola, maturita, vysoká škola, práce)
- fotografie maminky – svatba
- fotografie maminky při oblíbené činnosti – volný čas...
- fotografie maminky – aktuální (poslední)
- fotografie rodného domu, bytu, dětského domova
- fotografie vesnice, města
- fotografie školky, školy, pracoviště
- fotografie symbolů, věcí, předmětů

**2. Zpracování fotopříběhu pěstouna, vyzveme pěstouna - dědečka k tomu, ať podle níže uvedeného seznamu zkusí zapátrat v krabici či albech (i v rámci celé rodiny) a zkusí shromáždit co nejvíce fotografií.**

- fotografie otce, když byl miminko (porodnice, křest, doma)
- fotografie rodného listu, upomínky na křest, 1. sv. přijímání, biřmování apod.
- fotografie otce, když byl v předškolním či školním věku (doma, školka, škola)
- fotografie otce, když byl v mladém dospělosti (střední škola, maturita, vysoká škola, práce)
- fotografie otce – svatba
- fotografie otce při oblíbené činnosti – volný čas...
- fotografie otce – aktuální (poslední)
- fotografie rodného domu, bytu, dětského domova
- fotografie vesnice, města

- 
- fotografie školky, školy, pracoviště
  - fotografie symbolů, věcí, předmětů

### **3. Zpracování fotopříběhu prvního dítěte, pomoci dítěti prostřednictvím sociální pracovnice OSPOD, pěstouna a rodičů, získat co nejvíce fotografií.**

- fotografie dítěte, když bylo miminko (porodnice, křest, doma)
- fotografie rodného listu, upomínky na křest, 1. sv. přijímání, biřmování apod.
- fotografie dítěte, když bylo v předškolním či školním věku (doma, školka, škola)
- fotografie dítěte, když bylo v mladém dospělosti (střední škola, maturita, vysoká škola, práce)
- fotografie dítěte při oblíbené činnosti – volný čas...
- fotografie dítěte – aktuální (poslední)
- fotografie rodného domu, bytu, dětského domova
- fotografie vesnice, města
- fotografie školky, školy, pracoviště
- fotografie symbolů, věcí, předmětů

### **4. Zpracování fotopříběhu druhého dítěte (společné fotografie se sourozencem)**

- fotografie dítěte, když bylo miminko (porodnice, křest, doma)
- fotografie rodného listu, upomínky na křest, 1. sv. přijímání, biřmování apod.
- fotografie dítěte, když bylo v předškolním či školním věku (doma, školka, škola)
- fotografie dítěte, když bylo v mladém dospělosti (střední škola, maturita, vysoká škola, práce)
- fotografie dítěte při oblíbené činnosti - volný čas...
- fotografie dítěte – aktuální (poslední)
- fotografie rodného domu, bytu, dětského domova
- fotografie vesnice, města
- fotografie školky, školy, pracoviště
- fotografie symbolů, věcí, předmětů

---

5. Dohodneme se s pěstouny, jak začneme – individuálně, nebo společně? Jako vhodnější vidíme začít spolu. V této fázi dítě nepřibíráme. Až máme fotomapu hotovou a příběh upracován (což je časově i emočně náročná duševní činnost), potom časem můžeme přizvat dítě.

6. Vytváření fotomapy. Zde hodně záleží na možnostech pěstounů a na našich možnostech. Každopádně pěstouny podporujeme, oceňujeme a projevujeme velký zájem a respekt. Jakmile mají fotogalerii hotovou, vyzveme je k vyprávění a pokládání fotografií na stůl.

7. Možnost doplnit texty podle klasické rodinné mapy nebo kola vlivů (viz níže).

8. Vzniklý obraz si se svolením pěstounů můžeme vyfotit a vracet se k němu.



---

### 3. Kolo vlivů

Někdy se může stát, že o rodině dítěte nevíme téměř nic, a nebo vyhodnotíme, že na práci s rodinnou mapou ještě z nějakého důvodu není vhodná doba, a to jak u příbuzenských pěstounů, tak u dítěte (zájem dítěte). Potom je velmi bezpečné, jednoduché a srozumitelné pracovat s Kolem vlivů.

Kolo vlivů dle V. Satirové slouží k vyznačení důležitých lidí, kteří byli v průběhu dětství a dospívání pro člověka důležití. Kolo vlivů můžeme použít i aktuálně pro mapování např. podpůrné sítě pro pěstouna a dítě.

#### Jednoduchý příklad práce s Kolem vlivů s pomocí pastelek a obrázků z časopisů a fotografií:

**Příprava:** nastříhaná kolečka různé velikosti, také můžeme použít větší ploché kameny, časopisy s obrázky a fotografiemi, různé předměty a symboly.

**Pomůcky:** pastelky, fixy - na kameny lihové fixy, předměty, symboly, hračky, nůžky, lepidlo, karty Osobnostního pokeru

**Realizace:** s dítětem nebo dospělým se dohodneme, podle kontextu, že použijeme Kolo vlivů.

**Krok 1.** Doprostřed velkého papíru nalepíme kolečko, které představuje "klienta".

**Krok 2.** Vysvětlíme "klientovi", že kolem jeho kolečka může postupně rozmístit:

- všechny důležité lidi, kteří na něho měli a mají vliv a jsou pro něj důležití (rodina, širší rodina, přátelé, kamarádi, spolužáci, sousedi, učitelé, vedoucí kroužků, kněz apod.)
- imaginární kamarádi, vzory se kterými se identifikuje (zpěváci, sportovci, hrdinové z filmů, knih apod.)
- domácí mazlíčci (králíček, pes, kočka, fretka apod.)
- hračky, předměty, symboly

**Krok 3.** Necháme klienta pracovat. Většinou, pokud nepracujeme jen s papírovými kolečky a máme dostatek času, vznikne zajímavá 3D koláž. Klienta při práci nerušíme, podporujeme ho a pomáháme, když něco potřebuje.

---

**Krok 4.** Když je “klient” s prací hotov, můžeme ho podpořit otázkami typu, zda by ještě něco nechtěl doplnit nebo změnit. Pokud víme o někom, kdo je pro “klienta” důležitý, zeptáte se, zda mu tam nechybí a necháme na “klientovi”, zda kolo vlivů doplní nebo ne.

**Krok 5.** “Klient” už nic nechce doplnit, požádáme ho, aby s pomocí karet doplnil ke každému “Co si má zachovat” - co se mu na něm líbí a “Čeho by mohlo být méně” - co se mu nelíbí a “Kde by mohl něco zlepšit” - kde vidí potenciál pro zlepšení. Při této části hodně asistujeme a vysvětlujeme.

**Krok 6.** Kolo vlivů je hotové, zeptáme se “klienta” zda si výsledek své práce chce vyfotit a zda si ho můžeme i my vyfotit. Po vzájemném odsouhlasení vytvoříme fotografie.

**Krok 7.** Zeptáme se “klienta”, zda nám k tomu, co vzniklo, chce ještě něco říct, a pokud máme otázky, zda se můžeme na něco doptat.

**Krok 8.** S prací pomocí “Kola vlivů” máme pozitivní zkušenosti, zvláště s tou 3D formou (použití hraček, předmětů a symbolů), která dává velký prostor pro kreativitu. Proto je dobré ověřit si emociální stav “klienta” a to pozitivní velmi podpořit, ocenit. U “klientů” je to často zážitek většího si uvědomění, kolik zdrojů a energie má kolem sebe a v sobě pro řešení svých problémů. Naše práce spočívá v tom, neustále “klienta” s těmito zdroji propojovat a dál je rozvíjet.



Kolo vlivů můžeme různě variovat, vždy záleží na kontextu a na tom, čemu se věnujeme a kolik máme času. Na obrázku je jednoduché “Kolo vlivů” Alenky. Zde jsme pracovali v těchto krocích:

1. Důležité osoby v mém životě
2. Co se mi na nich líbí +
3. V čem jsou pro mě důležité (bezpečí, radost, rodiana atd.)
4. Symbolická práce - přiřazení symbolů (bojovník, elfka, atd.)
5. Kdybys měla každému vzkázat něco, co si myslíš, že je pro ně teď důležité, nebo co potřebují, co by to bylo? (někdy uber, atd.)

## 4. Genogram (rodokmen)

Genogram je zjednodušené, přehledné grafické znázornění důležitých informací o rodinném systému a jeho struktuře v čase. S genogramem pracují často sociální pracovníci a psychoterapeuti, kteří při práci s klientem používají Hellingerovy rodinné konstelace.

Rodokmen obsahuje informace dvojího druhu. Jednak jsou to tvrdá data a měkká data. Kromě toho může také objasňovat některé další skutečnosti v rodinném systému. V níže uvedené tabulce uvádíme některé příklady.

Data nejčastěji uváděná v genogramu (velmi podobné informacím v RM podle Virginie Satirové):

Tvrdá data	Měkká data	Další skutečnosti
Jména, pohlaví všech lidí, kteří do systému patří	Atmosféra v rodině	Aliance a triangulace
Data narození a úmrtí, alespoň roky	Legendy, příběhy, mýty, které se v rodině tradují	Koalice v rodinném systému
Příčiny úmrtí	Nejčastější zdroje konfliktů	Rodinná pravidla týkající se: 1) vazeb a vazbových vzorců 2) autonomie a závislosti 3) zacházení s afekty a pudovými impulzy
Sňatky, rozvody, v dřívějších generacích i zasnuby. Je důležité vědět, kdy se rodiče brali nebo rozváděli	Jak se v rodině zacházelo s emocemi	Časové ohraničení, čili, kdy se co stalo a náplň krizových situací v rodině, pozitivních i traumatizujících životních zážitků, rodinné normy se zřetelem na jejich zvládnání a zpracování (hanba, stud, vina, popření, idealizace...)
Choroby, nehody, úrazy, symptomy	Tajemství, mýty a tabu	Charakter hlavních objektových vztahů - tedy rodičů navzájem, dětí a rodičů, dětí mezi sebou
Interrupce, potraty	Sexualita, menstruace, erekce a poluce (Co jsme se o tom ve své rodině dozvěděli?)	Sebeobraz a vlastní pozice uvnitř původní rodiny
Povolání		



---

## 4. Tvorba rodinné mapy v Satirovském pojetí

V této kapitole se dále seznámíme s tím, jak se rodinná mapa zakresluje, co všechno se do ní zapisuje a jak s ní můžeme pracovat. Někdy se může stát, že o rodině dítěte nevíme téměř nic, a nebo vyhodnotíme, že na práci s rodinnou mapou ještě z nějakého důvodu není vhodná doba (zájem dítěte). Potom je vhodnější pracovat např. s již zmíněnou ekomapou.

*Na jednom semináři pro pěstouny jsme vytvářeli rodinné mapy pěstounů jejich původní rodiny. Zvolili jsme tento způsob práce jako prostředek, který umožní pěstounům srovnat si své věci, uvědomit si své vlastní zdroje (i zdroje své rodiny) a otevřít témata, která si ještě potřebují dopracovat a u mnohých i definovat, kde skutečně potřebují v rámci provázení podpořit a "opečovat", aby lépe porozuměli sobě, rodičům dítěte a dítěti samotnému. Pro mnohé z nich tato dvoudenní práce s jejich vlastním příběhem byla jistým "aha" zážitkem, který je vedl k poznání, proč je i pro jejich dítě důležité znát svůj příběh, svou rodinu.*

*Na tomto semináři byla jedna velmi obětavá pěstounka, která sama vyrostla v dětském domově, a o své rodině v podstatě vůbec nic nevěděla. Bylo vidět, jak je pro ni tato situace těžká. Chvilí jsme o tom spolu v ústraní mluvili, když jsem jí nabídnul možnost pracovat s ekomapou, ulevilo se jí a najednou měla před sebou obrazy několika lidí, kteří byli v jejím životě velmi důležití.*

Po mnoha letech práce s lidmi v různých kontextech jsem udělal podobnou zkušenost jako většina pomáhajících pracovníků, že nesnadné situace a problémy mých klientů mají často původ v jejich rodinné historii.

Než se tedy pustíme do práce s rodinnou mapou, chtěl bych nabídnout jedno poznání, které nám pomůže chápat význam práce s rodinnou mapou. K tomuto poznání mě dovedly poznámky z práce mých klientů.

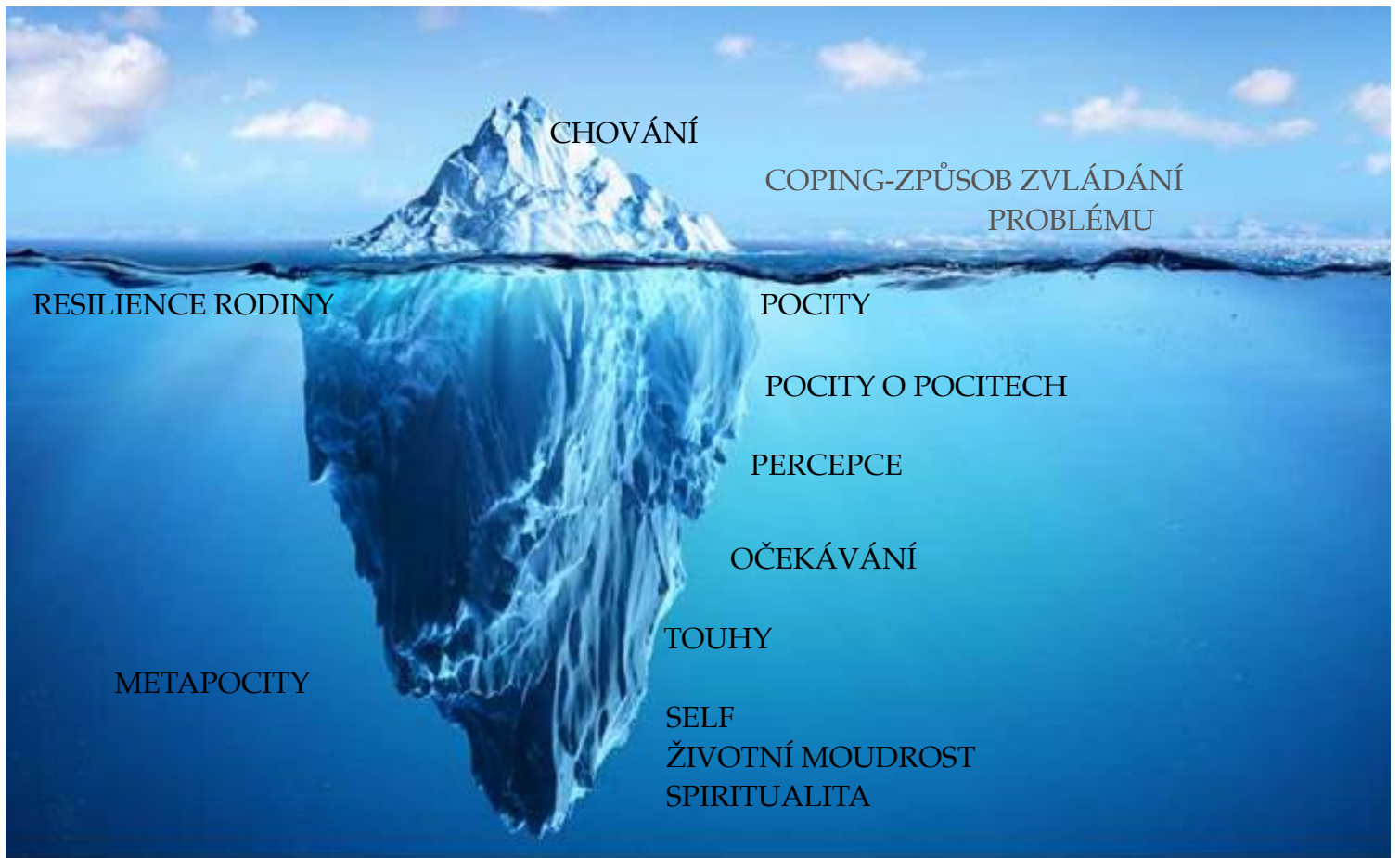
Na reflektující otázku *"Když se teď díváte na svou rodinnou mapu, co si uvědomujete?"* padala celá řada odpovědí...když jsem o nich více přemýšlel a díval se, jak se v podstatě opakují, pokusil jsem se je rozdělit do 4 kategorií, které nabízím v následující tabulce:

Kategorie	Odpovědi klientů
1. Rodinná mapa umožňuje vidět rodinný systém jako celek.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• je pěkné vidět nás zase všechny pohromadě a uvědomovat si sílu mé rodiny - v tom celku</li> <li>• i když to bylo mnohdy v naší rodině těžké, je vidět, že ti lidé patří k sobě</li> <li>• jj, je to stará známá firma:)</li> <li>• je to skvělejší tým</li> </ul>
2. Rodinná mapa umožňuje vidět zdroje, které jsem doposud neviděl.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uvědomila jsem si, jaká síla a energie se ukrývá v každém z nás</li> <li>• koupou se ve zdrojích své rodiny a uvědomuji si, kolik z nich jsem ještě v životě nevyužil</li> <li>• nikdy mě nenapadlo, kolik energie museli vložit rodiče do toho, aby nás všechny uživil a připravili nám krásné prostředí pro život</li> </ul>
3. Pohled (práce) s rodinnou mapou umožňuje změnit vnitřní obraz reality	<ul style="list-style-type: none"> <li>• když teď vidím, jak to měla maminka složité, už se na ni nezlobím, a je mi líto, že jsem jí tak křivdila, ještě dnes jí zavolám a omluvím se jí a zkusím jí vysvětlit to nedorozumění a těším se, jak ji obejmu</li> <li>• vždyť ten brácha se ke mně choval tak přísně, protože mě měl rád a bál se o mě</li> </ul>
4. Rodinná mapa je živá, je to spojení se životem.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nejsem sama, jsem součástí živého stromu, stromu, který má kořeny a nese tolik dobrého ovoce</li> <li>• vidím velké pulzující srdce</li> <li>• cítím touhu po životě...vidím, jak v těch čarách proudí krev</li> <li>• když se dívám na svou rodinnou mapu, mám pocit, že jsem "naspídaná":)</li> </ul>
1. Rodinná mapa umožňuje vidět rodinný systém jako celek.	vaše poznámky:
2. Rodinná mapa umožňuje vidět zdroje, které jsem doposud neviděl.	
3. Pohled (práce) s rodinnou mapou umožňuje změnit vnitřní obraz reality	
4. Rodinná mapa je živá, je to spojení se životem.	

---

Před prací s rodinnou mapou:

A. Metafora ledovce



## B. Sebezáchovné pozice a kongruence

Typ sebezáchovné pozice	Psychosomatické reakce	Psychologické potřeby	Typy užívaných vět	Zdroje
<b>Obviňující</b>	svalové napětí, bolesti zad, vysoký krevní tlak		Vidím, že Ti na tom hodně záleží, jak Ti mohu pomoci?  Slyším, že se zlobíš, to mi je líto, můžeme si teď sednout a bavit se o tom, co potřebuješ?	asertivita, schopnost pojmenovat problém, energie pro změnu
<b>Usmířující</b>	bolesti v oblasti břicha, žaludek, střeva, močový měchýř, deprese, sebevražedné myšlenky		Když Ti vedoucí vytýkala pozdní příchod do práce, jaké jsi měla pocity?  Jak se teď cítíš?	empatie, altruismus, péče o dobré vztahy
<b>Superracionální</b>	Většinou žádné psychosomatické reakce, spíše sociální izolace, nedrží oční kontakt (u dospělého člověka se může jednat o hlubší problém)		Jak tomu rozumíš? Jaký ti to dává smysl? Jaké navrhuješ řešení?	rozumí faktům, dobrá práce s informacemi, vyzná se v plánech, schématech apod.
<b>Rušící</b>	tendence k závislostem		Nejprve musíme člověka ukotvit v mysli i těle a potom pozvolna reflektovat, co se děje	Kreativita, humor, společenská, společenství
<b>Kongruentní chování</b>	spokojenost, dobré zdraví, v nemoci naděje a sebereflexe, optimismus		Vaše energie zdá se být nekonečná, kde ji čerpáte? Rád bych se od Vás naučil/a...	Dostatek energie, optimismus, nekončící radost z učení, jasné hranice - ano i ne jsou slova lásky

---

## C. Kongruence, sebeúcta

*“Zdraví rodiče ve zdravých rodinách si uvědomují, že děti nejsou úmyslně zlé.” (V. Satirová)*

Záleží vždy na odolnosti organismu vůči stresu a vlivu výchovného prostředí, které se časem rozšiřuje.

Každopádně pro naši práci si vystačíme se 3 stádii kongruence, jak ji ve své práci postupně definovala V. Satirová:

- ❖ vědomí, uznání a přijetí emocí a jejich svobodné nereaktivní vyjádření (50. léta)
- ❖ stav vnitřní celistvosti, centrovanosti a vysoké sebeúcty (60. léta)
- ❖ uvědomělé spojení s “univerzální životní silou” jež tvoří, podporuje a umožňuje růst lidských bytostí i jiných forem života (80. léta)

Dnes vnímáme kongruenci jako stav vědomí otevřenosti a spojení se základními dimenzemi – interpersonální (ve smyslu vztahu dvou osob), intrapsychickou – viz. metafora ledovce (ve smyslu spojení se s vlastním vnitřním procesem) a dimenzí univerzálně – spirituální (Transformační systemická terapie, John Banmen)

### **Práce s rodinnou mapou ve třech krocích:**

#### **I. Faktická přítomnost**

Faktická přítomnost je tvořena:

##### **1. základním schématickým znázorněním**

pro grafický záznam platí jen několik pravidel, viz nákres

- ženy se zakreslují jako kolečko
- muži se zakreslují jako kolečko ve čtverci
- děti znázorňujeme pod sebe, podle věku, tedy od nejstaršího po nejmladší
- všechny členy rodiny spojíme jednoduchou čarou
- pokud došlo u ženy k potratu, značíme ho jako malé kolečko přeškrtnuté křížkem

## 2. základními daty

kteřá v první části vytváření rodinné mapy píšeme ke každému členu rodiny. Obvykle to jsou tato:

### Vpisujeme do kolečka označujícího členu rodiny

Jméno  
Datum a místo narození  
Datum a místo úmrtí  
Aktuální věk

### Píšeme vedle ke každému členovi rodiny

Vzdělání  
Národnost  
Etnický původ  
Náboženství  
Koníčky  
Nemoci a úrazy

Inspirace k rozhovoru nad první částí RM	Poznámky
Vzpomenete si na své pocity a na to, co se dělo, než jste vzal/a do ruky a udělal první čáru v RM?	
Popište, jak to probíhalo dál.	
Co jste si při zaznamenávání faktických údajů uvědomoval/a?	
Překvapilo Vás něco?	
Zasekl/a jste se někde? Kde? Jak tomu rozumíte?	
Potřeboval/a jste během práce někomu zavolat? Komu? Jaký to byl rozhovor? Ovlivnil Vás v pokračování tvorby RM?	
Teď, když se díváte na celou rodinnou mapou, co Vás napadá?	
Je něco nového, co jste si při práci nebo teď uvědomil/a co Vás před tím nenapadlo?	
Když se teď díváte na sebe v rodinné mapě, jako na hvězdu...jaký to je pocit?	

---

## II. Vztahy v rodině

Poté, co jsme zakreslili rodinnou mapu v její faktické přítomnosti, pokusíme se ve druhém kroku věnovat těmto 3 věcem, jsou to vlastnosti, potom vztahy mezi jednotlivými členy rodiny a úplně na závěr se zamyslíme nad tím, jakou copingovou pozici nejčastěji používali jednotliví členové rodiny. Nejprve požádáme klienta, aby se chvíli zamyslel a pak ke každému členu rodiny napsal 5 věcí, které se mu na něm líbily, které by si měl zachovat, 5 věcí, které se mu na něm nelíbily, kde by měl ubrat, a 5 věcí, které by mohl dál rozvíjet. Zde nám může velmi významně pomoci diagnostická metoda "osobnostní poker". Vlastnosti píšeme pokud možno jinou barvou, než jsme zaznamenávali faktickou přítomnost, a to vedle každého člena rodiny.

Nezapomínejme, že každý člen rodiny je samostatná, naprosto unikátní a jedinečná osobnost, kterou můžeme pojmenovat, popsat její vzhled a fyzické rysy, její charakteristické vlastnosti, její zájmy a záliby, talenty, zvyky apod.

Zaznamenání kvality vztahů v rodinné mapě není na první pohled nijak složité, na druhý a třetí pohled už ano. V základním pojetí rozlišujeme tyto 4 základní vztahy:

- **normální**...značíme normální čarou, doporučujeme již stávající čáru obtáhnout barevnou fixou
- **konfúzní**, těsný...ten vyznačíme barevnou tlustou čarou
- **chladný**, odtažitý...ten vyznačíme barevnou přerušovanou čarou
- **konfliktní** vztah...ten zaznačíme barevnou zubatou (zuby na pile) čarou

Jak jsme výše naznačili složitost vztahů, musíme si uvědomit to, že každý člen rodiny má několik rolí a že každá role znamená být ve vztahu s další osobou. Manželka - manžel, rodič - dítě, bratr - bratr, sestra - sestra, bratr - sestra. Rodinné role vždy znamenají párovost.

Když se znovu podíváme na rodinnou mapu, můžeme si všimnout trojúhelníků matka - dcera - bratr, bratr - sestra - sestra, ...atd. Můžeme si je zkusit všechny vypsat a

jen si uvědomit, jak v každodenním rodinném životě bývají tyto trojice spolu a jak se v každé trojici kdo cítí. Trojúhelník je vždy dvojice + 1. V běžné komunikaci a interakci se můžeme naplno věnovat vždy jen jednomu, tak jeden z trojice je vždy přebytečný. Když si uvedeme jednoduchý příklad: Matka - dcera - táta...probíhá interakce mezi matkou a dcerou a táta jen přihlíží, co se mezi nimi děje. Táta - syn - matka...probíhá interakce mezi tátou a synem a matka je přihlížející. Syn - dcera - matka...probíhá interakce mezi dcerou a synem a matka je přihlížející, a tak bychom mohli pokračovat...důležité je uvědomění, že tyto trojúhelníky jsou důležité. Např. V. Satirová uvádí, že činnost rodiny do určité míry závisí na tom, jak se v trojúhelnících chováme. Satirová často mluví o tom, že pro rodinu je typické, že nemohou být pořád všichni spolu, ale že pokaždé je někdo s někým jiným v interakci a je důležité naučit se zvládat situaci, kdy každý z rodiny někdy stojí mimo dění. K tomu, aby to každý v rodině zvládal...musí se sám se sebou cítit dobře...a uvědomění, že se nemohu celý život o někoho dalšího opírat. Satirová ráda používala pro tuto situaci metaforu "tanec rodiny"...tančí táta s mámou a dítě se dívá, tančí máma s dcerou a táta se na tanec dívá...atd...to je v pořádku do chvíle, pokud zjistíme, že se někdo v trojúhelníku cítí odstrčený, méněhodnotný nebo špatný, je potřeba ho podpořit.

I když běžně toto nebývá primárně součástí práce s rodinnou mapou, uvádíme to zde jako možnost, která nám může pomoci lépe pochopit vztahovou síť rodiny.

Tabulka pro záznam trojúhelníků a jak se v nich kdo cítí

Trojúhelníky	první člen	druhý člen	třetí člen
matka - otec - první dítě			
matka - dítě 1 - dítě 2			
otec - dítě 1 - dítě 2			
.....			
.....			



Posledním krokem v části II. je to, že ke každému členu rodiny vyznačíme symbol pro stresovou pozici, kterou nejčastěji používal/a.

	obviňující projevy, věty	usmiřující projevy, věty	superracionální projevy, věty	rušící projevy, věty
otec				
matka				
dítě 1				
dítě 2				

### III. Dokončení rodinné mapy

- **Co se ve Tvé rodině považovalo za hodnotu?**

Nejčastější hodnoty v rodinách	
vzdělání	
zdraví	
sport	
peníze a majetek	
držení pospolu - táhnutí za jeden provaz, věrnost	
pravdomluvnost	

- **Jak se ve Vaší rodině vyjadřovaly pocity?**

Ve zdravých rodinách lidé spolu o svých pocitech otevřeně mluví. Žádná emoce není tabu. Mluvíme o svých zklamáních, o svých obavách, zlosti, bolesti, stejně tak o své radosti a úspěších. V tabulce uvádíme pro inspiraci rozdělení emocí podle Vojtěcha Černého a Miroslava Hajduka:

Primární emoce	Sekundární emoce	Převzaté pocity	Metapocity
<p>Za primární emoce považujeme emoce, které jsou jednoduché, intenzivní a přirozené (odpovídají situaci - kontextu - jsou adekvátní). Vedou k akci, podporují změnu - to znamená, že jsou konstruktivní, mají hranice, čili svůj počátek a konec, jejich vyjádření posilňuje a očisťuje... primární smutek vede k hlubokému truchlení a k rozloučení, vztek vede k útoku nebo sebeobraně</p>	<p>Sekundární, které jsou náhražkou skutečného prožívání, bývají dramatické, udržují status quo, nevedou k akci, vyhýbají se realitě, nemají konce, jsou bezhraniční. Živí je interpretace a výmluvy. Jejich vyjádření oslabuje... například sekundární smutek nahrazuje primární vztek... to znamená, že místo vzteku adekvátního vzteku, člověk prožívá smutek, protože je to sociálně přijatelnější... naše společnost toleruje například u žen víc smutek, než vztek. Nebo sekundární vztek nahrazuje primární smutek... je lehčí se vztekat a být agresivní, než plakat... (ono známé "muži nepláčou")</p>	<p>Převzatým pocitům se také někdy říká - systémové... jsou to pocity, které prožívám, přitom původně patří jinému členu z rodinného systému. Jedná se o identifikaci a přesun impulzů v rámci systému. Jsou neadekvátní a vytržené z kontextu... například. Vnouček se zeptá dědečka: "Dědo, kdy už konečně umřeš?" (Tři sourozenci čekají na dědictví). Nebo: "Táto, ty sedíš pořád u toho počítače" - pronese čtyřleté dítě se stejnou dikcí jako jeho matka, když se zlobí na manžela.</p>	<p>Metapocity neobsahují žádnou emoci, je to čistá koncentrovaná energie, například pokora, moudrost, empatie, univerzální láska.</p>

- Co bylo ve Vaší rodině tabu, o čem se nemluvilo?

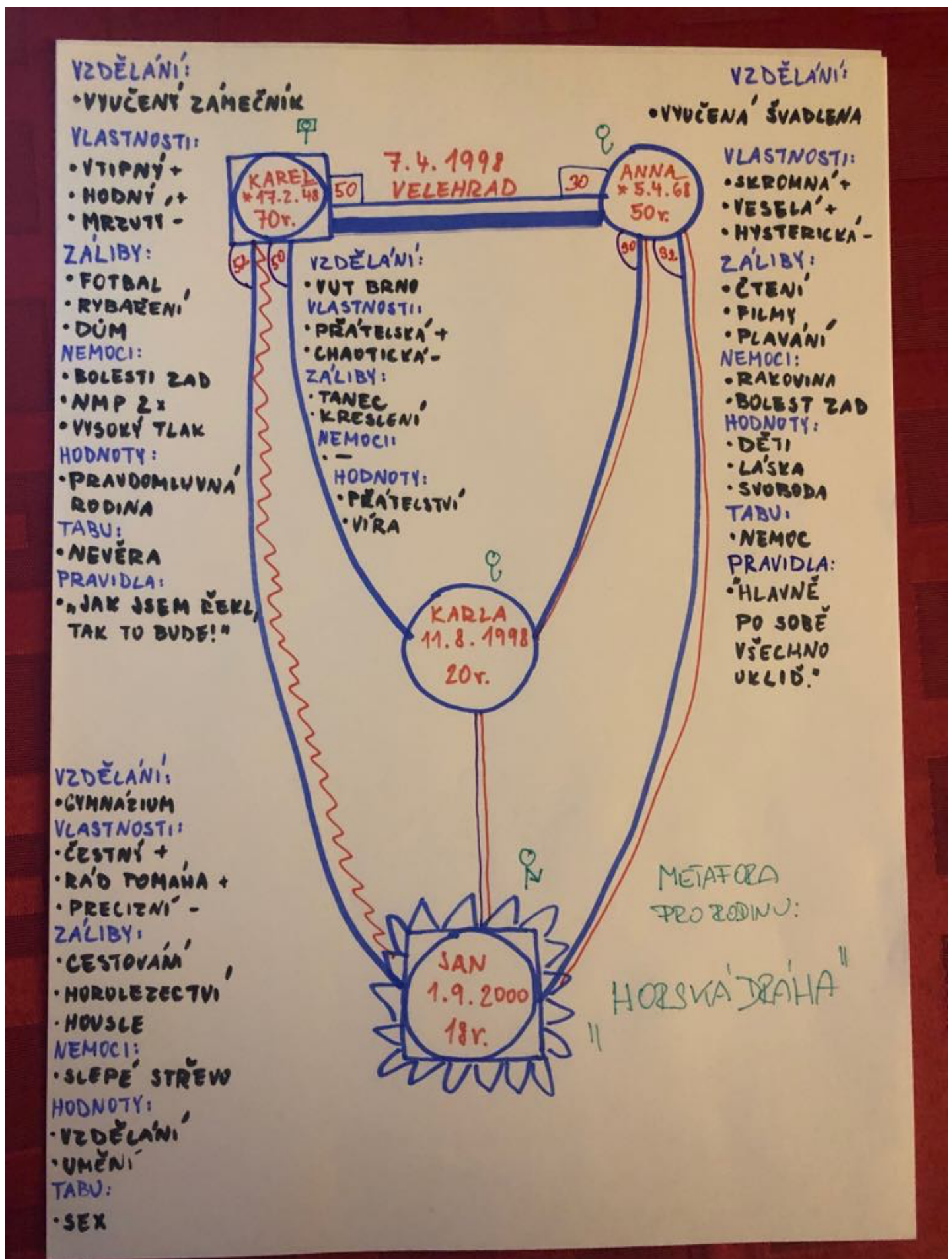
Nejčastější tabu v rodinách	
nevěra	
sexualita	
psychiatrická diagnóza	
sebevraždy	
výkon trestu	
násilí, agresivita	
masturbace	

- Jaké rituály byly typické pro Vaši rodinu?

Rodinné rituály	
Vánoce a různé zvyky o Vánocích, např. každý rok maminka / pěstounka / táta / pěstoun upekli vánočku a na Štědrý den ráno se u ní děti vyfotily, mají tak tedy sérii fotek u vánočky...	
Velikonoce	
Oslavy narozenin	
U věřících další rituály spojené s vírou, např. první svatě přijímání, biřmování apod.	
Zahajování prázdnin	

Rodinné mapy klienta představují intimní, osobní práci v hluboké rovině rodinného příběhu, rodinné historie. Terapeutický výstup z RM je neveřejným terapeutickým materiálem. Proto ukázka RM na následující straně je pouze ilustrativní a zcela smyšlená.

Ukázka rodinné mapy:



---

## Použitá literatura:

SATIR, Virginia. Model růstu: za hranice rodinné terapie. Brno: Cesta, 2005. ISBN 80-7295-071-1.

SATIR, Virginia. Společná terapie rodiny. Praha: Portál, 2007. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-7367-303-1.

BANMEN, John, ed. Transformační systemická terapie. Ostrava: Institut Virginie Satirové ČR, 2009. ISBN 978-80-254-4976-9.

SATIR, Virginia. Kniha o rodině. Praha: Institut Virginie Satirové, 1994. ISBN 80-901325-0-2.

ČERNÝ, Vojtěch a Miroslav HAJDUK. Rodinné konstelace: psychoterapie a spiritualita. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-3165-7.

ČECH, Pavel. O klíči. Vyd. 2. Havlíčkův Brod: Petrkov, 2014. ISBN 978-80-87595-25-1.

PERNER, Rotraud A. Tabu v rodinné komunikaci: o čem se v rodinách nemluví, ač by to bylo užitečné. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-363-3.

Ilustrační fotografie na str. 20: <https://www.istockphoto.com/photos/family-history?phrase=family%20history&sort=best>



