Univerzita Palackého v Olomouci

Cyrilometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

DISKURZIVNÍ ANALÝZA VÝZNAMNÝCH MOMENTŮ PORADENSKÝCH KONZULTACÍ

Diplomová práce

Studijní program

Sociální práce s rodinou

Autor: Bc. Barbora Macošková, DiS.

Vedoucí práce: Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D. et Ph.D.

Olomouc 2024

Univerzita Palackého v Olomouci

Cyrilometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

DISKURZIVNÍ ANALÝZA VÝZNAMNÝCH MOMENTŮ PORADENSKÝCH KONZULTACÍ

Diplomová práce

Sociální práce s rodinou

Autor: Bc. Barbora Macošková, DiS.

Vedoucí práce: Mgr. Leoš Zatloukal, Ph. D. et Ph. D.

Olomouc 2024

„Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.

Podpis autora práce ……..

Poděkování

Na tomto místě chci poděkovat svému vedoucímu práce, panu Mgr. Leoši Zatloukalovi, Ph.D. et Ph.D., za jeho vstřícné vedení v průběhu psaní práce. Jsem vděčná za připomínky, trpělivost a zpětnou vazbu, kterou mi vždycky ochotně poskytl. Poděkování také patří celé mé rodině, za podporu ve studiu.

Tato diplomová práce vznikla za podpory grantu IGA_CMTF_2022_005 Hodnotový kontext sociálního fungování.

Obsah

ÚVOD **6**

1. VÝZNAMNÉ MOMENTY **8**

2. PORADENSKÝ ROZHOVOR **10**

2.1. Fáze poradenského rozhovoru *10*

2.2. Specifika poradenského rozhovoru *11*

3. KONSTRUKTIVISTICKÉ PŘÍSTUPY V SOCIÁLNÍ PRÁCI **13**

3.1. Využití konstruktivistického přístupu v praxi sociální práce 15

3.2. Narativní terapie 16

3.3. Hypnóza 17

3.3.1. Klinická hypnóza *19*

3.3.2. Hypnóza orientovaná na řešení *20*

4. DOSAVADNÍ VÝZKUMY NA POLI DISKURZIVNÍ ANALÝZY **22**

4.1. Diskurz 22

4.2. Diskurzivní analýza 22

4.3. Konverzační analýza a rozdíl mezi diskurzivní a konverzační analýzou 23

4.4. Konkrétní příklady 23

4.4.1. Výzkum Jany Martínkové *23*

4.4.2. Výzkum Anny Koláčkové *23*

4.4.3. Výzkum Lujzy Márie Kučerové *24*

5. CÍL VÝZKUMU, VÝZKUMNÁ OTÁZKA **25**

6. POPIS VÝZKUMNÉ STRATEGIE **26**

6.1. Recursive frame analysis 26

7. TECHNIKA SBĚRU DAT **28**

8. POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU **29**

9. POPIS METODY FIXACE A ZPRACOVÁNÍ DAT **30**

10. ETICKÝ ROZMĚR VÝZKUMU **34**

11. ANALÝZA DAT **35**

11.1. Analýza č. 1 35

11.1.1. Významné momenty diskurzivního posunu *39*

11.1.2. Shrnutí *43*

11.2. Analýza č. 2 44
11.2.1. Významné momenty diskurzivního posunu *47*
11.2.2. Shrnutí *51*
11.3. Analýza č. 3: I. část 52
11.3.1. Významné momenty diskurzivního posunu *56*
11.3.2. Shrnutí *60*
11.4. Analýza č. 3: II. část 61
11.4.1. Významné momenty diskurzivního posunu *64*
11.4.2. Shrnutí *68*

12. DISKUSE 70

12.1. Výzkumná otázka 70
12.2. Limity výzkumu 70
12.3. Srovnání mého výzkumu s výzkumy na poli diskurzivní analýzy 71
12.4. Doporučení k následnému výzkumu 72

ZÁVĚR 74

BIBLIOGRAFICKÝ SEZNAM 76

SEZNAM OBRÁZKŮ 80

SEZNAM TABULEK 81

PŘÍLOHY 82

Úvod

„*Lidé přicházející do terapie vždy něco vyprávějí, ale nečiní tak proto, že vědci a odborníci považují příběhy a vyprávění za fenomény hodné zkoumání*“ (Skorunka, 2008, s. 22).

Pro tuto diplomovou práci jsem si vybrala téma diskurzivní analýza významných momentů poradenských konzultací. Toto téma vnímám jako aktuální v sociální práci napříč všemi cílovými skupinami, jelikož nabízí možnost osvojit si základy diskurzivní analýzy a osvojit si citlivost na posun v poradenském rozhovoru a na vnímání významných momentů v nich. Tuto dovednost vnímám jako klíčovou pro práci s klienty v roli sociálního pracovníka. Jak zmiňuje Skorunka (2008, s. 22), klienti do rozhovoru se sociálními pracovníky ale i dalšími odborníky přichází se svými příběhy, ale nesdílí je proto, abychom je mohli dále zkoumat, nýbrž pro to, abychom je doprovázeli na jejich cestě k zotavení. Téma diplomové práce mě zaujalo právě proto, že s příběhy lidí se v profesi sociálního pracovníka setkávám dennodenně a součástí mé práce je právě sledování diskurzivního posunu v poradenských konzultacích. V rámci zpracovávání práce jsem měla možnost nahlédnout na rozhovory s klienty novou optikou, získat větší povědomí o metodě RFA, rozvíjet mé tzv. „měkké dovednosti“ a tak se rozvíjet v rámci mé profese.

Celá práce stojí na tématu poradenského rozhovoru, o kterém mluví Matoušek (2003, s. 151–152), který říká, že se na poradenství můžeme zaměřit ze dvou pohledů. Poradenství v užším slova smyslu můžeme chápat jako poskytnutí informací, které klient potřebuje k vyřešení svého problému a o které si požádá. Podobně o poradenství pojednává také zákon č. 108/2006 Sb., Zákon o sociálních službách, § 37. Autor ale pokračuje vymezením užšího pojetí pojmu poradenství, který označuje možnost klienta prozkoumat své dovednosti a příležitosti. Můžeme jej vnímat jako poskytnutí bezpečného prostoru, kde klient může získat pohled sám na sebe i na druhé. Poradenství autor chápe jako prostor pro hledání nových strategií a zlepšení kvality života (Matoušek, 2003, s. 151–152). V užším pojetí rozvádí poradenství také Úlehla (2004, s. 37), který ve své knize o poradenství pojednává jako o spolupráci pracovníka a klienta. Autor popisuje pojem, jako hledání nejužitečnější společné cesty klienta a pracovníka, přičemž právě klient je klíčová osoba, která celou situaci posuzuje. Spolupráce začíná na základě potřeby klienta, který si přeje rozvinout své schopnosti, dovednosti a možnosti. Klient může přijít s přáním odstranit překážky na cestě k jeho cíli. Pracovník poskytuje klientovi prostor, kde má příležitost podniknout potřebné kroky. Tento prostor vytváří v průběhu rozhovoru s klientem na základě svých zkušeností. Autor také pojednává o rozhovoru jako o nástroji sociálního pracovníka, mající fáze, které se prolínají a cyklicky se opakují. Mezi tyto fáze řadí přípravu, otevření, dojednávání, průběh a ukončení (Úlehla, 2004, s. 15).

V diplomové práci se zabývám diskurzivní analýzou významných momentů v poradenských konzultacích. Cílem mé diplomové práce je představit poradenské rozhovory vybraných videonahrávek a poukázat na významné momenty, které jsem v nich zachytila.

Práce se skládá ze dvou částí, teoretické a empirické. V první části věnuji pozornost tématům: významné momenty, poradenský rozhovor, konstruktivistické přístupy v sociální práci a dosavadní výzkumy na poli diskurzivní analýzy. V této části hovořím o využití konstruktivistického přístupu v sociální práci, narativní terapii a hypnóze. Pozadu nezůstává ani diskurz, diskurzivní a konverzační analýza a uvedu konkrétní příklady výzkumů na poli diskurzivní analýzy. Celá část představuje teoretický základ, na který navazuje část následující. V praktické části se budu věnovat popisu cíle výzkumu, představím výzkumnou otázku, výzkumnou strategii, kde osvětlím diskurzivní analýzu a Recursive frame analysis, techniku sběru dat, etický rozměr výzkumu a analýzu dat, kde popíšu jednotlivé části výzkumu a diskusi, kde porovnám výsledky mého výzkumu s výsledky jiných výzkumů na poli diskurzivní analýzy. Představím limity výzkumu, zodpovím výzkumnou otázku a v neposlední řadě představím doporučení pro další výzkum.

Jak již bylo nastíněno výše, práce nese empirickou povahu. V rámci metodologie používám kvalitativní metodu RFA (Recursive frame analysis), která se zaměřuje na zaznamenání posunu v poradenském rozhovoru a výzkumníkovi nabízí možnost zaměření se na významné momenty v poradenské konzultaci.

V celé práci čerpám z odborné literatury v oblastech: poradenský dialog, diskurz, přístup zaměřený na řešení, kvalitativní metody v sociálním výzkumu, narativní přístup a hypnóza. V rámci zdrojů jsem čerpala z knih české, slovenské a zahraniční literatury. Čerpala jsem například od Matouška, Miovského, O'Hanlona, Úlehly, Prochasky, Zatloukala, Kratochvíla nebo Ericksona. V rámci zahraničních časopisů jsem použila články z časopisů The Qualitative Report, Psychology Quarterly a Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice.

1. Významné momenty

První kapitola pojednává o významných momentech. V rámci této kapitoly uvedu definici pojmu různých autorů, představím kategorie, do kterých se řadí, i jejich aspekty. V kapitole také uvedu možné způsoby, jakými můžeme potřebná data získat.

Výzkumy významných momentů v rámci terapeutického procesu si kladou za cíl zmapovat vliv těchto momentů na reálnou úspěšnost terapeutického procesu. Centrem výzkumu jsou označené momenty, které jsou nadále kategorizovány, popisovány a dále zkoumány, přičemž jsou zkoumány také brzdící nebo škodlivé aspekty, které zabraňují tomu, aby terapie byla účinná. Takovýto výzkum je občas v literatuře označován jako „paradigma významných momentů“, přičemž si za cíl klade porozumět, jak proces psychoterapie funguje jako celek i jak k léčebnému procesu přispívá terapeut. Důvodem, proč je tato perspektiva zkoumána je fakt, že v terapii mohou být právě tyto momenty nejpřínosnějšími (nebo naopak nejméně přínosnými) momenty celého terapeutického procesu (Timuľák, 2007, s. 306).

Timuľák (2007, s. 309-311) popsal celkem devět kategorií významných událostí z pohledu klienta:

1. porozumění sobě samému/ uvědomění,
2. změna chování a vyřešení problému,
3. empowerement klienta,
4. úleva,
5. zkoumání emočního prožívání,
6. pocit, že je klientovi ze strany terapeuta porozuměno,
7. klientova angažovanost,
8. bezpečí, podpora, ujištění,
9. osobní kontakt.

Pivolusková, Říháček, Čevelíček a Ukropová (2021, s. 4–5) uvádí další aspekty, na které se lze zaměřit v rámci zkoumání významných momentů posunu:

1. momenty zplnomocnění
2. významné momenty z pohledu terapeuta
3. klasifikace významných událostí
4. momenty vhledu
5. vztah mezi jednotlivými aspekty významných momentů
6. výsledek terapie aj.

Významné momenty v poradenském rozhovoru se nemusí shodovat z pohledu terapeuta a klienta, ba naopak, mezi jejich vnímáním mohou vznikat velké rozdíly. Klienti většinou vnímají afektivní

a vztahovou složku poskytované terapie, a to narozdíl od terapeutů, kteří se zaměřují více na kognitivní stránku, což bývá přínosem pro pochopení klienta (Timuľák, 2010, s. 421). Pivolusková a kol. (2021, s. 11) dodává, že významné momenty v sobě nesou hloubku a plno emocí. Jsou spojeny s problémy, se kterými klienti do spolupráce přichází a díky nim se můžeme orientovat v celém procesu.

Existuje mohou způsobů, jakými výzkumníci data získávají. Timuľák (2010, s. 422) však poukazuje na to, že velmi důležité, aby ten, kdo významné momenty identifikuje byl klient. Jako jeden z možných způsobů doporučuje dotazník Helpful Aspects of Therapy, což je dotazník, který je vyplněn klientem na konci každého terapeutického setkání. Mimo dotazník autor také uvádí rozhovor, jako zdroj pro sběr dat (či jeho nahrávka), který je následně výzkumně zpracován (Timuľák, 2007, s. 306).

2. Poradenský rozhovor

Tato kapitola si klade za cíl představit poradenský rozhovor. V kapitole uvádím, jak o poradenském rozhovoru mluví různí autoři, jaká jsou jeho fáze a také jeho aspekty a specifika.

Procházka, Šmahaj, Kolařík a Lečbych (2014, s. 127) o poradenském rozhovoru mluví obecně. Jako první zmiňují, že pokud vnímáme poradenský proces jako interakci mezi klientem a terapeutem, nesmíme zapomínat na to, že tato interakce je ovlivněna vnějšími faktory a také nesmíme opomenout složitost komunikace. Pokud bychom měli podle Procházky a kol. (2014, s. 51–55) určit specifika poradenského rozhovoru, bylo by to komunikování pravidel mezi terapeutem a klientem. Předání obecných informací, které mohou snížit napětí na straně klienta, co bude následovat, kolik sezení stojí nebo například délku sezení. Autor zmiňuje, že je potřeba získat zkušenosti týkající se především způsobu a vedení konzultace a také je potřeba ovládat důležité komponenty dialogu, mezi které řadí:

- *aktivní naslouchání,* kterým dáme klientovi najevo, že nás zajímá,
- *práci s otázkami,* přičemž autor doporučuje užívat široké otevřené otázky, které dají klientovi prostor vyjádřit to, co je pro něj významné (namísto zavádějících, komplikovaných a podněcujících otázek),
- *jazyk v poradenství,* který má být srozumitelný a jasný a „*úroveň vyjadřování by měla respektovat kapacitu klienta pochopit jeho slova*“,
- *akceptace,* která představuje respekt práva klienta na jeho postoj, názor nebo pocit,
- *empatii,* která představuje schopnost terapeuta vcítit se do prožívání klienta a snažit se pochopit jeho situaci,
- *kongruenci,* v níž by si terapeut neměl protiřečit,
- *zpětnou vazbu,* která by klientovi měla být poskytnuta a v jejímž rámci by neměly chybět jak rušivé aspekty situace, tak pozitivní složka, která posílí klientovo chování,
- *záznam z rozhovoru,* zpravidla zápis (Procházka a kol., 2014, s. 51–55).

2.1. Fáze poradenského rozhovoru

Fáze poradenského rozhovoru jsou podle Hadj-Moussové (2002, s. 16) epigenetické, což znamená, že před otevřením nové fáze je vždy nutné nejprve uzavřít fázi stávající. Podle autorky se v první fázi **seznámení** odkrývají základní informace o klientovi. Například to může být důvod návštěvy. Autorka však uvádí, že cílem této fáze je z největší části navázat vztah, bez kterého nelze poradenskou pomoc poskytnout. Klient i poradce mají v této fázi možnost se rozhodnout, jestli si navzájem důvěřují a mají si co nabídnout (poradce se rozhoduje, jestli je schopen pomoct klientovi a klient se rozhoduje, zda mu je poradce schopen pomoct). Do druhé fáze mohou přejít v momentu, kdy se naváže vztah důvěry.

Druhá fáze – **diagnóza** s sebou nese poznání a vymezení klientova problému. Slovo diagnóza zde chápeme jako identifikaci problému. Při vymezení klientova problému nemusí jít ve skutečnosti o problém, o kterém klient mluví a to proto, že si jej klient neuvědomuje, interpretuje jej jinak nebo o něm jednoduše nechce mluvit. Poradce by také měl zjistit, jak klient svůj problém prožívá a neměl by zapomínat na svobodu klienta v tom, co nám chce sdělit. Fáze bývá ukončena sdělením problému, kdy klient si musí uvědomit a přijmout reálné příčiny svých obtíží. Tato fáze může trvat poměrně dlouho, protože klient zpravidla potřebuje čas, aby se se všemi skutečnostmi vyrovnal (Hadj-Moussová, 2002, s. 16–17).

Volba cíle a alternativ řešení je třetí fází v poradenském rozhovoru. Ve třetí fázi si poradce ve spolupráci s klientem stanovují cíl poradenského procesu. Spolu definují další postup spolupráce, přičemž poradce může navrhovat různé alternativy (např. různé techniky nebo kroky), které by však měly odpovídat podmínkám, celkové situaci a osobnosti klienta, a hlavně jeho možnostem (Hadj-Moussová, 2002, s. 17).

Ve čtvrté fázi **klientova rozhodnutí** se musí poradce ujistit, že je klient nejen racionálně, ale také emocionálně rozhodnut v plánu pokračovat. Poradce je zde osobou, která klienta v celém procesu podporuje, nezapomíná na to, že rozhoduje klient, nicméně může osvětlovat výhody a nevýhody jednotlivých alternativ (Hadj-Moussová, 2002, s. 17).

V poslední, páté fázi – **podpora klienta poradcem** vyučuje poradce klienta využívat zvolené techniky a podporuje jej ve vytrvalosti. Poradce může být oporou v případech, kdy se klient bojí změny, upozorňuje na pokrok a hodnotí výsledky. Tato fáze má vést k postupnému osamostatnění klienta (Hadj-Moussová, 2002, s. 17).

2.2. Specifika poradenského rozhovoru

Podle Svobody (2012, s. 27-28) sebou poradenský rozhovor nese určitá specifika, které by měl terapeut dodržovat. Prvním z nich je naladit se na tempo klienta, které zjistíme například položením otázky: „*Neměl jste potíže s nalezením vchodu do poradny?*“. Podle reakce klienta by terapeut měl reagovat a zvolit přiměřené tempo rozhovoru. Další věc, na kterou by terapeut v úvodu neměl zapomínat je nastavit očekávání klienta a vymezit časový rozsah setkání. Autor říká, že nelze spoléhat na to, že je klient informovaný, ale je vhodné zeptat se jej, kolik má na setkání času a reagovat s časovými možnostmi terapeuta. Pokud je představa klienta delší než časová představa terapeuta, může nabídnout opakovanou návštěvu.

To, že je sezení u konce může dát terapeut vědět klientovi například mimikou. Podle autora mají klienti tendence sdělovat důležité informace těsně před koncem sezení. V průběhu setkání je pak nepřípustné ze strany terapeuta, aby zvedal telefony, odcházel z místnosti nebo vyřizoval SMS zprávy. Pokud je v průběhu sezení nutné odejít z místnosti, klient by na to měl být předem upozorněn. Po dojednání

technických záležitostí dialog zpravidla začíná jinak, než si klient sám myslel. Autor tento fakt označuje za dobrý, jelikož naučený příběh by mohl postrádat důležité části. Také předpokládá, že každý klient vytěsňuje některé skutečnosti nebo si něco nalhává. Při začátku rozhovoru se také může stát, že terapeuti vycítí, že klient by rozhovor chtěl zahájit sám, ale ještě tak neučinil. V této situaci autor doporučuje, aby terapeut nechal klienta formovat své vlastní myšlenky. Sice ubíhá čas, ale neprobíhá napjaté ticho. Pokud se ale stane, že u klienta pozorujeme vnitřní boj (zda má něco říct, nebo mlčet), může terapeut atmosféru přerušit a zeptat se, zda může klientovi s něčím pomoci. Klient na takovou výzvu zpravidla naváže a začne svůj příběh sdělovat (Svoboda, 2012, s. 28–29).

Podle Svobody (2012, s. 33) je v poradenském rozhovoru důležité opakovat podstatu sdělného obsahu bez toho, aniž by poradenský pracovník přidával svá slova nebo tzv. zabarvoval celou situaci svými emocemi. Autor doporučuje opakovat pouze slova, ne celé věty a pouze v případě, kdy je to vhodné. Můžeme použít také shrnutí. Pokud poradenský pracovník vypozoruje, že má klient tendenci rozvíjet rozhovor do emoční hloubky nebo téma rozvíjet do šířky, může použít návazné otázky. Jako závěr poradenského rozhovoru označuje autor definici podmínek, za kterých se budou klient a poradenský pracovník setkávat a také definici reálného cíle těchto setkávání. Pokud to situace dovolí, je užitečné stanovit i počet setkání, který pomáhá určit rámec celé intervence. Poradenský pracovník má možnost s časovým rámcem pracovat, kdy při posledním sezení mohou spolu s klientem zhodnotit naplnění cíle spolupráce a rozhodnout se, zda budou ve spolupráci pokračovat nebo ji ukončí.

Matoušek (2008, s. 89) klade v poradenském rozhovoru důraz na budování důvěry klienta k poradci. Autor poukazuje na zaměření na porozumění, citlivost a vřelost, které pomáhají utvořit důvěryhodný vztah. Další možností, jak tento vztah podpořit je nedirektivní přístup, který se vyhýbá zdůrazňování diagnózy a problémy klienta. Naopak staví na *„schopnosti klienta řídit sebe samého“,* což pomáhá klientovi získat motivaci ke změně. Dále můžeme hovořit o zaměření na klientovy zdroje ať už v něm samém nebo v jeho okolí a na vše, co umožní zlepšit situaci klienta a naučí jej zvládat situace vlastními silami.

3. Konstruktivistické přístupy v sociální práci

Ve třetí kapitole představím krátce konstruktivistické přístupy v sociální práci. V kapitole se dotkneme znaků konstrukcionismu a srovnání na problém zaměřené a narativní terapie. Dále budu pokračovat využitím konstruktivistického přístupu v praxi sociální práce, kde se dotknu kritiky a efektivity. Kapitola dále podává o narativní terapii a pokračuje představením hypnózy orientované na řešení a klinické hypnózy, na které narazíme také v praktické části práce. Jako první pokládám za důležité představit pojem hypnózy jako takový a dále představím zmíněné přístupy.

Mezi konstruktivistické přístupy v sociální práci řadíme na problém zaměřenou a narativní terapii. Obě můžeme zařadit pod tzv. krátkou terapii, která se vyznačuje délkou 4–5 sezení, důrazem na klientův subjektivní pohled na prožívanou událost, která kontrastuje s objektivním pohledem společnosti a v neposední řadě na změnu, která je podmíněna využitím již existujících schopností klienta. Co krátká terapie naopak nehledá jsou příčiny problémů klienta (Prochaska a Norcross, 1999, s. 351–352).

Zástupci konstruktivistického přístupu říkají, že nelze poznat svět, jaký skutečně je, jelikož každý člověk si svou realitu konstruuje sám. Veškeré naše poznání se pak vztahuje k teorii, jazyku nebo konstruktu, kterou aplikujeme na události. V rámci terapie pak dochází k tomu že stejný klient a jeho stav je vnímám naprosto odlišně různými terapeuty, díky použití rozdílných teorií, jazyků a konstruktů. Terapeuti si tak mohou v rámci konstruktivismu pouze uvědomovat svou interpretaci (Prochaska, Norcross, 1999, s. 356-360).

Freedman a Combs v rámci popisu konstruktivismu (2009, s. 42) uvádí následující znaky:

- „*realita je sociálně konstruována*“: realita lidí je průběžně vytvářena pomocí prožitků, přičemž důraz je kladen na subjektivní pohled (interpretace sociálních jevů, vliv rodiny, kultury, jazyka, fungování nervového systému). Vše nové v lidském životě je konstruované, nikoliv objevené,
- „*neexistují žádné neměnné pravdy*“: lidé nemohou objektivně poznávat realita, nicméně mohou interpretovat své zkušenosti. Soustřeďuje se hlavně na významy,
- „*realita je vytvářena prostřednictvím jazyka*“: zde řadíme všechny znaky, které lidé používají při komunikaci. Je to například písmo, gestikulace, hlasová modulace nebo odmlky. Narativní terapie pobízí klienty, aby právě svou realitu popisovali odlišným jazykem a tím otvírali možnost pro nový pohled na možné zkušenosti,
- „*realita je konstruována a udržována prostřednictvím vyprávění příběhů, které žijeme a vyprávíme*“: součástí lidského života je vyprávění a poslech příběhů ze života, díky kterým mohou ostatní lidé žit své životy. Lidé také utváří příběhy o příbězích, které nejsou pouze příběhy, ale život samotný.

Naproti tomu zástupci empirismu tvrdí, že pomocí aplikací vědeckých metod můžeme vidět opravdovou objektivní realitu a současně můžeme rozpoznat nejlepší řešení pro danou situaci klienta. Zastánci konstruktivistického přístupu namítají, že věda je pouze dalším z konstruktů a že klienty nemůžeme „*…vměstnat do soustavy univerzálních zákonů či principů, které by vysvětlovaly jedinečnost osobnosti a psychopatologie*." (Prochaska, Norcross, 1999, s. 352).

Autoři Prochaska a Norcross (1999, s. 353–360) uvádí také srovnání na problém zaměřené a narativní terapie v rámci následujících kategorií.

Teorie osobnosti a psychopatologie

- Na problém zaměřená terapie důvěřuje v to, že lidé jsou zdraví, kompetentní a schopni řešit své problémy. Samotná teorie se orientuje na možnosti řešení (namísto na příčiny) a na změny v budoucnosti. V terapii je podstatné zaměřit se na zdravější a šťastnější cíle, které by měly obsahovat pozitivitu, přítomnost, praktičnost, měly by být schopny popsat proces, který povede k jejich uskutečnění, měly by být řízené klientem, specifické a definované v rámci klientova jazyku.
- Narativní terapie pracuje s klienty pomocí příběhů. Reprezentuje postoj, který říká, že klient vyprávěním příběhů může ovlivňovat jeho minulost. V rámci vyprávěných příběhů narativní terapeutové důvěřují, že neexistuje objektivní realita, ale kladou důraz na realitu klienta.

Teorie terapeutických procesů

- Na problém zaměřená terapie si klade za cíl zaměřit se na řešení ihned. Terapeuti v rámci na problém zaměřené terapie zvyšují povědomí klientů pomocí otázky proč (…proč tento Váš problém nastal?), pomáhají klientovi vybrat správný cíl, podporují klienta i v malých cílech a každé řešení vnímají jako jedinečné a které vychází z konverzace v jazyce klienta.
- Narativní terapie podporuje klienty v dekonstrukci starých příběhů a v utváření nových. V rámci procesu klient nejdříve zvyšuje své sebevědomí, poté dochází k výběru nového příběhu, a nakonec k odporování klientova starého příběhu.

Terapeutický vztah

- Na problém zaměřená terapie předpokládá, že terapeuti jsou odborníci na proces a strukturu terapie, přičemž s klienty zároveň pracují velmi vytrvale a snaží se jej přimět k tomu, aby pracoval na svých schopnostech a navrhoval řešení. Taková spolupráce mezi klientem a terapeutem je vnímána až jako multidisciplinární, kdy každý expert (klient i terapeut) přispívá k řešení.

- Narativní terapie představuje vztah mezi klientem a terapeutem, který není vázán žádnými pravidly. Terapeut by měl být dostatečně vnímavý směrem ke klientově individualitě a respektovat a chránit jej. Terapeuti usilují o tzv. narativní terapii, která má navozovat pocit porozumění.

Praxe

- Na problém zaměřená terapie trvá tak dlouho, dokud není dosaženo přijatelného řešení. Terapie je plánovaná tak, aby byla časově efektivní a aby co nejrychleji našla proces řešení. Tato poměrně krátká spolupráce mezi klientem a terapeutem také zabraňuje vzniku závislosti klienta na terapeutovi.
- Narativní terapie očekává, že sezení bude trvat 50 minut, ale počítá se s tím, že tato hranice může být překročena. V rámci narativní terapie se často uplatňuje krátká terapie, nicméně délka spolupráce se odvíjí hlavně od terapeutického vztahu. Sezení jsou zpoplatněna.

3.1. Využití konstruktivistického přístupu v praxi sociální práce

Využití konstruktivistických přístupů v praxi sociální práce popsali Prochaska a Norcross (1999, s. 351) velmi konkrétně na příkladu mladé ženy, studentky vysoké školy, se kterou se rozešel její přítel na základě vztahu s její nejlepší kamarádkou. Hlavní hrdinka příběhu se na základě této zkušenosti uzavřela do sebe a prožívala často střídající se pocity smutku a vzteku. Byla uplakaná a neschopná vstát z postele a vzápětí plná představ o krvavé odplatě. Nesmím opomenout, že její matka byla velmi zkušenou psychoterapeutkou, která se orientovala na dlouhodobou terapii. Svou dceru se snažila utěšit a pomoct jí, a proto jí doporučila intenzivní terapii po dobu několika měsíců až let, ve které by dcera odhalovala hluboké kořeny problému. Dcera se ale rozhodla zabývat se pouze svou budoucností a rozhodla se pro terapii zaměřenou na aktuální prožívání a efektivní řešení situace. V rámci terapie využila své studentské schopnosti, přičemž vytvořila plán, který vedl k dosažení života, který si představovala. Po čtyřech sezeních, kdy se terapeut zaměřil na její zdroje, terapii ukončila s prohlášením, že ve vztahu ztratila samu sebe, jako plno ostatních mladých. Tento krátký příběh Prochaska a Norcross (1999, s. 351) komentují slovy „*pacient někdy lépe, než terapeut ví, co je pro něj nejlepší. A někdy nemusí být terapie tak dlouhá.*“

Pokud bychom se chtěli zabývat samotnou efektivitou konstruktivistických přístupů, mohou nám posloužit dva výzkumy, které ve své knize uvádí Prochaska a Norcross (1999, s. 356–357). Autoři objasňují, že teoretici, kteří výsledky zkoumali se zajímali spíše o výsledky terapeutické aplikace než o empirické zkoumání účinnosti. Prvním z výzkumů je výzkum na řešení zaměřené terapie, která se konala v Brief Family Therapy Center v roce 1988. Podle výsledků 66 % klientů vypovědělo, že dosáhlo svých cílů a 15 % klientů sdělilo, že se jejich stav výrazně zlepšil a to po 6 a 12 měsících od ukončení terapie. Po novém měření, které probíhalo po 18 měsících od ukončení terapie se spokojenost

s výsledky zvedla na 86 %. Druhá studie (také z Brief Family Therapy Center) z let 1992 a 1993 vykazuje 26 % klientů, kteří vypověděli významný pokrok a 49 % klientů, kteří vypověděli o mírném pokroku. Při kontaktování klientů v rámci telefonického kontaktu vypovědělo 50 % klientů o splnění léčebných cílů a 32 % o pokroku, který směřuje k cíli. Nesmíme však zapomínat na limity studie, na které autor upozorňuje. Náleží mezi ně neodbornost uvedených studií, používání nestandardizovaných měřících nástrojů a nemožnost srovnat studii s výsledky jiné studie, která by odkazovala na procento klientů, kteří byli úspěšní bez terapie. Podle Prochasky a Norcrosse (1999, s. 357) však i přes tyto limity můžeme ve výsledcích objevit význam této léčby.

V případě, že se máme zaměřit na konstruktivistické přístupy v praxi, nesmí chybět ani jejich kritika. Prvním bodem, který je kritizován, je kritika možného rizika podpory chování, které může mít špatný vliv na zdraví klienta. V rámci kritiky se autor poukazuje na to, že převyprávění klientova příběhu pouze z jeho pohledu a nedbalost terapeuta k objektivní realitě nemusí být pro klienta ve všech případech pomoc. Kritika dále pokračuje poukázáním na to, že konstruktivistické přístupy slibují rychlý výsledek mnohdy velmi složitých problémů, které potřebují celé roky na práci s psychopatologií člověka. Klienti se tak na rychlé řešení mohou upnout, nicméně je tato cesta vždy efektivní? Není to jenom utopická představa? Kritici dále upozorňují na velké množství intepretací klientova příběhu terapeutem a zároveň na tuto otázku odpovídají tím, že je prakticky nemožné zajistit správnost terapeutova výkladu. Celou kritiku uzavírají tím, že není nutné striktně vybírat mezi empirismem a konstruktivismem, jelikož „…*žádná teorie nemůže projít testem absolutní jistoty*.“ (Prochaska, Norcross, 1999, s. 363).

3.2. Narativní terapie

Za podstatu narativního přístupu je označováno „využití organizační moci jazyka“, tudíž vše, co prožíváme. Přičemž jazyk se chápe jako nástroj, kterým zpracováváme svou životní zkušenost do příběhu. Jako dobrý příklad nám může posloužit dítě, které popisuje své zážitky pomocí příběhů a spojením zážitků, vytváří drama, děj, zápletku. Nejsou to však pouze lidé, kteří svou životní zkušenost prožili, kdo umí vyprávět příběhy. Také nastavení narativních terapeutů nebo koučů a jejich schopnost vnímat to, co klient sdílí jako příběh. Narativní terapeut nebo kouč se nastaví na zápletku (drama) i když je klient přímo nevyjadřuje, nechá se upoutat příběhem klienta a celé vyprávění nechá dopadnout na svou profesní a životní zkušenost. Tyto reakce vedou k procesu, který má terapeutický dopad a vedou k efektivitě narativního koučování (Strnad, Nejedlá, 2014, s. 37).

Narativní terapie staví na hloubce lidské komunikace. Pracuje s jazykem, s jeho významy, vzorci myšlení a usiluje o tom, aby komunikace byla užitečná a efektivní. Na příběh orientovaná terapie rozšiřuje fakta o příběhovost, která nám dává šanci vidět konkrétní téma v širších souvislostech a nacházet tak komplexnější a trvalejší řešení (Strnad, Nejedlá, 2014, s. 19).

V narativní terapii se na to, co je příběh a jak s ním můžeme pracovat můžeme dívat dvěma způsoby. První pohled spočívá v terapeutově přesvědčení, že příběh je něco, co je v klientově paměťové databázi a terapeut jej vidí jako uzavřený a završený. Jedinou možností, jak může terapeut na příběh reagovat je poukázáním na jeho logické nesrovnalosti, přičemž vyvstává otázka, jaká nesrovnalost je „dostatečná“, aby se na ni terapeut mohl doptat. Druhý pohled říká, že příběh, který klient vypráví je určen posluchačům, tudíž terapeutovi a vyprávění má vyvolat určitý smysl, postoj k člověku a pohled na něj. Naslouchající tedy patří do vyprávění a své místo vyplňuje reakcí na příběh. Vyprávění tedy můžeme vnímat jako sociální drama (Strnad, Nejedlá, 2014, s. 49).

Hledisko nebo postoj pozorovatele nevyplývá pouze z konkrétního příběhu, ale ze způsobu, jakým svoji zkušenost hodnotí. Mluvíme tedy o předpokladech, předsudcích, úhlech pohledu, přesvědčeních, očekáváních, optikách aj. Překvapivým faktem může být, že příběhy jsou vyprávěny pro to, aby vyplnily své předpoklady (než že by předpoklady vyplývaly z příběhů). V narativní terapii mají svou roli také předsudky, které chápeme jako jakékoliv předem existující myšlenky, které mají podíl na vnímání a jednání před terapeutickým sezením. Autoři také uvádí, že předsudky představují podmínku toho, abychom v životě něco zakoušeli. Využití vlastních předsudků pak může vést k zodpovědnosti (Strnad, Nejedlá, 2014, s. 86-87).

Narativní terapie využívá velké množství podnětů. Lidská identita se formuje a proměňuje v sociálním prostředí, přičemž terapie je prostor, kde terapeut může zpochybňovat a dekonstruovat tuto realitu a hledat nové přesvědčení klientovy identity. Podle autorky terapeuti hledají za negativním osobním přesvědčením další významy jak v argumentech, tak v interakcích klienta a také hledají souvislost klientova negativního přesvědčení a sociálně sdíleného přesvědčení. Styl jednotlivých terapeutů se od sebe v praxi velice odlišuje. Například můžeme uvést terapii jako místo, kdy má klient možnost pozorovat sám sebe a své chování a myšlení. Tímto dosáhneme posunu klientovy perspektivy a změnu diskurzu. Reflektující terapeuti dávají klientům velký prostor pro sebevyjádření a vztah klienta a terapeuta je kooperativní (nikoliv hierarchický). Druhým příkladem je aktivnější terapeutická spolupráce, kdy terapeuti vnímají uvědomování si svých možností a schopností jako součást terapeutického umění. Při terapii pomáhají klientům hledat jejich vhodnou pozici a pomáhají jim rozvinout jejich schopnosti (Gjuričová, Kubička, 2009, s. 33-34).

Mezi nástroje narativní terapie řadíme externalizaci, personifikaci, dekonstrukci, rekonstrukci, zářivé momenty, práci s vlivem sociálního okolí a skutečnost alternativního příběhu (Buková, 2012, s. 23–30).

3.3. Hypnóza

Pojem hypnóza je spjat již s Franzem Mesmerem, který je považován za jejího otce, nicméně prvním člověkem, který použil pojem hypnóza byl James Braid. Během druhé poloviny 19. století a na začátku

20. století se přijetí a teoretické vysvětlení hypnózy často proměňovalo. Člověk, který měl v těchto letech největší vliv na využívání klinické hypnózy, byl Sigmund Freud, který však hypnózu zavrhl na základě nedostatku zkušeností a její sexuální konotace (klientka se „odevzdává“ terapeutovi). Zájem o klinickou hypnózu byl vzkříšen po 1. světové válce, kdy se začala používat jako metoda k docílení léčebné abreakce u traumatizovaných válečných veteránů. Autor ve své knize také uvádí rozdíly v definici hypnózy mezi Ericksonem a Hullem, kdy ji Hull charakterizuje jako přesvědčení o subjektu, který je v procesu pouze příjemcem, nicméně Erickson naopak uvádí, že hypnóza má za úkol ovlivnit každého klienta stejným způsobem (Zeig, Munion, 2007, s. 38-39).

Zatloukal (2011, s. 3) říká, že jakákoliv definice hypnózy odráží teoretická východiska autora, který ji v daný moment definuje. Tento fenomén vzbuzuje velkou pozornost odborné i laické veřejnosti, který bývá častokrát kritizován a je obestřen jakýmsi tzv. magičnem. Erickson a Rossi (2009, s. 180–181) přirovnávají stav terapeutického transu ke stavu snění, kdy klientovo duševní dění probíhá autonomně a na vědomé úrovni probíhá vědomé učení, do kterého nezasahují vědomé záměry ani schémata a mnohé předsudky související s vědomým nastavením klienta jsou utlumeny. Právě zmínění autoři jsou přesvědčeni o faktu, že vědomé učení je účinnější za změněného stavu vědomí.

Z hlediska kvality hypnotického prožitku právě kvalita činí hypnotickou událost skutečnou. Skutečnost a bezprostřednost dělá z hypnózy v terapeutickém rozhovoru mocný nástroj. Rozmanitost zážitků z hypnózy je prakticky nekonečná, a to díky jedinečnosti subjektů, kterou do každého setkání vnáší (Zeig, Munion, 2007, s. 40). V hypnotickém stavu se tedy podle autorů můžeme například setkat s:

- *amnézií*, která označuje nemožnost vybavování si a přichází spontánně či sugestivně,
- *anestézií*, která označuje potlačení tělesné citlivosti, které se většinou vztahuje k jedné části těla,
- *zvedáním ruky*, které terapeut vyvolává sugescí (přímou či nepřímou) a samotný pohyb je nevědomý či automatický,
- *pozitivní halucinací*, při které klient vidí, slyší nebo cítí něco, co není přítomno,
- *negativní halucinací*, kdy klient nevnímá něco přítomného,
- *věkovou regresí,* které označuje prožívání sebe samého v mladším věku (Zeig, Munion, s. 40).

Hypnóza je podle Kratochvíla (2009, s.13-15) charakterizována jako zvláštní psychický stav se zvýšenou sugestibilitou, kdy je klient ochoten přijímat a vnímat tvrzení hypnotizéra jako pravdivá a reagovat na ně. Dále se hypnóza projevuje raportem, který označuje selektivní vztah klienta k hypnotizérovi a také změněným stavem vědomí, kdy má klient zkreslené vnímání skutečnosti včetně jejího hodnocení. Předpokladem pro navození stavu hypnózy je podle Kratochvíla (2009, s. 13-15, dle Kratochvíl 1999) individuální schopnost jedince, která se nazývá hypnabilitu. Autor ji popisuje, jako schopnost ponořit se do hypnotického stavu, která může mít vliv na hloubku hypnotického stavu.

Další pohled na hypnózu prezentuje Zatloukal (2011, s. 3-4, dle Yapko,1990), který uvádí přístupy, kterými můžeme na hypnózu pohlížet. Autor o všech přístupech tvrdí, že každý z nich daným způsobem hypnózu vystihuje, nicméně žádný neříká vše. Přístupy jsou následující:

- hypnóza jako permisivní stav – klade důraz na klienta jako pasivního příjemce, přičemž hypnotizér je v pozici aktivní a autoritativní,
- hypnóza jako hraní role – v tomto přístupu jsou teoretici přesvědčeni, že klient nevstupuje do zvláštního stavu vědomí (hypnotického transu), naopak tento stav je pro něj spíše hraním role, která se od něj očekává,
- hypnóza jako odlišný stav vědomí – kdy zastánci zdůrazňují odlišnost mezi normálním stavem vědomí a vědomím, ke kterému lze dojít pomocí navození hypnotického stavu
- hypnóza jako omezené testování reality – prezentuje předpoklad, kdy klient díky navozenému hypnotickému stavu snáze přijímá jako realitu to, co mu nabízí hypnotizér, jelikož sám není schopen realitu objektivně testovat,
- hypnóza jako proces učení – kdy je kladen důraz na slova a zkušenosti utvářející člověka a na reakce, které lze rozvíjet,
- hypnóza jako výsledek interakce – v rámci tohoto přístupu hypnotizér navozuje hypnózu pomocí mnohem individualizovanějších a vyladěnějších forem interakce, přičemž hypnotizér a klient zároveň vytvářejí zkušenost z transu společně,
- hypnóza jako disociace – kdy dochází k disociaci (rozdělení) vědomí a nevědomí, přičemž nevědomí zároveň získává větší autonomii ve srovnání s normální stavem (Zatloukal, 2011, s. 3-4, dle Yapko, 1990).

A konečně můžeme také hovořit o tom, proč vůbec hypnózu použít? Proč není dostatečné využít standartní terapii nebo jenom změnit metody? Jednoduchá odpověď je, že trans může doplňovat obvyklé léčebné postupy a metody a někdy může přinést výsledky, které tyto standardní metody nemají (O'Hanlon, 2009, s. 68).

3.3.1. Klinická hypnóza

Důležitým faktorem pro použití klinické hypnózy je nejen to, co hypnoterapeut klientovi říká, ale také kde to říká a jak to říká. Autoři představují, že na hypnoterapii bychom měli nazírat jako na celek, nejlépe v kontextu jejího využití (a ne pouze v jednotlivých krocích). Takovýto přístup ke klinické hypnóze podporuje nazírání na klinickou hypnózu, jako na vědu o interaktivních a komunikačních systémech, a ne pouze jako na aplikaci magických formulí (Erickson, Rossi, 2009, s. 20).

Hypnoterapie může také sloužit jako nástroj při posilování motivace nebo při plánování životních perspektiv. Důraz se klade na pozitivní sugesce a je žádoucí provést více sezení s individuálním přístupem k motivaci a s ohledem na potřeby klienta (Kratochvíl, 2009, s. 451–454).

Hypnoterapie se dá aplikovat při léčbě zaměřené na celkovou spokojenost klienta nebo při terapii zaměřené na konkrétní problém. Je možné odblokovat potlačené vzpomínky, odnaučit se nežádoucí návyky, posílit žádoucí vlastnosti, uvolnit nahromaděné emoce a odnaučit se strachy a fobie (Zborník, 2021, s. 241–242).

Klinická hypnoterapie může být využita také při léčbě alkoholové závislosti, při odvykání kouření nebo při závislosti na návykových látkách. V tomto kontextu se využívá při komplexní léčbě, kdy se často využívá k vyvolání zvracivého efektu nebo k vyvolání averze (Zborník, 2021, s. 241).

Techniky, které klinická hypnóza může využít jsou například: zvedání ruky, pozitivní a negativní halucinace, věková regrese aj. (Zeig, Munion, 2007, s. 42–45).

3.3.2. Hypnóza orientovaná na řešení

Autorem na řešení orientované hypnózy je americký terapeut Bill O'Hanlon, který byl žákem Miltona H. Ericksona (Pokluda, 2019, s. 41). Samotný O'Hanlon (2009, s. 15-18) rozlišuje přístup direktivní, který bychom mohli zařadit mezi klasické hypnotické školy a přístup nedirektivní, který je podstatou hypnózy orientované na řešení. Autor přibližuje rozdíly, mezi těmito dvěma směry. Direktivní přístup se dívá na hypnoterapeuta jako na experta, který ví, co je s klientem špatně, proč daný člověk hledá pomoc a jaká vhodná cesta mu pomůže spravit problém. Takový hypnoterapeut je zpravidla přesvědčený nebo rozhodne, že má daný klient trauma, které vytvořilo současné problémy. Správnou cestou, jak na tuto situaci reagovat je vrátit se do traumatizující minulosti a přepracovat ji. Naproti tomu hypnoterapeut, používající nedirektivní přístup si říká, že není expert na daný problém a nezná jeho řešení. Hypnoterapeut pouze poskytuje kontext, ve kterém si klient může dojít ke svým závěrům a využít jakékoliv zdroje, které mu pomohou vyřešit problém (O'Hanlon, 2009, s. 15-18).

O'Hanlon (2009, s. 15–18) dále popisuje, že terapeut v rámci nedirektivního přístupu užívá příběhy a metafory, které klientovi otevírají nový pohled na jeho zdroje. Terapeut volí taková slova a reakce, která nabízí větší množství reakcí jako například „*možná, může, nemusíte, snad a mohlo by*." Autor v knize uvádí příklad, kdy terapeut může říct: „*Není žádný správný ani špatný způsob, jak byste měl reagovat. Můžete si nalézt svoji vlastní cestu, jak se dostanete do transu*." nebo „*Můžete se ponořit do transu pouze tak hluboko, jak vám to bude příjemné*." (O'Hanlon, 2009, s. 16).

O'Hanlon (2009, s. 108–110) také představuje kroky hypnózy orientované na řešení:

- zbavte se tlaku a ověřte si, kde chce klient být a kde právě je,
- nasaďte rytmus,
- vytvořte prostor, kde klient očekává návrhy a změny,
- navrhněte automatické změny,
- ve chvíli, kdy klient dostane odpověď, ověřte, prodlužte a směřujte změnu směrem ke klinickému cíli,
- pozvěte klienta k přehodnocení externí reality a navrhněte možné budoucí pozitivní změny.

4. Dosavadní výzkumy na poli diskurzivní analýzy

Ve čtvrté kapitole vysvětlím pojem diskurz, představím diskurzivní a konverzační analýzy, stručně představím rozdíl mezi diskurzivní a konverzační analýzou. V neposlední řadě uvedu již publikované konkrétní příklady výzkumů, které byly zpracovány na poli diskurzivní analýzy a představím prezentované posuny v terapeutickém a poradenském rozhovoru.

4.1. Diskurz

Burr (2003, s. 64-66) diskurz konkrétněji definuje jako množinu metafor, významů, obrazů, reprezentací, stanovisek, příběhů, které spolu dohromady nabízejí specifickou verzi událostí. Autorka popisuje, že význam toho, co říkáme záleží na diskurzivní kontextu (obecném konceptuálním rámci) v němž jsou slova zakotvena. O diskurzu pak můžeme uvažovat jako o referenčním rámci, skrze něhož mohou být naše výroky interpretovány. Autorka představuje dvojí formu vztahu mezi diskurzem a tím, co lidé vysloví nebo o čem napsali. Jedná se o diskurzy, které se projevují v mluveném nebo psaném projevu anebo naopak výroky jak psané, tak mluvené závisí na svém významu na diskurzivním kontextu, v němž se objevují. Žitková (2020, s. 14) definici potvrzuje a říká, že diskurz nabývá významů na základě kontextu a jeho použití. Obecně je však diskurz souhrn dialogu na dané téma.

4.2. Diskurzivní analýza

Říháček, Čermák, Hytrych a kol. (2013, s. 105) autora podporují a také uvádí, že diskurzivní analýza představuje řadu interdisciplinárních přístupů, které se od sebe odlišují z hlediska teoretického východiska, postupu a analytického konceptu.

Do diskurzivní analýzy je z metodologického hlediska řazena transkripce, analýza kvalitativních dat a systematické postupy sběru. Do studia diskurzu se řadí analýza textů v písemné podobě a analýza mluvené řeči, konkrétně fokusové skupiny, televizní debaty a interview. Diskurzivní analýzu bychom si měli vybrat za předpokladu, že realita je spíše utvářena, než reflektována. Konkrétně, že respondenti pouze nepopisují sebe samého nebo svět kolem sebe, ale že realitu v průběhu výzkumu sami konstruují (Říháček a kol, 2013, s. 105).

Miovský (2006, s. 198) uvádí, že videozáznam je dokonalejší formou fixace kvalitativních dat, jelikož máme mimo zvuku také k dispozici obraz, který rozšiřuje možnosti analýzy. Díky audiovizuálnímu záznamu můžeme spojovat chování neverbální s verbálním projevem a zpětně můžeme reflektovat posturologii těla či mimické projevy.

4.3. Konverzační analýza a rozdíl mezi diskurzivní a konverzační analýzou

Drulák (2008, s. 98) popisuje konverzační analýzu jako nesoustředící se na sociálně vědní otázky ani na rozšířenou souvislost v projevu, nýbrž se zajímá pouze o to, co bylo v rozhovoru řečeno.

Rozdíly mezi diskurzivní a konverzační analýzou můžeme vidět například v rámci metodologie. V konverzačních analýzách se často používají přepisy a nahrávky, které vznikají bez toho, aniž by to výzkumník potřeboval. Dalším rozdílem je fakt, že diskurzivní analýza bývá hojně ovlivněna konverzační analýzou. Naopak tomu však není. V neposlední řadě mezi metodologické rozdíly mezi diskurzivní a konverzační analýzou řadíme tvrzení že, v diskurzivních analýzách se v závěru výzkumu objevuje transparentnost výzkumu pro zkoumání platnosti výzkumu. Naopak v závěru konverzačních analýz jde často o potvrzení určitého chování respondentů (Zatloukal, 2020, s. 29–32).

4.4. Konkrétní příklady

4.4.1. Výzkum Jany Martínkové

Martínková (2020) se ve své práci zaměřila na analýzu momentů diskurzivního posunu v rodinné terapii. Výzkum se zaměřuje celkem na 4 terapeutické rozhovory vedené PhDr. Ludmilou Trapkovou a MUDr. Vladislavem Chválou. Výzkum byl zpracován kvalitativní metodou prostřednictvím metody RFA, která umožňuje analýzu průběhu a detailní sledování terapeutických a poradenských konverzací. Hlavní výzkumné otázky byly dvě: „*Jaké významné momenty diskurzivního posunu v rodinné terapii nastaly?*“ a „*Jak probíhají významné momenty diskurzivního posunu v analyzovaných konverzacích?*“. U každého terapeutického rozhovoru byli představeni účastníci a témata. Následně vše zaznamenala a představila významné momenty diskurzivního posunu. Ve výzkumu autorka identifikovala napříč čtyřmi konzultacemi celkem 59 témat, z nichž v 9 vyhodnotila posun a popsala jejich průběh (Martínková, 2020, s. 37).

4.4.2. Výzkum Anny Koláčkové

Koláčková (2020) se ve stejném roce zaměřuje na 6 nahrávek supervizních konzultací poskytnutých Mgr. Leošem Zatloukalem, Ph. D. et Ph. D., který působí jako supervizor a lektor, specializuje se na krátkou terapii zaměřenou na řešení v organizaci Dalet. Pro vyhodnocení byl použit kvalitativní výzkum, konkrétně Recursive frame analysis (RFA), který sleduje dějovou linii rozhovorů. Cílem výzkumu bylo „*zjistit, jaké diskursivní momenty v supervizi jsou užitečné pro celkový rozvoj konzultace.*“ Výsledky ukazují 7 významných momentů diskurzivního posunu, které jsou užitečné pro celkový rozvoj konzultace. Jedná se o:

- vyjádření, s čím klient přichází do konzultace, zjištění cíle, technika lidských vztahů – zázračná otázka,
- posun od obecné roviny do konkrétní,
- zjištění možných zdrojů: co se již podařilo, co se K naučil, motivace K,
- doptávaní supervizora, podpora, techniky aktivního naslouchaní = pocit přijetí,
- technika škálování,
- reflexe, reflektující tým,
- experiment (Koláčková, 2020, s. 36–92).

4.4.3. Výzkum Lujzy Márie Kučerové

Kučerová (2022) se zaměřuje na významné momenty diskurzivního posunu u pěti konzultací za použití metody Recursive frame analysis. Metoda dovoluje autorce podrobně sledovat interakci mezi subjekty v rámci poradenských a terapeutických konverzací. Kučerová (2022, s. 32) si stanovila výzkumnou otázku, která zní: *„Jaké momenty diskurzivního posunu je možné v rozhovoru porovnat?“*. Druhá výzkumná otázka autorčiny práce je následující: *„Nastává rozdíl v aktérství klienta mezi aktem 1 a 3?“*. Ve svém výzkumu si autorka všímá ve aktu III vysoké míry aktérství klientů v porovnáním s momenty v aktu I. Autorka tvrzení odůvodňuje vnímáním vlastní role, možnosti a mírou kontroly a pozitivním vlivem terapeutické spolupráce, který se projevil na klientech. K tomu, abychom toto tvrzení mohli považovat za pravdivé je ale zapotřebí rozsáhlejšího výzkumu (Kučerová, 2022, s. 85-86).

5. Cíl výzkumu, výzkumná otázka

Cílem výzkumu je analyzovat a prozkoumat momenty diskurzivního posunu v poradenské konzultaci metodou RFA.

Hlavní výzkumná otázka zní: *Jaké významné momenty diskurzivního posunu nastaly v poradenství a konzultaci?*

6. Popis výzkumné strategie

V rámci šesté kapitoly představím popis výzkumné strategie, konkrétně zmíním kvalitativní výzkum, diskurzivní analýzu a Recursive frame analysis.

Pro svou práci jsem zvolila metodu kvalitativního výzkumu. Kvalitativní výzkum neprovádí výzkumník pouze pro to, aby sesbíral data, nýbrž cílem výzkumu je objevit odpovědi na otázky pomocí užití systematických postupů. Kvalitativní výzkum hledá odpovědi na otázky tím, že zkoumá různá sociální prostředí a jedince, kteří jej obývají (Berg, s. 6).

Kvalitativní výzkumníci podle autora zkoumají obecné nastavení společnosti, přičemž je nejvíce zajímá, jak lidé na něj reagují a jaké jim přisuzují významy skrze symboly, rituály, sociální struktury aj. Kvalitativní postupy jsou prostředkem pro přístup k nekvantifikovatelným skutečnostem o respondentech nebo jejich zástupem (dopisy, fotografie, noviny, deníky, aj.). Ve výsledku tedy kvalitativní výzkum poukazuje, jak respondenti vnímají a rozumí světu a jaký dávají smysl každodennímu životu (Berg, 2001, s. 6-7).

6.1. Recursive frame analysis

Vznik rekurzivní analýzy rámců (RFA) byl částečně inspirován tím, že výzkumníci byli omezeni způsoby, jakými účastníci mluví o tom, co se událo. Po terapeutickém sezení můžeme říct například „Nedávno jsem viděl bipolárního klienta.“ nebo „Teenager s poruchou příjmu potravy, jehož sourozenci jsou na sobě závislí.“. Tyto výpovědi však neposkytují žádné podrobnosti o tom, co se událo v komunikaci terapeuta s klientem během jejich interakce. V rámci RFA se tedy výzkumníci soustředí na diskurz, který udává, co konkrétně bylo během terapeutického sezení provedeno. V této analýze se musíme zříct interpretací a teoretických spekulací a držet se pouze skutečného diskurzu, který byl vyjádřen (Keeny, Keeny, Chenail, 2015, s. 17). Chenail (1995, s. 3) popisuje RFA jako výzkumnou metodu, která výzkumníkům dovoluje analyzovat rozhovory i jiné formy diskurzu a také sledovat sémantické posuny v konverzaci.

RFA s sebou nese také důraz na výzkumníka, který může často chybovat a ztrácet se, protože se pokouší formulovat příliš mnoho detailů. To snadno vede k zavádějícím pojmům, které výzkumníci do výzkumu uvádějí. Tato výzva existuje pro všechny konverzační oblasti, které se týkají změn, ať už se jedná o psychoterapii, výuku ve třídě, mediaci v řízení práce, sociální služby, ošetřovatelství, komunikaci s lékařem a jiné. Naopak různé těsnopisné prostředky k destilaci stručného shrnutí diskurzu byly využity v divadelním a literárním umění. Jako příklad autoři představují producenty filmů, kteří vyžadují, aby jim scenárista podal stručnou synopsi, která vyžaduje efektivní prezentaci celého příběhu. Toho je dosaženo

storyboardem, stručným nástinem hlavních témat, kterými bude film procházet ve své zápletce, od začátku až po střední a koncové akční scény (Keeny a kol., 2015, s. 18).

RFA je tedy metoda, která má účelně sledovat, zda došlo k pohybu v rozhovorech orientovaných na změnu. Jinými slovy, označuje, zda dochází ke změně, a věnujeme pozornost sledování prováděného diskurzu (Keeny a kol., 2015, s. 37).

7. Technika sběru dat

Jako data v této diplomové práci jsou použity videonahrávky terapeutických sezení pod vedením předních světových terapeutů Billa O'Hanlona, Davida Epstona a Miltona H. Ericksona. Videonahrávky zpřístupněné vedoucím práce poskytly veškerá data pro výzkumnou část práce.

V rámci analýzy videonahrávek jsem překládala přepisy rozhovorů z anglického do českého jazyka, vytvářela české přepisy a analyzovala jsem jednotlivé rozhovory. Miovský (2006, s. 98-99) proces popisuje jako analýzu dokumentů, do které v širším pojetí řadí jakýkoliv materiál, který výzkumník použije k dosažení cílů studie. Jedná se o text, videonahrávku, přepis rozhovoru, malbu aj. V užším pojetí pak autor mluví o analýze materiálu, který již byl vytvořen. Výzkumník tak pracuje již s dokumenty, které existují a se zdroji, které by byly zapomenuty a sám již žádné materiály nesbírá.

Janák (2017, s. 97) představuje kvalitativní analýzu zvukových a obrazových záznamů jako analýzu spontánních interakcí s cílem „*porozumět způsobům, jakými je interakce organizována*". Autor uvádí jako příklad záznam z interakce mezi zdravotníky a dětmi s autismem. Přičemž dodává, že jedním ze zkoumaných jevů je posturologie, proxemika nebo gestikulace nebo také neúspěšné a úspěšné komunikační vzorce.

8. Popis výzkumného souboru

V rámci diplomové práce jsem pracovala s poskytnutými videonahrávkami terapeutických rozhovorů.

Nahrávka č. 1 představuje terapeutický rozhovor pod vedením Billa O'Hanlona. Klientkou je žena Monde, 50 let, bez práce, která již zkusila vyřešit své problémy hypnózou jinde, avšak neúspěšně. Na terapii přišla s „bídným" pocitem.

Nahrávka č. 2 představuje terapeutický rozhovor (narativní terapie) pod vedením Davida Epstona. Klientem je zde mladý chlapec Alexandr, který je aktuálně hospitalizován na Dětské poradenské klinice v Borus. V nahrávce se také objevuje Dr. Djerf, který při rozhovoru představuje překladatele pro D. Epstona.

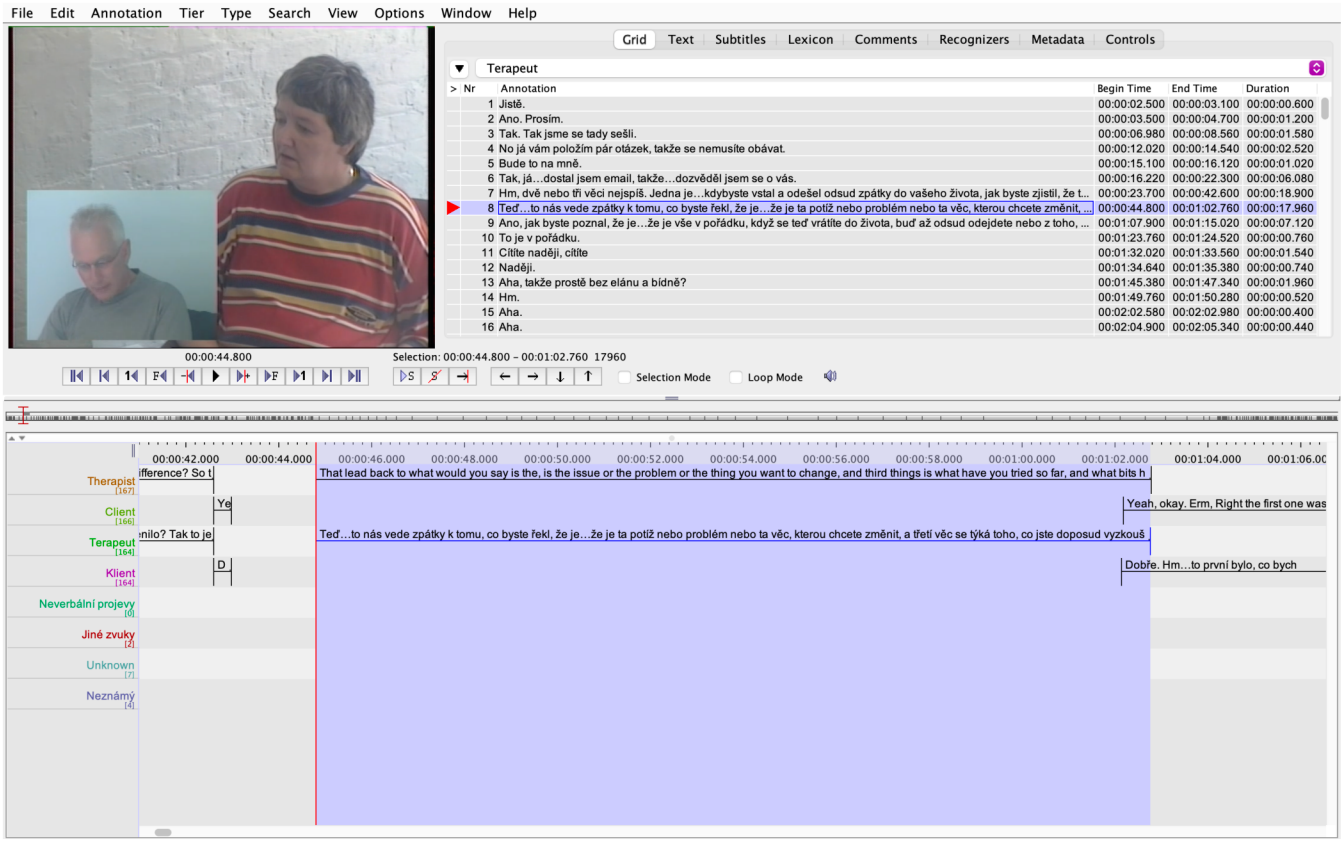
Nahrávka č. 3 představuje terapeutický rozhovor pod vedením Miltona H. Ericksona, kde máme možnost vidět kombinaci hypnotických a psychoterapeutických technik. Klienty jsou zde Monde: žena, 32 let, vdaná, se 3 dětmi. Monde má obavy v oblasti sebejistoty, a právě proto vyhledala pomoc Miltona H. Ericksona. Druhým klientem je Nick, 20 let, student vysoké školy, který se dobrovolně přihlásil na účast na sezení. Nick nedostal žádné informace o tom, co má od sezení očekávat.

Jména nejsou anonymizována, protože respondenti dali souhlas k jejich zveřejnění. Audionahrávky jsou dostupné široké veřejnosti.

9. Popis metody fixace a zpracování dat

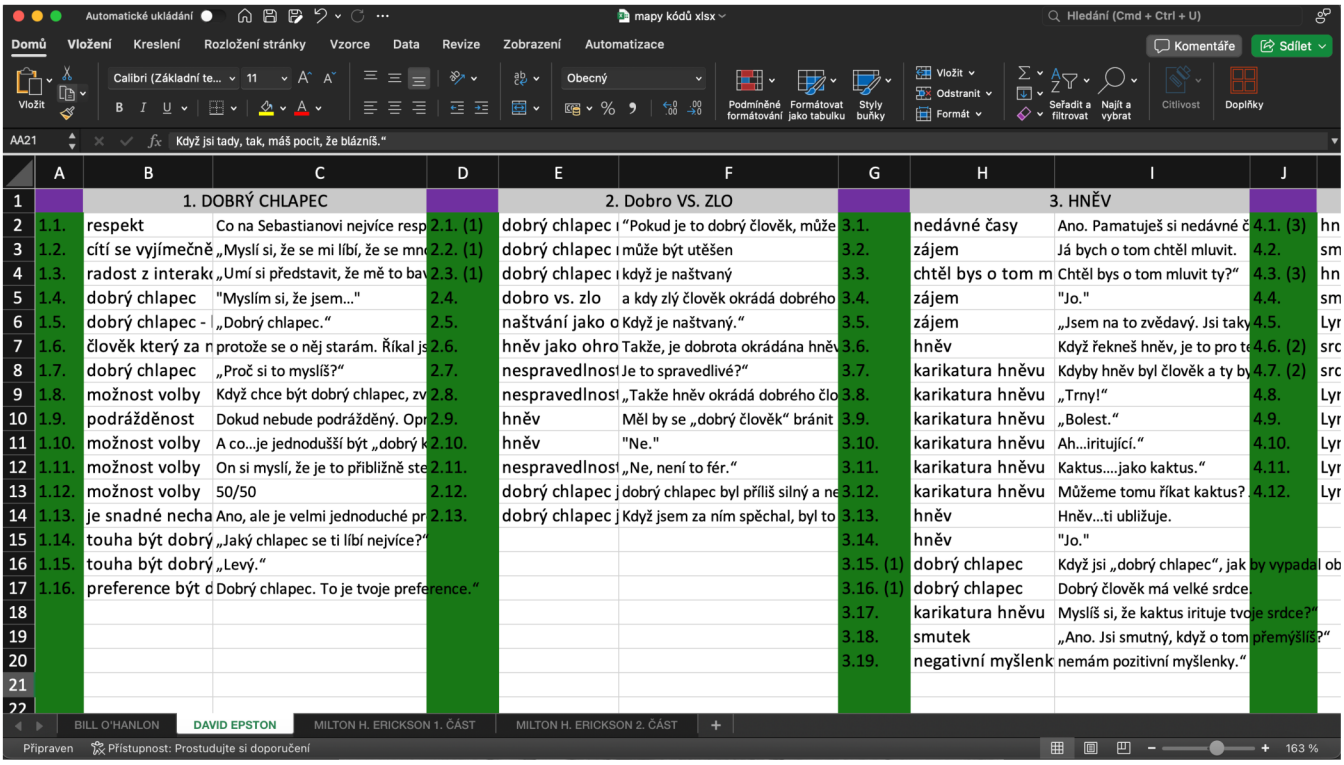
V přepisech, které Miovský (2006, s. 205) definuje jako proces, kdy netextový záznam mění na textový, jsem používala univerzální označení K jako klient a T jako terapeut. Pokud bylo v terapeutickém rozhovoru více klientů, odlišila jsem jednotlivé účastníky pomocí čísel = K1, K2, K3 atd. V jedné z nahrávek figuroval také překladatel, kterého jsem označila P (překladatel). Přepisy obsahují doslovné zaznamenání všech interakcí. Jedinou výjimku představuje nahrávka pod vedením D. Epstona, ve které klient spolu s překladatelem mluví chvílemi švédsky. Tato konverzace není v přepisu uvedena.

S přeloženými rozhovory jsem pracovala v programu ELAN, kde jsem chronologicky zaznačila celé doslovné přepisy jednotlivých nahrávek jak v anglickém, tak v českém jazyce. Pomocí programu jsem následně vyhledávala data, která jsem do programu zadala a získala jsem tak přehledný seznam jednotlivých vstupů. Ukázku práce s programem ELAN můžeme vidět na Obrázku 1: Ukázka práce v programu ELAN.



Obrázek 1: Ukázka práce v programu ELAN

V rámci práce s daty jsem jednotlivé vstupy rozřadila do rámců. Pro přehlednost jsem vytvořila tzv. mapu kódů, která představuje mapu jednotlivých rámců, která mi poskytla komplexní přehled všech dat. Ukázku můžeme vidět na Obrázku 2: Ukázka práce v Microsoft Excel.



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1		1. DOBRÝ CHLAPEC			2. Dobro VS. ZLO			3. HNĚV		
2	1.1.	respekt	Co na Sebastianovi nejvíce resp	2.1. (1)	dobrý chlapec	"Pokud je to dobrý člověk, může	3.1.	nedávné časy	Ano. Pamatuješ si nedávné č	4.1. (3)
3	1.2.	cítí se vyjímečně	„Myslí si, že se mi líbí, že se mn	2.2. (1)	dobrý chlapec	může být utěšen	3.2.	zájem	Já bych o tom chtěl mluvit.	4.2.
4	1.3.	radost z interak	„Umí si představit, že mě to ba	2.3. (1)	dobrý chlapec	když je naštvaný	3.3.	chtěl bys o tom m	Chtěl bys o tom mluvit ty?"	4.3. (3)
5	1.4.	dobrý chlapec	"Myslím si, že jsem..."	2.4.	dobro vs. zlo	a kdy zlý člověk okrádá dobrého	3.4.	zájem	"Jo."	4.4.
6	1.5.	dobrý chlapec -	„Dobrý chlapec."	2.5.	naštvání jako o	Když je naštvaný."	3.5.	zájem	„Jsem na to zvědavý. Jsi taky	4.5.
7	1.6.	člověk který za n	protože se o něj starám. Říkal js	2.6.	hněv jako ohro	Takže, je dobrota okrádána hněv	3.6.	hněv	Když řekneš hněv, je to pro te	4.6. (2)
8	1.7.	dobrý chlapec	„Proč si to myslíš?"	2.7.	nespravedlnost	Je to spravedlivé?"	3.7.	karikatura hněvu	Kdyby hněv byl člověk a ty by	4.7. (2)
9	1.8.	možnost volby	Když chce být dobrý chlapec, zv	2.8.	nespravedlnost	„Takže hněv okrádá dobrého člo	3.8.	karikatura hněvu	„Trny!"	4.8.
10	1.9.	podrážděnost	Dokud nebude podrážděný. Opr	2.9.	hněv	Měl by se „dobrý člověk" bránit	3.9.	karikatura hněvu	„Bolest."	4.9.
11	1.10.	možnost volby	A co...je jednodušší být „dobrý k	2.10.	hněv	"Ne."	3.10.	karikatura hněvu	Ah...iritující."	4.10.
12	1.11.	možnost volby	On si myslí, že je to přibližně ste	2.11.	nespravedlnost	„Ne, není to fér."	3.11.	karikatura hněvu	Kaktus....jako kaktus."	4.11.
13	1.12.	možnost volby	50/50	2.12.	dobrý chlapec	dobrý chlapec byl příliš silný a ne	3.12.	karikatura hněvu	Můžeme tomu říkat kaktus?	4.12.
14	1.13.	je snadné necha	Ano, ale je velmi jednoduché pr	2.13.	dobrý chlapec	Když jsem za ním spěchal, byl to	3.13.	hněv	Hněv...ti ubližuje.	
15	1.14.	touha být dobrý	„Jaký chlapec se ti líbí nejvíce?"				3.14.	hněv	"Jo."	
16	1.15.	touha být dobrý	„Levý."				3.15. (1)	dobrý chlapec	Když jsi „dobrý chlapec", jak by vypadal ob	
17	1.16.	preference být d	Dobrý chlapec. To je tvoje prefe	rence."			3.16. (1)	dobrý chlapec	Dobrý člověk má velké srdce.	
18							3.17.	karikatura hněvu	Myslíš si, že kaktus irituje tvoje srdce?"	
19							3.18.	smutek	„Ano. Jsi smutný, když o tom	přemýšlíš?"
20							3.19.	negativní myšlenk	nemám pozitivní myšlenky."	
21										
22										

Obrázek 2: Ukázka práce v Microsoft Excel

Pro účel grafického a zároveň přehledného záznamu rozhovoru jsem vytvořila tabulku, která má 3 sloupce, přičemž každý z nich představuje jeden akt. Z tabulky můžeme tedy velmi přehledně vidět, v jakém aktu se konverzace pohybuje. Jednotlivé vstupy jsem rozdělila do tříaktové struktury. V kapitole analýza dat pak uvádím jednotlivé úryvky z této tabulky. Ukázku můžeme vidět na Obrázku 3: Ukázka práce s tříaktovou strukturou.

čas	vstup	Akt I	Akt II	Akt III
		1. PŘIVÍTÁNÍ		
00:01	1	„Můžu se napít?“		
	2	„Jistě.“		
	3	„Ano.“		
	4	„Ano. Prosím.“		
	5	„Tak. Tak jsme se tady sešli.“		
	6	„Já nevím, nevím, o čem mám mluvit nebo co vám mám říkat.“		
	7	„No já vám položím pár otázek,“		
	8	„Dobře.“		
	9		„takže se nemusíte obávat.“	
	10	„Dobře.“		
	11	„Bude to na mně.“		
	12	„Ano.“		
	13	„Tak, já…dostal jsem email, takže…dozvěděl jsem se o vás.“		
	14	„Ano.“		
		2. OČEKÁVÁNÍ		
	15	„Hm, dvě nebo tři věci nejspíše. Jedna je…kdybyste vstala a odešla odsud zpátky		

Obrázek 3: Ukázka práce s tříaktovou strukturou

O RFA můžeme hovořit jako o třítaktové hře. V její nejjednodušší podobě představuje dějovou linii (či scénář sezení), který napovídá, zda je konverzace v počátečním, středovém bodě nebo v konečné fázi. Jako příklad může sloužit situace, kdy si klient začne stěžovat na problém. Terapeut může dějovou linii posunout směrem k prostřednímu bodu tím, že navrhne řešení. Abychom se však v rámci terapie dostali z počátečního ke končenému bodu, vyžaduje terapie také balancování na prostředním bodu, který se nachází mezi představením problému a jeho úspěšným vyřešením. Toto však je pouze jedna z možností, jak může terapeutické sezení probíhat (Keeny, Keeny, Chenail, 2012, s.1).

Důležité je, zda se relace posouvá někam jinam – doufejme, že vynalézavějším směrem – nebo zda zůstává zaseknutá v aktuální situaci nebo hůř, jde zpět do spirálovité eskalace zhoršování problému. Terapeuti se snadno ztratí v konverzaci a obvykle nezhodnotí, zda terapeutické setkání recykluje stejný diskurz, porozumění a jednání klienta nebo zda odpovídá terapeutické změně (Keeny a kol., 2012, s. 1).

RFA si klade za cíl zmapovat témata, která se skutečně odehrávají v místnosti. Autor toto mapování představuje na příkladu. Klientka terapeutovi oznámí, že nemůže žít v domě, kde jsou švábi. Tvrdí, že v noci nemůže spát, protože se jí zdá, že se švábi plazí po domě. Z jejího popisu a reakcí lze vidět, že žije ve vězení vlastního strachu. Tento úryvek nám stačí jako příklad **aktu I**, který můžeme pojmenovat tzv. švábí vězení (Keeny a kol., 2012, s. 4-5).

Terapeut se klientky v zápětí zeptal, zda by dala přednost tomu, aby se naučila, jak mít lepší život ve vězení, nebo zda by chtěla otevřít zamčené dveře a bydlet jinde. Odpověděla, že švábů se nelze zbavit v žádném městě. Terapeut souhlasil a nabídl klientce pomoc k tomu, aby se ve vězení méně bála. V tomto momentě postoupila konverzace do metafor a klientka najednou začala vítat nové možnosti. Např. *"Mohla byste vyrobit papírové panenky švábů a nasadit nějaké na hlavu korunu, nazvat ji královou švábů. Když jste mu dala jméno, mohlo by vám to umožnit přátelství s nějakým švábem*.". Zde terapeut buduje **akt II,** kde je otázkou volby mezi konáním něčeho, co zlepší život ve vězení, oproti hledání tajného východu (Keeny a kol., 2012, s. 4-5).

Terapeut však dále hledá východ. V našem případě instruoval klientku k tomu, aby zavřela oči a představila si, že je uvnitř obrovského domu, který sahá až do nebe. Šváb je teď velmi malé stvoření, až zanedbatelné. V této fázi terapeut vytvořil situaci, kdy se životní prostor klientky zvětšoval na úkor švábů. Klientka reagovala slovy „*Pak budu muset sundat střechu z mého domu, abych viděla na oblohu*." Terapeut na tyto slova pobídl klientku, aby si vzala žebřík a namalovala na strop ložnice mrak, což byl první krok k získání klidu. Po další konverzaci se ukázalo, že pomyslný žebřík pro klientku představuje možnost snít a znovu nalézt smysl svého životního poslání. Švábi pak představují nedostatek sebedůvěry. V rámci **aktu III** tedy klientka přijímá možné řešení problému. Terapeut pobídl klientku k nakreslení mraků ve své ložnici. Žena, která dorazila terorizovaná švábi, byla nyní nabitá energií, aby si vyčistila štětec a namalovala nové téma a směr jejího života, který mířil spíše do mraků snění, než být rozptylován škůdci na zemi (Keeny a kol., 2012, s. 4-5).

Obrázek 4: Obrazné znázornění terapeutického sezení (Keeny a kol., 2012, s. 4-5).

Na obrázku č. 4 můžeme vidět, že se sezení postupně přesouvalo od jednoho tématu k druhému. Postupovalo od začátku, který byl ochuzený o kontext jejího života, až po konec, který jí umožnil dosáhnout snů znovu. Střed poskytoval opěrný bod, který byl spojen se začátkem a konec. To samo o sobě nebylo schopno posunout její pohyb dopředu. Střed se mohl posunout na obě strany, ale dokud byla vytvořena střední cesta, návrat k jejímu středu vždy poskytoval příležitost posunout věci kupředu (Keeny a kol., 2012, s. 4-5).

Keeny a kol. (2015, s. 21) popisují 3 akty takto: Akt I: Problémy a nedostatky, akt II: Inspirace a příprava pro změnu, akt III: Rozvíjení změn, rámce zdrojů (Keeny a kol., 2015).

10. Etický rozměr výzkumu

O etické dimenzi píše Miovský (2006, s. 279), který říká, že kvalitu etického rozměru výzkumu podporuje právě důvěryhodnost výzkumníka. Důvěryhodnosti může výzkumník dosáhnout motivací respondentů k účasti na výzkumu a dosáhnout tak toho, že jedinci odpovídají pravdivě a přesně. Při výzkumu této diplomové práce jsem neměla možnost se s respondenty osobně setkat. V rámci důvěryhodnosti jsem jako výzkumník neměla tu možnost s respondenty takto pracovat, nicméně z faktu, že audionahrávky jsou běžné dostupné na internetu a také z audionahrávek samotných vyplývá, že všichni účastníci byli dobrovolnými účastníky a měli zájem na tom, aby poskytnuté informace byly pravdivé. Respondenti nebyli z mé strany kontaktováni v souvislosti s podpisem souhlasu se zpracováním osobních údajů, jelikož videonahrávky byly pořízeny s jejich souhlasem a se souhlasem účelu pořízení videonahrávek. Data tudíž nebylo nutné anonymizovat.

11. Analýza dat

V této kapitole představím analýzu čtyř výzkumných podkladů ze tří konzultací, z nich jeden je rozdělen na dvě části. Představím tak významné momenty diskurzivního posunu v konkrétních poradenských konzultacích.

Na začátku každé analýzy jsou vždy krátce představeni účastníci, kteří ve videonahrávce působí. U dvou poradenských konzultací se jedná o první kontakt terapeuta a klienta, u analýzy č. 3 jsou přítomni klientka s terapeutem, kteří mají za sebou již 3 sezení a student, který nemá žádnou přechozí zkušenost s poradenskou konzultací.

V jednotlivých analýzách představuji rámce, které jsem v rozhovoru zaznamenala a interpretuji tabulku, která obsahuje výzkumná data. Pro interpretaci dat jsem použila již výše zmíněnou metodu Recursive frame analysis. Ve vybraných rámcích popisuji významné momenty, které představují posun diskurzu tam či zpět v rámci daných aktů. V textu jsou zaznačeny tučně.

11.1. Analýza č. 1

V rámci nahrávky terapeuta Billa O'Hanlona a klienty Mo jsem zaznamenala celkem 13 rámců, které jsou v tabulce zaznačena číselným označením a velkými písmeny. Jedná se o následující:

1. Přivítání
2. Očekávání
3. Zakázka
4. Šance na změnu
5. O hypnóze
6. Výzkum mozku
7. Odhodlání pro změnu
8. Navození hypnózy
9. Důvěra
10. Ukončení hypnózy
11. Dojmy
12. Billova cesta
13. Ukončení

Jednotlivé vstupy jsou očíslovány čísly 1-407. Jsou uvedeny v závorce za jednotlivými částmi úryvků. Číslo před každým úryvkem textu označuje rámce, které jednotlivé výňatky obsahují. První číslo označuje číslo rámce a druhé číslo označuje číslo kódového označení. Text je chronologicky zaznamenán a rozřazen do tabulky, jejíž sloupce jsou pojmenovány:

- Akt I: Problémy a nedostatky
- Akt II: Inspirace a příprava pro změnu
- Akt III: Rozvíjení změn, rámce zdrojů

V případě, že se objeví kódové označení, které spadá do jiného rámce, zaznačila jsem tento fakt do závorky před každým úryvkem textu. Jako první představím tabulku 1, která znázorňuje posun diskurzu v celé analýze.

Název rámce	***Číslo vstupu***	***Akt I***	***Akt II***	***Akt III***
Přivítání	1–14	x		
Očekávání	15–21	x		
Očekávání	22–26		x	
Očekávání	27–29	x		
Zakázka	30–33	x		
Zakázka	34			x
Zakázka	35-39	x		
Zakázka	40			x
Zakázka	41-47		x	
Zakázka	48-50			x
Zakázka	51-59	x		
Zakázka	60-61		x	
Zakázka	62-68			x
Zakázka	69-72		x	
Zakázka	73-79	x		
Zakázka	80-81		x	

Zakázka	82-85	x		
Šance na změnu	86-99		x	
O hypnóze	100-115	x		
O hypnóze	116-118			x
O hypnóze	119-150	x		
O hypnóze	151-163		x	
Výzkum mozku	164–171	x		
Šance na změnu	172-173			x
Šance na změnu	174-177	x		
O hypnóze	178-182		x	
Zakázka	183-187	x		
Zakázka	188-195		x	
Odhodlání pro změnu	198-199			x
Odhodlání pro změnu	200-203	x		
Navození hypnózy	204-240	x		
Důvěra	241		x	
Důvěra	242-247	x		
Důvěra	248		x	
Důvěra	249	x		
Důvěra	250		x	
Důvěra	251	x		

Důvěra	252-253		x	
Důvěra	254	x		
Důvěra	255		x	
Důvěra	256-260	x		
Důvěra	261		x	
Důvěra	262-264	x		
Důvěra	265-267		x	
Důvěra	268	x		
Důvěra	269-279		x	
Důvěra	280	x		
Důvěra	281-283		x	
Důvěra	284-286	x		
Důvěra	287		x	
Ukončení transu	288-291	x		
Dojmy	292-293	x		
Dojmy	294-295		x	
Dojmy	296-307	x		
Dojmy	308		x	
Dojmy	309-312			x
Dojmy	313		x	
Dojmy	314	x		

Dojmy	315-340			x
Billova cesta	341-359	x		
Billova cesta	360-367			x
Ukončení	368-377	x		
Ukončení	378		x	
Ukončení	379-395			x
Ukončení	396-407	x		

Tabulka 1: Posun diskurzu v analýze č. 1

11.1.1. Významné momenty diskurzivního posunu

Akt I	Akt II	Akt III
3. ZAKÁZKA 3.1. „Dny trvají sto let a noci jsou ještě delší. Protože…nic nedělám, tak nemám proč si sednout a přemýšlet, jenom o dalším dnu, který začne ve stejném křesle.“ (30)	3.12. „Říkám si, že bych možná v budoucnu mohla pracovat.“ (46)	3.4. „Ale tento týden jsem začala chodit do počítačového kurzu.“ (34) 3.9. „Ten kurz dělám jen pár dnů, ale dalo mi to trochu…trochu sebedůvěry.“ (40)

	3.13. „Ráda bych, protože je mi padesát, mám ještě 10, 15 let práce před sebou.“ (47) 3.14. „Hm…ano, ráda bych si myslela, že mám před sebou nějakou práci.“ (60)	3.15. „Vlastně bych ráda psala…ráda bych…napsala jsem hru, Bille.“ (62)
3.23. „A to je, co zafungovalo a co naopak nefungovalo? Když jste seděla a přemýšlela o životě nebo jste byla vzhůru celou noc, což není legrace.“ (74)	3.21. „Takže…chcete mít pocit, že…můj život je užitečný, něco dělám, něčím přispívám, vyprávím příběhy, které je potřeba říct, a nějak se vyjadřuji. (69) 3.22. „Takže díky tomu jste začala v poslední době cítit naději.“ (71) 3.28. „Chcete se vydat spíše tímto směrem než…a méně zůstávat v tom…být vzhůru celou noc, posedávat…celý den jen tak posedávat.“ (80) 3.29. „Ano.“ (81)	

Tabulka 2: Zakázka – významný moment diskurzivního posunu

V tabulce 2, která označuje rámec Zakázka se Bill O'Hanlon a klientka Mo dostávají z aktu I do aktu III. Na začátku Mo popisuje, že celé noci nespí, ale v zápětí zmiňuje svůj úspěch – začala chodit do počítačového kurzu, který představuje **rozhodnutí pro změnu**. Dále Mo navazuje svou touhou pracovat, která vzniká z potřeby *„být užitečná“*. Velkou část dialogu se pohybujeme v aktu II, kdy vidíme,

že klientka zvažuje ve svém životě změnu. Uvádí, že „*má ještě 10, 15 let před sebou*“ a že by si „*ráda myslela, že má před sebou nějakou práci*“. Do aktu III se dostáváme, když Mo zmiňuje, že již napsala hru. Terapeut pomocí technik **aktivního naslouchání** parafrázuje, že klientka by chtěla být v životě užitečná a chtěla by cítit naději. Terapeut se také pokouší **zjistit možné zdroje** klientky tím, že se jí ptá, co jí v minulosti fungovalo a co naopak ne. Díky **zvědavosti terapeuta** se také dozvídáme, že Mo se chce vydat „*spíše tímto směrem*“, než být celou noc vzhůru a posedávat.

Akt I	Akt II	Akt III
5. O HYPNÓZE 5.2. „Proč hypnóza? Co vás na ní přitahuje?“ (104) 5.3. „No…ale…důvod, proč jsem začala uvažovat o hypnóze, byl, že… jsem byla těžký kuřák. A zoufale jsem chtěla s kouřením skončit.“ (105) 5.4. „…ale nikdy to nefungovalo.“ (107) 5.8. „Já…nějak jsem tomu přestala věřit.“ (113) 5.16. „Hm…protože nic jiného mi taky nezabralo.“ (119) 5.18. „…mám k hypnóze jiný přístup.“ (130) 5.23. „…to co zkusíme spolu bude velmi jemné.“ (140)	5.10. „A pořád vás to láká, i když jste to už zkoušela?“ (116) 5.11. „Ano láká, opravdu mě to láká.“ (117) 5.12. „Proč vás to přitahuje nebo je to zajímavé?“ (118)	

5.30. „Tento způsob je mnohem jemnější, trochu jako „švédský stůl“, je to možnost, můžete si vybrat, co chcete a nechat to, co nechcete, takže.“ (150)	5.31. „Zní to zajímavě.“ (152) 5.32. „Myslím, že tohle je jiný přístup. A…nic nefunguje pro všechny, ale tohle by mohlo…“ (161)	

Tabulka 3: O hypnóze: významný moment diskurzivního posunu

V rámci rozhovoru o hypnóze se na začátku rámce pohybují terapeut a klientka v aktu I, jak můžeme vidět v tabulce 3. Bill O'Hanlon se pomocí **doptávání** pokouší zjistit, jaká je motivace klientky Mo k tomu, aby vyzkoušela hypnózu. Mo sdílí, že se v minulosti snažila přestat kouřit a hypnóza byla cesta, kterou si pro podporu s tímto předsevzetím zvolila. Mo také sdílí, že jí hypnóza v minulosti nepomohla. Do aktu II se dostáváme, když se Bill O'Hanlon ptá klientky, zda jí hypnóza stále láká a Mo potvrzuje. Tento moment vnímám jako **záchytný bod, který posunuje rozhovor.** Krátce poté se však vracíme zpět do aktu I, kde terapeut popisuje jeho jedinečný přístup k hypnóze. Na konci se podíváme opět do aktu II, a to díky Mo, která vyjadřuje, že jí Bill O'Hanlon svými slovy zaujal a také sám terapeut klientku **podporuje** slovy, že důvěřuje, že by to tentokrát mohlo fungovat.

Akt I	Akt II	Akt III
11. DOJMY 11.5. „Bylo to jako bych tvrdě spala, ale zároveň jsem byla vzhůru.“ (297) 10.10 „Takže moje zkušenost je, že je to jako sen.“ (304) 10.12. „…si to pamatuje v průběhu, ale některé části	11.3. „Zdá se, že jste podnikla celkem velkou cestu.“ (294)	

prostě odplují, ale nic, co by pro vás bylo opravdu důležité.“ (306)	11.13. „Něco zvláštního, co pro vás bylo důležité?“ (308) 11.15. „Možná se to podaří. No páni.“ (313)	11.14. „No…ne, je toho tolik. Cítím naději.“ (311) 11.17. „Bylo to úžasné.“ (326) 11.24. „Uf, páni, cítím se dobře.“ (328) 11.27. „Mám pocit, jako bychom tu cestu podnikli spolu.“ (333) 11.28. „No to jsme udělali.“ (334)

Tabulka 4: Dojmy – významný moment diskurzivního posunu

V rámci jedenáctého rámce – dojmy, se pohybujeme v aktu I, II a III. Mo popisuje své zážitky, jako například, že necítila ruce nebo že se cítila, jako kdyby spala, ale zároveň byla vzhůru. Mo říká, že zkušenost „*je jako sen*“. Bill O'Hanlon ji **podporuje** a říká, že některé části „*prostě odplují, ale není to důležité“*. Od tohoto bodu se pohybujeme z velké části v aktu III. Terapeut dále **využívá návodné otázky**, kdy se ptá, co bylo pro Mo důležité. Klientka zmiňuje dobrý pocit z odvedené práce a říká, že „*cítí naději*“. Do aktu II se posouváme pouze při výpovědi, kdy Mo zmiňuje, že „*doufá, že se to podaří*“. Ve zbytku úryvku sdílí, že to bylo úžasné, dobře se cítí a terapeut říká, že má pocit, jako by tu cestu podnikli spolu. Mo potvrzuje slovy: „*no to jsme dělali*“. Všechny zmíněné posuny diskurzu jsou zaznamenány v tabulce 4.

11.1.2. Shrnutí

Jako podklad pro tuto analýzu jsem použila videonahrávku, kterou jsem analyzovala metodou RFA. V rámci konzultace jsem zaznamenala 13 rámců z nichž 3 jsem si vybrala k podrobnější analýze. V rámci Zakázka můžeme vidět několik posunů mezi všemi třemi akty. Klientka v průběhu rámce mluví o své zakázce, přichází s tím, že „*…nic nedělám, tak nemám proč si sednout a přemýšlet, jenom o dalším dnu, který začne ve stejném křesle*.“ Zmiňuje také, že začala chodit do počítačového kurzu, což je něco,

co jí dodalo v této oblasti sebedůvěry. Klientka hovoří o svém přání, které zní „*ráda bych si myslela, že mám před sebou nějakou práci*“. S terapeutem také hovoří o naději a o pocitu užitečnosti. Dále jsem vybrala téma O hypnóze, které vysvětluje, proč se klientka rozhodla využít hypnózu. Popisuje, že je těžký kuřák a v minulosti se této závislosti snažila zbavit právě prostřednictvím hypnózy, nicméně popisuje, že „*to nikdy nefungovalo*“. Navzdory tomu uvádí, že ji hypnóza „*láká, opravdu mě to láká*“, protože jí nic jiného nezabralo. Terapeut krátce popisuje jeho přístup k hypnóze jako „*jemný*“ a klientka potvrzuje svůj zájem. Téma se pohybuje střídavě mezi aktem I a II. Jako poslední téma jsem si vybrala téma Dojmy, kde klientka popisuje své pocity z celého sezení (a z hypnózy). Klientka mluví o své zkušenosti jako o „*snu*“, o „*cestě, kterou podnikli spolu*“, říká že „*to bylo úžasné*“ a že cítí „*naději*“. Terapeut klientku ujišťuje, že na cestě byli spolu a že si možná nebude pamatovat vše a „*některé části prostě odplují, ale nic, co by pro vás bylo opravdu důležité*“. Téma se pohybuje v aktech I, II. a III.

Významné momenty diskurzivního posunu, které jsem zaznamenala v této konzultaci jsou:

- podpora a povzbuzení klienta,
- záchytné body, které posunují rozhovor,
- aktivní naslouchání,
- doptávání,
- zjištění možných zdrojů,
- rozhodnutí pro změnu,
- využití návodných otázek terapeutem v průběhu sezení.

11.2. Analýza č. 2

V rámci nahrávky terapeuta Davida Epstona a klienta Sebastiana jsem zaznamenala celkem 10 rámců, které jsou v tabulce zaznačena číselným označením a velkými písmeny. Jedná se o následující:

1. Dobrý chlapec
2. Dobro vs. zlo
3. Hněv
4. Lynnea
5. Boj za velké srdce
6. Sebastianova odolnost
7. Fotbalová hra
8. Thomas Brolin
9. Dopis
10. Ukončení sezení

V ukázce se objevuje také doktor Djerf, který je terapeut Sebastiana. V nahrávce ale zastává pozici překladatele. Jednotlivé vstupy jsou očíslovány čísly 1-232. Jsou uvedeny v závorce za jednotlivými částmi úryvků. Číslo před každým úryvkem textu označuje rámce, které jednotlivé výňatky obsahují. První číslo označuje číslo rámce a druhé číslo označuje číslo kódového označení. Text je chronologicky zaznamenán a rozřazen do tabulky, jejíž sloupce jsou pojmenovány:

- Akt I: Problémy a nedostatky
- Akt II: Inspirace a příprava pro změnu
- Akt III: Rozvíjení změn, rámce zdrojů

V případě, že se objeví kódové označení, které spadá do jiného rámce, zaznačila jsem tento fakt do závorky před každým úryvkem textu. Jako první představím tabulku 5, která znázorňuje posun diskurzu v celé analýze.

Název rámce	***Číslo vstupu***	***Akt I***	***Akt II***	***Akt III***
Dobrý chlapec	1-12	x		
Dobrý chlapec	13-25			x
Dobrý chlapec	26-31	x		
Dobrý chlapec	32-38		x	
Dobro vs. zlo	39		x	
Dobro vs. zlo	40-47	x		
Dobro vs. zlo	48		x	
Dobro vs. zlo	49-50	x		
Dobro vs. zlo	51-55		x	
Hněv	56-66		x	
Hněv	67-68	x		
Hněv	69		x	
Hněv	70-71	x		

Hněv	72-76		x	
Lynnea	77-86	x		
Lynnea	87-89		x	
Boj za velké srdce	90-102	x		
Boj za velké srdce	103-105		x	
Boj za velké srdce	106	x		
Boj za velké srdce	107-115		x	
Sebastianova odolnost	116-119	x		
Sebastianova odolnost	120-123		x	
Sebastianova odolnost	125	x		
Fotbalová hra	126-130		x	
Fotbalová hra	131-143			x
Fotbalová hra	144-152	x		
Thomas Brolin	153-154	x		
Thomas Brolin	155-171		x	
Dopis	172-183	x		
Dopis	184-191			x
Dopis	192-196	x		
Dopis	197-201		x	
Dopis	202-209			x
Dopis	210-222	x		

Ukončení sezení	223-227		x
Ukončení sezení	228-232	x	

Tabulka 5: Posun diskurzu v analýze č. 2

11.2.1. Významné momenty diskurzivního posunu

Akt I	Akt II	Akt III
4. LYNNEA 4.1.(3) „Můžeš nám říct příběh, jak se kaktus snažil dostat do tvého srdce a nedostal?“ (83) 4.4. „…to bylo, když Lynnea, malá holčička, byla mrtvá. Umřela.“ (84) 4.5. „Myslíš si, že by Lynnea byla šťastná, kdyby věděla, že se snažíš nebýt tak trnitý a mít srdce?“ (85)	4.8. „Byla by ráda, kdyby srdce zvítězilo.“ (86) 4.9. „Myslíš si, že Lynnea je ve tvém srdci?“ (87) 4.10. „Jo.“ (88)	

Tabulka 6: Lynnea – významný moment diskurzivního posunu

V prvním úryvku druhé analýzy, který nalezneme v tabulce 6, se dostáváme k rámci Lynnea, mrtvá sestra Sebastiana, na kterou se **doptává** terapeut. Nacházíme se v aktu I. Klient mluví o tom, že cítil hněv, když jeho sestra umřela. David Epston se klienta ptá, jestli si myslí, že by jeho mladší sestra měla radost, kdyby viděla, že „*se snaží nebýt tak trnitý a mít srdce*“. V tomto momentě vidím, že terapeut **zjišťuje možné zdroje** klienta. V tomto momentě se přesouváme do aktu II a můžeme sledovat jeden ze **záchytných bodů**. Sebastian odpovídá, že by Lynnea byla ráda, kdyby „*srdce zvítězilo*“ a že je v jeho srdci. Terapeut s klientem v celém rozhovoru používají **metaforu** kaktusu (vycházející z předešlých částí rozhovoru), kdy Sebastian popsal jeho hněv jako trnitý a vypadající jako kaktus.

Akt I	Akt II	Akt III
7. FOTBALOVÁ HRA	7.1. „Kdybychom o tom dnes nemluvili, věděl by o tom všem, nebo na to přišel až teď?“ (126) 7.2. „Ano, přišli jsme na to až teď.“ (127)	7.6. „V tuto chvíli je na sebe velmi hrdý.“ (131) 7.10.(3) „Myslí si, že bychom měli něco do budoucna naplánovat, protože kaktus je stále okolo?“ (135) 7.12. „Ano, chtěl by něco naplánovat.“ (136) 7.18.(4) „Kdyby všechny jeho sestry, živé i mrtvé, byly uvnitř jeho srdce a tlačily se ven, pomohlo by to jakýmkoliv způsobem zastavit kaktus nebo hněv dráždit ho a stávat se špatným člověkem?“ (142) 7.20.(2) „Ano, myslí si to. Ale nebude to jednoduché.“ (143)
7.22.(3) „Kaktus nebo hněv jsou velmi záludní, mazaní.“ (144) 7.23. „Není to jako fotbalová hra v Miláně nebo vašem klubu. Není to jako švédský fotbalový tým a Miláno.“ (145) 7.26. „Jeho srdce je švédský národní tým? S kaktus je Milán?		

Kdo je kdo?“ (148) 7.35. „Ano, Švédsko je v jeho srdci a Milán je kaktus.“ (152)		

Tabulka 7: Fotbalová hra – významný moment diskurzivního posunu

Tabulka 7 nám nabízí vhled do průběhu rámce Fotbalová hra. Zde si můžeme všimnout vyobrazení rámce č. 2: Dobro vs. zlo s tím rozdílem, že boj je připodobněn k fotbalovému utkání mezi švédským fotbalovým týmem a Milánem. Téma se pohybuje ve vše třech aktech. Výňatek začíná v aktu II, kdy se díky **zvědavosti terapeuta** dozvídáme, že Sebastian přichází na mnoho myšlenek „*až teď*“. Poté se přesunujeme do aktu III, kde klient říká, že je „*na sebe hrdý*“. Také můžeme vidět **rozhodnutí pro změnu** Sebastiana pro to, bojovat s hněvem, i když to „*nebude jednoduché*“. Tento moment vnímám jako jeden ze **záchytných bodů** rozhovoru a zároveň jako **stanovení si cíle**. Sebastian se v aktu III také rozhodl mít plán. Po chvíli se vracíme do aktu I. Klient v tomto momentě vysvětluje, že „*kaktus nebo hněv jsou velmi záludní, mazaní*“ a že v této „*hře*“ jde o hodně. Sebastian se sám přirovnává ke švédskému národnímu týmu. V úryvku také můžeme vidět, že terapeut **zjišťuje možné zdroje** Sebastiana v momentě, kdy se ho ptá, jestli by mu pomohlo, kdyby se jeho sestry „*tlačily ven*“ a zastavily tak kaktus.

Akt I	Akt II	Akt III
9. DOPIS 9.1. „Myslíš si, že bychom mu mohli napsat dopis?“ (172) 9.2. „Jo.“ (173) 9.6. (3) „Chceš mu říct, jaké věci dělá hněv ve tvém životě? (176) 9.8.(3) „Můj hněv ničí moje srdce.“ (178) 9.11.(3) „Od doby, co mi byly asi 3 roky.“ (180) 9.13.(3) „Hněv mě dostal do Dětské poradenské kliniky.“ (183)		9.18. „Chci být dobrý chlapec a vrátit se do mojí školy.“ (186)

		9.21. „Někdy, se cítím, jako bych se měl zbláznit. Mluvil jsem s Dr. Djerfem a Davidem Epstonem a rozhodli jsme se, že když dám svoje tři sestry, a jedna nedávno zemřela, do mého srdce, hraju, jako hraješ ty…fejková přihrávka, obejít hněv nebo předat hněv, než mě dostane.“ (189) 9.25. „Doufám, že než mě hněv dostane, vyhraju, Thomasi.“ (191)
	9.28.(3) „Thomasi, měl jsi problém se hněvem, když jsi byl mladý? A jestli jo, jak jsi s tím bojoval? Co ještě by ses ho chtěl zeptat?“ (199) 9.30. „Chce jeho autogram.“ (200) 9.31. „Co toto: když ti Dr. Djerf jednou měsíčně posle dopis, že se snažím bojovat s hněvem, pošleš mi autogram?“ (201)	9.32.(3) „Myslíš si, že když to uděláš. bude přesvědčen, že můžeš být ve švédském týmu proti hněvu? (202) 9.33. (3) „Ano“ (203) 9.34. „Myslíš si, že bys byl ochotný později koučovat další mladé lidi, co žijí zničeni hněvem?“ (204) 9.35. „Ano.“ (205)

Tabulka 8: Dopis – významný moment diskurzivního posunu

Téma Dopisu, zaznačené v tabulce 8, začíná v aktu I. Na začátku úryvku se Sebastian rozhodl napsat dopis svému vzoru (fotbalovému hráči) T. Brolinovi. Klient v dopise popisuje, že „*od doby, co mu byly asi 3 roky*“, mu hněv „*ničí jeho srdce*“ a dostal jej do „*Dětské poradenské kliniky*“. Po chvíli přecházíme do aktu III, kde Sebastian sdílí, že chce být „*dobrý chlapec*“ a “v*rátit se do školy*“. Popisuje, že se občas cítí „*jako by se měl zbláznit*“ a také sdílí svoje rozhodnutí vyhrát nad hněvem. Tento moment vnímám jako **stanovení si cíle**. Sebastian své přání definuje jako „*obejít hněv nebo přehrát hněv fejkovou přihrávkou*.“ V tomto bodě se dostáváme do aktu II. Klient se v dopise ptá T. Brolina, jak on zvládal svůj boj s hněvem, pokud s ním má zkušenost. Také žádá o jeho autogram. Terapeut v tuto chvíli navrhuje **přeformulování zakázky**, a to požádat o autogram až další měsíc, kdy by Sebastian mohl napsat další dopis o tom, jak bojuje se svým hněvem. V této fázi se dostáváme zpět do aktu III. Sebastian je přesvědčen, že když prokáže vůli bojovat proti hněvu, má své místo ve švédském fotbalovém týmu. Souhlasí také s **experimentem**, kdy by mohl „*koučovat další mladé lidi, co žijí zničeni hněvem*“.

11.2.2. Shrnutí

Jako podklad pro tuto analýzu jsem použila videonahrávku, kterou jsem analyzovala metodou RFA. V rámci konzultace jsem zaznamenala 10 rámců z nichž 3 jsem si vybrala k podrobnější analýze. Jako první jsem vybrala téma Lynnea, které pojednává o zesnulé mladší sestře klienta. Terapeut s klientem používají metaforu kaktusu, která vyplývá z dřívější části konzultace, kdy měl klient za úkol popsat svůj hněv, přičemž jej připodobnil ke kaktusu. V průběhu rámce klient popisuje, že se kaktus dostal do jeho srdce v momentě, „…*když Lynnea, malá holčička, byla mrtvá. Umřela*.“. Ve výňatku se také dozvídáme, že si klient myslí, že by jeho mladší sestra byla ráda, kdyby jeho srdce zvítězilo nad kaktusem (hněvem). Téma se pohybuje v aktech I a II. Ve druhém výňatku s názvem Fotbalová hra se dozvídáme, že se klient při poradenské konzultaci dozvídá nové informace. Terapeut se klienta ptá, zda by chtěl podniknout nějaké kroky, když je „*kaktus stále okolo*“. Klient s tímto nápadem souhlasí a uznává, že „*kaktus nebo hněv jsou velmi záludní, mazaní*“. Celý boj přirovnává k fotbalové hře fotbalového klubu Milán a Švédsko, přičemž on sám se vidí na straně Švédského národního týmu. Téma se pohybuje ve všech aktech. Ve třetím rámci, které nese název Dopis se věnuje dopisu T. Brolinovi, nejlepšímu hráči Švédského národního týmu. Klient se rozhodl poslat mu dopis, kde popisuje, že „*hněv ničí moje srdce*“ a „*hněv mě dostal do Dětské poradenské kliniky*“. Zároveň vyjadřuje přání „*vrátit se do školy a být dobrý chlapec*“, nicméně občas se cítí, „*jako bych se měl zbláznit*“. Klient mluví o tom, že by chtěl hněv obehrát a používá přirovnání k „*fejkové přihrávce*“. Také se ptá T. Brolina, jestli má zkušenosti s hněvem a žádá si jeho autogram. Terapeut se ho také ptá, jestli „*bys byl ochotný později koučovat další mladé lidi, co žijí zničeni hněvem?“* a klient říká, že ano. Téma se pohybuje ve všech aktech.

Významné momenty diskurzivního posunu v této konzultaci byly:

- rozhodnutí pro změnu,
- zvědavost terapeuta,
- doptávání,
- příprava na změnu,
- metafora,
- zjištění možných zdrojů,
- záchytné body, které posunují rozhovor,
- stanovení cíle,
- experiment,
- přeformulování zakázky.

11.3. Analýza č. 3: I. část

Ve třetí analýze bych ráda představila nahrávku terapeuta Miltona H. Ericksona, jeho klientky Monde a klienta Nicka. Primární klientkou v první části je Monde. Je jí 32 let, je vdaná a má tři děti. S doktorem Ericksonem absolvovala během šesti měsíců před touto nahrávkou tři sezení. Při některých z nich byla využita hypnóza. Sezení se zabývala především nedostatkem sebejistoty v roli člověka, matky a manželky. V první části sem zaznamenala celkem 8 rámců, které jsou v tabulce zaznačeny číselným označením a velkými písmeny. Jedná se o následující:

1. Navození transu
2. Ovládání pohybů
3. Dětské vzpomínky
4. Vnímání vlastního těla
5. Ovládání pocitů
6. Práce s nevědomím
7. Využití prožitých zkušeností
8. Probuzení z hypnózy

Jednotlivé vstupy jsou očíslovány čísly 1-219. Jsou uvedeny v závorce za jednotlivými částmi úryvků. Číslo před každým úryvkem textu označuje rámce, které jednotlivé výňatky obsahují. První číslo označuje číslo rámce a druhé číslo označuje číslo kódového označení. Text je chronologicky zaznamenán a rozřazen do tabulky, jejíž sloupce jsou pojmenovány:

- Akt I: Problémy a nedostatky
- Akt II: Inspirace a příprava pro změnu

- Akt III: Rozvíjení změn, rámce zdrojů

V případě, že se objeví kódové označení, které spadá do jiného rámce, zaznačila jsem tento fakt do závorky před každým úryvkem textu. Jako první představím tabulku 9, která znázorňuje posun diskurzu v celé analýze.

Název rámce	*Číslo vstupu*	*Akt I*	*Akt II*	*Akt III*
Navození transu	1	x		
Navození transu	2		x	
Navození transu	3-4	x		
Navození transu	5		x	
Navození transu	6	x		
Navození transu	7		x	
Navození transu	8-10	x		
Navození transu	11		x	
Navození transu	12	x		
Ovládání pocitů	13-20	x		
Ovládání pocitů	21		x	
Ovládání pocitů	22-23	x		
Ovládání pocitů	24-29		x	
Dětské vzpomínky	30-33	x		
Dětské vzpomínky	34-38		x	
Dětské vzpomínky	39-41			x
Dětské vzpomínky	42-52		x	

Dětské vzpomínky	53-56			x
Dětské vzpomínky	57-59		x	
Dětské vzpomínky	60-63	x		
Dětské vzpomínky	64-66		x	
Dětské vzpomínky	67-80	x		
Dětské vzpomínky	81			x
Dětské vzpomínky	82-87		x	
Dětské vzpomínky	88	x		
Vnímání vl. těla	89	x		
Vnímání vl. těla	90-106		x	
Vnímání vl. těla	107-117	x		
Vnímání vl. těla	118-119		x	
Ovládání pocitů	120-122		x	
Ovládání pocitů	123-124			x
Ovládání pocitů	125-128		x	
Ovládání pocitů	129-130	x		
Ovládání pocitů	131-132		x	
Dětské vzpomínky	133-142		x	
Dětské vzpomínky	143-145			x
Dětské vzpomínky	146-150	x		
Práce s nevědomím	151		x	

Práce s nevědomím	152-153			x
Práce s nevědomím	154-163	x		
Práce s nevědomím	164		x	
Práce s nevědomím	165-166	x		
Práce s nevědomím	167		x	
Práce s nevědomím	168-169	x		
Práce s nevědomím	170-171		x	
Práce s nevědomím	172	x		x
Využití prožitých zkušeností	173-174			x
Využití prožitých zkušeností	175		x	
Využití prožitých zkušeností	176-177			x
Využití prožitých zkušeností	178-181	x		
Využití prožitých zkušeností	182		x	
Probuzení z hypnózy	183-202	x		
Probuzení z hypnózy	203-205		x	
Probuzení z hypnózy	206-208			x
Probuzení z hypnózy	209-211		x	
Probuzení z hypnózy	212-215			x
Probuzení z hypnózy	216-219		x	

Tabulka 9: Posun diskurzu v analýze č. 3, I. část

11.3.1. Významné momenty diskurzivního posunu

Akt I	Akt II	Akt III
5. OVLÁDÁNÍ POCITŮ	5.2. „Chci vám něco říct. Každý je svým způsobem jedinečný, jako otisky prstů. A nenajde se nikdo jako vy. A vy si musíte užívat to, že jste sama sebou.“ (121) 5.3. „A chci, abyste měla ten samý pocit jistoty, jaký jste měla, když jste cákala vodu.“ (122) 5.4. „Ten pocit bezpečí, který máte i teď, i když nemůžete pohnout rukama, až na způsob, který určím já.“ (123) 5.5. „Můžete se cítit příjemně, kdykoliv si budete přát.“ (124) 5.6. „Dobrá, jakmile zavřete oči, začnete se cítit nepříjemně.“ (126) 5.7. „A jakmile je otevřete, začnete se cítit dobře, ale nemůžete je otevřít teď hned. A budete se cítit velmi nepříjemně.“ (127) 5.10. „Zavřete oči a zjistěte to s vědomím, že to dokážete kontrolovat s tím, že otevřete oči. Zavřete oči a pociťte ten nejméně příjemný pocit, který jste zažila. Můžete si dovolit trpět a cítit se	

	špatně, protože víte, že až to pocítíte skutečně opravdově, můžete otevřít oči a zaplašit ten pocit. Vypustit ten nepříjemný pocit.“ (131) 5.12. (3) „Teď chci, abyste se podívala na dvouletou Monde. Co teď dělá? (133) 5.13. (3) „Běží.“ (134) 5.14. (3) „Běží? Teď se podívejme, co dělá s těmi kachnami?“ (135) 5.15. (3) „Dává jim kůrky chleba.“ (136) 5.17. (3) „Kolik jich je?“ (140) 5.18. (3) „Asi 12.“ (141) 5.19. (3) „Říkáte asi 12? Umíte napočítat do 12?“ (142)	5.20. (3) „Umím napočítat do 10.“ (143) 5.21. (3) „Výborně.“ (144) 5.22. (3) „Můžete předstírat cokoliv a dokážete to bravurně.“ (145)

Tabulka 10: Ovládání pocitů – významný moment diskurzivního posunu

Další výňatek s názvem Ovládání pocitů začíná v aktu II. Milton H. Erickson zde začíná hovořit o jedinečnosti a Monde **povzbuzuje**. Říká, že každý i klientka Monde je jedinečná a měla by si užívat to, že je sama sebou. Monde je **povzbuzována**, aby našla svůj pocit jistoty, jako když cákala vodu (odkaz na dětskou vzpomínku) i pocit bezpečí, který má teď. V aktu II zůstáváme. Milton H. Erickson říká, že se Monde může cítit příjemně, „*kdykoliv si to bude přát*“. Terapeut zkouší malý **experiment**, kdy instruuje klientku, aby zavřela oči. Chce aby „*zjistila, že to může kontrolovat tím, že zase otevře oči*“. Podle

instrukcí by se při zavření očí měla Monde cítit nepříjemně, při otevření očí dobře. Tak by měla zjistit, že své pocit může kdykoliv ovládat a kdykoliv, kdy se bude cítit v životě nepříjemně bude mít tu moc otevřít své oči a nepříjemný pocit zahnat. V průběhu rámce se také vracíme k dřívějšímu rámci – Dětské vzpomínky – vzpomíná Monde znovu na moment, kdy honila kachny a sdílí, že umí napočítat do desíti. Milton H. Erickson znovu **podporuje**: *„Můžete předstírat cokoliv a dokážete to bravurně.“*. V rámci celého úryvku vnímám jako velmi významné **povzbuzení**, které se terapeut pokouší Monde předat, a to ve více situacích. Vše jsem zaznamenala do tabulky 10.

Akt I	Akt II	Akt III
6. PRÁCE S NEVĚDOMÍM	6.1. (3) „A při tom výprasku, myslíte, že to nepřežijete, že? Není to tak se všemi problémy?“ (151)	6.2. (3) „Ano.“ (152) 6.4. „…ale zvládla jste ten výprask. A dokážete zvládnout i další problémy.“ (153)
6.5. „Dostanete další výprask?“ (154) 6.9. „Dostanete ho, jakmile zavřete oči. A chtěla byste, aby se nezavřely.“ (158) 6.14. „A když se mu budete chtít vyhnout, oči se vám nezavřou a zůstanou otevřené. Oči se vám zavírají teď.“ (162) 6.15. „A cítíte nenávist.“ (163)	6.16. „A nikdy už to nebudete cítit. Ucítíte, že to dokážete zvládnout.“ (164) 6.23. „A v budoucnu to můžete udělat s mnoha věcmi a vaše	

	stará Monde…vyroste v dospělou Monde.“ (171)	

Tabulka 11: Práce s nevědomím – významný moment diskurzivního posunu

Prostřednictvím tabulky 11 a zároveň dalšího rámce Práce s nevědomím se terapeut věnuje další dětské vzpomínce klientky. Konkrétně se jedná o výprask, který dostala Monde poté, co rozbila školní okno. Rozhovor začíná v aktu II, kdy se terapeut **doptává** a dozvídá se, že si Monde myslela, že výprask nepřežije. Rozhovor se posunuje do aktu III, když Milton H. Erickson Monde **povzbudí** větou „*…ale zvládla jste ten výprask.* V tomto momentě zároveň terapeut odkazuje na **možné zdroje** Mo. *A dokážete zvládnout i další problémy*.“ Dává jí tak **prostor k zamyšlení**. V rámci výňatku se vracíme do aktu I, a to díky **zvědavosti terapeuta**. Milton H. Erickson se ptá, jestli Monde „*dostane další výprask*“. Dále oznamuje, že další výprask dostane, když zavře oči. Když se mu bude chtít vyhnout, oči zůstanou otevřené. Jako **významný moment** vnímám přesun do aktu II, kdy terapeut nechá Monde, aby pocítila, že situaci dokáže zvládnout a **povzbuzuje** ji, že „*dokáže zvládnout*“ i mnoho jiných situací v budoucnu. Milton H. Erickson říká, že „*…v budoucnu to můžete udělat s mnoha věcmi a vaše stará Monde…vyroste v dospělou Monde*“. Tento moment vnímám jako **záchytný bod, který posunuje rozhovor**.

Akt I	Akt II	Akt III
7. VYUŽITÍ PROŽITÝCH ZKUŠENOSTÍ	7.3. „Ukažte, jak rychle dokážete zavřít oči, zaplašit nepříjemný pocit a zase je otevřít?“ (175)	7.2. „A dospělé Monde, ano, té Monde s pocitem jistoty, té, která ví, že když přijde nepříjemný pocit, stačí zavřít oči a zase je otevřít. Ukažte mi, jak se zachováte, když se budete cítit nejistá.“ (174) 7.4. „A nepříjemný pocit je pryč. mimochodem, cítíte se příjemně?“ (176) 7.5. „Ano.“ (177)

Tabulka 12: Využití prožitých zkušeností – významný moment diskurzivního posunu

Další rámec Využití prožitých zkušeností, začíná přímo v aktu III a je zaznačen v tabulce 12. Terapeut Monde **povzbuzuje** a prohlubuje nabytou zkušenost ovládání emocí. Milton H. Erickson říká, že „*dospělé Monde stačí zavřít a zase otevřít oči v momentě, kdy přijde nepříjemný pocit*“. V tomto momentě se posouváme do aktu II. Milton H. Erickson je **zvědavý**, jak rychle Monde dokáže „*zaplašit nepříjemný pocit*“. Po krátkém úryvku se dostáváme zpět do aktu III a dozvídáme se, že „*nepříjemný pocit je pryč*“. Klientka Monde potvrzuje, že se „*cítí příjemně*“.

11.3.2. Shrnutí

Jako podklad pro tuto analýzu jsem použila videonahrávku, kterou jsem analyzovala metodou RFA. V rámci konzultace jsem zaznamenala 8 rámců, z nichž 3 jsem si vybrala k podrobnější analýze. V průběhu rámců jsem představila téma Ovládání pocitů, které se pohybuje v aktech II a III. Ve výňatku mluví terapeut, který se snaží ovládat pocity klientky. Jako první zmiňuje fakt, že každý jsme jedinečný a „*vy si musíte užívat to, že jste sama sebou*“. Snaží se klientce navodit „*pocit bezpečí*“ a „*pocit jistoty*“ které zná z dětství. Terapeut dále navádí klientku k tomu, aby se cítila nepříjemně, když zavře oči. Po chvíli dodává, že cílem tohoto experimentu je, aby klientka zjistila, že si může sama určit, kdy se může cítit příjemně a nepříjemně. Terapeut se poté s klientkou vrací k dětské vzpomínce, kdy klientka honila kachny a chválí ji za to, že je dovede spočítat. Poté komentuje slovy „*můžete předstírat cokoliv a dokážete to bravurně*“. Druhé téma nese název Práce s nevědomím. Téma se pohybuje ve všech aktech. Terapeut se vrací ke vzpomínce klienty, kdy rozbila okno a následně dostala výprask. Ptá se jí „*A při tom výprasku, myslíte, že to nepřežijete, že? Není to tak se všemi problémy?*“. Následně klientku povzbuzuje slovy „*zvládla jste ten výprask a dokážete zvládnout i další problémy*“. Také se klientky ptá, jestli dostane další výprask a v zápětí í oznamuje, že další výprask dostane, jakmile zavře oči. Jediná možnost klientky, jak se výprasku vyhnout je oči nezavřít. Po krátké interakci terapeut vše shrnuje „*A v budoucnu to můžete udělat s mnoha věcmi a vaše stará Monde…vyroste v dospělou Monde.“* Poslední téma nese název Využití prožitých zkušeností, které vychází z předchozích dvou rámců. Terapeut ujišťuje klientku, že když v budoucnu bude chtít zaplašit pocit nejistoty, stačí jenom zavřít a otevřít oči. U klientky se ujišťuje, jestli se cítí příjemně. Klientka potvrzuje. Téma se pohybuje v aktu II a III.

Významné momenty diskurzivního posunu v této poradenské konzultaci:

- podpora a povzbuzení klienta,
- zvědavost terapeuta,
- doptávání,
- experiment,
- zjištění možných zdrojů,
- prostor pro zamyšlení,

- záchytné body, které posunují rozhovor.

11.4. Analýza č. 3: II. část

V rámci poslední analýzy se dostáváme k druhé části nahrávky terapeuta Miltona H. Ericksona, klientky Mo a klienta Nicka. Primárním pacientem ve druhé části je Nick. Je mu 20 let, studuje třetím rokem vysokou školu, kde je po přerušení studia ve druhém ročníku, a je nezadaný. Nemá žádnou předchozí zkušenost s hypnózou nebo psychoterapií. Jeho jediné krátké setkání s doktorem Ericksonem se odehrálo ve veřejných prostorách den před tímto sezením. Doktor Erickson nemá o Nickovi žádné informace, ví pouze, že se dobrovolně přihlásil k účasti na této prezentaci a že je známým Monde a jejího manžela. Nick nedostal žádné informace, co má během sezení očekávat. V této analýze jsem zaznamenala celkem 9 rámců v rozhovoru. Rámce jsou v tabulce zaznačena číselným označením a velkými písmeny. Jedná se o následující:

1. Nick
2. Uvědomění si vlastního těla
3. Vnímání vlastních pocitů
4. Strach
5. Imaginace nevědomí
6. Povzbuzení
7. Příběh o pacientce
8. Moc nevědomé mysli
9. Ukončení hypnózy

Jednotlivé vstupy jsou očíslovány čísly 220-360. Jsou uvedeny v závorce za jednotlivými částmi úryvků. Číslo před každým úryvkem textu označuje rámce, které jednotlivé výňatky obsahují. První číslo označuje číslo rámce a druhé číslo označuje číslo kódového označení. Text je chronologicky zaznamenán a rozřazen do tabulky, jejíž sloupce jsou pojmenovány:

- Akt I: Problémy a nedostatky
- Akt II: Inspirace a příprava pro změnu
- Akt III: Rozvíjení změn, rámce zdrojů

V případě, že se objeví kódové označení, které spadá do jiného rámce, zaznačila jsem tento fakt do závorky před každým úryvkem textu. Jako první představím tabulku 13, která znázorňuje posun diskurzu v celé analýze.

Název rámce	*Číslo vstupu*	*Akt I*	*Akt II*	*Akt III*
Nick	220-225	x		
Uvědomění si vlastního těla	226-230		x	
Vnímání vlastních pocitů	231-237		x	
Vnímání vlastních pocitů	238-239	x		
Vnímání vlastních pocitů	240-245		x	
Strach	246-247	x		
Strach	248-249		x	
Strach	250	x		
Imaginace nevědomí	251-257		x	
Imaginace nevědomí	258	x		
Imaginace nevědomí	259		x	
Povzbuzení	260-261		x	
Povzbuzení	262-264	x		
Příběh o pacientce	265-268	x		
Příběh o pacientce	269-279		x	
Příběh o pacientce	280-281	x		
Příběh o pacientce	282-283		x	
Příběh o pacientce	284	x		
Příběh o pacientce	285-286		x	
Příběh o pacientce	287	x		

Příběh o pacientce	288		x	
Příběh o pacientce	289	x		
Příběh o pacientce	290-293		x	
Perspektiva pohledu	294-300			
Perspektiva pohledu	301			x
Perspektiva pohledu	302-304		x	
Perspektiva pohledu	305-310			x
Perspektiva pohledu	311-313	x		
Perspektiva pohledu	314-317		x	
Perspektiva pohledu	318			x
Perspektiva pohledu	319	x		
Perspektiva pohledu	320-326			x
Perspektiva pohledu	327-328		x	
Ukončení hypnózy	329-342		x	
Ukončení hypnózy	343-347	x		
Ukončení hypnózy	348-353		x	
Ukončení hypnózy	354-356			
Ukončení hypnózy	356-357		x	
Ukončení hypnózy	358-360			x

Tabulka 13:Posun diskurzu v analýze č. 3, II. část

11.4.1. Významné momenty diskurzivního posunu

Akt I	Akt II	Akt III
7. PŘÍBĚH O PACIENTCE 7.1. „Vedu pacienty skrze dlouhou cestu přemýšlení, protože nevím, co je pro ně vhodné. Musí toho dosáhnout skrze porozumění a to, co sami znají, co zažili.“ (265)	7.5. „Víte, co to znamená? Že my všichni máme trochu přemýšlet, porozumět a prostudovat to.“ (269) 7.6.(3) „Uklidnění a teplo dokazuje, že je to možné, pouze pokud k sobě necháte přijít chladné myšlenky.“ (270) 7.8. „Do ordinace mi sanitkou přivezli pacientku.“ (272) 7.9. „Měla velké bolesti a zdálo se, že léky vůbec nepomáhají. Než přišla do ordinace, více než osm hodin neměla žádné léky.“ (273) 7.11. „Když tu sedíte, kolik bolesti myslíte, že byste cítila, kdybyste viděla hladového tygra, jak vejde dveřmi dovnitř a olizuje se?“ (275) 7.12. „Řekla: necítila bych nic, jen bych myslela na toho tygra. A všimla jsem si, že teď mě nic	

	nebolí, protože tomu věřím.“ (276) 7.13. „A když odcházela, zeptal jsem se jí, kam jde…“ (277) 7.14. „…a ona řekla, že si jde užívat života.“ (278) 7.15.(5) „Vaše nevědomá mysl ví hodně věcí.“ (282) 7.16.(5) „A radši bych ve vašem případě začal od něčeho, co budete vědět.“ (283) 7.17.(5) „Je pěkné vědět, že víme víc, než o čem víme, že rozumíme i věcem, o nichž netušíme, že jim rozumíme.“ (285)	

Tabulka 14: Příběh o pacientce – významný moment diskurzivního posunu

V tabulce 14 Milton H. Erickson otevírá téma Příběh o pacientce, který má sloužit jako **metafora**. Rámec začíná v aktu I, nicméně velmi rychle se dostává do aktu II, kde již do konce výňatku zůstává. Terapeut popisuje pacientku, která měla i přes medikaci velké bolesti. Milton H. Erickson vzpomíná na moment, kdy se setkali a pomocí odvedení pozornosti se bolestí zbavila, dokonce odešla se slovy „*že si jde užívat života*“. Terapeut na tomto příkladu ukazuje, že každý jeho klient má vlastní cestu přemýšlení, kterou si musí najít a projít sám a vyzdvihuje sílu nevědomí výrokem: „*Je pěkné vědět, že víme víc, než o čem víme, že rozumíme i věcem, o nichž netušíme, že jim rozumíme.“*. Téma se pohybuje v aktech I a II. Celý rámec vnímám jako **záchytný bod, který posouvá rozhovor**.

Akt I	Akt II	Akt III
8. PERSPEKTIVA POHLEDU	8.2. „Pocitu bezpečí, pocitu připravenosti, pocitu tepla a ať se stane cokoliv, dokážete se s tím vypořádat.“ (294) 8.4. „Dostanete se do situace, se kterou se nemůžete vypořádat a pak si to promyslet znovu a uvědomíte si, že i to nudné učení je užitečné, vede vás k jinému pohledu. Dovolí vám zhodnotit svou sílu a odhalit oblasti.“ (296) 8.5. „Kde třeba potřebujete využít pocit bezpečí, který je ve vás.“ (297) 8.7. „V Arizoně potká Indián chřestýše. Řekne mu: běž svou cestou, bratře, a já půjdu svou.“ (302) 8.8. „A oba, Indián i chřestýš, mají svou důstojnost, mají svá práva a každý z nich jde důstojně svou cestou.“ (303)	8.10. „A tím poukazuji na sebeúctu.“ (305) 8.11. „Oba máte v minulosti nejistotu, zanechejte ji, třeba v Arizoně, nezmění se tím Arizona, ale vy.“ (306) 8.12. „Slyšel jsem, že když se vrátíte, můžete všechny dávné

		věci brát jako dobré a nejsou už vaší součástí.“ (308) 8.22. „Teď chci, abyste oba pokračovali ve vlastních myšlenkách a ve vlastním porozumění. Najděte cokoliv, abyste dosáhli porozumění, které vám pomůže dosáhnout dál.“ (319)

Tabulka 15: Perspektiva pohledu – významný moment diskurzivního posunu

Téma Perspektiva pohledu začíná v aktu II. Milton H. Erickson **povzbuzuje** klientku Monde a klienta Nicka slovy „*ať se stane cokoliv, dokážete se s tím vypořádat*“. Terapeut svým klientům reflektuje, že se mohou dostat do situace, ze které se budou moci v budoucnu poučit. Zároveň používá **metaforický** příběh o indiánovi, který potkal v Arizoně chřestýše. Popisuje, že „*oba, Indián i chřestýš, mají svou důstojnost, mají svá práva a každý z nich jde důstojně svou cestou*.“ V tomto momentě, kdy Milton H. Erickson poukazuje na sebeúctu, se dostáváme do aktu III. Terapeut klienty **podporuje** v tom, že každý jedinec musí na situaci nahlížet svou perspektivou a je jenom na nás, z jaké strany se podíváme. Také říká, že všechny věci, které se v minulosti staly už nemusí Nick ani Monde vnímat jako jejich součást. Terapeut výrok potvrzuje **povzbuzením**, kdy říká: „*Oba máte v minulosti nejistotu, zanechejte ji, třeba v Arizoně, nezmění se tím Arizona, ale vy.“*. Vše je zaznačeno v tabulce 15.

Akt I	Akt II	Akt III
9. UKONČENÍ HYPNÓZY	9.2. „A povedlo se vám lépe porozumět?“ (332) 9.3. „Ano.“ (333) 9.4.(3) „A zmínit strach? A vzbudilo to váš zájem?“ (334) 9.5.(3) „Ano.“ (335) 9.9. „Vždycky mě těší dobře odvedená práce s dobrými subjekty. Je to potěšení.“ (338)	

	9.15. „Je příjemné být zpátky ve vlastním těle, pohodlně tu sedíte.“ (343)	9.24. „Je nezbytné se probouzet do světa, o kterém se člověk naučil v transu, a co bylo řečeno pomalu, stejně tak, jako chvíli trvá, než ztuhne sádra.“ (355) 9.25. „Až se vaše poznatky ustálí, budou vaší součástí po zbytek života.“ (356) 9.31.(8) „Teď se rozlučte se svým nevědomím a popovídáme si na úrovni vědomé mysli. Zdravíčko.“ (360)

Tabulka 16: Ukončení hypnózy – významný moment diskurzivního posunu

V rámci posledního rámce terapeut ukončuje hypnózu. Ve výňatku se na začátku pohybujeme v aktu II. Díky **zvědavosti terapeuta** si terapeut ověřuje, jestli mu Nick porozuměl, zda zmírnil jeho strach a jestli to byla zkušenost, která v něm vzbudila zájem o hypnózu. Milton H. Erickson pokračuje přechodem do aktu III a **povzbuzením,** kdy říká, že „*je nezbytné probouzet se do světla, o kterém se člověk naučil v transu*“ a zároveň fakt, že poznatky v transu nabyté se v mysli ustálí. Ne však hned. Vše nalezneme v tabulce 16.

11.4.2. Shrnutí

Jako podklad pro tuto analýzu jsem použila videonahrávku, kterou jsem analyzovala metodou RFA. V rámci konzultace jsem zaznamenala 9 rámců, z nichž 3 jsem si vybrala k podrobnější analýze. První téma vypráví příběh o pacientce a nese stejnojmenný název. Terapeut zde popisuje svým klientům, že i přes jeho dlouholeté terapeutické zkušenosti vede klienty skrze cestu přemýšlení, kterou si sami zvolí. Říká, že „*musí toho dosáhnout skrze porozumění a to, co sami znají, co zažili*“. Dále popisuje, že to znamená, že všichni účastníci procesu musí přemýšlet a je možné najít teplo jenom díky tomu, že okusíme chlad. Terapeut pokračuje příběhem, kdy mu do ordinace přivezli pacientku, které trpěla velkými fyzickými bolestmi, ale v jejím zmírnění nepomáhala žádná medikace. Terapeut se jí zeptal „*kolik bolesti myslíte, že byste cítila, kdybyste viděla hladového tygra, jak vejde dveřmi dovnitř a olizuje se?“*. Klientka

odpověděla, že by necítila nic, protože by myslela pouze na tygra. Také řekla, že už jí nic nebolí a že si jde užívat života. Terapeut se vrací ke klientům, kteří sedí před ním a říká, že jejich „*nevědomá mysl ví hodně věcí*“. Celý výňatek je zakončen slovy terapeuta *„Je pěkné vědět, že víme víc, než o čem víme, že rozumíme i věcem, o nichž netušíme, že jim rozumíme.“*. Téma se pohybuje v aktech I a II. Druhé téma Perspektiva pohledu se naopak pohybuje pouze v aktech II a III. Ve výňatku terapeut klientům říká, že se dokážou v životě vyrovnat s čímkoliv. Mohou se dostat do situace, se kterou se mohou umět vypořádat, ale také pak mají možnost promyslet ji znovu a podruhé ji budou schopni zvládnout zase o něco lépe. Říká, že „*i to nudné učení je užitečné, vede vás k jinému pohledu. Dovolí vám zhodnotit svou sílu a odhalit oblasti*“. Terapeut také zmiňuje krátký příběh „*V Arizoně potká Indián chřestýše. Řekne mu: běž svou cestou, bratře, a já půjdu svou.*“, čímž poukazuje na sebeúctu. Příběh vysvětluje tak, že oba klienti mají v minulosti nejistotu. Radí jim, aby ji zachovali „*v Arizoně*“ a dodává „*nezmění se tak Arizona, ale vy*“. Terapeut také podporuje klienty, aby pokračovali ve svých myšlenkách a aby lépe porozuměli tomu, co jim chce říct. V posledním výňatku s názvem Ukončení hypnózy se terapeut ptá klientů, zda se jim podařilo lépe porozumět, zmírnit strach a vzbudit zájem. Klienti sdílí, že ano, také sdílí, že “*je příjemné, být ve vlastním těle*“. Terapeut říká, že „*je nezbytné se probouzet do světa, o kterém se člověk naučil v transu*“ a dodává, že „*až se vaše poznatky ustálí, budou vaší součástí po zbytek života*“. Téma se pohybuje v aktech II a III.

V rámci analýzy diskurzivního posunu jsem zaznamenala následující významné momenty:

- zvědavost terapeuta,
- podpora a povzbuzení klienta,
- záchytné body, které posunují rozhovor,
- metafora.

12. Diskuse

V rámci dvanácté kapitoly odpovím na výzkumnou otázku a popíšu limity výzkumu, porovnám výsledky mého výzkumu s již publikovanými výzkumy na poli diskurzivní analýzy a také popíšu doporučení k následnému výzkumu.

12.1. Výzkumná otázka

Hlavní výzkumná otázka mého výzkumu zní: *„Jaké významné momenty diskurzivního posunu nastaly v poradenství a konzultaci?“*. Výzkumnou otázku jsem zodpovídala rozborem transkripce tří videonahrávek a použitím kvalitativní metody Recursive frame analysis. Doslovné překlady zmíněných videonahrávek jsem překládala z anglického do českého jazyka. S rozhovory jsem pracovala v programu ELAN (viz. kapitola 7. Technika sběru dat) a také metodou RFA. Celé rozhovory jsem poté přepisovala do tabulky, která se skládala ze tří aktů a chronologicky poskládaných vstupů označených číslem kódu a číslem rámce. V tabulce jsem také zaznamenávala čísla vstupů. Názvy jednotlivých aktů jsou: akt I. Problémy a nedostatky, druhý sloupec akt II. Inspirace a příprava pro změnu, a třetí sloupec akt III. Rozvíjení změn, rámce zdrojů. V rámci kapitoly analýza dat jsem poté představila všechny rámce, přičemž jsem vybrala významné momenty, které jasně poukazovaly na posun diskurzu. Do aktu I jsem zařazovala představení problémů a témat, který se chtěl klient věnovat, do aktu II jsem značila momenty přípravy na změnu, motivaci pracovat s problémem a v aktu III jsem představila výňatky, kdy lze vidět rozhodnutí pro změnu a rozvíjení zdrojů klienta. Jako významné momenty diskurzivního posunu vnímám zaznačené výňatky z rozhovorů, které se skokově pohybují mezi akty a kde lze podle výše uvedených kritérií vidět posun (rozhodnutí pro změnu). V průběhu jednotlivých rámců také několikrát nastala situace, kdy se rozhovor nedostal do aktu III, nicméně jako významný moment vnímám i posun mezi aktem I a II.

12.2. Limity výzkumu

Jako jeden z limitů výzkumu vnímám velký důraz na subjektivitu výzkumníka při pracování s metodou RFA. Subjektivita se ve výzkumu nejvíce projevila v rozřazování vstupů do jednotlivých aktů a ve vybírání významných momentů. Jako limit ji vnímám proto, že jsem se z pohledu výzkumníka zaměřila na významné analýzy momentů, které jsem vnímala jako významné z mého subjektivního pohledu. V případě zpracování jiným výzkumníkem, by data mohla být značně odlišná. Pro podpoření validity výsledků jsem své výsledky konzultovala s kolegyní Lucií Tomanovou.

Další limit, který ve výzkumu vnímám je kvalita nahrávek. Ne vždy bylo ve videonahrávce účastníkům rozumět, což je způsobeno kvalitou nahrávky, kvalitou zvuku, ale také jazykem, kterým účastníci mluví.

S tímto limitem se také pojí časová náročnost výzkumu, která byla způsobena kvalitou nahrávek a zvuku (kdy jsem si některé momenty musela přehrát několikrát), překladem z anglického do českého jazyka. Následně i subjektivním pohledem na významné momenty poradenských konzultací, které jsem provedla několikrát a s časovým odstupem s cílem snížit subjektivitu na co nejnižší úroveň.

Mezi limity mého výzkumu také řadím délku práce, která je způsobena podrobnou analýzou a následnou prezentací dat. I přes značnou snahu prezentaci výsledků zkrátit je práce značně dlouhá. Podrobnou analýzu dat na druhou stranu vnímám jako jednu z předností práce. Čtenáři je tak umožněno vidět podrobnější posun diskurzu v celé konzultaci, než je tomu v jiných výzkumech.

12.3. Srovnání mého výzkumu s výzkumy na poli diskurzivní analýzy

V rámci diskuse bych ráda nastínila porovnání výsledků mého výzkumu s výsledky ostatních výzkumů na poli diskurzivní analýzy.

Ve čtvrté kapitole jsem uváděla výzkum Lujzy Márie Kučerové (2022), který mimo prezentuje momenty diskurzivního posunu. Autorka pro analýzu dat použila RFA analýzu, kdy rozhovory rozdělila do tříaktové struktury. Lujza Mária Kučerová (2022, s. 85) říká, že momenty diskurzivního posunu je možné pozorovat při pohybu rozhovoru mezi jednotlivými akty a při změně v dějové linii rozhovoru. V průběhu mého výzkumu jsem použila metodu RFA analýzy stejně jako autorka. Rozhovory jsem zaznačila do tabulky o třech aktech (problémy a nedostatky, inspirace a příprava pro změnu a rozvíjení změn, rámce zdrojů) a došla jsem k podobným výsledkům. Významné momenty diskurzivního posunu byly velmi dobře vidět v grafickém zaznačení zmíněné tabulky, kde lze přehledně vidět posun mezi jednotlivými akty. Další linii diskurzivního posunu mohu také vidět na rámcích, které jdou za sebou, ale také se různě opakují a vyvíjí.

Podobně také Koláčková (2020) se zaměřuje na 6 nahrávek supervizních konzultací, pro jejichž analýzu používá analýzu RFA. Cílem jejího výzkumu bylo sledovat diskurzivní momenty v konzultacích a jejich užitečnost pro celkový vývoj konzultace. Koláčková (2020, s. 36–92) poukazuje celkem na 7 významných momentů. Těmi jsou:

- *„vyjádření, s čím klient přichází do konzultace, zjištění cíle, technika lidských vztahů – zázračná otázka*
- *posun od obecné roviny do konkrétní,*
- *zjištění možných zdrojů: co se již podařilo, co se K naučil, motivace K*
- *doptávání supervizora, podpora, techniky aktivního naslouchání = pocit přijetí*
- *technika škálování,*
- *reflexe, reflektující tým,*

- *experiment*“.

V porovnání s mým výzkumem mohu prohlásit, že významné momenty diskurzivního posunu se částečně shodují nebo jsou velmi podobné. Koláčková (2020, s. 86) v prvním bodě uvádí téma se kterým klient přichází. V mém výzkumu jsem tento významný moment neuvedla, nicméně jde pouze o jinou formulaci. Tento moment jsem vnímala v situacích, kdy terapeut projevil svou zvědavost, doptával se, podporoval a povzbuzoval klienta a využíval návodné otázky. Tyto momenty jsem zaznamenala ve všech konzultacích.

Koláčková (2020) také uvádí jako významný moment diskurzivní analýzy zjištění možných zdrojů klienta. V mém výzkumu tento významný moment neuvádím, nicméně dotýkám se tohoto tématu ve významném momentu: záchytné body, které posunují rozhovor. Klienti mají také prostor pro zamyšlení a pomocí různých metafor mohou své zdroje objevovat. Tento moment můžeme jasně vidět například v analýzách č. 3 a 4, vedených terapeutem Miltonem H. Ericksonem.

Momenty, které se shodují s výsledky mého výzkumu a výzkumu Koláčkové (2020, s. 86) jsou:

- stanovení cíle,
- experiment,
- zjištění možných zdrojů,
- aktivní naslouchání.

Koláčková (2020) uvádí také techniku škálování a reflektující tým, který jsem v mém výzkumu nezaznamenala.

Jako další bych ráda představila výzkumu autorů Williams a Levitt (2007), kteří se také věnovali procesu změny v psychoterapii. Jejich výchozím bodem bylo 14 rozhovorů se světovými psychoterapeuty, které následně analyzovali pomocí zakotvené teorie a přinesli tak nové výsledky v oblasti tvorby procesu, kde klient může prokázat své rozhodnutí pro změnu. Autoři jako hlavní výstup výzkumu uvádí potřebu zvýšení sebeuvědomění klientů a také prostor, který vytvářeli terapeuti, ve kterém měli klienti možnost přemýšlet o tom, co je a co není v jejich životě možné změnit. Podobně tak v mém výzkumu terapeuti pracovali s rozhodnutím pro změnu, dávali klientům prostor pro zamyšlení, používali zázračnou otázku a také přicházeli s tématem stanovených cílů. Terapeuti vystupující v mém výzkumu dávali prostor pro sebeuvědomění klientů, a to pomocí technik aktivního naslouchání, zvědavosti terapeuta, doptávání se, podpory a povzbuzení klienta anebo pomocí metafor.

12.4. Doporučení k následnému výzkumu

V rámci zpracování mého výzkumu jsem došla ke dvěma doporučením k následnému použití mých výzkumných závěrů pro výzkumy dalších subjektů.

Jako první jsem došla k závěru, že významné momenty posunu v poradenském rozhovoru je téma, které může sociálním pracovníkům pomoci při orientaci v jednání s klientem. Metodou RFA mohou terapeuti ale i sociální pracovníci (a jiní odborníci) získat větší vhled do dané problematiky a osvojit si tak větší citlivost právě na posun diskurzu. Zaměření na diskurz v poradenském rozhovoru jim může pomoci cíleně sledovat diskurzivní posuny a rozhovor směřovat tam, kam uznají za vhodné.

Mé druhé doporučení směřuje k výzkumníkům, kteří by se rádi zabývali mým výzkumem. Rozsáhlost dat, které jsem měla k dispozici nabízí možnosti dalšího zkoumání, které může být hlubší, přinést jiné subjektivní poznatky, které mohou být porovnány s mým výzkumem, nebo dovolují zkoumat data z jiného úhlu pohledu.

Závěr

Diplomová práce se zaměřuje na téma významných momentů poradenských konzultací. V práci se věnuji významným momentům, poradenskému rozhovoru a konstruktivistickým přístupům v sociální práci. Konkrétně narativní terapii a hypnóze, což jsou přístupy, které využívají terapeuti v audionahrávkách, které sloužily jako podklad pro výzkumnou část. V rámci teoretické části jsem také představila dosavadní výzkumy na poli diskurzivní analýzy, kde jsem mimo jiné vysvětlila pojem diskurz a diskurzivní analýzu. Praktická část pojednává o cíli výzkumu a výzkumné otázce, v rámci kapitoly popis výzkumné strategie se zmiňuji o metodě Recursive frame analysis, kterou jsem použila při práci s daty. Nechybí také představení techniky sběru dat, popisu výzkumného souboru, popis metody fixace, zpracování dat a etického rozměru výzkumu. V kapitole analýza dat představuji jednotlivé audionahrávky a významné momenty diskurzivního posunu v nich. V poslední kapitole se věnuji výzkumné otázce, limitům výzkumu, srovnání mého výzkumu s jinými výzkumy na poli diskurzivní analýzy a doporučením k následnému výzkumu.

Téma diplomové práce je zasazeno do kontextu sociální práce s rodinou. Poradenský rozhovor je jeden z nejběžnějších nástrojů, který sociální pracovník ve své praxi využívá. Díky zaměření se na významné momenty diskurzivního posunu v konzultacích má sociální pracovník, ale také jiní odborníci možnost sledovat tyto změny a tomu přizpůsobovat směr intervence.

V diplomové práci jsem použila kvalitativní výzkum, konkrétně metodu Recursive frame analysis, která nabízí výzkumníkovi zaměřit se na významné momenty diskurzivního posunu. Výzkumník spolu s touto metodou do interpretace dat přináší svůj subjektivní pohled. Mezi limity výzkumu jsem zařadila délku práce, která je způsobena podrobnou analýzou dat, na druhou stranu dává čtenáři možnost podrobnějšího vhledu do konkrétních dat. Dalšími limity výzkumu je subjektivita výzkumníka a také kvalita audionahrávek.

Cílem výzkumu bylo analyzovat a prozkoumat momenty diskurzivního posunu v poradenské konzultaci metodou RFA.

Jednotlivé audionahrávky byly přeloženy z anglického do českého jazyka a s daty jsem následně pracovala v programu ELAN. V rámci metody Recursive analysis jsem v každé poradenské konzultaci definovala rámce a jednotlivé významné momenty diskurzivního posunu, které jsem zaznačila do tří aktové struktury. V rámci analýzy rozhovorů byly zaznamenány následující významné momenty posunu související s procesem změny. V audionahrávkách jsem zaznamenala následující významné momenty diskurzivního posunu:

- rozhodnutí pro změnu,

- zvědavost terapeuta,
- doptávání,
- příprava na změnu,
- metafora,
- záchytné body, které posunují rozhovor,
- stanovení cíle,
- experiment,
- přeformulování zakázky,
- podpora a povzbuzení klienta,
- aktivní naslouchání,
- využití návodných otázek terapeutem v průběhu sezení,
- prostor pro zamyšlení,
- zjištění možných zdrojů.

Jako první jsem došla k závěru, že významné momenty posunu v poradenském rozhovoru je téma, které může sociálním pracovníkům pomoci při orientaci v jednání s klientem. Metodou RFA mohou terapeuti ale i sociální pracovníci (a jiní odborníci) získat větší vhled do dané problematiky a osvojit si tak větší citlivost právě na posun diskurzu. Zaměření na diskurz v poradenském rozhovoru jim může pomoci cíleně sledovat diskurzivní posuny a rozhovor směřovat tam, kam uznají za vhodné.

Mé druhé doporučení směřuje k výzkumníkům, kteří by se rádi zabývali mým výzkumem. Rozsáhlost dat, které jsem měla k dispozici nabízí možnosti dalšího zkoumání. Toto zkoumání může být hlubší, přinést jiné subjektivní poznatky, které mohou být porovnány s mým výzkumem, nebo dovolují zkoumat data z jiného úhlu pohledu.

Bibliografický seznam

BERG, Bruce L. 2001. *Qualitative research method for the social sciences*. Vyd. 4. Long Beach: California State University. ISBN 0-205-31847-9.

BUKOVÁ, Vendula. 2012. *Narativní terapie u dětí traumatizovaných rozvodem rodičů*. Praha (diplomová práce). Univerzita Karlova, Filosofická fakulta, Katedra sociální práce.

BURR, Vivien. 2003. *Social constructionism*. Ed. 2nd. Hove: Routledge. ISBN 0-415-31760-6.

DRULÁK, Petr. 2008. *Jak zkoumat politiku: kvalitativní metodologie v politologii a mezinárodních vztazích.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-385-7.

ERICKSON, Milton H. a Ernest L. ROSSI. 2009. *Hypnotické světy: Klinická hypnóza a nepřímá sugesce*. Brno: Emitos. ISBN 978-80-87171-12-7.

FREEDMAN, Jill a Gene COMBS. 2009. *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-549-3.

GJURIČOVÁ, Šárka a Jiří KUBIČKA. 2009. *Rodinná terapie: systematické a narativní přístupy*. Vyd. 2. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2390-7.

HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana. 2002. *Úvod do speciálního poradenství.* Liberec (Studijní texty pro distanční studium). Technická Univerzita v Liberci: Katedra pedagogiky a psychologie. ISBN: 80-7083-659-8.

CHENAIL, Ronald J. 1995. Recursive Frame Analysis. *The Qualitative Report* [online]. **2**(2), 1-14 [cit. 2024-03-07]. ISSN 1052-0147. Dostupné z: https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2062&context=tqr

JANÁK, Dušan. 2017. *Metody a techniky sociálního výzkumu* [online]. Opava [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: https://is.slu.cz/el/fvp/zima2019/UPPVFK019/um/skripta_2017_METODY_A_TECHNIKY_SOCIALNIHO_VYZKUMU_2017_nova_akreditace.pdf

KEENY, Hillary, Bradford KEENY a Ronald CHENAIL. 2012. Recursive Frame Analysis: A Practitioner 's Tool for Mapping Therapeutic Conversation. *The Qualitative Report*. **17**(38), 1-15.

KEENY, Hilary, Bradford KEENY a Ronald CHENAIL. 2015. *Recursive frame analysis: A Qualitative Research Method for Mapping Change-Oriented Discourse* [online]. The Qualitative Report [cit. 2024-01-06]. Dostupné z: https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=tqr_books

KOLÁČKOVÁ, Anna. 2020. *Momenty diskursivního posunu v konzultacích*. Olomouc (diplomová práce). Univerzita Palackého, Cyrilometodějská teologická fakulta, Katedra křesťanské sociální práce.

KUČEROVÁ, Lujza Mária. 2022. *Diskurzívne posuny a premeny pozícií aktérstva v poradenských konzultáciách zameraných na riešenie*. Olomouc (diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci, Cyrilometodějská teologická fakulta, Katedra křesťanské sociální práce.

KRATOCHVÍL, Stanislav. 1999. *Experimentální hypnóza*. Vyd. 2. Praha: Academia. ISBN 80-200-0679-6.

KRATOCHVÍL, Stanislav. 2009. *Klinická hypnóza*. Vyd. 3. Grada. ISBN 978-80-247-7013-0.

MARTÍNKOVÁ, Jana. 2020. *Analýza momentů diskurzivního posunu v rodinné terapii*. Olomouc (diplomová práce). Univerzita Palackého, Cyrilometodějská teologická fakulta, Katedra křesťanské sociální práce.

MATOUŠEK, Oldřich. 2003. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-549-0.

MATOUŠEK, Oldřich a kol. 2008. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-502-8.

MCLEOD, John. 2003. *Doing counselling research*. Vyd. 2. London: SAGE Publications. ISBN 0-7619-4107-X.

MIOVSKÝ, Michal. 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Psyché. Praha: Grada publishing. ISBN 80-247-1362-4.

O'HANLON, Bill. 2009. *A Guide to Trance Land:* A Practical Handbook of Ericksonian and Solution-Oriented Hypnosis. W. W. Norton & Company. ISBN 978-0-393-70918-6.

PIVOLUSKOVÁ, Hana, Tomáš ŘIHÁČEK, Michal ČEVELÍČEK a Lucia UKROPOVÁ. 2021. Are client- and therapist-identified significant events relatedto outcome?: a systematic review. *Psychology Quarterly* [online]. **34**(1), 1-20 [cit. 2024-01-06]. Dostupné z: doi:10.1080/09515070.2019.1642851

POKLUDA, Jan. 2019. O kouzlení a pilné práci: kazuistika vycházející z přístupu na řešení orientované hypnózy. *Psychoterapie*. **13**(1), 40–51. ISSN 1802-3983.

PROCHASKA, James O. a John C. NORCROSS. 1999. *Psychoterapeutické systémy: průřez teoriemi*. Vyd. 4. Praha: Grada. ISBN 80-7169-766-4.

PROCHÁZKA, Roman, Jan ŠMAHAJ, Marek KOLAŘÍK a Martin LEČBYCH. 2014. *Teorie a praxe poradenské psychologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-4451-3.

ŘÍHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK, Roman HYCHTYCH a kol. 2013. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova Univerzita. ISBN 978-80-210-6382-2.

STRNAD, Vratislav a Alžbeta NEJEDLÁ. 2014. *Základy narativní terapie a narativního koučinku*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0729-0.

SKORUNKA, David. 2008. *Narativní přístup v psychoterapii: Pohled psychoterapeuta a klienta*. Brno. (disertační práce). Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, Katedra psychologie.

SVOBODA, Jan. 2012. *Poradenský dialog*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-590-9.

TIMULÁK, Ladislav. 2007. Identifying core categories of client-identified impact of helpful events in psychotherapy: A qualitative meta-analysis. *Psychoterapy Research*. Routledge, **17**(3), 305-314. ISSN 1468-4381. Dostupné z: doi:10.1080/10503300600608116

TIMULÁK, Ladislav. 2010. Significant events in psychotherapy: An update of research findings. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* [online]. (83), 421–447 [cit. 2024-01-06]. Dostupné z: doi:10.1348/147608310X499404

ÚLEHLA, Ivan. 2004. *Umění pomáhat*. Vyd. 2. Praha: SLON. ISBN 80-85850-69-9.

VÁVRA, M. 2006. *Tři přístupy k analýze diskurzu – neslučitelnost nebo možné syntézy?* Soubor příspěvků z 2. Doktorandské sociologické konference, s.49–66.

WILLIAMS, Daniel a Heidi LEVITT. 2007. *Psychotherapy Research* [online]. **17**(1), 66-82 [cit. 2024-01-16]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/225274049_Principles_for_facilitating_agency_in_psychotherapy

YAPKO, Michael D. 1990. *Trancework: An introduction to the practice of clinical hypnosis*. Ed. 2nd. New York: Brunner/Mazel. ISBN 978-0876305683.

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách – znění od 1. 1. 2024. In: *Zákony pro lidi.cz* [online]. © AION CS 2010–2024 [cit. 3. 3. 2024]. Dostupné z: https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-108#f3010221

ZATLOUKAL, Leoš. 2011. Práce s „podvědomím“ v (hypno)terapii zaměřené na řešení představená na příkladu z praxe. *Psychoterapie*. **5**(1), 26-40. ISSN 2695-0200.

ZATLOUKAL, Leoš. 2020. Diskurzivní a konverzační analýzy ve výzkumu psychoterapie a poradenství. Psychoterapie [online].14(1), 28-43 [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: https://journals.muni.cz/psychoterapie/article/view/12745/11372. ISSN 1802-3983

ZBORNÍK, Tadeáš Samuel. 2021. Kroměřížský kurz hypnózy. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi* [online]. **2021**(4), 241-242 [cit. 2024-01-20]. Dostupné z: https://www.aplp.cz/wp-content/uploads/2021/12/12zbornik.pdf

ZEIG, Jeffrey K. a W. Michael MUNION. 2007. *Milton H. Erickson*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-024-9.

ŽITKOVÁ, Karolína. 2020. *Kritická diskurzivní analýza návrhu zákona o přídavku na bydlení*. Hradec Králové (diplomová páce). Univerzita Hradec Králové, Filosofická fakulta, Ústav sociální práce.

Seznam obrázků

Obrázek 1: Ukázka práce v programu ELAN 30

Obrázek 2: Ukázka práce v Microsoft Excel 31

Obrázek 3: Ukázka práce s tříaktovou strukturou 32

Obrázek 4: Obrazné znázornění terapeutického sezení (Keeny a kol., 2012, s. 4-5). 33

Seznam tabulek

Tabulka 1: Posun diskurzu v analýze č. 1 39

Tabulka 2: Zakázka – významný moment diskurzivního posunu 40

Tabulka 3: O hypnóze: významný moment diskurzivního posunu 42

Tabulka 4: Dojmy – významný moment diskurzivního posunu 43

Tabulka 5: Posun diskurzu v analýze č. 2 47

Tabulka 6: Lynnea – významný moment diskurzivního posunu 47

Tabulka 7: Fotbalová hra – významný moment diskurzivního posunu 49

Tabulka 8: Dopis – významný moment diskurzivního posunu 50

Tabulka 9: Posun diskurzu v analýze č. 3, I. část 55

Tabulka 10: Ovládání pocitů – významný moment diskurzivního posunu 57

Tabulka 11: Práce s nevědomím – významný moment diskurzivního posunu 59

Tabulka 12: Využití prožitých zkušeností – významný moment diskurzivního posunu 59

Tabulka 13:Posun diskurzu v analýze č. 3, II. část 63

Tabulka 14: Příběh o pacientce – významný moment diskurzivního posunu 65

Tabulka 15: Perspektiva pohledu – významný moment diskurzivního posunu 67

Tabulka 16: Ukončení hypnózy – významný moment diskurzivního posunu 68

Přílohy

Příloha č. 1: Poradenský rozhovor pod vedením Billa O'Hanlona

K	„Můžu se napít?“
T	„Jistě.“
K	„Ano.“
T	„Ano. Prosím.“
T	„Tak.“
T	„Tak. Tak jsme se tady sešli.“
K	„Já nevím, nevím, o čem mám mluvit nebo co vám mám říkat.“
T	„No já vám položím pár otázek,“
K	„Dobře.“
T	„takže se nemusíte obávat.“
K	„Dobře.“
T	„Bude to na mně.“
K	„Ano.“
T	„Tak, já…dostal jsem email, takže…dozvěděl jsem se o vás.“
K	„Ano.“
T	„Hm, dvě nebo tři věci nejspíš. Jedna je…kdybyste vstala a odešla odsud zpátky do vašeho života, jak byste zjistil, že to, co jsme tady udělali… opravdu se něco změnilo? Tak to je jedna věc, položím vám tři otázky a odpovíte, na cokoliv budete chtít.“
K	„Dobře.“
T	„Teď…to nás vede zpátky k tomu, co byste řekl, že je…že je ta potíž nebo problém nebo ta věc, kterou chcete změnit, a třetí věc se týká toho, co jste doposud vyzkoušela a co z toho fungovalo a co ne? To jsou tři věci, které mi pomůžou se tak trochu lépe zorientovat.“
K	„Dobře. Hm…to první bylo, co bych“
T	„Ano, jak byste poznala, že je…že je vše v pořádku, když se teď vrátíte do života, buď až odsud odejdete nebo z toho, jak žijete?“
K	„Kdybych odsud dnes odešla? Jak by mi bylo? No…asi bych řekl, že přesně nevím, Bille…“
T	„To je v pořádku.“
K	„Jak bych to poznala? Asi by mě to povzbudilo, myslím…kdybych měla pocit, že to šlo dobře, kdybych“
T	„Cítíte naději, cítíte“
K	„Naději!“
T	„Naději.“
K	„Naději, ano. Měla bych naději, protože se necítím…až do tohoto týdne mi nebylo dobře, bylo mi bídně, měla jsem pocit, že to nikam nevede, že nic nedělám.“
T	„Aha, takže prostě bez elánu a bídně?“
K	„Ano…a nespala jsem, jsem celou noc vzhůru.“
T	„Hm.“
K	„Dny trvají sto let a noci jsou ještě delší. Protože…nic nedělám, tak nemám proč si sednout a přemýšlet, jenom o dalším dnu, který začne ve stejném křesle,“
T	„Aha.“
K	„protože nemá smysl jít si lehnout.“
T	„Aha.“
K	„Ale tento týden jsem začala chodit do počítačového kurzu.“

T	„Ano?“
K	„Je to…angličtina. Protože…nikdy jsem nechodila moc do školy,“
T	„Aha, aha.“
K	„Ve škole jsem nic nedělala a…hodně se stydím za to, jak píšu a jak mluvím a podobné věci. Ten kurz dělám jen pár dnů, ale dalo mi to trochu…trochu sebedůvěry.“
T	„Dobře, takže“
K	„Tak.“
T	„na to se můžete těšit.“
K	„Ano.“
T	„Měla byste víc naděje v celé té situaci…“
K	„Říkám si, že bych možná v budoucnu mohla pracovat. Ráda bych, protože je mi padesát, mám ještě 10, 15 let práce před sebou.“
T	„Ano.“
K	„Ráda bych měla víc…“
T	„Ano.“
	„…ale, hm…“
Neznámý	„Promiňte, že vás přerušuji, mám zavřít ta okna nebo aspoň přivřít?“
T	„Jo, protože myslím, že by se tu mohlo trochu oteplit.“
Neznámý	„Je trochu teplo, ale jen přemýšlím nad tím hlukem.“
T	„Ne, ne, to je v pořádku. To je na vás.“
T	„Teď je to v pohodě, takže.“
Neznámý	„Omlouvám se za vyrušení.“
T	„Je to o trochu lepší, A pokud je to ještě hlasitý, můžete přijít a...“
Neznámý	„Ano.“
K	„Hm…ano, ráda bych si myslela, že mám před sebou nějakou práci“
T	„Jistě.“
K	„Vlastně bych rád psala…ráda bych…napsala jsem hru, Bille, napsala jsem, protože už jsem párkrát byla ve vězení a taky jsem byla několikrát v psychiatrické léčebně nebo na oddělení a…já mám…hodně jsem sportovala a hrála jsem fotbal v Evropě a dělala jsem spoustu takových věcí. A mám celkem dost historek.“
T	„Takže máte historky?“
K	„A napsala jsem hru pro společnost, co se jmenovala Čistá práce, kterou jsem představila ve vězení…a…já jsem…ročně dělají jedno profesionální a jedno amatérské představení…napsala jsem…jim to amatérské představení pro rok 94. Bylo to o psychiatrickém oddělení v ženské věznici. A proběhlo to dobře, takže o tom teď celkem hodně přemýšlím.“
T	„Je to vlastně spojené s tím kurzem angličtiny a větší sebedůvěrou,“
K	„Ano, ano.“
T	„s vaší schopností používat jazyk a psát.“
K	„Ano.“
T	„Takže…chcete mít pocit, že…můj život je užitečný, něco dělám, něčím přispívám, vyprávím příběhy, které je potřeba říct, a nějak se vyjadřuji…“
K	„Ano, ano.“
---5 minut	
T	„takže díky tomu jste začala v poslední době cítit naději.“
K	„Správně.“
K	„Dobře, hm.“
T	„A to je, co zafungovalo a co naopak nefungovalo? Když jste seděla a přemýšlela o životě nebo jste byla vzhůru celou noc, což není legrace.“
K	„Deprese, hm.“

T	„To není legrace, člověku to sebere elán, chápete, tím, že je to každý den stejné… a když se dívám do budoucna, vypadá to, že to bude stejné ještě dlouho.“
K	„To ano.“
T	„Když se díváte dopředu a říkáte si…můžu pracovat, můžu psát, můžu dělat užitečné věci a tvůrčí věci nebo se nějak realizovat nebo nějak světu přispívat“
K	„Ano.“
T	„tak…zdá se, že to vypadá mnohem nadějněji, obecně.“
K	„Ano.“
T	„Chcete se vydat spíše tímto směrem než…a méně zůstávat v tom…být vzhůru celou noc, posedávat…celý den jen tak posedávat“
K	„Ano, určitě.“
T	„a být v depresi, bez elánu?“
K	„No já…víte, nechodím moc mezi lidi, mám…znám hodně lidí a zvou mě na různé akce, ale já tam nechodím, protože nemám o čem mluvit. Protože jsem neudělala nic, o čem bych mohla mluvit.“
T	„Dobře. Není moc co ukázat, že?“
K	„Já vím…třeba zvedání telefonu, já ne…já už ani nezvedám telefon a neotevírám dveře, já…já jsem se tak nějak izolovala.“
T	„Možná proto se na tom teď snažíte nějakým způsobem pracovat? Proto je účast na tom kurzu tak důležitá?“
K	„Ano. Naprosto. Naprosto.“
T	„Protože jste mezi jinými lidmi“
K	„Ano.“
T	„a proto je to trochu méně depresivní…“
K	„Ano.“
T	„…jde o to, že…že jste prostě venku a…jenom nesedíte doma a nepřemýšlíte o tom, co neděláte“
K	„Ne.“
T	„nebo o tom, jak to nejde. Možná se posouváte k tomu, že budete víc psát“
K	„Ano.“
T	„…že si budete víc věřit a bude se toho víc dít, takže až budete s někým mluvit, budete mít o čem mluvit.“
K	„Ano.“
T	„Výborně, to zní moc dobře. Tak. Jdeme domů, vedete si skvěle!“
K	„Ano.“
T	„Ne…já…podíváme se, jestli to můžeme nějak zjednodušit? Teď…mi řekněte…tohle je jiná otázka, ale…vy a Ken jste spolu trochu mluvili o hypnóze,“
K	„Ano.“
T	„a to je jedna z věcí, kterou se zabývám.“
K	„Ano.“
T	„Proč hypnóza? Co vás na ní přitahuje?“
K	„No…ale…důvod, proč jsem začala uvažovat o hypnóze, byl, že…jsem byla těžký kuřák. A zoufale jsem chtěla s kouřením skončit, a když jsem to nemohla udělat sama, tak jsem zaplatila fakt opravdu hodně peněz a šla jsem na Harley Street nechat se zhypnotizovat,“
T	„Hm, hm.“
K	„ale nikdy to nefungovalo.“
T	„Aha.“

K	„Dali mi dvě nebo tři sezení zdarma, protože na poprvé to nikdy nefungovalo. A to je všechno, odešla jsem a zklamalo mě to, protože to nezabralo, protože jsem vyšla ven, sedla si do taxíku a zapálila jsem si. K ničemu to nebylo.“
T	„Skvělé.“
K	„Hm…po pár měsících jsem to zkusila znovu…jinde…znovu jsem to zkusila a zaplatila, ale nešlo to, zase jsem dostala sezení zdarma, nefungovalo. Pak…jsem to zkusila ještě jednou, rozčarovalo mě to.“
T	„Aha.“
K	„Já…nějak jsem tomu přestala věřit.“
T	„Hm, hm.“
K	„Víte, slyšela jsem…slyšela jsem, mluvila jsem s pár lidmi, u kterých to zabralo, a trochu jsem jim záviděla.“
T	„A pořád vás to láká, i když jste to už zkoušela?“
K	„Ano láká, opravdu mě to láká.“
T	„Co vás na tom láká? To by mě zajímalo. Proč? Proč vás to přitahuje nebo je to zajímavé?“
K	„Hm…protože nic jiného mi taky nezabralo.“
T	„Dobře…takže vy jste vyzkoušela ty standardní, přímé způsoby, jak se…“
K	„Ano, ano.“
T	„Přestala jste někdy kouřit?“
K	„No…ano, ale já…mám prostě pocit, že…už po nich zase sáhnu. Nemám pocit, že bych…“
T	„Dobře, jistě, chápu…“
K	„Hm.“
T	„Ano.“
K	„Ano.“
T	„Dobře. Takže co…jaké věci byly…když mě Harvey odtud kontaktoval…já…on v tom emailu psal, že to nefungovalo a mě to…nepřekvapuje, protože“
K	„Ne.“
T	„mám k hypnóze jiný přístup“
K	„Hm.“
T	„vlastně ten druhý přístup se mi moc nelíbí…“
K	„Aha.“
T	„Jsem trochu předpojatý, mám předsudky vůči“
K	„Aha.“
T	„protože je to samé „udělej tohle, udělej tamto“.“
K	„Ano.“
T	„Já…mně se ten přístup nelíbí,“
K	„Ne.“
T	„to, co zkusíme spolu, bude velmi jemné,“
K	„Ano.“
T	„je to hodně odlišné, jde to spíš oklikou než přímo.“
K	„Dobře.“
T	„A…no…když jsem byl mladší, je to trochu osobní, byl jsem pohlavně zneužívaný, a když někdo řekne „udělej tohle,“ mám…“
K	„Aha, aha.“
T	„Říkám si „zkus mě přinutit,“ rozumíte.“
K	„Hm, aha.“
T	„Hned jsem tak trochu v opozici“
K	„Ano. Mám to podobně.“

T	„Tento způsob je mnohem jemnější, trochu jako „švédský stůl“, je to možnost, je to možnost, můžete si vybrat, co chcete, a nechat to, co nechcete, takže“
K	„Zní to zajímavě.“
T	„Myslím, že je to trochu úspěšnější u“
K	„Ano.“
T	„u větší“
K	„Ano.“
T	„skupiny lidí.“
K	„Ano.“
T	„Takže když mi Harvey řekl, že už jste to několikrát zkoušel, pro mě to nehraje vůbec žádnou roli.“
K	„Aha.“
T	„Myslím, že tohle je jiný přístup. A…nic nefunguje pro všechny, ale tohle by se mohlo…“
K	„Aha.“
T	„k vám dostat.“
K	„Bille, opravdu mě to velmi zajímá.“
T	„A tak…rád bych vám položil ještě jednu otázku nebo ještě něco upřesnil. Četl jsem hodně o výzkumech mozku,“
K	„Ano.“
T	„protože moje vzdělání terapeuta bylo spíš praktické a neměl jsem tolik znalostí z vědy. Spíš, jak mluvit k lidem“
K	„Aha.“
T	„a jak jim pomoct se změnit. Ale nedávno jsem začal číst o všech těch výzkumech a oni přišli na to, že v mozku se jakoby…vytvoří rýhy, když děláte to samé pořád dokola a když pořád stejně přemýšlíte. Tak se v mozku vytvoří takové rýhy a vzorce a koleje. “
K	„Hm. “
T	„A když uděláte něco nového nebo přemýšlíte o něčem novém, věci se najednou mohou změnit. Hodně mě to zajímá, takže…všimnul jsem si…u vás dvou věcí, které mohou vyvolat tuto reakci.“
K	„Aha.“
T	„Jedna je, že jste se rozhodla pro ten počítačový kurz a kurz angličtiny. To začne měnit zajeté koleje ve vašem mozku…přišli na to, že deprese nebo sklíčenost právě používají ty koleje, které se týkají každodenních stereotypů a stejného způsobu myšlení, stejné sklíčenosti. Mně připadá důležité, že jste právě nedávno podnikl něco, abyste svůj mozek změnil.“
K	„Ano.“
---10 minut	
T	„Podle výzkumů tak mozek bude otevřenější všemu novému učení,“
K	„Aha.“
T	„říkají, že když se člověk učí na něco hrát, učí se nový jazyk nebo dělá něco jiného, změní místo, kde žije, že mozek zničehonic vytvoří nové možnosti spojení.“
K	„Ano.“
T	„To je pro mě zajímavé, a že vás někde v koutku mysli nebo ve vašem srdci nebo něco. Měla jste tu myšlenku, že hypnóza by mohla být ta cesta, která by vás vytáhla z toho, kde jste.“
K	„Ano.“
T	„A té představy jste se nikdy nevzdala, i když jste to už zkoušela a ono to ne…“
K	„Ano.“

T	„zkrátka…nezabralo to. Ale existuje nějaká…věřím tomu, když vaše srdce a vaše duše říká „toto může být správný směr, nevzdávej se ho. Nevzdávej to.“
K	„Je pro mě těžké věřit lidem,“
T	„Hm, hm.“
K	„Věřím Harveymu a věřím Kenovi.“
T	„Ano.“
K	„Takže, věřím tomu, v co věří oni.“
T	„To je dobře, to je dobře. Zaprvé, že…že je to dobré také pro mozek, říkají, ta spojení“
K	„Hm.“
T	„a důvěra, jak vás dostat z deprese nebo těch starých kolejí, to je dobrá věc. A to, že se přátelíte s Kenem a že…že jste udělala kus práce, to je pro mě také dobré znamení.“
K	„Ano.“
T	„Ve smyslu…že vás to posune směrem, kterým chcete jít.“
K	„Ano.“
T	„Dobře?“
K	„Ano.“
T	„Takže máte chuť setkat se s někým novým?“
K	„Určitě.“
T	„Takže chcete zkusit něco jiného, co jste vůbec neznala, ale protože jim důvěřujete, chcete to vyzkoušet?“
K	„Ano.“
T	„Výborně. Dobře, dobře. Máte nějaké otázky nebo obavy nebo věci, o kterých bychom měli mluvit než“
K	„Ne.“
T	„budete v hypnóze?“
K	„Ne.“
T	„Chci vám říct, že ten přístup, který jste vyzkoušela…možná to bude úplně jiné, protože používám jiný přístup. Druhou věcí je…odstraníme tlak, v tomto přístupu není žádný tlak, není žádný dobrý způsob nebo špatný způsob jak“
K	„Hm.“
T	„jak to udělat. Jak to budete prožívat, tak to budete prožívat.“
K	„Dobře.“
T	„I kdybyste v sobě uslyšela hlásek, který říká „tohle nebudu dělat, chce, abych udělal tohle nebo…měla bych tohle dělat.“ Nechejte to plynout“
K	„Dobře.“
T	„jděte dál a nijak se k tomu nepřipoutávejte.“
K	„Dobře.“
T	„Protože…někdy to překáží, když se člověk příliš snaží, aby se to povedlo nebo aby to dělal správně, protože já věřím, že každý má svůj vlastní způsob, jak se dostat do transu,“
K	„Hm.“
T	„tedy způsob, jak se lépe dostat do transu,“
K	„Hm.“
T	„a nemá ho nikdo jiný.“
K	„Ano.“
T	„Je to váš způsob.“
K	„Hm.“
T	„Dobře?“
K	„Ano, výborně.“
T	„Dobře. Takže kromě tohoto už nemám další otázky“
K	„Ne, ne.“

T	„Mám nejspíš všechno, takže pojďme“
K	„Ne. Dobře.“
T	„začít.“
K	„Dobře.“
T	„Tak fajn. Ještě jednou, není žádný správný nebo špatný způsob, jak to udělat a…já budu mluvit trochu zvláštním způsobem“
K	„Dobře.“
T	„Změním rytmus. Trošku změním hlas. A…ze začátku se možná bude zdát, že se nic neděje, nechte to být a uvidíme.“
K	„Dobře.“
T	„Zjistíme to.“
K	„OK.“
T	„OK. Tak dobrá. Ještě jednou, říkám, že můžete prostě zůstat tam, kde právě jste,“
K	„Hm, hm.“ *(K zaujatě naslouchá T, zpomaluje dech)*
T	„není žádný správný nebo špatný způsob, jak to udělat.“
K	„Stejně jako…možná vám říkali, že musíte zavřít oči nebo se uvolnit, nic takového, jestli, jestli se vám oči zavřou nebo je chcete zavřít, je to v pořádku. Jestli je chcete nechat otevřené, je to v pořádku. Záleží opravdu jen na vás a řekl bych, že nezáleží jen na vaší vědomé mysli, která dělá určitá rozhodnutí, ale že záleží také na vašem nevědomí nebo na vašem srdci nebo duši nebo jakékoliv hlubší části vašeho já a na tom, co udělají další vaše části.“
T	„Některá rozhodnutí uděláte vy. Takže se můžete rozhodnout, že necháte oči otevřené a vaše tělo nebo vaše mysl, nevědomá mysl, mohou později rozhodnout vaše oči zavřít. Není to jen jedna rovina rozhodování, věřte všem rovinám, že udělají to rozhodnutí nebo ta rozhodnutí.“
K	„Hlavní věc je, že není žádný správný nebo špatný způsob, jak to udělat. Žádný správný nebo špatný způsob myšlení. Žádný správný nebo špatný způsob, jak se cítit, prostě buďte přesně tam, kde zrovna jste. Nesnažte se, aby se něco stalo, protože právě ten rytmus vás vlastně přivede do transu.“
T	„Jde vlastně o spojení se sebou samým, na hlubší úrovni a udělalo na mě velký dojem to, že dokážete věřit sama sobě, a navíc věříte Kenovi a věříte Harveymu.“
K	„Jde o určitou jemnou důvěru, věřit svému vnímání, takové je to trochu i v tomto procesu, být schopen si věřit na jakékoliv úrovni, kde si potřebujete věřit.“
T	„Jít na takovou úroveň transu nebo hypnózy, která je pro vás nejvhodnější. Když se já dostávám do transu, tak si všimnu, když nechám otevřené oči, je že…jedna z prvních věcí, kterých si všimnu, to nemusí platit pro vás, něco se začne opticky měnit.“
---15 minut	
K	„Takže tvář osoby se nějak začne měnit. Někdy vidím auru nebo někdy začnou vystupovat jednotlivé části obličeje nebo naopak mizí. Někdy to vypadá skoro jako obraz od Picassa, kdy se začne měnit jen jedna část obličeje.“
T	„Možná začnete vidět jinak, když se budete dostávat do transu, anebo to bude něco úplně jiného. Pro některé lidi je to určitý tělesný pocit. Někdo si myslí, že se musíte uvolnit, abyste se dostala do transu, ale nemusíte se uvolnit, někteří lidé jsou docela neuvolnění, když se dostávají do transu.“
K	„I to se může stát, že se postupem času uvolníte více, nebo možná zjistíte, že jste přestala vnímat některé části svého těla, já přestávám vnímat svoje ruce, po chvíli sice vím, že tam pořád jsou, ale přestanu vnímat, kde přesně jsou.“
T	„Rozumově vím, kde jsou, ale necítím je. Takže možná něco takového. Může to být něco vnitřního, mám na mysli něco, někteří lidé vidí ve své mysli barvy. Někteří lidé mají jiné pocity, někteří lidé mají pocit, jako kdyby ani neseděli na židli, jako by byli v jiné části

	místnosti nebo se nějakým způsobem naklánějí. Něco s tělem se změní, vnímání těla, a zase…není žádný správný nebo špatný způsob.“
T	„Cokoliv se bude dít, nechejte to proběhnout. Jakýmkoliv způsobem. Někdy přemýšlím o hypnóze jako o zemi možností. Je to místo, kam můžete vejít, stejně jako když děláte ten kurz a objeví se nové možnosti. *(K zavírá oči)* Vím, co to pro vás znamená, ale nová spojení v mozku, nová emoční spojení a možná někdy jako dítě jste zažila ten pocit možností a naděje, co se stane, až vyrostete. Možná ne.“
T	„Možná když jste psala svoji hru, byl tam ten pocit možností. Že jste se skutečně dotknula toho, kdo jste. A jak se ve světě vyjadřujete. Možná, když vaše hra měla úspěch, byl tam pocit vzrušení a možnosti. A myslím, že právě to bych chtěl vyvolat, to hluboké spojení ve vás, abyste se znovu spojila s tím pocitem možností, s pocitem vzrušení, s tím pocitem naděje. Pocit, že věci se mohou změnit, pocit, že věci se mění a mezi nimi je Mo, který se pořád rodí, pořád se noří hlouběji. Že, jak jste řekla, pořád vás čeká život. Čeká vás práce, existuje život a práce, které zůstaly nevyjádřeny, a všechny ty těžkosti, kterými jste si prošla, pokud mohou přispět k vašemu psaní, pokud mohou přispět k vaší kreativitě, mohou vypadat jinak, když se na ně díváte zpětně.“
T	„Nechejte, jistěže jste prožila život, jistěže máte mnoho zkušeností, a ne všichni mají tyto zkušenosti, a i když některé byly opravdu těžké, možná…by to vlastně mohly být užitečné zkušenosti pro vás i pro ostatní. A kdyby se ostatní lidé mohli poučit z vašich postřehů, z vašich znalostí, pokud by je dojalo to, co jste viděla nebo čím jste trpěla. Že můžete přinést poučení z některých těch temných chvil, z některých těch těžkých chvil, z některých těch děsivých chvil, z některých z těch bolestných chvil.“
---20 minut	
T	„Přinést je ven světu. A vynést je na světlo. A něco ve vás věří ve vaše možnosti, nikdy se to nevzdalo, někteří lidé ve vaší situaci přestanou úplně doufat. Něco ve vás se nenechalo vzdát. Nevím proč, alespoň tohle o vás vím. Věci, které by mohly zavalit jiné lidi, možná na chvíli zavalily vás, ale pak jste se začala z těch sutin dostávat ven. Možná jste vystrčila jen malíček, abyste dosáhla na vzduch a na světlo, na život. A vytvořila jste si určité spojení, spojení s Kenem, spojení s Harveym, spojení s lidmi, kteří nazkoušeli tu hru. Možná i jiná spojení.“
T	„Mluvila jste o tom, že jste navázala silné vnitřní spojení. Také silné spojení s budoucností. Když z toho vyjdete, je to správné. Nové možnosti se mohou objevit a také jste se spojil se zdrojem energie uvnitř a nad vámi.“
T	„V transu se ještě stává, mně se někdy stává, že moje prsty se maličko pohybují, někdy se to stane, je to trochu jako když se díváte na psa nebo kočku, kteří spí a sní, jejich packy se trošku pohybují, to se někdy v transu stává, tyhle malé automatické pohyby, které ukazují, že tělo a nevědomá mysl, vaše hlubší já, pracují společně, skrze tělo, aby pomohly vytvořit více spojení v mozku, více emočních spojení.“
T	„Že se něco mění a zrovna nedávno jste udělala změny, které vytvořily trochu pocitu naděje a sebedůvěry. Bylo by hezké získat trochu víc toho pocitu naděje nebo možná mnohem víc naděje a mnohem víc sebedůvěry.“
T	„Cestou sem jsem na iPodu poslouchal rozhovor se spisovatelkou, která vyrostla a měla dyslexii, ale stala se spisovatelkou, říkala, že její učitelé, tehdy o dyslexii vůbec nevěděli, tak řekli, že není schopná naučit se číst a že se jí ve škole nikdy nebude dařit, ve škole se jí nedařilo, v tom měli pravdu, ale nakonec jí něco v srdci řeklo, že je vypravěčka, že musí najít způsob, jak vyprávět příběhy, ale její psaní na vyprávění příběhů nestačilo, protože byla opravdu dobrá vypravěčka. Musela se naučit psát. A ona se opravdu naučila

	psát, bylo to pro ni těžké, ale naučila se to. Naučila se dostat příběhy ze svého srdce, ze své mysli, ze své duše. Ven na papír.“
T	„Někdy…co je uvnitř, opravdu to dá práci, vyjádřit to navenek. Víc a víc můžete tvořit svoje vnitřní spojení, se svým srdcem, s vaší duší, s vaší radostí. Uprostřed sklíčenosti a deprese. S vaší energií, uprostřed doby, kdy jí budete mít málo, a také tvořit spojení se světem venku. Stejně jako jste to udělala, když jste napsal vaši hru, inscenovala ji, to je spojení.“
T	„Mluvíme o spojení…o spojení uvnitř, spojení venku a pak možná o další úrovni spojení, s něčím nad vámi a ostatními lidmi. Můžete tomu říkat duševno, spiritualita, nebo duše nebo energie nebo vesmír. Něco většího, než jste vy, co přichází skrze vás. Hluboko ve vás, vyjadřuje se skrze vás a skrze vaše spojení s ostatními lidmi.“
---25 minut	
T	„A teď…nic co byste musel uskutečnit, ale co můžete nechat, aby se stalo, cokoliv se ve vás objeví, nevím, co vám bude vyhovovat. Nevím, co je vaše radost, nevím, kde je vaše energie, nevím, kde je vaše kreativita, nevím, kde přesně je vaše naděje, i když jsem o tom už něco slyšela. Mám pocit, že je to ve vašem psaní, alespoň částečně, je to v příbězích, alespoň částečně, v tom, že vezmete rány, které jste utrpěla a nějakým způsobem vyléčíte rány světa a vaše rány a rány ostatních lidí tím, že budete vyprávět svoje příběhy.“
T	„Tím, že lidem předáte vaše postřehy, vaše znalosti, vaše těžce nabyté znalosti, někdy bolestně nabyté znalosti. A postřehy, do života.“
T	„To je správné. A vy můžete dát hodně, stejně jako můžete prožít hodně, možná je to jako baterie, která si uložila energii do zásoby. Jakmile se připojí k tomu správnému přístroji, může nabít lokomotivu nebo auto. Jak jsem mluvil o těch malých pohybech prstů, tak vaše prsty se právě hýbou, nevím, jestli jste si toho už všimla? Někdy vedou k větším pohybům, někdy se dokonce ruka zvedne, to se stalo mně, kdy se sama od sebe zvedá, a tak poznám, že vstupuji do hlubšího spojení se svým nevědomím, svým srdcem, svou duší.“
T	„Ale znovu, cokoliv se stane u vás, tak je to myslím přesně ta správná věc, správná věc, která se má stát. Takže možná to povede k pocitu odpoutání se od rukou a paží, jeden nebo více prstů se může dál pohybovat. Může se stát, že jedna nebo obě ruce se začnou samy od sebe zvedat, nebo také ne.“
T	„Není potřeba na nic tlačit, jestli se to stane, tak se to stane, někdy se to v transu stává. Je to další z těch věcí, které se dějí, když si tvoříte spojení uvnitř a nad vámi. Věřit si ještě víc, spojit se s vaší energií a pocitem možností, spojit se s vaší radostí, což může být divné slovo uprostřed vší té sklíčenosti a deprese, kterou zažíváte, ale radost je k dispozici, radost je možná. Mozek se může rozsvítit, stejně jako se rozsvítil, když přijali a uvedli vaši hru. Stejně jako se rozsvěcuje, když se učíte něco nového v tom počítačovém kurzu, jako se rozsvěcuje, když myslíte na tu možnost, že můžete získat dovednosti, abyste vyprávěla své příběhy. A pak byste se mohla posunout více ven do světa a žít život, ve kterém, až se vás někdo zeptá „co je nového?“ ani nebudete mít dost času, abyste mu všechno vypověděla.“
T	„A mohla byste v noci spát, s pocitem spokojenosti s tím, co jste udělala během dne. S tím, co jste se naučila. S pocitem, že jste něčeho dosáhla, že jste k něčemu přispěla a že jste na cestě k tomu, po čem touží vaše srdce a duše. Že jste na cestě k životu, který máte vlastně žít.“
---30 minut	
T	„A možná to byla křivolaká cesta, která vás sem dovedla, ale svým způsobem to všechno začíná dávat smysl. Že i ty bolestné a těžké věci, dokonce i chyby, pokud o nich tak chcete přemýšlet? Jsou součástí procesu a potřebovala jste si tím projít, abyste se dostala sem a dál.“

T	„Nějak, nějakým způsobem. S nadějí, že nějak, nějakým způsobem, máte co dávat a že je před vámi stále práce, kterou máte udělat. Že něco cenného, že jste naživu, že vaše mysl a vaše srdce, může něčím přispět světu. A je před vámi ještě život, který máte žít.“
T	„A můžete se se sebou spojit rychleji, jděte jen tak hluboko, jak potřebujete, ne hlouběji. Abyste udělala to, co potřebujete udělat, způsobem, kterým to máte udělat. Není to způsob nikoho jiného. Jen váš způsob. Nikoho jiného cesta, jenom vaše cesta.“
T	„A že nějak, uprostřed vší té bolesti, jste byla schopná se spojit se svými příběhy, byla jste schopná napsat to, co jste napsala. A můžete světu kolem něčím přispět a můžete se na sebe naladit a můžete najít přirozenou rovnováhu, a můžete si konečně odpočinout, ve své sebedůvěře, ve své sebedůvěře, odpočinout si ve svém srdci. “
T	„Můžete se v noci opravdu dobře vyspat, možná občas, ale pak častěji a častěji, a jak se mozek změní a spoje na neurologické úrovni se změní, můžete být, ta možnost, že nastane příval změn, jedna změna přinese druhou, ale jen v takovém tempu a takovém stupni, který je pro vás správný a najednou…nové možnosti, které jste nezahlédla z místa, kde jste byla předtím, začnou se objevovat, nové směry, některé z nich vás můžou velmi překvapit, mohou se začít objevovat, a pak můžete sama sebe ocenit za to, že jste se nevzdala, za to, že jste si vlastně dala tu práci, abyste našla pomoc, našla podporu a nějakým způsobem, to znamená, že stále věříte samu v sebe, někde hluboko uvnitř.“
T	„Že pokračujete, v hledání hypnózy, že pokračujete, ve víře, že máte čím přispět, je nějaká práce, kterou máte udělat, navzdory všem odrazujícím myšlenkám, které vás mohly potkat, takže nevím, jestli žádat (34:13) jít ještě hlouběji, nebo jestli vidíte, že jdete hlouběji do přiznání/coming outu *(*pozn. překladatele: „going deeper into the coming out“; z originálu nelze poznat o jaký typ otevření/přiznání se jedná)* nebo jestli si nejste jistá? Prošel jste celou cestou až do transu, to je v pořádku, cokoliv z toho je v pořádku.“
T	„Opravdu je to o změnách, které chcete udělat, pokračovat v pozitivním vývoji posledního týdne a některých pozitivních změnách z minulosti, a opravdu se snažit najít víc rovnováhy mezi těmi skličujícími věcmi a věcmi, které vás povzbuzují, mezi pocitem, že je všemu konec a pocitu, že všechno právě začalo, takže dokážete rozpoznat a ocenit ty skličující a bolestivé věci a zároveň budete vstupovat do možností změny,“
---35 minut	
T	„Možností, že by se mohlo objevit něco jiného, že by se mohlo objevit něco nového, že by dny mohly být jiné, noci by mohly být jiné, že vy byste mohla být jiná, jak se vracíte víc a víc a víc k sobě samé, ale to je možná, že jste na konci života, že jste se narodila, a pak jste od sebe odešla kvůli okolnostem života a pochybám o sobě samé, a traumatům a potížím a jak léta přicházejí a jdou, vracíte se k sobě samé, víc a víc, vracíte se a přijímáte se taková, jaká jste, vracíte se a přicházíte na to, proč tu jste, vracíte se ke svému tělu, vracíte se ke svému srdci, vracíte se ke svým touhám, vracíte se ke svému nadání, vracíte se ke své sebedůvěře, vracíte se ke své sebedůvěře, vracíte se ke své laskavosti.“
T	„To je životní cesta, zpátky k sobě, zpátky k sobě, kde jste vždycky byla a nesmířila jste se, zpátky ke všem těm těžkým věcem, které se staly, a k jejich přetvoření do tvůrčí činnosti, do vašeho psaní, do vztahů s lidmi a do vztahu se sebou samou.“
T	„Že život má, směs, smutku a radosti, beznaděje a naděje, sklíčenosti a možnosti, stejného a nového, práce a hry, odpočinku a činnosti, a pak, jak jdete dál, nacházíte víc a víc, vaší, správné směsi, vždycky to nemusí být nutně v rovnováze, je to vaše směs, té chvíle“
T	„a že do sebe můžete jít tak hluboko, jak potřebujete, a udělat, vytvořit ta hluboká spojení, někdy přetvořená na ocel ohněm utrpení, stejně jako ocel je tím silnější, čím je oheň žhavější.“

T	„Ale ta spojení, s vaším srdcem, s vaší duší, se sebou samým, jsou vytvořená tak pevně, že je nemohou přerušit okolnosti, to, co se stane venku, ale existuje nit, už od dob, kdy jste byla dítě, které se vine vaším životem, základna, ke které se můžete vždycky vrátit, i když to někdy vypadá, jako byste odešla, víc a víc, že si můžete věřit hlouběji, silněji, uvnitř, a s tou důvěrou může přijít víc sebedůvěry, více pocitu sebedůvěry“
---40 minut	
T	„a víc sebevyjádření, skrze vaše psaní, skrze vaše vztahy a rozhovory s lidmi, víc a víc a hluboce, s vírou ve své srdce, s vírou ve svého ducha, s vírou ve svůj vlastní smysl pro věci,“
T	„hlouběji a hlouběji, a pak možná trochu zvláštní myšlenka, kdybyste byla svůj vlastní hypnotizér, svůj vlastní hypnoterapeut, jaké sdělení byste si předala? Něco ve vás, zatímco budu chvíli mlčet, vám může předat vzkazy, které si myslíte, že potřebujete, takže můžete být svůj vlastní zdroj, svůj vlastní průvodce, jestli teď jsou nějaké vzkazy, jestli nejsou, je to v pořádku, které byste si předala v transu, o kterých si myslíte, že by pro vás byly užitečné. Teď nastala ta chvíle, kdy si ty vzkazy můžete předat, já budu v tichosti sedět.“
(pauza 90 s.)	
T	„A někteří lidé si myslí, že když se dostanou do transu, nic neuslyší, budou jakoby vyřazení z provozu, ale myslím si, že trans je obvykle kombinací vaší vědomé mysli, která si všímá věcí okolo, možná zvuků, možná toho, co říkám, možná toho, co cítíte nebo o čem přemýšlíte a také některých podvědomých nebo nevědomých záležitostí, třeba jako ty malé pohyby prstů, o kterých jsem mluvil, a ty ostatní nevědomé věci, které se někdy v transu stávají,“
T	„tak se možná můžete znovu ocenit za to, že jste to riskla a přišla jste sem, setkala jste se s člověkem, kterého jste neznala, riskla jste to, za to, že jste vytrvala a dál jste hledala pomoc, kterou jste chtěla a za…zkrátka oceňte sama sebe za to, že jste prožila to, co jste tady prožila, ne za to, co si myslíte, že jste měla prožít nebo mohla prožít, ale za to, co jste skutečně prožila, v tomto transu, tentokrát,“
T	„a vědět, že něco z toho, o čem jsme mluvili, se objeví okamžitě a bude to očividné, a něco se, z mé zkušenosti vynoří a rozvine v průběhu času, že, toto je začátek procesu, nikoliv, dokončení procesu, a jak začínáme ukončovat tento trans, můžete vědět, že lidem se často stane to, že v průběhu doby, že věci, nové věci se začnou dít, nebo že pokračují, na jiné úrovni,“
---45minut	
T	„zatímco žijete každodenní život, zatímco spíte, na jiné úrovni probíhají procesy, probíhají změny, tvoří se spojení a odpojení. Studoval jsem u učitele, který byl psychiatr, a poté co zemřel v roce 1980, asi o deset let později jsem potkal ženu, která u něho také studovala, přišla do skupiny, kterou vytvořila, bylo to týdenní intenzivní školení hypnózy,“
T	„a on ji jednou požádal, aby zůstala po školení, a on byl ke konci svého života na vozíčku, vyjel na vozíku do zahrady, řekl jí, že by jí chtěl dát nějaké řízky ze svých rostlin, a ji velmi potěšilo, když si pomyslela, že si vybral právě ji, aby jí daroval tímto vzácným dárkem ze své zahrady, a on…dal jí zahradnické nůžky, nůžky, aby si mohla vzít některé jeho rostliny,“
T	„nasměroval ji k první rostlině, řekl jí „střihněte tady“ a ona střihla, „střihněte támhle“ a ona zase stříhala a „střihněte ještě támhle,“ zase střihla a on řekl „takhle to úplně stačí“. Pak jí řekl, aby šla k další rostlině a řekl jí, aby několikrát střihla a když už se mu to zdálo dobré, řekl, že takhle to úplně stačí a takto to udělal asi u čtyř nebo pěti rostlin a když skončili, ta žena měla náruč plnou rostlin, odešla a vzala si je domů a pořád ještě rostou v její zahradě. Cítila se s ním spojená, ale co si uvědomila, asi…sedm nebo osm

	let poté, co u něho studovala, bylo, že si procházela velmi těžkým obdobím ve svém životě, kdy byla sebekritická a pochybovala o sobě, a zničehonic slyšela jeho mírný hlas, uprostřed té krize, uprostřed toho těžkého období, a ona slyšela, slyšela ho, jak jeho hlas říká „takhle to úplně stačí“ a ona si uvědomila, že to, co udělala, úplně stačí a že si v tom může odpočinout.“
T	„A já bych rád poslal stejný vzkaz vašemu srdci, a vaší duši, a vaší mysli, to úplně stačí, a nechám vás s těmi rostlinkami, které můžou růst, ve vašem srdci, ve vaší duši, ve vaší mysli, jsou to kreativní rostlinky, které se můžou změnit ve vaše další hry, ve vaše další vzdělání, ve vaši další naději, ve váš další rozvoj, nevím přesně, co jsou zač, protože si myslím, že vyrostou podle půdy, kam je zasadíte, podle vzduchu, podle slunce a deště a podle živin, které jsou ve vaší zahradě, ve vaší vnitřní zahradě.“
T	„Teď si nechejte minutku nebo dvě hodinového času a tolik vnitřního času, kolik potřebujete na proces, kdy se dáváte celý dohromady a dokončujete tento trans. A snad v budoucnu, když vám okolnosti připomenou tuhle zkušenost, přinesou? (hluk v pozadí 49:00), a to vám připomene, že máte pokračovat, na vaší cestě, pokračovat v cestě kupředu,“
T	„a znovu se spojit s nadějí a se životem. Tak teď vaší vlastní rychlostí, vaším vlastním tempem vás vybízím k tomu, abyste se začala vynořovat z tohoto transu, i kdybyste si nebyla jistá, že jste byla zcela v transu. Tím, že si uvědomíte, že v této současné chvíli sedíte na této židli, na tomto místě a až budete připravená úplně se vrátit, jen otevřete oči a vraťte se úplně zpět do současnosti, na toto místo, k vám ve vašem životě, k vám, jak tu sedíte a mluvíte se mnou a nechejte za sebou v transu to, co patří do transu, a přineste si s sebou z transu to, co patří do každodenního života.“
---50 minut	*(pauza 13 s.)*
T	„Tak je to správné, nespěchejte.“
	(pauza 15 s.)
T	„Ano, nacházíte ruce, nacházíte paže.“
	(pauza 17 s., K protahuje ruce a oddechuje)
T	„Tak, kontrola po přistání Mo, jaké to bylo?“
K	„Ano, fantastické.“
T	„Zdá se, že jste podnikla celkem velkou cestu.“
K	„To ano.“
T	„Řeknete, řeknete mi o ní něco?“
K	„Bylo to jako bych tvrdě spala, ale zároveň jsem byla vzhůru.“
T	„Hm, hm.“
K	„Necítila jsem ruku.“
T	„Vypadala opravdu strnule.“
K	„Ano? Byly hodně těžké.“
T	„Hm.“
K	„No páni, Bille, to bylo vážně dobré.“
T	„Takže, moje zkušenost je, že je to jako sen, že“
K	„Ano.“
T	„si to pamatujete v průběhu, ale někdy části prostě odplují, ale nic, co by pro vás bylo opravdu důležité a“
K	„Hm, těžké.“
T	„nemusíte si z toho pamatovat nic, protože to může zkrátka odejít a znovu…možná je to pro jinou úroveň, ale…něco zvláštního, co pro vás bylo důležité? O čem chcete mluvit nebo se na to zeptat?“
K	„Cítím se dobře.“
T	„Hm.“

K	„No…ne, je toho tolik. Cítím naději.“
T	„To bylo naše téma.“
K	„Možná se to podaří. No páni.“
T	„Hm, vážně, přiveďte zpátky ruce a paže.“ *(K propíná prsty na rukou)*
K	„Páni. Bylo to úžasné, Bille.“
T	„Myslím, že vám to opravdu šlo. Jak“
K	„Ano.“
T	„jste říkala, že to dřív nefungovalo, mně přijde, že se dostáváte do transu velmi dobře.“
K	„To ano. Ano.“
T	„Šla jste do toho na přímo.“
K	„Ano. Pamatuju se, že jsem se na vás dívala, ale těžkly mi oči.“
T	„Hm.“
K	„a chci říct, že jsem mrkala,“
T	„Ano.“
K	„mrkala jsem, abych udržela oči otevřené.“
T	„Tak.“
K	„Bylo to úžasné. Ráda bych vstala.“ *(K vstává a protahuje se)*
T	„Jistě, to je v pořádku. Dobrý nápad.“
K	„Uf, páni, cítím se dobře.“ *(K si sedá do předklonu)*
T	„Hm, hm.“
K	„Zpřeházená, Jsem zpřeházená, ale… víte.“
T	„Je to v pořádku?“
K	„Je to skvělý, je to tak skvělý, Bille, moc vám děkuju.“
T	„Mám pocit, jako bychom tu cestu podnikli spolu.“
K	„No to jsme udělali.“
T	„Je to“
K	„No…uf, moje ruce, jako by byly předtím oteklé.“ *(K si protahuje prsty na rukou)*
T	„Hm, hm.“
K	„Ale už, už zase mají normální velikost.“
T	„Ha, ha.“
K	„Uf, to bylo úžasné. Jak dlouho to děláte, Bille?“
T	„Asi třicet let.“
K	„Tak dlouho, vážně?“
T	„Ano. Naučil jsem se to na“
K	„Aha.“
T	„konci 70. let, v roce 78“ *(K si sedá do předklonu)*
K	„Hm. “
T	„V roce 77 jsem jel na workshop, ale opravdu jsem se to naučil v roce 78.“
K	„Aha.“
T	„Ano.“
K	„Ano. Úžasné.“
T	„Mám to rád. Pořád se učím něco nového,“
K	„Vážně?“ *(K se opírá v křesle)*
T	„Myslím, víte, no, však víte, dostanete se na určité místo, na určitou rovinu a pak se naučíte něco nového.“
K	„Hm, hm.“
T	„Je to pořád, protože každý člověk je jiný.“
K	„Hm.“
T	„A každá situace je jiná,“

K	„Hm, hm“
T	„takže…to pořád měním a učím se něco nového, určité věci se vždycky opakují, ale, je to pro mě čest, že můžu takto pracovat s lidmi“
K	„Hm.“
T	„a mít z toho radost, je to skvělé.“
K	„Pro mě je čest, že jste“
T	„Ne, ne.“
K	„se mnou dnes sešel. Takže..“
T	„Díky, bylo to skvělé.“
K	„Díky, Bille.“
T	„Dobře, takže je ještě něco, co bychom měli probrat nebo cokoliv jiného, co chcete, aby Ken nebo Harvey věděli, protože oni tam vzadu poslouchají.“ *(K si opírá ruce o opěrátka)*
K	„Hm, nic mě nenapadá.“
T	„A vy, oni můžou, můžou o tom s vá mluvit později,“
K	„Hm, ano.“
T	„až to bude tak trochu prosakovat skrz a vy, rozumíte,“
K	„Ano.“
T	„v průběhu života, možná zjistíte ale,“
K	„Hm.“
T	„hm, víte, když mi, když mi o tom napsali a řekli, že máte potíže, nedělal jsem si tolik starosti, protože, vím, že ten tradiční způsob, že to funguje pro některé lidi, ale nefunguje to pro každého,“
---55 minut	
K	„Ne.“
T	„a myslím, že tento individuálnější způsob je víc pro vás, a nejde o ten vzorec, je to prostě, buď to pro vás funguje, nebo ne a, já vás velmi jemným způsobem zvu, abyste šla svou cestou.“
K	„Ano. Bille, nevěděla jsem, no… tohle se stane, nevěděla jsem, že se tohle stane. Myslela jsem, že si jenom popovídáme.“
T	„Aha, ano opravdu?“
K	„Ano, neuvědomila jsem si, že se to stane dnes.“
T	„Aha, no páni, dobře.“
K	„Takže je to…hm…je to dva v jednom.“
T	„To je dobře. Tohle je váš týden změn, že? Začala jste s kurzem, prošla jste hypnózou, páni, vy jste vážně…“
K	„A odpoledne jdu na počítače, takže budu něco tvořit. “
T	„No vida, fajn.“
K	„Ano.“
T	„Těším se na to, jaké hry a jaké nové psaní“
K	„Budu vás informovat, ano.“
T	„Určitě napište. Víte, v tom to je,“
K	„Ano.“
T	„ať mi Harvey nebo Ken jen pošlou email, víte.“
K	„Ano.“
T	„Dají mi vědět, co se děje.“
K	„To určitě, ano.“
T	„To by bylo skvělé.“
K	„Ano, ano. Tak Bille, děkuji.“
T	„Jistě, díky.“

K	„Moc vám děkuji.“
T	„Dobře. Rád jsem vás poznal.“
K	„Ano. Nápodobně. Tak, hodně štěstí s vašimi“
T	„Dobře.“
K	„semináři, které děláte, že, Bille?“
T	„Ano.“
K	„Ano.“
T	„Pár, pár dní.“
K	„Dobře.“
T	„Vyprovodím vás.“
K	„Dobře, jistě.“
T	„Vyprovodím vás.“

Příloha č. 2: Poradenský rozhovor pod vedením Davida Epstona

---15 minut	
T	„Mluvil jsem s doktorem Djerfem a on mi řekl, nějaké věci o tobě a já jsem si udělal poznámky.“ *(ukazuje mu sešit s poznámkami)*
K	„Oukej.“
T	„Zajímalo by mě, co si myslíš, že by na tuto otázku odpověděl.“
K	„Oukej.“
T	„Otázky, na které jsem se ho zeptal byly: Co na Sebastianovi nejvíce respektuješ? Co si myslíš, že řekl? Co myslíš, že řekl?“
T	„Těžká otázka. Nech si čas.“
K	„Myslím si, že se mi líbí, že se mnou mluví víc než ostatní kluci, ostatní lidé.“
T	„Ne, to není, co řekl. První tip špatně. Zkus jinou odpověď.“
	Klient přemýšlí, ticho.
T	„Je to těžké?“
K	„Jo.“
T	„Dejte si na čas.“
	Klient přemýšlí, ticho.
T	„Jen zkus říct nějaký tip. Může být špatný.“
	Klient přemýšlí, ticho.
K	„Myslím si, že jsem „dobrý chlapec“.“
T	„Dobrý chlapec?“
---20 minut	
K	„Dobrý chlapec.“
T	„Proč si myslíš, že by si mohl myslet, že jsi „dobrý chlapec“? Co je na tobě dobrého?“
Tr	„Oukej, on si to myslí, protože se o něj starám. Říkal jsem ti, že jsem za ním běžel každý den. smyslem toho bylo, že se o něj starám. Mám si myslet, že je to dobrý chlapec.“
T	„Ty si myslíš, že jsi dobrý chlapec?“
K	„Jo.“
T	„Proč si to myslíš?“
P	„Když chce být dobrý kluk, zvládne to. Když nebude chtít být dobrý kluk, nebude jím.“
T	„Co děláš teď? Je to chování dobrého chlapce? Jsi dobrý kluk teď?“
K	„Jo.“
T	„Oukej. Jak dlouho si myslíš, že budeš pokračovat v tom být dobrý kluk?“
K	„Dokud nebude podrážděný. Opravdu podrážděný.“
T	„A co…je jednodušší být „dobrý kluk“, nebo „špatný kluk“?“
	Klient přemýšlí, ticho.
P	„On si myslí, že je to přibližně stejné.“
T	„50/50“
P	„Ano, ale je velmi jednoduché pro něj nechat se podráždit.“
T	„Hmmm…hmmm…“
P	„Když něco nejde podle něho, může být. Hmmm…. A když to nemůže uchopit.“
	Terapeut jde k tabuli něco psát (21:06):
T	„50% dobrý chlapec?“
T	„50% špatný chlapec.“
T	„Jaký chlapec se ti líbí nejvíce?“
K	„Levý.“
T	„Levý. Dobrý chlapec. To je tvoje preference.“
K	„Jo.“

T	„Proč…proč…hm… co se ti na „dobrém chlapci“ líbí?“
	Klient přemýšlí, ticho.
P	„Pokud je to dobrý člověk, může mít podporu a může být utěšen, i když je naštvaný.“
T	„Rozumím. A kdy zlý člověk okrádá dobrého člověka o dobro?“
K	„Když je naštvaný.“
T	„Takže, je dobrota okrádána hněvem.“
K	„Ano.“
T	„Je to spravedlivé?“
K	„Ne.“
	Terapeut píše na tabuli, co říká 22:54
T	„Takže hněv okrádá dobrého člověka. To není fér.“
K	„Ne, není to fér.“
T	„Měl by se „dobrý člověk“ bránit proti hněvu?“
K	„Ne. Nemůže si to pamatovat.“
T	„Nastala situace, kdy se rozzlobil, ale dobrý chlapec byl příliš silný a nedovolil, aby hněv okradl jeho dobrotu?“
P	„Když jsem za ním spěchal, byl to dobrý chlapec, který ho přiměl zastavit a vrátit se ke mně.“
T	„Opravdu? Je to poprvé, co dobrý chlapec toto udělal?“
	Překladatelská chyba, všichni se smějí (24:10)
P	„Zeptal jsem se ho, jestli to bylo poprvé a on odpověděl „nepamatuju si to“.“
T	„Pamatuješ si nedávný čas? Chtěl bys o tom mluvit? Já bych o tom chtěl mluvit. Chtěl bys o tom mluvit ty?“
K	„Jo.“
T	„Jsem na to zvědavý. Jsi taky?“
	Klient kýve hlavou
T	„No, oukej. Když řekneš hněv, je to pro tebe dobré slovo? Kdyby hněv byl člověk a ty bys mohl udělat obrázek toho. Jak by hněv vypadal? Jak by měl vypadat?“
---25 minut	
	Klient jde k tabuli a maluje
P	„Je to jak … hm… trny.“
T	„Bolest.“
P	„Ano.“
P	„Kaktus…jako kaktus.“
P	„Ano, jako kaktus.“
T	„Můžeme tomu říkat kaktus? Je to tak lepší?“
K	„Ano.“
T	„Hněv…ubližuje ti.“
K	„Jo.“
T	„Když jsi „dobrý člověk“, jak by vypadal obrázek dobrého člověka? Jaký typ rostliny?“
	Chlapec jde opět k tabuli a kreslí. (26:17)
T	„Super.“
T	„Dobrý člověk má velké srdce.“
	chlapec přikyvuje
T	„To je pěkné. Myslíš si, že kaktus dráždí tvoje srdce?“
K	„Jo.“
T	„Dělá to, protože jsi řekl, že o tom přemýšlíš?“
P	„Ne dobré věci. Ne dobré věci.“
T	„Hmm… no, to by mě těšilo slyšet o pár dní zpět. Bylo to pár dní zpět?“

P	„Byl to ten stejný den, kdy jste sem přišel. Úterý.“
T	„Úterý?“
P	„Úterý, ano.“
T	„Není to tak dávno.“
K	„Jo.“
T	„Oukej.“
T	„Můžeš nám říct příběh, jak se kaktus snažil dostat do tvého srdce a nedostal?“
P	„Myslí na moment, kdy mu zemřela mladší sestra. To byla odpověď na otázku, Možná jste myslel na něco jiného. Když jsem se ho zeptal „můžeš vidět příběh, kdy se kaktus dostal do tvého srdce“, odpověděl „to bylo, když Lynnea, malá holčička byla mrtvá. Umřela.“
T	„Myslíš si, že by Lynnea byla šťastná, kdyby věděla, že se snažíš nebýt tak trnitý a mít srdce? Nenechat hněv ani trny ublížit mu, místo toho jeho srdce tak roste?“
P	„Zeptal jsem se: co říkáš na to, že srdce vyhraje místo kaktusu? Odpověděl: ano byla by ráda, kdyby srdce zvítězilo.“
T	„Myslíš si, že Lynnea je ve tvém srdci?“
K	„Jo.“
T	„Chceš ji pojmenovat na tabuli?“
	Klient se zvedá a jde malovat na tabuli (29:13)
T	„Proč si Sebastian myslí, že je osoba s tak velkým srdcem? Jak tolik vyrostlo v tak malém klukovi?“
K	„Mám rád život.“
---30 minut	
T	„Rád život…. Myslíš si, že tě má hněv rád, jako dobrý život?“
P	„Hněv nebo kaktus?“
T	„Kaktus.“
K	„Ne.“
T	„Jo, když vzpomínky na Lynneu se zavřely hluboko v srdci, definoval bys znovu kaktus nebo hněv?“
P	„Myslím, že to byla složitá otázka…Ptal jste se, kdyby mu byla Lynnea blízká…“
T	„…vzpomínkama, obrázkama, fotkama…“
P	„Pomohlo by mu to bránit se vůči kaktusu?“
P	„Ne, protože kaktus by byl moc silný.“
T	„Dokonce i na vzpomínky na Lynneu?“
K	„Ano.“
T	„Pomohlo by to nějakým způsobem? Posílením tvého srdce?“
K	„Ano.“
T	„Oukej. Víš, jindy, když tvoje srdce zvítězilo a kaktus prohrál, ten incident, o kterém jsi mluvil. Jak se to stalo? Jak si to vysvětluješ?“
	Ticho (32:14)
T	„Co se stalo ve tvém srdci?“
	Ticho, chlapec přemýšlí
P	„Oukej. Cítil lítost, když zmařil možnost vést se mnou společné rozhovory.“
T	„Takže dobrý vztah posiluje srdce.“
P	„Jo.“
T	„A samota posiluje kaktus.“
K	„Ano.“
	Terapeut jde k tabuli a píše
T	„Dobré vztahy a samota.“

T	„Takže zde mám velké srdce, dobrého chlapce, vzpomínku na Lynneu, dobré vztahy dělají štěstí. Myslíš ještě na něco jiného na straně dobrého života?“
P	„Ještě další dvě malé holčičky. Sophia a Ellen.“
T	„Chceš napsat jejich jména?“
	Chlapec se zvedá a na tabuli píše jména
T	„Zvládne kaktus a trny ublížit tlusté kůži?“
K	„Ne.“
T	„Je jeho kůže stále tvrdší?“
P	„Ano.“
---35 minut	
K	„A když sem přišel rok zpátky na začátku, bylo jednodušší ho podráždit. Jeho kůže už není tak silná jako před rokem, kdy sem přišel poprvé.“
T	„Je silnější?“
P	„Ne tak silná. Nemusí to tak být.“
T	„Chápu.“
T	„Když jeho kůže má být tvrdá, znamená to, že ztratí ze srdce něco dobrého?“
P	„Ano.“
T	„Kdybychom o tom dnes nemluvili, věděl by o tom všem, nebo na to přišel až teď?“
P	„Ano, přišli jsme na to až teď.“
K	„Ano.“
T	„Oh, super.“
T	„Cítíš se jakýmkoliv způsobem lépe? Cítí se alespoň trošku pyšnější na sebe, trochu více hrdě, nebo je na sebe velmi hrdý?“
	Chlapec se zvedá a jde kreslit na tabuli (36:29)
P	„V tuto chvíli je na sebe velmi hrdý.“
T	„Jsou to asi dva metry hrdosti na příčce.“ (Terapeut ukazuje na tabuli, kde kreslil chlapec.)
T	„Kdybychom spolu dnes nemluvili, chybělo by mu být na sebe hrdý?“
K	„Ano.“
T	„Myslí si, že bychom měli něco do budoucna naplánovat, protože kaktus je stále okolo?“
P	„Ano, chtěl by něco naplánovat.“
T	„Které myšlenky, které jsou na tabuli, by podle Sebastiana byly dobré použít příští týden?“
K	„Srdce.“
T	„Jak si představuje vyložit jeho srdce a posílit jeho srce, aby ho kaktus nemohl dráždit?“
P	„Zeptal jsem se ho na otázku: „Kdyby se tvoje srdce chtělo rozšířit, pokusil by se ho kaktus dráždit?“ „Ano“ odpověděl.“
T	„Kdyby všechny jeho sestry živé i mrtvé, byly uvnitř jeho srdce a tlačily se ven, pomohlo by to jakýmkoliv způsobem zastavit kaktus nebo hněv dráždit ho a stávat se špatným člověkem?“
P	„Ano, myslí si to. Ale nebude to jednoduché.“
T	„Oh ne. Kaktus nebo hněv jsou velmi záludní, mazaní.“
---40 minut	
P	„Není to jako fotbalová hra v Miláně nebo v našem klubu. Není to jako Švédský fotbalový team a Miláno. To by byla jednoduchá hra.“
P	„Není to jako nejlepší světový fotbalový hráč a náš fotbalový hráč.“
P	„Zeptal jsem se ho „můžeme mít příklad nebo jako co je to, Milán a…“ Je to velký rozdíl. Je to jako jeden místní fotbalisti a ti nejznámější.“
T	„Jeho srdce se Švédský národní team? A kaktus je Milán? Kdo je kdo.“

	Terapeut jde k tabuli psát
T	„Kdo je to? Je Milán na této straně? *Ukazuje vlevo* nebo Švédové?“
P	„Milán a Švédi, nebo cokoliv to je…. Je to to stejné. Je to dobrá hra.“
T	„Je Švédsko v jeho srdci na dobré straně?“
P	„Ano, Švédsko je v jeho srdci a Milán je kaktus.“
	Terapeut to píše na tabuli
T	„Kdo je nejlepší hráč? Koho nejvíce obdivuješ ze švédského teamu?“
K	„Brolin. Tomase Brolina.“
	Klient to jde napsat na tabuli
	Viděl jsem ho hrát
T	„Kdyby měl Tomas Brolin tento problém, Jak by se bránil kaktusu nebo hněvu?“
P	„Protože je to dobrý fotbalový hráč, pravděpodobně by chtěl hrát fotbal s kaktusem nebo hněvem.“
T	„Myslí si, že by to mohl udělat a jít proti kaktusu a hněvu jako Tomas Brolin?“
P	„Nerozumí. Snažím se to přeložit slovo od slova nebo krátké věty.“
T	„Řekněte, kdyby to bylo to mezi Tomasem Brolinem a kaktusem nebo hněvem. Co by Tomas Brolin dělal, kdyby se kaktus nebo hněv, kdyby proti němu skórovali?“
P	„Pravděpodobně by se snažil být záludný a obejít je…“
T	„Dobrý nápad. A Dokonce to přihrát dalším lidem.“
	Terapeut píše na tabuli
P	„Byl by záludný a udělal by, aby to vypadalo jako by někomu přihrál, ale udělal by to jiným způsobem.“
T	„Fejková přihrávka. Obejít to a předat.“
K	„Jo.“
---45 minut	
T	„Řekněme, že by se hněv ho snažil dnes večer okrást. A Thomas Brolin byl s ním a jeho sestry byly s ním. Kdo by byl rád, aby vyhrál?“
P	„Oni by vyhráli.“
T	„Kdo jsou oni?“
P	„Tomas Brolin a jeho tým. Švédský tým.“
T	„Aha…jasně.“
T	„Myslíš si, že by Tomas Brolin byl na sebe hrdý, kdyby věděl, že je Sebastian jeho spoluhráč?“
K	„Nevím.“
T	„Myslíš si, že bychom mu mohli napsat dopis?“
K	„Jo.“
T	„Uděláme to teď?“
K	„Jo.“
T	„No, možná to napíšu anglicky a my…“
T	„Drahý Tomasi,“
T	„Chceš mu říct, jaké věci dělá hněv ve tvém životě?“
P	„Ničí.“
T	„Můj hněv ničí moje srdce.“
T	„Jak dlouho?“
P	„Od doby, co mi byly asi 3 roky.“
T	„Od doby, co mi byly asi 3 roky.“
T	„Chceš mu říct, kde jsi teď, aby věděl, kam napsat dopis?“
P	„Ano.“
P	„Hněv mě dostal do Dětské poradenské kliniky v Borus.“
T	„Kam se chceš posunout, aby věděl, kam směřuješ?“

P	„Chce se vrátit do jeho školy. Chce být dobrý.“
T	„Ale chci být dobrý člověk a vrátit se do mojí školy.“
T	„Proč se tam chceš vrátit?“
P	„Když jsi tady, tak máš pocit, že blázníš.“
T	„Někdy, se cítím, jako bych se měl zbláznit. Mluvil jsem s Dr. Djerfem a Davidem Epstonem a rozhodli jsme se, že když dám svoje tři sestry, a jedna nedávno zemřela, do mého srdce, hraju, jako hraješ ty…fejková přihrávka, obejít hněv nebo předat hněv, než mě dostane.“
	Překladatel se baví s klientem
P	„Přesně, když uchopí hněv a bude se ho snažit zastavit a předat míč někomu jinému, znamená to, že ho nemůže už více dostat. Mohl bys dostat žlutou kartu.“
---50 minut	
T	„Doufám, že než mě hněv dostane, vyhraju. Tomasi.“
T	„Můžeme se ho zeptat na nějaké otázky?“
T	„Je v pořádku hrát, jako ty, proti hněvu?“
P	„Ptá se, jestli mu pomůžu s překladem do švédštiny, než se mu to pošle.“
T	„Oh, ano. Proč ne? Chceš to udělat teď nebo…“
K	„Ne, teď ne.“
T	„Co se ho zeptat: Tomasi co si myslíš o tomto: Zeptat se ho, jestli měl někdy problém s hněvem, když byl mladší a jak s tím pracoval? Je to dobrá otázka?“
K	„Jo.“
T	„Tomasi, měl jsi problém se hněvem, když jsi byl mladý? A jestli jo, jak jsi s tím bojoval?“
T	„Co ještě by ses ho chtěl zeptat?“
P	„Chce jeho autogram.“
T	„Tomasi, co toto? Když Dr. Djerf ti psal dopis jedenou měsíčně, že se budu snažit bojovat s hněvem, pošleš mi autogram?“
T	„Myslíš si, že když to uděláš budeš přesvědčen, že můžeš být ve Švédském týmu proti hněvu?“
K	„Ano.“
T	„Myslíš si, že bys byl ochotný, později, koučovat další mladé lidi, co žijí zničeni hněvem?“
K	„Ano.“
T	„Můžu to Thomasovi říct?“
K	Ano.“
T	„Tomasi, chtěl bych patřit do Švédského národního anti-anger proti-hněvu teamu. A já budu potom koučovat další mladé chlapce a dívky, kteří žijí a jejich srdce je ničeno hněvem.“
T	„Chceš říct ještě něco dalšího v dopise? Je zde ještě konkrétní cíl nebo hra, co Tomas může říct a trochu tě rozveselit?“
P	„Chce, abys napsal, že to byl velmi dobrý zápas mezi Švédy a Israelem, když dal tři góly.“
T	„Byl jsi velmi dobrý v tom mezi Švédy a Israelem, když jsi skóroval…“
T	„Jmenuje se to „hat trick“ s třemi góly?“
P	„Já nevím.“
T	„Jaké je slovo, když skóruješ třemi góly?“
K	„Hat tricks.“
---55 minut	
T	„Chceš se ho zeptat, proč se to jmenuje Hat tricks?“
P	„Je to, protože je to zvláštní. Mám ideu, že to byl magický muž. Ti dělají Hat tricky.“

P	„Je to jen můj nápad.“
T	„Je to jak vytahování (králíka) něčeho z klobouku.“
P	„Jen jsem přemýšlel, co to znamená? Hat trick…“
	Překladatel vysvětluje klientovi, co ho napadlo k hat tricku
P	„To není šťastné. Kouzla z klobouků. To není tak složité, protože to není reálné.“
	Všichni se smějí
P	„To je jen záludnost. Ale mít tři skutečné dívky, které neměl. to je skutečné.“
	Všichni se smějí
T	„Můžete se zeptat Sebastiana, jestli to je v pořádku, kdyby se to stalo v budoucnu, jestli je v pořádku pro vás napsat mi dopis a dát mi vědět, jak mohu napsat zpátky?“
K	„Ano.“
T	„Ah, dobře.“
T	„Protože mu můžu říct, že jsem slíbil, že napíšu zpět faxem.“
	Klient a překladatel kývou hlavou
T	„No, můžeme to zde zastavit. Věřím a jsem opravdu rád, že jsme se mohli setkat. Věřím, že když budeš mít Tomase Brolina na své straně, sestry v srdci. Vsázím na tebe. Oukej?“
T	„Co řekl?“ *(ptá se překladatele)*
P	„Pouze „sázka“.“
	Překladatel a terapeut se smějí
P	„Je v pořádku, když si nechá tento papír?“
T	„Oh, jasně.“
	Terapeut a klient se baví ve švédštině
T	„Hodně štěstí. Dobrá hra.“
	Terapeut podá ruku klientovi
	Všichni odchází

Příloha č. 3: Poradenský rozhovor pod vedením Miltona H. Ericksona, I. část

---7 minut	
T	„Monde, teď bych chtěl, abyste pomalu přešla do transu.“
T	„Nechci, abyste do něj upadla příliš rychle.“
T	„A víte, jak je to pro vás snadné.“
T	„Dotknete se obličeje a nebudete schopná nechat svou levou – pravou ruku v této pozici. Nemůžete ji spustit dolů teď, dříve než se dotknete svého obličeje.“
T	„Ruka se zvedá.“
T	„Můžeme tu být úplně sami, všechno je v pořádku.“
T	„A já můžu mluvit, s kým chci.“
T	„Nicku, nechci ještě, abyste upadl do transu, ale vaše nevědomá mysl se právě teď hodně učí, jen nevíte, co se učí. Prozradím vám, že jednu věc, kterou se teď učíte vnímat – že vaše levá ruka se zvedá, aniž by to byl váš záměr, těžknou vám víčka a obličej se uvolňuje.“
T	„A teď, Monde, zatímco jsem se věnoval něčemu jinému, pomalu jste se začala propadat hlouběji a hlouběji do spánku. A teď dejte levou ruku ke svému obličeji. Takže můžete pravou ruku pomalu spustit dolů, blíž a blíž, ještě asi tak tři palce, dva a tři čtvrtě, je to v pořádku, je to příjemné. A bude to překvapení, až se vašeho obličeje dotkne levá ruka.“
T	„Blíž a blíž.“
T	„A možná můžete tak trochu podvádět, i když nevíte, co tím myslím, dobře, začínáte podvádět, i když nevíte, co tím myslím, ale vaše nevědomí to ví. Povím vám to – začínáte pomalu pohybovat hlavou dolů směrem k vaší ruce.“
T	„Doufám, že si to užíváte tak, jak si přeju, možná si to užíváte víc, než tuším. Jak to vyvrcholí? Skloní se vaše hlava tak, až se dotkne vaší ruky? Zvedne se vaše ruka a dotkne se vašeho obličeje? Nevíte to, ale zjistíte to. Jak to bude? Myslela jste, že vaše ruka.“
T	„Myslíte na svou ruku, a když se dotkne vaší klesající pravé ruky“
T	„ocitáte se někde v minulosti,“
T	„můžete najít nějaký veselý okamžik. Chci, abyste si ho představila. Veselý okamžik, jen se k němu dostaňte a seberte ho, a vezměte ho s sebou, nemusíte všechno z toho okamžiku, jen ten pocit štěstí.“
---20 minut	
T	„Zkuste trochu otevřít oči.“
T	„Jsme tu sami dva, není důležité, kde se nacházíme.“
T	„Pamatujete si, že minule jste věděla, kdo jste, viděla jste všechno, co jste viděla na tom videu, scénu, kterou jste si nepamatovala“
T	„její pravá ruka je zvednutá, což je pro mě signál“
T	„a vůbec jste ji neviděla.“
T	„Chci, abyste zaměřila svou pozornost pouze na mě, zatímco vnímáte a díváte se na tu scénu z minulosti.“
T	„Vaše hlava se vrátí zpátky, takže se na mě můžete podívat,“
T	„a během krátkého okamžiku se učíte tím zážitkem, a vidíte mě, a to je vše. Slyšíte můj hlas,“
T	„a nyní se vraťte do svého vědomí.“
T	„Ten krásný veselý zážitek z vašeho dětství – popište ho, prosím.“
K	„Cákání vody.“
T	„Cákání vody?“
K	„V jezeře.“
T	„Řekněte mi o tom víc.“
K	„Jsem do toho úplně zabraná.“

T	„Co jste?“
K	„Jsem do toho úplně zabraná.“
T	„Úplně zabraná? A kde je ta voda? Nebo to ještě nevíte?“
K	„Je to jezero, ne moře, a já jsem hodně malá.“
T	„Řekla byste, že měříte tak necelý metr? Nebo ještě nevíte, co necelý metr znamená?“
K	„Jsou mi asi dva roky.“
T	„Dva roky, dobře. A měla se dvouletá Monde dobře? A zapamatujte si to, všechny ty pozitivní pocity. Protože je jich hodně, naučte se je. Je to stejné jako naučit se abecedu, naučit se poznat písmena a čísla. To je základ celé budoucnosti, čtení, psaní a počítání. A stejně tak pocity, které máte, když jste úplně zabraná do cákání vody, jsou něco, co se můžete naučit a co vám zůstane do budoucna, abyste to později mohla cíleně využít. Chtěl bych, abyste se na sebe podívala v dalším krásném okamžiku.“
T	„Obraz se vám vyjasní, vidíte to naprosto zřetelně.“
T	„Řekněte mi, co vidíte?“
K	„Honím kachny.“
T	„Honíte kachny?“
K	„Hejno kachen.“
T	„Hejno kachen? A jak se vám líbí malá Monde?“
K	„Je velmi bezstarostná.“
T	„Jaká?“
K	„Velmi bezstarostná.“
T	„Bezstarostná. A to je něco, co může malá Monde využít v dalších letech, nemyslíte? A vy musíte zjistit, že na cestě po dálnici života je spousta věcí, které se musíte naučit. A později musíte zjistit, jak to, co jste se naučila, využít. Není vám zima, že ne?“
---25 minut	
K	„Ne.“
T	„Cítíte se příjemně?“
K	„Ano.“
T	„Je pěkné cítit se příjemně, že? A teď myslete na něco ošklivého z doby, než vám bylo šest. A dívejte se přitom sama na sebe. Protože ve věku do šesti let nemůžete udělat nic opravdu hodně ošklivého.“
K	„Kopnula jsem do okna.“
T	„Co jste udělala?“
K	„Kopnula jsem do okna.“
T	„A líbilo se vám to?“
K	„Šokovalo mě, že se rozbilo.“
T	„Šokovalo vás, že se rozbilo? Je dobré vědět, co znamená být šokovaný, ne? Něčemu nerozumím. Je to založeno na porozumění tomu, jak jste se tam dostala.“
K	„Bylo to přirozené.“
T	„Úplně přirozené? Jak jste v tom okamžiku vysoká?“ „Kde je to okno?“
K	„Je to okno školy.“
T	„A kde je to rozbité sklo?“
K	„V jídelně.“
T	„Je kolem někdo?“
K	„Byla jsem moc malá, abych tam obědvala, ale jídelna byla plná lidí. Mám na sobě červenou pláštěnku. A máma mě vyzvedává v poledne.“
T	„Jaký máte hlad?“
K	„Nechtěla jsem se dostat do potíží.“
T	„Jaký máte hlad?“

K	„Nemám hlad, jsem vyděšená.“
T	„Opravdu vyděšená? Vyděšená malá Monde.“
K	„Jo.“
T	„A není dětská hrůza jiná, než jaká se v tu chvíli zdá dítěti? V očích dítěte jde o něco opravdu velkého, a vy se tomu můžete zasmát.“
T	„A teď přejdeme k něčemu veselému, co se stalo, když vám bylo deset.“
T	„Něco, co jste už dávno zapomněla.“
T	„Povězte mi o tom.“
K	„Chytila jsem první rybu.“
T	„Jak byla velká?“
K	„Byl to malý měsíčník.“
T	„Měsíčník? Proč jste mi neukázala, jak velká ta ryba byla?“
T	„Neděje se s vámi právě teď něco zvláštního? Proč jste to neudělala?“
K	„Cítím se odpoutaná od vlastního těla.“
T	„Cítíte se odpoutaná od vlastního těla?“
T	„Víte, kde je, chtěla byste se podívat na své tělo, jak sedí támhle na židli? A vaše nevědomá mysl je tady, zatímco vaše tělo je tam? Povězte mi, v jaké pozici sedíte.“
---30 minut	
K	„Mám nohy na zemi.“
T	„Prosím?“
K	„Mám nohy na zemi.“
T	„Skutečně, máte nohy na zemi, a dál?“
K	„Mám palce natočené dovnitř.“
T	„Teď bych rád…“
K	„Nakláním se doleva.“
T	„Cože?“
K	„Nakláním se doleva.“
T	„Teď vám řeknu další zajímavost, dobře?“
K	„Mám ruku pořád nahoře.“
T	„Vaše ruka je dole?“
K	„Ne.“
T	„A víte, že ji nemůžete spustit dolů,“
T	„pokud nezvednete pravou ruku stejně rychle, jako spustíte levou.“
T	„Snažte se víc.“
T	„No tak, snažte se.“
T	„Chci vidět nějakou akci.“
K	„Myslím, že jsem moc líná.“
T	„Cože?“
K	„Myslím, že jsem moc líná.“
T	„Myslíte, že jste moc líná?“
K	„Cítím se pohodlně.“
T	„Cítíte se pohodlně? Opravdu pohodlně?“
K	„Ano.“
T	„To je možné. Je pěkné se tak cítit v budoucnu a teď, i když můžete pohnout rukama jen určitým způsobem, se cítíte příjemně – můžete přikývnout?“
K	„Ano.“
T	„A cítíte se dobře v davu.“
T	„Chci vám něco říct. Každý je svým způsobem jedinečný, jako otisky prstů. A nenajde se nikdo jako vy. A vy si musíte užívat to, že jste sama sebou. Nemůžete to změnit, stejně jako své otisky.“

T	„A chci, abyste měla ten samý pocit jistoty, jaký jste měla, když jste cákala vodu a když jste chytila tu rybu.“
T	„Ten pocit bezpečí, který máte i teď, i když nemůžete pohnout rukama, až na způsob, který určím já.“
T	„Můžete se cítit příjemně, kdykoli si budete přát.“
T	„Víte, jak vám to můžu dokázat?“
T	„Dobrá, jakmile zavřete oči, začnete se cítit nepříjemně.“
T	„A jakmile je otevřete, začnete se cítit dobře, ale nemůžete je otevřít teď hned. A budete se cítit velmi nepříjemně.“
T	„A víte, co máte dělat, cítit se příjemně. Takže máte víc kuráže, ne? Přiměla jste se cítit příjemně, že? Jaký je to pocit?“
K	„Jako bych právě musela pohnout rukama.“
T	„Že jste musela pohnout rukama? A co si představit něco ještě nepříjemnějšího? Co nejhoršího dokážete vymyslet?“
---35 minut	
T	„Zavřete oči a zjistěte to s vědomím, že to dokážete kontrolovat tím, že otevřete oči. Zavřete oči a pociťte ten nejméně příjemný pocit, který jste zažila. Můžete si dovolit trpět a cítit se špatně, protože víte, že až to pocítíte skutečně opravdově, můžete otevřít oči a zaplašit ten pocit. Vypustit ten nepříjemný pocit.“
T	„Není to tak hrozivé, jak jste si myslela. Dokázala jste si tím projít. Máte toho už dost? Víte, co máte dělat.“
T	„Teď chci, abyste se podívala na dvouletou Monde. Co teď dělá?“
K	„Běží.“
T	„Běží? Teď se podívejme,“
T	„co dělá s těmi kachnami?“
K	„Dává jim kůrky chleba.“
T	„Dává jim kůrky chleba?“
T	„Jak jasně vidíte ty kachny?“
K	„Velmi jasně.“
T	„Kolik jich je?“
K	„Asi 12.“
T	„Říkáte asi 12? Umíte napočítat do 12?“
K	„Umím napočítat do 10.“
T	„Umíte napočítat do 10? Výborně.“
T	„Můžete předstírat cokoli a dokážete to bravurně.“
T	„A to rozbité okno – dostala jste za něj od mámy výprask?“
K	„Ano. A musela jsem ho zaplatit. Z kapesného.“
T	„Zavřete oči a vybavte si ten trest. Velmi intenzivně.“
T	„Byl to pořádný výprask, že? Jaký je to pocit, dostávat výprask?“
K	„Je to daleko horší před tím, než při tom nebo po tom.“
T	„A při tom výprasku, myslíte, že to nepřežijete, že? Není to tak se všemi problémy?“
K	„Ano.“
T	„Ale zvládla jste ten výprask. A dokážete zvládnout i další problémy.“
T	„Dostanete další výprask?“
T	„Jak by se vám líbil další výprask?“
T	„Dostanete další?“
T	„Dostala jste někdy další?“
T	„Dostanete ho, jakmile zavřete oči. A chtěla byste, aby se nezavřely.“
---40 minut	
K	„Ne, nechci vidět, od koho dostanu výprask.“

T	„Chcete to vědět? Dozvíte se to, až zavřete oči.“
T	„Bude to pořádný výprask.“
T	„A když se mu budete chtít vyhnout, oči se vám zavřou a zůstanou zavřené. Oči se vám zavírají, teď.“
T	„A cítíte nenávist. Nenávist, zlost a bolest. Všechno to cítíte.“
T	„A nikdy už to nebudete cítit. Ucítíte, že to dokážete zvládnout a nikdy – nenávidím výprask, nenávidím tu zlost“
T	„a to, co vás pálí, i když otevřete oči“
T	„řekněte mi o tom pocitu.“
T	„Nemusíte si pamatovat tu situaci, ale můžete si pamatovat ten pocit.“
T	„Jak je na tom váš zadek?“
K	„Bolavý od kartáče na vlasy.“
T	„Od kartáče na vlasy? Řeknete mi, co se stalo? Vaše nevědomí o tom ví, možná víc než vaše vědomá mysl, a vaše nevědomá mysl dokáže chránit vás, vaši vědomou mysl, od všeho, co nechce, abyste vědomě věděla.“
T	„A v budoucnu to můžete udělat s mnoha věcmi a vaše stará Monde, ta, která rozbila okno, a ta Monde, která honila kachny, a která krmila kachny, vyroste v dospělou Monde.“
K	„Ještě ne.“
---45 minut	
T	„A potká mě, jen mě ta Monde, která rozbila okno, honila kachny a cákala vodu, nezná.“
T	„A dospělá Monde ano. Ta Monde s pocitem jistoty, ta, která ví, že když přijde nepříjemný pocit, stačí zavřít oči a zase je otevřít. Ukažte mi, jak se zachováte, když se budete cítit nejistá.“
T	„Nepotřebujete tolik času, ne? Ukažte, jak rychle dokážete zavřít oči, zaplašit nepříjemný pocit a zase je otevřít?“
T	„A nepříjemný pocit je pryč. Mimochodem, cítíte se příjemně?“
K	„Ano.“
T	„Teď vás velmi rychle probudím. Požádám vás o něco, co bude nepříjemné. Je to v pořádku?“
K	„Ano.“
T	„Požádám vás o dvě věci, dobře? Až se probudíte, chci, abyste zakřičela, jak hrozné vedro tu je.“
T	„Jak nemůžete pohnout levou rukou.“
T	„Jestli se na mě chcete obořit, že je tu tak teplo, můžete.“
K	„Ano.“
T	„Budu rád, když budete nedůtklivá. Zavřete oči. Vaše nevědomá mysl se hodně naučila, ví, že může fungovat samostatně, vaše vědomá mysl se od ní může učit a využít nevědomou mysl a to, co se naučila. Vaše nevědomá mysl dokáže dosáhnout do minulosti a vybrat z ní cokoli. Dokážete spočítat kachny. Dal jsem vám dva úkoly a pohyblivou ruku. Co z toho myslíte, že chcete zaplašit jako první? To zjištění, že je tu vedro, nebo tu ruku? A nevíte, co vám vaše nevědomá mysl dovolí zjistit. A teď pomalu pojďte ke mně a probuďte se.“
T	„Zdravím, Monde.“
K	„Tak dobrá.“ „Je tu vedro.“
T	„Něco zajímavého?“
K	„Hm?“
T	„Něco zajímavého?“

K	„S mou rukou?“
T	„Hm.“
K	„Potí se.“
T	„Potí se?“
K	„Ano, je tu vedro.“
T	„Je tu vedro?“
T	„A na které ruce máte delší čáru života?“
K	„Nevím. Na tu druhou se nemůžu podívat.“
T	„Co myslíte tím, že se na ni nemůžete podívat?“
T	„Podívejte se na mě a řekněte mi do očí, že se na ni nemůžete podívat. Myslíte, že tomu budu věřit?“
K	„Ano, myslím.“
K	„Je to zvláštní pocit, jako by mi moje druhá ruka nepatřila, je lehká a jen tam tak visí, jako když není propojená s mým tělem.“
T	„Není propojená? Ale je vaše.“
K	„Asi ano.“
T	„A kdy myslíte, že s ní budete moct pohnout?“
K	„Až to bude nepříjemné.“
T	„Až to bude nepříjemné?“
T	„Posunete prosím moji židli tamhle?“
K	„Posunout vaši židli.“
K	„Mám ji vzít a posunout?“
T	„Neznám jiný způsob.“
K	„Musela jsem pohnout rukou.“
T	„Pohnula jste svýma rukama. Je to jediné, co jste zjistila? Že můžete pohnout rukama?“
K	„Moje ruka moc nereagovala, bylo to, jako kdyby nebyla mou součástí, nebylo to nepříjemné, jako by mohla klidně existovat jen tak, sama o sobě.“
T	„Teď si ověřte, jestli to tak je. Jaký máte pocit ve své ruce teď?“
K	„Normální.“
T	„Normální? Žádná únava?“
K	„Ne. Je tu stále ještě takové vedro?“
T	„Ano. Je tu vedro.“
K	„To nevadí, určitě zafouká čerstvý větřík.“
T	„Dobře.“

Příloha č. 4: Poradenský rozhovor pod vedením Miltona H. Ericksona, II. část

T	„Věděl jste, že se dostanete do transu jen díky tomu, že pracujeme s Monde?“
K2	„Ne. Myslel jsem si to, ale nebyl jsem si jistý.“
T	„A byla to vaše první zkušenost s hypnózou?“
K2	„Ano.“
T	„Takže o sobě zjistíte spoustu nových věcí.“ „Jen vlastně nevíte, co zjistíte, dokud to nezjistíte.“ „Celý život víte, že dokážete zvednout ruku a spustit ji dolů.“ „Něco děláte špatně. A jde o to, že jste nedokázal svou ruku zvednout.“ „To, co jste nevěděl, je, že jste dítě a vaše ruce jsou jen objekty.“ „Když je člověk v transu, dívá se na jedno místo, nepotřebuje se hýbat, nepotřebuje mluvit, jen potřebuje dovolit své nevědomé mysli, aby převzala kontrolu a všechno zařídila, zatímco vědomá mysl nemusí dělat nic... a zatímco jsem na vás mluvil, změnilo se vaše dýchání, snížila se vám tepová frekvence, znám to z dřívější zkušenosti, změnil se vám krevní tlak, změnil se vám obličej a reflex očních víček a vlastně nepotřebujete mít otevřené oči.“ „A teď je zavřete.“ *(klient zavírá oči)* „Tahle první část je zaměřená na poznání sebe sama, ze mě nic nezůstane.“ „Chci, abyste ze všeho nejvíc vnímal příjemný pocit.“
---5 minut	
T	„Chci, abyste zjistil, že ten pocit postupně roste.“ „Někde hluboko v sobě máme zasutou spoustu věcí, což je běžný slovní obrat, a někdy máme problém je dostat na povrch. Třeba máme na jazyku jméno, ale nevíme ho, nemůžeme ho vyslovit, ale víme, že ho známe, jen si nemůžeme vzpomenout.“ „A to trápí náš mozek, to, že na tom nevědomě lpíme. A vy o tom víte, a já vím, že jste v transu, tak si ho užijte, ať je vaše učení toho, co s vámi dělám, ještě intenzivnější.“
T	„Cokoli mu teď řeknu, můžete adaptovat na sebe.“ *(terapeut se dívá na Monde)* „Můžu využít vašich vzpomínek na dobré jídlo, a můžete si vybavit něco dalšího dobrého, hezkého, takže transformujete to, co říkám jemu, takže on to může využít, a cokoli řeknu vám, bude vhodné i pro něj.“
T	„Teď potřebuju vědět, co vás ke mně přivedlo?“ (*terapeut mluví směrem k Nickovi)* „Měl jste nějaký důvod, a nemyslím, že jste příliš rozuměl tomu, jaký je ten důvod, nebo nevíte proč?“ „Ale vaše nevědomá mysl ví o hodně víc a ignoruje další materiál, a když na to postupně začínáte myslet, pomalu, postupně, tak, že vás to neruší, nestresuje, uvědomíte si, že jsou věci, které máte rád, a že je spousta věcí, které dokážete.“ „Tohle je poprvé, kdy jsem se s vámi setkal a mluvil s vámi, takže toho o vás nemůžu moc vědět, ale vaše nevědomí o vás ví daleko víc než vy sám.“ „Jsou za tím léta učení, cítění, myšlení a činností – celý život se učíme. Učíme se…“ „… jak je ocenit, jak je hodnotit. Jak se v tomhle ohledu cítíte? A i když se nám v životě stane…“ „…hodně dobrých věcí, jsou v něm taky ty špatné. A tomu nepříjemnému se nedá utéct, protože se musíte na nepříjemné věci podívat beze strachu, se snahou porozumět a s touhou učit se, jak dobře se zvládnete přizpůsobit.“ „A děláte to bez obav, beze strachu...“ „Včera, když jsme se seznámili, jste měl strach.“
---10 minut	
T	„Nebylo to nutné, ale přesto jste ho měl.“

T	„Je dobře, že jste měl strach, protože potřebujete znát všechno, co v sobě máte, a když se dokážete podívat na ten strach ve vztahu ke mně, není důvod, proč byste se mě měl bát, ale bál jste se.“ „Můžete se podívat na ten strach a stejně jako já přemýšlet, co ho různým způsobem mohlo vyvolat.“ „Teď je tu možná trochu tepleji, ale myslím, že vy i Monde byste si přáli, aby bylo trochu chladněji a příjemně.“ „Je to velmi příjemné. Stačí slovo, když tvrdě spíte v posteli, a užijete si (nesrozumitelná výpověď 11:22 – 11:27) a potkáte ve snech své přátele, slyšíte, jak mluví, a můžete jim odpovědět.“ „Můžete řídit auto, letět raketou, jít na vandr do lesů, a po celou dobu jste stále v posteli, nehýbáte se, nikam nejdete, nemluvíte.“ „Vaše nevědomí si uložilo mnoho vzpomínek a spoustu toho, co jste pochopil. A ve snech nahlížíte své zkušenosti a také se v nich promítají nápady a lepší pochopení věcí.“ „Zdá se vám, že jste ve sněhové bouři, je vám hrozná zima, a přitom jste v teple v posteli.“ „Zdá se vám, že máte hrozný hlad, nemůžete se dočkat večeře, cokoli se vám může stát ve formě snu a nemusíte se toho obávat. Vaše nevědomí třídí vaše vzpomínky, porozumění, naděje, očekávání, vaše vlastní záležitosti, a snaží se vytvořit novou strukturu toho, co jste se naučil, a novou strukturu s lidmi, se kterými je vám dobře, pro vaše uspokojení.“ „A je velmi příjemné cítit chlad.“ „Příjemný chlad, a myslet si, že je to tak, že pocítíte porozumění a své životní hodnoty. Pochopíte, že byste si měl zasloužit štěstí a že si ho zasloužíte.“ „Nic není zadarmo, musíte si ho zasloužit, zásluhy si vyžadují práci, vaši námahu.“ „A se strachem uděláme to, na co strach potřebujeme. Celý život jsem potkával lidi, kteří měli strach jen vykročit do nového dne, a po celou dobu mé medicinské praxe jsem neviděl člověka, který by zemřel hlady, to chce hodně odvahy.“ „Může vás potkat neštěstí, takže si ho nepřidělávejte sám, a máte v zásobě vždycky dost toho, co je třeba.“ „A to, čeho dosáhnete, má cenu pro vás samotného. A takhle si budete užívat všechno.“ „Nemusím pořád mluvit, to je důležité. Proč se vlastně díváte? Vaše nevědomá mysl je tmavá, sled myšlenek a vývoj, bez vědomé znalosti“ „…a vyvození závěrů.“ „Nechte svou vědomou mysl dojít k těm závěrům…“
---15 minut	
T	„a užít si to, co jste objevil. Je tolik věcí, které dokážete.“
T	„Vedu pacienty skrze dlouhou cestu přemýšlení, protože nevím, co je pro ně vhodné. Musí toho dosáhnout skrze porozumění a to, co sami znají, co zažili.“ „Každý může propojit zážitky a učení v něco uspokojivého. Pohodlně tu sedíte…“ „…a učíte se o sobě, aniž vlastně víte, jak.“ „V dnešním světě se hovoří o meditaci.“ „Víte, co to znamená? Že my všichni máme trochu přemýšlet, porozumět a prostudovat to. Určitým nečistým způsobem vezmou naše sny a volné chvíle a dělají to proto, aby z meditace udělali show, meditace je volné a snadné myšlení sebou a pro sebe, uvažování o tom, co může vlastní já samo sobě nabídnout.“ „Uklidnění a teplo dokazuje, že je to možné, pouze pokud k sobě necháte přijít chladné myšlenky.“ „Necháte k sobě přijít tiché myšlenky.“ „Jakoukoli z nich, a řeknu vám něco, čemu oba porozumíte. Do ordinace mi sanitkou přivezli pacientku, která měla tři měsíce života, možná déle.“

	„Měla velké bolesti a zdálo se, že léky jí vůbec nepomáhají. Než přišla do ordinace, více než osm hodin neměla žádné léky. Přivezli ji na vozíku a ona řekla: můj doktor říkal, že použijete hypnózu, abyste zmírnil mou bolest. Já si myslím, že je to směšné.“
---20 minut	
T	„Ani léky ji nedokážou zmírnit. Samotná slova budou znít směšně, ale to nevadí, jen mě poslouchejte, a pak uvidíme, jestli pochopíte, co mám na mysli.“
T	„Když tu sedíte, kolik bolesti myslíte, že byste cítila, kdybyste viděla hladového tygra, jak vejde dveřmi dovnitř a olizuje se?“ „Řekla: Necítila bych nic, jen bych myslela na toho tygra. A všimla jsem si, že teď mě nic nebolí, protože tomu věřím.“ (pauza 13 s.) „A když odcházela, zeptal jsem se jí, kam jde.“ „A ona řekla, že si jde užívat života. Ale nevěřím, že zdravotní sestry by té věci s tygrem rozuměly, takže si to nechám pro sebe. Myslím, že ani doktor nepochopí. A kdykoli se jí zeptali, jestli chce léky na bolest, řekla, že ne, že si nechává svého tygra, pro případ, že by ho potřebovala.“ „Znám hodně věcí, kterými vám můžu pomoct, které vám budou užitečné všemi možnými způsoby.“ „A teď, když odezvy vašich vlastních mozkových buněk mohou naplnit vaše potřeby.“ „(nesrozumitelná výpověď 22:24) a Monde zvažovala kontrolované dýchání a dýchá hlasitě (nesrozumitelná výpověď 22:33) hezky a příjemně? (nesrozumitelná výpověď 22:37) ne? Víte jak?“ „Velmi mě potěšilo, že jste nemusela přemýšlet o tom, že musíte být (nesrozumitelná výpověď 22:52) jako dřív, a může vás to těšit. Vaše nevědomá mysl ví hodně věcí.“ „A radši bych (nesrozumitelná výpověď 23:07) ve vašem případě začal od něčeho, co budete vědět.“ „Něco, co víte už od dětství, tím, že jsem na vás mluvil a vy jste se lehce usmála...“ „Je pěkné vědět, že víme víc, než o čem víme, že rozumíme i věcem, o nichž netušíme, že jim rozumíme.“ „A že dokážeme cítit potěšení, když si myslíme, že můžeme. A měli bychom, začínáte plně cítit potěšení a štěstí, které jsme ztratili, všechny své pocity si tvoříme my sami, můžeme využít jiné lidi jako podněty.“ „Jsem skvělý učitel a můžu vás naučit mnoho nového.“ „(nesrozumitelná výpověď 24:33) stále kumulujete vlastní představy.“
---25 minut	
T	„Dnes se naučíte se dnes nového. O Arizoně, zjistíte o hodně víc o sobě, a dokud si všechno budete pamatovat, zapamatujete si opakované prožívání a techniku učení, je (nesrozumitelná výpověď 25:04) v Arizoně, a vy nebudete schopná na Arizonu zapomenout.“
T	„Dokud se vaše nové porozumění a nově naučené techniky nepropojí a neusadí, protože jsou součástí učení většího poznání.“ „Řeknu to i vám, Monde. Učíte se spoustu věcí. Budou navždy vaší součástí a víte, že všechno dobré, co se naučíte, je vaší součástí.“ „Takže, vaše nevědomá mysl věděla, že se ponoříte do transu, Monde se v něm ocitla.“ „Jak vaše nevědomá mysl věděla předem, jak nasměrovat vaši pozornost jen do hlavy, tak, jak to skutečně udělala? Vlastně jste si uvědomila spoustu věcí, které se vaše vědomí chce naučit, a ono převzalo vládu a naučilo se je.“ „Chci teď, abyste si oba uvědomili obrovskou důležitost příjemného pocitu a klidu.“ „Pocitu bezpečí, pocitu připravenosti, pocitu tepla a ať se stane cokoli, dokážete se s tím vypořádat.“ „A bude vás to bavit.“

	„(nesrozumitelná výpověď 27:36) příjemné učení, dostanete se do situace, se kterou se nemůžete vypořádat, a pak si to promyslíte znovu a uvědomíte si, že i to nudné učení je užitečné, vede vás k jinému pohledu. Dovolí vám zhodnotit svou sílu a odhalit oblasti…“ „kde potřebujete využít pocit bezpečí, který je ve vás.“ „A pamatujte si všechno, co slyšíte, Nicku. A všechno, co pro to musíte udělat, je nechat ostatní, aby viděli vaše pravé já.“ „Jedna z věcí, které se naučíte velmi brzy, je bez ohledu na to, jak to vidíte jako malé dítě, strach (nesrozumitelná výpověď 28:58) klidně oblečené, a obličej toho dítěte říká “nikdo mě nemá rád, vůbec nikdo” a to dítě mělo pravdu (nesrozumitelná výpověď 29:15) vidět malé dítě s umazaným obličejem, špinavé, se zacuchanými vlasy, a to dítě radostně brebentí a otočí se na vás a řekne“ “všichni vás mají rádi”, a má pravdu. Všichni vás mají rádi.“ „Mít tenhle pohled na věc je vzácné (nesrozumitelná výpověď 29:51).“
---30 minut	
T	„A vy ho musíte mít. V Arizoně, a v tuhle chvíli jste z Arizony, potká Indián chřestýše. Řekne mu: běž svou cestou, bratře, a já půjdu svou.“
T	„A oba dva, Indián i chřestýš, mají svou důstojnost, mají svá práva, a každý z nich jde důstojně svou cestou.“ „Nejistota, nekomfort s respektem.“ „A tím poukazuji na sebeúctu, to je třetí rada, když máte sebeúctu, máte ji už jen proto, že žijete. A proto, že děláte věci, které vás zajímají, a děláte je dobře.“ „Oba máte v minulosti nejistotu, zanechejte ji, třeba v Arizoně, nezmění se tím Arizona, ale vy. A toho chlapce z farmy ve Wisconsinu, kterým jsem kdysi byl.“ „Slyšel jsem, že když se vrátíte, můžete všechny dávné věci brát jako dobré a nejsou už vaší součástí.“ „A jediná osoba, která může říct: neštěstí je v minulosti, nechte ho tam, daleko za sebou.“ „A dívejte se kupředu, na šťastné dny, které máte před sebou, nové zážitky, nové porozumění, a uvědomujte si to.“ „Ve čtyřiceti se díváte zpátky a rozumíte tomu, co se stane, když je vám čtyřicet.“ „Když vám bylo deset, asi jste nedokázali porozumět tomu, co se stane s vašimi hračkami, až vám bude dvacet.“ „A nejde o hračky z vašeho dětství, bolelo to je ztratit. Podívejte, jak se smějí. Ať jsou (nesrozumitelná výpověď 33:24) ztratit něco, na co jste už zapomněla, a když si vzpomenete, vidíte je jinak.“ „A to už znáte, Monde, a když tomu porozumíte, žije se s tím teď příjemněji? Je to jedinečný zážitek a žádný div“ „...ten výprask…“ „když jste rozbila okno, když se na něj teď podíváte z odstupu připadá vám výprask jako něco úplně jiného než, co vidíte.“ „Můžete se na něj podívat s potěšením, a samozřejmě výprask bolí, tečou vám slzy, a jejich významem je, že jste to prožila, ony řídí váš systém, byla doba, kdy byste nesnesla ten pocit z výprasku.“
---35 minut	
T	„Bylo by to horší, kdybyste nemohla brečet, ... a vyrovnala se s tím adekvátně, to je skutečně důvod k radosti.“
T	„Teď chci, abyste oba pokračovali ve vlastních myšlenkách a ve vlastním porozumění. Najděte cokoli (nesrozumitelná výpověď 35:34), abyste dosáhli porozumění, které vám pomůže dosáhnout dál.“ „Věděl jsem, že to dokážete. Ta malá holčička honící kachny, a krmící je kůrkami chleba, to dítě, které cáká vodu, a ten strašný pocit svobody.“ „Teď můžete mít ten pocit svobody.“

	„Tehdy jste dokázala uvažovat o spoustě věcí, o kterých jste nemusela. A z vlastní zkušenosti to znám. A je skvělé být na vozíku. A já jsem tohle tajemství znal.“ „A bylo mi jasné, že život by nestál za nic, kdybych neměl tu čest se s vámi oběma potkat.“ „A myslím, že si odnesete Arizonu jako dobře střeženou část toho, co jste se naučili, jako střeženou část svého života, abyste využili to, co jste se naučili, naplnili svá přání. Tak získáte příjemný klid.“ „A vy se teď cítíte příjemně, že, Monde? Předpokládám, že se cítíte dobře. A co vy, Nicku?“
K2	„Ano.“
T	„Chtěl byste se na něco zeptat?“
K2	„Ne.“
T	„Bavíte se dobře?“
K2	„Ano.“
T	„A povedlo se vám lépe porozumět?“
K2	„Ano.“
T	„A zmírnit strach? A vzbudilo to vás zájem?“
K2	„Ano.“
T	„Bylo mi potěšením s vámi pracovat.“ „Oběma vám moc děkuji za spolupráci.“ „Vždycky mě těší dobře odvedená práce s dobrými subjekty. Je to potěšení.“ „Jsem už unavený. Nechám vás oba probudit tak rychle, jak chcete.“ „Zavřete oči, Monde, a pak se probuďte. Výborně. Oba máte zavřené oči. Takže teď se pomalu probuďte, tak rychle, jak vám vyhovuje.“ „Cítíte se dobře, vzpamatujte se.“ „Ta orientace vašich rukou, máte je ohnuté, a vaše nohy, ruce máte těsně u těla, hlava se vrací zpět.“
	(K1 a K2 se ošívají, K2 si mne ruce a otevírá oči)
	„Je příjemné být zpátky ve vlastním těle, pohodlně tu sedíte.“
---40 minut	
K2	„Stále jsem v transu.“ *(K2 se usmívá, K1 také, přehazuje si nohu přes nohu a společně se krátce smějí)*
K1	„Nechcete se probudit.“
K2	„Ne.“
T	„Nechcete se probrat z transu.“ „Nechcete, aby tenhle příhodný okamžik skončil, nechcete to všechno zničit, ale líbí se vám realita.“ „A mě jen zajímá, až vám bude čtyřicet, padesát, šedesát,“ „bude vás zajímat, co nového jste v tom věku udělal. A nakonec zjistím, že v osmdesáti půjdu do důchodu.“ „A můj syn, Tommy. A budu hrozně vděčný svým rodičům. Naučili mě, že mají ty dobré časy z minulosti ještě před sebou.“ „Když se naučíte, jak jezdit na koni, nevím, kdy jsem na něm jel (nesrozumitelná výpověď 41:58).“ „Nevěděl jsem ani, že existují letadla.“ „Pomalu jsem se probudil.“ „Je nezbytné se probouzet do světla toho, co se člověk naučil v transu, a co bylo řečeno pomalu, stejně tak, jako chvíli trvá, než ztuhne sádra.“
---45 minut	
T	„Až se vaše poznatky ustálí, budou vaší součástí po zbytek života.“

T	„... pro váš vlastní dobrý pocit a ochranu. Ale vaše nevědomí spotřebuje hodně vaší energie na všechno, co se v minulosti naučilo, pochopilo, o čem přemýšlelo. A nejhorší pocity jsou něco hmatatelného.“ „A časem, do zítřejšího rána, z toho budete mít dobrý pocit. Chci, abyste se dnes dobře vyspali.“ „Přeju vám pěkné sny, možná si je nebudete pamatovat. A myslím si, že vaše nevědomí si poradí s vaší vědomou myslí. A jeden bonus – to, co budete večeřet, bude chutnat nezvykle, ale díky vaší nevědomé mysli to bude nezvykle dobré.“ „Vaše nevědomí se samozřejmě může rozhodnout, že to nebude večeře, ale třeba pocit z povlečení, nebo něco, co uvidíte. Díky svému nevědomí se budete cítit velmi dobře. Teď se rozlučte se svým nevědomím a popovídáme si na úrovni vědomé mysli. Zdravíčko. Zdravíčko.“