

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**ANALÝZA ŽIVOTNÍCH SCÉNÁŘŮ PROBLÉMOVÝCH
UŽIVATELŮ DROG VYUŽÍVAJÍCÍCH SLUŽEB
NÍZKOPRAHOVÝCH ADIKTOLOGICKÝCH ZAŘÍZENÍ
Z POHLEDU TRANSAKČNÍ ANALÝZY
(ANALYSIS OF LIFE SCRIPTS OF PROBLEM DRUG USERS
USING LOW-THRESHOLD ADDICTOLOGY SERVICES FROM
THE PERSPECTIVE OF TRANSACTIONAL ANALYSIS)**



Magisterská diplomová práce

Autor: Mgr. Bc. Markéta Skálová

Vedoucí práce: Mgr. Miroslav Charvát, Ph.D.

Olomouc

2017

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: „Analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Českých Budějovicích dne 28.3.2017

Podpis

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucímu práce, Mgr. Miroslavu Charvátovi, Ph.D., především bych chtěla ocenit klid, který do vedení práce vnášel a důvěru, kterou v mé schopnosti vložil.

Dále děkuji vedoucí a pracovníkům Kontaktního centra Prevent v Českých Budějovicích a svým kolegům z Jihočeského streetworku Prevent za umožnění rozhovorů s uživateli služby a za kolegiální podporu při psaní této práce.

Poděkování a respekt patří všem respondentům, kteří se rozhodli se mnou sdílet část svého příběhu a hovořit se mnou o záležitostech, které mohou být bolestné a nepříjemné.

Velké díky patří mé rodině za celoživotní podporu ve všem, co dělám.

Obsah

Teoretická část	6
1. Transakční analýza.....	6
2. Základní životní pozice	8
2.1 Nejsem OK – Jsi OK.....	11
2.2 Nejsem OK – Nejsi OK.....	12
2.3 Jsem OK – Nejsi OK.....	13
2.4 Jsem OK – Jsi OK.....	14
3. Scénář.....	16
3.1 Kořeny scénářů	17
3.1.1 Prenatální vlivy	19
3.1.2 Vlivy z raného dětství	22
3.2 Scénářový aparát	22
3.3 Scénářová výplata	22
3.4 Zákazy	23
3.5 Povolení	27
3.6 Návody na osvobození	29
3.7 „Drivers“	29
3.8 Program.....	30
3.9 Provokace.....	30
3.10 Typy scénářů	30
3.10.1 Scénáře dle obsahu.....	31
3.10.2 Scénáře dle procesu.....	33
3.10.3 Typy scénářů dle Steinera	36
3.10.4 Miniskript.....	38
3.10.5 Protiscénář (counterscript)	38
3.10.6 Antiscénář (antiscrypt).....	39
3.10.7 Episcénář.....	40
4. Praktická analýza scénáře	40
4.1 Typické známky vlivu scénáře.....	41
4.2 Scénářový smích	41
4.3 Řečové projevy	42

Empirická část.....	45
5. Výzkumný problém, cíle a otázky	45
6. Typ výzkumu	45
7. Metody získávání dat	45
7.1 Strukturovaný rozhovor	46
7.2 Použité doplňkové metody	46
7.2.1 Metoda tří příběhů.....	46
7.2.2 Filmová fantazie.....	47
7.3 Organizace a průběh sběru dat	48
8. Etické problémy a způsob jejich řešení.....	49
9. Metody zpracování a analýzy dat.....	50
10. Výzkumný soubor	50
10.1 Výběr respondentů	51
10.2 Charakteristika výběrového souboru.....	51
11. Výsledky	53
11.1 Ukázková kazuistika	54
11.1.1 Základní životní pozice	54
11.1.2 Scénář dle obsahu.....	54
11.1.3 Scénář dle procesu.....	55
11.1.4 Scénář dle Steinera.....	55
11.1.5 Zákazy	55
11.1.6 Drivery	56
11.1.7 Osobnostní styl.....	56
11.1.8 Shrnutí.....	56
11.2 Srovnání analýzy scénáře v rámci výzkumného souboru	57
11.2.1 Základní životní pozice	61
11.2.3 Analýza scénáře	63
11.2.4 Analýza zákazů	66
11.2.5 Analýza driverů.....	67
V rámci analýzy driverů se nejčastěji objevoval driver „Snaž se!“ (8 osob), „Buď silný!“ (7 osob) a „Potěš mě!“ (6 osob), dále pak „Buď perfektní!“ (4) a nejméně často „Pospěš si!“ (2).	68
12. Diskuze.....	68
13. Závěry	72
14. Souhrn	72

Seznam použitých zdrojů a literatury.....	76
ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE.....	81
ABSTRACT OF THESIS.....	82
Seznam příloh	83

Úvod

Tematický rámec této práce vychází z transakční analýzy, respektive z jednoho z jejích základních stavebních kamenů v podobě analýzy scénáře. Ta je založená na rozpoznávání vzorců chování vzniklých na základě rozhodnutí učiněných v raném dětství (nebo šířeji v průběhu dalšího života), které již postrádají svou funkčnost a blokuji nás v spontánních reakcích na konkrétní situaci.

Výzkumný soubor v podobě problémových uživatelů drog jsem zvolila proto, že s touto cílovou skupinou již třetím rokem pracuji a cítím motivaci hledat nové možnosti a způsoby práce v této oblasti. O transakční analýzu se zajímám již řadu let, v současnosti se v tomto směru dále vzdělávám. Téma diplomové práce jsem si vybrala z toho důvodu, abych mohla spojit tyto dvě oblasti svého zájmu, a to takovým způsobem, abych z nich mohla čerpat také na své současné pozici terénní sociální pracovnice. Vzhledem k tomu, že část klientů, se kterými pracuji, je již řadu let problémovými uživateli návykových látek a často se jim v jejich životě nedaří trvale dosáhnout změny, o kterou se pokoušejí, nabízí se myšlenka, že se jedná o určitý vzorec, který se v jejich chování stále opakuje a dokud tento vzorec nebude rozpoznán, ke změně dojde jen obtížně. Koneckonců, obdobné vzorce chování nejsou zdaleka pouze doménou problémových uživatelů drog. Kromě toho vnímám transakční analýzu jako propracovanou teorii komunikace, na jejíchž základech je možné se klienty setkat a bavit se o „starých“ tématech opět „novým“ způsobem, popřípadě hledat témata nová.

Obečným cílem práce je analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení. Scénáře jsou analyzovány v rámci jednotlivých kazuistik, na jejichž základě pak je možné porozumět možným zdrojům opakujícího se chování jednotlivých respondentů. Při přesahu do praxe sociální práce je možné na základě těchto poznatků individualizovat intervence zaměřené na konkrétní klienty. Dále je sledováno, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky a pokud ano, zda některé z těchto prvků převažují.

Teoretická část

1. Transakční analýza

Transakční analýza je teorie osobnosti, zároveň také psychoterapeutický směr orientující se na podporu vývoje a změny osobnosti. Transakční analýza je považována za teorii osobnosti a osobního růstu, teorii komunikace a zároveň za teorii vývojovou (Čepická, 2003).

Jako teorie osobnosti zprostředkuje transakční analýza obraz o způsobu, jakým je člověk psychologicky strukturován, definuje také, co je z jejího pohledu patologické.

Jako teorie komunikace pomáhá transakční analýza s odstraňováním nefunkčních, rigidních a stále na sebe navazujících komunikačních řetězců, komunikačních blokad či inkongruencí. Jedním z prostředků k otevření a větší transparentnosti komunikace je rozpoznání používaných her a jejich funkcí, z tohoto bodu vychází také přesah transakční analýzy směrem k analýze fungování systémů a organizací.

Transakční analýza jako vývojová teorie pomáhá porozumět mechanismům, na základě kterých vznikly vzorce prožívání a chování formované v životním scénáři, pomáhá rovněž porozumět tomu, kdy a proč se dospělý jedinec k těmto strategiím vrací, i když jsou pro něj často nefunkční (Napper, Newton, 2010).

Cílem transakční analýzy je „...začít používat svůj dospělý ego-stav tak, aby bylo možné používat celého „integrovaného dospělého“- takzvané osvobození dospělého“ (Lister-Ford, 2006, str. 118).

Tento směr vznikl v polovině 50. let 20. století, zakladatelem byl Eric Berne, psychiatr žijící v letech 1910 – 1970. Jde o směr živý, který je neustále rozvíjen a doplňován. V kontextu transakční analýzy je evidentní vliv eriksonovské psychoanalýzy, zejména v pojetí vývoje jedince ve smyslu vzájemného působení mezi vnitřními procesy a sociální realitou, které Berne integruje do konceptu životního scénáře. Další pozorovatelné vlivy pocházejí z humanistické psychologie (zejména myšlenka bezpodmínečného přijetí druhé osoby) a také z freudiánské psychoanalýzy (strukturální model osobnosti), třetím významným vlivem byla teorie systémů a kybernetika (Čepická, 2003).

Na základě přednášek, které Eric Berne organizoval kolem roku 1950, se zformoval okruh spolupracovníků, kteří se scházeli na seminářích o sociální psychiatrii v San Franciscu, kde se začaly diskutovat základní myšlenky transakční analýzy. V 1962 se začal vydávat *TA-bulletin* (TAB). V roce 1964 byla založena Mezinárodní společnost pro transakční analýzu (ITAA), která sdružuje jednotlivé nadnárodní asociace a individuální členy. V roce 1970 Eric Berne umírá, o rok později se začal vydávat dosud vycházející *Transactional Analysis Journal*. V roce 1974 byla založena Evropská asociace pro transakční analýzu (EATA), která sdružuje národní evropské asociace (v České republice je to ČATA – Česká asociace transakční analýzy), tak individuální členy (Čepická, 2003).

V současné době se hovoří o existenci 3 klasických směrů (škol) transakční analýzy:

a) **Berneova škola** (klasická) – Eric Berne popsal ego-stavy, funkční a strukturální model osobnosti, definoval základní pojmy transakční analýzy. Tento model dále rozvíjeli jeho žáci.

b) **škola J. Schiffové** (cathexis school), která je založena na konceptu péče o psychotické pacienty a o pacienty s poruchou osobnosti. Katektování ego-stavu dospělého znamená znovuožívání neužívaného ego-stavu.

c) **škola Roberta a Mary Gouldingových** (redecision school), která se orientuje na zvědomění starých a blokujících životních rozhodnutí a vědomé přijetí jiných, účelnějších a osvobozujících rozhodnutí (Redecision = přijetí nového rozhodnutí)

Kromě těchto škol existuje řada variací vycházejících z transakční analýzy (Hennig, Pelz, 2008).

V původní formě transakční analýzy, se kterou začínal Berne, šlo o metodu skupinové terapie. Jeho následovníci a žáci ji postupně rozšířili na práci s jednotlivci, s organizacemi či v pedagogice. Některé z původních myšlenek konceptu jsou rozvíjeny dále (například Karpmanův dramatický trojúhelník, teorie podcenění od Schiffové, Erskinovo pojetí vytváření životního scénáře, Harrisovy základní životní pozice a podobně), jiné rozvíjeny nejsou a zůstávají v původní variantě (Berneovy skriptové příběhy, názvy některých her a jiné). V současné době se vývoji transakční analýzy podílejí (či podílely) následující osobnosti: Carlo Moisso (Itálie), Ian Stewart (UK), Petruska Clarkson (UK), Taibi Kahler (USA), Claude Steiner (USA). Tito a jiní významní autoři vnímají transakční analýzu jako

integrativní směr zejména z toho důvodu, že v sobě svou teorií i metodikou spojuje jak psychoanalytické, tak behaviorální koncepty spolu s koncepty humanistické psychologie a koncepty sociologickými, chápou ji jako metateorii psychoterapie. (Erskine, 2016).

Základní myšlenky transakční analýzy je možné shrnout do několika výroků, které formuloval Eric Berne (2011):

- Lidé jsou v zásadě „OK“
- Lidé se rodí jako princezny a mění se v žáby
- Každý má kapacitu myslet
- Změna je možná
- Cílem změny je osobní růst vedoucí k autonomii
- Člověk potřebuje hladit, aby mu nevyschla mícha
- Při léčbě nejprve udělej něco proto, aby Ti bylo lépe a pak analyzuj!
- Při léčbě najdi třísku v palci a tu odstraň (rozhodni se co chceš)!
- Léčba je vítězstvím, ale většina pacientů chce být jenom lepšími prohrávajícími

Způsob, jakým transakční analýza nahlíží na člověka, vychází z humanistické psychologie (Hennig, Pelz, 2008).

Koncept transakční analýzy se skládá ze šesti základních stavebních kamenů, kterými jsou analýza osobnosti (egostavy), komunikační analýza (transakce), analýza komunikativních vzorců (hry), analýza motivací (základní potřeby), analýza pocitů (základní, zástupné pocity) a analýza historických prožitků (scénáře) (Hennig, Pelz, 2008).

Transakční analýza užívá specifický jazyk a pojmosloví. Dle Čepické (2003) Berne iritoval své vědecky orientované kolegy a kritiky transakční analýzy, kteří nemohli unést jeho specifický, záměrně „nevědecký“ jazyk. Pro větší přehlednost je v příloze této práce uveden výklad důležitých pojmů a oficiální překladový slovník. Jazyk této práce je rovněž volen s přihlédnutím k transakčně analytickým tendencím o srozumitelnost takovou, „aby ji pochopilo osmileté dítě“ (Berne, 2013).

2. Základní životní pozice

Dle Harrise (1997) je rozhodování ohledně základní životní pozice jedním z prvních činů Dospělého v dítěti, tento čin je hnán snahou najít v životě plném zmatečných podnětů a pocitů alespoň nějakou míru odhadu pravděpodobnosti.

Tyto základní životní pozice tvoří organizační princip myšlení, cítění, jednání a utváření vztahů (Hennig, Pelz, 2008).

Dle Harrise (1997) dochází dítě v životě záhy k přesvědčení „Nejsem OK“, o svých rodičích pak smýšlí ve smyslu „Jste OK“. Toto prvotní přesvědčení nesouvisí s konkrétními zážitky v dětství (pak by platilo, že u osob, které prožily šťastné dětství, by toto přesvědčení znělo „Já jsem OK – Jste OK“). Harris se zde odvolává na myšlenky Penfielda (in Harris, 1997), podle nějž mozek plní tři základní funkce – nahrávání, vzpomínání a ožívování, a to i v případech, kdy si jedinec na prožité zážitky vědomě nepamatuje, popřípadě nedisponuje kongnitivními schopnostmi k jejich reprodukci v podobě vzpomínky – Harris v této souvislosti uvažuje nad zážitkem porodu a prvních týdnů dítěte, které z důvodu tělesné nevyzrálosti dokáže disponovat pouze vjemy, pocity a neurčitými fantaziemi, reagovat pak může pouze pláčem či pohyby těla naznačujícími pociťovanou libost nebo nelibost. Vyslovuje domněnku, že nejranější zážitky z života každého jedince, i když jsou nevyslovitelné, jsou nahrávány a v současnosti přehrávány. Hovoří o pocitech paniky, děsu či strachu, které přicházejí v určitých situacích, když jsou oživeny původní prožitky těchto emocí, které jsme vnímali jako kojenci a je o nich tedy možné přemýšlet jako o přehrávání původního záznamu.

Pro přiblížení této teze Harris analyzuje situaci dítěte od momentu početí do pěti let věku. O prenatálním období hovoří jako o stavu symbiotické intimnosti, kdy se dítě vyvíjí v nejdokonalejším prostředí, které je přizpůsobené jeho potřebám. Od okamžiku započetí porodu se během několika málo hodin situace dostane do opačného stavu – dítě je za tmy a ticha vrženo do světla a světa zvuků, v průběhu tohoto procesu je vystaveno tlaku a dalším nepříjemným vjemům, dochází k oddělení a opuštění – na konci porodu je novorozenec doslova odstřižnutý, oddělený od matky, spojení s ní dosud znamenalo veškerou jeho zkušenost. Po krátké chvíli se novorozeně setkává s osobou „zachránce“, tedy s tím, kdo opět začne sytit jeho potřeby – zabalí ho do přikrývky, dotýká se ho, pomáhá mu (v ideálním případě jde opět o matku). Harris tento okamžik nazval „Psychologickým zrodem“ – dle jeho interpretace jde o první příležitost, kdy může novorozenec získat zkušenost, že svět mimo dělohu nemusí být jen tvrdý a zlý. Postrádaný pocit blízkosti se

posiluje, dle Harrise začíná v tomto okamžiku novorozenec pociťovat vůli k životu. Opakovaný tělesný kontakt novorozenec nutně potřebuje k tomu, aby přežil – pokud ne fyzicky, tak psychicky. Harris hovoří o nerovnováze, kterou novorozenec pociťuje kvůli střídání přítomnosti a nepřítomnosti podnětů z vnějšího okolí. Tento pocit může v určité míře přetrvávat zejména během prvních dvou let věku života dítěte, kdy vzhledem k nezralosti své nervové soustavy nedisponuje slovy, kterými by si tuto nejistotu odůvodnilo. Co však neustále monitoruje, jsou pocity vznikající ze vztahu mezi dítětem a ostatními osobami v jeho okolí – nejdříve jde typicky o matku, ke které se postupně mohou přidávat další osoby. Tyto pocity mají vztah k hlazení či nehlazení a fungují tak, že kdykoliv dítě hladí, je OK. Pocity o sobě sama dítě nedokáže dost dobře vyhodnotit zejména z toho důvodu, že se neustále střídá „Jsem OK“ a „Nejsem OK“, v závislosti na tom, jak je či není hlazeno. V důsledku nejistoty nakonec převládne pocit „Nejsem OK“. Ruku v ruce s ním pak kráčí touha po přizpůsobení situaci – dítě si klade otázku, co má dělat, aby osoba, která z jeho pohledu „Je OK“ byla hodná (a poskytla pohlázení) jemu, které aktuálně „Není OK“, čímž je zajištěna určitá rovnováha.

Z pohledu malého dítěte pozice „Nejsem OK“ znamená, že je malé, špinavé, bezmocné, nedokáže se bránit, je neohrabané, nic nedělá správně a nemá slova, kterými by vysvětlil, jak se cítí. Pozice „Jsi OK“ pak obsahuje, že druhé osoby jsou velké, mocné, vždy mají pravdu, na všechno dovedou odpovědět, jsou šikovné, vládnou nad životem a smrtí dítěte, mohou dokonce dítě uhodit nebo mu ublížit a stále je to OK (Berne, 2012).

Dle transakční analýzy existují čtyři možné životní postoje, a to „Nejsem OK – Jsi OK“, „Nejsem OK – Nejsi OK“, „Jsem OK – Nejsi OK“ a „Jsem OK – Jsi OK“. Dle Harrise (1997) se dítě během konce druhého či počátku třetího roku svého života na základě existence či neexistence hlazení rozhoduje, zda zůstane u bazální pozici „Nejsem OK – Jsi OK“, nebo zvolí „Nejsem OK – Nejsi OK“ či „Jsem OK – Nejsi OK“. Jde o nonverbální rozhodnutí, o závěr, nikoliv vysvětlení. Poté, co se dítě definitivně rozhodne pro jeden z těchto postojů, setrvává v něm a postoj ovlivňuje jeho další konání a jednání. Dle Harrise však *„Vše, pro co jsme se rozhodli, může být dalším rozhodnutím změněno.“* Tyto rané postoje je možné v pozdějším věku vědomě zaměnit za čtvrtý postoj, kterým je „Já jsem OK – Ty jsi OK“.

Tabulka č. 1 OK – mřížka

Ty jsi OK	
Držet se zpátky, očekávat řešení od ostatních	Být aktivně pozorný, zacházet s problémy konstruktivně
Já nejsem OK	Já jsem OK
Uvíznout, jednat destruktivně	Chtít se zbavit druhých nebo problému
Ty nejsi OK	

(Hennig, Pelz, 2008, str. 77)

2.1 Nejsem OK – Jsi OK

Tento postoj je označován jako univerzální pozice raného dětství, ke které se novorozenec logicky rozhoduje na základě situace porodu a primárních dětských prožitků. Při analýze tohoto primárního postoje se u dítěte objevuje také vnímání sebe samo jako „Jsem OK“, ale tento pocit je závislý na přítomnosti hlazení, které poskytují jiné osoby. Co se týče hlazení, je možné jej vnímat jak jako fyzické, tak psychické. V prvních dnech a týdnech života novorozence je klíčové právě ono fyzické, přičemž jako hlazení není vnímán jen akt mazlení a dítětem, ale veškeré dotyky, které vyplývají už jen z toho, aby se pečující osoba mohla o dítě adekvátně postarat. Psychické hlazení, které se dostává na řadu v pozdějších obdobích, pak zprostředkovává sociální kontakt, společné hraní, chvála, úsměv a podobné aktivity (Harris, 1997).

Hennig a Pelz (2008) toto přesvědčení interpretují jako rezignovaně depresivní postoj s generalizovanou zkušeností nicotnosti, bezmocnosti a závislosti na druhých. Pokud toto přesvědčení přetrvá do pozdějšího věku, jedinec se cítí být vydán na milost či nemilost ostatním. Touží po hlazení či uznání, což je psychologická verze fyzického hlazení. Přemýšlí nad tím, co musí udělat, aby se mu kýženého hlazení dostalo. Jsou hned dva možné způsoby, jak se mu to může podařit – prvním z nich je žít podle životního scénáře, který v tomto případě potvrzuje pozici „nejsem OK“. Hlazení se zpravidla sytí prostřednictvím úvah, fantazií a vysněných věcí. V případě naplňování tohoto scénáře bývá typické žití v ústraní, protože jedince vnímá jako bolestné trávit čas v přítomnosti lidí, kteří „jsou OK“ – při konfrontaci s nimi pociťuje deficit. Další možností, jak dostat požadované hlazení, je model „zlobivého chlapečka/holčičky“. Jedinec zde pracuje s negativním hlazením, které je pro něj však stále přijatelnější než žádné hlazení. Chová se často velice provokativně, čímž vyvolává řetězec zpětné vazby z okolí: „Říkáš mi, že jsem zlobivý, tak zlobivý budu!“ Tímto způsobem se opět potvrdí to, že jedinec „není OK“, což je přesně to,

co si sám o sobě myslí také a co od okolí v dané chvíli touží slyšet, neboť mu to dává určitou integritu, o kterou se může opřít. Dle Harrise vede tento scénář nutně k zoufalství, které může vyústit v nedodržování zákonů či sebevraždě (možno též formou „nehody“). Druhým způsobem, jak se vyrovnat se životní pozicí „Nejsem OK – Jsi OK“, který je dle Harrise běžnější, je žít podle antiscénáře. Antiscénář je taktéž nevědomý konstrukt, podklady k němu jedinec čerpá z ego stavu Rodiče. Nosnou myšlenkou tohoto antiscénáře je „Můžeš být OK, když..“. V běžném životě se pak jedinec, který zvolil tuto strategii, obklopuje lidmi, kteří mají silnější pozici Rodiče, protože jedině silný Rodič je mu schopen poskytnout silné hlazení. Harris vysvětluje, že OK hlazení může přicházet pouze od osob, které jsou OK, a Rodič je OK, protože byl OK vždycky. Tito lidé bývají často dychtiví, ochotní a povolní přání ostatních, jejich hlavním hnacím motorem je touha po pochvale a uznání, tedy po psychologickém pohlazení. Při této cestě často dosáhnou velkých cílů, zpravidla ale pokračují stále dál, protože vždy je ještě něco dalšího, za co by je okolí mohlo „pohladiť“. Dle Harrise v tomto případě přesvědčení „Nejsem OK“ píše scénář, „Jsem OK“ pak antiscénář, ani z jednoho však nepramení pocit štěstí či trvalého užitku, protože vede k přesvědčení „Ať dělám, co dělám, pořád nejsem OK.“ Prakticky toto přesvědčení prožívají lidé neúspěšní zrovna jako velice úspěšní. V případě, že jedinec toto své přesvědčení identifikuje a rozhodne se ke změně, může dobře navázat na úspěchy a strategie, které uplatňoval v rámci antiscénáře.

2.2 Nejsem OK – Nejsi OK

U tohoto typu přesvědčení se Harris zamýšlí nad otázkou, jak došlo k přeměně OK pečující osoby v Nejsi OK. Jako důležitý milník zde předpokládá schopnost chůze – do té doby, než je jí dítě schopno, jej matka musí nosit a tudíž se ho dotýkat, v okamžiku, kdy dítě začne chodit, odpadá velká část dřívějších nezbytných dotyků. V případě, kdy jde o chladnou pečující osobu a neobjeví se jiné osoby, které by na sebe tuto roli vzaly, pokud je hlazení vázáno výhradně na nezbytnou péči o dítě, zdroje hlazení, který byl zároveň zdrojem pocitu OK, ustává. Spolu se zdokonalujícími se motorickými schopnostmi dítěte také často roste též počet trestů či okřiknutí, protože dítě není v klidu, všude leze a může být zdrojem problémů. Pokud je tento deficit hlazení dlouhodobý, objevuje se pocit rezignace, ztrácí se naděje, Harris mluví o tom, že Dospělý dítěte se přestává vyvíjet. Jedinec pak životem prochází, v extrémních případech může skončit v ústavní péči jako zcela uzavřená osoba s regresivním chováním, které se vztahuje k prvnímu roku jeho života, kdy dostával jediné hlazení, které kdy měl příležitost poznat. Harris hovoří také o

případech, kdy se pozice Nejsm OK – Nejsi OK stává tou první a výchozí pozicí v životě dítěte – dle jeho názoru jde o autistické děti, které vnímá jako „psychologicky nezrozně“.

V praxi může být obtížné si představit, aby dítě, i přes deficit hlavní pečující osoby, procházelo životem bez jakékoliv formy pohlazení. V naprosté většině případů to tak doopravdy není, záleží však, jak si dítě toho hlazení vykládá. V okamžiku, kdy se rozhodne zaujmout pozici Nejsm OK – Nejsi OK, vykládá si každou další zkušenost tak, aby odpovídala této pozici – „Nejsi OK“ se od této chvíle generalizuje na všechny lidi a tím pádem k němu nedoléhá ani to nejpřímněji míněné hlazení. V tomto přesvědčení vnímá určitý smysl či integritu, ve vztazích k ostatním přestává používat pozici Dospělého.

2.3 Jsem OK – Nejsi OK

Tuto životní pozici zaujímají dle Harrise nejčastěji děti, jejichž rodiče jsou na ně od začátku hrubí, tato hrubost může zajít až k týrání. Během prvního roku života má dítě pocit, že rodiče jsou OK, později ale může vnímat kontrast mezi strastiplnými chvílemi, které mu rodiče svým jednáním způsobují, a chvílemi o samotě, kdy se zotavuje a „líže si rány“. U dítěte se může objevit pocit, že bude v pořádku, když ho ostatní nechají na pokoji – tedy „Je OK“ samo o sobě. Rodič, který dítěti působí bolest a strádání, pak OK není. V době dětství mu toto rozhodnutí zachraňuje život, přináší nezdolnost a neochotu se vzdát, později může také začít sám rozdávat rány, ať už fyzické či psychologické. Tak jako u předchozího postoje, osoba nepřijímá žádná případná hlazení, protože hlazení je OK do takové míry, do jaké míry je OK osoba, která jej poskytuje – a v tomto případě není OK nikdo kromě jedince samotného. Jedinci s tímto přesvědčením mají svým Rodičem povolenu tvrdost a krutost, nenávisť v nich přetrvává, ač ji dovedou maskovat navenek zdvořilým chováním. Dle Harrise vnímá společnost tyto osoby jako lidi bez svědomí, kteří nedokáží uznat svou vlastní vinu a vždy budou chybu hledat u druhých, ve skutečnosti však pouze nemají přístup k datům, že by někdo jiný mohl být OK. Vyhocením tohoto přesvědčení je vražda, kterou si jedinec sám pro sebe logicky odůvodní a cítí se oprávněn ji provést. Tyto osoby kolem sebe často shromažďují zástup slabších jedinců, kteří je opakovaně chválí a hladí, tato pohlazení však nejsou vnímána autenticky, protože tito chválící „slabochy“ si kolem sebe sami shromáždily a čím více jsou hlazeny, tím více těmi, kdo pohlazení poskytují, opovrhují, až se jich nakonec zbaví a na jejich místo obsadí někoho jiného.

2.4 Jsem OK – Jsi OK

Dle Harrise se tato čtvrtá pozice od prvních tří liší, zejména tím, že jde o výsledek vědomého verbálního rozhodnutí. Není tedy založena výhradně na dojmech a emocích, ale obsahuje penzum informací o člověku a jeho okolí, stejně jako počítá s dosud neuskutečněnými možnostmi – Harris o této pozici hovoří dokonce jako o založené na myšlence, víře a odvaze k činům. U předchozích pozic je možné ptát se „proč?“, u této pak spíše „proč ne?“. Chápání OK v této pozici není vázáno pouze na individuální zkušenost jedince, ale je možné jej přetransformovat v abstrakci. Na individuální rovině při přeměně postoje nestačí pouhé rozhodnutí, které je pouhým prvním krokem – poté je důležité shromážďovat „nahrávky“, které přehrávají OK výsledky, úspěchy a smysluplné soustavné činnosti naprogramované Dospělým (nikoliv Rodičem či Dítětem, jako to bylo v předchozích pozicích). Dospělý rovněž chápe, že je potřeba trpělivosti, protože ani při zaujetí OK – OK pozice nejsou zaručeny pouze OK pocity, rozdíl je v tom, že si pocity Nejsem OK či Nejsi OK uvědomuje, dokáže je rozlišit a v případě, kdy by nahloďávaly víru nastolenou „OK – OK“ pozicí, je také vypnout či odfiltrovat.

U pozice Já jsem OK – ty jsi OK je možné rozlišit symbiotický a neohraničený OK-pocit kojence a OK-realistický pocit dospělého, který je schopen akceptace hranic svých vlastních a zároveň také hranic svého okolí, tedy co možné „je“ a co už „není“. Při vědomí těchto omezení nerezignuje, ale buduje si zdravý životní postoj a životní plán (Hennig, Pelz, 2008).

Tabulka č. 2: Životní pozice podle TA

<i>Já nejsem OK, vy nejste OK</i>	<i>Já jsem OK, vy nejste OK</i>
<u>PSYCHIATRICKÁ POZICE</u>	<u>PARANOIDNÍ (TÉŽ „ZLOČINECKÁ“)</u> <u>POZICE</u>
Styl: NEBÝT S...	Styl: ZBAVIT SE, ÚTOČIT, BÝT PROTI
Dispozice: PESIMISTICKÁ	Dispozice: KRITICKÁ
Pocit: STRACH	Pocit: HNĚV, ZLOST
Pozice zahájení hry:	Pozice zahájení hry:
OBĚŤ	PRONÁSLEDOVATEL
Adaptované dítě: BEZMOCNÉ či	Adaptované dítě: VĚDĚT SI RADY

<p style="text-align: center;">PORANĚNÉ</p> <p>Aktivita: NEDĚLAT NIC</p> <p style="text-align: center;">ODMÍTÁNÍ</p> <p style="text-align: center;">SABOTÁŽ</p> <p>Úniková cesta: PSYCHÓZA</p> <p><i>MELANCHOLIK</i></p>	<p>Aktivita: KONTROLOVÁNÍ</p> <p style="text-align: center;">KRITIZOVÁNÍ</p> <p style="text-align: center;">STARÁNÍ SE</p> <p>Úniková cesta: HOMICIDIUM</p> <p style="text-align: right;"><i>CHOLERIK</i></p>
<p><i>FLEGMATIK</i></p> <p><u>AUTISTICKÁ POZICE</u></p> <p>Styl: JÍT PRYČ OD</p> <p>Dispozice: DEPRESIVNÍ</p> <p>Pocit: SMUTEK</p> <p>Pozice zahájení hry: ZACHRÁNCE či</p> <p style="text-align: center;">OBĚŤ</p> <p>Adaptované dítě: BEZMOCNÉ či</p> <p style="text-align: center;">SVÉPOMOCNÉ</p> <p>Aktivita: USMÍŘENÍ,</p> <p style="text-align: center;">USPOKOJENÍ,</p> <p style="text-align: center;">ADAPTOVÁNÍ SE</p> <p>Úniková cesta: SUICIDIUM</p> <p><i>Já nejsem OK, vy jste OK</i></p>	<p style="text-align: right;"><i>SANGVINIK</i></p> <p><u>POZICE OSOBNÍ ZDATNOSTI</u></p> <p>Styl: JÍT S</p> <p>Dispozice: OPTIMISTICKÁ,</p> <p style="text-align: center;">RADOSTNOST</p> <p>Pocit: POHODA, KLID</p> <p>Pozice zahájení hry: ŽÁDNÁ</p> <p>Adaptované dítě: ŽÁDNÉ</p> <p>Aktivita: ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ,</p> <p style="text-align: center;">VYJEDNÁVÁNÍ,</p> <p style="text-align: center;">NADŠENÍ</p> <p>Úniková cesta: NENÍ NUTNÁ</p> <p><i>Já jsem OK, vy jste OK</i></p>

(Smékal, 2001)

3. Scénář

„Každý člověk se již v raném dětství rozhodne, jak bude žít a jak zemře, a tento plán, který nosí v hlavě, se nazývá scénář. Každodenní chování může být určené intelektuálními schopnostmi, ale důležitá rozhodnutí jsou již učiněna: jaký typ člověka si vezme za manžela či manželku, kolik bude mít dětí, v jaké posteli zemře a kdo u toho bude. Možná to není, co by chtěl, ale jak chce, aby to bylo.“

(Berne, 2013, str. 45)

Existuje mnoho pojetí scénáře, která vycházejí z této základní definice a která ji rozvíjejí. Společně výše zmíněným autorům je právě to, že ukazují, jak se v aktuální situaci projevuje vliv životního scénáře na myšlení, pocity a chování, což je (opět) pozorovatelné z vnějšku (Erskine, 2010).

Analýza scénáře je jedním z nosných prvků transakční analýzy. Bývá vnímána jako konečný cíl transakční analýzy jako psychoterapeutické metody (Schlegel, 2007).

Scénář v pojetí transakční analýzy je životní plán vytvořený v době raného dětství na základě vnitřních prožitků a konfrontace s vnější realitou, rozhodnutí učiněná v dětství jsou průběžně posilována programováním od rodičů (či jiných vztahových osob). Celoživotně ovlivňuje každodenní rozhodování daného jedince. Je-li osoba plně ve své scénářové roli, není schopná projevů tvořivosti a spontaneity (Berne, 2012).

Scénáře jsou psané takovým způsobem, aby vydržely na celý život. Berne (2017) předpokládá, že rodiče chtějí, aby jejich děti vyhrály či prohrály, někdy mohou toužit, aby byly v této roli šťastné, ale ve většině případů nechtějí dovolit změnu této role, a to z toho důvodu, že oni sami jsou naprogramováni k tomu, v jaké roli mají (a mohou) dítě vychovat.

Dle Berneho (2013) existence scénáře sytí hlad po strukturování času. Scénář slouží k strukturaci delších časových úseků – jedinec své měsíce a roky, přísně vzato celý život, vyplňuje aktivitami, jako jsou rituály, zábavy a hry, které volí takové, aby podporovali jeho scénář či s ním minimálně byli v souladu. Krom toho přináší okamžité uspokojení.

Scénář vyžaduje příkazy rodičů, přiměřený rozvoj osobnosti, rozhodnutí učiněné v dětství, opravdové nadšení pro konkrétní metodu úspěchu či neúspěchu a přesvědčivý postoj či důvěryhodný přístup (Berne, 2013).

Dle Stewarta a Joinese (1992) se na vzniku a internalizaci určitého scénáře podílejí dva základní předpoklady, kterými je, že scénář, respektive scénářová rozhodnutí, jsou nejlepší strategií pro to, aby malé dítě „přežilo“ ve světě, který jej obklopuje a který je (v očích dítěte) často nepřátelský až život ohrožující. Druhou premisou je, že scénářová rozhodnutí vycházejí z pocitů malého dítěte a z jeho aktuálních schopností a výbavy pochopit vnější realitu. Scénář je předáván verbálně i nonverbálně, přičemž často existují rozpory mezi verbálním sdělením a jeho nonverbálním významem. Nejcennější informace pro tvorbu scénáře vycházejí ze stresových a emočně vypjatých situací (Schlegel, 2007).

Vliv scénáře je omezující, ale na druhou stranu jedince chrání a dává mu určitou jistotu (Novellino, 2012). Klíčovými postavami pro formování scénáře jsou rodiče (či jiné vztahové osoby). Ve vztahu k nim je dítě více ovlivnitelné, protože je na nich závislé a disponuje menším množstvím podstatných informací, Dospělý dítěte (jeho Dospělé Já) není ještě zcela vyvinuté, respektive je vyvinuté úměrně jeho věku, nemá plné informace o tom, proč se věci dějí tak, jak to zažívá a nemůže ze vztahu s rodiči fakticky odejít. Fantazie o tom, jak jsou rodiče mocní, hraničí s tím, že ho mohou až zničit, budou-li chtít (Hennig, Pelz, 2008)

Scénář je neuvědomovanou životní cestou, po které jsme se kdysi rozhodli jít, protože nám někdo říkal, že tudy jít je dobré. Vystoupení ze scénáře znamená nahlédnout a uvědomit si, že můžeme jít i jinudy, protože kdysi zvolená cesta nám nepřináší to, v co jsme tehdy uvěřili (Berne, 2013).

3.1 Kořeny scénářů

Eric Berne hovoří v obecné rovině o čtyřech možných zdrojích, které stojí za vytvořením scénáře. Scénář jako opakování dramatu z dětství pracuje s přenosem minulých zážitků do současnosti, jde zejména o zážitky neuspokojivých situací. Scénář jako rodičovský program vnímá scénář jako životní koncept utvořený na základě očekávání a vlivu rodičů, popřípadě jiných pečujících osob nebo institucí. Dalším zdrojem scénáře je iluzivní očekávání od života, jež vede k tomu, že dokud očekávaný stav či situace nenastane, žije jedinec jen provizorně, přirozený běh života je zastíněn čekáním na to, co dle jeho (často neuvědomého) názoru přijít má. Posledním kořenem je scénář jako konkretizace pohádky či

mýtu – dle Berneho se dítě vztahuje k pohádkám, které zejména v době utváření scénáře vnímá jako skutečnost popisující stav, v jakém svět byl a zákonitě by tedy takový opět mohl být. Do souvislosti s tímto zdrojem scénáře klade Berne rovněž fakt, že rodiče dětem v určité fázi vývoje připadají jako všemocní, velicí, často až obdaření nadpřirozenými schopnostmi. K mytologii odkazují také základní popsané typy scénářů, o kterých bude pojednáno níže (Schlegel, 2007).

Lister-Ford (2006) udává dva klíčové způsoby předávání scénáře:

1) Nonverbálně pohlazením či modelováním. Pohlazení je způsob, jakým vztahové osoby dítěte vyvolávají příjemné nebo nepříjemné pocity, v případě modelování je pak dítěti předváděno scénářové drama v praxi, dítě pak „okouká“, jak se to má dělat, zejména prostřednictvím hraní v rodině typických her, atd.

Tabulka č. 3 Druhy „pohlazení“

Pozitivní pozornost	Negativní pozornost
Bezpodmínečná: Srdečné objetí, vyjádření „Miluji Tě“	Bezpodmínečná: „Nenávidím tě!“ nebo fyzický trest bez předchozího upozornění
Podmínečná: „Když si uklížíš boty, mám tě rád/a!“ „Chválím tě, když děláš věci tak, jak to chci já.“	Podmínečná: „Dostaneš facku, když neposloucháš.“ Nemám rád, když kouříš!“

(Hennig, Pelz, 2008, str. 59)

2) Verbálně přisuzováním vlastností či přímými návody. V případě přisuzování vlastností vztahové osoby usoudí, jaké dítě vlastně je, a pak s ním zacházejí, jako by takové opravdu bylo (například u holčičky, o které v prvních dnech někdo vyřkl „je to divoška“ a uchytilo se to, bude rodina pravděpodobně nadšená, začne-li brzy lézt po stromech, protože „je k tomu zrozená“, u malé „porcelánové panenky“ by však reakce byla s největší pravděpodobností úplně jiná). Přímé návody jsou explicitním vyjádřením toho, jak je potřeba se chovat, aby to bylo „správně“ – například „Spoléhej se sám na sebe“, „Mysli nejdříve na druhé“ atd.

3.1.1 Prenatální vlivy

Dle Bernea (2013) se z globálního hlediska počátek existence typizovaných scénářů prolíná s počátkem existence lidstva. V užším pojetí se na utváření scénáře, byť je definován a osvojen již v raném dětství, podílejí faktory předcházející i pozdější. Berne hovoří již o prenatálních vlivech, předpokládá tedy, že vývoj scénáře započal již v době před narozením jedince. Co se týče vlivu předků, největší důležitost přikládá prarodičům, což vysvětluje jejich silným ovlivňováním života svých vnoučat, což platí i po smrti prarodičů. Dalším důvodem je fakt, že scénář dítěti implikují rodiče, kteří jednají zejména na základě svého scénáře, který jim byl implikován jejich rodiči, tedy prarodiči jedince, jehož scénář se pokoušíme identifikovat. Osoba prarodiče tedy implikuje scénář dvěma různým osobám – přímo svému potomkovi, nepřímo pak svému vnoučeti. Berne hovoří o tom, že na prarodiče je všeobecně pohlíženo spíše s úctou či hrůzou, zatímco na rodiče s obdivem či strachem. Během prvních stadií tvorby scénáře jsou pro formování obrazu světa pro dítě silnější a tím pádem i vlivnější primitivnější pocity úcty a hrůzy, které jsou spjaty právě s prarodiči.

Pro zjištění vlivu předků na scénář jedince se Berne tázal, jaký život žili jeho prarodiče. Identifikoval čtyři typy odpovědí často v opačných konotacích. Prvním typem jsou odpovědi vyjadřující hrdost a pýchu, která v čisté podobě implikuje povolení daného jedince pokračovat v úspěšném rodinném scénáři, tato pýcha však může být vyjádřena jakoby nadutě a rádoby vážně, v tomto případě pak Berne předpokládal, že jedinec úctyhodné předky používá jako ospravedlnění své vlastní existence, protože mu nebylo dáno povolení vyniknout sám za sebe. Tato úcta a pýcha k prarodičům může být také jakoby pronesena žertem, popřípadě snížena celkovým vyzněním prohlášení – v těchto případech Berne přemýšlel o jedincově povolení své úspěšné předky napodobovat, ale pouze v tom, co se jim v životě nedařilo, kopírovat pouze slabé a nežádoucí stránky jejich osobnosti.

Druhý typ odpovědí obsahuje idealizaci, která může být romantická či paradoxní. Zpravidla implikuje touhu jedince následovat své předky ve vyzdvihovaných oblastech, což zejména v případě paradoxní idealizace, kterou Berne popisuje na příkladu „být nejchytřejší ženou na oddělení ve státní nemocnici“, tedy spokojit se často s málem a vyhnout se naplňování svých příležitostí.

Dalším odstínem výpovědi o životě prarodičů může být rivalita, Berne v něm spatřuje neurotické vyjádření nepřekonané dětské touhy být silnější než vlastní rodiče (zpravidla v podobě nevědomého, na logice založeného přání být svým vlastním prarodičem, abych získal rodičovskou moc nad svými vlastními rodiči). Obraz svých vlastních prarodičů také může být utvářen bez skreslení, pouze prostřednictvím osobních zkušeností, které odkazují k reálným transakcím, které se mezi prarodičem a jedincem v dětském věku odehrály, tyto zkušenosti mohou být jak pozitivní, v tom případě odkazují spíše k „dobrému“ scénáři, tak negativní, které potom implikují obdobně zabarvený scénář.

Co se týče dalších vlivů, hovoří Berne (2013) o důležitosti „scény početí“. Mimo samotný akt početí, který je dle Bernea rovněž klíčový, je zde důležité se tázat, nakolik bylo dítě plánované a očekávané či chtěné, co předcházelo jeho početí a co následovalo poté, co se matka dozvěděla, že je těhotná, zda spolu biologičtí rodiče zůstanou či nezůstanou, jaké je emocionální a sociální nastavení rodiny atd.

V okamžiku narození dítěte je důležité identifikovat jeho pozici při narození, jejímž nejdůležitějším faktorem je paradoxně scénář rodičů, respektive fakt, nakolik jej dítě dokáže naplňovat. Do hry primárně vstupuje zejména kontext jeho pohlaví – Berne zde popisuje situace, kdy se do role „dlouho očekávaného dědice rodinného impéria“ narodí dcera atd. Důležité také je, nakolik se rodiče ve svých scénářích shodnou či si naopak odporují, Berne také hovoří o určitých „dobře zavedených tradicích“, kterými opět odkazuje k pohádkám či mytologickým prvkům (například nejmladší odstrkovaná sestra, třetí bratr, který se jeví jako nejhloupější, ale v klíčové chvíli zvítězí nad staršími sourozenci a podobně). Lze říci, že rodiče začnou své dítě vychovávat podle toho, jaké s ním mají plány, přičemž tyto plány jsou odrazem jejich vlastního scénáře. Co se týče okolností týkajících se samotného porodu, zejména ve smyslu porodního traumatu a faktu, zda porod proběhl přirozeně či císařským řezem, Berne jejich vliv nepředpokládá ani neodmítá, dle jeho názoru jde o takřka neověřitelný faktor. Tímto názorem rozporuje vlivný proud, jehož představitelem je například Otto Rank, který naopak na okolnosti porodu nahlíží jako na klíčové a směrodatné pro budoucí život dítěte (Rank, 1988). Co však na formování scénáře vliv bezesporu má, jsou dle Bernea dva hlavní nejčastější možné scénáře narození, které nazývá „Scénář nalezence“ a „Poznamenaná matka“. „Scénář nalezence“ je typický pro děti v libovolné formě náhradní rodinné péče, popřípadě pro děti, jejichž otec je neznámý, odehrávají se v něm fantazie ohledně biologických rodičů (či otce), dle některých autorů (Berne, 2013) jde převážně o různé podoby mýtů

ohledně „zrození hrdiny“. Scénář „poznámenaná matka“ se týká matčiny následků porodu, v kritické variantě tohoto scénáře matka během porodu umírá. V ostatních případech v úvodní fázi tohoto scénáře stojí právě matka, která potomkovi sděluje informaci následků aktu jeho zrození, její roli mohou zastoupit také jiní příbuzní (typicky babička). Dále se scénář, respektive reakce na něj, odvíjí od pozorování matky dítětem, může vést k pocitům viny a odpovědnosti za matčin stav do budoucnosti.

Do období pre- či perinatálního je možné zařadit též výběr jména dítěte. Dle Bernea (2013) v mnohých případech lze podle jména vystopovat, jaké „úmysly“ rodiče s dítětem mají, mimo jména tuto informaci často obsahují též přezdívky či jiná pojmenování, kterými je dítě (často ještě před svým narozením) titulováno. Berne hovoří o čtyřech způsobech, jejichž prostřednictvím se křestní jméno může stát scénářovým činitelem, a to záměrně, náhodně, nechtěně či nevyhnutelně. Záměrný způsob spočívá ve výběru jména dle charakteristik, které jsou s ním spojovány, popřípadě dle známých nositelů téhož jména – v našich podmínkách například není zcela neobvyklé, aby se žena středního jména, která vyrůstala na venkově, jmenovala Angelika dle v té době populární Markýzy andělů (MVČR, 2017), stejně jako matrikáři v období prvního boomu seriálu Dallas bojovali s novopečenými rodiči, kteří chtěli své dítě pojmenovat „Džejár“ a byli velice rozčarováni, když zjistili, že nejde o jméno, ale o zkratku, neboť křestní jméno „Džejára“ bylo ve skutečnosti John Ross, tedy J.R.. Do stejné kategorie mohou patřit případy, kdy je dítě pojmenováno po svém rodiči či po někom z rodiny – dle Bernea již toto pojmenování implikuje dítěti povinnost, kterou může buď přijmout (a tím pádem být ve scénáři), nebo se vzdorem odmítnout (a tím do svého scénáře zakomponovat vzdor a hořkost). Dle Bernea velice záleží na tom, jakou variantu jména rodina používá a jak se dítě tituluje samo, hovoří o rozdílech u osob titulujících se „Charles“ (jména spojována s králi), „Chuck“ a „Charlie“, přičemž v rodném listě najdeme vždy jméno Charles.

O náhodném způsobu hovoří Berne v souvislosti se změnou podmínek (typicky například při přestěhování, kdy se jméno v původním prostředí „normální“ a přijímané může v novém prostředí stát něčím vypichovaným či dokonce terčem posměchu). Nechtěný způsob se týká převážně zdrobnělin či dětských přezdívek, které neplánovaně přetrvávají do dospělosti. Nevyhnutelný způsob se často týká příjmení, která mají určitý obsah, který může být pejorativní, popřípadě ve formě „nomen omen“ – Berne zmiňuje uznávané neurology H. Heada a W.R. Braina, v české kotlině také pro případy nemusíme chodit daleko, existuje například botanik Větvíčka, ortoped MUDr. Chromý a podobně.

3.1.2 Vlivy z raného dětství

Berne uvažuje nad obdobím před (z)formulováním scénáře jako nad obdobím krátkých protokolů, na jejichž základě pak probíhá první programování scénáře. Tyto protokoly odráží vývoj dítěte, Berne je dělí na „kojící“ a „nočníkové“. Hovoří o tom, že z těchto protokolů se mohou stát velká dramata. Zpravidla se odehrávají v dyádě matka-dítě a dávají vzniknout driverům, povolením či zásahům, které podporují výsledný scénář. Dle Berneova názoru se již v tomto okamžiku rozhoduje o „princích“ a „žábách“, tedy o scénářích vítězů a poražených, ke kterým byly položeny základní kameny již v období působnosti prenatálních vlivů. O těchto konstruktech bude pojednáno v dalších kapitolách.

Již od raného dětství si dítě na základě zkušeností s lidmi a světem kolem sebe vytváří přesvědčení, která s ním zpravidla zůstávají po zbytek života a na jejichž základě pak jedinec činí veškerá rozhodnutí. Jde o 4 základní životní přesvědčení o sobě a o světě, které Berne definoval jako Já jsem OK, já nejsem OK, ty jsi OK, ty nejsi OK a jejich libovolné kombinace. Více o tomto tématu v kapitole Základní životní pozice.

3.2 Scénářový aparát

Pod pojmem scénářový aparát je možné si představit na scénář působící rodičovské vlivy či poselství. Je možné rozlišit sedm kategorií těchto poselství, v některých případech však může být těžké určení jasné hranice a zařazení poselství do konkrétní kategorie. Patří sem „kletby“ vztahující se přímo k scénářovému cíli, destruktivní a konstruktivní základní poselství, provokace, výchovně míněné rodičovské pokyny doprovázené příkladem, příklady, návody či instrukce směřující k co nejlepšímu naplnění scénáře, impulzy zasahující do procesu rozhodování a návody na vysvobození (Schlegel, 2007).

3.3 Scénářová výplata

Scénářová výplata neboli scénářový zisk následuje po uplatnění chování odpovídající programu v rámci scénáře. Tím, co jedinec v rámci výplaty získá, je posílení původního přesvědčení o sobě samotném, o ostatních a o tom, co (a v jaké kvalitě) život přináší. Jde o poselství sdělované dítěti, která se ukládají do jeho Rodiče, kde zůstávají. Zajímavostí je, že dle Bernea (2013) si lidé obvykle pamatují své dětské reakce na rodičovské příkazy k výplatě, většinou ve formě nevyřčených myšlenek. Scénářovou výplatu tedy udělují či vynášejí rodiče, sama o sobě však není účinná, dítě ji teprve musí přijmout, což zpravidla nečiní hned, ale až po několika desítkách až stovkách rodičovských výroků s podobným vyzněním. Dle Bernea toto přijetí výplaty probíhá tiše a nenápadně, minimálně jednou

však vysloveno bývá – často formou „Až budu velký, tak...“ (ve smyslu jak se dítě rozhodlo, že jako dospělý skončí, nikoliv na základě odpovědi „budu kosmonautem“).

Steiner (2000) rozlišuje tři úrovně výplaty, a to úroveň biologickou, sociální a existenciální. Biologická úroveň výplaty existuje v podobě pohlazení (pozitivních i negativních), se kterými pak jedinec může dále nakládat. Sociální úrovní výplaty je strukturování času, které odkazuje k základní lidské potřebě struktury, bez které by byl čas prázdný a prostý vzrušujících aktivit, což může vést k depresivnímu prožívání. Existenciální úrovní výplaty je způsob potvrzení základního přesvědčení a vhodnosti volby rozhodnutí dle konkrétního scénáře.

3.4 Zákazy

Zákazy jsou omezující poselství vyjadřující, co dítě „nemá“ být nebo dělat. Jsou předávány nonverbálně, často už v prenatálním stadiu vývoje dítěte či od prvního dne jeho života. Jejich hlavním zdrojem jsou nevyřešené konflikty rodičů (Lister-Ford, 2006). Aby je dítě přijalo a nebralo je spíše jako výzvu ve smyslu zakázaného ovoce, je nutné jejich časté opakování a trestání v případě neuposlechnutí. Berne (2013) vnímá zákaz jako nejdůležitější součást scénářového aparátu, klasifikuje je na 3 stupně, přičemž ke každému stupni řadí jeden z typů scénáře. Zákazy prvního stupně jsou mírné a společensky přijatelné, patří sem rozkazy obsahující souhlas či odrazování (např. „Byl jsi hodný a tichý.“ „Nebud' příliš ctižádostivý.“). Dítě, kterému byl udělen tento typ zákazů, má stále šanci na scénář vítěze. Zákazy druhého stupně bývají nevyzpytatelné a přísné, často doprovázené manipulacemi a vydíráním. Berne jako příklad uvádí „Drž jazyk za zuby!“ a „Neříkej to otci!“. Dítě, které se setkalo s tímto typem zákazů, svůj scénář často prožívá jako nevitěz. Zákazy třetího stupně již bývají opravdu hrubé a kruté, vynucené strachem, často provázené skřeky, grimasami a krutostí (či minimálně jejím příslibem) osoby, která zákaz uděluje. Dítě pak má dle Berne nejlepší „šanci“ stát se poraženým. V praktickém životě se může stát, že zákazy pocházející od otce a od matky se liší, mohou jít proti sobě, což staví dítě do obtížné pozice. V současné teorii transakční analýzy se tématu scénářů věnovali manželé Gouldingovi, kteří sestavili 12 typických zákazů (Stewart, 2000):

1. Neexistuj!

7. Nebud' důležitý!

2. Nebud' sám sebou!

8. Nikam nepatří!

3. Nebud' dítětem!

9. Nebud' blízký!

4. Nevyrůstej!

10. Nebud' zdravý!

5. Nebud' úspěšný v tom, co děláš!

11. Nemysli!

6. Nebud' aktivní!

12. Nepociťuj!

Zákaz, respektive příkaz „Neexistuj!“ (Don't be!/Don't exist!) implikuje dětské přesvědčení, že pozornost si získám jenom tehdy, když „nebudu“. V dospělosti se v extrémních případech může projevit propuknutím tragického scénáře, „zničením“ někoho jiného místo sebe, popřípadě „šílenstvím“ – pak nebudu existovat jako myslící bytost. K ochraně proti tragickému scénáři se jedinec často uchyluje k rozhodnutím typu: „mohu žít, dokud...“. Konkrétními projevy zákazu existovat pak může být například sebepoškozování či jeho předstírání, poškozování ostatních, poškozující závislost nebo abusus psychotropních látek (Stewart, 1996). Osoby s tímto zákazem zpravidla vnímají pocity vlastní nehodnoty, ve svých vlastních očích bývají nemilovaní, nechtění. V anamnéze bývá často přítomná zpráva o zneužívání rodiči, vzpomínky na rodičovské výroky typu: „káž by ses nikdy nenarodil“..., popřípadě úmrtí sourozence v časném dětství klienta. (Stewart, 2000)

Za zákazem „Nebud' sám sebou“ (Don't be you!) bývá často přání rodiče „chci jiné dítě“ (syna/dceru), na což navazuje rozhodnutí dítěte „nesmím být tím pohlavím, kterým jsem“. Z dětství si často nese vzpomínky na chváleného a vyzdvihovalého sourozence nebo jiné dítě či na rodičovské výroky typu: „chtěli jsme tehdy chlapce/ dívku...“ Není také výjimkou, že jedincům s tímto zákazem rodiče „nadělili“ také genderově obojetné křestní jméno (například Jindra, Alex, René,...) či jej alespoň častují přezdívkou odkazující spíše na opačné pohlaví (Tangolo, 2013). Přímými projevy pak bývá přesvědčení o vlastní odlišnosti, chování či oblékání typické pro druhé pohlaví. (Stewart, 2000)

Zákazem „Nebud' dítětem“ (Don't be a child!) své potomky často zatíží rodič, který vyrůstal v prostředí, kde nebylo dovoleno být dítětem. Podvědomě pak žárlí na své potomky, na jejich svobodu a radost, kterou on sám v pozici dítěte nedostal. Často jej do vínku dostanou nejstarší děti, kteří jsou nezřídka hned po narození mladšího sourozence v očích (i ústech) rodičů přes noc těmi „velkými a rozumnými“ (Tangolo, 2013). U jedinců s tímto zákazem se objevují vzpomínky na rodičovské výroky typu „Děti mají být viděny, ale nikoli slyšeny“, popřípadě vzpomínky na zlobící se rodiče při projevení dětské hravosti

a spontaneity. Přímými projevy bývá například ztuhlost a vážnost v projevu, nemotornost v kontaktu s dětmi, diskomfort v situacích, které souvisejí s hrou, spontaneitou, vtipem, nebo nejsou-li daná pravidla (Stewart, 2000)

Zákaz „Nevyrůstej!“ (Don't grow up!) často obdrží nejmladší dítě. Impuls se nese z Dětského ego-stavu rodiče, nejčastěji ve formě „neopouštěj mě“, analogicky „co budeme dělat, když i ty odejdeš“. Na jedince s tímto zákazem často automaticky připadne role pečovatele o stárnoucí rodiče. Navenek jsou patrné trvalé „dětské“ projevy, opakující se odmítání převzetí odpovědnosti, sklony ke vztahům, kde druhá osoba dozoruje, pocit nepohody v situacích, které vyžadují analýzu nebo kročení se, především když jde o zavedení pravidel pro sebe nebo pro ostatní. Jako odpověď na stres se často objevuje eskalace emocí. (Lister -Ford, 2007)

Zákaz „Nebud' úspěšný v tom, co děláš“, nebo též „Nedělej!“ (Don't do it!) se objevuje, když se rodiče podvědomě obávají výkonu svého dítěte. Převážně jde o rodiče s podkopanou sebedůvěrou, držící se zpátky, projevy aktivity u svého dítěte mimo své vědomí vnímají ve smyslu „...nikdy jsem neměl/neuměl/nezvládl...to, co dělá moje dítě, mě ohrožuje“. V projevech je častá sabotáž vlastního výkonu, popřípadě až útek do nemoci. Pokud se objevuje v kombinaci s příkazem „Snaž se!“, vypadá to v praxi tak, že Rodičovský ego-stav chce, aby dítě tvrdě pracovalo na úspěchu a Dětský ego-stav si přeje neuspět, objevuje se pak dvojí vazba: „Chci-li získat lásku rodičů, musím tvrdě pracovat, ale nesmím být na konci úspěšný.“ (Stewart, 2000)

Zákaz „Nebud' aktivní!“, jinak též „Nedělej nic!“ (Don't be active!) je založen na neverbální zprávě od rodiče „Nic nedělej, protože vše co děláš je nebezpečné, takže raději nedělej nic!“ V projevech je pozorovatelná maladaptivní přehnaná opatrnost a trvalé, opakované váhání nad důvodem k aktivitě (Lister-Ford, 2007). Jedinec s tímto zákazem zpravidla nezačíná projekty, ale často se z toho důvodu necítí šťastný, smýšlí o sobě a své aktivitě ve smyslu „Hrozné, když budu dělat, hrozné, když nebudu.“ (Stewart, 2000)

Zákaz „Nebud' důležitý!“ (Don't be important!) je výsledkem podvědomé soutěživosti rodiče s potomkem. Rodič vysílá informaci ve smyslu „Je v pořádku, když jsi tady, i to, že jsi dcera/syn, ale když se budeš starat o sebe. Tvoje přání nejsou důležitá.“ Tento zákaz se projevuje tak, že jedinec nevyslovuje svá přání a potřeby, je pro něj obtížné projevovat se na veřejnosti, může se potýkat s pocity nepřístojnosti (Tangolo, 2013). Pokud se dostane

do vedoucí pozice, je to pro něj zdrojem nepohodlí, naopak touží po zážitku nebýt v rovnocenné pozici s autoritou. (Stewart, 2000)

Zákaz „Nikam nepatří!“ (Don't belong!) přichází často od rodičů, kteří sami mají problém najít si své místo v sociálním okolí. Mezi základní projevy patří strojové přenášení zkušeností z jedné skupiny do druhé, jedinec není nikde usazen. Může jít o rodiny, které se často stěhují (dítě pak střídá školní třídy), o rodiny uzavřené do sebe, kde není zvykem přespříliš navazovat kontakty s okolím (dítě si nemůže přivést kamarády domů ani jít k někomu na návštěvu) a podobně. (Stewart, 2000)

Zákaz „Nebud' blízky!“ (Don't be close!) vzniká jako odpověď na pozorované chování rodičů, ze kterého dítě vyvozuje „nesmím být fyzicky blízko“/„nesmím mít emoční kontakt“/„nesmím důvěřovat“. Pokud je rodič v projevu pocitů nevypočitatelný, získává dítě přesvědčení „Nesmím věřit tomu, jak lidé reagují, když jsem jim moc blízko. Bezpečnější je nevytvářet blízky vztah s nikým“. Pozorovatelnými projevy je diskomfort při dotýkání se ostatních nebo v případě, že se jedince někdo dotýká („nekontaktní“ lidé), nedostatek emoční odpovědi, byť při kontaktu s rodinou nebo přáteli, potíže při přijímání nebo vyjadřování náklonnosti či neochota vstupovat do zavazujících vztahů. (Stewart, 2000)

Zákaz „Nebud' zdravý!“ (Don't be well!) zpravidla pochází od rodičů užívajících nemoc nebo duševní potíže jako prostředek k manipulaci s okolím. Odpovídající rozhodnutí vzniká, když dítě dostává prostřednictvím nemoci více lásky, než když je zdravé (například jen když je nemocné, matka mu čte v posteli pohádky a uspává jej, jinak usíná samo...). Zajímavou variací tohoto zákazu je například „rodinné prokletí“, kdy je nemoc pomyslně vázána na jméno, pohlaví, pozici v rodině...obvykle se pak traduje, že všichni „takovíto“ měli tyto potíže. (Stewart, 2000)

Zákaz „Nemysli!“ (Don't think!) nastupuje, když je trvale znehodnocována schopnost dítěte myslet. Na tomto podkladě vzniká rozhodnutí, že je lepší nemyslet. Stejný efekt může vzniknout též prostřednictvím nápodoby chování jednoho z rodičů, který když chce něčeho dosáhnout, „vypíná“ myšlení a nastoupí eskalace emocí. Projevy tohoto zákazu je například opakovaný prožitek „oken“, pocity prázdné hlavy, vnímání zmatku, když dotyčný jedinec stojí před problémem. Místo použití myšlení se může objevovat eskalace emocí. Pro jedince s tímto zákazem bývají typické upřímně míněné fráze typu: „nemyslí mi to“, „v hlavě mám prázdko“, „sedím si na vedení“ a podobně. (Stewart, 2000)

Zákaz „Nepociťuj!“ (Don't feel!) vzniká jako odpověď na rodičovské chování či přebírání rodičovského postoje k emocím, například že projevovat emoce je zakázané. Jedinci s tímto zákazem mohou upřímně sdělovat, že ještě nikdy nebyli vzteklý, smutní, atd., v anamnéze se objevují zprávy o tom, že se doma emoce neprojevovaly. V chování bývají typické vzorce, jejichž důsledkem je vytěsnění somatických prožitků (například přejídání se nebo naopak odmítání potravy) (Stewart, 2000)

Zákazy je možné rozdělit do 3 skupin - zákazy spadající do oblasti spojení se sebou sama (spontaneita), sem patří zákaz „Nepociťuj!“, „Neexistuj!“, „Nebud' sám sebou!“ a „Nebud' zdravý!“, zákazy z oblasti spojení s druhými (blízkost), zejména „Nepatří nikam!“, „Nebud' důležitý!“, „Nebud' blízký!“ „Nebud' dítě!“ a „Nevyrůstěj!“. Poslední skupinou zákazů je oblast spojení se světem (vnímavost), kam patří zákazy „Nemysli!“, „Nebud' aktivní!“, „Nebud' úspěšný!“ (Cornell, 2016).

3.5 Povolení

Vzhledem k tomu, že negativa obecně vyznívají silněji a často bývají řečena důrazněji, převážná část programování scénáře a základních životních postojů je negativní. Zákazy brání přizpůsobení měnícím se okolnostem, na rozdíl od povolení, která umožňují svobodnou volbu. Nedochozí u nich k nátlaku, proto nevedou k potížím. Berne (2013) přirovnává povolení k rybářskému lístku – ten, kdo jej vlastní, není nucen chytat ryby, ale má to povoleno – kdy, to už záleží výhradně na něm. Berne vnímá povolení jako nejdůležitější terapeutický nástroj, skrz který je možné na klienta působit. Definuje dva typy povolení, a to je licence (pozitivní povolení) a negativní povolení. Licence odstraňuje zákaz – „nechte ho být“ znamená „nechte ho to udělat“ (a tedy se oprostí od zákazu), negativní povolení pak odstraňuje provokaci – „nechte ho být“ pak znamená spíše „přestaňte ho do toho nutit“. Některá povolení pak fungují oběma způsoby. V praxi tedy povolení umožňují pružnost a kreativitu, přizpůsobení se měnícím se okolním podmínkám, namísto reagování prostřednictvím rigidních, již přežitých a nefunkčních vzorců. Berne považuje za nejdůležitější povolení milovat, měnit a dělat věci dobře.

Tabulka č.4 Základní poselství – povolení a zákazy

Oblast	Podpůrná poselství/potvrzení	Omezující poselství/Zákaz
Bytí:	Těší nás, že jsi tady! Máš právo tu být!	Nebud'! Neexistuj!

Identita:	Jsem rád, že jsi kluk/děvče! Zkus a zjisti, kdo skutečně jsi!	Neměj vlastní pocity! Nebud', kým jsi!
Hodnota:	Tvoje bytí tady, tvoje potřeby, tvoje pocity, tvoje myšlení, tvůj postoj a zkušenosti jsou pro nás důležité!	Nebud' důležitý!
Blížkost a kontakt:	Je pěkné držet tě, hladit tě, být ti nablízku!	Nebud' blízký! Nikomu nevěř! Nepatří nikam!
Pocity, přání a potřeby:	Tvoje potřeby jsou v pořádku! Vezmi si tolik času, kolik potřebuješ! Mám radost, že rosteš!	Neměj žádné vlastní potřeby! Nebud' dítě! Nebud' dospělý!
Pocity:	Věř svým pocitům jako dříve!	Neměj žádné vlastní pocity!
Myšlení:	Můžeš být zvědavý a intuitivní. Můžeš při pocitech myslet a při myšlení cítit! Můžeš myslet sám za sebe!	Nemysli!
Schopnosti a dovednosti:	Objevuj svůj svět a něco vyzkoušej! Můžeš něco podniknout, máš naši podporu! Je dobré převzít odpovědnost za vlastní potřeby, pocity a jednání!	Nedosahuj toho, co chceš! To nedělej!
Zdraví:	Starej se o sebe! Ať se ti dobře daří!	Nebud' zdravý! Nebud' normální!
Štěstí a spokojenost:	Je v pořádku být samostatný!	Nebud' šťastný! Nebud' spokojený!

(Hennig, Pelz, 2008)

3.6 Návody na osvobození

Návody na osvobození jsou zabudované přímo ve scénáři, Berne je označuje jako vnitřní osvobození.¹ Ukazují způsoby, kdy a jak mohou negativní vlivy přestat platit. Schlegel (2007) udává následující příklady: „Po čtyřicítce můžeš být úspěšný.“ „Až vychováš tři děti, budeš si moci začít užívat života.“ „Když vydržíš pracovat u jedné firmy třicet let, můžeš na sebe být hrdý!“ Často jde o kombinaci pokynu od jednoho rodiče a následku od rodiče druhého například „Až vychováš tři děti, budeš svobodná.“ (pokyn od matky), „Až budeš svobodná, můžeš tvořivě pracovat“ (naznačení dalších událostí ze strany otce). Berne (2013) hovoří také o ironicky působících návodech typu „Až dostaneš první infarkt, budeš moct zvolnit“, osvobozovací formulka může ve vyhocených případech odkazovat až k smrti, například „Svou odměnu dostaneš v nebi.“

3.7 „Drivers“

Jako určité vyrovnání k zákazům slouží také popoháněče (příkazy). Jedná se o poselství vycházející z Rodiče vztahových osob (z Rodiče faktického rodiče) a objevují se ve fázi, kdy dítě začíná používat slova. Popoháněče říkají: „když budeš žít takhle, dobře se ti povede“, jsou v souladu s kulturním a sociálním kontextem rodiny. Jsou uloženy v popředí paměti jako návod, jakým způsobem žít a jak dosahovat cílů (Lister-Ford, 2006). Taibi Kahler popisuje 5 důležitých typů popoháněčů přicházejících ze strany jednoho, druhého nebo obou rodičů (Kahler, 1975):

1. Potěš mě! (Udělej to pro mě z lásky!)
2. Pospěš si!
3. Buď silný! (Neukazuj pocity!)
4. Snaž se! (Pracuj tvrdě!)
5. Buď perfektní!

Popoháněči „zaručují“ úspěch v životě. Jedinec po nich má sklon sahat a řídit se jimi zejména tehdy, když je pod tlakem. V rámci analýzy scénáře je možné popoháněče snadněji identifikovat, vznikají totiž později než například zákazy (Woollams, 1979).

¹ Berne uvádí také možnost vnějšího osvobození, jde o zbavení se nátlaku scénáře pomocí vnějších událostí, například psychoterapie (Schlegel, 2007).

3.8 Program

Program je představou rodičů o tom, co je dítě vlastně zač, co z něj má vyrůst a jak má žít, což většinou manifestují vlastním způsobem života. Z egostavu Dospělého vztahových osob jde příklad – faktický rodič ukazuje tady a teď, jak se to dělá (například „nebýt důležitý“ a „být silný“ současně). Dle Bernea (2013) program ve většině případů pochází od rodiče stejného pohlaví, zatímco ovladače od rodiče opačného pohlaví, ještě více explicitně je možné říci, že děti obvykle dělají věci pro rodiče opačného pohlaví a učí se od rodiče stejného pohlaví. Program je poselstvím, jak dodržovat scénář, je předáváno verbálně i nonverbálně (Lister-Ford, 2006).

3.9 Provokace

Provokace jsou přímé či nepřímé výzvy ukazující cestu ke scénáři poraženého, v případě nejasného životního plánu mohou vést až k hamartickému scénáři (Schlegel, 2007). Berne (2013) je též označuje jako svádění, často ve smyslu „nedělej drahoty“. Ve skutečnosti jde o uchopení dětské touhy po blízkosti a její přeměna v něco jiného - ono „Nedělej drahoty“ je ve své podstatě hlas Rodiče, který v rozhodujících chvílích našeptává Dítěti, aby nepřestávalo myslet na sex a peníze, popřípadě další hodnoty, většinou s negativní konotací. V kritické chvíli se Rodič jakoby stáhne a jedinec, který má provokaci integrovanou, zažívá pád, problém či nesnáz – odpověď z Rodiče pak zní „Už zase!“, zatímco dotyčný jedinec sám pro sebe reaguje ve smyslu „Ha, ha, zase já“. Berne tyto provokace vnímá jako možný zdroj potíží, dle jeho názoru se na jejich základě z lidí stávají „*chlípníci, narkomani, trestanci, hazardní hráči a jiné osoby s poraženeckými scénáři*“ (Berne, 2013, str. 123). Schlegel (2007) vysvětluje provokaci na následujícím příkladu: Pokud matka, která přistihne svého malého syna, jak čichá k lahvi whisky, reaguje ve smyslu „Na whisky jsi ještě moc mladý!“, může se to u chlapce uchytit jako výzva matky k tomu, aby později dokazoval svou mužnost pitím whisky (manifestace toho, že na whisky už je velký dost). Stejný efekt může nastat u děvčátka, které na dětském hřišti skočí na klín neznámému pánovi a její otec to komentuje úšklebkem se slovy „Ta už to má v sobě.“. Někteří autoři rozlišují také „provokace“ s pozitivním významem, které obsahují hrdost a uznání následující po konstruktivním chování dítěte (Schlegel, 2007).

3.10 Typy scénářů

Klasická transakční analýza popisuje několik skupin scénářů. Nejstarší klasifikací je dělení scénářů na „vítěze“ („princ“) a „poraženého“ („žába“), k této skupině Berne přidal ještě scénář „nevítěze“ („banální scénář“).

Z řecké mytologie pak vycházejí scénáře, které Berne považoval za vzory struktury života, za „životní styl“.

Ke klasickým scénářům se dále řadí ještě tři scénářové typy podle Clauda Steinera (2003), kterými jsou „bez lásky“, „bez hlavy“ a „bez radosti“. Steiner popisuje u každého scénáře typické zákazy, příkazy, potíže, hry a podobně, definuje také možné zakončení scénáře a těžiště práce v rámci terapie.

Pro pochopení variability scénářů uvažujeme také o jejich obsahu a procesu. Obsah reflektuje, o čem scénář je, co se v něm děje (a co je jeho cílem), zatímco proces pojednává o tom, jakým způsobem se scénář odehrává, jak je cíle dosahováno (Stewart, Joines, 1992).

3.10.1 Scénáře dle obsahu

Existují tři základní obsahy životních scénářů, kterými jsou „vítěz“, „poražený“ („hamartický scénář“) a „nevítěz“ („banální scénář“) (Stewart, Joines, 1992). Berne hovoří o vítězích jako o „princích“, poražené pak nazývá „žábami“ (Berne, 2012).

Vítěz dle Berneho vždy dosahuje vytčeného cíle, Goulding tuto premisu doplňuje o tvrzení, že k dosahování cíle vždy volí smysluplné prostředky a jen tak mimochodem dělá svět lepším. Pro „vítěze“ platí vždy to, že pokud přijme vytčený cíl, dosáhne ho hladce a hravě. Scénář vítěze je v této souvislosti vždy ve vztahu k cíli, který si jedinec vytyčil a předsevzal, přičemž tyto cíle bývají různé – Stewart a Joines (1992) hovoří například o dětském rozhodnutí stát se velkým vůdcem lidí, vítězný scénář pak může proběhnout tak, že se v dospělosti stane úspěšným, respektovaným a oceňovaným generálem či politikem, stejně jako o vítězném naplnění scénáře poustevníka žijícího v jeskyni, v jehož scénáři bylo již od dětství vyjádřeno přání žít sám a nic nevlastnit. Pro vítězný scénář bývá typické, že jeho nositel může neustále volit z různých alternativ, které neváhá střídat, dokud nedosáhne úspěchu.

Protikladem „vítěze“ je „poražený“. Scénář poraženého znamená, že se jedinci vytčeného cíle dosáhnout nepodaří. Netýká se to nutně vynaloženého výkonu či dosaženého stavu, ale na rozsahu pohody či pocitu libosti, který je s dosaženým stavem spojený. Stewart a Joines (1992) zmiňují scénáře poražených na příkladech, kdy se osoba rozhodne stát se milionářem, ale skončí jako poustevník žijící v jeskyni (zde tedy jde o rozpor mezi původním přáním a dosaženým výsledkem), stejně jako o případu, kdy si jedinec přeje být jeskynním poustevníkem a jeho přání se mu vyplní, avšak začne bédovat, jak je chudý, jak

je jeho jeskyně vlhká a nevlídná a podobně (původní cíl byl sice naplněn, ale nepřinesl kýžené naplnění, naopak se stal zdrojem pocit'ovaného nepohodlí). Berne (2012) vysvětluje, že pojem „vítěz“ je definován výhradně dosažením vytčeného cíle, který však nemusí automaticky odpovídat tomu, co lidé běžně označují jako „vítězství“ (například v podobě materiálního dostatku, dobré práce, šťastné rodiny...), naopak „poražený“ se nemusí automaticky nacházet v bídě, utrpení a nedostatku. Stewart a Joines (1992) dělí scénář „poražený“ do tří stupňů, sami však uvádějí, že jde pouze o velice hrubé, orientační dělení. V případě „poraženého prvního stupně“ není škoda a neúspěch natolik katastrofální, aby to jeho okolí vnímalo jako téma, o kterém je v jeho přítomnosti lepší nemluvit. Scénář se může projevovat například formou neustálých sporů na pracovišti, v podobě lehké, ambulantně zvládnutelné deprese nebo propadáním u zkoušek v průběhu studia. „Poražení druhého stupně“ zažívají dopady scénáře takového rozsahu, že se o nich raději nemluví. Může jít například o opakující se vynucené odchody ze zaměstnání, depresi s nutností hospitalizace, vyloučení studenta na základě pochybení univerzity a podobně. Třetí stupeň tohoto scénáře bývá spojen s katastrofálními následky jako je smrt, vážné zranění či onemocnění, popřípadě dopad v podobě donucovacích prostředků státu a podobně – zde se jedná o hamartický scénář v pravém slova smyslu, koncovou výplatou bývá například odnětí svobody za zpronevěru, celoživotní izolace a omezení plynoucí ze závažné duševní choroby nebo sebevraždy po neúspěchu u zkoušky.

Posledním typem scénáře je „nevítěz“, jinými slovy též „banální scénář“. Stojí ve středu, nevítězí ani neprohrává. Může žít ze dne na den, aniž by dosáhl nějaké zaznamatelné výhry, ale ani ztráty. Nebere na sebe žádná rizika. Například na pracovišti není nevítěz nikdy povýšen, ale také jej nikdy nevyhodí. Obvykle později tvrdí, že by býval byl dozajista povýšen, kdyby byl ve správný čas na správném místě, zároveň si však nestěžuje, že se tak nestalo. Berne hovoří o nevítězovi také jako o někom, kdo už už dosahuje vytyčeného cíle, ale v poslední chvíli se jakoby stáhne s tím, že ještě není ten správný čas, do hry také mohou „vstoupit“ okolnosti, které dosažení cíle zabrání.

Stewart a Joines (1992) spolu s Petitcollin (2008) upozorňují na skutečnost, že scénář zdaleka nemusí být tak černobílý jak jej popisuje Berne – v určitých oblastech života je možné vítězit, v jiných prohrávat, v dalších uskutečňovat spíše banální scénář. Dle Bernea však záleží na konečném výsledku, na tom, jaký pocit má daný jedinec ze svého života jako takového.

3.10.2 Scénáře dle procesu

Proces scénáře vysvětluje, jakým způsobem jedinec zachází se svým scénářem v průběhu života. Berne popsal celkem šest typů procesů, tyto procesy tvoří paralelu s vybranými starořeckými mytickými příběhy, pro každý z těchto typů je příznačné určité motto, na jehož podkladě osoba jedná. (Berne, 2013). Platí zde, že scénář se odehrává na poli krátkodobých i dlouhodobých cílů – rámuje životní směřování jedince, stejně jako ovlivňuje jeho rozhodování v drobných, všednodenních záležitostech. Stewart a Joines (1992) hovoří o stavbách vět a užívání určitých výrazů, které jsou pro daný scénář typické.

Prvním typem scénářového procesu je Tantalus, jehož mottem je „nikdy“. Dle původního Berneho náčrtu je scénářovým poselstvím získaným od rodičů zákaz dělat věci, po kterých daný jedinec nejvíce touží, Berne jejich život popisuje jako plný soužení v obklopení nejrůznějšími pokušeními. Tuto „kletbu“ přijali, zejména z toho důvodu, že věci, po kterých touží, se jejich Dítě bojí, dle Bernea je tedy tento scénář nevyhnutelně spojen s týráním sebe sama (Berne, 2013). Dle Stewarta a Joinese (1992) si v původním mýtu Tantalus neuvědomil, že by se mohl najíst a napít do sytosti, kdyby udělal krok na jednu nebo na druhou stranu. Protože tento krok nikdy neudělá a jídlo i pití je moc daleko na to, aby se pro něj natáhl, zůstává nadále hladový a žíznivý. Stejně tak je to u jedinců, kteří přijali tento scénář – vnímají jej jako scénář bez pohybu, jeho nositel by mohl získat vše, co by chtěl, jen kdyby udělala alespoň jeden krok tím správným směrem, on ho ale neudělá, a tak zůstává stát na místě.

Dalším typem je Arachné, jejíž motto je „vždy“. Dle Berneho je založen na „zlomyslnosti“ rodičů, kteří dítěti podsouvají myšlenku „*Jestli je tohle to, co chceš dělat, tak tím také můžeš strávit celý život.*“ (Berne, 2013, str. 208). Berne vnímá jako typické představitele tohoto scénáře mladé lidi, kteří odcházejí či jsou dokonce vyhnáni z domovů za hříchy, ke kterým je inspirovali rodiče – hovoří například o typickém „*Jestli budeš těhotná, vyhodím tě na ulici*“, popřípadě „*Jestli chceš brát drogy, starej se o sebe sám*“. Mechanismus inspirace k „prohřeškům“ vysvětluje Berne tak, že například otec, který od dětství vilně smýšlí o své dceři, ač se těmto myšlenkám brání a je doopravdy dalek tomu, aby ji jakkoliv zneužil, ji ve skutečnosti „promění“ v bouřlivačku, kterou následně odsoudí a vyhodí z domu, dalším příkladem může být otec, který se v noci po obrovské hádce se synem kvůli jeho kouření marihuany opije, aby utišil bolest, kterou vyvolala hádka. Stewart a Joines (1992) na tento scénář nahlízejí optikou „*Proč se to musí vždycky stát zrovna mně?*“ Jedinci, kterým je tento scénář vlastní, pokračují v neuspokojivém chování, od jedné

nesnáze či nepříjemnosti k druhé. Pokračují v původním, kdysi zvoleném neuspokojivém rozhodnutí místo toho, aby se rozhodli pro něco jiného.

Následuje Héraklés s mottem „předtím“ či „dokud ne“ Berne v souvislosti s tímto scénářem hovoří o „nejhlasitějším“ rodičovském programování, které je často tvořeno přímými rozkazy typu „Dokud nedokončíš vysokou školu, nesmíš se vdát,“ „Před svatbou nemůžeš mít s nikým sex“ a podobně. Jde o to, že jedinec „musí“ splnit určité úkoly (které jsou rovněž naprogramovány rodiči), pak teprve dosáhne „odměny“ (zpravidla té, že může něco udělat nebo něčeho dosáhnout), Stewart a Joines (1992) hovoří o tomto scénáři v souvislosti „Nejdřív práce, potom zábava“, tedy že se nemůže stát něco dobrého do té doby, než něco, co je dobré méně, není u konce, a to jak v dlouhodobém, tak v krátkodobém horizontu – pro osoby, kterým je vlastní, tak například často bývá problém si něco užít nebo odpočinout, dokud nejsou hotové veškeré pracovní úkoly.

Čtvrtým typem je Damokles, jehož mottem je „potom“. Jde o podobnou intenzitu rodičovského programování jako v případě předchozího scénáře, ale s opačným výsledkem – Berne tento scénář shrnuje výrokem „Chvíli můžeš mít sám ze sebe radost, ale potom začnou potíže“. Nastiňuje typickou hrozbu například v podobě „Vdáš se, budeš mít děti a potom začnou tvé potíže“, po svatbě pak „Budeš mít děti a potom začnou potíže“, což je dle Bernea možné přeložit jako „Užívej si, dokud můžeš, potom už to možné nebude“. Stewart a Joines (1992) jej vnímají jako opačný scénář ke scénáři předchozímu – hovoří o něm v rovině „Dnes se ještě můžu pobavit, ale zítra za to budu muset zaplatit“. V krátkodobém horizontu se scénář může projevat například v podobě smýšlení typu „Dnes večer se mi tu krásně sedí a povídá, ale zítra budu kvůli tomu unavený a nepoužitelný“.

Pátým typem je Sysifos s mottem „Znovu a znovu“. Berne tomuto scénáři připisuje výroky jako „Skoro jsem to dokázal“ s řadou „kéž by“ – jeho nositelé se stále o něco pokoušejí, ale nikdy neuspějí. Pozdější autoři oponovali původnímu Berneově názoru tím, že „znovu a znovu“ je motto typické pro všechny scénáře, ne jen pro tento jedinečný, původní motto tedy po dohodě nahradili více vystihujícím „Bezmála“ či „skoro“. Taibi Kahler (In Stewart, Joines, 1992) je toho názoru, že existují dva typy tohoto scénáře. První typ je vždy už už blízko toho, aby se mu něco podařilo, ale v poslední chvíli se něco zhatí a výše se nedostane, druhý typ má naopak neustále pocit, že stále ještě není na té nejvyšší hoře a tudíž je potřeba pokračovat dál, bez vydechnutí a uvědomění se, že jednoho úspěchu bylo

právě dosaženo. Problémem je to, že vždy existuje ještě větší hora než ta, na které se nachází. Tento typ scénáře bývá spjatý s vysokým výkonem, je pozorovatelný u jedinců, kteří často od let povinné školní docházky excelují a stoupají pořád výše, aniž by si našli čas sami na sebe a svůj volný čas, přátele nebo na zasloužený odpočinek.

Posledním typem pak Filomen a Baucis, neboli Scénář s otevřeným koncem, jehož mottem mohou být „vzdušné zámky“. Berne jej vnímá jako scénář typický pro nevíteže, kdy člověk po splnění veškerých Rodičovských příkazů neví, co dál a zbytek života tráví přežíváním či potloukáním, bez jasně dané akce či zacílení. Berne v této souvislosti hovoří například o matkách, jejichž děti vylétly z rodného hnízda, o mužích v zaslouženém důchodu a podobně. Často si od dosažení tohoto bodu něco slibují, ale v momentě, kdy přijde, sedí doma a nevědí, s čím vlastně by měli začít a co přesně by měli dělat. Dle Stewarta a Joinese (1992) je do té míry podobný scénářům „Předtím“ a „Potom“, že se zde nachází určitý bod, od kterého svět vypadá najednou úplně jinak. Osoby se zvnitřněným scénářem s otevřeným koncem po dosažení tohoto bodu vnímají veškerý čas jako velké vakuum, tak, jako by se z filmového či divadelního scénáře ztratilo několik posledních listů. Stewart a Joines v této souvislosti hovoří také o osobách, jejichž život se skládá výhradně z krátkodobých cílů – v momentě, kdy jednoho z nich dosáhnou, následuje pocit prázdnoty a bezradnosti, co teď, který trvá do té doby, než se vynoří další nový krátkodobý cíl, a takto se scénář po celý život opakuje.

Stewart a Joines (1992) hovoří o tom, že v každém jedinci mohou být do určité míry přítomné prvky všech těchto scénářů, u většiny však jeden významně převládá. U některých osob mohou převládat 2 scénáře, přičemž jeden z nich je zpravidla klíčový v otázce životního rámce, ale druhý se také významným způsobem projevuje. Nejčastější kombinace jsou následující:

„Sysifos 2. typu“ a Heráklés“ – nevyřčené motto jedince pak zpravidla zní následovně: „Nemůžu dosáhnout klidu, dokud nebudu na vrcholu. A úplně na vrchol se nemůžu dostat nikdy. Vždy totiž najdu vrchol, který je ještě výše.“

„Heraklés“ a „Tantalus“ – „Nemůžu se bavit, dokud nebudu mít všechnu práci hotovou. Ale všechnu práci nebudu mít hotovou nikdy. Takže se také nikdy nemůžu bavit a užívat si.“

Dalšími častými kombinacemi jsou rovněž Damokles + Sysifos 1. typu či Arachné + Tantalos.

Tabulka č. 5 Typy scénářů dle strukturace života dle Erica Berna

Motto	Mytologický vzor	Stěžejní myšlenka
Nikdy	Tantalus	Nikdy nedosáhnu toho, co chci, život je příliš těžký
Navždy	Arachné	Rozhodla jsem se a nedá se to změnit. Jak si kdo ustele, tak si lehne.
Potom	Damokles	Hořký konec přijde, za všechno se platí. Nejásej příliš brzy, určitě se stane něco strašného.
Teprve až	Herakles	Nejprve práce, potom zábava. Užívat si lze, až když je všechno hotové. V životě není nic zadarmo.
Vždy znovu a znovu	Sisyfos	Téměř už jsem to měl, snad příště.
Otevřený konec	Filomen a Baucis	Nemám plán, čas plyne.

(Hennig, Pelz, 2008, str. 82)

3.10.3 Typy scénářů dle Steinera

Ke klasickým scénářům je možné přiřadit ještě tři scénářové typy podle Clauda Steinera: „Bez lásky“, „Bez hlavy“ a „Bez radosti“. Tyto typy scénářů rovněž pocházejí z dětství, zesilují určitou patologii a vedou k typickému zakončení scénáře (Hennig, Pelz, 2008). Steiner popisuje u každého scénářového typu jaké zákazy, příkazy, typické potíže, hry apod. k němu náleží, čím takovýto scénář končí a také co je těžištěm práce v případné terapii. Dle Steinera se v každém nevědomém scénáři objevují prvky jednoho z nich, popřípadě kombinace, zároveň však připouští variantu, že jedinec plně padá do jednoho z těchto typů scénářů a další rozhodování se odvíjí pod jeho silným vlivem.

Scénář „Bez lásky“ vzniká, pokud je dítě trestáno odpíráním lásky či naopak láskou odměňováno za výkony, kterých dosahuje. Základní postoj tohoto scénáře je „Já nejsem OK, ty jsi OK“. V dalším životě jedince se pak rozvíjí strach z blízkosti a z navazování důvěrných vztahů, s obtížemi přijímá náklonnost a ocenění od druhých. Ve hrách, které hraje, sám sebe často prožívá jako oběť, výplatou je přimět ostatní k tomu, aby jej ještě více odmítali (Schlegel, 2007)

Scénář „Bez hlavy“ vzniká na základě rodičovských poselství naznačujících dítěti, aby nepřemýšlelo a pokládalo se za bezvýznamné, neschopné výkonu. Základním postojem je „Já nejsem OK, ty nejsi OK“. Typické je prožívání sebe sama jako neschopného vypořádat se s každodenními záležitostmi, je přítomen pocit vržení do událostí bez možnosti je jakkoliv ovlivnit. Jádrovým přesvědčením je nedostatek adekvátně silné vůle a bezradnost z toho, jaký další krok je potřeba udělat, často vnímají sami sebe jako hloupé, neschopné, objevují se rovněž stavy zmatenosti.

Scénář „Bez radosti“ vzniká na podkladě raných rozhodnutí, že přežít je možné tehdy, když člověk nemá žádné city, k nikomu se nepřibližuje a na nic se netěší. Základním postojem je „Já jsem OK, ty nejsi OK“. Scénář bývá spojený s negativním vztahem k vlastnímu tělu, jsou zde časté závislosti, ať už na alkoholu, cigaretách, drogách či poruchy příjmu potravy (většinou ve smyslu patologického přejídání), dle Steinera může dojít rovněž k rozvoji závislosti na práci v podobě workoholismu. Účelem závislého chování je kontrola nad pravými emocemi a tělesnými pocity, bývá zde patrná silná tendence řídit se hlavou a neprožívat své tělo.

Tabulka č. 6 Scénářová typologie dle Steinera

Scénářový typ	Bez lásky	Bez hlavy	Bez radosti
Ztracená funkce	Blízkost	Schopnost být si vědom	Spontaneita
Zákazy	Nebud' Nebud' blízký Nevěř	Nemysli Nebud' sám sebou	Nepocit'uj Nedělej
Typické potíže	Nedostatek pozornosti, uznání, silný pocit	Zmatek/chaos, strach, že člověk přijde o rozum,	Ztráta tělesných pocitů, divné tělesné prožitky, necitlivost

	osamocení	znehodnocování sebe i ostatních	
Zisk Banální scénář Tragický scénář	Deprese Sebevražda	Zmatek Pomatenost (psychóza)	Nuda Závislost (na někom i něčem)
Těžiště terapie	Přízeň Práce s emocemi	Vysvětlení Kognitivní práce	Zaměření se na práci s tělem

(Hennig, Pelz, 2008, str. 81)

3.10.4 *Miniskript*

Miniskript je aktuální působení scénáře v situaci tady a teď. Taibi Kahler vypracoval praktický model, kde je patrné viditelné propojení scénářových vlivů s aktuálním chováním a emocemi, které ve stresových situacích vedou ke komunikačním problémům a zužují repertoár chování – v situacích, kdy stres není přítomen, je pak možné volit z širokého repertoáru chování a svobodně se rozhodnout. Doba setrvání v jednotlivých pozicích miniskriptu se liší, jednotlivé pozice jsou pro každého jinak důvěrné, od toho se odvíjí délka setrvávání v nich – čím důvěrněji se v pozici cítíme, tím déle v ní v případě déletrvajícího stresu setrváváme. Ve skutečném životě jde o začarovaný kruh, neboť každá pozice potvrzuje předchozí a zároveň podporuje další pozici (Hennig, Pelz, 2008).

3.10.5 *Protiscénář (counterscript)*

V průběhu života řízeného scénářem se dle Steinera (2000) vždy objevuje období, kdy to vypadá, jako by jedinec mohl vliv scénáře zvrátit či obejít a pokračovat dál bez negativních důsledků implikovaných scénářem, směrem ke „šťastnějšímu“ období, které je však dočasné a znovu upadá to původních kolejí. Prakticky může jít například o období střízlivosti či kontrolovaného pití v životě alkoholika, který ale ve finále na svou závislost doplatí. Protiscénář vzniká na základě protichůdnosti informací, které se k dítěti dostávají jako nevědomé emoční požadavky ze strany Dítěte rodiče a později získaných informací, pobídek a požadavků od rodičů či jiných vztahových osob (Steiner, 1976). Dle Bernea (2013) určuje původní scénář konečný osud, zatímco protiscénář životní styl jedince, Berne tedy připouští, že protiscénář může mít převahu po delší časový úsek, nemusí jít pouze o krátkou a přesně ohraničenou periodu v životě jedince. Konečný osud a životní styl si často mohou protirečit, což Berne vysvětluje na příkladu fiktivních „novinových titulků“ ze života osob – například namísto předpokládaného „*Obdivovaný duchovní*

postupuje blíže Vatikánu“ či „Obdivovaný duchovní se po třiceti letech působení čestně stáhl z funkce“ můžeme „číst“, že „Obdivovaný duchovní se za zpronevěru dostává do vězení“, namísto logicky předjímaného „Obětavá žena v domácnosti získává titul Matka roku“ nebo „...oslavila zlatou svatbu s milovaným manželem v početném kruhu svých blízkých“ „čteme“, že „Obětavá žena v domácnosti končí svůj život skokem z věže Svatého Mořice“.

3.10.6 Antiscénář (antiscrypt)

Berne vyzoroval, že existují lidé, kteří proti svým scénářům protestují a v životě dělají opak toho, co dle scénáře dělat „mají“. Dle jeho poznatků je možné definovat několik způsobů, proč k tomuto uchýlení od scénáře dochází:

- 1) Tito jedinci žijí podle protiscénáře, pozorovatelný protest je pak vlastním „propuknutím scénáře“.
- 2) Tito jedinci žijí podle scénáře a obrátí se k protiscénáři.
- 3) Tito jedinci našli způsob, jak se osvobodit od scénáře.
- 4) Tito jedinci mají od každého rodiče či každé ze vztahových osob rozdílné scénářové příkazy, tyto příkazy ve svém životě střídají a jsou-li protichůdné, vyznívá to jako anticénář.
- 5) Tito jedinci se řídí scénářovým příkazem, který jim velí protestovat (takže i proti vlastnímu scénáři).
- 6) Přejít k jinému chování může být projevem frustrace a rezignace nad uskutečněním scénářových příkazů v rámci „scénářové prohry“. Berne tuto variantu vnímá jako původce depresí či schizofrenických zhroucení.
- 7) Jedinec se od scénáře osvobodil vlastním úsilím či prostřednictvím psychoterapie, toto osvobození je ale třeba pečlivě diferencovat od uchýlení se k anticénáři.

Samotný anticénář Berne přirovnává k otočení počítačového děrného štítku – jedinec se chová v pravém opaku se scénářovými poselstvími, jde o přímý vzdor, „*vzdorovitý opak toho, co vyžaduje každý příkaz*“ (Berne, 2013, str. 435. Problém je v tom, že k tomu, aby dokázal takto dokonale vzdorovat, musel se nejprve dokonale napojit na vlastní scénář, o neplnění příkazů lze uvažovat ve stejné rovině jako o jejich dodržování – nejde o záležitost svobodné volby, ale o otázku naprogramování, iluzorní svoboda vyplývající z očividného

vzdoru proti scénáři pak není skutečnou svobodou. Jiní autoři (například Cellini, Fraser, Matuschka) vnímají antiscénář jako možný první krok na cestě k uvolnění se z rodičovských požadavků, k autonomnímu chování je dle nich však ještě dlouhá cesta (Schlegel, 2007).

3.10.7 Episcénář

Pojem episcénář je znám také pod pojmy „nads scénář“ či „delegování“. O tomto typu scénáře hovoříme v případě, kdy jedinec přijme a internalizuje scénář či poselství, které na něj „uvalí“ někdo jiný a zbaví se tak „povinnosti“ naplnit jej sám. Jako příjemce cizího scénáře může figurovat libovolná osoba, se kterou jedinec přichází do dostatečně intenzivního kontaktu a která je dostatečně sugestibilní. Englishová, která tento koncept do transakční analýzy zavedla, popisuje například psychologa, který od matky obdržel původně její poselství „Skončíš zavřený v blázinci“, od tohoto průběhu scénáře se osvobodil prostřednictvím svých pacientů, které si podvědomě vybíral tak, aby bylo pravděpodobné, že je v průběhu léčby bude potřeba odkázat na psychiatrické oddělení, Goulding pak hovoří o případu matky, která své vlastní poselství „Nedělej nic, co by tě mohli ohrozit!“ převedla na svou dceru, sama pak její plnění tohoto poselství potvrzovala tím, že se stala přehnaně opatrnou matkou (Schlegel, 2007). Englishová rovněž hovoří o případech, kdy se osoba, která cizí scénář převzala, po určitém čase zdráhá dle něj nadále postupovat, scénář pak předává zpět svému původnímu nositeli, tento jev Schlegel (2007) přirovnává k horkému bramboru, který je přehazován z osoby na osobu a nikdo se jej nechce ujmout.

Episcénář ve smyslu delegování dále rozvádí Stierlin (1974), který jej používá jako součást rodinné terapie – vnímá jej čistě jako „úkoly“, které na děti přenášejí jejich rodiče, děti pak tyto úkoly nevědomě plní. Na rozdíl od episcénáře, jak jej chápe Englishová, Stierlin vnímá možnost delegování (či nevědomého očekávání) cílů či úkolů, které si rodiče přáli sami pro sebe, ale jejich splnění jim nebylo umožněno, například v podobě vysněného povolání, svolení něco učinit či svobody v těch oblastech života, kde jí sami nejsou schopni. Toto delegování může dítě brzdit v přirozeném vývoji samostatnosti a sebeuplatnění, může na dítě klást nepřiměřené nároky, zároveň však též může být výrazem potřebného a legitimního vztahu mezi dítětem a rodiči.

4. Praktická analýza scénáře

Obecně platná metodika k praktické analýze scénáře neexistuje, v praxi se používá kombinace několika z řady osvědčených a doporučených metod (Lister-Ford, 2006).

V rámci analýzy orientované na scénář jsou klíčové vztahové vzorce z dětství, přičemž platí, že subjektivní prožívání jedince má větší význam než objektivní data (Hennig, Pelz, 2008).

Hennig a Pelz (2008) upozorňují na riziko tendence přisuzovat vše, o čem jedinec hovoří a každý problém, který se v jeho životě objeví, působení scénáře. Byly však vyznačeny určité znaky, které na vazbu na scénář poukazují, na základě jejich charakteristických kombinací je možné scénář analyzovat a pak s ním dále pracovat.

4.1 Typické známky vlivu scénáře

- Zmnožená opakování konfliktů a problémů, stereotypní způsoby myšlení a stereotypní pocity
- Odosobněná vyjádření (stává SE mi..., ČLOVĚK prožívá...)
- Přehnané pocity, které jedinec zná ze své minulosti („Je to jako když...“)
- Přílišné lpění na problematických zážitcích z dětství, popřípadě jejich bagatelizace
- Silná závislost (na rodičích, přátelích, sousedech, autoritách, veřejném mínění...)
- Racionalizace
- Magická očekávání (čas, zachránce, zázrak...“to spraví“)
- Lpění na dětských iluzích o vlastní či cizí důležitosti (grandiozita)
- Upřednostňování fantazií před reálnou zkušeností
- Šibeniční smích či šibeniční humor
- Zmnožení kondicionálních výroků („Kdybych byl..., tak bych...“)
- Nedostatek alternativ („mohou pouze“, „nemohu jinak“, „musím vždy“...)
- Výrazné zevšeobecňování („vždy“, „nikdy“, „vůbec“, „všechno“...)

(Hennig, Pelz, 2008, str. 90)

Dalšími znamení projevu vázaných na scénář je dech, hlas, smích, řeč a pohyby těla.

4.2 Scénářový smích

Berne připodobňuje scénářový, jinak též šibeniční smích k situacím, ke kterým mělo docházet v 18. století, kdy byly popravy určitou formou představení a zločinec nežádka končil svůj život s úsměškem na rtech či dokonce s vtipnou poznámkou, čímž se obecenstvo dobře bavilo (Schlegel, 2007). Hennig a Pelz (2008) vnímají šibeniční smích

jako vysmívání se vlastnímu utrpení. Princip šibeničního smíchu vysvětluje Berne (2013) jako pomyslné porozumění „vnitřního sabotéra“ a Přizpůsobeného Dítěte, kdy „vnitřní sabotér“ realizuje aktivitu, která s sebou nese pro jedince charakteristické negativní důsledky a Přizpůsobené Dítě se ve své hloubi raduje z nevyhnutelného směřování ke scénářové výplatě (Berne používá příklad „Skončíš na šibenici jako tvůj otec!"). Často se zde do hry dostává rovněž provokace. Schlegel (2007) uvádí příklad, kdy abstinující alkoholik povídá přátelům „veselou“ příhodu, kdy se páteční zakolísání v podobě malého piva zvrhlo v celovíkendový tah, u toho se směje a přátelé se smějí s ním.

4.3 Řečové projevy

Stewart a Joines (1992) hovoří o stavbách vět a užívání určitých výrazů, které jsou pro daný scénář typické.

Tabulka č. 7 Řečové projevy scénáře

Scénář	Řečový projev
Tantalus	Pro tento scénář nebyl přesně vyzorován odraz ve větné stavbě, obecně lze říci, že obsah sdělení bývá spíše negativní a dochází k častému opakování, skoro jako poškrábaná gramfonová deska.
Arachné	V řeči se tento scénář typicky odráží tak, že jeho nositelé začnou větu a vzápětí ji obrátí jiným směrem, který vzápětí také opouští, konverzace se tak pohybuje ve skocích a je těžké udržet nit.
Heraklés	V řeči se tento typ scénáře projevuje častým používáním vsuvek, které přerušují původní větu uprostřed a vkládají do ní další myšlenky. Často je obraz „až“ či „dokud ne - “ přítomný přímo v řeči jedince, kdy takto strukturuje čas, který aktuálně plánuje využít.
Damokles	V řeči se tento scénář často projevuje tak, že většina vět začíná něčím příjemným, pozitivním, pak ale přijde obrat (s původním pozitivně znějícím výrokem provázaný typicky slovem „ale“), který uvozuje negativní důsledky, které jsou provázány s původním příjemným prožitkem.
Sysifos	Ve skladbě vět byly vyzorovány 2 možné typické projevy, prvním je začátek věty, který je přerušen jinou myšlenkou, kterou

	pak celé sdělení končí. Druhou možností je úvodní část sdělení v podobě řetězení pozitivních významů, které ukončuje poslední, negativní sdělení vztahující se na předchozí zřetězená pozitiva.
Filomen a Baucis	Pro tento scénář nebyl vyzorován přesný obraz v řeči.

Zpracováno dle Stewart a Joines (1992)

Na základě projevu v řeči, tónu hlasu, gest, postoje a výrazu tváře je možné identifikovat také drivery (Hennig, Pelz, 2008, str. 151).

Tabulka č. 8 Projevy driverů

Driver	Projev v řeči	Tón hlasu	Gesta	Postoj	Výraz tváře
Potěš mě!	Vyčkávací slova „jaksi“, „tak nějak“, „OK“, „Hmmm...“. Informace na konci věty.	Vysoký, Skřípavý, Stoupá na konci věty	Přikyvuje Natahuje ruce (většinou dlaněmi vzhůru).	Tělem se přibližuje k protistraně	Rozšířené oči, zvednuté obočí. Přikyvován í, úsměv, vodorovné vrásky na čele. Pohled vzhůru se skloněnou hlavou.
Pospěš si!	Rychlé tempo, překotná řeč. Slova jako „rychle“, „musím“, časová určení.		Nervózní, pohledy na hodinky, roztěkanost.		Nevědomé úšklebky, těkání očima
Bud' silný!	Krátké věty, dlouhé pauzy. Slova jako	Monotónní.		Vzpřímený, stoický. Obrana	Nehybný, 43 rigidní, omezená

	„fajn“, „jeden“, „to“, nepřítomnost citoslovcí.			tělem.	mimika, málo vrásek.
Snaž se!	Nedokončování vět. Slova jako „snažit se“, „tvrdé“, „těžké“, „nemyslím“.	Přiškrcený, přidušený	Ruka v bok, na tváři či za uchem.	Pohyb těla vpřed.	Mžourání, vrásky na čele a kolem očí, křiví obličej.
Bud’ perfektní!	Snaha o přesnost, často přílišné podrobnosti, používání vsuvek. Výrazy typu „přesně“, „zhruba	Rovnoměrný, pevný hlas.	Ruce často směřují vzhůru, prsty obou rukou se dotýkají. Počítání na prstech.	Rovný, vzpřímený. Často vzhlíží.	Lehce pootevřená ústa,

Empirická část

5. Výzkumný problém, cíle a otázky

Obecným cílem práce je analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy. Prvním cílem práce je rozpoznání scénářů výběrového souboru uživatelů drog. Druhým cílem je prozkoumat, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky a zda některé z nich převažují.

Výzkumné otázky vycházející z prvního cíle:

- Je možné rozpoznat životní scénáře výběrového souboru?
- Je možné identifikovat základní životní přesvědčení výběrového souboru?

Výzkumné otázky vycházející z druhého cíle:

- V jaké základní životní pozici se nacházejí členové výběrového souboru?
- Jaké typy scénářů ve výběrovém souboru převažují?
- Jaké druhy zákazů se ve výběrovém souboru objevují?

6. Typ výzkumu

Jako typ výzkumu byla zvolena případová studie. Objektem zkoumání je vždy jeden případ v podobě konkrétního respondenta, kdy je zkoumán konkrétní aspekt, jde tedy o osobní případovou studii (Hendl, 2016). Od malého množství respondentů je získáván větší objem množství dat, což umožňuje nahlédnout na předmět výzkumu jako na komplex mnoha faktorů a souvislostí, tyto faktory a souvislosti pak v kontextu daného případu zkoumat, popisovat a vysvětlovat (Miovský, 2006). Hendl (2016) vnímá výhodu tohoto typu výzkumu v možnosti prostřednictvím prozkoumání jednoho případu lépe porozumět dalším případům, které jsou zkoumané kazuistice podobné.

7. Metody získávání dat

Získávání dat probíhalo třemi různými způsoby, a to pomocí strukturovaného rozhovoru, doplňkovými metodami doporučenými k analýze životního scénáře (Metoda tří příběhů, Filmová fantazie) a pozorováním. Základní anamnestické údaje byly získávány prostřednictvím In-Come dotazníku standardně používaného v drogových službách. Různé

metody získávání dat byly zvoleny z důvodu zvýšení validity výzkumu prostřednictvím triangulace metod, která pomáhá kontrolovat integritu dat i výsledků z nich vyvozených oproti možnému zkreslení hrozícímu při užití jediné metody a jediné teorie v rukách jediného pozorovatele. V tomto případě jde o triangulaci metod ve smyslu získávání údajů různými postupy (Čermák, Štěpaníková, 1998).

7.1 Strukturovaný rozhovor

Tento typ rozhovoru umožňuje minimalizovat variaci otázek kladených respondentovi, čímž se minimalizuje riziko získání odlišné struktury dat v rámci rozhovorů s jednotlivými respondenty, další výhodou je rovněž eliminace vlivu tazatele. Zároveň je zde možné sondování, i když v omezenější míře než u jiných typů rozhovorů (Hendl, 2016).

Jako kostra rozhovoru byl použit kontrolní scénářový seznam navržený Steinerem, Groderem a Karpmanem, respektive jeho zhuštěná varianta, která obsahuje položky typické pro analýzu scénáře, typ otázek nebývá pro tazatele ohrožující (Berne, 2013). Struktura rozhovoru je zanesena v příloze.

Úskalím tohoto zdroje dat je subjektivita výpovědí respondentů, které mohou být zkreslené, ať už záměrně či neúmyslně.

Socioekonomické údaje, základní adiktologická anamnéza a rizikové chování v oblasti užívání drog bylo zjišťováno prostřednictvím In-Come dotazníku standardně používaného v adiktologických službách.

7.2 Použité doplňkové metody

Vzhledem k tomu, že pro analýzu scénáře neexistuje standardizovaný postup, je jako doplněk ke kognitivní analýze scénáře doporučováno použití dalších metod (Hennig, Pelz, 2008). Z nabízeného repertoáru byla vybrána Metoda tří příběhů, Filmová fantazie a Kolo povolení (Wheel of Permissions), ve výběru těchto metod hrál roli také fakt, že s nimi mám osobní zkušenost.

7.2.1 Metoda tří příběhů

Autorkou této metody je Fanita English, vychází z transakčně analytického postupu při práci s příběhy, který se vzdává interpretování „obecně platného“ významu, ale vztahuje rámec příběhu na životní příběh respondenta, rozpoznává paralelní vzorce, pokouší se analyzovat působení jednotlivých egostavů a her, má také své terapeutické využití. Předpokládá se, že příběh z doby dětství odkazuje na původní scénář, v pubertě se odráží

antiscénář a v dospělosti je možné pozorovat návrat k původnímu scénáři s možnými korekcemi získanými pozdějšími zkušenostmi a podněty od vztahových osob (Hennig, Pelz, 2008).

Respondent byl dotázán na oblíbený příběh či hrdinu z doby raného dětství, z období puberty a z doby dospělosti (současnost), po rozmyšlení a zapsání těchto příběhů mu byla položena otázka, zda dle jeho názoru mají zvolení hrdinové něco společného a zda existuje něco, co spojuje respondenta s konkrétním hrdinou.

7.2.2 Filmová fantazie

V rámci této metody je respondent vyzván, ať si představí, že je jeho život zfilmován a on sám je účastníkem na jeho promítání, dále jsou mu pokládány konkrétní otázky ohledně délky, formy, průběhu a atmosféry představení (viz příloha), na závěr je vyzván k doplnění čehokoliv, co by k „filmu svého života“ chtěl dodat.

7.2.3 Kolo povolení (Wheel of Permission)

Tuto metodu vytvořila v roce 1980 Gysa Jaoui, jde o způsob, jakým lze graficky prezentovat hlavní limity v životním scénáři jedince, cirkulární tvar zde umožňuje nahlédnutí na míru či svobodu povolení v různých oblastech života. Autorka této metody připomíná, že situaci vystihuje spíše tvrzení, že jedinec je nějakým zákazem ovlivněn (důležité pak je, do jaké míry), nikoliv že zákaz „má“ (Hawkes, 2007). Kolo povolení obsahuje čtyři kvadranty povolení vztahující se ke kategoriím „Být ve spojení se sebou“ (spontaneita), „Být ve spojení se světem (vnímavost) a „Být ve spojení s druhými“ (blízkost) (viz příloha). Hawkes nadále popisuje některé časté profily poukazující na určitý typ osobnosti, upřednostňuje však administraci Kola povolení jednotlivě s každým klientem spíše než pátrání po tom, kterému z typizovaných profilů klient vyhovuje.

Pro účely této práce bylo Kolo povolení použito jako doplňková metoda k dokreslení možného promítnutí jednotlivých povolení na scénář jednotlivých respondentů, vzhledem k tomu, že nejde o práci diagnostickou, nebyly vzniklé profily porovnávány s typizovanými profily poukazujícími na jednotlivé typy osobnosti.

Administrace této metody byla zařazena na konec, po vysvětlení postupu a účelu byly s respondenty procházeny jednotlivé oblasti a pomocí značkovače zaznamenávána subjektivně vnímaná míra jednotlivých povolení.

7.2.4 Pozorování

Témata vázaná na scénář je možné pozorovat prostřednictvím typických signálů těla jako je například vyhýbání se pohledu z očí do očí, nápadné držení těla, určitá gesta, pohyby podobné tikům a podobně. V průběhu rozhovorů byly zaznamenávány scénářové signály, které vypichuje Hennig a Pelz (2008), dále pak nonverbální signály jako je například postoj, výraz, gesta či držení těla a jakékoliv změny v těchto oblastech. Pozorování probíhalo skrytě, pozorované údaje byly zapisovány do běžných poznámek, o kterých jsem předem reflektovala, že je budu zachycovat.

7.3 Organizace a průběh sběru dat

Rozhovory probíhaly v období ledna a února 2017. Respondenti byli oslovováni přímo v kontaktním centru Prevent 99 z.ú. v Českých Budějovicích, dále pak v dalších lokalitách na území Jihočeského kraje v rámci působnosti terénního programu Jihočeský streetwork Prevent. Rozhovory realizované v prostorách kontaktního centra probíhaly v tamní poradenské místnosti, další rozhovory pak situačně – jeden v bytě u respondenta a dva na nerušeném místě venku.

Na začátku rozhovoru proběhlo představení tématu diplomové práce a smyslu výzkumu, byla ošetřena otázka anonymity. Respondentům byl představen rámec rozhovoru a byli ubezpečeni, že mohou v libovolnou chvíli od rozhovoru odstoupit, popřípadě přeskočit otázku, na kterou jim není příjemné odpovídat – ani jeden z nich tuto možnost nevyužil. Byl připraven písemný informovaný souhlas s provedením rozhovoru, který upravení anonymity rovněž potvrzoval, ani jeden z respondentů jej však necítil potřebu využít, domluvili jsme se na ústním souhlasu s průběhem rozhovoru a jeho nahrávání na diktafon – deklarace tohoto souhlasu je v úvodu každého záznamu rozhovoru. Délka setkání s respondentem se pohybovala kolem 90 minut, pouze v jednom případě byl rozhovor výrazně delší (135 minut) a v jednom též výrazně kratší (55 minut).

Nejprve probíhalo vyplňování In-Come dotazníku, na základě kterého byly zjišťovány základní socioekonomické údaje a drogová kariéra respondenta. Převážná část respondentů již měla s vyplňováním tohoto dotazníku předchozí zkušenosti. Dále následoval strukturovaný rozhovor, v případě potřeby pak sondování ve smyslu rozvíjení původní odpovědi na otázku. Po strukturovaném rozhovoru následovala Metoda tří příběhů, po identifikaci tří klíčových příběhů či postav byla společně s respondenty hledána pomyslná „červená nit“ (Hennig, Pelz, 2008) spojující zvolené postavy či příběhy, respondenti byli dotazováni na to, co je dle jejich názoru spojuje s postavou či příběhem. Poté následovala

Filmová fantazie, kde byly respondentovi pokládány strukturované otázky, na konci byl vyzván k doplnění toho, co v rámci této techniky nezaznělo a on sám to pokládá za důležité. Poslední strukturovanou aktivitou byla technika Kolo povolení, kdy byl respondent dotazován na jednotlivá povolení ve svém životě. Subjektivní míra, jakou dané povolení ve svém životě vnímá, byla znázorňována graficky.

Poté následoval debriefing v podobě pohovoru nad průběhem rozhovoru se zaměřením na to, co rozhovor respondentovi přinesl, popřípadě zda se v jeho průběhu neotevřela témata, která je potřeba ošetřit. Z reflexí respondentů vyznělo, že rozhovor považovali za přínosný, protože se díky němu na svou situaci podívali z jiného úhlu pohledu a donutilo je to přemýšlet nad věcmi, nad kterými běžně nepřemýšlejí.

V průběhu celého setkání s respondentem probíhalo skryté pozorování, poznámky byly zapisovány do používaných materiálů.

Na závěr rozhovoru respondenti obdrželi drobnou odměnu v podobě čokoládové tyčinky, ovoce a 5 ks cigaret – o této odměně dopředu nevěděli.

8. Etické problémy a způsob jejich řešení

Hennig a Pelz (2008) upozorňují na možné riziko „diagnostiky bez terapie“ v podobě zátěže diagnostikované osoby, zároveň varují před nebezpečí značkování a „falešné jistotě správných diagnóz“, ke kterému transakční analýza vzhledem k výstižnosti a přímočarosti pojmového aparátu může svádět. Berne (2013) vnímá použitý zhuštěný seznam scénářové analýzy jako přirozenější než původní, komplexní seznam využívaný zejména v situaci terapie, na vztah mezi tazatelem a dotazovaným nemá kritický dopad.

Možné etické problémy vyvstávaly také ze střetu mé role v pozici tazatelky a role terénní sociální pracovnice v programu Jihočeský streetwork Prevent, který větší část respondentů využívá. Tato situace byla ošetřena v úvodní části rozhovoru, kdy bylo respondentům zdůrazněno, že rozhovor provádím jako soukromá osoba a anonymita platí také v rámci její pracovní pozice a témata nebudou nikde dále rozvíjena, pokud o to respondent sám neprojeví výslovný zájem.

Během výzkumu byly respektovány etické zásady, principy a zvyklosti uplatňované v psychologické výzkumné praxi (Miovský, 2006).

9. Metody zpracování a analýzy dat

Rozhovory byly nahrány na diktafon a následovně přepsány do textové formy. Prvotní přepis nebyl redukován, protože pro některé jednotky v rámci určování scénáře mohou být vodítkem některé výrazy narušující plynulost textu, slovní vata a podobně. Po převedení rozhovoru do písemné podoby byl záznam rozhovoru znovu přehrán, v textu byla označena místa, kde došlo ke změně tónu, tempa řeči, síly hlasu, atd., text byl následovně porovnán s rukou psanými poznámkami zaznamenanými v průběhu rozhovoru (změna postoje, mimika, gestika, atd.), doslovná transkripce tedy byla přetvořena v komentovanou (Hendl, 2016).

Data byla dále kódována a tříděna do tematických významových celků. Data získaná rozhovory byla nejprve porovnávána s dostupnou teorií transakční analýzy, byly označeny významonosné jednotky. Pro vyhledání principů a vzorců byla užitá metoda zachycení vzorců, které byly následně porovnávány s výstupy metod používaných v rámci analýzy scénářů. Identifikované vzorce chování byly porovnány s definovanými vzorci v podobě scénářů. Vzhledem k povaze scénářů byla často používána práce s metaforou. Výstupem analýzy dat jsou prvky scénáře zanesené do tabulky, zjištěné skutečnosti jsou spolu porovnávány, jsou zjišťovány případné shody či rozdíly.

10. Výzkumný soubor

Problémové užívání nelegálních drog bylo v České republice tradičně definováno jako injekční a/nebo dlouhodobé a pravidelné užívání drog opiátového a/nebo amfetaminového typu. Tato definice byla vzhledem k vývoji situace v r. 2013 Evropským monitorovacím centrem pro drogy a drogové závislosti revidována a rozšířena o užívání dalších drog s vysokou frekvencí - u konopí denně či téměř denně a u ostatních drog alespoň jednou týdně) nebo o užívání drog přinášející uživatelům zdravotní či sociální problémy (Mravčík a kol., 2016). Pro účely této práce jsou za výzkumný soubor považováni problémoví uživatelé pervitinu a opioidů.

Odhad počtu problémových uživatelů pervitinu a opioidů v ČR zjišťovaný z dat nízkoprahových zařízení multiplikační metodou v roce 2015 byl dle Výroční zprávy o stavu ve věcech drog v České republice 46 900 osob, v Jihočeském kraji, na jehož území je zaměřena tato práce, pak 2 900 osob. Přesný počet problémových uživatelů drog není možné vzhledem k povaze tohoto fenoménu zjistit.

10.1 Výběr respondentů

Respondenti byli vybráni příležitostným výběrem přes organizaci s možností samovýběru a záměrným výběrem zprostředkovaným. Vzhledem ke kvalitativnímu metodologickému rámci byly zvoleny nepravděpodobnostní metody výběru, kdy není klíčová reprezentativnost výzkumného souboru. Příležitostný výběr přes organizaci s možností samovýběru probíhal formou oslovení uživatelů kontaktního centra, kteří se v dané době zdržovali v kontaktní místnosti, záměrný výběr zprostředkovaný probíhal prostřednictvím pracovníků kontaktního centra, kteří vytypovali uživatele služby, kteří by o rozhovor mohli mít zájem a předběžně je oslovili, záměrný výběr přímý pak probíhal přímým oslovením vytypovaných uživatelů terénního programu. Podmínkou, kterou museli splňovat, bylo aktuální problémové užívání pervitinu a/nebo opioidů.

10.2 Charakteristika výběrového souboru

Tabulka č. 9 Charakteristika výběrového souboru

Respondent	Ročník	Bydlení	Zaměstnání	Vzdělání	Užívaná droga
Michal	1979	Sám na squatu	Bez zaměstnání	Vyučen	Pervitin IV
Karel	1987	Sám na squatu	Příležitostné práce	Vyučen	Pervitin IV
Kristián	1995	Sám v pronajatém bytě	Pravidelné zaměstnání	Základní (vyhozen ve 4. ročníku SŠ)	Pervitin Sniff
Filip	1974	S přáteli na squatu	Příležitostné práce	Základní (3 roky SOU)	Vendal, Subutex IV
Patrik	1983	S partnerkou na ubytovně	Dávky SZ	Vyučen	Pervitin IV
Zdeněk	1978	S partnerkou ve vlastním domě	Příležitostné práce	Vyučen	Subutex IV
Vojtěch	1990	Bez přístřeší	Příležitostné práce	Vyučen	Subutex IV
Petr	1984	Sám	Pravidelné	Vyšší	Pervitin

		v pronajatém bytě	zaměstnání	odborné	Sniff
Linda	1987	Bez přístřeší	Bez zaměstnání	Základní (3 ročníky SŠ)	Subutex, Vendal IV
Věra	1990	S partnerem v pronajatém bytě	Pravidelné zaměstnání	Vyučena	Pervitin Sniff
Katka	1970	S partnerem na ubytovně	Pravidelné zaměstnání	Základní	Subutex IV
Jana	1988	S přáteli na squatu	Bez zaměstnání	Základní	Vendal IV
Lenka	1985	S přáteli v pronajatém bytě	Pravidelné zaměstnání	SŠ s maturitou	Pervitin IV
Lucie	1982	S partnerem v pronajatém bytě	Příležitostné práce	Vyučena	Pervitin IV

Výběrový soubor tvoří 14 respondentů, z toho 8 mužů a 6 žen. Průměrný věk je 33 let, nejstaršímu respondentovi (Katka) je 47 let, nejmladšímu (Vojtěch) 22. 5 osob bydlí v pronajatém bytě, 4 na squatu, 2 na ubytovně, 2 jsou osobami bez přístřeší a 1 žije ve vlastním domě. 5 osob žije s partnerem, 4 osoby samy, 3 osoby s přáteli. 5 osob dochází do pravidelného zaměstnání, 5 osob příležitostně pracuje, 3 osoby jsou bez zaměstnání, 1 pobírá dávky sociálního zabezpečení. 7 osob je vyučeno, 5 osob má pouze základní vzdělání, 1 osoba středoškolské vzdělání s maturitou, 1 vyšší odborné vzdělání.

Tabulka č. 10 Užívané drogy

	Droga	Aplikace	Četnost	Věk 1. užití	Způsob 1. užití	Věk 1. IV užití	Primární?
Michal	Pervitin THC Alkohol	IV Kouření Ústně	3x/měs. Denně Víkendově	20 16 13	Sniff	28	Ano

Karel	Pervitin Vendal THC Alkohol	IV IV Kouření ústně	15 26 15 13	Sniff IV Kouření ústně	15 26		Ano
Kristián	Pervitin THC Alkohol Benzodiazepiny	Sniff Kouří Ústně Ústně	Tahy Denně Víkend Po tahu	16 14 14 20	Sniff Kouření Ústně Ústně	18	Ano
Filip	Vendal Heroin Pervitin	IV IV IV	Denně Dřív denně	35 25 23	IV IV Sniff	35 25 23	Ano
Patrik	Pervitin THC Alkohol	IV Kouření ústně	2x/měs. Týdně Týdně	15 14 16	IV Kouření Ústně	15	Ano
Zdeněk	Pervitin Subutex Opium	IV Sniff/IV ústně	1-2x/den Denně Denně	14 14 24	IV Jazyk Ústně	14 14 24	
Vojtěch	Subutex Alkohol THC	IV Ústně Kouření	Týdně Víkendově Příležitostně	25 13 17	IV Ústně Kouření	25	Ano
Petr	Vendal Alkohol Pervitin	IV Ústně sniff	Týdně Denně měsíčně	24 17	IV	24	
Linda	Pervitin Subutex Alkohol	IV IV ústně	2-3x týdně Kouřím skoro všude	16 18 14	IV IV ústně		Ano
Věra	Pervitin	IV	denně	18	Sniff	20	
Katka	Vendal Subutex	IV IV	Denně denně	16 18	Ústně ústně		Ano
Jana	Pervitin Alkohol	IV ústně	Denně víkendově	18 15	Sniff ústně	19	Ano
Lenka	Subutex	IV	2x týdně	20	IV	20	Ano
Lucie	Pervitin	IV	denně	17	Sniff	22	Ano

8 respondentů užívá pervitin, 6 opioidy (Subutex, Vendal Retard). V 11 případech jde o intravenózní uživatele drog, 3 látku užívají alternativním způsobem (šňupání).

11. Výsledky

V této kapitole budou prezentovány výsledky výzkumu ve vztahu k cílům výzkumu a k výzkumným otázkám. Jako první je prezentována ukázková kazuistika pro přiblížení postupu při analýze scénáře. Výsledky scénářové analýzy dalších respondentů jsou shrnuty v tabulce. Poslední částí je mapování shodných prvků v rámci analyzovaných scénářů.

11.1 Ukázková kazuistika

Filip – „Napiš tam Ten, co si zpackal život“

11.1.1 Základní životní pozice

U Filipa je velice silně patrné základní přesvědčení o sobě v podobě „Nejsem OK“, doplněno přesvědčením o druhých „Jsi OK“. Sám sebe vnímá pod depresivní optikou, jako „...loser“. V anamnéze se objevuje skutečnost, že byl nechtěným dítětem, životní pozici „Nejsem OK“ podpořily také jeho zážitky z dětství, kdy sám sebe vnímal jako vyčleněného z rodiny, protože „...nejstarší sestru upřednostňovali prarodiče a prostřední máma, no a tátovi to bylo jedno...“. Jako novorozenec a kojeneček byl dle vzpomínek, které slyšel od matky, „hrozně hodnej“. Charakteristikám, které této životní pozici přisuzuje Harris (1997), odpovídá také Filipův životní styl, kdy kombinuje život na okraji společnosti, stranou od ostatních, s přijetím role „zlobivého chlapce“. V technice filmové fantazie na otázku poslední scény fiktivního filmu svého života bez přemýšlení odpovídá „nevědomé předávkování“ a sám se zdá být svou odpovědí překvapen, tento konec koresponduje s „únikovou cestou“ v podobě suicida pro extrémní polaritu této pozice. Základním stylem pro tuto pozici je „vzdalovat se od...“ (Smékal, 2001), což odpovídá rovněž charakteristice „držet se zpátky“ dle Hennig a Pelz (2008).

11.1.2 Scénář dle obsahu

U Filipa je na první pohled patrný scénář poraženého, který ladí s jeho zážitky z dob dětství, faktem, že byl nechtěný a v rodině byly upřednostňovány jeho starší sestry. V anamnéze se objevuje otec alkoholik, který „všechno zkazil“, Filip k němu byl často přirovnáván, a to ještě před tím, než začaly jeho problémy se závislostí. Sám sebe charakterizuje jako „...losera, který všechno zkazil“. S touto variantou scénáře koresponduje také jeho již výše zmiňovaná odpověď na otázku poslední scény v rámci techniky filmové fantazie. Vše nasvědčuje tomu, že dle dělení Stewarta a Joinese (1992) jde o třetí stupeň tohoto scénáře, tedy o scénář hamartický. V jeho životě se objevila perioda, kterou je možné vnímat jako protiscénář tak, jak jej popisuje Steiner (2000), tedy období, kdy to dle Filipa vypadalo, že by to „...všechno mohlo dopadnout jinak“ – šlo o

dobu, kdy byl ženatý a narodil se mu syn, po několika letech však z manželství odešel, „...protože jsem prostě zlemplovatěl a všechno házel za hlavu“, od té doby se scénář vrátil zpět do kolejí poraženého.

11.1.3 Scénář dle procesu

U Filipa je dominantní scénář Arachné s mottem „vždy“, patrné je zde rovněž ovlivnění scénářem Tantalus, jehož mottem je „nikdy“ – ve Filipově případě se přítomnost těchto dvou scénářů projevuje ve smyslu „NIKDY nedosáhnu toho, co doopravdy chci, protože VŽDY pokračuji v chování, které generuje problémy.“ Z jeho výpovědi je patrná nedůvěra v možnost změnit původní rozhodnutí, a to i přesto, že hovoří o touze po „normálním“ životním stylu, který zahrnuje bydlení, práci a partnerský vztah, má také fantazie ohledně vysněného způsobu trávení stáří, které však ihned po vyřčení devaluje a poukazuje na svou neschopnost („...jsou to jen takový sny a člověk neví, co vlastně bude...asi spíš skončím někde pod tím mostem...“). V životním příběhu je patrné ustrnutí a nedostatek pohybu, který Stewart a Joines (1992) připisují scénáři Tantalus, spolu s trvalým pokračováním neuspokojivého chování, které vede k nepříjemnostem a vzdalování se od vysněného způsobu života. Se scénářem Arachné se ve Filipově případě může pojit také „zlomyslnost“ rodičů, kterou zmiňuje Berne (2013), protože dle informací získaných v rámci rozhovoru slýchával od raného dětství povzdech „Co z tebe bude?“ doplněný odpovědí „Budeš jako táta“ – a jak řekli, tak se také stalo.

11.1.4 Scénář dle Steinera

V rámci Steinerovy typologie je Filip ovlivněn scénářem „bez lásky“, který se rozvíjí na základě odpírání lásky v raném dětství a koresponduje se základním životním postojem „Já nejsem OK, ty jsi OK“ (Schlegel, 2007). Dle Hennig a Pelz (2008) je pro tento scénář typická ztráta blízkosti, se kterou se pojí odpovídající zákazy („Nebud’!“ „Nebud’ blízký!“) spolu s vnímaným nedostatkem pozornosti a uznání. Tragickým vyústěním tohoto typu scénáře je deprese či sebevražda.

11.1.5 Zákazy

U Filipa je silně určující zákaz „Nebud’!“ , který jako by byl potvrzen hned z několika zdrojů - od samého počátku tím, že byl nechtěný, rodiče nechtěli mít třetí dítě. V dětství vnímal, že náklonost rodiny, a to jak matky, tak prarodičů, je rozdělena mezi jeho starší sestry. Otcí to „bylo jedno“. Filip sám sebe označuje za samorosta. Na základě tohoto zákazu se může rozvinout poškozující závislost či abusus psychotropních látek (Hennig, Pelz, 2008). Osoby s tímto zákazem zpravidla vnímají pocity vlastní nehodnoty, ve svých

vlastních očích bývají nemilovaní, nechtění. Dalším zákazem je „Nebud' sám sebou!“, který má rovněž dva možné zdroje - až do porodu to vypadalo, že se narodí holčička, jméno pro chlapce neměli rodiče ani připravené. Filip od matky ví, že je „tajně“ pojmenován podle její první lásky, zatímco otec si myslí, že po jeho strýcovi, který byl nositelem téhož jména. Filip byl už od dětství zejména mateřskou větví rodiny přirovnáván ke svému otci - alkoholikovi, že skončí „jako on“. Dle Stewarta (2000) si osoby s tímto zákazem z dětství často nesou vzpomínky na chváleného či vyzdvihovaného sourozence. Dalším zákazem je Nebud' důležitý, kdy rodič vysílá dítěti informaci, ať se stará samo o sebe, devaluje potřeby dítěte. Dále je u Filipa patrný zákaz Nemysli!, který se projevoval v průběhu rozhovoru například opakovaně reflektovanými prožitky pocitu prázdné hlavy, vnímání zmatku při odpovídání, objevovaly se také typické fráze jako „nemyslí mi to“, „nemám na to fantazii“, „nedokážu to odhadnout“, atd. Dalším zákazem je „Nepociťuj!“, Filip v této souvislosti hovoří zejména o matce, která na základě života s otcem alkoholikem „...neměla čas řešit nějaký citečky, vždycky tam byla spousta praktických věcí, který musela řešit ona.“, hovory v rodině popisuje jako spíše instrumentální, více o věcech než o vztazích. Otázka (ne)pociťování zůstává otevřená rovněž v případě Filipova otce, jehož pocíťování bylo ovlivněno užíváním alkoholu. Tato povolení pozorovatelná na základě výstupů rozhovoru se rovněž odrazila v technice Kolo povolení.

11.1.6 Drivery

U Filipa jsou dle výstupů z pozorování patrné známky driveru „Potěš mě!“ (výraz tváře, časté přikyvování a vyčkávací slova). Jako malé dítě byl „hrozně hodnej“, na otázku, čím může těšit rodinu v současnosti, se nabízí odpověď, že splněním mnohokrát vyřčeného poselství „Budeš jako táta!“, které dle jeho slov zaznívalo zejména z mateřské větve rodiny.

11.1.7 Osobnostní styl

V rámci osobnostního stylu u Filipa vnímám kombinaci stylu klidného a rebelujícího, k této úvaze jsem došla na základě Filipem reflektovaného přístupu k řešení problémů - objeví-li se problém, spíše jej neřeší, stáhne se a pasivně vyčkává, co se bude dít dál, zároveň se obtížně orientuje a nezvládá identifikovat, co je klíčovým problémem (Hennig, Pelz, 2008).

11.1.8 Shrnutí

U Filipa je patrná základní životní pozice „Nejsem OK – Jsi OK“. Jeho scénář je scénářem poraženého, na což sám častokrát v rámci sebereflexe naráží, jde o scénář třetího stupně,

tedy scénář hamartický, toto tvrzení koresponduje s motivem smrti nevědomým předávkováním, který se objevuje v technice filmové fantazie. Existuje zde silně vyjádřený zákaz „Nebud’!“², dále „Nebud’ sám sebou!“, „Nebud’ důležitý!“, „Nemysli!“ a „Nepociťuj!“ Jako driver je možné rozpoznat „Potěš mě!“, který se mohl promítnout v té podobě, že Filip „těší“ rodinu tím, že přijal poselství „Budeš jako tvůj otec“. Osobní styl se objevuje v kombinaci klidný a rebelský.

11.2 Srovnání analýzy scénáře² v rámci výzkumného souboru

V rámci analýzy scénáře je důležité brát neustále v potaz, že jednotlivé prvky na sebe navzájem působí a ovlivňují se. Vzhledem k tomu, že pro analýzu scénáře není stanovena žádná obecně platná metodika, která by umožňovala jasný a přesně definovaný postup krok po kroku, ale analyzuje se kombinací výstupů scénářového dotazníku, použitých doplňkových metod a pozorování, kapitola výsledků není tematicky zcela pevně oddělena od kapitoly Diskuse a naopak.

Prvním cílem této práce je rozpoznání scénářů výběrového souboru, z tohoto cíle vycházejí dvě výzkumné otázky, a to zda je vůbec možné rozpoznat životní scénáře výzkumného souboru (1) a zda je možné identifikovat základní životní pozici (ZŽP) výzkumného souboru (2). Na obě tyto výzkumné otázky je možné odpovědět kladně – jak životní scénáře, tak základní životní pozice výzkumného souboru je možné identifikovat. Důležité je ovšem vnímat jednotlivé členy výzkumného souboru jako od sebe dokonale oddělené jednotky. Jednotlivé prvky analýzy scénáře samozřejmě vykazují určité definované vlastnosti (viz teoretická část práce), zároveň však platí, že na scénář jedince je třeba nahlížet jako na systém, kdy jedna část aktivně působí na druhou a výsledný efekt v podobě dopadu scénáře na život jedince je pak doslova koktejlem umíchaným z mnoha ingrediencí, jehož chuť a vůně se mění v závislosti na množství gramů té které přísady. Pro popisné účely je samozřejmě do určité míry možné od sebe jednotlivé prvky scénáře oddělit, při tvoření scénářové analýzy jedince je třeba tyto prvky do maximální možné míry posuzovat v celkovém kontextu.

ZŽP		Scénář					
Já	Ty	Obsah	Proces	Steiner	Zákazy	Driver	Styl

² Výraz „analýza scénáře“ je zde použit v širším slova smyslu, zahrnuje rovněž analýzu základních životních pozic, zákazů, driverů a osobnostních stylů.

F i l i p	NeOK	OK	Poražený 3. stupeň	Arachné Tantalus	Bez lásky	Neexistuj! Nebud' sám sebou! Nebud' důležitý! Nemysli! Nepociťuj!	Potěš mě!	Klidný Rebel
M i c h a l	OK	NeOK	Vítěz	Héraklés	Bez lásky	Nikam nepatří! Nepociťuj! Nevyrůstej!	Potěš mě! Bud' silný!	Šarman tní Odpově dný
P a t r i k	NeOK	NeOK	Nevítěz	Tantalus Filomena Baucis	Bez radosti	Nebud' důležitý! Nemysli! Nepociťuj!	Bud' silný! Snaž se!	Rebel
Z d e n ě k	NeOK	OK	Nevítěz	Arachné	Bez lásky	Nebud' důležitý! Nikam nepatří!	Bud' silný! Snaž se! Potěš mě! Bud' perfektní!	Okouz lený Odpově dný

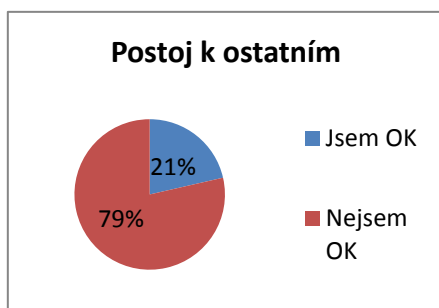
V o j t ě c h	NeOK	NeOK	Poražený 3. stupeň	Tantalus Sysifos	Bez lásky Bez hlavy	Neexistuj! Nebud' dítětem! Nebud' úspěšný v tom, co děláš! Nikam nepatří! Nebud' blízký!	Potěš mě! Bud' silný! Snaž se!	Okouz lený Klidný
K a r e l	NeOK	OK	Nevítěz	Filomena Baucis	Bez lásky	Nikam nepatří! Nebud' sám sebou!	Bud' silný! Snaž se! Bud' perfektní!	Přemýš livý
K r i s t i á n	NeOK	OK	Nevítěz	Arachné Damokles	Bez hlavy	Nebud' sám sebou! Nevyrůstej ! Nemysli!	Bud' perfektní! Pospěš si! Snaž se!	Rebel Okouz lený
P e t r	OK	NeOK	Vítěz	Arachné Hérekles	Bez hlavy	Nebud' sám sebou! Nikam nepatří! Nebud' zdravý!	Bud' silný! Snaž se!	Rebel Okouz lený Odpov ědný
L i n	NeOK	OK	Poražen ý 3. stupeň	Tantalus Arachné	Bez lásky	Neexistuj! Nebud' důležitý!	Potěš mě! Bud' silný! Snaž se!	Okouz lený Přemý

d a						Nebud' dítětem! Nebud' blízký! Nepociťuj!	Bud' perfektní!	šlivý Rebel
V ě r a	OK	NeOK	Nevítěz	Filomen a Baucis	Bez radosti	Nebud' důležitý! Nepociťuj! Nevyrůstej ! Nebud' blízký!	Snaž se! Potěš mě! Pospěš si!	Odpov ědný okouz ující
K a t k a	NeOK	NeOK	Poražen ý 2. stupeň	Arachné Tantalus	Bez lásky	Nebud'! Nebud' sám sebou! Nepociťuj!	Potěš mě! Bud' perfektní!	Přemý šlivý Šarma ntní
J a n a	NeOK	OK	Nevítěz	Damokle s	Bez radosti	Nebud' aktivní! Nepatří nikam! Nebud' úspěšný v tom, co děláš!	Bud' perfektní! Pospěš si!	Odpov ědný
L e n k a	NeOK	OK	Nevítěz	Arachné	Bez lásky	Neexistuj! Nepociťuj! Nebud' blízký!	Potěš mě! Pospěš si!	Okouz ený Rebel
L	NeOK	NeOK	Poražen	Damokle	Bez	Neexistuj!	Bud' silný!	Odpov

u c i e		ý 2. stupeň	s Tantalus	lásky Bez radosti	Nebud' důležitý! Nepatři nikam! Nemysli!	Snaž se!	ědný
------------------	--	----------------	---------------	-------------------------	--	----------	------

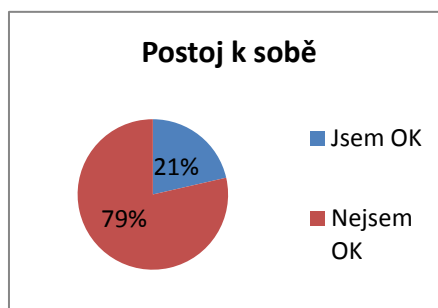
11.2.1 Základní životní pozice

Graf č.1: Postoj k ostatním



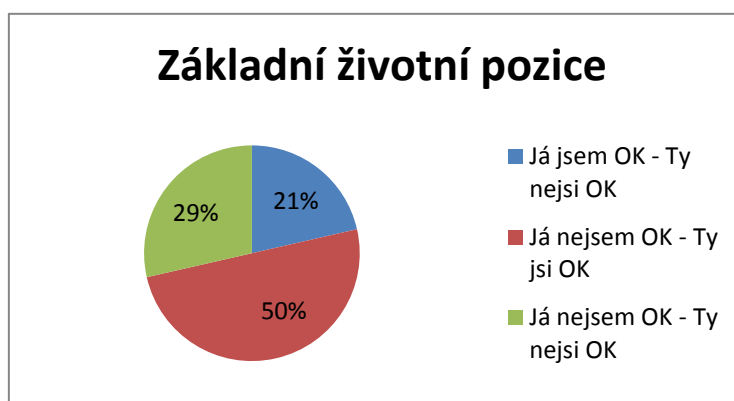
Zdroj: Vlastní výzkum

Graf č.2: Postoj k sobě



Zdroj: Vlastní výzkum

Graf č. 3: Základní životní pozice



Zdroj: Vlastní výzkum

V rámci vnímání sebe sama u respondentů výrazně převažovala pozice „NeOK“, ve třech případech pak respondenti sami sebe vnímali jako „OK“. Druhé lidi pak respondenti v polovině případů hodnotili jako „OK“, ve druhé polovině nikoliv. Základní životní

pozice respondentů je v polovině případů „Já nejsem OK, ty jsi OK“, ve čtyřech případech pak „Já nejsem OK, ty nejsi OK“, u třech respondentů „Já jsem OK, ty nejsi OK“.

Pozice „Já nejsem OK, Ty jsi OK“, která u osob z výzkumného souboru převažovala, je univerzální pozicí z raného dětství, kdy je vnímání sebe sama jako „Jsem OK“ vázáno na přítomnost psychického či fyzického hlazení, které poskytují jiné osoby. V dospělosti je možné si toto hlazení obstarat nejčastěji prostřednictvím dvou strategií, a to životem v ústraní a syčení úniky do fantazijního světa, nebo získávat negativní pohlazení na základě „zlobení“, tedy negativně vnímaného chování (Harris, 1997). Na základě zkušeností z práce s problémovými uživateli drog je možné obecně říci, že tato cílová skupina používá či dokonce kombinuje obě dvě tyto strategie, tytéž tendence jsou patrné také v rámci výzkumného souboru.

Co se týče života v ústraní, o kterém mluví Harris, je možné jej vnímat jak metaforicky, tedy že život problémových uživatelů drog je z hlediska vnímání normy očima majoritní společnosti bez diskuze životem „na hraně“ či „na okraji“, tak zcela konkrétně – z hovoru s respondenty vyplynulo, že, jsou-li součástí nějakých skupin, jde převážně o skupiny malé a uzavřené, které jsou často izolované od majoritní společnosti a v případě, že ve společnosti nějakým způsobem fungují, hovoří často o pocitech méněcennosti vůči ostatním či o obavy z nezvládnutí každodenních záležitostí – za všechny například Kristián, „...*strach a nervozita, ono se to střídá. Mám spoustu myšlenek a bojím se, abych na něco nezapomněl třeba, to mi působí tu nervozitu. Bojím se, abych třeba nezapomněl zaplatit nájem nebo telefon, tam jsou pak velký pokuty. Já jsem vlastně neustále nervózní ...*“ Pět respondentů uvedlo, že sami sebe vnímají jako samotáře, ve čtyřech případech již od dětství, tato skutečnost se často odrážela také v technice tří příběhů – například u Michala, na jehož preferovaných příbězích a postavách je jasně vidět inklinace k samotářství a stavu, kdy hrdina stojí proti ostatním.

O vlivu užívání drog na podporu snění a fantazie se respondenti rovněž zmiňovali (za všechny Vojtěch: „...*já moc rád sním...ty sny si pak ani nepamatuju, ne vždycky, ale vím, že je mám a mám je rád. Moc rád spím. Když si předtím dám, člověk cítí, jak si úplně vrní...a to pak často právě přijde ten sen...*“).

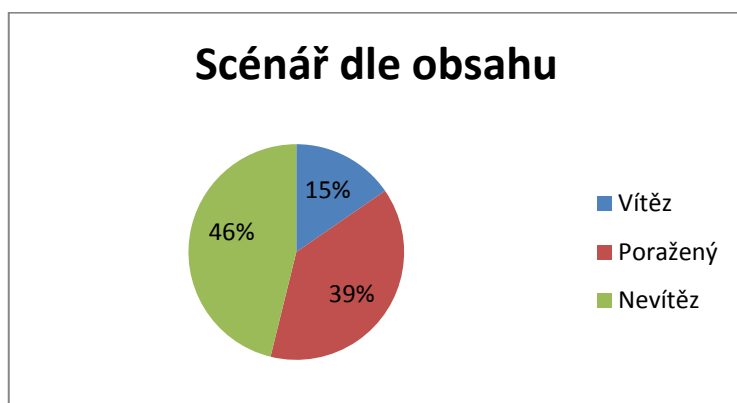
Získávání negativního hlazení na základě provokativního chování má dle Harrise pro osobu v pozici „Nejsem OK“ velkou „výhodu“, kterou je zřetězené potvrzování zpětné vazby „Nejsi OK“ z okolí, která jej pak nadále udržuje v této pozici, která je často vnímaná

jako jediná integrita, o kterou je možné se opřít, což je bezpečné. V tomto faktu vnímám velkou příležitost pro pracovníky s cílovou skupinou problémových uživatelů drog (či s jakýmkoliv klientem, který si potřebu pohlázení sytí nežádoucím chováním) – je zde možnost tento kruh rozetnout a poskytovat zpětnou vazbu ve smyslu rozdělování osoby a jejího chování – „Ty jsi OK, to, co není OK, je Tvé chování“

S pozicí „Nejsem OK“ přímo souvisejí výsledky analýzy zákazů, kdy byl ve výběrovém souboru zjištěn největší podíl zákazů týkající se spojení se sebou sama.

11.2.3 Analýza scénáře

Graf č. 4: Scénář dle obsahu



Zdroj: Vlastní výzkum

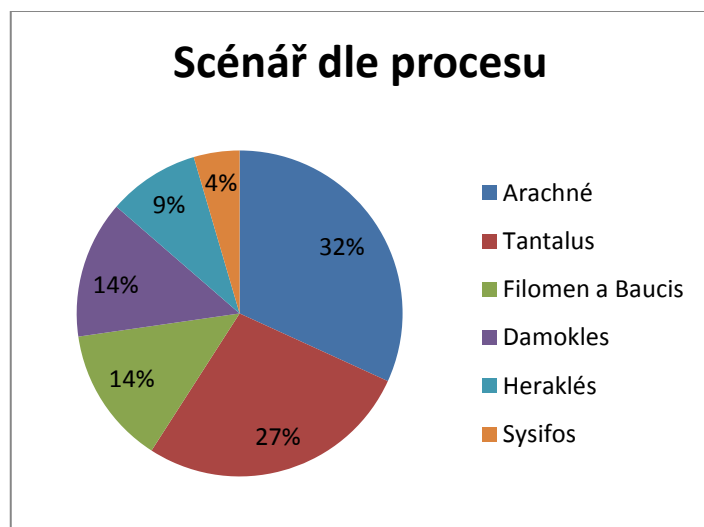
V rámci scénáře dle obsahu zaujímalo 7 respondentů scénářovou pozici „nevítěz“, 5 „poražený“ (2 druhého a 3 třetího stupně), a 2 „vítěz“.

Největší počet respondentů inklinuje k roli „nevítěze“, což je jinými slovy též „banální scénář“. Tento obsah scénáře mimo jiné umožňuje svému nositeli žít ze dne na den, aniž by dosáhl nějaké zaznamenané výhry nebo ztráty. K tomuto typu scénáře bývá přisuzován scénářový proces Filomen a Baucis, který se v rámci výzkumného souboru taktéž objevil, může se ovšem vázat také s libovolnými dalšími scénáři. Jako charakteristiku nevítězného scénáře, který vězí někde napůl, je možné použít výpověď Zdeňka: „*No, tak já si připadám jako v undergroundu. Protože v tom podzemí, v tom podzemí tam jsem jakoby...musím říct, že vycházím jako vítěz, to jo, ale jsou to věci, se kterejma nesmím přijít vůbec na světlo a nemůžu se s nima moc chlubit, takže vlastně asi jako by nebyly.*“

Scénář „porazený“ je spjatý s nedosahováním vytčených cílů a s více či méně závažnou negativní scénářovou výplatou. V rámci výzkumného souboru se objevují „Poražení“ druhého a třetího stupně, tyto stupně lze volně odlišit dle závažnosti průběhu životního příběhu, určitým indikátorem může být také přístup blízkého sociálního okolí. V rámci analýzy scénáře však nejvíce záleží na subjektivním vnímání situace, pro ukázkou je možné použít výpověď Vojtěcha: „...jako hodně poražený člověk (nápadně tišší hlas, klesá). To, co jsem říkal, teprve 26 let a to co já jsem slyšel a viděl a tohle...prostě vyřízenej člověk...“

Vítězný scénář nemusí zakládat situaci, ve které by chtěl každý být, jde spíše o soulad mezi stavem „tady a teď“ a vědomím toho, kde se jedinec nachází, jak se tam dostal a kde být chce. Jako ukázkou možného smýšlení vítězného scénáře je možné použít výrok Michala: „...sebe teď vnímám jako...no že pokud chci tohle, tak musím udělat tohle. Jako že pokud budu chtít jet do Prahy a pojedou na Brno, tak se do té Prahy nikdy nedostanu. Že když chci do Prahy, tak musím sednout na vlak do Prahy. Jsem teď na cestě, něco se podělalo, ale jedu a vím kam. A jsem s tím dobřej...“

Graf č. 5: Scénář dle procesu



Zdroj: Vlastní výzkum

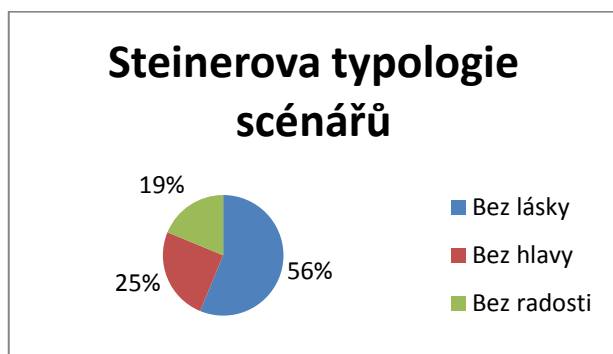
U scénářů dle procesu a jejich kombinací se častěji objevoval scénář Arachné (7 osob) a Tantalus (6 osob), v menším počtu případů se objevoval Damoklés (3), Filomen a Baucis (3) a Sysifos (1). Byly identifikovány následující kombinace: Arachné + Tantalus (3 případy), Tantalus + Filomen a Baucis, Tantalus + Sysifos, Arachné + Damokles, Arachné + Heraklés, Damoklés + Tantalus, z čehož vyplývá, že nejčastěji kombinovatelným scénářem byl Tantalus, v těsném závěsu pak Arachné.

Mottem scénáře Arachné je „navždy“, Hennig a Pelz (2008) tento scénář vnímají ve smyslu „Rozhodla jsem se a nedá se to změnit. Jak si kdo ustele, tak si lehne.“ V rámci výzkumného souboru bylo tento motiv pozorovatelný jak z aspektu vnímání vlastní situace respondentem (například Lenka: „...*tak u nás v rodině vždycky něco bylo...babička pila, fotr taky, odjakživa...starší brácha, když začal makat, frčel v bednách. Co jinýho jsem mohla dělat, než začít taky něco brát, když ne hrát? Takhle to u nás prostě je, nevím, proč. Jsem na jednu stranu zvědavá, v čem pojedou moje děti, až jestli jednou nějaký budou...*“), tak z reakcí a signálů okolí směrem k respondentovi (například Katka: „...*to bylo tenkrát hodně zlý a máma na to, ať si z toho nic nedělám, ať na to kašlu...ženský z naší rodiny s první velkou láskou nikdy nevydržely, ani ona a teta a babička ne...a že se tím vždycky moc trápíme...*“). Tento scénář implikuje opakování a jeho předpoklad, když už něco jednou začalo, bude se to opakovat stále, přípustné jsou pouze drobné výkyvy. Může se též projevovat formou fatalistických výroků typu „Zkazil jsem si život“ (proneseno ve 30 letech), atd.

Scénář Tantalus je naopak spojován s mottem „nikdy“, s Arachné se však velice dobře doplňují, společně fungují ve formě „NIKDY nedosáhnu toho, co doopravdy chci, protože se VŽDY špatně rozhodnu.“ Na scénáři Tantalus je dobře patrné provázání scénáře se základní životní pozicí, jedinec, který se nachází v pozici „Já nejsem OK – Ty nejsi OK“ bude z nedosahování vinit obecně špatný svět, jehož je sám špatnou součástí, v pozici „Já jsem OK – Ty nejsi OK“ pak „zlý a nespravedlivý svět, který hází klacky pod nohy“ a v pozici „Já nejsem OK – Ty jsi OK“ pak vnímá sebe jako osobu, která vše zkazí a dívky vlastnímu přičinění nemá šanci uspět.

Scénář Filomen a Baucis se projevuje v podobě bezcílnosti, neschopnosti či neochoty plánovat, například slovy Kristiána: „...*na to nejsem schopnej odpovědět, protože nejsem člověk, kterej plánuje, kterej kouká do budoucna....já jsem spíš člověk, který žije teď a tady a spíš se nechá překvapit každou hodinou, když se něco stane. To taky neplánuju, ale třeba budu někde na chatě, na chalupě, mít tam svoje motorky a takhle. Prostě to jsou takový sny a vlastně je to hrozně moc daleko a co bude, fakt člověk neví, to se nedá říct.*“

Graf č. 6: Scénáře dle Steinerovy typologie

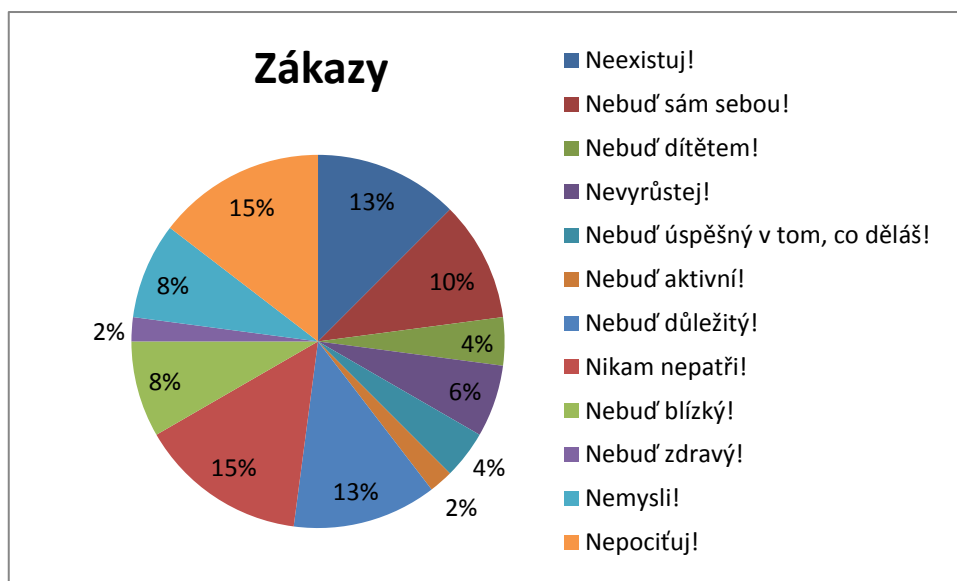


Zdroj: Vlastní výzkum

V rámci scénářů dle Steinerovy typologie převažoval scénář „Bez lásky“, který se objevil celkem v 9 případech, dále „Bez radosti“ (4) a „Bez hlavy“ (3). U dvou respondentů byla pozorovatelná kombinace dvou scénářů, šlo o scénáře „Bez lásky“ + „Bez radosti“ a „Bez lásky“ + „Bez hlavy“.

11.2.4 Analýza zákazů

Graf č. 7: Zákazy



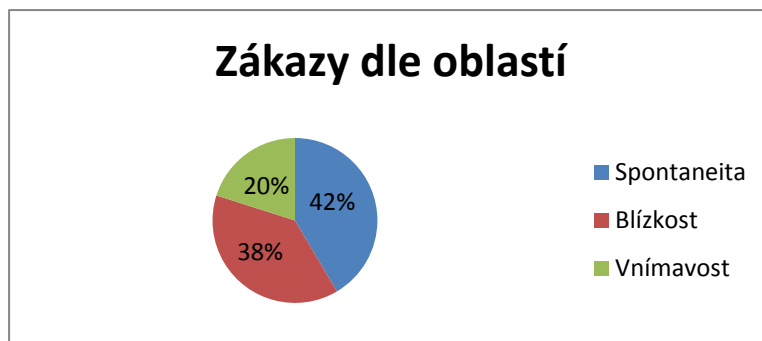
Zdroj: Vlastní výzkum

Průměrný počet zákazů jedné osoby byl 3,4, největší počet zákazů jedné osoby byl 5 (ve 3 případech), nejnižší počet 2.

V rámci analýzy zákazů byly nejčastěji pozorovanými zákazy „Nepociťuj!“ a „Nepatři nikam!“ (7 osob), dále pak „Neexistuj!“ a „Nebud' důležitý!“ (6 osob), následovaly zákazy

„Nebud' sám sebou!“ (5), „Nebud' blízký!“ a „Nemysli!“ (4), „Nevyrůstej!“ (3), „Nebud' dítětem!“ a „Nebud' úspěšný v tom, co děláš!“ (2), nakonec pak „Nebud' zdravý!“ a „Nebud' aktivní!“ (1).

Graf č. 8: Zákazy dle oblastí

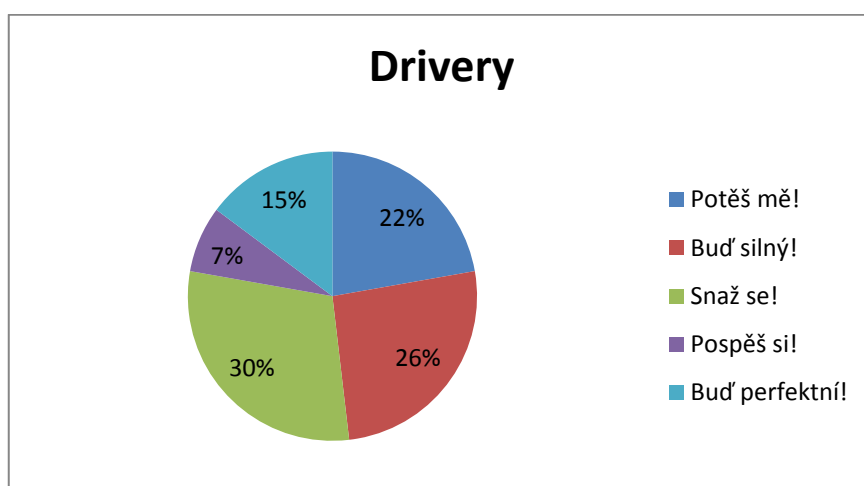


Zdroj: Vlastní výzkum

Sledujeme-li zákazy dle jednotlivých oblastí, objevovaly se nejčastější zákazy spadající do oblasti spojení se sebou sama (spontaneita), konkrétně zákaz „Nepociťuj!“, „Neexistuj!“ a „Nebud' sám sebou!“, v těsném závěsu zákazy z oblasti spojení s druhými (blížkost), zejména „Nepatří nikam!“ a „Nebud' důležitý!“, na posledním místě pak oblast spojení se světem (vnímavost), z této kategorie nejvíce „Nemysli!“.

11.2.5 Analýza driverů

Graf č. 9: Drivery



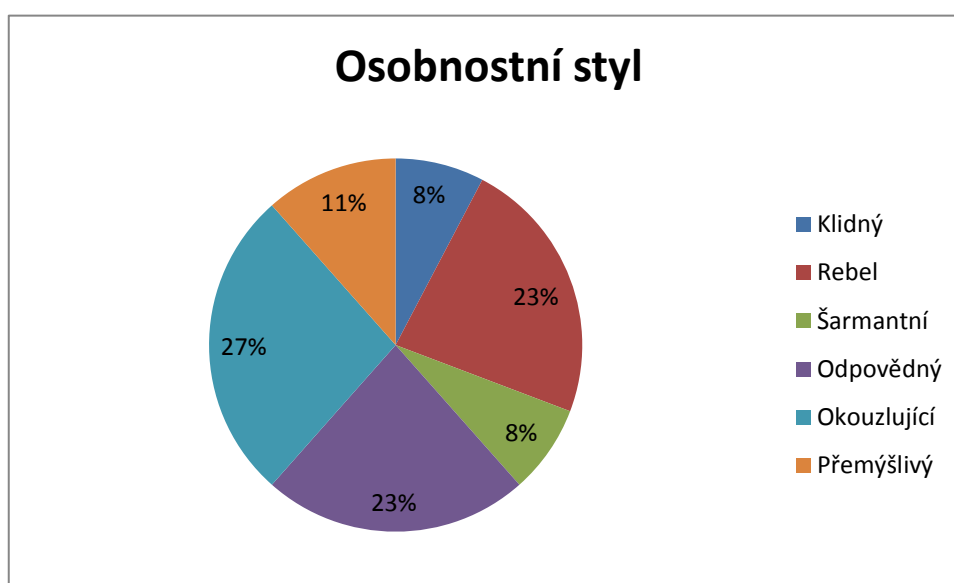
Zdroj: Vlastní výzkum

Průměrný počet vypozerovaných driverů byl u jedné osoby 2,5, největším počtem driverů na jednu osobu byly 4, nejnižší 1.

V rámci analýzy driverů se nejčastěji objevoval driver „Snaž se!“ (8 osob), „Buď silný!“ (7 osob) a „Potěš mě!“ (6 osob), dále pak „Buď perfektní!“ (4) a nejméně často „Pospěš si!“ (2).

11.2.6 Analýza osobnostního stylu

Graf č. 10: Osobnostní styl



Zdroj: Vlastní výzkum

Průměrný počet osobnostních stylů na osobu byly 2, nejvyšší počet u jedné osoby 3 a nejnižší 1. U poloviny respondentů byl vypozerován Okouzlený typ, dále pak typ Odpovědný a Rebelující (6 osob), nižší hodnoty vykazují styly Přemýšlivý (3) a Šarmantní spolu s Klidným (2).

12. Diskuze

Otázkou, kterou jsem se v průběhu zpracování získaných dat nejvíce zaobírala, byla variabilita možností, kterými by se tyto výstupy daly zpracovávat a následně interpretovat. Téma analýzy scénářů je doopravdy bohaté a není úplně obtížné si tuto výtěžnost nechat takzvaně přerůst přes hlavu a v tématu se ztratit. Po delších úvahách jsem se držela spíše v rovině klasické analýzy scénáře, ač by bylo určitě možné více zohledňovat fakt, že respondenty tohoto výzkumu jsou problémoví uživatelé drog. Vnímala jsem zde riziko

přesahu do terapeutické roviny transakční analýzy, jejíž uchopení žádá větší teoretické, ale hlavně praktické znalosti, které v danou chvíli nemám k dispozici. Dalším rizikem je typicky (zne)užívání jazykového aparátu transakční analýzy, který pro svou přímočarost často svádí k rychle vytvořeným a pouze na povrchu ukotveným závěrům, kterých jsem se chtěla vyvarovat. Jako další možnost zpracování výstupů se nabízelo analytičtější zhodnocení dat, například formou sledování provázanosti jednotlivých prvků scénářového aparátu.

Budeme-li diskutovat zvolený směr nakládání s daty získanými v rámci výzkumu, na základě prvního cíle této práce je možné obecně říci, že životní scénáře, stejně jako základní životní přesvědčení respondentů, je možné identifikovat, a to i přes to, že pro analýzu životních scénářů a základních životních pozic neexistuje žádná standardizovaná metoda, ale v praxi se využívá kombinace více technik, jejichž výstupy se konfrontují a porovnávají jak s existující teorií, tak mezi sebou navzájem. Je zde však nutné mít na paměti riziko subjektivního ovlivnění interpretace výsledků a snažit se mu vyvarovat. V rámci obecného směru práce orientovaného na analýzu scénářů jako takovou byly získány návrhy analýzy scénářů jednotlivých respondentů. S těmito výstupy je možné dále pracovat v rámci individuální práce s klientem – jako klíčové zde vnímám především rozpoznání základní životní pozice, které sděluje, jak daná osoba přistupuje sama k sobě a jak k okolí, tedy i k jedinci, se kterým pracuje (samozřejmě s možností ovlivnění aktuálním situačním kontextem). Na základě rozpoznání tohoto vztahového rámce pak může pracovník intervenovat, například ve smyslu zjevného důsledného oddělování osoby a jejího chování – typicky v případě jedinců, kteří sami sebe prožívají v rovině „Nejsem OK“ a svou „OK“ rovinu si potvrzují na základě více či méně cílených provokací okolí ve smyslu „lepší negativní než žádné pohlazení“. V případě, kdy na případné provokace protistrana reaguje očekávaným způsobem, tedy tím, že svou reakcí stvrdí „Nejsi OK“, dostává provokující vytouženou zpětnou vazbu že „není OK“, což mu dodává pocit integrity a zároveň je utvrzován v tom, že jeho základní životní přesvědčení o sobě je správné. Je-li tento cyklus rozpoznán, pracovník jej může přerušit či alespoň narušit zjevným oddělením klienta jako osoby, která je sama o sobě OK, od chování tohoto klienta, které OK buď je, nebo není, klíčové však je, že klient (a stejně tak i pracovník a kterákoliv jiná osoba) sám o sobě je vždy OK.

Konkrétní výstupy scénářové analýzy jedince je pak možné využívat dle potřeby, kontextu služby a aktuální situace, vždy je však nezbytné vnímat jejich vzájemnou provázanost, a to i v případě, když pracujeme pouze s jedním z nich.

Jako přidanou hodnotu této práce vnímám profit respondentů za svou účast na rozhovoru – shodně s Berneovým tvrzením, že zkrácená varianta scénářového dotazníku, ač je tematicky velice bohatá a na řadu otázek, které zejména pro cílovou skupinu problémových uživatelů drog mohou být nepříjemné až bolestivé, se táže zcela přímo, nedochází k narušení vztahů mezi tazatelem a respondentem, naopak vztah může být utvrzen (Berne, 2013). Hennig a Pelz (2008) jsou v této oblasti opatrnější, neboť se obávají možné traumatizace způsobené diagnostikou bez následující terapie. Dle mé zkušenosti získané v rámci provádění rozhovorů respondenti hodnotili svou účast na výzkumu k této práci pozitivně, a to i přes to, že připouštěli, že na řadu témat jim nebylo zprvu zcela příjemné odpovídat, respektive se nad nimi zamýšlet. V závěru rozhovoru jsem od naprosté většiny respondentů slyšela poděkování za pozvání k zamyšlení se nad danými tématy jiným než obvyklým způsobem, v jednom případě pak velice intenzivní formou, kdy respondent po odpovědi na poslední otázku s odpovídajícími emocionálními projevy sdělil, že jej „...*dlouho nic tak nerozsekalo*“, ale zároveň velice upřímně děkoval za nabídnutou možnost, kterou vnímal jako jeden z možných prostředků směřujících ke změně své současné situace. V tom vnímám jeden z velkých přínosů analýzy scénářů či šířeji celé transakční analýzy – otevírá prostor pro jiný způsob zamyšlení nad klíčovými tématy.

Druhým výzkumným cílem práce bylo prozkoumat, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky a zda některé z nich převažují. Na základě analýzy základní životní pozice bylo zjištěno, že u většiny osob z výběrového souboru je přítomné smýšlení o sobě ve smyslu „Nejsem OK“, smýšleních o druhých bylo v 50 % „Nejsi OK“ a v 50 % případů „Jsi OK“. Základní životní pozice pak byla v 50 % případů „Nejsem OK – Jsi OK“. Znovu opakuji, že jsem si plně vědoma nereprezentativnosti výzkumného souboru na to, aby mohla být prováděna jakákoliv zobecňování, přesto zde zákonitě vyvstává nápad ověřit na větším výzkumném souboru tezi, že základní životní pozice problémových uživatelů drog vychází nejčastěji z pozice „Nejsem OK“. Tuto skutečnost doplňuje další poznatek vyplývající z tohoto výzkumu, že nejvíce záznamů zjištěných u výběrového souboru pochází z oblasti „spojení se sebou“ (spontaneita). Vzhledem k tomu, že základní životní pozice jsou tím prvním, co si dítě po narození vytváří a vliv primární rodiny a situace kolem porodu a v raném věku dítěte je tedy neoddiskutovatelný, nepochybuji o tom, že

v teoretických pramenech a výzkumech týkajících se rodinným zázemím problémových uživatelů drog či konkrétních modelů závislosti by bylo možné najít odpovídající teoretické zázemí. Zde však vnímám ideový rozpor s teorií transakční analýzy, která tvrdí, že základní životní pozice všech novorozenců a kojenců, bez ohledu na to, z jakého rodinného prostředí pocházejí, je minimálně v určitém období v rovině „Nejsem OK“ na základě přirozených náležitostí vývoje (Harris, 1997).

V rámci analýzy scénářů dle procesu u výzkumného souboru převažoval scénář „nevítěz“. Pro tento scénář také bývá typické, že do situace, která zdánlivě směřuje k dobrému konci, mohou „vstoupit“ okolnosti, které dosažení cíle zabrání – zde nabízím myšlenku, nakolik mohou drogy či závislost jako taková suplovat roli oněch okolností, které, jakoby samy o sobě, brání zdárnému průběhu situace či života daného jedince ve smyslu pravděpodobně neuvědomované strategie sebeznevýhodnění. Na uplatňování této strategie je možné nahlížet také jako na iniciační bod postoje naučené bezmocnosti, která je dle mého názoru jednou z klíčových aspektů tohoto scénáře. Vnímání situace se pak může odvíjet protichůdnými směry, výsledek však zůstává stejný – je možné přemýšlet ve smyslu „*Nemám životní plány ani cíle, a proto k podpoře nasycení hladu po struktuře používám drogy*“, stejně jako „*Beru drogy, a proto nemůžu dosahovat svých cílů a přání, i když bych rád.*“

Druhým typem scénáře dle procesu byl scénář „poražený“, a to jak ve 2., tak ve 3. stupni, kdy je už namístě hovořit o hamartickém scénáři (Schlegel, 2007). Spojení teoretických konsekvencí transakční analýzy odkazující k tomuto typu scénáře může drogovou závislost přímo evokovat – v popisech scénářové výplaty je možné nalézt odkazy na sebevraždu, ať už úmyslnou či neúmyslnou. „*Vždyť oni se tím sami a dobrovolně zabíjejí!*“ – slyšet na adresu problémových uživatelů drog výrok tohoto vyznění není nic neobvyklého. Smrt či jinou formu „nebytí“ spojuje transakční analýza se zákazem „Nebud’!“, je-li podán v náležité hloubce a intenzitě. Možnost „nebytí“ je také v podobě „zešílení“, tedy vzdání se existence jako myslící a/nebo vnímající bytost, což evokuje další nezřídka slýchaný nárok na problémové uživatele drog – „*Vždyť oni se dočista zbláznili!*“ Zde navrhuji bližší prozkoumání vazby na míru intenzity vazby zákazu „Nebud’!“ spolu se zbývajícími zákazy z oblasti spojení se sebou a scénářem „poraženého“.

U 3 respondentů byla pozorovatelná základní životní pozice stavící na „Já jsem OK“ – zde navrhuji bližší prozkoumání a zejména porovnání jejich scénářového aparátu za účelem

zjištění, zda a pokud ano, tak nakolik se liší od scénářového aparátu osob vycházejících z předpokladu, že „nejsou OK“ – na zjištěných skutečnostech pak bude možné dále stavět při individuální práci s jedincem.

13. Závěry

První cíl v podobě rozpoznání životních scénářů výběrového souboru uživatelů drog se podařilo naplnit. Je možné tyto scénáře rozpoznat, stejně tak je možné identifikovat základní životní přesvědčení výběrového souboru.

Druhý cíl v podobě zmapování analyzovaných scénářů z hlediska přítomnosti shodných prvků a případné převahy některých z nich se rovněž podařilo naplnit.

Členové výzkumného souboru vycházejí převážně z vnímání sebe sama jako „Nejsem OK“, základní životní pozice je v polovině případů „Nejsem OK – Jsi OK“, následuje pozice „Nejsem OK – Nejsi OK“, nejméně často je zastoupená pozice „Jsem OK – Nejsi OK“.

V rámci analýzy scénáře dle obsahu se nejčastěji objevuje scénář „nevítěz“, dále pak „poražený“ (2. a 3. stupně), nejméně často scénář vítězný.

Na základě analýzy scénáře dle procesu byl zjištěn nejčastější výskyt scénáře Arachné („vždy“) a Tantalus („někdy“), tyto dva typy scénářů byly rovněž nejčastější v rámci scénářových kombinací.

Ve výběrovém souboru se nejčastěji objevují zákazy patřící do oblasti spojení se sebou (spontaneita), konkrétně zákaz „Neexistuj!“, „Nepociťuj!“ a „Nebud' sám sebou!“. Dále pak zákazy spadající do oblasti spojení s druhými (blízkost), a to zákaz „Nepatří“, „Nebud' důležitý!“ a „Nebud' blízký!“. Nejméně často se objevovaly zákazy patřící do skupiny spojení se světem (vnímavost) – z této skupiny pak nejčastěji zákaz „Nemysli!“.

14. Souhrn

Tématem práce je Analýza scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy. Teoretická východiska pramení z teorie transakční analýzy, jejímž zakladatelem je Eric Berne. Hlavním teoretickým základem práce je teorie scénářů, jejímž autorem je Eric Berne a jeho

žáci, kteří se postupně stali spoluvůrci teorie transakční analýzy (za všechny například Claude Steiner, Ian Stewart, Richard Erskine...). Teorii byl v práci dán dostatečný prostor, ne všechny uvedené teoretické poznatky byly zvažovány ve výzkumné části, důvodem je má snaha přiblížit analýzu scénářů jako součást systému transakční analýzy, v širších souvislostech.

Obecným cílem práce je analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy. Prvním cílem práce je rozpoznání scénářů výběrového souboru uživatelů drog. Druhým cílem je prozkoumat, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky a zda některé z nich převažují.

Je tedy možné říci, že tato práce má dvě roviny výstupů – první se vztahují k analýze scénářů obecně, jde zejména o ukázkovou kazuistiku a shrnutí kazuistik jednotlivých respondentů. Tato rovina práce vychází z prvního cíle a odpovídá na výzkumné otázky, které jsou s ním spojeny. Druhou rovinu výstupů je možné vztáhnout směrem ke konkrétnímu výběrovému souboru problémových uživatelů drog – samozřejmě s plným vědomím, že jde o kvalitativně laděnou práci odvedenou na velmi malém počtu respondentů, tudíž rozhodně není na místě zobecňování na celou populaci problémových uživatelů drog. K této rovině výstupů se vztahuje druhý cíl práce spolu s příslušnými výzkumnými otázkami.

Jako typ výzkumu byla zvolena případová studie. Získávání dat probíhalo třemi různými způsoby, a to pomocí strukturovaného rozhovoru, doplňkovými metodami doporučenými k analýze životního scénáře (Metoda tří příběhů, Filmová fantazie) a pozorováním. Základní anamnestické údaje byly získávány prostřednictvím In-Come dotazníku standardně používaného v adiktologických službách.

Rozhovory byly nahrány na diktafon a následovně přepsány do textové formy. Data byla dále kódována a tříděna do tematických významových celků. Data získaná rozhovory byla nejprve porovnávána s dostupnou teorií transakční analýzy, byly označeny významonosné jednotky. Pro vyhledání principů a vzorců byla užita metoda zachycení vzorců, které byly následně porovnávány s výstupy metod používaných v rámci analýzy scénářů. Identifikované vzorce chování byly porovnány s definovanými vzorci v podobě scénářů. Vzhledem k povaze scénářů byla často používána práce s metaforou.

Výzkumný soubor tvoří problémoví uživatelů pervitinu a opioidů, kterých bylo v roce 2015 v ČR 46 900 osob, v Jihočeském kraji, na jehož území je zaměřena tato práce, pak 2 900 (měřeno multiplikační metodou). Výběrový soubor tvoří 14 respondentů, kteří využívají služeb Kontaktního centra Prevent v Českých Budějovicích a Jihočeského streetworku Prevent, z toho 8 mužů a 6 žen. Průměrný věk je 33 let, nejstaršímu respondentovi je 47 let, nejmladšímu 22.

Respondenti byli vybráni příležitostným výběrem přes organizaci s možností samovýběru a záměrným výběrem zprostředkovaným. Vzhledem ke kvalitativnímu metodologickému rámci byly zvoleny nepravděpodobnostní metody výběru, kdy není klíčová reprezentativnost výzkumného souboru.

Během výzkumu byly respektovány etické zásady, principy a zvyklosti uplatňované v psychologické výzkumné praxi

Výsledky výzkumu jsou prezentovány ve vztahu k cílům výzkumu a k výzkumným otázkám. Jako první je prezentována ukázková kazuistika pro přiblížení postupu v rámci analýzy scénáře. Výsledky scénářové analýzy dalších respondentů jsou shrnuty v tabulce. Následuje mapování shodných prvků v rámci analyzovaných scénářů. Členové výzkumného souboru vycházejí převážně z vnímání sebe sama jako „Nejsem OK“, základní životní pozice je v polovině případů „Nejsem OK – Jsi OK“.

V rámci analýzy scénáře dle obsahu se nejčastěji objevuje scénář „nevítěz“, dále pak „poražený“, nejméně často scénář vítězný. Na základě analýzy scénáře dle procesu byl zjištěn nejčastější výskyt scénáře Arachné („vždy“) a Tantalus („někdy“).

Ve výběrovém souboru se nejčastěji objevují zákazy patřící do oblasti spojení se sebou (spontaneita), konkrétně zákaz „Neexistuj!“, „Nepociťuj!“ a „Nebud' sám sebou!“. Dále pak zákazy spadající do oblasti spojení s druhými (blízkost), a to zákaz „Nepatří“, „Nebud' důležitý!“ a „Nebud' blízký!“. Nejméně často se objevovaly zákazy patřící do skupiny spojení se světem (vnímavost) – z této skupiny pak nejčastěji zákaz „Nemysli!“.

Získané výsledky otevřely řadu otázek, které jsou zformulované v kapitole Diskuze. Praktický přínos práce vnímám především v dalším způsobu, na základě kterého je možné o klientovi přemýšlet a pracovat s ním. Respondenti účastníci se výzkumu reflektovali možnost jiné formy zamyšlení nad stávajícími tématy. Jako perspektivní pro přímou práci

s klientem vnímám zejména oblast základních životních pozic, v případě terapeutické práce pak mapování jednotlivých oblastí a druhů zákazů.

Seznam použitých zdrojů a literatury

- Berne, E. (2011). *Jak si lidé hrají*. Praha: Portál.
- Berne, E. (2012). *Transakční analýza v psychoterapii: klasická příručka k jejím základům*. Brno: Emitos.
- Berne, E. (2013). *Co řeknete, až pozdravíte: transakční analýza životních scénářů*. Praha: Portál.
- Berne, E. (2017). *Sex v lidském milování*. Praha: Portál.
- Cornell W.F. (Ed.) (2016). *Into TA: a comprehensive textbook on transactional analysis*. London, England: Karnac. Získáno 20.3.2017 z databáze Ebrary.
- Čepická, B. (2003). Transakční analýza [online]. *Čs. psychatrie*, suppl. 2, Vol. 99, listopad 2003, s. 63-68 [cit. 2017-01-02]. Dostupné z WWW: http://www.ta-cata.cz/ta/lib/exe/fetch.php?media=download-all:cepicka03-transakcni_analyza.pdf
- Čermák, I., Štěpaníková, I. (1998). Kontrola validity dat v kvalitativním psychologickém výzkumu. *Československá psychologie*, 1, 50-62.
- Erskine, R. G. (2010). *Life scripts: a transactional analysis of unconscious relational patterns*. London: Karnac. Získáno 20.2.2017 z databáze Ebrary.
- Erskine, R. G. (2016). *Transactional analysis in contemporary psychotherapy*. London, England: Karnac Books Limited. Získáno 22.2.2017 z databáze Ebrary.
- Harris, T. A., & Burianová, D. (1997). *Já jsem OK, ty jsi OK*. Praha: Pragma.
- Hawkes, L. (2007). The Permission Wheel. *Transactional Analysis Journal*, 37 (3), 210 – 217.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní metoda a aplikace*. Praha: Portál.
- Hennig, G., & Pelz, G. (2008). *Transakční analýza: terapie a poradenství*. Praha: Grada.
- Kahler, T. (1975) Drivers: The Key to the Process of Scripts. *Transactional Analysis Journal* 5:3 July 280-284.
- Lister-Ford, C. (2006). *Transakční analýza v poradenství a psychoterapii*. Praha: Portál.

- Lister-Ford, C. (2007). *A short introduction to psychotherapy*. Los Angeles, CA: SAGE Publications. Získáno 02.3.2017 z databáze Ebrary.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Ministerstvo vnitra České republiky (2017). *Přehled jmen a roků narození*. Získáno z: <http://www.mvcr.cz/clanek/cetnost-jmen-a-prijmeni-722752.aspx>
- Mravčík, V. a kol. (2016) *Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2015 [Annual Report on Drug Situation 2015 – Czech Republic]* MRAVČÍK, V. (Ed.). Praha: Úřad vlády České republiky
- Napper, R., & Newton, T. (2010). *Taktika transakční analýzy*. Praha: Grada.
- Novellino, M. (2012). *The transactional analyst in action: clinical seminars*. London: Karnac. Získáno 20.2.2017 z databáze Ebrary.
- Petitcollin, C. (2008). *Oběť, kat a záchránce: ve vztazích a komunikaci*. Praha: Portál.
- Rank, O. (1988). *Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse*. München: Piper.
- Schlegel, L. (c2007). *Transakčná analýza ako kreatívne spojenie hlbinej a kognitívnej psychoterapie: psychoterapia presahujúca hranice smerov*. Trenčín: Vydavateľstvo F.
- Smékal, V. (2001). *Transakční analýza: Příručka*. [online]. Brno (MUNI) [cit. 2017-01-02]. Dostupné z: https://is.muni.cz/el/1423/podzim2004/PSY749/PRIRUCKA_TA.pdf.
- Steiner, C. (2000). *A Compilation of Core Concepts* [online]. Claude Steiner's Home Page [cit. 2017-02-02]. Dostupné z WWW: <http://www.claudesteiner.com/core.htm>.
- Steiner, C. (2003). *Healing Alcoholism* [online]. Claude Steiner's Home Page [cit. 2017-02-02]. Dostupné z WWW: <http://www.claudesteiner.com/healing.htm>
- Stewart, I. (1996). *Developing transactional analysis counselling*. London: Sage Publications. Získáno 24.2.2017 z databáze Ebrary.
- Stewart, I., & Joines, V. S. (1992). *Die Transaktionsanalyse: eine neue Einführung in die TA* (2. vyd.). Freiburg im Breisgau ; Basel ; Wien: Herder.

Stierlin, H. (1974). *Separating parents and adolescents: a perspective on running away, schizophrenia and waywardness*. New York: Times Book Co. Získáno 12.2.2017 z databáze Ebrary.

Stewart, I. (1996). *Developing transactional analysis counselling*. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications, 1996. Získáno 16.2.2017 z databáze Ebrary.

Tangolo, A.E. (2015). *Psychodynamic psychotherapy with transactional analysis: theory and narration of a living experience*. London: Karnac Books Ltd. Získáno 12.2.2017 z databáze Ebrary.

Woolams, S., Brown, M. (1979). *TA, the Total Handbook of Transactional Analysis*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall. Získáno 15.2.2017

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy

Autor práce: Bc. Mgr. Markéta Skálová

Vedoucí práce: Mgr. Miroslav Charvát, Ph.D.

Počet stran a znaků: 83/158 608

Počet příloh: 6

Počet titulů použité literatury: 33

Abstrakt (800–1200 zn.):

Obecným cílem práce je analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy. Prvním cílem práce je rozpoznání scénářů výběrového souboru uživatelů drog. Druhým cílem je prozkoumat, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky a zda některé z nich převažují.

Výzkumný soubor tvoří problémoví uživatelé pervitinu a opioidů. Výběrový soubor tvoří 14 respondentů, kteří byli vybráni nepravidelnými metodami výběru. Jako typ výzkumu byla zvolena případová studie. Získávání dat probíhalo pomocí strukturovaného rozhovoru, doplňkovými metodami doporučenými k analýze životního scénáře (Metoda tří příběhů, Filmová fantazie) a pozorováním.

Nejčastější základní životní pozicí je „Nejsem OK-Jsi OK“. V rámci analýzy scénáře se nejčastěji objevuje scénář „nevítěz“ a „poražený“ (proces) a scénáře Arachné („vždy“) a Tantalus („někdy“) (obsah). Nejčastější zákazy patří do oblasti spojení se sebou (spontaneita) - „Neexistuj!“, „Nepociťuj!“ a „Nebud' sám sebou!

Klíčová slova: Transakční analýza, Životní scénáře, Zákazy, Základní životní pozice, Problémoví uživatelé drog

ABSTRACT OF THESIS

Title: Analysis of life scripts of problém drug users using low-threshold addictology services from the perspective of transactional analysis

Author: Mgr. Bc. Markéta Skálová

Supervisor: Mgr. Bc. Miroslav Charvát, Ph.D.

Number of pages and characters: 83/158 608

Number of appendices: 6

Number of references: 33

Abstract (800–1200 characters):

Object of this work is the analysis of life scripts of problem drug users using low-threshold addictology servises from the perspektive of transactional analysis. The first aim of this work is to identify life scripts of drug users. The second aim is to examine common aspects of life scripts.

The research group consists of problem users of opioids and methamphetamine. The sample consists of 14 respondents, as a type of research was chosen case study. Data acquisition was carried out using a structured interview, the recommended additional methods for the analysis of life scripts and observation. The most common basic life position is "I'm OK, You're OK". Most frequent be script by proces was "not winning" and "loser", most frequent script by content Arachné ("Always") and Tantalus ("Never"). The most common injunction appeared in spontaneity - "Don't exist!", "Don't feel" and "Don't be yourself!".

Key words: Transactional analysis, life scripts, injunctions, life positions, problém drug users

Seznam příloh

1. Podklad zadání diplomové práce
2. In-Come dotazník
3. Scénářový dotazník
4. Zadání Filmové fantazie
5. Kolo povolení
6. Arch pozorovaných scénářových signálů

Příloha č. 1: Podklad pro zadání diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2015/2016

Studijní program: Psychologie
Forma: Kombinovaná
Obor/komb.: Psychologie (PSYN)

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Mgr. Bc. SKÁLOVÁ Markéta	Tyršova 93, Nová Ves pod Pleší	F150145

TÉMA ČESKY:

Analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy

TÉMA ANGLICKY:

Analysis of life scripts of problem drug users using low-threshold addictology services from the perspective of transactional analysis

VEDOUCÍ PRÁCE:

Mgr. Miroslav Charvát, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Obecným cílem práce je analýza životních scénářů problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z pohledu transakční analýzy. Hlavním cílem práce je rozpoznání scénářů výběrového souboru uživatelů drog tak, aby s těmito scénáři mohlo být dále nakládáno při další práci s klientem. Dílčím cílem je zjistit, zda se v analyzovaných scénářích objevují shodné prvky či úseky scénářů.

Použitou metodou bude rozhovor (strukturované interview) kombinované s pozorováním a projektivními technikami vhodnými pro doplnění analýzy scénářů. Výsledkem výzkumu bude okomentované písemné shrnutí analýzy okódovaných rozhovorů, záznamových archů a výstupů použitých projektivních technik.

Základní soubor výzkumu tvoří problémoví uživatelé drog. Výzkumným souborem bude vzorek minimálně čtrnácti problémových uživatelů drog využívajících služeb nízkoprahových adiktologických zařízení z Jihočeského kraje.

Výstupy tohoto výzkumu bude možné použít pro další práci s problémovými uživateli návykových látek (například v případě individuálního poradenství, motivačních rozhovorů, předléčebního poradenství a jakékoliv formy terapie).

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Berne, E. (2011). Jak si lidé hrají. Praha: Portál.

Berne, E. (2012). Transakční analýza v psychoterapii : klasická příručka k jejím základům. Brno: Emitos.

Berne, E. (2013). Co řeknete, až pozdravíte : transakční analýza životních scénářů. Praha: Portál. Gennig, G. & Pelz, G. (2008).

Transakční analýza : terapie a poradenství. Praha: Grada. Lister-

Ford, Ch. (2006). Transakční analýza v poradenství a psychoterapii.

Praha: Portál Napper, R. & Newton, T. (2010). Taktika transakční analýzy. Praha: Grada.

Podpis studenta:

Datum:

Podpis vedoucího práce:

Datum:

Příloha č. 2: Scénářový dotazník

Jak žili tvoji prarodiče?

Jakou pozici mezi sourozenci máš v rodině?

Kdo byl u tvého narození?

Co se vypráví o tvém porodu?

Co víš o době před tvým narozením?

Po kom se jmenuješ? Kdo to jméno vybíral?

Jak ti jako dítěti říkali?

Jakého původu je tvoje příjmení?

Jak o tobě mluví tvoje matka?

Jak o tobě mluví tvůj otec?

Jak o tobě mluví jiní příbuzní?

Máš nějaké přezdívky? Pokud ano, jaké a kdy?

Co se stává lidem „jako jsi ty“?

Co ti říkali rodiče, když jsi byl ještě malý?

Čím (by) ses měl podle přání svých rodičů stát?

Jaká byla tvoje nejoblíbenější pohádka, když jsi byl malý?

Co o ní říkala osoba, která ji předčítala? Kdo to byl?

Jak reagovali tvoji rodiče, když byly věci obtížné?

Jaký druh pocitů ti působí největší starosti?

O čem se u vás obvykle mluvilo u stolu?

Měli tvoji rodiče nějaké problémy?

Vyprávěj mi nějaký svůj sen.

Co očekáváš, že budeš dělat ode dneška za pět let?

Co by sis napsala na tričko, aby lidi věděli, že přicházíš právě ty? (Přední i zadní strana)

Co budeš dělat, až budeš starý?

Jak dlouho budeš žít?

Jak jsi ten věk zvolil?

Co by sis nechal napsat na náhrobek?

Co by tam nechali napsat ostatní?

Jsi vítěz, nebo poražený?

Víš, jak vypadá tvůj obličej, když na něco reaguješ?

Je tvé jednání vždy řízeno tvým skutečným já?

Uvědomuješ si pachy/vůně?

V jakém předstihu si začínáš dělat starosti kvůli věcem, které se mají stát?

Jak dlouho si děláš starosti kvůli věcem, které se staly?

Jsi rád, když můžeš ukázat, že umíš trpět?

Popiš sám sebe.

Jaké pocity jsou v tvém životě časté?

Co bys chtěl předat do života svým dětem?

„Vislan“

Příloha č. 3: In-Come dotazník

IN-COME DOTAZNÍK					
I. Datum kontaktu / místo <input type="text"/> <input type="text"/>		II. Kód klienta <input type="text"/>			
III. Pohlaví <input type="checkbox"/> Žena <input type="checkbox"/> Muž		IV. Rok narození <input type="text"/>			
V. Státní příslušnost <input type="checkbox"/> Česká republika <input type="checkbox"/> Jiné – EU (vypsat) <input type="checkbox"/> Jiné – non-EU (vypsat) <input type="checkbox"/> Neznámo		VI. Etnická příslušnost <input type="checkbox"/> Ne-Romská <input type="checkbox"/> Romská <input type="checkbox"/> Nesledováno			
VII. A. Bydlení (s kým klient žije) <input type="checkbox"/> Sám <input type="checkbox"/> S rodiči/rodinou <input type="checkbox"/> S přáteli <input type="checkbox"/> S partnerem <input type="checkbox"/> S partnerem a dítětem <input type="checkbox"/> Sám s dítětem		VII. C. Bydlení (kde klient žije) <input type="checkbox"/> Doma (u rodičů) <input type="checkbox"/> Vlastní byt (i pronajatý) <input type="checkbox"/> Cizí byt <input type="checkbox"/> Ubytovna (hotel...) <input type="checkbox"/> Squat <input type="checkbox"/> Kasárna <input type="checkbox"/> Bez domova, na ulici		VII. B. Žije klient s osobou užívající drogy? <input type="checkbox"/> Ano <input type="checkbox"/> Ne	
VIII. Zaměstnání/škola <input type="checkbox"/> Pravidelné zam. <input type="checkbox"/> Škola <input type="checkbox"/> Příležitostná práce <input type="checkbox"/> Registrován na ÚP <input type="checkbox"/> Bez zaměstnání <input type="checkbox"/> Dávky SZ		IX. Vzdělání <input type="checkbox"/> Základní <input type="checkbox"/> Vyučen <input type="checkbox"/> Střední s maturitou <input type="checkbox"/> Vyšší odborné <input type="checkbox"/> Vysokoškolské <input type="checkbox"/> Neukončené zákl.			
X. Vyšetření HIV <input type="checkbox"/> Testován <input type="checkbox"/> Netestován <input type="checkbox"/> Nevzvedl výsledek <input type="checkbox"/> Neznámo		XI. Vyšetření hepatitidy <input type="checkbox"/> Testován <input type="checkbox"/> Netestován <input type="checkbox"/> Nevzvedl výsledek <input type="checkbox"/> Neznámo			
XII. Dříve léčen <input type="checkbox"/> Ano <input type="checkbox"/> Ne		XIII. Nyní léčen <input type="checkbox"/> Ano <input type="checkbox"/> Ne			
XIV. Okres <input type="text"/>		Vyplnil pracovník:			
XV. Kraj <input type="text"/>		<input type="text"/>			

Tabulka užívaných drog

droga	aplikace	četnost	první užití (věk)	první i.v. užití (věk)	způsob prvního užití	první neleg. droga	primární droga	poznámka

Tabulka rizikového užívání

rizikové chování	minulost		současnost		nikdy	neznámo
	jednorázově	opakovaně	jednorázově	opakovaně		
i.v. aplikace						
sdílení jehel						
sdílení náčiní						
riziková aplikace						
předávkování						
nechráněný sex						
zdravotní komplikace						

KÓDY DROG

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1. Heroin 2. Braun (opiáty domácí výroby, kodein) 3. Pervitin, jiné amfetaminy 4. Kokain, Crack 5. Speedball 6. Metadon – legálně 7. Metadon – ilegálně 8. Extáze 9. Medikamenty (barbituráty a jiná sedativa) 10. Inhalační látky, ředidla | <ul style="list-style-type: none"> 11. THC 12. Alkohol 13. Cigarety 14. Jiné (specifikujte) 15. Subutex – legálně 16. Subutex - ilegálně |
|--|--|

ČETNOST

- 1. méně než 3x měsíčně
- 2. 1x týdně
- 3. víkendově
- 4. obden
- 5. denně
- 6. 2-3x denně
- 7. více než 3x denně
- 8. neužita déle než 6 měsíců
- 9. neužita v posledních 6 měsících
- 10. neužita v posledních 3 měsících
- 11. neužita v posledním měsíci

APLIKACE

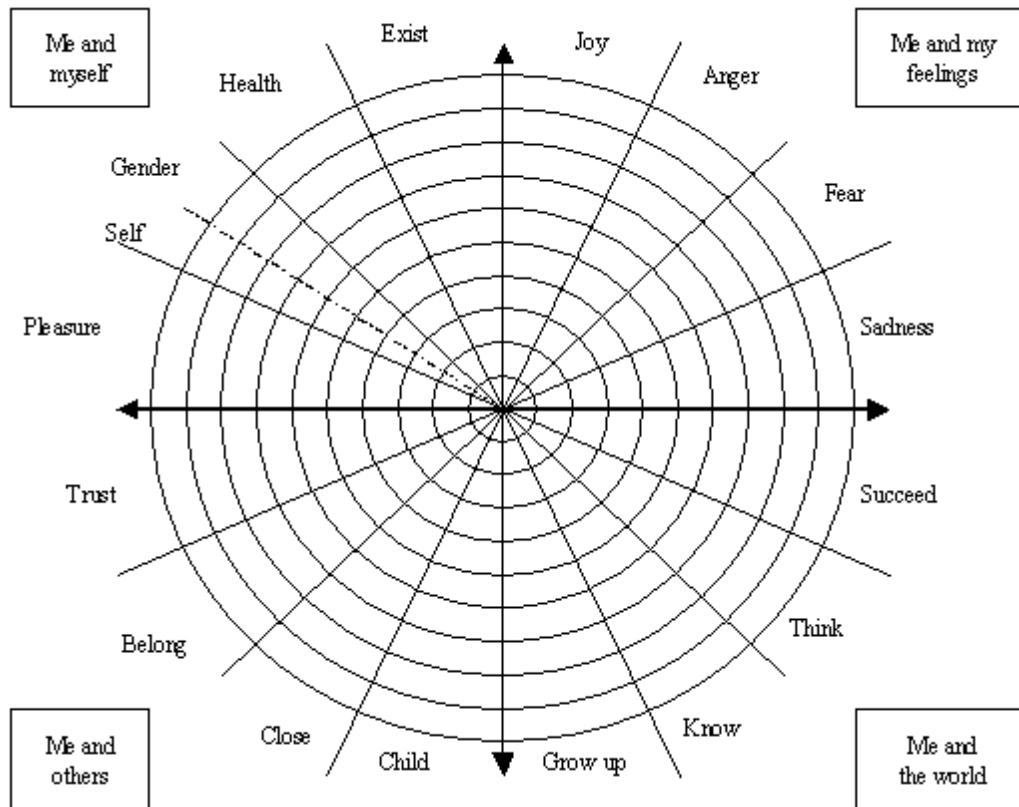
- 1. injekčně do žíly
- 2. injekčně do svalů
- 3. ústně
- 4. sníff (šňupání)
- 5. kouření
- 6. inhalace rozpouštědel

Příloha č. 4: Zadání divadelní fantazie

Představ si, že by Tvůj život byl zfilmován nebo převeden do divadelní hry....

- Trval by dlouze, nebo krátce?
- Byla by to komedie, vážná záležitost nebo smutný příběh?
- Kolik by to mělo dějství?
- Čím by to začínalo?
- Čím by to končilo?
- Jak by se to jmenovalo?
- Kolik lidí by tam hrálo?
- Bylo by to klidné, nebo aktivní? (Godot nebo Rambo?)
- Jaké by to mělo dekorace?
- Jaká hudba by to doprovázela?
- Jak by podle Tebe reagovali diváci, kteří by na filmu byli také?
- Atd...cokoliv Tě napadne☺

Příloha č. 5: Kolo povolení



Příloha č. 6: Arch pozorovaných scénářových signálů

Scénářové signály

Vázané	Volné
Dech	
Převážně v oblasti hrudníku, nepravidelné, povrchní	Převážně v oblasti břicha, Pravidelné
Hlas	
Stísněný, nepřirozeně nízký nebo vysoký, málo barevný	Znělý, zní barevně
Řeč	
Dětské nebo rodičovské vyjadřování, Zpomalené nebo zrychlené řečové tempo	Dospělé vyjadřování, Přiměřené řečové tempo
Smích	
Šibeniční smích, Scénářový smích	Šťastný smích, Přijímající smích
Pohyby těla	
Dřevěné, hektické	Cílené, Koordinované

Řeč	
Hlas	
Gesta	
Výraz	

