

Dveře pro Romana, poutníka řešení – supervizní kazuistika

Autor: Ondřej Jurečka

Jurečka, O. (2025). Dveře pro Romana, poutníka řešení – supervizní kazuistika. *SF REVUE*, 6, 77–83.

Anotace: Autor se ve svém textu věnuje supervizi zaměřené na řešení (Solution-Focused Supervision) a představuje ji jako efektivní alternativu k tradičním psychoanalytickým přístupům. Na rozdíl od nich se tato metoda soustředí na zdroje a silné stránky klienta a místo hloubkové analýzy problémů z minulosti využívá dialog k hledání konkrétních řešení pro budoucnost. V praktické části demonstruje klíčové principy a nástroje přístupu zaměřeného na řešení. Ukazuje, jak lze podpořit klienta v nalezení vlastních řešení pomocí technik, jako je: vytvoření bezpečného prostředí s využitím „bezpečnostního slova,“ které snižuje napětí a otevírá prostor pro otevřenou komunikaci; práce s metaforami, například s metaforou „poutníka,“ která pomáhá klientovi vnímat svůj proces jako cestu s cílem a využití kreativních technik, dále jako je „záračná otázka,“ která podněcuje představivost a pomáhá odhalit potenciální cesty k řešení. Na závěr autor představuje „deníček úspěchů,“ který slouží jako praktický nástroj pro upevnění pozitivních změn a motivuje klienta k dalšímu rozvoji. Celý text tak přehledně ukazuje, jak lze v supervizi podpořit klienta, aby aktivně nacházel a realizoval vlastní řešení.

Teoretická vymezení

Po absolvovaném sebezkušenostním výcviku v psychoanalytické psychoterapii jsem hledal metodu pro práci s klientem, ve které nebudu rozvíjet hlubinné pohledy a přesvědčení, že k vyřešení problému stačí, když si klient uvědomí, z čeho problém pramení. Psychodynamické přístupy vycházející z psychoanalýzy bývají rovněž konfrontační [Zatloukal, Vítek, 2014]. Osvojil jsem si a osvojuji si nový filosofický přístup, který spočívá na předpokladech, důvěře a kvalitách a je ve zdánlivém protikladu k tradičním modelům.

Z pohledu SF je supervize vzájemnou sociální konstrukcí, v níž se význam jazyka vyjednává v rámci specifického kontextu. Jazyk používáme k popisu reality a jazykem jsme schopni měnit budoucnost. Nasloucháme obsahu a hledáme smysl, ve vzájemné interpretaci, v konkrétních životních situacích. Existuje mnoho realit, hlasů, které je třeba vyslyšet a kontextů, které je třeba respektovat. Jazykem neměníme svět jako takový, protože svět nemluví a neposlouchá. Měníme vlastní pohledy na svět a v důvěře, že přispíváme k jeho proměně.

Supervize vedená v duchu SF, do které vrůstám, přináší zásadní posun paradigmatu ve vztahu ke klientům. Ovlivňuje rovněž můj vlastní proces transformace se zaměřením na růst a ochotu ke změně. Efektivní a inovativní přístup mě nepřestává fascinovat, zejména kalibrací na preferovanou budoucnost. Posiluje zdroje a silné stránky, podporuje malé kroky k velkým změnám. Propojuje pocit bezpečí a orientaci na preferovanou budoucnost, na klientovy zdroje a téměř se nezabývá problémy [Zatloukal, Vítek, 2014].

Klíčovým prvkem přístupu SF ke klientům je postoj, se kterým vstupují do vztahu s klientem. Dle silnic zkušeností, supervizní práce zahrnuje pragmatismus, orientaci na proces, zdravou zvědavost, respekt a důraz na spolupráci, partnerství, otevřenost a trpělivost.

Potvrzovat zdroje klienta, zdůrazňovat důležitost jasných postupných cílů, identifikovat řešení a výjimky směřující k naplnění společného projektu. Pracovat s vysokou mírou empatie, zájmu, zaujatosti, otevřenosti a smyslem pro humor.

K nástrojům supervizní práce v systému SF, jen okrajově a neúplně, patří dojednávání si společného projektu, zázračná otázka, škálování, hledání výjimek. Tyto nástroje a další mě motivují k vytvoření si supervizního stylu na práci s klientem, ve kterém kladu důraz na proces a respektuji tempo klienta a naplnění společného projektu. Nebát se rozvinout dílčí část, která se klientovi daří. Udržet si pozici „o jeden krok zpět“ a učit se od klienta, jak na klienta působit jako supervizor s důvěrou, že jsem odborník na proces, nejsem odborníkem na klientův život. Nevytvářet a nevyvíjet nátlak, ale místo toho zkoumat možné cesty vpřed, cesty drobného růstu.

Stěžejní dovedností pro práci s klienty je proces hledání významu a obsahu slov ve vzájemné interakci. Osvojit si a rozvíjet citlivost ve snaze porozumět významu a obsahu slov klienta v barevnosti a ve specifických situacích našich životů, je dynamický a neustálý proces, který vyžaduje trpělivost, empatii a otevřenost.

Reflexe užitečných momentů supervize

Praktická část věnovaná hledání užitečných momentů v supervizi zaměřené na řešení v supervizní konzultaci supervizora se supervidovaným (dále v textu „Ondřej“ a „Roman“). Po supervizní práci zaměřené na řešení jsem Romanovi zaslal doslovný přepis supervizní audio nahrávky, který mu umožňuje detailní reflexi supervizního procesu. S časovým odstupem proběhl neformální rozhovor, který jsme zaměřili na hledání užitečných momentů supervizní práce a na hodnocení, které pozitivní aspekty supervize podporovaly posilování silných stránek a přispěly k tomu, že proces byl úspěšný. Přikláním se k teorii, že užitečnost konzultace a významné momenty posunu může nejoborněji identifikovat a posoudit především supervidovaný [Zatloukal, Vítek, 2016], což jsem si chtěl ověřit. Hledání užitečných momentů podporuje zaměření na budoucnost a využívání zdrojů. Poskytuje cenný vhled, jak efektivně identifikovat a využívat užitečné momenty v supervizi zaměřené na řešení a posilovat efektivitu supervizní práce.

Užitečný moment „A“

S ohledem na vytvoření koalice společného směřování v supervizní konzultaci považujeme se supervidovaným společně za užitečný úsek vytvoření bezpečí pro společnou práci a vyrovnání se s nervozitou a nejistotou v úvodu konzultace:

Ondřej (00:33): Na začátku ještě dříve, než si začneme povídat, se chci zeptat na tvé potřeby, abychom mohli fungovat dobře a aby se nám těch 60 minut dobře pracovalo.

Ondřej (01:47): A tak mám nějak přání, aby naše dnešní společná práce nám dávala smysl. Někdy při konzultacích jsem svými otázkami štouravý. A tak, víš, nechci, aby naše povídání pro tebe bylo nikterak

nepříjemné, ale chci ti nabídnout, že si dohodneme bezpečnostní slovo, třeba "jezevčík", a když řekneš "jezevčík", já hned přestanu, ale neboj, začnu se ptát na něco úplně jiného. Je to pro tebe cajk?

Použití bezpečnostního slova „jezevčík“ přineslo snížení napětí a posílení pocitu kontroly. Následně podpořilo zdravou zvědavost o společnou práci:

Roman (03:01): Já nevím, o čem to dneska bude. Ta supervize bude na řešení? Mohl bys mi říct, o čem to bude?

Ondřej (04:22): Při dnešní práci se nám nepodaří vrátit se zpět nikam na začátek tvého nebo mého života, někam do bodu 0 našich životů..., abysme možná začali jinak a lépe. Ale dnes můžeme začít tam, kde momentálně jsme a já mám důvěru, že dnes společně můžeme měnit konec. A na konci dnešní supervize se zeptám, jak se nám to podařilo. Platí?

Použitím metaforu „začít tam, kde momentálně jsme“ zdůraznilo důležitost přijetí současné situace jako výchozího bodu pro změnu. A „měnit konec“, se zaměřilo na řešení a důvěru v pozitivní změnu s důrazem na společný proces. Slib, že na konci povídání zazní otázka na průběh a přínos supervizní práce byl důležitý prvek pro zdárný průběh – důvěra ve smysluplnost, užitečnost a důvěra, že dneškem měníme konec. Hodnocení pokroku a dosažení cílů příslibem „na konci supervize se zeptám“ bude ověřením, zda se podařilo naplnit cíle, které jsme si na začátku supervize stanovili a zhodnocení, zda se nám to podařilo a posílilo sebedůvěru a motivaci k dalšímu řešení nových projektů. Tento moment byl určující pro definování minimálního, ale dosažitelného cíle, což je v souladu s principy přístupu na řešení:

Ondřej (00:14:31): A když si, tak spolu budeme teďka ještě tak tři čtvrtě hodiny povídat, co pro tebe bude takový nejmenší dobrý výsledek z našeho povídání, abys řekl "jo, i když jsem nevěděl, do čeho jdu, bylo to pro mě užitečné"?

Důraz na definování jasných a dosažitelných cílů, které posilují kompetence a vytvářejí opětovný pocit bezpečí a jistoty. Je také kladen důraz na užitečnost a přínos společné práce. S ohledem na časový rozměr otázka navodila začátek spolupráce a vedla k vydefinování společného projektu. Nejenom v tomto úseku byla přínosná práce s časem, která v mnoha případech navazovala na obsah rozhovoru:

Ondřej (00:30:10): Bavíme se o čase. A jsme někde v polovině našeho času. Způsob, jakým jsme doposud pracovali, je pro tebe užitečný, nebo potřebuješ něco změnit?

Ondřej (00:51:37): Máme před sebou přibližně 10 minut. A stále, Romane, pracujeme na společném projektu a je pro tebe způsob naší práce užitečný a někde se posouváš?

Jedná se o podporující úseky zaměřené na pokrok a výsledky, flexibilitu a přizpůsobení, spolupráci a partnerství v udržování pozornosti na společný projekt.

Užitečný moment „B“

Zaměření na budoucnost, na to, co se daří nebo co by se mohlo dařit lépe [De Shazer, 2011] byl klíčový moment. Metaforický jazyk při formulaci nestandardně zadané zázračné otázky a originálního pojetí, které vyžadovalo aktivitu a prožití zázraku:

Ondřej (32:16): *Hmm... Zmiňoval jsi, navštívil jsem Řím. Mám představu, že je to město plné poutníků, kteří hledají odpovědi na otázky života a možná také hledají naději nebo řešení. Možná jsi poutníky potkal?*

Roman (32:44) *To určitě, v Římě jich je spousta a nejenom těch věřících, kteří navštěvují Vatikán, ale obyčejný turista je podle mě poutník, který také hledá nějakou odpověď na něco.*

Ondřej (33:02) *A tak tě chci pozvat. Pojďme se nyní inspirovat poutníky, o kterých jsi mluvil. A energií pulsující římskými ulicemi. Jsi připraven stát se poutníkem?*

Roman (33:18) *Hmm..., určitě (smích) jsem připraven.*

Ondřej (33:24) *K budování... (smích). Také jsem připraven. A budeme snít v bdělém stavu, staneme se poutníky řešení. Nejenom v Římě, ale i v Olomouci máme dveře. A v této místnosti jsou dvojě. Máš doma dveře?*

Roman (33:38) *Určitě, mám.*

Ondřej (33:41) *Skvělé, skvělé! Předpokládejme, že dveře jsou kouzelné. Nebo víš co, pojď se mnou. Ať je to úplně reálné, půjdeme za dveře, dveře zavřeš, dveřní zámek zamkneš a vytáhneš klíč. Po dobu tak dvou minut. Dveře opět otevřeš a vrátíme se zpět. Jdeš se mnou?*

Roman (34:07) *Určitě (smích).*

Ondřej (34:10) *Půjdeme za dveře.*

Ondřej (35:23) *Zatímco byly dveře zavřené, stalo se něco mimořádného, nečekaného, překvapujícího a překrásného, jedním slovem - stal se zázrak. Ten zázrak způsobil, že společný projekt, na kterém momentálně pracujeme, je vyřešený tak, jak ty potřebuješ. Ale ty nevíš, že je vyřešený, protože jsi stál za dveřmi, za dveřmi, které byly zavřené...*

Metafora poutníka, který hledá odpovědi a naději, vytvořila inspirativní rámec zázračné otázky s využitím kreativní techniky a přispělo to k podpoře řešení problému. Zaměření na pozitivní změny, když se problém vyřeší a posílení sebedůvěry a motivace k hledání řešení včetně reflexe a uvědomění si, jak se společný projekt změnil.

Užitečný moment „C“

V návaznosti na příslib „na konci dnešní supervize se zeptám, jak se nám to podařilo“ jsem při supervizní práci zaměřené na řešení při této konzultaci poprvé využil závěrečnou intervenci a nabídl jsem dojednání experimentu [Zatloukal, Vítek, 2016]. Ve snaze naplnění společného projektu jsem využil zdroje viz. „Roman (10:21) *Jo, a píšu si deníčky, jaké mě provázely emoce*“. Zužitoval jsem průběžnou konverzaci a závěrečná intervence byla významnou oslavou hodinové supervizní práce. S ohledem na účelnost a prospěšnost této části, uvádím celý přepis:

Ondřej (52:46) *Když jsem tě poslouchal, uvědomil jsem si, jak na sobě pracuješ. A co jsi dokázal. Maturita, výška, výška v oboru, ve kterém jsi profesně nepůsobil. Dobrovolnictví. Tolik jsi toho zvládl, včetně výchovy dvou dcer. Naším povídáním se prolínalo téma vzdělávání, ale především sebevědomí. Propojila se nám do společného projektu. Zmínil jsi, že jsi na kolotoči a nevíš jak z kolotoče odkládání a nedůvěry ven. (Roman: Hmm, hmm.). Obdivuji tvou schopnost mobilizovat energii ve prospěch rozvoje a odhodlání k růstu, i když cesta někdy byla a je náročná. (Roman: Určitě.) Slyšel jsem, že růst považuješ*

za neustálý a nekončící proces. Vyžaduje aktivní úsilí a zapojení. Někdy se nechce. Přichází pochybnosti, hledání smyslu. Někdy slunce nevidíme, ale to neznamená, že slunce dnes nesvítí. Uvědomil jsem si také, že máš vnitřní zdroje, inteligenci, moudrost, talent, znalosti, dovednosti a využíváš zkušenosti... A tak ti chci nabídnout a také tě pozvat k tomu, abys přerámoval formát a obsah svých poznámek. Založ si deníček, čím menší formát deníčku si zvolíš, tím líp se ti deníček vleze do každé kapsy. Víím, jsou mobily, ale deníček je lepší. Každý den si na novou stranu zapíšeš maximálně dva úspěšné momenty, které podpoří tvoji důvěru v sebe na cestě ke zlaté X. Dává ti to smysl?

Roman (55:11) Určitě dává a moc. Mám si zapisovat situace, které podepřou moji důvěru v sebe. Ted' mě napadá podpora pro naplněné cíle. **Jsem Roman, dokážu to a možná jsem Roman a dokázal jsem to.**

Ondřej (55:31) Já si říkám, že jsi to řekl naprosto přesně, že "jsem Roman, dokážu to, jsem Roman, dokázal jsem to." A právě zápisky ti budou zrcadlem tvého každodenního posunu prostřednictvím drobných a úspěšných momentů. To je ta cesta malých kroků, kterou jsi zmiňoval.

Roman (55:58) **Vidím to tak, že si prostě musím začít věřit.**

Ondřej (56:02) Hm, ano. Prostě si musíš začít věřit, nic víc, míň. Věřit si, zlatá X. A tak tě chci podpořit, abys v pořizování poznámek byl důsledný... Mám přání, aby ti poznámky časem posloužily jako schody, jako schody pro další růst nebo jako ten pomyslný Jákobův žebřík.

Roman (56:50) Jákobův žebřík, pokud si vybavuji, tak Jákob lezl po žebříku a schoval se do nebe, do mraku. Mám se taky schovat?

Ondřej (57:03) Smích... Jasně, schody, dveře, schování. Použil jsi, použil jsi schovat se. Ne, neschovávej se. Já mám důvěru, kterou opírám o dnešní, dnešní společnou práci, že to bude chvilkové schování, abys našel bezpečné místo. Pro zapsání třeba nových poznámek nebo prostor pro klidné čtení vlastních úspěchů.

Roman (57:44) **To zní jako dosáhnoutí desátého schodu a tím i cíle.** ...Ondro, za mě super. Něco mi říká, že jsem se posunul na 10 schod.

Posilování a návrhy směřující k podpoře řešení problému s využitím silných stránek a zaměřením se na to, co funguje. Posilnění sebedůvěry a motivaci k dosažení cílů a oslava úspěchů. Utrvení budoucnosti, která je plná naděje a vytvoření nové reality. Cesta malých kroků uskutečnila velkou změnu. Drobný posun – škálu jsme opouštěli na 7. schodu – a spustila se další změna, která vedla k posunu na 10. schod.

Oslavu života, naplnění žádoucí změny a shrnutí společného cíle:

Roman: (59:19) „Jo, úplně, že jo, jo, super, moc. Rozhovor s tebou mi poskytl, jak to říct, bezpečný prostor, ve kterém jsem mohl otevřeně hovořit o svých problémech, výzvách, strastech. Prostě ti děkuji za to, že jsi mě podpořil. Pomohl mi najít řešení, která fungují, a přitom v podstatě stačilo tak málo. Důvěru v to, že vlastně ta změna je možná, no, prostě bylo to, ta supervize, moc fajn.“

Roman si do deníčku, který si přinesl na neformální reflexi rozhovoru, na první stranu zapsal „Jsem Roman, dokážu to a jsem Roman a dokázal jsem to. Věřím si!“

Závěrem

Supervizi zaměřenou na řešení považuji za efektivní přístup, který u klientů rozvíjí jejich silné stránky a který je průvodcem pro dosažení individuálně definovaných projektů. V dialogické otevřenosti rozvíjí zvědavost, tvořivost, sociální tvořivost a orientaci na zdroje a řešení. „Supervizor si cíleně všímá malých změn a ty společně se supervidovaným rozvíjejí“ [Zatloukal, Vítek, 2016]. Přístup založený na spolupráci, respektu a orientaci na alternativní budoucnost a podrobnosti o rozdílech po řešení, dle mého přesvědčení, je pro klienty mnohem důležitější než detaily o zamčené místnosti s obtížemi.

Otevřel jsem užitečné dveře, které ukončením výcviku nechci uzavřít. Procházím dveřmi jako poutník hledající řešení.

Zdroje:

- BERG, Insoo Kim. 2013. *Posílení rodiny. Základy krátké terapie zaměřené na řešení*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0500-5.
- DE SHAZER, Steve. 2011. *Zázračná otázka: krátká terapie zaměřená na řešení*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0007-9.
- DE SHAZER, Steve. 2017. *Klíče k řešení v krátké terapii*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1244-7.
- KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-181-6.
- MÁTEL, Andrej. 2019. Co je supervize (v sociálních službách)? In: MÁTEL, Andrej, SCHAVEL, Milan (eds.). *Supervize (nejen) v sociální práci a sociálních službách*. Praha: Institut zdravotních a sociálních věd, s. 8-24. ISBN 978-80-907489-0-3.
- SZABÓ, Peter, MEIER, Daniel. 2010. *Koučovanie – krátko, jednoducho, účinne: Úvod do koučovania zameraného na riešenie*. Banská Bystrica: Co/Man. ISBN 978-80-89090-78-5.
- TIMUĽÁK, Ladislav. 2005. *Současný výzkum psychoterapie*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-707-0.
- TIMUĽÁK, Ladislav. 2014. *Základy vedení psychoterapeutického rozhovoru. Integrativní rámec*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0646-0.
- ZATLOUKAL, Leoš, VÍTEK, Pavel. 2014. *Reteaming – koučování zaměřené na řešení v praxi*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-4113-9.
- ZATLOUKAL, Leoš, VÍTEK, Pavel. 2016. *Koučování zaměřené na řešení. 50 klíčů pro společné otevírání nových možností*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1011-5.
- ZATLOUKAL, Leoš, ŽÁKOVSÝ Daniel. 2019. *Zázrak tří květín. Terapie zaměřená na řešení s dětmi a dospívajícími*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1484-7.

O autorovi: Ondřej Jurečka



Ondřej Jurečka se po absolvování teologie 10 let věnoval vzdělávání dospělých. Následně na různých pozicích se seznamoval s problematikou sociální pomoci, aby 15 let zastával manažerskou pozici v pobytové sociální službě a doplnil si vzdělávání absolvováním pedagogiky a sociální práce. Absolvoval sebezkušenostní výcvik v psychoanalytické psychoterapii akreditovaná Českou psychoterapeutickou společností České lékařské společnosti JEP jako komplexní vzdělávací program v psychoterapii. V roce 2025 v DALET institutu Olomouc ukončil akreditovaný program Koučování zaměřené na řešení s jednotlivci, týmy

a skupinami v kontextu sociálních služeb a výcvik Supervize zaměřená na řešení – supervizní výcvik v souladu ANSE. Po ukončení výcviku odešel z manažerské pozice a začal naplňoval svoji preferovanou budoucnost projekty, které mu dávají smysl a ve kterých je mu dobře. Volnočasově se věnuje plavbě a plavidlům a je pověřen prováděním zkoušek z praktických dovedností potřebných k vedení plavidel.