

OLGA HINKOVÁ

## PORADENSKÉ INTERVENCE V ROZVODOVÝCH A POROZVODOVÝCH SITUACÍCH

*/Sdělení z praxe/*

*„Rozvodovou terapii považuji za velmi obtížnou, za velmi jemný druh terapie. Nikdy nemohu po určitém sezení říct, zda se bude pokračovat, či zda sezení bylo poslední.“ (Názor jednoho z 21 zkušených terapeutů, kteří se podíleli na výzkumu K. Kressela a M. Deutsche, 1977).*

V České republice se každoročně rozvádí několik tisíc manželství. Například v roce 1986 se u nás právně rozpadlo 29.560, v roce 1990 32.055 a v roce 1993 to bylo 30.229 manželství. Na tisíc obyvatel bylo v roce 1993 2,93 rozvodů a na 100 sňatků 45,8 rozvodů. Prognózy očekávaných změn v České republice nenaznačují výraznější posun směrem ke stabilitě rodiny. Naopak jsou očekávány strukturální změny v tom smyslu, že počet úplných rodin bude klesat, třebaže právně úplná rodina zůstane u nás nesporně hlavní a převažující formou soužití partnerů. Budeme se muset vyrovnat i s tím, že stále větší počet dětí prožije určitou dobu svého dětství v neúplné rodině. Za uvedenými čísly se skrývají lidské osudy, příběhy a strádání, které statistika ani počítače nezachytí. I slova sama těžko vystihují vše, co lidé prožívají při rozpadu rodiny, která má být především místem bezpečí a jistoty — domovem. Lidé, prožívající svoji osobní a rodinnou krizi v rozvodovém nebo porozvodovém období, jsou často dezorientováni, zmateni pod tlakem vnitřních konfliktů či vlivem objektivních okolností. Dospělí i jejich děti často ve své bezvýchodnosti velmi strádají. A je tudíž na místě odborná pomoc rozpadajícím se rodinám a rozvádějícím se partnerům.

U nás se (po)rozvodové poradenství a terapie utváří od osmdesátých let. Vytváří se jako specifická, relativně samostatná oblast v rámci manželského a rodinného poradenství, avšak s odlišným zaměřením, smyslem, úkoly i odbornými intervencemi. Teoretická východiska tvoří koncepční rámec, v němž se poradce — terapeut pohybuje. Zároveň umožňují (po)rozvodovému poradenství a terapii

rozvíjet se jako aplikovaná odborná disciplína. Opíráme se o znalost širšího rámce možných konceptů, přístupů a modelů funkční — dysfunkční rodiny a manželství, komponent a procesů v nich probíhajících — to jest o znalost „normality“ a „patologie“ rodiny a manželství (Plaňava,1993). Vycházíme dále z popsaných a analyzovaných rozvodových procesů, z nichž vyplývají i podmínky pro funkční — dysfunkční porozvodovou adaptaci.

Rozpad rodiny a rozvod manželství je dlouhodobý, dynamický proces zahrnující sféru sociální, materiální, právní a psychologickou (emoční a rodičovský rozvod). Lze jej členit do několika etap (Plaňava,1994) :

- /1/ Nezávládnutá (protrahovaná) krize, v níž narůstá rozvodový potenciál a manželství se schyluje k rozpadu.
- /2/ Rozvodové rozhodování a rozhodnutí.
- /3/ Rozvodové jednání.
- /4/ Porozvodová adaptace: dokončení manželské separace a utváření porozvodového životního stylu.

Právní rozvod je pouze částí celého procesu. Jak pojmenovat vše, co rozvod zahrnuje? Negativní, destruktivní — či pozitivní, konstruktivní, kreativní rozvod ? Rozvod je situací psycho-sociální, silně emočně nabitou, intenzívně prožívanou, stresující a též ztrátovou. Ohrožuje základní lidské potřeby a smysluplné prožívání vlastní existence. Děti v ní strádají a riziko jejich ohrožení se zvyšuje, nejsou-li zvládnuty všechny psycho-rozvodové úkoly.

Tyto základní teze pokládáme za platné i v případě, kdy rozchod manželů — rodičů je pozitivním řešením vztahu; například v rodinách alkoholiků, anomálních a psychopatických osobností. Adjektiva uvedená u slova „rozvod“ spíše vyjadřují způsob řešení rozvodových úkolů a problémů, naznačují styly (strategie) vyrovnávání se s rozvodovou situací. Slovo „kreativní“ naznačuje možnost využít rozvodovou situaci tak, aby z ní každý vyšel moudřejší a zkušenější, aby našel ztracenou jednotu rozumu a citu. Poradce-terapeut pak přistupuje (má přistupovat) k rozvodu konstruktivně se snahou, aby všichni ztratili co nejméně a s cílem mírnit strádání všech účastníků, zvláště pak dětí.

Ve svém vývoji prochází psycho-rozvod několika etapami, které se mohou prolínat i probíhat současně:

- /1/ Přiznání skutečnosti, že manželství nemá smysl (předchází stádium popírání).
- /2/ Období propuknutí emocí (zoufalství, strach z osamělosti, pocity viny, pochybnosti o sobě, zloba a nenávisť k partnerovi, hněv a nenávisť k sobě). Emoce bývají někdy provázeny somatickou reakcí.
- /3/ Období „zvedání svěšených hlav“ a počátek utváření nové nebo změněné identity.
- /4/ Rekonstrukce životního stylu : další oprošťování se od bývalého partnera, získávání pocitu vlastní ceny, navazování nových kontaktů.

PORADENSKÉ INTERVENCE V ROZVODOVÝCH  
A POROZVODOVÝCH SITUACÍCH

15/ Otevřenost budoucnosti a nové životní koncepci s pocity důvěry, lásky, svobody.

Z naznačeného konceptu psychorozvodu vyplývají základní úkoly, dávající i obecný směr (po)rozvodovým odborným intervencím:

- 1/ partnerské odpoutání a distance od manželství;
- 2/ oddělení manželství od rodičovství a utváření předpokladu k porozvodovému plnění rodičovských funkcí;
- 3/ ochrana zájmů dětí;
- 4/ utváření porozvodových perspektiv, porozvodové osobní identity a nového životního stylu.

Pro průběh (po)rozvodového poradenství a terapie je důležité, v jakém stádiu a s jakými nedořešenými problémy klienti přicházejí. Psychorozvodové úkoly jsou náročné i složité. Někdy postačí intervence pouze v jedné oblasti, většinou se však prolínají a je nezbytné postupně se zaměřovat na všechny oblasti a problémy. Uvedenou problematiku v nástinu přibližují ukázky z praxe — úryvky z několika vybraných kasuistik.

Ukázka č. 1 : *„Bolest sama o sobě dobrá není, ale když už přišla, je její překonání šancí k bytostné vnitřní přeměně.“* (J. Marhounová)

Pan Tomáš (25 let) přichází do poradny bez předchozího objednání. S Jitkou (22 let) se brali před třemi roky. Chvilí žili u rodičů Jitky, pak zase jeho. Po narození syna Tomáš sehnal podnájem a konečně mohli žít spolu — jen však půl roku. V rozčarování a po mnoha hádkách se Jitka i se synem odstěhovala k rodičům (a údajně i za jejich přispění). Nyní tam jsou již 4 měsíce a pan Tomáš syna vídává pouze náhodně, když se (v malém městě) potkají. Před týdnem se dozvěděl, že Jitka podává žádost o rozvod — on nesouhlasí, má svoji ženu stále rád. Samota a fakt rozvodu na něho tíživě doléhají. Uvědomuje si, že v manželství dělal spoustu chyb. Chtěl by vše vrátit a napravit. Na naše pozvání se (spíše s menší ochotou) dostavila i paní Jitka. K rozvodu je definitivně rozhodnuta. Manželství líčí v černějších barvách než Tomáš. Na období před sňatkem vzpomíná ráda, na manželství nikoli.

Pro objektivní posouzení manželské situace a s ohledem na další průběh rozvodové terapie se v tomto případě zdálo nutné získat oba partnery pro spolupráci. Jejich „zakázka“ byla odlišná. Manželství Tomáše a Jitky však bylo vysoce ohrožené vysokým „rozvodovým potenciálem“. Emocionální propojenost zvláště ze strany ženy zcela chyběla a již delší dobu žila jako rozvedená. Oba manželé se při kontaktu s poradnou nacházeli v jiné psychorozvodové fázi. Tomáš na manželství lpěl, teprve po podání návrhu na rozvod se u něj objevily de-

presivní stavy a úzkost, pocity viny i zloby. Tyto pocity bránily konstruktivnímu vyjednávání, manželku provokovaly, docházelo ke vzájemnému obviňování. Naproti tomu byla již paní Jitka z větší části odpoutána od manžela i manželství, průvodní emoční stavy si prožila již dříve a nyní spíše doznívaly. Nedokázala však dostatečně oddělit manželství od rodičovství, což se projevovalo v její snaze bránit stykům otce a syna.

Intervence v několika individuálních konzultacích směřovaly u pana Tomáše na zvládnutí depresivně laděné nálady, na nové možnosti využití volného času, navazování kontaktů s přáteli. Začal docházet i do psychoterapeutické skupiny, která u něho sehrála významně pozitivní roli a pomohla mu dospět k náhledu na manželství. Rozvod začal chápat jako „menší zlo“ než nevydařené manželství. Redukovány byly jeho pocity viny a méněcennosti, postupně si uvědomoval i své právo „žít s tím, kdo o to stojí“.

Intervence u paní Jitky byly zaměřeny na posílení rodičovské role, zejména se zdůrazněním práva dítěte na oba rodiče, třebaže ve změněné rodinné situaci. Postupně přestávala spojovat předcházející manželské konflikty s dítětem, začala více rozumět potřebám svým i syna. Po odeznění negativních emocí a vyjasnění manželské situace jsme mohli přistoupit ke společným „rozvodovým vyjednáváním“. Manželé (stále ještě) byli ochotni a schopni domluvit se na všem potřebném a nezbytném. Do rozvodových dohod byly zahrnuty: — dohoda o nevhodnějších stycích otce se synem (mimosoudní dohoda s přesně stanovenými podmínkami o kontaktech v rozvodovém i porozvodovém období);  
 – dohoda o postojích rodičů k dítěti (včetně přiměřeného informování dítěte o rozvodové situaci) s cílem zamezit popouzení dítěte proti druhému rodiči;  
 – dohoda o dokončení manželské separace i urovnání majetkových poměrů.

V popisovaném případě byla do terapie zahrnuta i širší rodina — rodiče Jitky, kteří dříve nepřiměřeně do manželství zasahovali, a období tak činili i v rozvodovém období.

Ze strany terapeuta tato situace vyžadovala zachovat neutralitu (z důvodů spravedlivého, funkčního a pro všechny přijatelného řešení problémů) a vyvarovat se jakékoli větší náklonnosti k jednomu z partnerů.

Ukázka č. 2 : „*Když rozvod není rozvodem.*“

Paní Janu (33 let) objednala přítelkyně. Při „vstupu“ se dozvídám, že Jana už neví kudy kam. Všechno se jí hroutí, vypadá sešle, neupraveně, unaveně. Dva měsíce je podruhé rozvedená a nyní má již vlastní byt. Nejhorší období s dcerou z prvního manželství přečkaly u matky Jany a Lucka (13 let) si tam tak zvykla, že nyní nechce být s matkou doma a utíká k babičce. Od toho se také odvíjejí konflikty Jany s babičkou. O druhém manželovi mluví dlouho. Oba se poprvé rozváděli, když už spolu navázali známost. Po rozvodu prvního manželství žili spolu. „Bylo to krásných 7 let, jedno tělo-jedna duše. Pořád mám ty krásné chvíle před očima“. Problémy začaly před rokem a půl. ON začal podnikat, vy-

PORADENSKÉ INTERVENCE V ROZVODOVÝCH  
A POROZVODOVÝCH SITUACÍCH

dělávat spoustu peněz, toulat se v noci, scházet se s „podivnými lidmi“ a milenkou. „Proto jsem zažádala o rozvod, nemohla jsem to už vydržet, ale teď je to horší“. ON napřed nesouhlasil s rozvodem, pak ano. Rozvedeni byli při prvním řízení. Chci po klientce, aby ze svých problémů vybrala a seřadila tři nejdůležitější. Na prvním místě dala dceru, pak manžela, nakonec svou matku. Navrhuji plán konzultací, nabízím též hypnoterapii k zvládnutí některých akutních potíží. Domlouváme návštěvu dcery. Lucka však odmítla přijít, údajně na radu babičky. Alespoň vysvětluji matce, co se v Lucce může dít. Ani jí asi není nejlépe a babička je pro ni nyní jedinou jistotou.

Odkud začít rozmotávat klubko? Začínáme manželstvím. Je reálné, aby spolu ještě žili? Jana ví, že ne. Ale stále čeká, že ON se objeví. Chodí k oknu, jakmile slyší auto, bojí se pozvat přátele, kdyby náhodou ON přišel. Nedávno volal a prý naznačoval, že by spolu ještě mohli žít. Za dva dny zavolala Jana jemu — tentokrát ji odmítl. Přijímám všechny její pocity — i zoufalství. Ptám se, jak dlouho tuto hru s manželem budou hrát. Do vyčerpání všech svých sil, které by mohla vložit jinam? Co by radila své přítelkyni, kdyby se ocitla v podobné situaci? A co dělá sama se sebou, vždyť my sami sobě jsme si nejbližší. A co je to za lásku, která takto zraňuje? Je to péče, zodpovědnost, úcta a znalost toho druhého? Krok za krokem jdeme dál — strukturováním času, odmítáním telefonních hovorů, sháněním práce, hledáním a děláním si radostí všedního dne. Postupně se upravuje vztah matky a dcery (v obou generacích). Jak se Jana staví na vlastní nohy (zatím stojí jen na jedné), ON se stává hrubším, agresivnějším. Volá jí a nadává. Vysvětluji Janě, že i ON musí „projít svým peklem“ a bude-li chtít, sám pomoc vyhledá. Přesto klientka žádá, abych ho pozvala. (V případě, že by ON byl biologickým otcem Lucky a měli mezi sebou pozitivní vztah, pozvala bych ho už dávno.) Domlouváme se, že za tři dny mi zavolá, zda skutečně chce, abych ho pozvala. Po třech dnech nechce. A začala se měnit: odbarvila si vlasy, namalovala se a byla hezká. S dcerou se učí, protože se Lucka zhoršila. Ptám se, co se děje, když dceři nejde učení. „Lucka se začne smát a já pak taky“. Přetrvávají ještě občasné poruchy spánku a depresivní nálady. „Vy ale přece víte, jak se zbavit svých depresí“.— „Vím? Nemám deprese, když něco dělám“. Pak už jsme řešily jen to, co a jak dělat. Jana kdysi psávala povídky a básničky. Chválím ji, povzbuzuji a ptám se, proč nyní nepíše. Psát začala, poslala povídku i do časopisu. Vídaly jsme se již méně. Z depresí se stal smutek, pak neutrální pocit ...a matka s dcerou se postupně sblížovaly.

I láska rodičů k dětem mnohdy nabývá v rozvodových a porozvodových situacích jiných podob. Mohou být až symbioticky těsné při narušení generačních hranic, setkáváme se i s nedostatkem rodičovské péče, někdy i lásky, jestliže jsou rodiče zcela zahlceni vlastními problémy. V ukázce je též naznačen postup odpoutávání od bývalého manžela i manželství, neboť právní rozvod nebyl emočně odžit ani kognitivně zpracován a též bylo silně ohrožené smysluplné prožívání vlastního života. Hodnotu života vázala klientka na manželství a její

návrh na rozvod se zdál být pouze „výstražným“ znamením. To zpětně ovlivnilo i vztahy mezi matkou a dcerou. Během terapie došlo k náhledu na manželství, klientka byla schopna hledat a prožívat jiné životní hodnoty jako předpoklad pro vytváření porozvodových perspektiv, což je zároveň nezbytnou podmínkou pro to, aby se nezvládnutý psychorozvod nestal faktorem selhání i v dalším případném partnerském vztahu.

Ukázka č. 3 : „*Organismus se může vzdát příznaku, pokud se ztratí jeho smysl a pokud při jeho vytvoření nedošlo k přílišnému poškození struktur. Zdá se, že v tomto směru je organismus podoben kutilovi, ber kde ber, hlavně když je vytvořen příznak.*“ (V. Chvála)

Maruška (10 let) vypadala při našem prvním setkání velmi smutně. Od její matky vím, že má společně se sestrou Liduškou (8 let) za sebou vyšetření u dětské klinické psychologičky, psychiatřičky, pobyt v psychiatrické léčebně, vyšetření v pedagogicko-psychologické poradně a též pobyt na neurologii pro záchvatovité stavy. Objektivní nálezy jsou negativní, EEG v normě bez vyjádření ložisek abnormality. Uzavřeno s doporučením péče psychologa, diagnóza: afektivně respirační záchvaty. V době objednání do poradny je Lidka bez záchvatů, Maruška však „omdlévá“ téměř každý den, někdy i 2x denně. Je plná strachů a úzkosti.

Rodina se právně rozpadla před třemi roky. V době po prvním rozvodovém řízení otec navštívil manželskou poradnu s dotazem na sociální pracovníci, zda má o děti „bojovat“. Od svého záměru (naštěstí) ustoupil. Dle matky děti údajně „vzaly“ rozvod rodičů dobře. Problémy styků dětí s otcem prý nejsou. Bydlí však všichni v rodinném domku v oddělených bytech. Děti za otcem často běhají, což matka nevidí ráda. Výskyt „záchvatů“ časově koresponduje s počátky manželské krize.

S Maruškou si hrajeme na kouzelnou vílu a je nápadné její tragické prožívání rozvodu: chce být stále s mamkou i taťkou, přeje si, aby rodina byla pohromadě. Nikdy se nevdá, protože se nechce rozvést ...Na mapě rodiny nakreslí otce doprostřed. Neví, proč se rodiče rozvedli.

Po získání všech potřebných informací bylo možné konstatovat, že obě děti jsou predispozičně senzitivní a mají sklon k nižší toleranci psychické zátěže a k anxiózní pohotovosti. Kontext rodinné situace tuto predispozici podporoval a podporuje. Afektivně respirační záchvaty mají (i nevědomě) svůj účel. Zvláště starší Marie tíživě nesla rodinnou situaci, byla svědkem prudkých manželských hádek a pravděpodobně i objektem popouzení a manipulace rodičů. Situace byla stížena i Maruščiným subjektivním chápáním matky jako viníka rozpadu rodiny. Docházelo a dochází tak k aktualizaci psychosomatických potíží jako nositele významu v dřívějším i současném těžkém konfliktu rodičů a současně ve významu vztahů dcer k matce. Neúplná rodina v porozvodovém období vykazovala znaky dysfunkce — nedořešené konflikty mezi bývalými partnery a občasné

PORADENSKÉ INTERVENCE V ROZVODOVÝCH  
A POROZVODOVÝCH SITUACÍCH

zatahování dětí do porozvodových problémů, zjevná koalice matky a mladší dcery a spíše skrytá koalice otce se starší Marií, silně ambivalentní vztahy mezi sestrami (boj o postavení v rodině i o lásku rodičů), skrytě ambivalentní vztahy dcer k matce.

Poradensko-terapeutické intervence se soustředily:

- na redukci aktuálních stavů úzkosti u dítěte;
- na restrukturalizaci vazeb v rodině;
- úpravu vztahů mezi bývalými partnery a zároveň úpravu postojů k dětem.

Vzhledem k déletrvajícím problémům i vědomému či nevědomému odporu rodiny ke změně a přímým terapeutickým technikám a strategiím bylo využito paradoxní terapie — pozitivní konotace problému, předepisování symptomu. Nedílnou a nezbytnou součástí se stala i porozvodová terapie zaměřená :

- na dořešení majetkových poměrů bez účasti dětí a bez jejich zatahování do problémů dospělých,
- na zabránění skrytému i zjevnému popouzení dětí rodiči,  
(Dříve např. matka: „Váš táta je zloděj, vzal nám poličku.“ Otec: „Máma se chce rozvést a už nás nemá ráda“)
- na urovnání styků otce s dětmi, zvláště ve všedních dnech,  
/Pozn. na okraj : nikdy se neuskutečnilo společné sezení celé bývalé rodiny, třebaže si to Maruška určitě přála (a také o to jí zřejmě šlo).

V (po)rozvodových procesech se rodinný systém a jeho struktura mění a přetváří. V případech pozitivního řešení jsou rušeny patologické komunikační vzorce, masivní vazby i patologické trojúhelníky. V praxi se však setkáváme s jejich dalším působením (i zesíleném) včetně zpochybnění rodinné hierarchie a stíráním generačních hranic. Děti jsou často vhnány do pro ně neřešitelných situací a „vztahových pastí“. A tak se ve svých intervencích necháváme vést zvoleným modelem párové i rodinné terapie. Bývá výhodné do (po)rozvodových intervencí začlenit i pomocné techniky. Vzhledem k šíři nabízených problémů se nejvýhodnější zdá přístup integrativní.

## SHRNUTÍ

Rozvod manželství je krizovým obdobím ve vývoji rodiny. Od roku 1989 je v České republice této zátěži vystaveno okolo 30 tisíc rodin ročně. Svými důsledky postihuje všechny členy rodiny, zvláště děti. Pro zmírnění možných následků rozvodů se u nás od počátku 80. let rozvíjí (po)rozvodové poradenství a terapie jako relativně samostatná oblast činnosti zvláště v manželských a rodinných poradnách. Je aplikovanou odbornou disciplínou se svými teoretickými východisky, specifickými úkoly a strategiemi. Obecným cílem intervencí v rám-

ci (po)rozvodového poradenství a terapie je zmírnění všech možných ztrát, které jsou průvodním jevem psychorozvodu. Ve své práci autorka vychází z koncepce předkládané I. Plaňavou. Způsoby intervence a strategické kroky v rozvodových a porozvodových situacích přibližují ukázky z praxe.

## LITERATURA

- DYTRYCH Z., SCHÜLLER V., PROKOPEC J., MATĚJČEK Z.: Porozvodová adaptace a možnosti jejího ovlivňování. MPSV ČSR, 1986.
- CSEH-SZOMBATHY L., KOCH-NIELSEN I., TROST J., WEDA I.: The Aftermath of Divorce – Coping with Family Change. Budapest, Akadémiai Kiadó, 1985.
- GURMAN A.S., KNISKERN D.R.: Handbook of Family Therapy. Brunner – Mazel, N. York 1981.
- HINKOVÁ O.: Ke konceptu člověka v díle Ericha Fromma. Ročníková práce, FF MU, Brno 1993.
- KRATOCHVÍL S.: Manželská terapie. Nakl. Mach, Hradec Králové 1992.
- KRESSEL K., DEUTSCH M.: Divorce Therapy: An In Death Survey of Therapists' Views. Family Process, 16, 4, 1977.
- KUČERA M.: Prognóza očekávaných změn rodiny. Demografie, č. 3, 1994.
- MATĚJČEK Z.: Dítě a rodina v psychologickém poradenství. SPN, Praha 1992.
- PLAŇAVA I., SOJKOVÁ H.: Nezvládnutý psychorozvod jako faktor selhání v opakovaném manželství. Sborník přednášek z IV. celost. konf. o manž. a předmanž. poradenství, Bratislava 1985.
- PLAŇAVA I.: Funkční a dysfunkční soužití v rodině a manželství: některé koncepty a modely. Sborník prací FF MU, 1, 27, 1993.
- PLAŇAVA I.: Jak se (ne) rozvádět. Grada, Praha 1994.
- PLAŇAVA I.: Rozvodové poradenství a terapie: možná východiska, cíle a strategie, Psychológia a patops. dieťaťa, 29, č. 1, 1994.
- SIMON F.B., STIERLIN H.: Slovník rodinné terapie., Konfrontace, Hradec Králové 1995.
- WOLFOVÁ D.: Když partner odchází ....IKAR, Praha 1994.

## COUNSELLING INTERVENTIONS IN DIVORCE AND POST-DIVORCE CRISES

A divorce is a period of crises in the development of a family. Since 1989 there have been around 30 thousand families a year dealing with this stress in the Czech Republic. Divorce consequences affect all the family members, especially children. To temper possible divorce consequences, divorce and post-divorce counselling and therapy have started to develop since the early 1980's as a relatively independent field especially in family and marital counselling centres. The divorce therapy and counselling are an applied, and specialized discipline with its theoretical basis, specific tasks and strategies. The general aim of the interventions in the frame of divorce and post-divorce counselling and therapy is to temper all the possible losses that attend a psychodivorce. The author works out of the concept presented by I. Plaňava. The methods of intervention and the strategic steps in divorce and post-divorce crises are illustrated by examples from practice.