

Nevěra jako příležitost a výzva.

**Selhání individuálních terapeutů aneb jak
doprovázet nevěrníka**

Pavel Rataj

ravelus@seznam.cz

Kdo jsem - představení

- manžel a partner
- táta dvou bezva dětí
- bývalý sociální pracovník, rodinný a individuální terapeut
- **současný párový terapeut, vztahový psycholog**
- víceprezident Asociace manželských a rodinných poradců, bojovník za záchranu Poraden v ČR

Co je cílem tohoto příspěvku?

- **Ukázat na specifikace** individuálního terapeuticko-poradenského procesu s nevěníkem.
- **Stimulovat diskuzi**, že tato práce je něčím zvláštní a že se lze v ní dopustit fatálních chyb. Přinést otázky a pochybnosti.
- Ukázat jak individuálně doprovázet resp. pracovat s podvádějícím - **jak nepoškodit nevěníka** a jak nepoškodit partnerský vztah.
- Nechci zde působit svým příspěvkem jako nějaký mentor či moralista svých kolegů, ale chci rozvinout debatu nad tímto tématem.

Proč toto téma?

- Jako párový terapeut se setkávám s nevěrou mnohokrát za týden. Aktuálně se věnuji již jen práci s párem (oběma partnery společně). V rámci párových setkání vzniká potřeba či doporučení, že nevěrník by chtěl chodit do IT a chtěl by si více srovnat či zpracovat nevěru, románěk, mimomanželský vztah, nebo svou aktuální zamilovanost...
- V poslední době se často setkávám, z mého pohledu, se selháním kolegů individuálních terapeutů, kteří v individuální práci s nevěrníkem selhávají a poškozují nevěrného, jeho partnera, jejich vztah i jejich děti. Jak to? Prostě svou aktivitou a terapeutickým působením spíše zesílili pocity z nového vztahu, podpořili, že pokud to klient cítí a potřebuje, tak má jít tam, kam mu srdce velí.

O kom budu hovořit?

- Budu hovořit o partnerech, kteří žijí v **dlouhodobých vztazích** a aktuálně jsou či byli "nevěrníky,,...
- O těch "motivovaných" partnerech- nevěrnících, většinou mužích, kteří se zapletli do mileneckého trojúhelníku, nebo do nevěry, která byla odhalena...
- O nevěrnících, kteří chtějí zůstat u stávající partnerky...
- nebo o těch, kteří racionálně chtějí, ale emočně jsou zmatení...

Jak se dívám na nevěru:

- * - nevěra jako *symptom* (jedince či vztahu),
- * - nevěra *není normální*, vždy na něco ukazuje,
- * - nevěry jsou *různé*, nevěrníci jsou *různí*, podvedení jsou různí,
- * - nevěra je *hluboké zranění* (léčba 6-18 měsíců),
- * - nevěra *má sílu* vedoucí k destrukci nebo k růstu vztahu,
- * - nevěra *ničí empatii, otevřenost a naději* v partnerském vztahu
- * - *nejčastějším důvodem* je vztahová nezralost, nebo odpojení se od sebe či od partnera (partnerského vztahu)...

Specifika na straně nevěrníka:

- jeho **motivace** pro individuální práci je jiná než u "běžného" klienta (spíše vnější motivace pro práci na sobě, nejraději by za vším udělal tlustou čáru, raději přizná pochybení než aby situaci zpracoval na úrovni sebepoznání a sebeuvědomění...)
- nevěrník je do jisté míry ztracený, emočně rozpolcený, emoce jsou odštěpeny od rozumu, nevěrník je "**ne-mocný**"
- podvádějící je často **odpojen** od sebe i od svého partnerského vztahu, je odpojen od svých vnitřních potřeb,
- je odpojen od své dlouhodobé kontinuity a žije spíše přítomným okamžikem nebo hodně přes své fantazie,

Specifika na straně nevěrníka:

- směrem ke dlouhodobé partnerce je vědomí zastřené, hodnocení negativní, paměť a emocionalita s pozitivními zážitky ochromena
- nevěrník je často *v pocitových ambivalencích* - často ve strachu, pocitech viny, pocitech selhání, nejistotách... a naopak v nadějích, vzplanutích, rozhodnutích, přesvědčeních ... hodně se mu to střídá (ale ne tak rychle jako podvedenému)
- * často je *zaměřen více nebo jen na sebe*, sebestřednost nedovoluje prožít negativní prožitky zraněného, není schopen se vcítit do toho co podvedený partner nyní dlouhodoběji potřebuje

Specifika na straně terapeuta:

- uvědomění, že s tímto tématem a klientem *nejde většinou o běžnou psychoterapii*
- klient *často nemá přímou zakázku*, často vlastně neví co chce nebo na čem by chtěl pracovat, nebo dokonce řekne, že ho tam někdo poslal
- takový klient klade *na terapeuta velký tlak a konfrontuje ho* z jeho vztahovostí a vztahovými postoji
- musí *ustát sám sebe a své nevědomé* projekce, tlaky morálky, pudovosti
- terapeut se zde *nemůže opírat jen o pocity a potřeby* orientované na nevěrný vztah - Ptát se uživatele pervitinu jak to cítí a co potřebuje a odkazovat ho na to, že se podle toho má rozhodnout pokládám za hazard!!!

Specifika na straně terapeuta:

- terapeut je pod **časovým tlakem**, klient velmi často pospíchá, aby se to vyřešilo, aby se našel nějaký rychlý recept
- terapeut by měl být více průvodcem, jsou na něj kladené **specifické znalosti a dovednosti** (především ze vztahového poradenství)
- nemůže pracovat jen s tím o čem klient hovoří, klient **více zkresluje ve směru svých emocí, přání a potřeb**
- nejde se jen opírat o princip tady a teď,
- klient někdy vypadá jako by měl amnézii, jako by nebyl v kontaktu se svou historií,
- klient **odmítá** propojování s jinými předchoz. vztahy či jeho nevědom. silami

V čem je úkol terapeuta:

- důležitější než ta či ona terapeutická metoda je **osobnost terapeuta** - přijímající, chápající, podpůrná, přesvědčivá, fenoménu znalá, zralá, moudrá s pozitivním signály, odvážná, nebojácná konfrontace i dotěrných otázek, trpělivá...
- otázka pohlaví? měl by tu být pro muže muž? je to výhodné, ale ne nezbytné...
- přijmout, zklidnit a ocenit klienta, za to že to vůbec chce řešit sám za sebe,
- klient by měl cítit, že se o něj terapeut **zajímá a bere ho vážně**, může mu vše tedy vyprávět...
- zájem a porozumění nestačí, klient potřebuje v navázaném vztahu i **někoho, kdo se nebojí** ho tvrdě konfrontovat s určitými věcmi a dotýkat se jeho bolavých míst...

V čem je úkol terapeuta:

- klient potřebuje někoho, kdo je schopen a ochoten leccos **vysvětlit, dát do souvislostí, vidět za roh, potřebuje poučení, vysvětlení a někdy i jednoduše informace a rady** o vztazích, vztahovosti, a duševních procesech...
- Klient by se měl **cítit přijat** a měl by mu zůstat pocit svobodného rozhodování, vlastní odpovědnosti za své kroky, měl by mít dojem, **že terapeut se v daném vztahovém tématu dobře vyzná**...
- terapeut by měl klienta připravit na to, že mu nastává tvrdá doba a že se bude muset sám velice přičinit...
(Jellouschek, Bludné cesty lásky, Portál)

V průběhu procesu se terapeut stále vrací k těmto bodům:

- Zvědomování **vztahovosti** - aktuální, dlouhodobé či rodové
- dostávání klienta do **kontaktu se svými skutečnými, potlačenými a opuštěnými** potřebami a pocity
- **nedovoluje příliš mluvit o milence**, směřuje ho stále k sobě nebo ke vztahu se svou ženou, neposiluje mu jeho fantazie a emoce z mileneckého vztahu
- klade otázky pod povrch - snaží se **najít s klientem pravý význam nevěry**, nenechá se opít rohlíkem (že klient neví, žádný není nebo, že o nic nešlo...),

V průběhu procesu se terapeut stále vrací k těmto bodům:

- snaží se stále **stimulovat hledání důvodů a pochopení** toho, co se to stalo v jeho příběhu,
- snaží se zvědomnit, jak se cítil ve vztahu se svou ženou a co s tím dělal
- kontinuálně ukazuje, že **nevěra ukazuje na** určité vztahové neschopnosti či odpojení se
- **ukázat možné cesty, ukázat naději**, popisuje prognózy...
- pracuje s **prvky motivačního tréninku**
- **oddálit rychlá rozhodnutí** a gesta, nespíchat
- ne léčit, ale spíše stimulovat růst
- ukázat, jak se cítí a co potřebuje podvedený partner - pomoci realizovat obnovu důvěry, pomoci hojit zranění, pomoci **probouzet empatii a připojení**

- * Kde není porozumění nemůže být pokání,
- * Kde není pokání, tam není odpuštění.
- * Kde není odpuštění není uzdravení!!!

Právě podvedený partner potřebuje rozumět tomu, co se to stalo a o čem to u podvádějícího vypovídá. Pokud to nedostane, tak se o to více utápí v pocitech viny a nejistoty, které se pak projevují v pocitech narušení dosavadního obrazu partnera a pocitu bezpečí vedle něho.



Díky za pozornost.

Pavel Rataj
ravelus@seznam.cz