

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Predrag Makaj

**Postmoderna in narativni dialoški pristop v kontekstu
psihosocialne podpore in pomoči**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2023

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Predrag Makaj

**Postmoderna in narativni dialoški pristop v kontekstu
psihosocialne podpore in pomoči**

Diplomsko delo

Mentorica: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Ljubljana, 2023

ZAHVALA

Še posebej se zahvaljujem dr. Lei Šugman Bohinc za neskončno potrpežljivost in ker so mi njena predavanja in mentorstvo pomagala odkriti in sprejeti tako iskane teorije o načinu spoznavanja življenja in sveta ter prakse konstruktivnega delovanja v tem svetu, teorije, katerih edine omejitve so pomanjkanje lastnega znanja, izkušenj in domišljije.

Zahvaljujem se tudi vsem profesorjem Fakultete za socialno delo in drugim delavcem, ki so s svojim zgledom, utemeljenim na krepitvi moči, sprejemanju, potrpežljivosti in razumevanju, pripomogli k moji lastni rasti in razvoju, reševanju lastnih dilem, travm, negotovosti in strahu, kar me je oviralo v dotedanjem življenju.

Zahvaljujem se tudi svoji družini, prijateljem in vsem drugim, ki so na kakršenkoli način pomagali pri zagotavljanju mojega študija.

Svoji nekdanji ženi Dijani se zahvaljujem za potrpežljivost.

Zahvaljujem se hčerkama Arijani in Deni, ki sta bili s svojo vitalnostjo neizčrpen vir motivacije v najtežjih trenutkih. Danes tudi Jakov in Neo.

Zahvaljujem se svoji ženi Romani za veliko podporo in včasih neskončne razprave o smislu človeškega obstoja ter pripovednih metodah in pristopih za pomoč.

Možda jednog dana cijeli svijet postane zelena livada!

(Jalta, Jalta)

PODATKI O DIPLOMSKEM DELU

Ime in priimek: Predrag Makaj

Naslov diplomskega dela: Postmoderna in narativni dialoški pristop v kontekstu psihosocialne podpore in pomoči

Kraj: Ljubljana

Leto: 2023

Št. strani: 87 **Št. prilog:** 4

Mentorica: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Povzetek diplomskega dela

V diplomskem delu proučim in predstavim postmoderne ideje in narativni dialoški pristop, njegova načela, filozofijo in principe dela za vse, ki se pri svojem vsakdanjem delu srečujejo z ljudmi, ki so bili zaradi različnih življenjskih izkušenj prisiljeni zgraditi svoje življenje na način, ki jim ne omogoča, da bi živeli zadovoljujoče življenjske zgodbe. Skozi paradigmo socialnega konstrukcionizma je moč videti, da različne ovire, ki jih povzročajo strah, neprijetne in travmatične izkušnje, družbeni diskurzi in metanaracije, določajo naše predstave o svetu ter tako določajo našo konstrukcijo sveta, v katerem živimo. Resnični svet za nas obstaja, ker ga ustvarjamo s svojimi dejanji, in deluje na nas, ko ga ustvarjamo, tako da oblikuje svojo zavest v skladu s tem svetom, tj. gradi nas in mi gradimo njega. Ti procesi so nastali in delujejo po načelu povratne zanke v neprekinjenem autopoietskem ustvarjanju. Ovire, oblikovane z negativnimi izkušnjami, pridobljenimi v tem svetu, vplivajo na usmerjanje življenjske energije v dejanja, ki so za nas mogoča v tem svetu in ki nam na nek način ponujajo nadomestek za to, kar si resnično želimo. Zaradi tega poudarim razvijanje sposobnosti osvobajanja in uporabe lastnih energij s pomočjo narativne dialoške prakse, katere cilj je povečati število možnosti delovanja z ustvarjanjem novih možnih različic lastnega življenja. V diplomskem delu preverim svojo tezo o pomembnem, pogosto odločilnem vplivu dejavnikov okolja na to, kako ljudje delujemo. Naš osebni razvoj in okrevanje sta pogosto prekinjena, ko se naša celovitost zreducira na določeno nefunkcionalno sekvenco našega življenja. V svojem delu preverim tudi tezo, da lahko hermenevtično razumevanje epistemologije drugega s pomočjo narativne dialoške prakse uporabniku pomaga na način, ki si ga želi in ki prispeva h krepitvi njegove moči. Pri tem je pomembno, da se kot strokovnjaki poskušamo vživeti v uporabnikov svet, z njim soustvarjati varen prostor zaupanja, razumevanja in sprejemanja, hkrati pa opazovati, kako opazujemo in kako on opazuje nas in kako mi opazujemo, kako on opazuje nas itn. Namen opisanega ravnanja in refleksije je razumeti njegove epistemološke predpostavke – njegov jezik, njegovo dominantno naracijo – in ga podpreti v izgradnji nove, drugačne, ljubše zgodbe njegovega življenja.

Ključne besede: kibernetika I., II. in III. reda, epistemologija, hermenevtika, konstruktivizem, socialni konstrukcionizem, narativni dialoški pristop

Title: Postmodernity and narrative dialogical approach in the context of psychosocial support and assistance

Graduation Thesis Abstract

With my graduation thesis I want to study and present postmodern ideas and the narrative dialogue approach, its principles, philosophy, and principles of work to all those who, in their daily work, encounter people who, due to various life experiences, have been forced to construct their lives in a way that does not allow them to live satisfying life stories. Through the paradigm of social constructionism, we can see that the various barriers caused by fear, unpleasant and traumatic experiences, social discourses, and metanarratives determine our perceptions of the world and thus determine our construction of the world in which we live. The real world exists for us because we create it through our actions, and it acts on us as we create it, shaping our consciousness according to that world, i.e., it builds us, and we build it. These processes are generated and operate according to the principle of the feedback loop in a continuous autopoietic repetitive creation. Obstacles formed by negative experiences gained in this world influence the channeling of life energy into actions that are possible for us in this world and which in some way offer us a substitute for what we really want. This is why I emphasize developing the ability to liberate and use one's own energies through narrative dialogic practice, which aims to increase the number of possibilities for action by creating new possible versions of one's own life. In my thesis I test my thesis about the important, often decisive influence of environmental factors on how people act. Our personal development and recovery are often interrupted when our wholeness is reduced to a particular dysfunctional sequence of our lives. My work also tests the thesis that a hermeneutic understanding of the epistemology of the other through narrative dialogic practice can help the user in a way that is desired and empowering. It is important that we, as professionals, try to enter the user's world, to co-create with him a safe space of trust, understanding and acceptance, while observing how we observe and how he observes us, and how we observe and how he observes us, etc. The purpose of the described practice and reflection is to understand his epistemological assumptions - his language, his dominant narrative - and to support him in constructing a new, different, more lovable story of his life.

Keywords: Cybernetics of 1st, 2nd and 3rd order, epistemology, hermeneutics, constructivism, social constructionism, narrative dialogical therapy

KAZALO VSEBINE

1	TEORETIČNI UVOD.....	1
2	POSTMODERNA: TEMELJI KONSTRUKTIVIZMA, METAFORE NARACIJ IN SOCIALNI KONSTRUKCIONIZEM.....	3
2.1	Kibernetika, epistemologija, ontologija, hermenevtika, autopoiesis in sistemska teorija komunikacije	4
2.2	Predpostavke socialnega konstrukcionizma	7
2.3	Jezik kot sredstvo in organizacijski okvir za pripovedovanje lastnih življenjskih zgodb in konstruiranje resničnosti.....	9
2.4	Diskurzi in metanaracije.....	12
2.5	Od resnice k zaupanju	13
3	OD OBJEKTIVIZMA H KONSTRUKTIVIZMU IN SOCIALNEMU KONSTRUKCIONIZMU	15
3.1	Od kibernetike prvega reda (K1R) proti kibernetiki drugega reda (K2R)	15
3.2	Od kibernetike drugega reda (K2R) h kibernetiki tretjega reda (K3R).....	18
4	UVOD V RAZISKAVO – MOJI OPISI SVETA	21
5	EMPIRIČNA RAZISKAVA.....	28
5.1	Formulacija problema in, raziskovalna vprašanja.....	28
5.2	Vrsta raziskave	29
5.3	Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec.....	30
5.4	Obdelava gradiva.....	30
6	REZULTATI.....	31
7	RAZPRAVA	37
8	SKLEPI	43
9	PREDLOGI	50
10	VIRI.....	53
11	PRILOGE.....	56
11.1	Priloga 1: Transkript 1	56
11.2	Priloga 2: Transkript 2	65
11.3	Priloga 3: Transkript 3	71
11.4	Priloga 4: Povratne informacije uporabnic.....	78

PREDGOVOR

Že v srednji šoli sem si začel prizadevati, da bi razumel vprašanja življenja, medosebnih odnosov in delovanja družbe kot celote. Zanimalo me je, kako to, da se nekateri ljudje ne vključujejo na socialno pričakovani način v družbeno življenje, da jih ne vodijo misli in želje večine. Kaj jim preprečuje, da bi dosegli status vrednosti v očeh drugih, oči večine? Takrat je zame kot nujna posledica socializacije v družbi, zgrajeni na modernističnih idejah, obstajala le ena objektivistična resničnost, ki sem se ji z odraščanjem vedno bolj oddaljeval. Posledica tega je bila moja vse večja marginalizacija, izključenost iz prevladujočih družbenih tokov, s čimer so se možnosti mojega sodelovanja pri vsebinah, ki jih je ta družba ponujala v potrošnjo, vse bolj zmanjševale. Nekatere od njih so mi bile nedostopne zaradi omejenih finančnih zmožnosti glede na takratni čas vojne na Hrvaškem in inflacije. Večina pa mi je bila nedostopna, kot to razumem danes, zaradi moje zaprtosti pred svetom, zaprtosti, ki so mi jo vsilile lastne izkušnje, zaradi katerih nisem imel dovolj moči za spoprijemanje z izzivi vsakdanjega življenja. Zaradi občutka, da ničesar ne znam in ne morem narediti tako, kot je treba (kar je v veliki meri posledica družinske vzgoje, v kateri je bilo pravilno le tisto, kar so kot pravilno razumeli moji vzgojitelji), in osebnega občutka izredno močnega sramu v odnosu do nasprotnega spola zaradi nadpovprečne telesne teže in zlorabe s strani meni pomembnih drugih, posledice niso mogle biti drugačne kot popolna psihološka zaprtost pred svetom. Danes se mi zdi, kot da sploh nisem obstajal. Skorajda se ne spomnim nobenih izkušenj, razen tistih, ki so bile povezane s travmatičnimi dogodki. Travma je šla tako daleč, da je povzročila manjše epileptične napade, ki so trajali vse do študija in se pojavljajo še danes, vendar zelo redko (po mojem sedanjem razumevanju je to verjetno povezano z blokado prevelike količine energije, ki se kopiči v nezavednem in se mora nekako sprostiti) (Žagar, 2013, str. 8). V takšni realnosti moja lastna identiteta (moja subjektivnost) ni imela možnosti za rast in razvoj. Edino, kar mi je preostalo, je bilo, da sem se popolnoma podredil drugim in s svojimi željami, občutki in zanimanji zgolj zrcalil njihove želje, občutke in interese. Vedno sem bil previden, da se ne bi neprimerno izpostavljajal. Neprimerno izpostavljanje vedno prinaša možnost sramu in strahu, nezaželeno objektivizacijo mojega psihološkega obstoja s strani drugih, in tega si nisem mogel privoščiti. Vsaka taka situacija je bila nova travmatična izkušnja, ki jo je bilo treba prestat z ustrezno strategijo preživetja. Strategija preživetja je bila enostavno »branje misli« drugih, zlasti meni nevarnih drugih, da bi si vnaprej pripravil ustrezen odziv (čeprav s prevzemanjem identitete

drugega kot v primerih zlorabe v družini) in organiziral shemo delovanja in vsakdanjega življenja, tako da se »ogrožajoča« srečanja zmanjšajo na najmanjšo možno mero. Glede na to, da takšno delovanje pogosto vodi v antisocialno vedenje, ker ljudje nismo sposobni rasti brez sodelovanja v družbenih odnosih, je posledica lahko fiksacija na psihološki ravni otroka, ki se nekega dne znajde v telesu odraslega in od katerega se pričakuje, da še vedno normalno deluje in opravlja življenjske dolžnosti. Takšen svet ne more biti zadovoljujoč kraj za življenje.

Službe in ustanove, s katerimi sem imel doslej izkušnje, niso razumele mojih težav. Glavni razlog so bile moje lastne interpretacije, ustvarjene pod vplivom t. i. objektivne resnice prevladujočih družbenih in strokovnih diskurzov, ki so bili v nasprotju s tistimi, na katere sem se opiral v tistem obdobju svojega življenja. Nekateri so mi prisluhnili, vendar se mi je zdelo, da me dejansko ne razumejo, da me gledajo zviška ali pa me sploh ne poslušajo, temveč samovoljno »usmerjajo« k temu, kar sem po njihovem razumevanju potreboval. Še vedno se jasno spominjam zadnjega pogovora s psihiatrom, danes priznam, spoštovanim strokovnjakom, ki so ga meni in mojim staršem priporočili kot nekoga, ki razume in mi zagotovo lahko pomaga. On je bil zadnji, ki sem ga prosil za pomoč. Potem sem se do konca zaprl vase in izgubil vero v možnost spremembe. Ostal sem v temi, povsem sam s seboj.

Razumevanje življenja v svetu, ki večini ljudi kot objektivno realnost ponuja le eno možnost kot pravilno, ne omogoča uresničevanja njihovih osnovnih človekovih in državljskih pravic. Če nekomu vsiljujemo resničnost večine in mu hkrati ne omogočimo pogojev za pridobitev lastne moči in samozadostnosti, ki ju potrebuje za samostojno delovanje, mu ne povzročimo nič drugega kot neposredno psihološko nasilje ali ga, bolje rečeno, zlorabljam. Iz lastne izkušnje vem, kako težko je biti drugačen in hkrati ne imeti podpore svojcev in prijateljev, ker se zate nahajajo na stranskem tiru, kar imenujem »demoni« prevladujočih družbenih diskurzov.

Ideje postmoderne in pripovedni pristopi pomoči name vplivajo v tolikšni meri, ker odpirajo možnost gradnje sveta, v katerem je mogoče vsakega posameznika s težavami razumeti kot kogarkoli drugega. To odpira možnosti za nov način vrednotenja posameznikov, ki jih prevladujoči socialni diskurzi zatirajo, marginalizirajo, patologizirajo in razglashajo za nenormalne. Vsakdo ima možnost, da postane to, kar si želi, kar bi lahko bil. In da bi se to zgodilo, se mora spremeniti ne le pogled na svet tistih, katerih življenjske zgodbe so polne težav, temveč tudi pogled na njihovo okolje, pomembne druge, s katerimi ti posamezniki gradijo svojo realnost in ki s svojim načinom vedenja in razmišljanja lahko najbolj vplivajo na povečane možnosti uresničevanja osebne podobe sveta »nenormalnih«. Ob teh spremembah je

treba razviti jezik, ki bo spodbudil razvoj občutka varnosti, osebne moči nemočnih, spoštovanja osebnih prepričanj in vrednot vsakega posameznika, upoštevanje afinitet drugih ne glede na to, kako nepomembne se nam zdijo. Verjamem, da je mogoče vzpostaviti novo, bolj humano družbo, ki bo vsem svojim članom omogočila zdravo rast in razvoj, razvoj nove, humane religije, s katero si bo človek povrnil moč za to, da bo zaživel priljubljeno zgodbo svojega življenja.

1 TEORETIČNI UVOD

Če želimo, da bi posamezna oseba ali skupina, s katero vstopamo v delovni odnos, v tem odnosu pridobila možnost izboljšanja svojega trenutnega položaja, moramo razumeti in sprejeti njeno dojemanje sveta, sistem vrednot in stališč, v katerem se trenutno nahaja, in njeno epistemologijo, iz katere izhaja njena resničnost. Na to resničnost moramo gledati kot na nekaj, kar nam je neznano, jo skušati razumeti z največjo strpnostjo (ne le logično, temveč jo čustveno občutiti) in jo sprejeti takšno, kakršna je v tem trenutku, ter izraziti željo po zbližanju in združevanju na način, ki vzbuja brezmejno zaupanje in potrpežljivost. Le tako lahko pridemo v položaj, ko nam nekdo omogoči dostop do lastnega sveta, ki je zlahka poln bolečine, trpljenja, žalosti in nesreče, in na ta način pridobimo priložnost, da postanemo nekdo, ki bo skupaj z drugim skušal ta svet spremeniti in/ali obnoviti.

Glede na to, da narativni pristop kot produkt sistemske družinske terapije temelji na kibernetiki tretjega reda in svoje korenine črpa iz različnih disciplin, želim v diplomskem delu opisati pomembne elemente, črpane iz teh disciplin, ki so omogočili oblikovanje tovrstnega pristopa, hkrati pa z nekaj primeri prikazati njegovo uporabo v praksi.

V drugem poglavju na kratko predstavim razvoj sistemskega pogleda na svet, ki je vodil v konstruktivizem. To so kibernetika kot veda o upravljanju in komuniciranju strojev, živih organizmov in družbe (Bober, 1970, str. 197); epistemologija kot proučevanje znanja in utemeljevanja določenih prepričanj oziroma teorija znanja (Dancy, 2001, str. 13); ontologija kot znanost o bistvu; hermenevtika, v tem primeru krožna logika razumevanja drugih z interpretacijo njihovih interpretacij osebnih izkušenj (Barnes, 1994, str. 186); autopoiesis kot vrsta samoorganizacije (Maturana in Varela, 1998, str. 38), in sistemska teorija komunikacije, saj je v tem primeru ena od najpomembnejših teorij pri razumevanju konstrukcije družbenih odnosov in delovanja družbe.

V drugem poglavju podrobneje opišem tudi metafore naracije, pripovedi in družbeni konstrukcionizem. Predstavim tudi nekatere teorije, ki pojasnjujejo konstrukcijo sveta z interakcijskimi odnosi (socialni konstrukcionizem). Takšen način opisovanja resničnosti nam daje možnost, da zlahka končamo odnos nejevere v uporabnika in ustvarimo bolj poglobljen odnos, ki temelji na zaupanju v uporabnikove trditve o njegovem lastnem položaju.

V tretjem poglavju predstavim razvoj sistemske družinske terapije od objektivizma prek konstruktivizma do socialnega konstrukcionizma. Razložim teoretično in praktično pomembne razlike v teh različnih pristopih k razlagi človeka in sveta.

V četrtem poglavju s pomočjo teorij postmodernizma predstavim pripovedni dialoški pristop v praksi moje podobe sveta, mojih opisov lastnega življenja in opisov samega sebe, kot se vidim.

V petem poglavju predstavim položaj nevednosti kot enega od ključnih dejavnikov za srečanje z uporabnikom tam, kjer se trenutno nahaja, in nekaj misli o tem, kaj je trenutek kairos ali trenutek srečanja, ter o možnostih, kako se mu približati ali ga doseči. Dotaknem se razmerja med determinizmom in konstrukcijo.

Ko na to gledamo na splošno, se običajno dojemamo kot nekdo, ki je »nad« zgodovino, in pogosto nimamo vpogleda v dejstvo, da je psihologija, tako kot druge sodobne znanosti, v celoti produkt zgodovine, tako kot vse druge oblike kulture.

Znanost se v zahodni kulturi razvija v različnih oblikah in vsekakor bi bilo pretenciozno trditi, da je naša sedanja oblika znanosti absolutna in dokončna. Zaradi tega je treba vse, kar je napisano jemati z rezervo, zlasti kadar z uporabo nečesa od tega vplivamo na življenje uporabnika. Vse, kar smo kot ljudje, kot posamezniki, vse naše lastnosti, občutki, čustva, izkušnje in znanja, ni mogoče popolnoma zajeti z nobeno teorijo.

2 POSTMODERNA: TEMELJI KONSTRUKTIVIZMA, METAFORE NARACIJ IN SOCIALNI KONSTRUKCIONIZEM

Postmodernizem je izraz, ki izhaja iz izraza postmoderna. Uporablja se za označevanje obdobja druge polovice 20. stoletja. Načeloma se nanaša na kritiko absolutnih resnic, identitet in tako imenovanih velikih avtoritativnih zgodb, ustvarjenih v sodobnem času, od razsvetljenstva do našega časa, v filozofiji, umetnosti, kritiki, arhitekturi, zgodovini in kulturi. V ožjem smislu se postmodernizem nanaša na način razmišljanja in izdelke tega razmišljanja.

Postmodernizem zavrača idejo, da lahko obstaja končna resnica, pa tudi sam strukturalizem oziroma predpostavko, da svet, kot ga vidimo, izhaja iz skritih struktur (Burr, 2001, str. 45). Prav tako zavrže idejo, da lahko svet zlahka razumemo s pomočjo velikih teorij, pa tudi metanaracij, in namesto tega poudarja soobstoj številnih, različnih načinov življenja, pogojenih z razmerami (ibid.).

Tovrstne ideje (nastavitve) postmodernega svetasa vplivali na družbene vede, ki so se vse bolj soočale s pojavom alternativnih pristopov k proučevanju človeka. Ti pristopi imajo veliko različnih imen: kritična psihologija, analiza diskurza, dekonstrukcija, poststrukturalizem. Večini teh teorij je skupno to, kar danes imenujemo družbeni konstrukcionizem. Ob upoštevanju tega lahko socialni konstrukcionizem razumemo kot teoretsko usmeritev, ki v manjši ali večji meri ustvarja osnovo vseh novejših pristopov, katerih cilj je ponuditi radikalne in kritične alternative na področju psihologije in socialne psihologije ter drugih družbenih ved.

Berger in Luckmann v kulturni knjigi sociologije znanja z naslovom »Družbena konstrukcija realnosti« trdita, da se sociologija realnosti ukvarja z analizo družbene konstrukcije realnosti. Iz tega izhaja, da je treba situacijo razumeti, »kot jo razumejo in zaznavajo akterji«. Skratka, pomembno je, kako ljudje opredelijo situacijo, v kateri so se znašli, tj. »če ljudje situacijo opredelijo kot realno, potem je realna tudi v svojih posledicah« (Berger in Luckmann, 1992, str. 16). Ta knjiga je eden od temeljev socialnega konstrukcionizma.

»Socialni konstrukcionisti zahtevajo, da se znanstvenikom prizna avtoriteta nad 'odkritimi' entitetami, saj po njihovem mnenju na primer psihologi niso odkrili, temveč ustvarili človekovo notranje življenje ter vse strukture in procese, ki ga ustvarjajo« (Burr, 1995, str. 9, naš prevod).

Socialni konstrukcionizem tudi ponazarja, da tako kot posameznik deluje proti družbi, tudi družba deluje na posameznika in oblikuje njegovo videnje sveta proti verskim, političnim,

ekonomskim in družbenim strukturam, ki so mu na voljo in ki prek medosebne interakcije oblikujejo metanaracije te družbe. Metanaracije ali dominantni diskurzi, če sledimo Foucaultovi definiciji aktualnih pogovorov (izraženih v govoru ali pisanju) v družbi, ustvarjajo najmočnejše skupine ljudi v družbi in vzpostavljajo naše razumevanje norosti, normalne spolnosti, nadzora in kazni ter pomembno določajo naše doživljanje in vedenje. Osebnostno verjamem, da živimo v svetu, ki se nenehno spreminja in ga poganja sila različnih prevladujočih diskurzov. Tako lahko svet dojemam kot sistem, ki s svojimi energijami, ki še zdaleč niso uravnotežene, iz dneva v dan spreminja svojo strukturo in teži k harmoniji.

2.1 Kibernetika, epistemologija, ontologija, hermenevtika, autopoiesis in sistemska teorija komunikacije

Postmoderne ideje ne opisujejo »objektivnega« sveta, ki ga poznamo, temveč se opirajo na metafori konstruktivizma in socialnega konstrukcionizma, ki opisujeta svet kot nekaj, kar se vsak dan znova ustvarja in ohranja z medosebnimi interakcijami posameznikov znotraj različnih družb in kultur, kjer je glavna beseda jezik. »Ko govorimo o jeziku, nimamo v mislih le besed, temveč tudi intonacijo glasu, pisavo, geste, pomenljivo tišino – vse znake, ki jih uporabljamo v komunikaciji« (Freedman in Combs, 2009, str.79, naš prevod). Kot pravi Richard Rorty: »Resnica ne more obstajati neodvisno od človeškega uma ... Svet ne govori. Govorimo lahko samo mi. Svet je sposoben, ko smo se programirali z jezikom, odrediti, da imamo zagotovila« (Rorty, 1989, citirano v Freedman in Combs, 2009, str. 79). Naš jezik nam pove, kako naj vidimo svet in kaj naj vidimo v tem svetu. Vsakič, ko govorimo, ustvarjamo resničnost.

Za boljše razumevanje teh sprememb v načinu razmišljanja je treba pojasniti izraze, kot so epistemologija, ontologija, hermenevtika, kibernetika prvega, drugega in tretjega reda, koncept autopoiesis in teorije komunikacije.

Kibernetiko danes opredeljujemo kot znanost o splošnih zakonitostih v procesu upravljanja in urejanja ter pridobivanja pretvorbe, shranjevanja in prenosa informacij v sistemih, ki so neodvisni od svoje fizične narave (Bober, 1970, str. 66).

Maturana in Varela opredeljujeta kibernetiko kot znanje o shemah in organizaciji ne glede na materialno realizacijo. Po njunem mnenju kibernetika proučuje raznolikost, nadzor, krožnost, prilagajanje, evolucijo ter procese opazovanja in odločanja. Gregory Bateson je kibernetiko obravnaval kot najbolj zgledno orodje za oblikovanje in uporabo nove epistemološke podlage.

»Z uporabo teorije samoreference na procese opazovanja, vključno s kognicijo, je bila kibernetika uporabljena sama na sebi. Tako je razvila epistemologijo sistemov, ki vključuje njene opazovalce. To je tako imenovana kibernetika kibernetike (Margaret Mead), nova kibernetika ali kibernetika opazujočih sistemov (Gordon Pask), kibernetika drugega reda (Heinz von Foerster), ki jo zanima ontologija spoznavanja. Ta kibernetika se razlikuje od kibernetike prvega reda, ki jo je bolj zanimala ontologija sistemov, ki jih je mogoče neodvisno opazovati od zunaj« (Maturana in Varela, 1998, str. 231).

Ko torej sebe kot opazovalca vključimo v sistem našega opazovanja in ga želimo opisati – svet razlik in razlikovanj, svet informacij, namena, konteksta, organizacije in pomena – namesto sveta »tam zunaj«, se moramo neizogibno ukvarjati s seboj kot opazujočimi sistemi (von Foerster). Epistemologijo lahko razlagamo kot: »/.../ znanost, ki proučuje vzorce temeljnih predpostavk, na podlagi katerih organizmi, npr. ljudje, razvijajo in uresničujejo svoja spoznavna *početja*« (Šugman Bohinc, 2010, str. 54). Šugman Bohinc se opre na Batesona (197, str. 228), ki opisuje, da je prizadevanje znanosti epistemologije določiti, »kaj in kako določeni organizmi ... spoznavajo, mislijo in se odločajo« (Keeney 1985, citirano v Šugman Bohinc, 1997, str. 293), tako da se, ko razumemo, čustveno odzivamo (čustva pogosto razumemo kot konstrukte) in delujemo.

Pomembno je, da smo pozorni, da je to, kako nekdo zaznava, neločljivo povezano s tem, kaj nekdo zaznava. Vsak od nas razvije svojo epistemologijo. Keeney (1983) pravi: »Kdor trdi, da nima epistemologije, ima šibko epistemologijo« (citirano v Kordeš, 2004, str. 75). Izbrano stališče določa naše spoznavne navade in s tem (s konstruktivističnega, nato pa konstrukcionističnega stališča) naš svet (ibid.).

Izraz ontologija v grščini pomeni, da je to tisto, kar je. Z vidika družbenega konstrukcionizma ontologija proučuje obstoj in način, kako nekaj obstaja, tj. določa, kako posameznik doživlja svet okoli sebe.

»Prve razlage hermenevtike, ki so se omejevale na dokaze različnih strokovnjakov o pravilnosti in točnosti njihovih lastnih razlag teh verskih besedil, so temeljile na predpostavki, da se 'pravilnost' in 'bistvo' razumevanja pomena nahajata v samem besedilu, naš cilj pa je, da ju odkrijemo, pri čemer je to odkritje odvisno od čim boljšega poznavanja avtorja ter zgodovinskih, miselnih in družbenih okoliščin, v katerih je besedilo nastalo. Takšna hermenevtična metoda se imenuje linearno-kavzalna« (Šugman Bohinc, 2000, str. 208).

Avtorji, kot so Dilthey, McCulloch, Bateson, von Foerster, Pask idr., so prek filozofske hermenevtike Heideggerja in Gadamerja povezali znanost hermenevtike z znanostjo kibernetike. V obeh so prepoznali osrednjo vlogo jezika in ustrezno metodologijo, ki ni linearno-kavzalna, temveč cirkularna. Ta predpostavlja, da se »bistvo« razumevanja pomena (besedila, sporočila) nahaja v tistem, kar interpretira. »In vsaka interpretacija, opis, opazovanje pove več o tistem, kar interpretira, opisuje, zaznava, kot o tistem, kar je predmet interpretacije, opisa, opazovanja« (Šugman Bohinc, 1996a, str. 16–17).

Autopoiesis (samoproizvodnja) je vrsta samoorganizacije. Autopoietični sistem je organiziran (opredeljen kot enota) kot mreža proizvodnih procesov (transformacije in razgradnje) sestavin. Biologinja in filozofinja Gail Fleischaker povzema značilnosti autopoietične mreže v treh dimenzijah: »Sistem mora biti samoomejevalen, kar pomeni, da je širitev sistema določena z mejo, ki je sestavni del omrežja, samogenerativen, kar pomeni, da so vse komponente, vključno z mejo, ustvarjene s procesi znotraj omrežja, in samovzdržen, kar pomeni, da procesi ustvarjanja nenehno potekajo, tako da se v procesih preoblikovanja sistema vsi deli nenehno nadomeščajo« (Fleischaker, 1990, citirano v Capra, 1998, str. 200). Po Luhmannovem (1991) modelu samoreferenčnih autopoietičnih sistemov jih delimo na žive sisteme (celice, možgani, organizmi), psihološke sisteme in družbene sisteme (družbe, organizacije, interakcije) (navedeno po Šugman Bohinc, 2000). Za socialni konstrukcionizem je neprekinjen tok vsakdanjih interakcij družbenih sistemov naključen in ustvarjalen. Je naš proizvod in mi sami smo njegov proizvod, torej je proces, ki se reproducira. V sodobnem jeziku je to autopoietični proces (Nastran, 2000, str. 203).

Komunikacijo lahko opredelimo kot »krožni proces izmenjave jezikovnih, zaznavnih, miselnih, vedenjskih, odnosnih, kulturnih navad, proces, ki vodi k izgradnji skupnega, skupnosti« (Šugman Bohinc, 2005; citirano po Šugman Bohinc, 2007, str. 25). Eno od ključnih spoznanj kibernetičnih sistemskih pristopov dvajsetega stoletja (Watzlawick, Beavin in Jackson, 1967) je, da ljudje ne moremo nekomunicirati (Šugman Bohinc, 2007, str. 25). Pask v skladu s teorijo komunikacije komunikacijo opredeli kot prenos in preoblikovanje signalov, v tem okviru pa je vrednost komunikacije njena »točnost« in »verodostojnost«, ki ju določamo (natančneje, konstruiramo) z imaginacijo »pravih« in »napačnih« vrednosti v okviru propozicijske, a deskriptivne in verjetnostne logike (Šugman Bohinc, 1998; povzeto po Pask, 1980, str. 99).

»Lahko rečemo, da se ljudje že porodimo v kontekst komuniciranja, obnašanja, interpretiranja, jezika, da smo kot človeška bitja že v jeziku« (Maturana in Varela, 1998, citirano v Šugman

Bohinc, 2007, str. 25), v kontekstu časa in prostora, kulture, družine, socializacije, temeljnih vzorcev človeškega vedenja, komuniciranja. »V tej koontogenetski povezavi ne živimo kot nekakšna referenca iz preteklosti, niti se ne vzpostavljamo v svojem izvoru, temveč kot nenehno preoblikovanje v nastajanju jezikovnega sveta, ki ga gradimo skupaj z drugimi ljudmi« (Maturana in Varela, 1998, str. 197).

2.2 Predpostavke socialnega konstrukcionizma

Splošne opredelitve socialnega konstrukcionizma ni. Burr navaja štiri temeljne predpostavke, v katere je treba verjeti, če želimo postati socialni konstrukcionista (Burr, 2001, str. 33–35):

1. znanje ni zanesljivo,
2. razumevanje sveta je zgodovinsko in kulturno specifično,
3. družbeni procesi so osnova znanja,
4. znanje in družbeno delovanje sta neločljivo povezana.

To pomeni, da imamo v življenju le znanje in družbene vrednote, ki so značilne za kraj in čas, v katerem smo se rodili. Fenomenološko gledano, so ta znanja transcendirana znanja, to, kar nekaj pomeni, kar je človek pridobil, izumil s svojim delovanjem v svetu, ki ga ne razume. Zaradi tega nerazumevanja je stvari in bitja poimenoval s samosvojimi imeni in jim pripisal samosvoje pomene. Kot take jih je vključil v svojo zgodovino, v svojo konstrukcijo sveta, kjer obstajajo danes kot odraz njegovega zavedanja o njih. Zaradi tega so stvari in bitja, vključno s tistimi, ki jih je ustvaril človek, v svojem bistvu nespoznavna, človeška konstrukcija sveta pa je predmet nenehnih sprememb, na katere vplivajo nova znanja in spoznanja, ki prinašajo nove, drugačne poglede na svet. Kakor se to dogaja globalno, se to dogaja tudi lokalno in nato individualno. Človek sprejema novo znanje in pridobiva nove izkušnje, spreminja svojo epistemologijo, spreminja pa se tudi njegovo doživljanje sveta, ki ga obdaja.

Burr pri tem navaja sedem glavnih razlik, ki postavljajo socialni konstrukcionizem v ostro nasprotje s tradicionalno psihologijo (Burr, 2001, str. 37-39):

1. antiesencializem,
2. antirealizem,
3. zgodovinska in kulturna specifičnost znanja,
4. jezik kot predpogoj za mišljenje,
5. jezik kot oblika družbenega delovanja,
6. poudarek na interakciji in družbeni praksi,

7. poudarek na procesih.

Za razliko od antiesencializma, ki je trditev o neobstoju človeške narave (osebnost, self, biološka ali socialna determiniranost itn. so družbeno – zlasti kulturno in zgodovinsko – pogojeni konstrukti) se druge razlike nanašajo na razlago resničnosti kot človeškega konstrukta. Kot take sovpadajo z večino današnjih postmodernih znanstvenih in filozofskih misli, zaradi česar so sprejemljive za resne temelje postmoderne paradigme socialnega konstrukcionizma.

Paradigma ali metafora socialnega konstrukcionizma prinaša štiri ideje, ki opisujejo tak pogled na svet. Te ideje so (Freedman in Combs, 2009, str. 71):

1. Resničnosti so družbeno konstruirane.
2. Resničnosti so konstruirane s pomočjo jezika – za postmoderniste so edini (zunanj) svetovi, ki jih ljudje lahko poznajo, tisti, ki so jim skupni v jeziku; jezik je interaktivni proces in ne pasivno sprejemanje že obstoječih resnic – naš jezik nam pove, kako naj vidimo svet in kaj naj v njem vidimo.
3. Resničnosti so organizirane in vzdrževane s pripovedmi – pripovedovanje o izkušnjah nam daje občutek kontinuitete in smisla lastnega življenja, nanj se opiramo pri urejanju vsakdanjega življenja in pojasnjevanju poznejših izkušenj (White in Epston, 1990, str. 10, kot navedeno v Freedman in Combs, 2009).
4. Bistvenih resnic ni – socialni konstrukcionisti menijo, da resničnosti ne moremo spoznati objektivno, temveč lahko interpretiramo izkušnje. Določeno izkušnjo lahko interpretiramo na več načinov, vendar nobena interpretacija ni "zares" resnična.

Postmoderna družba je torej družba raznolikosti, rasnih, verskih, spolnih, starostnih, ekonomskih itd., različnih pogledov na svet, na resnico o svetu, v katerem živimo. Pri delu z ljudmi se moramo zavedati naslednjega: »Od epistemologije pomagajočega je odvisno, s kakšnimi teoretičnimi predpostavkami o možnih stiskah in problemih ljudi ter njihovih vzrokih bo vstopil v delovni odnos, kako bo razumel svojo vlogo v kontekstu pomoči, v kakšni vlogi vidi klientski sistem in njegove izkušnje itn. in kako bo glede na našeto ravnal pri vzpostavljanju osebnega stika ter organiziranju procesa podpore in pomoči« (Šugman Bohinc, 2010, str. 54).

2.3 Jezik kot sredstvo in organizacijski okvir za pripovedovanje lastnih življenjskih zgodb in konstruiranje resničnosti

Simbolni interakcionist George Herbert Mead opisuje, da ljudje komuniciramo prek simbolov, od katerih so najpomembnejši vsebovani v jeziku. Simbol ne predstavlja zgolj nekega predmeta, temveč dogodek: na določen način ga opredeli in usmerja odziv nanj. »Simboli zagotavljajo sredstva, s katerimi človek zlahka vstopa v smiselno interakcijo s svojim naravnim in družbenim okoljem. Ustvaril jih je človek in se ne nanašajo na notranjo skrito naravo predmetov (za katero socialni konstrukcionisti trdijo, da ne obstaja), temveč na način, kako jih ljudje dojemajo« (Haralambos, 1989, str. 516–517).

Takšno razmerje kaže na fenomenološko stališče, ki pravi, da je naše videnje stvari le naš subjektivni opis in da nimamo možnosti prodreti v njihovo bistvo. Na takšnih temeljih se je skozi prizmo socialnega konstrukcionizma, ki sta ga Berger in Luckmann predstavila v knjigi »Družbena konstrukcija realnosti«, oblikoval odnos do jezika.

Po njunem mnenju jezik objektivizira skupne izkušnje in jih daje na razpolago vsem v jezikovni skupnosti, s čimer postane tako podlaga kot tudi sredstvo kolektivne zaloge znanja. (Berger in Luckmann, 1992, str. 89).

Znanja ni mogoče »odkriti«, temveč ga je treba »prenesti« na drugo osebo. Znanje ustvarjamo z jezikom in v jeziku, zato ga razumemo kot dejavnega in ustvarjalnega, ki ni statičen, ampak predstavlja nekaj, kar je v ozadju, pod njim itd. Znanje in jezik, ki sta povezana, sta ustvarjalna (generativna) in transformativna (preoblikujoča). »Znanje, izkušnje, pomeni, identiteta in prihodnost so v nenehnem gibanju, spreminjanju, procesu transformacije« (Anderson in Gehart, 2007, kot navedeno v Šugman Bohinc, 2010, str. 59). »Jezik je sredstvo za materializacijo novih izkušenj, ki jih je mogoče vključiti v že obstoječo družbeno zalogo znanja, in najpomembnejše sredstvo za prenos objektiviziranih in materializiranih sedimentov¹.

¹ Izraz "sedimentacija" izhaja od Edmunda Husserla. Schutz ga je prvi uporabil v sociološkem kontekstu. Zavest ohranja le majhen del celote človeških izkušenj. Tako ohranjena doživetja se usedajo (sedimentirajo), to pomeni, da se v spominu utrdijo kot prepoznavne in zapomnljive entitete. Če do te sedimentacije ne bi prišlo, za posameznika ne bi obstajal noben smisel v njegovi lastni biografiji. Do intersubjektivnega usedanja prihaja tudi, kadar si več posameznikov deli skupno biografijo, katerih izkušnje se vključijo v skupno zalogo znanja.

Jezik torej zagotavlja sredstva za objektivizacijo novih izkušenj na način, ki omogoča njihovo vključitev v že obstoječo družbeno zalogo znanja, predvsem pa je sredstvo, s katerim se tradiciji ustreznega kolektiva prenose objektivizirane in reificirane sedimentacije« (Berger in Luckmann, 1992, str. 89).

»Reifikacija izkustva v jeziku (ali njegovo preoblikovanje v splošno dostopen predmet vednosti) nato omogoča njegovo vključitev v širši korpus tradicije, in sicer z moralnimi nauki, navdihujočo poezijo, verskimi alegorijami in še marsičim drugim« (Berger in Luckmann, 1992, str. 90). »Lahko bi rekli, da jezik zagotavlja bistveno urejeno logiko objektiviziranega družbenega sveta« (Berger in Luckmann, 1992, str. 86).

Za socialne konstruktiviste je vtis o zaprtosti duše ali osebnega izkustvenega sveta jezikovna samoprevara in ideološka pristranskost, ki jo povzroča sodobna metafizika subjekta. Če je tako, potem se tudi človekova subjektivnost, samopodoba in identiteta (rezultati subjektivizacije) oblikujejo, konstruirajo v vsakdanjih jezikovnih in simbolnih praksah, zlasti v praksah jezikovne samorefleksije posameznikov. Rezultati subjektivizacije so zato v celoti podvrženi družbenim, zgodovinskim in kulturnim posebnostim jezikov in diskurzov. Jaz tako postane družbeni rezultat ali konstrukt (Nastran Ule, 2000, str. 206). Maturana in Varela poudarjata, da ljudje »/.../ z jezikovnim usklajevanjem dejavnosti ustvarjajo novo fenomenološko polje, ki je polje jezika (...) Za jezikovno polje je bistvenega pomena koontogeni strukturni tok, ki nastane, ko člani družbenega sistema živijo skupaj. Koordinacija dejavnosti tega družbenega sistema poraja različne entitete. V teku ponavljajočih se družbenih interakcij se jezik pojavi, ko operacije v jezikovnem polju omogočajo usklajevanje dejanj v odnosu do dejanj, ki pripadajo samemu jezikovnemu polju« (Maturana in Varela, 1998, str. 174–175).

Ker obstajamo v jeziku, postanejo področja diskurza, ki jih ustvarjamo, del našega področja bivanja in predstavljajo del okolja, v katerem ohranjamo svojo identiteto in prilagajanje (Maturana in Varela, 1998, str. 196).

Intersubjektivno usodanje lahko imenujemo družbeno le, če je bilo objektivizirano v tem ali onem znakovnem sistemu, tj. če obstaja možnost ponovne objektivizacije skupnih izkušenj v tradiciji dotičnega kolektiva.

Intersubjektivno usedanje lahko imenujemo družbeno le, če je bilo objektivizirano v tem ali onem znakovnem sistemu, tj. če obstaja možnost ponovne objektivizacije skupnih izkušenj v tradiciji dotičnega kolektiva.

Derrida na več mestih dokazuje, da je pomen vedno nekoliko nejasen in zato spremenljiv, kar pomeni, da pomena ne nosi beseda sama, temveč beseda v odnosu do svojega konteksta, pri čemer ni dveh popolnoma enakih kontekstov (Freedman in Combs, 2009: 80).

Kar zadeva socialno delo, je bistveno, da v pogovoru z uporabnikom kontekst, v katerem bomo obravnavali njegovo zgodbo, izhaja iz njegovega zornega kota. Dober primer nedoslednosti tega pristopa je »Zgodba o Ani« (Urek, 2005, str. 29–46), kjer strokovnjaki različnih profilov s svojimi pogledi in opisi situacije sodelujejo pri jezikovni konstrukciji zgodbe o neprimerni materi. Neustrezno podobo matere so v tem primeru konstruirali z *represivnimi govori* socialni delavci, ki so zgodbo sestavili na podlagi svojih zaznav o neupoštevanju družbenih norm in kršenju družbene morale. Uporabnik tako začne obstajati le kot nalepka strokovnih interpretacij in diagnoz, glede na to, da je njegova objektivizacija s strani »strokovnjaka« prekrila vse njegove druge lastnosti. V tej vsiljeni modernistični »objektivni« podobi samega sebe ga v resnici ni, zato postane nenečak v svojem lastnem nesvetu.

V nasprotju s takšnim objektivističnim pristopom in uporabo nereflektiranih besed dobijo v sodobnem socialnem delu posebno vrednost besede, jezik, ki ga uporabljamo, kdo smo v odnosu do uporabnikov. Parker opozarja na pomen jezika v postmoderni perspektivi in pravi, da jezika ne moremo opisati zgolj kot orodje, ki kaže na predmete; zdaj razumemo, da s pomočjo jezika posredujemo vse, kar vemo. Realnost tako ni vsiljena, temveč je trdno zasidrana v interpretacijah; pojavlja se skozi jezik in z njim povezano konstruirano vedenje ljudi (Parker, Fook in Pease, 1999, str. 153, kot navedeno v Mešl, 2007).

V socialnem delu je središčni prostor, v katerem poteka proces pomoči, pogovor (Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 7). Delovni odnos omogoča, da socialna delavka in uporabnik vzpostavita proces pomoči, varuje pogovor tako, da se pomoč raziskuje in soustvarja. V procesu pomoči sta socialna delavka in uporabnik sogovornika (ibid.). Pogovor omogoča srečanje ljudi z različnimi osebnimi zgodovinami, izkušnjami, kompetencami, ljudmi, ki si delijo sodelovanje pri rešitvah.

Za opis odnosa med socialnim delavcem in uporabnikom uporabljamo besede in koncepte socialnega dela, ki pomoč opredeljuje kot soustvarjanje rešitev. Jezik nam omogoča, da v

delovnem odnosu vzpostavimo in ohranjamo kontekst socialnega dela ter skupaj z uporabniki na novo definiramo našo in njihovo udeležенost.. Sprememba jezika naj bi vključevala in spodbujala tudi z novimi izrazi, kot so udeleženci v problemu in rešitvi, sogovornik, razprava, dialog, odkrivanje, soustvarjanje, sodelovanje, spremljanje, dodajanje moči, timsko delo itd. Sodobni jezik socialnega dela ima to posebnost, da ga je enostavno deliti z ljudmi.

2.4 Diskurzi in metanaracije

»Ljudje se porajajo v zgodbah; njihov družbeni in zgodovinski kontekst jih nenehno vodi k temu, da o določenih dogodkih pripovedujejo zgodbe, jih obravnavajo, o drugih dogodkih pa molčijo« (Freedman in Combs, 2009:97).

Mnogi avtorji menijo, da je »diskurz« uporaben pojem, ki nam omogoča razumeti, kako se porajanje človeka v zgodbah dogaja. Rachel Hare-Mustin (citirano v Freedman in Combs, 2009, str. 97) opredeljuje diskurz kot »sistem izjav, praktičnih postopkov in institucionalnih struktur, ki imajo skupne vrednote«. Prepričana je, da so načini, katerih se večina ljudi drži, govori in deluje v skladu s splošnim kolektivnim mnenjem, del prevladujočih diskurzov in da jih podpirajo. Madigan in Law sta dodala, da lahko diskurz odraža prevladujočo strukturo družbenih razmerij in razmerij moči.(citirano v Freedman in Combs, 2009:97). Parker je poleti 1992 previdno predlagal delovno opredelitev diskurza kot »sistema izjav, ki konstruirajo predmet« (Burr, 2001; povzeto po Parker, 1992, str. 5).

Nastran Ule pravi, da »/.../ vsak človeški diskurz poteka v določenih družbenih razmerjih, zato tudi identitetni diskurzi predpostavljajo območje družbenih razmerij, v katera so umeščeni. Diskurzivno ustvarjanje identitete je v osnovi družbeno početje« (Nastran Ule, 2000, str. 207). »Te identifikacije, ozeroma identitete, nagovorjene so z praksami in diskurzi, ki nas interpelirajo kot subjekte teh praks in diskurzov, nagovarjajo nas kot zaželena in/ali dodeljena mesta družbenega samoumeščanja posameznika in govorijo skozi nas, skozi naš diskurs, skozi naše delovanje, naše vodenje življenja. Posameznik ne more biti subjekt proti svoji identiteti, subjekt je lahko le skozi svojo identiteto« (Nastran Ule, 2000, str. 192).

»Ko ljudje skozi proces 'razkrivanja', povezovanja lastnih težav z družbenimi diskurzi, vidijo svoje lokalne težave kot posebne primere političnih vprašanj v širši družbi, lahko postanejo motivirani, da jih obravnavajo drugače« (Freedman in Combs, 2009, str. 129–130). Takrat se ustvarijo pogoji za spreminjanje vedenjskih vzorcev in tako smo se bolj pripravljeni lotiti spreminjanja svojih problemskih navad.

2.5 Od resnice k zaupanju

Besedna zveza od resnice k zaupanju se nanaša na epistemološki premik v družboslovju od objektivizma h konstruktivizmu. Po postmodernem razumevanju naši dokazi in argumenti o objektivnih resnicah običajno največ povedo o nas samih, o tem, kaj si želimo, za kaj si prizadevamo in kdo »v resnici« smo. Kordeš opozarja na to in se strinja z Rortyjevo tezo: »Ne obstaja nič takega kot 'vedenje', katerega naravo moramo šele odkriti, v čemer so naravoslovci še posebej izurjeni« (citirano v Kordeš, 2004:24). Današnja znanost je na svojih objektivnih temeljih, zlasti z naravoslovno-matematično metodo, še vedno prepričana o obstoju končnosti in univerzalnosti. »Če tako poznamo red stvari in ga znamo prevesti v matematično (kvantitativno) obliko, nam bo to omogočilo napovedovanje. Svet postane predvidljiv, zato predvidljivost pomeni varnost« (Kordeš, 2004, str. 28).

Težava je v tem, da so takšne metode primerne le za opazovanje in opisovanje sistemov, ki so popolnoma predvidljivi in določeni, ki jih kibernetika imenuje trivialni sistemi. Kordeš ne zanika pomembnosti teh argumentov in meni, da jih je treba do neke mere upoštevati, vendar pa največji del sveta sestavljajo sistemi, ki niso predvidljivi in katerih obnašanje je odvisno od njihove notranje dinamike različnih stopenj kompleksnosti, ki je opazovalcu skrita.

O tem pišeta tudi Furlong in Vernon: »Napaka pri uporabi znanosti za probleme življenja in duha je v tem, da analitični redukcionizem, ki zaznamuje položaj neodvisnega opazovalca, ni zmožen zajeti posebnosti organizacije, ki so lastne živemu zaznavnemu bitju« (Furlong in Vernon, 1994, citirano v Kordeš, 2004, str. 40). Bateson v zvezi s tem citira biologa McCullocha: »Če me vprašate o funkciji posamezne celice, je to tako, kot da bi vprašali, kakšna je funkcija druge črke v vseh angleških pogovorih« (citirano v Kordeš, 2004:40).

Na podlagi navedenega lahko torej ugotovimo, da večina današnjih raziskovalnih metod (zlasti analitičnih) bistveno spreminja lastnosti proučevanih živih organizmov oziroma sistemov in jih na tako reducirani način objektivizira v družbeni svet. Trdimo lahko, da so trivialni sistemi naš izum, ki nam omogoča lažje preživetje, a nas vsako globlje (kot je zavest o zavesti) razmišljanje o ugankah zavesti in živega sveta pripelje čez meje razreda problemov, ki omogočajo natančen opis in predvidljivost. S tem vstopimo v svet netrivialnih sistemov, svet, o katerem ne moremo neizpodbitno dokazati svojega stališča. In prav tam bi se moralo začeti zaupanje. V tem primeru si moramo zastaviti vprašanje: »Kakšen odnos bi vzpostavili z naravo, s svetom, če bi se odrekli želji po predvidljivosti in nadzoru?« (Kordeš, 2004, str. 52).

Nov odnos je mogoč z umikom od varnosti, ki jo ponuja objektivizem kot priljubljeno orodje za izogibanje osebni odgovornosti, s povzemanjem vsega našega dosedanjega znanja in vstopom v območje drugačnosti, v območje, kjer prevladujejo netrivialni sistemi negotovosti, nepredvidljivosti in novih zmožnosti. S takšnim pogledom na svet razvijamo nove načine, s katerimi si zagotovimo nekakšno referenčno točko, da bi premagali lastno izgubljenost, ki nam preprečuje ukrepanje. Sami moramo oblikovati novo epistemologijo. Eno od možnosti ponuja stališče udeležbe, konstruktivistično prepričanje, da imamo možnost odločanja. Ne gre le za idejo, da lahko izbiramo, temveč tudi za zavedanje, da vsak trenutek (znova) izbiramo. Zavoj, ki ga narekuje konstruktivistična etika, je obrat od objektivnosti k odgovornosti. Prezemanje odgovornosti za svoj svet pomeni ponoven priklic moči zelenega samoporajanja, ki nam jo je trivializirani svet odvzel. »Realizem je epistemologija gotovosti in varnosti. Stališče sodelovanja je epistemologija svobode. Realizem naroča varen svet s ciljem omogočanja njegove trivializacije, predvidevanja in posledičnega nadzora. Stališče udeležbe (ki ga poznamo kot eno od štirih načel delovnega odnosa) ureja svet, da bi sprejelo njegovo nepredvidljivost, mističnost, netrivialnost. Opazovalca pa vidi kot enakovrednega partnerja v tej magični igri. Stališče udeležbe je epistemologija upoštevanja trivialnega, hkrati pa negovanja netrivialnega in mističnega« (Kordeš, 2004, str. 80).

3 OD OBJEKTIVIZMA H KONSTRUKTIVIZMU IN SOCIALNEMU KONSTRUKCIONIZMU

Merila, po katerih lahko v sistemski psihoterapiji določimo pripadnost posameznih pristopov pomoči (psihoterapevtskih, socialnodelovnih idr.) kibernetiki prvega, drugega ali tretjega reda, sta predlagala Dallos in Urry (1996) kot odgovor na naslednja temeljna vprašanja (Šugman Bohinc, 2010):

- ali so težave razumljene predvsem kot posledica individualnih dejavnikov in družinske dinamike ali predvsem družbenih vplivov,
- ali se predpostavljajo objektivno obstoječi splošni standardi normalnosti ali se poudarja in slavi raznolikost,
- ali so družinski člani razumljeni kot samoodločujoči v smislu, da je vsak posameznik (v celoti) odgovoren za svojo konstrukcijo realnosti, ali kot omejeni s svojimi izkušnjami, na primer odraščanjem v določenem kulturnem in družbenem kontekstu.

Kibernetika prvega, drugega in tretjega reda gre skozi načine razumevanja sveta in človeka na način od prepričanja v zunanje objektivne resnice (K1R) prek tega, da je človek sam odgovoren za svoje konstrukcije sveta, v katerem živi (K2R), do teorije, da je človekovo vedenje pogojeno z vplivi okolja, njegovih diskurzov, naracij in metanaracij določenega časa in prostora (K3R). Če torej verjamemo v kibernetiko tretjega reda, verjamemo v socialni konstrukcionizem, v netrivialnost (človeškega) sveta, v vpliv kulturnega in družbenega konteksta na naše razumevanje in konstrukcijo resničnosti ter resničnost interpretiramo prek metanarativov in diskurzov, značilnih za določeno skupnost, itd.

3.1 Od kibernetike prvega reda (K1R) proti kibernetiki drugega reda (K2R)

»Don Juan je dejal, da za čarovnika svet vsakdanjega življenja ni resničen, niti ni tam zunaj, kot verjamemo, da je. Za čarovnika je resničnost ali svet, ki ga vsi poznamo, le opis. Da bi dokazal veljavnost te predpostavke, je don Juan največ truda usmeril v to, da bi me iskreno prepričal, da je to, kar dojemam kot svet okoli sebe, le opis tega sveta, ki mi je bil vsadjen od rojstva. Poudaril je, da je vsakdo, ki pride v stik z otrokom, učitelj, ki mu nenehno opisuje svet, vse do trenutka, ko je otrok sposoben zaznati svet, kot mu ga ta opisuje. (Castaneda, 1972, str. 3; naš prevod).

Epistemološko izhodišče kibernetike prvega reda je bilo objektivistično. Danes si epistemologijo objektivizma razlagamo kot zelo mehanicistično razumevanje sistemske teorije

ter skrajno poenostavljeno in objektivizirano uporabo metafor, kot so sistem, vzorec vedenja, vloge, pravila itd. Kibernetiki prvega reda so se z opisi sistemov ukvarjali kot zunanji opazovalci. Pri tem so uporabljali izraze, kot so pozitivna in negativna povratna zanka, nadzor in homeostaza. Za vsak kibernetični sistem bi lahko rekli, da je ciljno usmerjen, pri čemer negativna povratna zanka predstavlja kontrolni maneuver, s pomočjo katerega se sistem vrne v stanje homeostaze (kot vrsto ciljnega stanja) (Žvelc, Možina in Bohak, 2011, str. 449). Razumevanje, da je tudi opazovalec zavezan tem istim »zakonitostim krožnosti«, ki so jih doslej pripisovali zgolj opazovanim sistemom, je postavilo temelje za bistveno večji, na ravni znanosti prepoznan paradigmatški premik, prehod od epistemologije objektivizma h konstruktivizmu (Šugman Bohinc, 2010, str. 56). Tako so staro kibernetiko, ki je podpirala stališče opazovalčeve neudeležbe v opazovanem sistemu, poimenovali kibernetika prvega reda, vzpostavili pa so novo kibernetiko drugega reda - kibernetiko s stališčem nujne udeležbe opazovalca v opazovanem sistemu. To je bil radikalen premik, ki je temeljito pretresel podobo sveta kot objektivne resničnosti. Epistemološko izhodišče kibernetike drugega reda je konstruktivistično in hermenevitično. »Pod izrazom konstruktivizem razumemo spekter stališč, v skladu s katerimi misleči subjekt ali opazovalec konstruira svoj svet in ni determiniran z realnostjo, temveč jo le predstavlja. Kibernetik drugega reda se pri opazovanju sistema vključuje kot opazovalec. Poudarek ni na stabilnosti in nadzoru sistema, temveč na spremembi in razvoju« (Žvelc, Možina in Bohak, 2011, str. 449).

Možina in Kordeš navajata, da je Hribar postavil vprašanje: »Človekova moralna samovolja, natančneje moralna pravila kot postavke človekove volje do moči vodijo v pogubo. Niso moralna pravila tedaj nekaj več od subjektivnih, se pravi po njem samem določenih vrednot? Drugače rečeno, na čem utemeljiti moralo, da ne bo zadeva čiste samovolje in z njo arbitrarnosti? Sredstvo v rokah tistega, ki ima moč?« (Možina in Kordeš, 1998; citirano po Hribar, 1991, str. 224). Maturana in Varela odgovarjata: »[...]spoznavanje spoznavanja je tisti novi temelj, kjer morala ni več stvar čiste poljubnosti in samovoljnosti v rokah tistega, ki ima moč. Spoznavanje zakonitosti človekovega spoznanja pomeni odreči se veliki skušnjavi gotovosti objektivnih Resnic in Idej.« (Možina in Kordeš, 1998, str. 243). S takim odgovorom sta Maturana in Varela zapustila svet objektivnega, modernističnega mišljenja, v katerem subjekt objektivno spoznava in kar ga vodi do položaja, v katerem lahko manipulira s predmetom svojega spoznanja, in vstopila v postmodernistični, konstruktivistični svet, svet odnosov brez stalne referenčne točke. Spoznavanje spoznanja je način, kako z ozaveščanjem zavesti ali samozavedanjem spregledati objektivnost sveta!

Na tej podlagi Možina in Kordeš nam ponujajo etično vednost prek štirih temeljnih načel (Možina in Kordeš, 1998, str. 244):

- kot opazovalci samih sebe imamo možnost samoregulacije lastnega delovanja (načelo svobode),
- ker je naš svet *naš* svet, smo zanj odgovorni (načelo odgovornosti),
- imamo samo svet, ki ga porajamo skupaj z drugimi; »vse, kar počnemo, je strukturni ples v koreografiji sobivanja, so-bití« (načelo ljubezni),
- ker ni sveta, ki bi bil od nas neodvisen, ni boljšega ali slabšega razumevanja sveta. Vsako razumevanje je legitimno (kot del strukturnega toka) in si zasluži spoštovanje (princip tolerance)..

Kibernetika drugega reda je prinesla premik od vzročnega in enosmernega k sistemskemu in vzajemnemu, koevolucijskemu razmišljanju: »Zaradi tega ker opazovalec sedaj prepozna povezavo med seboj in tistim, kar opazuje je odgovoren za način, kako sodeluje v tistem, kar opazuje.« (Žvelc, Možina in Bohak, 2011, str. 449). Odgovoren je, na primer, za vključevanje odgovornosti kot etičnega načela v proces pomoči. V primerjavi z objektivističnim stališčem kibernetike prvega reda, v skladu s katerim so zgodnji sistemski pomagajoči predpostavljali, da imajo problemi njihovih uporabnikov objektivni status, zagovarjajo kibernetiki drugega reda stališče, da ravno razumevanje nečesa kot problema generira problem (Šugman Bohinc 2010:?) Konstruktivistična predpostavka o informacijsko zaprtih živčnih sistemih, ki lahko le posredno vplivajo drug na drugega, izpodbijala prej uveljavljeno predstavo, da je naloga pomagajočega strokovnjaka dajanje navodil, interveniranje, dobronamerna manipulacija. Vendar je treba opozoriti, kot pravijo Freedman in Combs, na naslednje: »Glede na to, da delujemo v terapevtski kulturi, v kateri prevladujejo modernistične ideje, so vedno prisotne skušnjave, da bi ljudi identificirali s patološkimi imeni.« (Freedman in Combs, 2009, str. 66, naš prevod).

»Kibernetiko II. reda si lahko zamislimo kot komplementarni odnos med metodologijo in jezikom, kot stalno odvijajoči se rekurzivni ples med procesi (uporabljeni postopki, interpretiranja, konceptualiziranja ...) in njihovimi proizvodi (ustvarjene strukture, interpretacije, koncepti ...). « (Šugman Bohinc, 1997, str. 289). To pomeni, da se proces pomoči nikoli ne konča z nečim fiksnim, določenim. Način, kako vstopamo v odnos z uporabnikom in kako ta odnos vzdržujemo, vpliva na proces in ga usmerja ter hkrati ustvarja nove, potencialno boljše vzorce prihodnjih pogledov in dejanj uporabnika do sveta, hkrati pa so ti vzorci podvrženi zahtevam in spremembam v skladu z novo odkritimi željami tega uporabnika. »Tako proces ostaja vedno odprt, kar zahteva aktivno sodelovanje vseh vpletenih, uporabnika ponovno

postavlja v središče njegovega življenja in odločitev o njem, kar mu zagotavlja položaj osebne moči, pri čemer nihče nima in niti ne potrebuje zadnje besede» (Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 12).

3.2 Od kibernetike drugega reda (K2R) h kibernetiki tretjega reda (K3R)

Kar zadeva konstruktivizem oz. konstrukcijo družbenih realnosti, spadata kibernetika drugega in tretjega reda v isto osnovno paradigmo, se pa pomembno razlikujeta v razlagi procesov, ki vodijo do teh konstrukcij.

»Kar zadeva subjektivnost posameznikovega in družinskega življenja, s položaja socialnega konstrukcionizma ocenjujemo, da gre pri zgodnjem, kognitivnem konstruktivizmu, podobno kot v humanistični psihologiji, za naiven, utopičen, 'nerealističen' pogled na zmožnosti posameznika in družine, da razvije spremembe zgolj z rekonstrukcijo svojega pogleda na svet, saj še ni refleksije o strukturnih dejavnikih, kot so npr. revščina, nezaposlenost ali izobrazba, in ideoloških dejavnikih, kakršni so dominantni kulturni diskurzi« (citirano v Šugman Bohinc, 2010, str. 59). Vpetost v te kulturne diskurze in kontekste pojasnjuje, zakaj imamo ljudje toliko skupnega pri doživljanju in izkušanju sveta. Gergen in Gergen (2006) to obrazložita kot prehod od koncepta mentalnih procesov (individualizem) k relacijskim procesom (relacionizem) (kot navedeno v Šugman Bohinc, 2010, str. 60). Relacijska perspektiva zagovarja upoštevanje skupnega življenja z drugimi ljudmi, ne pa življenja, ki bi bilo ločeno od drugih, vendar protislovno, zagovorniki socialnega konstrukcionizma pa predpostavljajo generativno moč odnosov, prek katerih ustvarjamo svojo razumsko in čustveno resničnost. »Namesto da bi o posamezniku in družbi razmišljali kot o nasprotnih straneh dihotomije, bi ju morali obravnavati kot neločljivi sestavini enega sistema, od katerih nobena nima smisla brez druge. Sistem posameznik/družba zato predstavlja enoto proučevanja, saj noben izraz ne označuje nečesa, kar bi bilo samo po sebi mogoče pravilno razumeti« (Burr, 2001, str. 149). Družbeni konstrukcionizem zato namesto konstruktivističnega pojmovanja individualnega avtorstva predlaga razumevanje večkratnega ali pluralnega avtorstva. »V kolikor je še govora o duhu oz. umu, je ta razumljen kot odnosne, razvoj pomenov pa diskurzivne narave« (Šugman Bohinc, 2010, str. 62). To pomeni, da identiteto ustvarjamo prek odnosov z drugimi, pomene za razlago sveta, v katerem živimo, pa pridobivamo z internalizacijo dominantnih družbenih diskurzov ali metanaracij.

Obema modeloma je skupno razumevanje, da ne moremo spoznati »sveta tam zunaj«, vendar socialni konstrukcionizem predpostavlja in poudarja, da je svet kljub temu zelo »resničen«, tako v strukturah kot v dejanjih in v skupnih sistemih pomenov ter prevladujočih diskurzih (Šugman Bohinc, 2010). Pojmi kibernetike drugega reda so prostorske metafore, kot npr. »homeostaza«, »krožnost« in »autopoiesis«, ki pojasnjujejo, kako lahko entiteta ostaja enaka, kot »brezčasni krog«. Časovne analogije tretjega reda, kot so npr. »naracija«, »zgodovina« in »tok«, pa predpostavljajo, da so entitete v stalnem procesu spreminjanja, »kot reke, ki tečejo v času« (Hoffman, 1990, kot navedeno v Šugman Bohinc, 2010, str. 62). »Prehod od kibernetike drugega reda h kibernetiki tretjega reda je tudi premik od poudarjanja informacijsko zaprtih nevronske mreže posameznika kot biološke podlage konstruktivizma k poudarjanju družbene interpretacije in intersubjektivnega vplivanja jezika, družine in kulture« (Šugman Bohinc, 2010, str. 60).

Položaj nevtralnosti strokovnjaka za pomoč, značilen za kibernetiko prvega in deloma drugega reda, se je v socialnem konstrukcionizmu spremenil v cilj, ki ga nikoli ni mogoče doseči v celoti. Prišlo je do premika od normativnih predpostavk k poudarjanju partikularnosti (idiosinkrazije) (Šugman Bohinc, 2010, str. 59). Jezik pomoči se je osvobodil velikih, splošnih, objektiviziranih teoretičnih, diagnostičnih kategorij (osebnost, patologija, funkcionalnost itd.). Spremenil se je način pogovora v kontekstu psihoterapije, socialnega dela idr. poklicev pomoči (glej npr. Barnes, 2002, 2008, ali Šugman Bohinc idr., 2007), predmet psihosocialne pomoči kot dialoške prakse je postal pogovor z značilno hermenevitično metodo kot proces, v katerem sogovornika interpretirata interpretacije drug drugega na način, ki vodi k obogatitvi osebnega razumevanja vsakega sogovornika in razvoju novih skupnih razumevanj ali dogovorov, pri čemer se interpretativna raznolikost in edinstvenost sogovornikov ne zabriše.

Če povzamemo, gre pri sistemskih pristopih, ki temeljijo na objektivizmu kibernetike prvega reda, za poskus spreminjanja vzorcev, ki vzdržujejo problem. Pristopi pomoči, ki temeljijo na kognitivnem konstruktivizmu kibernetike drugega reda, poudarjajo sodelovalno soustvarjanje pomenov. Pristopi pomoči, ki se opirajo na socialni konstrukcionizem kibernetike tretjega reda, pa predpostavljajo, da jezik vsebuje gradivo, iz katerega posamezniki, družine in skupnosti gradijo svoje izkušnje na način, podoben zgodbi. »Kontekst pomoči je pogovor med sogovorniki, ki soustvarjajo novo zgodbo, ponovno pisanje (re-avtorstvo) zgodbe v procesu dialoga, kjer se namesto prvotne, s problemi nasičene zgodbe začne pojavljati nova, alternativna, bolj zaželena zgodba« (Šugman Bohinc, 2010, str. 64; White in Epston, 1990).

»Kontekst pomoči postane kraj, kjer se iz notranjih monologov ali dialogov, v katerih smo obtičali, premaknemo v osvobajajoče naracije, na neoznačeno ozemlje doslej neizrečenega, neubesedenega. Kjer namesto reševanja problemov skupaj oblikujemo rešitve, tako da soustvarjamo okoliščine, ki na naše sogovornike delujejo tako energizirajoče, motivirajoče, da začno spontano opuščati vzorce delovanja, ki so jih opredelili kot problemske, in namesto njih razvijejo alternativne načine razmišljanja, čustvovanja in vedenja v smeri zelenih terapevtskih izidov. Kjer vzajemno krepimo občutek smiselnosti prizadevanja za želeno spremembo in se opiramo na vire moči (npr. na izjeme) naših partnerjev v izvornih delovnih projektih pomoči« (Šugman Bohinc, 2010, str. 64).

4 UVOD V RAZISKAVO – MOJI OPISI SVETA

Vse življenje so me učili, mi celo vsiljevali kot imperativ, da je najpomembnejše pri vsem, kar počnem, popoln rezultat v skladu s standardi tistih, ki so me izobraževali in vzgajali, s sporočilom, da sicer nisem dovolj vreden, ker ne morem izpolniti njihovih (objektivnih) pričakovanj ali pričakovanj strašljivega sveta. Niso me naučili, da je najpomembnejše pri vsem, kar počnem, uživati v ustvarjalnem ustvarjanju nečesa novega, mojega, kot prispevek k svetu, v katerem živim, brez strahu pred tem svetom, brez strahu pred samim seboj, brez strahu, da ne bom izpolnil meril in pričakovanj ljudi, ki so mi blizu, kot tudi avtoritete družbenih institucij. Niso me naučili, da je moje lepo samo zato, ker je moje. Izvirno. Niso me naučili uživati v neverjetnih možnostih ustvarjanja čudovitega, svobodnega uma brez omejitev. Edino, kar so me naučili, je, da ne smem reči ničesar, dokler ne razumem njihove logike razmišljanja in ne prilagodim svojih izjav in dejanj njihovim pogledom na svet. Ti strahovi me do neke mere obvladujejo še danes. Ker popolno za njih ne bo nikoli povsem popolno v moji izvedbi. In jaz nikoli ne bom slika, ki bi se popolnoma ujemala s sliko, ki so jo o meni ustvarili moji najbližji kot vzgojitelji. Ta zasidrana potreba po popolnem sovpadanju podob vsak dan žari kot najvišji imperativ nekje iz samega jedra mojega nezavednega, moje epistemologije. Takšno izkušnjo lahko razumem kot svojo lastno konstrukcijo, vendar je ta občutek zame tako močan, da ga preprosto ne morem sprejeti kot zablodo. Če v svojem življenju ne bi srečal nekaj ljudi, ki so tako rekoč »vztrajali« pri mojih izvirnih mislih in me prepričali o njihovi vrednosti glede na »objektivne in pravilne misli objektivnega sveta«, to delo ne bi nikoli nastalo in jaz nikoli ne bi dobil priložnost izražati Sebe. Verjamem, da brez tega izraza ne bi nikoli obstajal zunaj meja svojega uma in telesa. Za to sem jim neizmerno hvaležen.

Zame je trenutno najboljši opis sveta, v katerem živimo, primerjava s stekleno kroglo, za katero se zdi, da zavre, ko jo stresemo. S to razliko, da se v svetu vrenje nikoli ne ustavi. Vse, kar nas obdaja, se nenehno spreminja, je v nenehnem krožnem delovanju. Od najmanjših atomov do galaksij ..., od rek, izhlapevanja, oblakov, dežja, monsunov, neviht, tornadov ..., od mikroklima do neverjetno zapletenih veličastnih ekoloških sistemov planeta, rastlin, živali, ljudi, vseh oblik življenja, ki se prilagajajo obstoječim in novim pogojem, v evoluciji, v želji življenja po lastni rasti. Vse vre v nenehnih spremembah. Nešteto milijard živih celic, ki so osnova vseh živih organizmov, se z vsakim trenutkom znova rodi, opravlja procese, ki so jim namenjeni, mutira zaradi prilagajanja zunanjim dejavnikom, se razvija in umre ter zapusti mesto in pridobljene genetske predispozicije svojim naslednikom. Milijarde primerov vsak dan potrjujejo resničnost

nenehnih sprememb. Večina teh sprememb je za ljudi nevidna zaradi prepočasnih, prevelikih ali s prostim očesom nevidnih procesov, ki jih zaradi svoje biološke zgradbe ne moremo zaznati. Ne glede na naše predstave so spremembe del sveta, v katerem živimo, in niso nič manj resnične samo zato, ker jih mi ne moremo doživeti.

Tako kot so stalne spremembe del anorganskega sveta in živih bitij, se dogajajo tudi na mikro-, mezo- in makroravni psihičnih in družbenih konstruktov resničnosti sveta, v katerem živimo. Svet psihe ustvarjamo v lastni zavesti ter s socialnimi odnosi in dejanji z drugimi v svetu okoli nas. Ta svet je prežet z izmenjavami podatkov in energij, ki nenehno ustvarjajo, razgrajujejo in obnavljajo psihične in družbene konstrukcije tako krhke resničnosti. Hkrati pa zapletenost sveta, vseh dejavnikov, ki vplivajo na medsebojno delovanje in povezanost tako v anorganskih in organskih autopoietskih procesih kot v psiholoških in družbenih procesih, močno presega vsakršno človeško sposobnost dojetanja. Sociologijo kot znanost o družbenih procesih in zlasti psihologijo kot znanost o psiholoških procesih je zato treba obravnavati le kot poskus, kakorkoli uspešen in poglobljen, za ustvarjanje določenih temeljev, ki bi nam zagotovili stabilno strukturo in varnost za delo ob odkrivanju novega in drugačnega. Če svoje misli in dejanja določamo s slepo vero v obstoječe teorije, to zmanjšuje naše človeške zmožnosti. Določenost duši ustvarjalnost svobodnega uma, njegovo zmožnost, da raste, se razvija, spreminja in napreduje in razvija znanja o psiholoških, socioloških in bioloških spoznanjih tako na širšem znanstvenem področju kot v delovnih odnosih v različnih kontekstih psihosocialne pomoči. Če v katerikoli odnos, tudi v delovnega, vstopamo skozi tesno uokvirjeno optiko različnih teorij in vnaprej določenih vzorcev, ki usmerjajo pogovor, ti okviri pogosto postanejo temnice človeških možnosti. Vsiljeni okviri določajo človeške usode in ljudi zreducirajo na preproste, trivialne sisteme v večnih vsakdanjih krogih (uničujočega) autopoietskega ponavljanja istega. Okviri ne prenašajo sprememb in ne dopuščajo odstopanj, saj imajo odstopanja zanje uničujoč učinek. Vsi vemo, da je strah pred uničenjem znanih struktur pogojen z grozo pred neznanim, drugačnim. Naše identitete, ki jih sooblikujejo prevladujoče metanaracije in aktualni diskurzi, nas opozarjajo, da se je treba neznanega in drugačnega bati. V neznanem ni trdne strukture, ki bi zagotavljala jasno, »objektivizirano« identiteto. Če na primer v nekaj ne verjamemo trdno, nimamo nobene lastne veljave. Če nimamo trdne opore za delovanje, to pomeni, da smo izgubljeni in nas lahko razglasijo za nore. Po drugi strani pa vsa »objektivno« uokvirjena znanja, zlasti »strokovnjakov« s področja psihiatrije, psihologije in psihoterapije, krepijo njihov položaj moči, saj ves dialog poteka v okvirih, ki so jim dobro znani in o katerih uporabnik običajno ne ve ničesar. V takšnih delovnih

odnosih okviri, ki se jim pripisuje objektivnost, ubijajo duh različnih. In prav tu, kot trobente v Jerihu, odmeva alarm previdnosti in dvoma o pravilnosti lastnih dejanj v skladu z okvirji, skozi katere delujejo vsi tisti, ki jim njihov družbeni položaj dodeljuje moč nad urejanjem usod drugih ljudi. Okviri, kot sem že zapisal, sami po sebi ne smejo omogočiti aktualizacije subjektivnih realnosti marginaliziranih posameznikov, kajti priznavanje različnega kot enakovrednega izniči paradigmo ene in edine pravilne objektivne resnice.

Menim, da si moramo v vsakem delovnem odnosu prizadevati, da bi čim bolj zmanjšali interpretacijo sveta drugih skozi očala naše lastne epistemologije. Menim, da je treba vsak nov delovni odnos nujno oblikovati kot priložnost za ustvarjanje novega, doslej neobstoječega v svetu uporabnika in pomagajočega. Če pogledamo iz perspektive posameznika, sta količina in kompleksnost vseh dejavnikov, ki vplivajo na njegovo razumevanje sveta in način konstruiranja resničnosti, izjemno zapletena. V veliki meri si tega ni mogoče predstavljati. Izdelek nam je na voljo, vendar ne poznamo procesov, ki vodijo do njega, kot je opisano v metafori črne škatle. Seveda se lahko poskušamo nekoliko poglobiti v razumevanje epistemologije, ki je podlaga prevladujočih zgodb, življenj in svetov vsakega od nas, vendar tega ne smemo razumeti drugače kot na ravni tega, kar je, samo raven poskusa. Vsak človeški um je vesolje zase, preprosto nepredstavljiv v vsej svoji kompleksnosti, načinu razumevanja, razmišljanja, ustvarjanja, sklepanja, domnevanja in delovanja. Tudi v najbolj podobnih situacijah, za katere menimo, da so enake našim osebnim izkušnjam, se moramo poskušati braniti pred lastnimi zaključki (ki so pravilni za nas, ker po njih hrepenimo, ker nas navdihujejo, ker so rešitve nastale na podlagi naše epistemologije) in skušati dialog s posameznikom usmeriti v smer, ki jo on opredeli kot ustrezno. Čeprav si to težko priznamo, je takšen dialog le tisto, kar se nas »dotakne«, kar nas izpolnjuje, kar nas »osvobaja« in aktualizira. Zunaj naših prepričanj sogovornik ostaja svet zase. Popolnoma nemogoče je vnaprej natančno predvideti, nemogoče je natančno vedeti, kaj se bo nekoga »ujelo«, kaj se ga bo »dotaknilo«, kaj ga bo navdušilo ali sprožilo procese, ki ga bodo pripeljali do zelenih sprememb. Zaradi tega moramo v delovni odnos pomoči vstopati previdno, ponižni pred neznanim, nezaupljivi in vprašljivi glede samih sebe ter čim bolj osvobojeni volje lastnega razuma, ki ima neverjetno moč, da nas prepriča, da je prav to, kar mislimo, za vse najboljše, pa če nam je to všeč ali ne. Če se izrazim še bolj pesniško, mislim, da bi morali poizkušati vstopati v odnos pomoči čim bližje stanju nirvane, tabule rase, ki jo lahko opišemo kot odsotnost samozavedanja. Jaz se v tem stanju počutim, kot da ne obstajam, na splošno se osredotočam na sogovornika in raziskujem pomen njegovih besed, stavkov, gest, govorice telesa, ki mi ga želi sporočiti. Na začetku obstajajo samo njegove zgodbe. Potem moje

interpretacije. Na podlagi preverjanja mojih interpretacij se lahko strinjava glede njegove želene realnosti in njegovega razumevanja realnosti, v kateri trenutno živi. Verjamem, da lahko dosežemo določeno medsebojno razumevanje, če začutimo čustva in občutke drug drugega.

Mislim, da lahko s takšno osredotočenostjo v večini situacij dosežem dovolj medsebojnega razumevanja, da se na zadovoljiv način pridružim sogovorniku na točki v njegovem svetu, kjer se trenutno nahaja in od koder želi iti naprej. Seveda ob predpogoju doseženega stanja varnega prostora, ki temelji na zaupanju, da me bo sploh spustil v ta svet. Morda je moja sposobnost globljega razumevanja drugih posledica mojih življenjskih izkušenj, ko sem čutil, da mi le natančno razumevanje drugih lahko zagotovi preživetje.

Kar zadeva mene osebno, sem spoznal, da so zame najboljši pogovori opolnomočenja, zaradi mojih življenjskih izkušenj, povezanih z veliko globljimi motivi kot sta pomagati in delati. Za zdaj se mi te življenjske izkušnje zdijo kot neizčrpen vir navdiha in energije za nadaljnje delo, napolnjeno z optimizmom, željo, strastjo, za katero si želim, da ne bi nikoli usahnila. Paziti pa moram, da me ti globlji motivi ne bodo vodili v smer mojega osebnega, enostranskega osmišljanja na račun ali celo v škodo oblikovanja smisla uporabnikov.

Ob misli na besede Grahama Barnesa (Seminar ŠKIST Rijeka, 8.4.2018.), da je psihoterapija nemogoča, če se ne zaljubimo v svojega klienta, se mi je porodila ideja, da že samo biti z nekom tam, kjer se trenutno fizično, mentalno in čustveno nahaja, ter iskreno delati in se truditi, da bi mu pomagali zaživeti, pomeni nekoga ljubiti. Pomagati komu izključno za njegovo lastno dobro, da se osvobodi ovir in okovov, ki ga držijo tam, kjer ne želi biti, pomeni ljubezen. Zdaj verjamem, da ljubiti nekoga pomeni uživati v opazovanju in spodbujanju njegove osebne rasti in razvoja, ki temelji na njegovi lastni epistemologiji, usmerjeni v življenje, ki tako uspeva v vse večji kompleksnosti, kar zagotavlja boljše in bolj izpolnjeno bivanje. Tako kot se razvije seme, ki pade na plodna tla, se razvije tudi um, ki ima na voljo psihični prostor, zasnovan tako, da podpira rast njegovih psihičnih zarodkov, saj podpira razvoj njegovih epistemoloških predpostavk.

Če menimo, da ljubimo življenje, bi morali ljubiti vse življenje. Zame živeti pomeni rasti, se razvijati, spreminjati, zoreti in ljubiti življenje ter ga podpirati v vseh njegovih oblikah. Kaj je svobodna ljubezen drugega kot lastna želja in praksa delovanja za dobrobit in razvoj nekoga ali nečesa. Prav tako vaša lastna želja in praksa dela na lastnem počutju in osebnem razvoju.

Si lahko predstavljate, kakšno bi bilo vaše življenje, kakšni bi bili danes, če bi vam nekdo, ko ste bili majhni, nenehno ponavljal: »Lepa si, čudovita, vesel sem, da si srečna, vesel sem, da napreduješ, kako se razvijaš v skladu s tem, kar si želiš, kako skušaš uresničiti svoje potencialne, želje, misli, fantazije. Vesel in zadovoljna sem, če ti lahko pri tem pomagam!«

Če bi se odrasli, ko sem bil otrok, vsaj trudili ugotoviti, kaj potrebujem, če bi na kakršenkoli način poskušali spodbujati razvoj moje podobe sveta, mojih misli in želja, če bi znali pozabiti na svoje resnice in obdržati svoje okvire zase, namesto da bi mi jih vsiljevali, če bi me poskušali razumeti kot edinstvenega posameznika z neomejenimi možnostmi, če bi me le vsaj včasih vprašali, kaj si želim, kako se počutim, bi bilo moje življenje danes verjetno povsem drugačno. Vendar niso. Videli so me kot nekoga, ki mora nujno postati tisto, kar od njega pričakuje svet, v katerem se je rodil. Svet meja in okvirov, svet socialnega determinizma. Ne želim se pritoževati, ampak želim, da se sliši tudi moja resnica, moji občutki, vse moje fizične in duševne izkušnje, ki še nikoli niso imele priložnosti, da bi javno uveljavljale svojo legitimnost. Ker verjamem in čutim, da tisto ne bo nikoli zaživel kot moja osebna resnica, če zanjo ne dobim javnega priznanja. Včasih obžalujem neobstoječe in zamujene priložnosti. Ne verjamem v usodo v smislu, da se je verjetno vse zgodilo tako, kot bi se moralo in da brez vseh teh negativnih izkušenj ne bi bil to, kar sem danes. Verjetno ne, ampak zakaj bi moral biti točno to, kar sem? Moram si želeti biti, moram živeti to, kar sem, ker nimam druge izbire. Lahko tudi poskušam postati nekdo drug, toda kaj naj storim z vsem, kar je v meni od prej? Ali kdo vidi, ali kdo razume ali čuti moja duševna stanja, ali se čuti odgovornega zanje v trenutkih, ko me doseže preteklost, ko se zdi, da svetloba ugasne in se kot v transu sprehajam skozi pretekle spomine. Ti spomini so kot svet senc, iz katerega skušam pobegniti čim hitreje in čim dlje, da bi ubežal pritiskom, ki me dušijo v pljučih, vizualizacijam resničnosti, zaradi katerih se mi glava razcepi na dva dela, bolečim občutkom, ki me preplavijo in prevzamejo nadzor nad mojimi mislimi. Takrat kličem po ponovnem odkrivanju pozitivnih konstrukcij svoje resničnosti in že tako krhkih konstrukcij smisla lastnega obstoja. Koliko ljudi na svetu je še v takšnem položaju? Verjamem, da veliko več kot preveč.

In kako preprosto (in predvsem nehumano) je takemu človeku reči: ti si depresiven, psihotičen, moten, šibak, za vsem stoji tvoja odgovornost, treba je začeti, narediti nekaj zase itd., tukaj so tablete, po njih se boš počutil boljše, dali te bomo na oddelek, odprt ali zaprt, nam je vseeno ..., in moraš narediti to ali ono ..., ti si kriv za to, kar se ti dogaja ... in drugim je tako, pa se ne pritožujejo ..., mi ti želimo le pomagati. Kakšen odmerek nerazumevanja se skriva za takšnimi

izjavami, kakšen odmerek egocentrizma, samozavesti, ki popolnoma uniči ljudi, ki kličejo na pomoč, kličejo po tem, da bi nekdo razumel njihov smisel obstoja.

Nikoli v življenju se ne bom sprijaznil z dejstvom, da obstajajo ljudje, »strokovnjaki« na položajih, ki jim omogočajo, da drugim vsiljujejo svoje poglede, svoje resnice, svoje razlage. Da drugim vsiljujejo v aktualnem družbenem trenutku prevladujočo in zaželeno socialno realnost. Da drugim vsiljujejo dominantne diskurze in metanaracije, v katerih nas silijo živeti.

Ob zaključku navedbe dolgega seznama izobraženih »strokovnjakov« bom opisal eno od svojih življenjskih situacij, ki mi je, ko gledam na vse skupaj, miselno pomagala neprimerljivo bolj. Opis je morda preveč subjektiven, toda ali ni prav to bistvo postmodernizma? Ali ne bi morala biti osnova NAŠEGA življenja prav ta, NAŠA subjektivna resničnost?

Ko sva se ob petih zjutraj peljala domov, sem dekletu povedal nekaj, kar resnično štejem za svoje, svojo vizijo zelenih medosebnih odnosov, vizijo prihodnosti neprimerljivo zrelejšega in lepšega sveta. Nato so mi v oči privrele solze. Zaprl sem oči in jih skušal skriti, skriti ta trenutek »šibkosti«, skriti ta čustveni izbruh, skriti SVOJE, da ne bi bil videti šibek, nezrel, čustveno nestabilen, nesrečen, beden in smešen. Nisem jih mogel odpreti, kaj šele, da bi jo pogledal. To, o čemer sem govoril, je bil končno moj osebni govor o stvareh, ki v meni vzbujajo močna čustva, govor o lastnih stališčih, o stvareh, ki jih nikoli nisem imel priložnosti povedati, ker je vse poskuse blokiral strah ali nerazumevanje. Vedno sem to doživljal kot nekaj napačnega, kot nekaj nevarnega zame, nezavedno me je skušalo zaščititi pred fobijami iz otroštva, zato je nad mojo zavestjo izvajalo strašne torture, da bi zamenjal ogrožajoče vedenje. Ustavila je avto, se mi približala in me s svojo vztrajnostjo prisilila, da sem jo pogledal. Spomnim se, da si nisem upal odpreti oči, ker sem se bal, kaj bom videl v njenih očeh. Imel sem občutek, da bi vse, razen tistega, kar sem takrat potreboval, doživel kot popoln in dokončen pokol zadnje legije svojega obstoja. Ker sem bil v tistem trenutku prepričan, da če me še ona razveljavi, na svetu ne bo nikogar več, ki bi me lahko »osvobodil«, »rešil«.

Pisano pod vplivom močnih osebnih čustev: »Odprl sem oči in se zazrl v njene. Ta pogled, te oči so v tistem trenutku vsebovale odgovor. V tem trenutku zame odgovor vseh odgovorov. Popoln, globok, jasen, močan pogled, poln razumevanja, sočutja, potrditve, ljubezni do tega, kar v resnici sem (moje trpljenje, moja bolečina, strahovi, sram, subjektivne nikoli izrečene misli, ONA JE TO VIDE LA, ZNALA, RAZUMELA). Ne glede na ves svet me je gledala kot nekaj lepega, čudovitega, kot da me želi ljubiti prav takšnega, čistega, odkritega do konca. Ta pogled

je namesto tisočerih besed govoril o stvareh, ki jih ni mogoče povedati z besedami ali razumeti z razumom. Dve esenci sta se dotaknili, čisti, neoporečni, v prostoru resnice, moje in njene, resnice, ki sva jo skupaj ustvarjala v teh trenutkih, v prostoru brezmejnega zaupanja, neskončne varnosti in neverjetne psihične povezanosti, brez sledu sence, ki je do takrat lebdela nad mano, me zavirala, lebdela nad nama in uničevala možnost kakršnekoli globlje povezave, ki bi zagotovila okrevanje, osvoboditev iz ječ preteklosti, v katere so me (tako kot njo) zapirali in nas nazadnje vklenili še kot otroke, ki so verjeli v pravovernost dejanj svojih bližnjih, v magijo nezmotljivosti tistih, ki smo jih ljubili in katerih ljubezen smo si želeli.

Koliko mojega je v tistem trenutku postalo resnično, koliko blokiranih energij trpljenja, bolečine in travme se je sprostilo in prenehalo kričati iz samih meja nezavednega, pa tudi vplivati name in na moje življenje. Koliko ovir, blokad in zidov je padlo, koliko strahov je bilo razbitih, koliko negotovosti v sebe je preprosto izgubilo svoj pomen. Prvič v življenju sem se lahko videl skozi oči drugih, tako kot sem se želel doživeti. Te oči so bile njene oči. Videl sem se lahko točno takega, kakršen sem, kakršnega sem si želel živeti iz čistega vira svoje popolnosti, brez strahu, sramu in občutka ničvrednosti. In to, kar sem jaz, je bilo zanjo nekaj lepega, prekrasnega in čudovitega. V tistem trenutku so misli, ideje in resnice vseh drugih izgubile svoj pomen. Spoznal sem, da težava ni v meni in nikoli ni bila, ampak je bila v vseh drugih, ki me preprosto niso znali ali hoteli videti, razumeti, dati priložnosti mojim občutkom, vrednotam in čustvom, željam, mislim in idejam. Tisto noč sem spoznal skrivnost ljubezni – brezpogojnega sprejemanja. Zdaj vidim tak pristop kot osnovo psihoterapije.

5 EMPIRIČNA RAZISKAVA

5.1 Formulacija problema in raziskovalna vprašanja

Problem, ki se nenehno pojavlja v mojem vsakdanjem življenju in pri delu z uporabniki, je povezan z delovanjem različnih socialnih ustanov in strokovnjakov s področja psihologije in psihiatrije, ki v teh ustanovah delajo z ljudmi, ki potrebujejo določeno obliko psihološke pomoči. Vsi dosednji uporabniki, s katerimi sem se doslej pogovarjal in ki so že imeli izkušnje s psihološko ali psihiatrično oceno, so prišli k meni s samoopredelitvijo prek diagnoze duševne bolezni ali motnje. Nihče od njih, niti tisti, ki so imeli izkušnjo iskanja pomoči pri več različnih strokovnjakih, večinoma s področja psihologije in/ali psihiatrije, niso ocenili, da so v celoti prejeli potrebno in ustrezno pomoč.

Pripisane diagnoze, s katerimi so se identificirali in se »z njimi« prišli pogovarjat z mano, kažejo na modernistični objektivistični pristop, s katerim strokovnjak na podlagi znanja, ki ga ima na voljo, neodvisno od uporabnika, s svojimi interpretacijami definira, objektivizira, diagnosticira tega istega uporabnika kot depresivnega, anksioznega, psihotičnega, obsesivno-kompulzivnega itd.

Posledica tega je, da se vsi uporabniki samodejno definirajo prek prejete diagnoze ali nekoga, ki ji je zelo blizu, že ob prvi predstavitvi, ko se pogovarjajo z mano. Ta diagnoza po mojem mnenju definira njihovo identiteto, tako da postanejo nekdo, ki v vsakdanjem življenju funkcionira predvsem v mejah diagnoze, ki določa njihovo vedenje in življenjske možnosti okrevanja. Diagnozo navadno spremlja baterija farmakoloških sredstev, s čimer se proces pomoči (ki vključuje pogovor) na nek način zaključi, nadaljnji proces zdravljenja pa se omeji na čakanje, da tablete opravijo svoje delo in osebo osvobodijo psihičnih težav.

Vsi, ki so sodelovali v tej raziskavi, so že imeli nekaj izkušenj s psihiatričnim in/ali psihološkim institucionalnim posredovanjem.

To diplomsko delo je kot celota zasnovano kot poskus odgovora na naslednja raziskovalna vprašanja:

- RV 1: Kaj razlikuje postmoderne in moderne teorije in metode pomoči pri delu z uporabniki? Na RV 1 odgovarjam v prvem, teoretičnem delu diplomskega dela (zlasti odstavek 4.1 Uvod v raziskavo) ter v prvem delu razprave.

RV 2: Kakšni so možni učinki načina strokovnega dela, ki izhaja iz postmodernih idej in teorij pomoči, za uporabnika? Podvprašanja: Kako na uporabnika vpliva dialog, namenjen odkrivanju in poudarjanju osebnih prednosti ter uporabi prejšnjih pozitivnih življenjskih izkušenj pri poskusu reševanja trenutnih težav? Kako na uporabnika vpliva pogovor, usmerjen v iskanje rešitev in ne v razčlenjevanje težav? Kako na uporabnika vpliva odmik od ustaljene diagnoze? Odgovoru na RV 2 sta namenjena empirična raziskava in drugi del razprave.

- RV 3: Kaj lahko narativno-dialoški pristop prispeva k socialnemu delu? Na RV 3 bom poskusil odgovoriti v tretjem delu razprave, v sklepu in predlogih.

Diplomska empirična raziskava ima dva glavna namena:

1. z analitično in deduktivno metodo analize transkriptov pogovorov v kontekstu pomoči v duhu narativnega dialoškega pristopa opozoriti na možnosti delovnega odnosa za konstruiranje realnosti (K2R, K3R), ki krepijo in povečujejo število možnosti; osnova teh možnosti izhaja iz jezika, ki je v popolnem nasprotju z določitvijo z objektivizacijo (K1R);
2. prek povratnih informacij uporabnikov predstaviti njihov pogled in posledice delovnega odnosa za njihovo življenje, ki temelji na pripovednem dialoškem pristopu, temelječem na temeljih postmodernizma, konstruktivizma in socialnega konstrukcionizma.

5.2 Vrsta raziskave

»Kvalitativno raziskovanje je raziskovanje, pri katerem osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, sestavljajo besedni opisi ali pripovedi in pri katerem je to gradivo tudi verbalno obdelano in analizirano brez uporabe merskih postopkov, ki dajejo številke, in brez operacij s številkami« (Mesec, 1997, str. 11).

Moja raziskava je kvalitativna, ker na podlagi analize in interpretacije besedilnega gradiva raziskujem, kakšne potencialne učinke ima za uporabnice delovni pogovor, ki izhaja iz postmodernističnih idej in metod pomoči. To sem storil z analitično in deduktivno kvalitativno obdelavo treh transkriptov tako epistemološko utemeljenega pogovora, ki sem ga osebno izvedel z uporabnicami.

Z delno strukturiranim intervjujem sem zbral tudi povratne informacije treh uporabnic (primere njihovih besednih opisov) o tem, kako je pristop, v katerem sem si prizadeval udejanjati narativni-dialoški pristop pomoči, vplival nanje in na njihovo življenje. Uporabljena vprašanja so navedena v Prilogi 4.

5.3 Opredelitev enot raziskovanja – populacija, vzorec

Populacija:

Stvarna opredelitev: populacijo predstavljajo ženske osebe z izkušnjo psihološke in/ali psihiatrične obravnave v starosti od 35 do 45 let

Krajevna opredelitev: Varaždin, Hrvaška

Časovna opredelitev: 2021–2022

Vzorec je bil neslučajnostni priročni, vključeval je osebe ženskega spola, ki so prišle po pomoč v krizni center Rdečega križa v Varaždinu za preprečevanje družinskega nasilja in tvegane vedenja. Kontakt so našle na spletu ali so prišle po priporočilu znancev in prijateljev. Vse so imele izkušnjo iskanja psihološke pomoči v kateri od ustanov za duševno zdravje.

5.4 Obdelava gradiva

Gradivo sem obdelal na kvalitativen način: transkribirane pogovore v prilogah 1, 2 in 3 sem razdelil na posamezne dele in jim dodal strokovne komentarje svojega ravnanja in svoje refleksije oz. interpretacije vsebin oz. zgodb sogovornic; v prilogi 4 sem z uporabo evalvacijskega intervjuja o opravljenih pogovorih pridobil in transkribiral besedne odgovore (povratnih informacij uporabnic – priloga 4) in jih analiziral po metodi osnovnega kodiranja in pripisovanja kategorij. Izvedel sem tudi osno kodiranje.

6 REZULTATI

V kvalitativni analizi transkriptov treh svetovalnih pogovorov na podlagi dveh kategorij svojih komentarjev interpretiram svoj pogled na izvedeni način vzpostavljanja delovnega odnosa in vodenja procesa pomoči. V analizi transkriptov skušam čim bolj jasno opisati in predstaviti svojo prakso dela z uporabniki, prakso, ki izraža moje prizadevanje uresničevati postmodernistično paradigmo konstruktivizma in socialnega konstrukcionizma ter kibernetike drugega in tretjega reda. V nadaljevanju povzemam glavne rezultate oziroma ugotovitve analize.

6.1 Glavne ugotovitve kvalitativne analize transkribiranega pogovora 1 (za podrobnosti rezultatov glej 11.1, Priloga 1, Transkript 1):

- sam začetek zapisa kaže na pomen izbire besed v pogovoru z uporabnico;
- menim, da analiza transkripta jasno pokaže na razliko med strokovnim znanjem vodenja pogovora in interpretacijami uporabnikovih odgovorov;
- Hano sem povabil in spodbudil, da govori o problemu, kolikor je potrebovala, da je nekako zaokrožila svojo zgodbo, in kolikor sem potreboval, da sem dobil vsaj nekaj vpogleda v njene trenutne razmere in predvsem v njeno konstrukcijo pomenov;
- iz komentarjev pogovora je razvidno, da vsa moja premišljevanja o Haninih odgovorih spadajo v področje interpretacij;
- nenehno sem ji poskušal ustvariti varen prostor, v katerem bi lahko z osvobajanjem svojih misli izrazila svoje želje, se slišala in verjela v legitimnost oz. utemeljenost teh želja ter jih z mojo potrditvijo razumela kot nekaj resnično pomembnega;
- v pogovoru lahko opazimo premik od zgodbe, nasičene s problemom, k zgodbi o Haninih željah in možnostih;
- v transkriptu so vidna preverjanja mojega razumevanja Hanine zgodbe;
- iz transkripta ni razviden pomen ustrezne intonacije pri postavljanju vprašanj; menim, da je ustrezna intonacija tista, ki vzbuja radovednost, odprtost za odgovore, varnost pri delu in zbujajo zaupanje;
- pozorno poslušanje mi je omogočilo zbrati informacije o Haninem življenju, ki sem jih pozneje v pogovoru lahko konstruktivno uporabil;
- z vprašanji o preteklosti sva iskala primere dobrih praks Haninega reševanja svojih težav; z vprašanji o sedanjosti sva raziskovala možnosti izhoda za Hano iz položaja, v

katerem je zdaj; s širjenjem pogovora v prihodnost sva povezovala sedanje možnosti z uresničevanjem prihodnjih ciljev;

- Hano sem povabil, naj se poskuša samooceniti z drugega zornega kota kot se je ocenjevala doslej;
- skupaj sva raziskovala njen socialni kapital;
- odrekel sem se pogovoru o problemu in poskusom, da bi čim globlje prodrl v njegovo jedro in o njem izvedel vse, kar bi me morebiti zanimalo;
- raziskoval sem pomene, ki jih imajo Hanine izjave zanjo; raziskoval sem njeno razumevanje dogodkov, ki so pripeljali do oblikovanja teh pomenov;
- oddaljil sem se od osredotočenosti na pogovor o trenutni problemski situaciji in problemsko usmerjenih miselnih tokovih sogovornice in namesto tega začel raziskovati MOŽNOSTI, njene osebne izkušnje na področju lastne moči in življenja, ki jo zadovoljuje;
- skušal sem ustvariti in ohraniti odnos z njo, ki bi bil poln zaupanja in čim globljega razumevanja nje in njenega aktualnega položaja.

Začela sva pisati zgodbo, v kateri se je Hana, tako upam, doživela na nov način in dovolj intenzivno, da bi njena porajajoča se nova zgodba postopoma lahko zaživela na dovolj trdnih temeljih. Glede na to, da sem jo videl le takrat, lahko samo upam, da ji je to uspelo.

6.2 Glavne ugotovitve kvalitativne analize transkribiranega pogovora 2 (za podrobnosti rezultatov glej 11.2, Priloga 2, Transkript 2):

- V tem zapisu bi glede na preteklost uporabnice zlahka razpravljali o njeni preteklosti, o propadlih razmerjih, obsojanju nekdanjih partnerjev, materi, okolju, ki ji ni nudilo dovolj potrebne podpore, in še o marsičem podobnem. Če verjamemo, da razprava o problemu generira problem, potem razumemo, da se mora proces sodelovanja, potem ko uporabnica v zanjo primernem obsegu povzame svojo preteklost, preusmeriti v opredeljevanje rešitev in raziskovanje možnosti.
- Te možnosti lahko izvirajo iz njenih osebnih virov moči, življenjskih izkušenj in, kot je prikazano v tem primeru, iz okolja, ki pozitivno vpliva nanjo.
- Ko opredeli pogled svoje hčerke nase kot najbolj relevanten, primeren pogled nase, je to izjemna priložnost, da razišče, kako ji lahko ta hčerka pomaga.

- Rešitev se je porodila iz načina, kako uporabnica dojema pogled svoje hčere nase, torej njeno mamo. Priti do nečesa takega v pravem trenutku, se mi zdi kot najti iglo v kopici sena v trenutku, ko bi nekaj takega lahko imelo na uporabnico takšen vpliv. Mislim, da je bila tudi v stanju zavesti, ki ji je omogočilo, da je to doživela na najboljši možni, zanjo najbolj konstruktiven način.
- Umestitev slike na zaslon mobilnega telefona je dodatno okrepila njen novi pogled nase in novo zgodbo o sebi, ki jo je v tistem trenutku začela pisati.
- Včasih se oblikovanje individualne, prej neobstoječe konstrukcije v neznanem in nikoli prej tako opredeljenem prostoru lahko zdi strašljivo zaradi pritiska po zagotavljanju najboljše možne rešitve, ko je že vnaprej videti veliko bolj mamljivo, da bi obupali in poskusili nekaj narediti po preverjenem standardu. Še posebej, če imamo na voljo »le« besede, vprašanja, radovednost in domišljijo. Po drugi strani pa si možnost takšnega izida zasluži, da premagamo vse dvome in strah ter damo priložnost negotovosti in nevednosti.

Narativni pristop:

- spraševal sem o socialnih virih iz njenega življenja in okolja;
- uporabil sem več vidikov, ki so Moniki omogočili, da se vidi skozi hčerkinе oči;
- povezal sem področja akcije in zavedanja (Freedman v Combs 2009:167);
- na socialnokonstruktivističen način sem prispeval k dekonstrukciji njenega mnenja o sebi, predhodno oblikovanega pod vplivom mnenj in opisov drugih o njej;
- zgodbo sem razširil v prihodnost;
- Moniko sem usmeril, naj se ozre na spremembe v svojem življenju in ji na podlagi tega, kar mi je povedala med pogovorom, ponudil svoj (potencialno preokvirjajoč) pogled nanjo;
- poudaril sem njeno osebno moč in sposobnost preživetja v najtežjih časih, kar ji lahko dodatno pomaga pri ustvarjanju življenja z vidika virov moči in osebne sposobnosti premagovanja izzivov;
- poskušal sem uporabiti jezik, ki ji daje moč;
- skušal sem se izogniti vsiljevanju lastnih mnenj in tega, da bi Moniki svetoval, kaj bi morala storiti in kako ravnati.

6.3 Glavne ugotovitve kvalitativne analize transkribiranega pogovora 1 (za podrobnosti rezultatov glej 11.3, Priloga 3, Transkript 3):

- upam, da mi je s tem zapisom in njegovo analizo uspelo pokazati, je vsak pogovor v določeni meri voden s strani pomagajočega (terapevta, socialnega delavca idr.);
- ne glede na to, kako zelo se trudim, da bi omenjeno vodstvo omejil na minimum, dostikrat ostanem z vtisom, da sem v pogovor vnesel preveč sebe: občutek imam, da to lahko zamegli sogovornikov pogled na njegove resnične želje, potrebe in moči;
- v predstavljenem primeru se je glede na Mihaelino povratno informacijo vse odlično izšlo, saj se je to, kar sva si zamislila, v veliki meri ujemalo s tem, kar je dejansko mislila, želela in se ji je zdelo pravilno;
- tudi v tem primeru je iz zapisa razvidno, da je bil pogovor nenehno usmerjen v raziskovanje rešitev, pozitivnih preteklih izkušenj, ki lahko pomagajo pri reševanju trenutnih problematičnih situacij, v konstruiranje hipotetičnih izkušenj, da je prevladovala usmerjenost v sedanjost in prihodnost ob hkratnem prilagajanju vprašanj temu, za kar sem na podlagi njenih gest, mimike, tona glasu, odgovorov in govorice telesa sklepal, da se je Mihaeli zdelo zanjo pozitivno in je bilo zaželeno;
- prav tako, kar pa iz predstavitve ni razvidno, je šlo za skrbno izbiranje besed in stavkov, kolikor je bilo mogoče, za razmišljanje o vsakem izrečenem stavku, razmišljanje o dilemah, kaj v pogovoru zajeti, kaj bo delovni odnos vodilo v določeno smer, za razmišljanje o stvareh in možnostih, ki jih lahko spregledam kot potencial za to, da bi sodelovanje izvedla na najboljši možni način, ter posledično za razmišljanje, kako bi ta pogovor lahko potekal in ali bi ga lahko izpeljal kakovostneje. Takšen pristop je težko natančno opisati glede na neštete možnosti kombiniranja potencialnih konstrukcij, ki jih ponuja jezik, pa tudi naše miselne možnosti ustvarjanja. Vendar se vedno skrči na isto, in sicer na naslednje: ne verjamem, da že vnaprej obstaja rešitev, da lahko kakšna od mojih vnaprej pripravljenih kombinacij pripelje do zadovoljive spremembe. Izogibajmo se stereotipom, ki vodijo v predpostavljeno objektivnost in determinizem! Uprimo se predpostavkam in osebnemu mnenju o uporabniku, s katerim se pogovarjamo v odnosu pomoči!
- osredotočati se je treba zlasti na to, kaj uporabniki trenutno potrebujejo in ne na vizije o tem, kaj bi bilo po našem mnenju dolgoročno bolje zanje; ravnajmo se v skladu s prepričanjem, da je vsak delovni odnos autopoietski proces, v katerem se nenehno

- gradijo in podirajo možne resničnosti in nove življenjske zgodbe, in samo tisti deli pogovora, ki se resnično dotaknejo njegove epistemologije, imajo možnost zaživeti.
- ves čas si prizadevamo doseči čim bolj hermenevtično razumevanje, saj verjamem, da večje kot je naše razumevanje drugega, lažje bo ta razvil občutek resničnosti samega sebe;
 - brezpogojno verjemimo v zmožnosti uporabnika, saj je brez te vere zelo verjetno, da je poskus spremembe že vnaprej obsojen na propad.
 - vse zgoraj navedene ugotovitve veljajo za vse tri analizirane prepise pogovorov.

Narativni pristop:

- Postavljal sem vprašanja z namenom odpreti nove možnosti konstrukcije pomenov.
- Vprašanja sem postavljaj, da bi zbral ustrezne informacije in bi se Mihela prek odgovorov začela zavedati svojih možnosti, izvora svoje negativne samopodobe in vzrokov, ki so jo pripeljali do sedanjega položaja.
- Nisem postavljaj diagnoz in dajal nasvetov; večina pogovorov je potekala s postavljanjem vprašanj in z uporabo tega, kar sem izvedel ter z mojimi razmišljanji, katerih cilj je bil podpreti Mihaeline potenciale za oblikovanje nove podobe o sebi in pisanje nove zgodbe.
- Mihaelo sem skušal spodbuditi, da bi prek odgovorov prišla do novih sklepov o svojem življenju.
- Svoje zaključke in interpretacije sem poskušal zadržati zase oz. jih ne vsiljevati sogovornici.
- Mihaeli sem ponudil sliko o njej (identiteto) kot ključni figuri v življenju ljudi iz njenega neposrednega okolja.
- Mihaeli sem s postavljanjem vprašanj ponudil podobo (identiteto), da je zaupanja vredna oseba.
- Mihaeli sem ponudil podobo (identiteto), da je močna in odgovorna.
- Skupaj sva se lotila opredelitve problema.
- Sodelovala sva pri raziskovanju možnosti za rešitev problema.
- Mihaelino zgodbo sem sprejel kot popolnoma resnično oz. verodostojno.
- Poiskala sva izkušnje iz preteklosti, ki bi ji lahko pomagale delovati v aktualni situaciji (svetli trenutki).
- Ves čas sem se trudil ohranjati varen prostor za pogovor.

- Skupaj sva iskala vire njene moči.
- Pogovarjala sva se o preteklosti, sedanjosti in prihodnosti.
- Odpiral sem ji pogled na možnosti, da si sama oblikuje svoje vizije zelenih odzivov in dejanj.
- Spodbujal sem jo, da prevzame odgovornost za svoje življenje.
- Čeprav se zdi, da se je na koncu vse dobro izteklo, menim, da sem na neki nezavedni ravni pogovor še vedno preveč vodil v smer, ki se je meni kot pomagajočemu zdela dobra in zaželena za Mihaelo.
- Menim, da se je ključni trenutek krepitve in potrditve nove zgodbe njenega življenja zgodil na koncu, ko me je pogledala v oči, kot da bi iskala potrditev pravilnosti nove življenjske zgodbe, ki jo je želela uresničiti.

7 RAZPRAVA

»Vedno si prizadevajte povečati število izbir! Svet, kot ga doživljamo, je naša lastna domišljija, stvaritev« (Foerster, 1984, str. 308).

RV 1: Kaj ločuje moderno paradigmo od postmoderne?

Glede na obdelano teoretično gradivo se izkaže, da je ključna stvar, ki razlikuje moderne teorije od postmodernih, ta, da paradigma moderne s kibernetiko prvega reda (K1R) temelji na predpostavki obstoja objektivne realnosti in objektivnih resnic. Postmoderna s kibernetiko drugega (K2R) in tretjega reda (K3R) zavrača predpostavko o obstoju končne resnice in objektivnega sveta, ki ga lahko razumemo s pomočjo velikih teorij (Burr, 2001, str. 45). V K1R je svet obravnavan strukturno, tj. kot da je sestavljen iz dejansko obstoječih skritih struktur, ki jih poskušamo razumeti, medtem ko K2R in K3R kažeta na dejstvo, da se z jezikom, ki velja za osnovo konstruiranja realnosti, svet vsak dan znova ustvarja in vzdržuje z medsebojnimi interakcijami posameznikov.

Po omenjenem epistemološkem razcepu je v postmodernosti prišlo do še enega, čeprav ne tako »dramatičnega« paradigmatkega premika, in sicer od K2R, ki se opira na konstruktivizem, h K3R, ki se opira na socialni konstrukcionizem. V skladu s paradigmo K2R je človek sam odgovoren za svoje konstrukcije sveta, medtem ko paradigma K3R predpostavlja, da je človekovo vedenje pogojeno (tudi) z vplivi okolja, njegovih diskurzov, pripovedi in metanaracij določenega časa in prostora.

Strokovnjak, ki se pri svojem delu opira na K1R, želi svoje objektivno znanje in nasvete posredovati uporabniku, ki naj bi jih sprejel in v skladu z njimi organiziral svoje življenje. Strokovnjak, ki svoje delo utemeljuje na K2R, se zaveda, da v delovnem odnosu sodeluje kot aktivni udeleženec in ima določen vpliv na potek odnosa, v katerem zaupa v moč uporabnika, da spremeni svojo aktualno problemsko situacijo s preoblikovanjem svojega pogleda na svet (Dallos in Urry 1999, kot navedeno v Šugman Bohinc, 2010, str. 62). Strokovnjak, ki pri svojem delu izhaja iz K3R, meni, da je delovni odnos brez konca, pri čemer nihče od vpletenih nima potrebe po zadnji besedi v procesu pomoči (Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 12). Za pogled K2R so značilne prostorske metafore, kot so homeostaza, krožnost in autopoiesis, ki pojasnjujejo, kako entiteta ostaja ista, medtem ko uporablja K3R časovne metafore, kot so pripoved, zgodovina in tok, ki kažejo na neprekinjen proces njihovega spreminjanja »kot reke, ki tečejo skozi čas« (Hoffman, 1990, v Šugman Bohinc, 2010, str. 62).

Menim, da je K2R kljub temu, da je v primerjavi s K1R naredila velik korak naprej, v svojih prvotnih stališčih preveč rigidna za tisto, kar nekateri imenujejo teorija brez teorije. Po daljšem razmisleku se mi zdi, da sklop teorij, združenih pod imenom K3R, ponuja veliko prožnejši opis sistemske in procesne kompleksnosti napredovanja v smeri zelenih ciljev ob čim manjšem obstoju okvirov ali meja, kot tudi za večjo pretočnost v delovnem odnosu in bolj sproščen prostor za delo z več možnostmi. Te možnosti se povečujejo z razbremenitvijo posameznikove absolutne odgovornosti za svoje življenje in ponujajo možnosti za odkrivanje težav in iskanje rešitev v interakciji z okoljem, za katero K3R predpostavlja, da ima velik vpliv na življenje in identiteto posameznika. Ta misel izhaja iz trditve družbenih konstrukcionistov, da so realnosti družbeno konstruirane (Freedman in Combs, 2009, str. 71) in da so družbeni procesi osnova znanja (Burr, 2001, str. 33–35) in osnova družbene autopoiesis (Luhmann, 1991, str. 22, kot navedeno v Šugman Bohinc, 2000). Razliko med razlagama autopoiesis skozi K2R in K3R razumem v tem, da K2R opisuje autopoiesis kot nekaj, kar se nenehno ustvarja (proizvaja) na enak način, medtem ko K3R v tem nenehnem ustvarjanju vidi možnost spremembe. Razlaga je naslednja: če se nekaj nenehno ustvarja na novo (proizvaja, konstruira), potem se lahko v vsakem trenutku ustvari na drugačen način. Na ta način lahko tako sebe kot uporabnike poskušamo osvoboditi psiholoških in družbenih okvirov, ki nas trivializirajo in določajo v nespremenljivem (objektivnem), ter tako osvobojeni z refleksijo o nenehnem samopreoblikovanju poskušamo sebe in svet, v katerem živimo, konstruirati skozi bolj zaželeno zgodbo lastnega življenja, ki bodo nekoč morda postale naša dominantna realnost.

RV 2: Kako prakticirati konstruktivizem in socialni konstrukcionizem v kontekstu socialnega dela in psihoterapije?

Objektivni svet »obstaja«, dokler ga sami doživljamo kot takega. Konstruktivisti zagovarjajo razumevanje, da resnica ne more obstajati neodvisno od človeškega uma (Rorty, 1989, povzeto po Freedman in Combs, 2009, str. 79). In da se svet, v katerega se rodimo, zdi tako resničen le zaradi konstrukcije naše zavesti, ki se oblikuje pod vplivom določenega časa in prostora (tradicij, diskurzov, metanaracij). Svet, v katerem živimo, in naše programiranje z jezikom tega sveta nas postavljata v položaj, da sebe in druge doživljamo kot nekaj, kar objektivno obstaja. Če izhajam iz ideje, da kot oseba nisem svoje fizično telo, temveč psihološki konstrukt lastnih izkušenj, misli, nakopičenega znanja, domišljije, ustvarjalnosti, večje ali manjše svobode mišljenja in delovanja, lahko razumem, da so vse fizično neobstoječe abstrakcije, s katerimi na določen način gradim sebe in ki jih na določen način gradijo vplivi okolja, tako zgrajene samo zato, ker se jaz s svojimi mislimi in dejanji tako gradim in ker me okolje s svojimi mislimi in

dejanji tako gradi. Ali je tako zaradi mojega zavedanja obstoja objektivnega, ki je kot tako edino možno, ali je tako zato, ker si ne upam odstopiti od tega, kar so mi privzgojili kot pravilno in objektivno obstoječe, ali je tako zato, ker se želim nekomu dokazati, ker si želim ljubezni, ki je pogojevala določen način mojega samoustvarjanja, ali gre za kaj drugega? In ali je to zaradi okolja, ki ga v njegovem vedenju usmerjajo tradicije, družbene vrednote, diskurzi, metanaracije?

Samo razmišljanje o tem se mi zdi precej nerelevantno za naše življenje, dokler živimo zgodbo, nasičeno s problemi. Prav tako je v takšnih razmerah nesmiselno poslušati »predavanja« o tem, kaj bi morali storiti, kako bi morali kaj storiti, kaj bi bilo za nas pametno itd. Vsak človek ima neko predstavo (zavestno ali nezavedno, na ravni občutkov ali čustev) o tem, kje se trenutno nahaja, kaj trenutno potrebuje, česa se želi znebiti in kako lahko to doseže. Prav zato mora biti dialoški pogovor usmerjen v odkrivanje posameznikovih lastnih moči in zmožnosti, v oblikovanje zemljevida ozemlja, na katerem se posameznik trenutno nahaja, v odkrivanje in širjenje možnosti, ki jih vsebujejo misli, moči, izkušnje, ustvarjalnost in veščine uporabnika, s katerim delamo. Usmerjen mora biti v razumevanje uporabnika kot strokovnjaka iz izkušenj in refleksijo nas, ki sodelujemo z njim, kot ustvarjalnega strokovnjaka za dialog, ki vodi k temu, da se sogovornik doživi kot izvedenec za lastno življenje in se zaveda, da lahko doseže spremembe v svojem življenju. Pogovor, usmerjen v osvetlitev potenciala. V odpiranje možnosti. In ne v prazne nasvete, podprte z zapuščino družbene dediščine časa in prostora, v katerem se je posameznik rodil in živi. Zato bi moralo biti ključno vprašanje vsakega strokovnjaka: »Kaj in kako lahko v delovnem odnosu naredim(o), da z uporabniki zagotovimo, soustvarimo, skupaj osvetlimo nekaj, kar bo človeku ostalo po pogovoru kot izhodišče za ustvarjanje zelenih sprememb v svojem življenju, v svoji zgodbi?«

Na primer, kakšen smisel ima, da osebi, ki pravi, da se želi samo z nekom pogovoriti, nalepimo diagnozo depresije in anksioznosti z razlago, da bo vse to minilo po nečem, kar se danes popularno imenuje mladostniška kriza? Ali da rečemo osebi, da je lena in nekoristna z namenom, da bi jo spodbudili k delu? Menim, da predstavljeni zapisi pogovorov dovolj nazorno kažejo ali vsaj omogočajo razumevanje, da način, kako pomagajoči govori z uporabnikom, usmerja nadaljnji potek delovnega odnosa, delež uporabnikove aktivne udeležbe, njegovo nadaljnje delo na sebi in odnos z okoljem, ozaveščanje nezavednih motivov, spreminjanje stanja zavestne pozornosti iz negativnega v pozitivno, iz melanholije v občutek osebne moči, iz brezupa v načrtovanje prihodnjih dejanj. In vse to z odnosom, ki spodbuja, krepi moč,

radovedno raziskuje zgodbe in možnosti, podpira, krepi, poskuša drugega čim bolj videti, doživeti, začutiti in razumeti.

Če identiteto osebe, s katero se pogovarjam, poskušam ločiti od diagnoze, tako da diagnozam, ki jih je prinesel v delovni odnos, ne pripisujem nobenega bistvenega pomena za odnos in proces sodelovanja, se lahko ta oseba zave, da sta ona in njeno življenje veliko več kot opis vsebine, na primer obsesivno-kompulzivne motnje. Zato se sam ne ukvarjam z diagnozami in ne berem ocen strokovnjakov, ki jih je uporabnik obiskoval, preden se je srečal z mano. S takšnim pristopom ljudje običajno že po nekaj srečanjih pozabijo na diagnoze ter svojo energijo in osredotočenost usmerijo v iskanje rešitve za svojo situacijo.

Če govorimo o problemu, ustvarjamo in krepimo problem (Šugman Bohinc, 2010), če govorimo o rešitvi, ustvarjamo rešitev, če govorimo o osebni moči, ustvarjamo osebno moč, če izstopimo iz diagnoz in okvirov, ustvarimo nove možnosti. Bistvo je v umetnosti vodenja pogovora, ki je osredotočen na posameznika in njegove želje in potrebe. Meje možnosti pa so le v naših osebnih omejitvah domišljije, duha in prepričanja v možnost ustvarjanja nečesa novega. Mislim, da sem to pisno prikazal in na nek način potrdil s primeri transkribiranih delov pogovorov, ki so vključeni v to diplomsko delo. Vpliv delovnega odnosa, utemeljenega na postmodernizmu - konstruktivizmu in socialnem konstrukcionizmu -, je razviden iz refleksij mojih sogovornikov v prilogi 4. Refleksije so kodirane in združene v kategorije. Pa tudi vsakomur od nas prepuščam svobodo, da si jih razlaga po svoje.

RV 3: Kako se spreminja paradigma poklicev pomoči, kot sta socialno delo in psihoterapija?

Narativno-dialoški pristop v socialnem delu pomeni prehod od objektivizma h konstruktivizmu in socialnemu konstrukcionizmu. To pomeni temeljno spremembo drže oz. pristopa pomagajočega in uporabo inovativnih dialoško-narativnih konceptov, metod in načinov ravnanja (tehnik) za sodelovanje z uporabniki.

Kot socialni delavci in/ali terapevti se moramo zavedati, da znanje, ki ga imamo, ni zanesljivo (Burr, 2001, str. 33–35) in da so realnosti socialni konstrukti (Freedman in Combs, 2009, str. 71). To nam prinaša premik od kibernetike prvega reda h kibernetiki drugega in tretjega reda. V takšnem pogledu na svet ni prostora za zatiranje drugih z našimi osebnimi (subjektivnimi) resnicami. Od epistemologije tistega, ki pomaga, je odvisno, ali bo delovni odnos »zapor« ali generator priložnosti, zato moramo pri razvijanju rešitve v delovnem odnosu svoje strokovne

in osebne interpretacije ponuditi kot hipoteze in jih ne vsiljevati uporabnikom kot objektivne resnice. Zavest o vlogi soustvarjalca odnosa, procesa in rezultatov sodelovanja lahko veliko močnejše vpliva na motivacijo uporabnika za reševanje trenutnih življenjskih situacij in pozitivno samopodobo, ki s seboj prinaša vero v lastne zmožnosti.

Pomagajoči delavci se morajo tudi zavedati, da se delovni odnos ne razvija linearno, temveč krožno. Kot strokovnjaki smo le del podpornega sistema. Uporabnik ni izoliran posameznik v svetu, v katerem živi, temveč je povezan s povratnimi zankami, ki vplivajo nanj, tako kot on vpliva na svet in neposredno okolje, v katerem živi. Zavedati se morajo, da je nerealno pričakovati spremembo, ki bi bila le posledica spremembe vedenja oz. dejanj uporabnika, temveč je ta sprememba odvisna tudi od vedenja oz. dejanj socialne mreže, skupnosti in širšega okolja do njega. Pri tem sodelujejo tudi prevladujoče družbene pripovedi in metanaracije, diskurzi, tradicije družbenih vrednot, pa tudi revščina in poreklo, povezani s socialnim kapitalom in številnimi drugimi dejavniki, ki neposredno ali posredno vplivajo na človekovo življenje in priložnosti.

Če na nekoga gledamo kot na strokovnjaka iz izkušenj, lahko s hermenevtičnim razumevanjem prispevamo k aktiviranju njegove osebne moči pri ustvarjanju priložnosti za spreminjanje življenjskih okoliščin. Zato bi uporabnikom morali omogočiti, da se nam predstavijo v svoji najboljši različici in tako med drugim vključijo svoje lastnosti in zmožnosti v ustvarjanje svoje nove identitete, podprte z nastajajočo novo življenjsko zgodbo. Še enkrat poudarjam, ne razčlenjujmo zgodb, polnih problemov, saj to utrjuje obstoječe in dodatno ustvarja težave in uporabnike zlahka spravi v stanje odpora do sodelovanja v delovnem odnosu pomoči.

Dana nam je priložnost, da zavrnemo ustaljeni pristop strokovnjakov, ki temeljijo na opisovanju temperamenta in karakterja ali identitete uporabnika kot nečesa objektivnega in nespremenljivega ter stopimo iz okvira, ki ga takšne klasifikacije nosijo. Izstop iz okvirov omogoča svobodo za osebno rast, razvoj in spremembe. Na ta način lahko delovni odnos nenehno ohranjamo odprt za nekaj novega in bolj konstruktivnega in nam ni treba končati procesa (Čačinovič Vogrinčič, 2008, str. 12).

Glavni cilj je doseči splošno spremembo načina pogovora v delovnem odnosu socialnega dela in psihoterapije (glej na primer Barnes, 2002, 2008; Šugman Bohinc idr., 2007). Predmet delovnega odnosa pomoči kot dialoške prakse naj postane pogovor v skladu s hermenevtično metodo proces, v katerem sogovornika interpretirata interpretacije drug drugega na način, ki vodi k obogatitvi osebnega razumevanja vsakega sogovornika in razvoju novih skupnih

razumevanj ali dogovorov, pri čemer se interpretativna raznolikost in edinstvenost sogovornika ne izgubita.

8 SKLEPI

Filozofi in znanstveniki že od samih začetkov biologije opažajo, da žive oblike na številne na videz skrivnostne načine združujejo stabilnost strukture s fluidnostjo sprememb. Kot vrtinci so odvisne od stalnega pretoka snovi skozi njih; kot plameni preoblikujejo snovi za svojo dejavnost in rast. Toda v nasprotju z vrtincem ali plamenom se žive strukture razvijajo, razmnožujejo in evoluirajo» (Capra, 1998, str. 172).

- **Dialogi, predstavljeni v treh prikazanih transkriptih, temeljijo na konstruktivistični praksi in narativnih dialoških pristopih k pomoči.**

Sklep se nanaša na vse tri transkripte, v katerih sem se izogibal "objektivnim" resnicam, diagnozam, izražanju lastnih stališč in misli o tem, kaj bi bilo treba storiti, skušal sem poslušati, razumeti, poskušal sem poslušati, razumeti, tolerirati in podpirati, kar so mi uporabnice povedale. Z vprašanji sem jih skušal spodbujati k oblikovanju osebnih rešitev, odkrivanju lastnih moči, oblikovanju alternativnih pogledov nase, oblikovanju in gradnji novih zgodb o svojem življenju z večjim deležem njih samih kot strokovnjakinj za lastno življenje

- **Radovednost strokovnjakov pri raziskovanju sveta uporabnikov se kaže v postavljanju vprašanj, na katera ni vnaprej določenega odgovora (vprašanja, npr. A5, A7, A14, A15, A17, B3, B8, C2, C5, C11, C12, C13 itd.).**

To velja za vse tri prepise in večino zastavljenih vprašanj. Vprašanja, ki jih postavljam iz prostora radovednosti in lastnega pomanjkanja znanja, odpirajo sogovornikom prostor za oblikovanje lastnih rešitev, ki so v skladu z njihovim trenutnim položajem (psihološkim, ekonomskim in sociološkim) ter njihovo individualno epistemologijo.

- **Moje ideje, komentarji in mnenja o izrazih in odgovorih uporabnikov odražajo le moje osebne interpretacije (npr. zlasti A6, A8, A18, B1, B10, B16, B19, C4, C6, C23 itd...).**

Na podlagi analize transkriptov lahko sklenem, da vseh mojih idej, sklepov, prepričanj in stališč do povedanega ni mogoče obravnavati drugače kot moje lastne interpretacije. To vključuje vse moje misli v prepisih, ki niso označene kot Strokovni komentarji mojega ravnanja.

- **Pogovor vodi in usmerja strokovnjak, od čigar vprašanj, razmišljanj in razlag je odvisen njegov nadaljnji potek in smer (npr. A1, A5, A14, A17, B2, B3, B4, B8, C2, C3, C5, C7 itd...).**

Ne glede na to, kako zelo se trudim, se ne morem znebiti vtisa, da po analizi transkriptov ne vidim svojega vpliva na potek procesa pomoči, za katerega na nekaterih mestih po podrobnem samopregledovanju ne morem trditi, da ne presega meja vsiljevanja mojih rezultatov želenim rezultatom koristnikov.

- **Zlasti je pomembno, da med pogovorom ne postavljamo diagnoz ali ugotavljamo identitete uporabnika na kakršen koli drug negativen način (npr. A1, A30, B13, B18, C10, C24 itd.).**

V pogovoru ni bilo nikjer omenjeno nič, kar bi kazalo na postavljanje kakršnih koli diagnoz ali trditev, ki bi uporabnice "objektivizirale" ali determinirale z določeno vlogo.

- **Za vodenje pogovora je pomembno: a) zagotoviti varen prostor, b) čim bolj skrajšati razpravo o problemu in c) osredotočiti se na odkrivanje in ustvarjanje priložnosti (npr. a/A1, a/A4, a/A12, b/A5, c/A24, b/B4, b/B6, b,c/B22, c/B3, c/B5, c/B10, c/B15, a/C14, c/C3, c/C10, c/C13 ...).**

Občutka varnosti ni lahko izkusiti prek zapisov, ampak ga je mogoče bolj občutiti prek pogovora. Morda ga je mogoče najbolj "doživeti" skozi razmišljanja uporabnikov, ki so kodirana in priložena tej analizi. Ta je bistvenega pomena za osvoboditev lastnih misli sogovornikov, kar jim omogoča konstrukcijo novih zgodb. Razprave o problemih so bile zreducirane na najmanjšo možno mero, kolikor je bilo potrebno, da so uporabnice zadovoljile potrebo po pripovedovanju zgodb, nasičenih s problemi, ki so do tistega trenutka zasedale njihovo življenje. Osredotočenost na možnosti, brez dvomov, skepse in nejevere v možnost njihove uresničitve, ne glede na to, kako neverjetno in nerealno zvenijo, odpira prostor za ustvarjalnost pri ustvarjanju novih, bolj zaželenih zgodb.

- **Pomembno je a) skrbno izbirati besede, besedne zveze in izraze, ko govorimo in postavljamo vprašanja; b) osredotočiti se na to, kar je tukaj in zdaj, in ne na to, kar bi moralo biti (npr. a/A2, a/A7, a/A22, b/A31, b/A37, b/A38, B/A39, b/A41, a/B2, a/B3, b/B6, b/B9, a/C10, a/C14, b/C5, b/C19 ...).**

Jezik je ključni dejavnik za uspeh pripovednih dialoških pristopov k procesom pomoči. Način, kako oblikujemo in izgovarjamo vsako posamezno besedno zvezo in stavek, usmerja nadaljnji potek procesa pomoči. Lahko je spodbuda, navdih, odpira možnosti, konstruira nove misli in

ideje, nove podobe o nas, dekonstruira obstoječe, rekonstruira tisto, kar nas zatira, zavira in zapira, po drugi strani pa lahko "objektivizira", "določa", stigmatizira, ponižuje, jemlje osebno moč itd.

- **Pomembno je, da se izogibamo izražanja lastnih mnenj in nasvetov uporabnikom (npr. A29, B11, B15, C3, C5, C18, C22, C23...)**

Nerealno je pričakovati, da bodo naša osebna mnenja in nasveti, ne glede na to, kako premišljeni so, ustrezali epistemologiji osebe, s katero se pogovarjamo, ter da bodo proniknili v njene trenutne možnosti glede na njen osebni položaj in okolje, v katerem se nahaja. Iz transkriptov je razvidno, da sem se izogibal mnenjem in nasvetom. Največ, kar sem si dovolil komentirati, so bile interpretacije in refleksije, ki so temeljile na tem, kar sem izvedel s postavljanjem vprašanj.

- **Pomembno je, da pozorno poslušamo in preverjamo svoje razumevanje (A9, A43)**

Kadar nismo prepričani, da razumemo zgodbo nekoga (in še posebej kadar mislimo, da jo razumemo), je pomembno, da preverimo svoje razumevanje z vprašanji o uporabnikovem razumevanju. Pozorno poslušanje nam pomaga slišati "malenkosti", ki jih lahko pozneje uporabimo kot vire in podlage za nove življenjske zgodbe.

- **Pozitivne izkušnje so eden od osnovnih virov priložnosti za razvoj novih zgodb in zavedanja o osebni moči uporabnikov (npr. A14, A15, A17, A19, B3, B5, B10, B13, C1, C13,...)**

Prejšnje pozitivne izkušnje lahko postanejo podlaga za nove življenjske zgodbe. Z njihovo obdelavo in dodajanjem novih podrobnosti lahko sestavimo novo osnovo za nekovo življenje.

- **Zaželeno je poiskati vire moči iz družbenega okolja in alternativne poglede skozi pogovor (npr. A25, B5, B7, B10, B11, B12, C6, C7, C15 ...).**

Pomembni drugi imajo lahko ključno vlogo pri spreminjanju posameznikovega pogleda na sebe, načina razmišljanja o sebi in drugih ter so lahko katalizator sprememb. To, kako dojemamo sami sebe, je pogosto posledica vpliva okolja na nas. Če v okolju najdemo nekaj ali nekoga, ki pozitivno vpliva na naše življenje, se to lahko izkaže kot ključni dejavnik pri oblikovanju novega mnenja o sebi.

- **Zaželeno je, da v pogovoru poiščete druge vire osebne moči (npr. A29, A34, C8, C10, C17, C18, C19 ...).**

Viri osebne moči so lahko skoraj vse. Ni pomembno, kako se zdijo videti nam, temveč tistemu, ki je prišel po pomoč.

- **Odzivanje na odpiranje novega povečuje število možnosti (npr. A20, A42, B7, B14, C18, C24...)**

Pozorno poslušanje nam ponuja gradivo za gradnjo nečesa novega in drugačnega od prejšnjega.

- **Pomembno je, da oblikovanje odgovorov prepustite uporabnikom (npr. A20, B11, B15, C3, C5, C21...)**

Če uporabniki sami oblikujejo odgovore, jih to postavlja v položaj osebne moči in odgovornosti za lastno življenje. Na ta način postanejo osnove novega izdelki njihove osebne epistemologije, kar pomeni, da imajo na njeni podlagi izkušnje in načine razmišljanja, ki neposredno podpirajo uresničevanje tistega novega.

- **Poleg postavljanja vprašanj lahko prispevam k odkrivanju, ustvarjanju in širjenju novih zgodb, s svojimi refleksijami in interpretacijami tega, kar sem dobil v pogovoru (npr. A29, A32, A48, A49, B15, B19, B21, C10, C15, C24 ...).**

Tudi vsa moja razmišljanja in interpretacije, izražene na podlagi tega, kar sem slišal v procesu pomoči, lahko prispevajo k odkrivanju, ustvarjanju in širjenju novih zgodb. Menim, da morajo moja razmišljanja in interpretacije do neke mere sovpadati z epistemološkimi izhodišči tistega, s katerim se pogovarjamo.

- **Pogovor je treba voditi skozi preteklost, sedanjost in ga razširiti v prihodnost (npr. A14, A48, C13, C19, ...).**

Preteklost omogoča iskanje pozitivnih izkušenj. Po drugi strani pa uporabnikom omogoča, da povedo svojo zgodbo, če in kolikor je to potrebno. Sedanjost odpira možnost dela s tem, kar je tukaj in zdaj. Prihodnost omogoča, da si predstavljamo, razširimo in zasidramo novo zgodbo v prihodnosti ter jo povežemo s prihodnjimi dejanji.

- **Učinkovito je uporabnikom prepustiti odgovornost za njihovo življenje (npr. A32, B13, B14)**

Ko se znajdejo v položaju, ko lahko sami odločajo o svojem življenju in določajo svoje moči, želje, možnosti in dejanja, večina uporabnikov dokaj hitro doseže položaj, ki jih potegne v samouresničitev.

Moje refleksije na podlagi analize transkriptov:

Svet, v katerem živimo, se spreminja. Ko se spreminja svet, se s svetom spreminjamo tudi mi. In on se spreminja z nami. S svojimi dejanji spreminjamo svet, spremenjeni svet pa spreminja nas. Čista krožnost, ki temelji na povratnih zankah. V tej nenehni in neustavljivi spremembi novi svet prinaša nove načine razmišljanja in razlage sveta za nas, ki v njem sodelujemo. Ko se te nove interpretacije pojavijo, nam na individualni ravni (spet) počasi začnejo primanjkovati besede, ki bi vsebovale in opisovale pomen, ki ga individualno ustvarjamo z željo po interpretaciji drugim, ki bi čim natančneje opisovale tisto novo, ki ga ustvarjamo v svojih mislih in si ga predstavljamo v tem novem svetu. Ali ne bi bilo čudovito, če bi se zavedali, da je vse, kar si predstavljamo, mogoče realno objektivizirati v resničnost našega sveta. In da ta svet ni nespremenljiv. Vsaka naša ideja je lahko potencialno nova zgodba našega življenja, vsako naše dejanje zunaj sprejetih vzorcev obnašanja je lahko priložnost za nekaj novega, vsaka naša nova izkušnja je lahko pot k vedno večji kompleksnosti razumevanja in ustvarjanja lastnega življenja in zgodb, ki v njem prevladujejo.

Zaradi tega, da ne bi bili sledilci obstoječega, ki ga določajo okviri obstoječih podob objektiviziranega sveta, da nam ne bi ušle lastne možnosti ustvarjanja novih in drugačnih stvari, se moramo nenehno učiti novih oblik komunikacije z lastno zavestjo, ki temelji na ozaveščanju zavesti, razmišljanju o kibernetiki kibernetike, nenehnem učenju novih oblik komunikacije, izumljanju novih jezikov, novih besed, novih kontekstov in novih pomenov. Novi mi kot temelj novih konstrukcij sveta. Tako kot se je razvijal in se še naprej razvija jezik socialnega dela, ki krepi moč, se je treba zavedati potrebe po jeziku, ki spodbuja in ustvarja subjektivno individualno razumevanje sebe in drugih, strpnost, sprejemanje in spodbujanje raznolikosti nasploh. Tako kot se običajno učimo še vedno prevladujočega jezika, ki opisuje objektivno realnost sveta, v katerega smo se rodili, z vsemi njegovimi pomeni, konteksti, diskurzi in metanaracijami, bi nam moralo biti omogočeno, da razvijemo lasten jezik, ki bi opisoval naš lastni subjektivni svet, ki v nas vre in raste vse življenje ter hrepeni po aktualizaciji. Omogočiti nam je treba, da se zavemo, da je ta naš subjektivni svet lahko prav tako resničen kot vsi drugi, ki so nam bili opisani v našem življenju. Omogočiti nam mora, da razvijemo trdno vero vase, zaradi katere ne bomo mogli omahovati v svojih prizadevanjih, da bi si ustvarili svoj prostor pod soncem in poti do lastnih sanj. Omogočiti nam mora, da razvijemo empatijo do te mere, da bomo pri teh stvaritvah upoštevali tudi druge.

Nove smeri sistemske psihoterapije in drugih sistemskih pristopov pomoči s svojimi postmodernimi, konstruktivističnimi, socialnokonstrukcionističnimi in kibernetičnimi temelji, med katerimi so mi najbližji narativni (terapevtski idr.) pristopi, dojemam kot luč v temi današnje realnosti, zaslužnjene z demoni objektivnosti in korektnosti, v kateri ni prostora za individualnost, za nepravilnost, za neobjektivnost. Vidim jih kot priložnosti za gradnjo novega sveta, v katerem se lahko slišijo in priznajo resnice vseh vpletenih in ne le resnice peščice tistih, ki imajo družbeno moč.

Vsaka življenjska zgodba vsakega posameznika gradi svojo edinstveno resničnost. To, ali je ta svet videti normalen, malo manj normalen ali popolnoma nenormalen, bi moralo biti za pomagajočega in delovni odnos (kot tudi za vse druge odnose) popolnoma nepomembno. Vsak od nas ima potrebo, da pove svojo zgodbo in s pripovedovanjem aktualizira svojo podobo sveta. Potrditev tega sveta s strani drugih s sprejemanjem, razumevanjem in sodelovanjem v tej individualni subjektivni zgodbi v nas prebudi občutek lastnega obstoja, lastne pravilnosti in uspešnosti, lastnih sposobnosti in možnosti. S tem, ko nekdo verjame v svojo zgodbo in jo prakticira, ta zgodba pridobi legitimnost, ta svet postane resničen. Posledično lahko občuti varnost in vero vase, potrdi pomen lastne epistemologije, se opogumi za prihodnje delovanje na področju razvoja lastnih zgodb itd.

Če nam uspe razumeti, da je svet kot tak relativen in spremenljiv v nasprotju s prejšnjim razumevanjem, da obstajajo neizpodbitne objektivne resnice, če se nam uspe znebiti avtoritet, vtkanih v metanaracije in diskurze obstoječega sveta, ki določajo ta obstoječi svet, in tudi nas same, lahko vstopimo na področje brezmejnih možnosti ustvarjanja nečesa novega, drugačnega, lepšega, osebno NAŠEGA, kar vodi k zeleni samouresničitvi. Če nam bo uspelo razumeti, da nam lahko usode pripadajo, saj ima vsak od nas moč, da to stori, namesto da bi bila naša življenja omejena na spoznavanje, sprejemanje in opisovanje drugih, bomo lahko ustvarjali konstrukcije resničnosti, ki bodo zagotavljale priložnosti za nas vse.

Če bo svet, ki ga ustvarjamo, vključeval refleksijo, da bo v korist vseh udeležencev, če bo težnjo objektivizirati, dekontekstualizirati in posploševati (znanje, storitve itn.) nadomestil pristop individualizacije, razumevanja osebno zgrajenih pomenov in kontekstualizacije, potem verjamem, da si bomo ljudje povečali možnosti za ustvarjanje boljše različice sveta, ki obstaja danes. Zavedam se, da morebitna globalna uresničitev teh utopičnih misli in idej sodi nekam v daljno prihodnost, ki je ne bomo dočakali ne jaz ne moji otroci. A vseeno, kdo lahko to uresniči, razen nas samih? Kaj pa, če v kaj takega ne verjamemo? Kaj pa, če se sploh ne zavedamo, da

obstaja takšna možnost? In kdaj in kje začeti, če ne zdaj in tukaj? Kajti teorijo za kaj takega že imamo, manjka nam le praksa.

9 PREDLOGI

Glede na znanje in izkušnje, ki so mi trenutno na voljo, ter delo, predstavljeno v tej kvalitativni analizi, bom v nadaljevanju predstavil predloge na področju učenja, prakse in raziskovanja. Pri tem moram povedati, da sem prepričan, da bo predlagano le to, kar trenutno mislim in vidim. "Realnosti" in možnosti so vedno veliko bolj kompleksne, širše in globlje.

Na področju poučevanja:

- iznajti način, da bodo ideje postmodernizma, socialnega konstrukcionizma in narativnih dialoških pristopov postopoma in na razumljiv način dosegle čim več ljudi
- ustanoviti center za spodbujanje in širjenje idej, pristopov in praks dialogičnega pripovedovanja ter njihovo vključevanje v vsakdanje življenjske interakcije
- ideje postmodernizma in socialnega konstrukcionizma ter iz njih izhajajoča znanja in teorije naj se v čim večji meri vključijo v pisanje različnih učnih načrtov državnih institucij, ki vplivajo na vzgojo in izobraževanje mladih od vrtca dalje.
- Menim, da bi bilo treba jasneje (vidneje) opredeliti pomen paradigme ter ideje postmodernizma in socialnega konstrukcionizma predstaviti v okviru posebnega predmeta
- v izobraževanje vpeljati bolj praktični del, da bi študenti lahko izkusili vpliv tega pristopa na uporabnike

Na področju prakse:

- aktivno poslušanje uporabnikov je ključnega pomena
- pomembno je resno zanimanje in radovednost, da odkrijemo svet nekoga, njegovo zgodbo
- pomembno je biti osredotočen na razumevanje drugega in iskati priložnosti za rekonstrukcijo obstoječih zgodb
- pomembno je, da na uporabnika ne gledamo kot na težavo; zato je tudi neprimerno nekoga diagnosticirati
- za vodenje psihoterapevtskih pogovorov ali projekta, si z branjem in preučevanjem obstoječe literature čim bolj pomagati pri izboljšanju samih sebe; kot je razvidno iz analize zapisov v tem diplomskem delu, bi bilo mogoče marsikaj narediti drugače,

bolje od mojega takratnega nastopa; samokritičnost, širjenje znanja, ki ga imam, in razmišljanje o njem, da bi nekako uspel vsaj delno doseči ideje, ki so jih pri svojem delu (tudi pri vsakem posameznem stavku in postavljenem vprašanju) uporabili terapevti, ki so jih razvili, pa tudi tisti, ki to smer še razvijajo

- menim, da bi moral dialoški narativni pristop preseči meje delovnega odnosa, psihoterapije ali IDPP in se kot standard razširiti v vsakdanje delovanje ljudi skozi socialne interakcije; podpora rasti in razvoju epistemologije vsakega posameznika je usmerjena v življenje, osebno pa to podporo enačim z izjavo Maturane in Varele, ko pravita, da imajo individualne prilagoditve 1., 2. in 3. reda na motnje iz okolja s pomočjo avtopoetskih procesov za osnovni cilj le ohranjanje svojega delovanja; če se torej kot okolje in perturbacija v življenju nekoga obnašam podporno, tako da ga skušam razumeti in mu biti v oporo, da bi razširil število možnosti, s tem podpiram njegovo življenje in tudi življenje nasploh
- pripraviti vaje in/ali smernice za narativni pristop za uporabnike pri izvajanju prakse na univerzi - uvesti delavnice skupinskega dela v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah, ki temeljijo na dialoškem narativnem pristopu, saj verjamem, da tak način dela pripomore k osebni rasti in razvoju vsakega posameznika na podlagi tega, kar je resnično njegovo (individualno in edinstveno videne izkušnje in priložnosti), ter k spoštovanju drugih z vsemi njihovimi razlikami; če nam uspe pronikniti v te razlike drugih, jih lahko dojemamo kot nekaj čudovitega, edinstvenega, v čemer se skrivajo možnosti za blaginjo celotne skupnosti; in prenehamo dojemati to različnost kot grožnjo lastni pravilnosti

Na področju raziskovanja dialoških pripovednih pristopov za pomoč v psihoterapiji in socialnem delu:

- v raziskave in razvoj čim bolj vključiti izkušnje in znanja uporabnikov
- na obstoječe teorije in pristope gledati kot na nekaj, kar se bo sčasoma zagotovo spremenilo; nobena teorija, ne glede na to, kako fantastična se nam je zdela, ni dosegla svojega idealno-utopičnega trenutka - teorije se spreminjajo v skladu z (nenehnimi) spremembami katere koli skupnosti
- kot priložnost za podporo teoretskim temeljem, iz katerih izhajajo dialoški narativni pristopi k pomoči, se mi zdi, da bi bilo treba dodatno preučiti filozofsko smer,

imenovano filozofija prakse, ki je od 60. let prejšnjega stoletja dejavna na območju nekdanje Jugoslavije (predvsem na Hrvaškem in v Srbiji)

- več izvedenih in objavljenih kvalitativnih raziskav o uspešnosti dialoških narativnih pristopov k pomoči v primerjavi z na primer klasično psihiatrijo
- pripraviti kakovostno sistematizirano predstavitev sedanjega razvoja in prakse dialoških pripovednih pristopov k pomoči
- nič ni dokončno, tako v procesih pomoči kot v razvoju terapije - ne smemo pozabiti na dozo kritičnosti in samokritičnosti do vseh obstoječih teorij; bodimo pozorni in nenehno preverjamo svojo prakso in prakso drugih

10 VIRI

1. Aldous, H. (2006). *Vrata percepcije*. Sarajevo: Reprint.
2. Barnes, G. (2018). Socijalna etika u psihoterapiji. Seminar. Zapiski seminarja pri Šoli za kibernetiko in sistemsko terapijo Rijeka (Rijeka 08. 4. 2018).
3. Bober, J. (1970). *Stroj, čovjek, društvo – kibernetika*. Zagreb: Naprijed.
4. Bouwkamp, R. & de Vries. (2002). *Psihosocialna družinska terapija*. Logatec: Firis, d. o. o.
5. Božić, D. (1991). Hrastovski anali. *Stigma, Časopis za kritiko znanosti*, 138–139, 137–157.
6. Burr, V. (2001). *Uvod u socijalni konstrukcionizam*. Beograd: Zepter book world.
7. Castaneda, C. (1972). *Put u Ixtlan*. Zagreb: V.B.Z.
8. Čaćinović Vogrinčić, G., Kobal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2005). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
9. Čaćinović Vogrinčić, G. (2008). *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
10. Dancy, J. (2001). *Uvod u suvremenu epistemologiju*. Zagreb: Biblioteka Filozofija.
11. Foucault, M. (1971). *Reči i stvari*. Beograd: Nolit.
12. Freedman, J., & Combs, G.(2009). *Narativna terapija, socijalna konstrukcija omiljenih stvarnosti*. Novi Sad: Psihopolis institut.
13. Foerster, H. V. (1984). *Observing Systems*. Seaside, California: Intersystems Publications.
14. Capra, F. (1998). *Mreža života*. Zagreb: Liberata.
15. Gostečnik, C. (2010). *Neprodorna skrivnost intime*. Ljubljana: Brat Frančišek – Frančiškanski družinski inštitut.
16. Haralambos, M. (1989). *Uvod u sociologiju*. Zagreb: Globus.
17. Herman, L. Dž. (2010). *Trauma i oporavak – Struktura traumatskog doživljaja*. Novi Sad: Psihopolis institut.
18. Hribar T. (1993). *Fenomenologija*, Ljubljana: Slovenska matica.
19. Kordeš, U. (2004). *Od resnice k zaupanju*. Ljubljana: Studia humanitatis.
20. Kordeš, U. (2005). Znanost s stališča udeležnosti. *Časopis za kritiko znanosti*, XXXIII(221), 207–220.
21. Lamovec, T. (2006). *Ko rešitev postane problem in zdravilo postane strup*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

22. Maturana, H., & Varela, F. (1998). *Drevo spoznanja*. Ljubljana: Studia humanitatis.
23. Mešl, N. (2007). *Teorije ravnanja in uspešnost procesov pomoči v socialnem delu z družinami* (doktorsko delo). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
24. Miller, L. (2006). Using narrative therapy in social work practice (str. 105-124). V: Miller, L., *Counseling Skills for Social Work*. London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publications,
25. Rebula, A. (2010). *Globine, ki so nas rodile*. Ljubljana: Mohorjeva družba.
26. Rus Makovec, M. (2003). *Zloraba moči in duševne motnje ter poti iz stiske*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
27. Šugman Bohinc, L. (1997). Epistemologija socialnega dela. *Socialno delo*, 36(4), 289–308.
28. Šugman Bohinc, L. (1998). Epistemologija socialnega dela II. *Socialno delo*, 37(6), 417–440.
29. Šugman Bohinc, L. (2003). Pripovedovanje zgodb v socialnem svetovanju in psihoterapiji. *Socialno delo*, 42(6), 377–383.
30. Šugman Bohinc, L. (2007). Komuniciranje in hermenevitična metoda pogovora v procesu raziskovanja življenjskega sveta uporabnika (str. 25-34). V: Šugman Bohinc, L., Rapoša Tajnšek, P., & Škerjanc, J., *Življenjski svet uporabnika. Raziskovanje, ocenjevanje in načrtovanje uporabe virov za doseganje zelenih razpletov*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo Univerze v Ljubljani.
31. Šugman Bohinc, L. (2008) *Ocenjevanje začetnih stikov v neprostoVOLJNIH transakcijah socialnega dela* (neobjavljeno študijsko gradivo). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
32. Šugman Bohinc, L. (2010). Od objektivizma h konstruktivizmu in socialnemu konstrukcionizmu v sistemski psihoterapiji. *Kairos, Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(1–2), 51–65.
33. Štajduhar, D. (2010). Uvod v konstruktivizem za psihoterapevte. *Kairos, Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(1–2), 29–48.
34. Šugman Bohinc, L., Rapoša Tajnšek, P., & Škerjanc, J. (2007). *Življenjski svet uporabnika. Raziskovanje, ocenjevanje in načrtovanje uporabe virov za doseganje zelenih razpletov*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
35. Urek, M. (2005). *Zgodbe na delu: pripovedovanje, zapisovanje in poročanje v socialnem delu*. Ljubljana: Založba /*cf.
36. White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. W. W. Norton, New York.

37. Žagar, M. (2013). *Nevrološko-sinergetski opis procesov soustvarjanja in integracije novih vzorcev sistema v kontekstu pomoči* (diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

11 PRILOGE

11.1 Priloga 1: Transkript 1 z dodanimi interpretacijami in strokovnimi komentarji mojega ravnanja v dialogu z uporabnico Hano

Trenutno sodelujem z Rdečim križem pri vodenju projekta, financiranega iz evropskih sredstev. V okviru drugih dejavnosti Rdečega križa je bila ustanovljena skupina za krizne situacije, preprečevanje nasilja v družini in tveganega vedenja, v katero sem kot prostovoljec vključen od leta 2012. Osnova dejavnosti je zagotavljanje psihosocialne podpore in pomoči žrtvam nasilja in osebam, ki se vedejo samodestruktivno.

Nekega dne je k nam prišlo mlado dekle Hana (17 let) in izrazilo željo po hospitalizaciji na zaprtem oddelku psihiatrične bolnišnice v Varaždinu. Pravzaprav je iskala psihiatra z Inštituta za javno zdravje, ki se nahaja poleg prostorov RK in kjer je bila že večkrat, vendar so na inštitutu tistega dne iz nekega razloga delali le do 12. ure. Rekel sem ji, da tam ni nikogar in ga tistega dne ne bo več, naj pa mi pove, če ji lahko jaz kakorkoli pomagam. Po teh besedah se je začela rahlo tresti, roke so se ji tresle, videti je bila, kot da je v šoku, njen pogled je bil usmerjen nekoliko vstran v tla ... Previdno sem ji rekel, da se mi zdi, da v tem trenutku namestitev na zaprtem oddelku morda ni najboljša rešitev in da se morda lahko z mano pogovori o težavah, ki jih ima, kakršnekoli že so. Ni se želela pogovarjati, a je rekla, da je zdaj v težavah, ker ji nihče ne bo verjel, da je prišla na inštitut. Na moje vprašanje, kdo ji ne bo verjel, ni odgovorila, vendar se je zdelo, da jo je pomiril moj predlog, naj fotografira odpiralni čas na vratih kot dokaz, da so zaprta. Povedal sem ji tudi, da bom po potrebi potrdil, da je prišla na inštitut.

Nato je odšla, a se je čez približno dve uri vrnila z očetom. Ostal sem v službi zaradi težav pri javnem naročanju blaga, potrebnega za projekt. Kadil sem pred vhodom, ko sta se pojavila. Ponovno sem vprašal, tokrat sem se obrnil na očeta, ali lahko kako pomagam, glede na to, da je hodila za njim s sklonjeno glavo. Takoj je začel govoriti v agresivnem tonu, da je hrvaški veteran, ki so mu diagnosticirali posttravmatsko stresno motnjo, da tudi njemu ni lahko, vendar tega ne dramatizira, in da si njegova hči nenehno izmišlja neke težave, da to ni več normalno, da je to nesmisel, da bi morala razumeti, da je to življenje, da bi ji končno nekdo moral razložiti pravo realnost ...

Glede na to, da se mi iz nekega razloga nakazana težava ni zdela primerna za zaprti psihiatrični oddelek, sem oba vprašal, ali se strinjata, da bi se poskušal pogovoriti s Hano. Predstavil sem se kot delavec Rdečega križa, povedal, da sem študiral socialno delo, smer Duševno zdravje v

skupnosti, in da sem trenutno v drugem letniku specialističnega študija psihoterapije ter od leta 2012 sodelujem v kriznem timu Rdečega križa. Po kratkem, ne preveč povezanem pogovoru se je oče pomiril in se strinjal s predlogom. Nato sem tudi njo vprašal, ali se strinja s predlogom in tudi ona se je strinjala. Vprašal sem jo, ali želi, da bi bil prisoten tudi oče, kar je zavrnila, on pa se je s tem strinjal.

POGOVOR	KOMENTARJI
Jaz: Najprej naj ti povem, da vse, o čemer se bova zdaj pogovarjala, lahko ostane skrivnost, če želiš, in da o tem ne bom govoril s tvojim očetom ali kom drugim, če ne boš želela, da govorim. Lahko mi poveš, kar hočeš, lahko molčiš o vsem, kar hočeš, in vse, kar boš povedala, bom sprejel kot resnično, kot tvojo resnico. Ali se s tem strinjaš in ali želiš k temu še kaj dodati, preden začneva?	A1:Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Postavljanje temeljev varnega prostora za pogovor, ki bo osnovan na zaupanju, svobodi izbire in enakopravnem položaju v pogovoru; poudarjanje obstoja njene osebne resničnosti kot enakovredne drugim;</i> A2: Moja refleksija o izbiri besed: <i>neprimerno izbrana beseda skrivnost, ki lahko povzroči občutek, da govorimo o nečem slabem, o čemer je v javnosti bolje molčati; bolje bi bilo govoriti o pomenu zaupnosti ob njenih izjavah, kar vodi v zaupanje</i>
Hana: Strinjam se, samo res si želim, da nihče ne bi ničesar vedel o tem, ker vsi vedo marsikaj in me zato preganjajo.	A3:Moja interpretacija videnega in slišanega: <i>Govorila je z rahlim premolkom pri odgovarjanju, gledala je vstran in v tla, celotno telo je bilo skoraj negibno.</i>
Jaz: Kar zadeva mene, si lahko prepričana. Rad bi te prosil, če nimaš nič proti, da mi malo bolj pojasniš, kdo te preganja.	A4: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>vzpostavljanje varnega prostora</i> A5: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Namesto vprašanja, kdo jo preganja, jo prosim oziroma povabim, naj mi pove nekaj več o vedenju okolja, če želi; ljudje imajo običajno potrebo, da nekomu, ki mu zaupajo, povedo o negativnih stvareh, ki so trenutno aktualne v njihovem življenju.</i>

Hana: Pregarjajo me ljudje iz šole in nekateri drugi, ki jih poznam na videz, sledijo mi na straneh na Facebooku, objavljajo o meni vse mogoče objave, spremljajo, kaj pišem, v šoli gledajo, kako se obnašam ... Hočejo, da se mi zmeša tega pritiska ne zdržim več, zato sem prišla v Center za preprečevanje zasvojenosti, da me pošljejo na zaprti oddelek, ker tega ne zdržim več.	A6: Moja interpretacija Hanine prve zgodbe o problemu: To si lahko razlagam tako, da Hana išče rešitev za svoje težave, kar se mi zdi pozitivno; čeprav je na ta način mogoče pod vplivom svojih prejšnjih izkušenj, ko ji je bila predlagana hospitalizacija, ali je bila hospitalizirana, kar jo usmerja k ravnanju v podobnih situacijah zdaj in v prihodnosti.
Jaz: Zakaj misliš, da se vsi ukvarjajo s teboj?	A7: Strokovni komentar mojega ravnanja: Morda ne bi smel uporabiti vprašanja »zakaj«, ampak »kdaj ste to opazili, kako ste to opazili, kdaj se je to začelo; pomembna je tudi intonacija glasa
Hana: Vidim v različnih objavah, da se ukvarjajo z mano, vidim, da se vse, kar se dogaja okoli mene, dogaja zaradi vpliva na moje življenje. To ni normalno. In moji starši se lahko nad tem pritožujejo in mi govorijo, da nisem normalna. Pravijo, da si to samo domišljam, vendar jaz vem, da se to resnično dogaja.	A8: Moja interpretacija slišane: Svojo resnico vidi skozi na podlagi resnic drugih. To lahko konstruktivistično oziroma v duhu postmodernih pristopov pomoči razumemo kot osebno moč in vero vase, za razliko od objektivistične drže, po kateri se običajno takšne osebne interpretacije ne jemljejo kot nekaj relevantnega za trenutno situacijo.
Jaz: Torej meniš, da skoraj ves svet gleda nate, kot da nisi normalna?	A9: Strokovni komentar mojega ravnanja: Preverjanje, ali sem jo pravilno razumel.
Hana: Da, ne samo, da nisem normalna, ampak se me hočejo tudi znebiti. O meni je toliko negativnih objav, karkoli odprem ali preberem, zadeva nekaj iz mojega življenja, in to ni dobro.	A10: Moja interpretacija slišane: Potrdi mojo domnevo in razširi definicijo problema.
Jaz: Ali omenjajo tvoje ime?	A11: Strokovni komentar mojega ravnanja: Vprašanje iz drže radovednosti in nevednosti, ki pa bi ga Hana lahko razumela kot izraz mojega dvoma v njeno zgodbo.
Hana: Ne, ampak vem, da gre za mene.	
Jaz: Kako ti gre v šoli glede ocen?	A12: Strokovni komentar mojega ravnanja:

	<i>Sprememba teme pogovora z namenom izogniti se situaciji, ki bi jo Hana lahko označila, kot da ji sam ne zaupam.</i>
Hana: No, precej dobro.	A13: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Pozitivno zaznavanje, ki se lahko pozneje uporabi za opis njenih pozitivnih lastnosti.</i>
Jaz: Kar zadeva okolje, ali je bilo vedno tako?	A14: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Razširitev zgodbe v preteklost z namenom najti svetel trenutek – to je trenutek, ko je bilo njeno življenje zadovoljivo ali ko ji je uspelo samostojno rešiti takšno težavo.</i>
Hana: Kako?	
Jaz: Da si imela občutek, da te vsi napadajo, omalovažujejo in žalijo, da imajo nekaj proti tebi ali ti želijo škodovati?	A15: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Iskanje uspešno rešene situacije.</i>
Hana: Mislim, da ne. To se je začelo pred dvema ali tremi leti.	
Jaz: Ali se je takrat zgodilo kaj posebnega?	A16: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Iskanje vzroka s ciljem pojasniti, da ni bilo vedno tako, kot je zdaj, da je lahko nadzorovala svoje življenje pred tem ključnim dogodkom.</i>
Hana: Kaj se je zgodilo? Kolikor se spomnim, se ni nič zgodilo, samo začelo se je.	
Jaz: Se spomniš, kako je bilo prej? Si vedno imela težave z drugimi?	A17: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Iskanje pozitivnih izkušenj zunaj trenutne zgodbe.</i>
Hana: Ne, prej je bilo vse v redu.	A18: Moja interpretacija slišane: <i>Tukaj se vidi, da je bilo, preden se je »vse začelo«, z njenim občutkom lastnega življenja vse v redu.</i>
Jaz: Ali je bilo kaj, kar si rada počela, kaj si delala, kjer si se dobro počutila?	A19: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Iskanje pozitivnih vrednot in svetlih trenutkov iz preteklosti, ki</i>

	<i>so jih prekrili nedavni negativni dogodki.</i>
Hana: Rada sem hodila v naravo, na pohode, tam sem se dobro počutila ... Rada opazujem naravo in nenavadne podrobnosti, rada izdelujem predmete, kot so škatlice in drugi drobni predmeti, zdaj še vedno hodim v društvo, kjer se učimo različnih oblik umetniškega in ustvarjalnega izražanja, rada rišem ...	A20: Moja interpretacija Haninega odgovora in odziva na vprašanje: <i>Nenadoma se je pojavila cela »poplava« pozitivnih stvari, ki so obstajale že prej in nekatere od njih še danes polnijo njeno življenje.</i>
Jaz: Kako se počutiš na teh delavnicah?	A21: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Širjenje zgodbe na področje, ki ga je opredelila kot pozitivno.</i>
Hana: Trenutno ne hodim.	
Jaz: Kako to? Morda bi te lahko razvedrilo in ti pomagalo odklopiti misli od vsakdanjega življenja.	A22: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vedno slišim razliko med agresivnim »In zakaj?« in radovednim »Kako to?«; drugi del je raziskovanje možnosti za Hano na delavnicah, ki se jih udeležuje.</i>
Hana: Ker ko sem v takem stanju, ne želim iti tja, ker nočem povezovati tega dobrega s tem, kar se mi dogaja. Delavnice so zame kot nekakšno pozitivno dobro območje in si v tem stanju nočem dovoliti, da bi šla tja. Tudi tega si ne želim uničiti. Mimogrede, delavnica je danes ob šestih in je malo dlje od tukaj.	A23: Moja interpretacija Haninega opisa lastnih refleksij: <i>To lahko opišem kot neverjetno obrambno strategijo, s katero se Hana ščiti pred negativnim, ki trenutno prevladuje v njenem življenju, z zgodbo o pozitivnih svetlih področjih, ki se jih zaveda, da izpolnjujejo njeno življenje.</i>
Jaz: Ok, to razumem. In pohodništvo?	A24: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Zdelo se mi je pomembno, da omenim, da razumem njen pristop k obiskovanju delavnic; začutil sem primeren trenutek, da poskusim z drugo pozitivno izkušnjo, ki mi jo je prej omenila, a je nisem vključil v transkript.</i>
Hana: Včasih sem hodila na pohode večinoma s svojo teto, vendar se je pred časom odselila, tako da zdaj nimam nikogar, s komer bi šla. Pa tudi starši niso ravno naklonjeni takšnemu početju.	

Jaz: Ali je še kdo, s komer bi lahko šla?	A25: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje je bilo, tako kot številna prejšnja, oblikovano z namenom raziskati možnosti, ki jih okolje ponuja Hani.</i>
Hana: Imam mlajšega brata, ki ga to prav tako zanima, vendar nimamo prevoza.	
Jaz: Ste se pogovarjali s starši, da bi šli skupaj?	A26: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Nadaljnje raziskovanje možnosti; pravzaprav je večina pogovora, ki se bliža koncu, osredotočena na odkrivanje možnosti.</i>
Hana: Da, ampak za zdaj še nisva šla, saj nista za to, imata svoje skrbi in interese. Čeprav sta na splošno v bistvu dobra in me znata podpreti, vendar se v zadnjem času pogosto pritožujeta nad mano, zlasti oče, zaradi mojega stanja in mojih misli. Ko sem drugačna, je vse v redu.	A27: Strokovni komentar mojega ravnanja in interpretacije možnosti: <i>Hana to možnost zavrača, a morda bo na neki točki predlog obrodil sadove.</i> A28: Moje interpretacije možnega vpliva povedanega na prihodnje spremembe v Hanini zgodbi: <i>Izhajam iz pričakovanja, da pri nobeni osebi in nobenem pogovoru ni mogoče vnaprej vedeti oziroma predvideti, katera izmenjana ideja in kdaj bo morda sprožila proces spreminjanja problemskih navad ali sodelovala pri prihodnjih spremembah.</i>
Jaz: Torej imaš rada naravo, pohodništvo, udeležbo na delavnicah in rada ustvarjaš majhne predmete in škatlice. V šoli ti gre kar dobro in vse to te opisuje kot precej pozitivno in ustvarjalno dekle. Si kdaj razmišljala o tem, kako je mogoče, da imajo lahko drugi takšen vpliv na tebe in tvoje mnenje o sebi?	A29: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Rezultate pogovora počasi povzemam tako, da poudarjam pozitivne stvari in lastnosti, ki jih je Hana povedala o sebi in svojem življenju; z zadnjim vprašanjem odpiram prostor za morebitno raziskovanje izvira Haninih zaključkov o lastni identiteti.</i>
Hana (malo pomisli): Nisem, ko pa je tako, kot je. Zdi se mi, da res nisem normalna.	A30: Moje špekulacije o vzrokih, ki so oblikovali njeno samopodobo: <i>To izjavo interpretiram, kot da je Hana</i>

	<i>ponotranjila družbeni konstrukt normalnosti in ima ponavljajočo se izkušnjo, da ji ga ne uspe doseči.</i>
Jaz: In meni se zdi, da si.	A31: Moja interpretacija slišane: Vidim zmeden pogled, za katerega se mi zdi, da sprašuje po pojasnilu.
Jaz: Zakaj bi imeli oni bolj prav kot jaz, ko rečem, da si normalna? Nisem prepričan, da obstaja kdo, ki bi se obnašal normalno, če bi čutil, da ga ves svet opazuje, spremlja in nadleguje. Iz tega, kako si se opisala zunaj teh stanj, se mi zdi, da imaš pozitivne izkušnje normalnega življenja, le da je tvoje misli v zadnjem času povzročilo vedenje drugih do tebe. Kako misliš, da bi se počutila in obnašala, če jih ne bi bilo ali če bi se do tebe obnašali drugače?	A32: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Tu skušam izkoristiti njeno naklonjenost do mene s stališča, da me dojema kot nekoga, ki ji je stal ob strani in jo skušal razumeti, kot strokovnjaka, ki mu lahko zaupa, da ve, o čem govori; njeno vedenje in misli skušam prikazati kot normalne v danih okoliščinah in jo opozoriti, da ima zunaj trenutne situacije veliko pozitivnih izkušenj, s katerimi lahko začne ustvarjati bolj priljubljeno zgodbo svojega življenja; skušal sem tudi pokazati, da težava ni v njej, ampak v vedenju drugih do nje; vprašanje je usmerjeno v ustvarjanje hipotetične izkušnje. V jeziku sistemskih pristopov pomoči ustvarjam priložnosti za Hanino preokvirjanje dosedanjega pomena konstrukta normalnosti in sebe kot nenormalne.</i>
Hana (po kratkem premisleku, premišljeno): Zdi se mi, da ne bi imela nobenih težav.	A33: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Za Hano je pomembno, da vidi, da ob drugačnem obnašanju okolja ne bi imela takšnih težav;</i> A34: Moje domneve o vplivu mojih besed na Hano: <i>To ji povrne nekaj zaupanja v lastno pravilnost.</i>
Jaz: In kako bi se počutila, če bi verjela v to, kar sem pravkar povedal, in se skozi to gledala in vrednotila ter jim ne bi verjela, tj. da njihovo izkrivljeno mnenje o tebi ne bi vplivalo nate, ne glede na to, kaj se je dogajalo?	A35: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje, razširjeno v prihodnost, z eno različico možnega načina razmišljanja in samoocenjevanja.</i>

Hana (<i>zamišljeno in negotovo</i>): Zdi se mi, da bi bilo to bolje zame	A36: Moje domneve o Haninih miselnih potezah: <i>Tu sva za nekaj časa prekinila najin pogovor, ona je verjetno razmišljala o tem, kar je slišala, jaz pa o načinu nadaljevanja.</i> A37: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Prav tako sem ji dal čas, da uspe globlje razmisliti o tem, kar je slišala ...</i> A38: Moje videnje Haninih miselnih tokov: <i>Razumel sem, da razmišlja o tem ...</i> A39: Moje iskanje priložnosti za pozitivno nadaljevanje pogovora: <i>Ko sem razmišljajoče pogledal proti oknu, sem opazil, da sonce sije skozi liste nekakšne plezalke pred oknom in da so listi obarvani z jesenskimi barvami.</i>
	A40: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Iz nekega razloga se mi je prizor zdel navdihujoč, nato pa sem se spomnil, da je Hana prej omenila, da rada opazuje naravo in nenavadne podrobnosti, zato sem se odločil, da ji to tudi omenim.</i>
Jaz: Si opazila, kako sonce sije skozi okno in kako so ti rastoči listi videti osvetljeni od sonca?	A41: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>To je priložnost, da usmeri svojo pozornost na nekaj, kar jo v življenju najbolj privlači in izpolnjuje, glede na njeno prejšnjo izjavo.</i>
Hana (<i>obrnila se je in se zazrla</i>): Res je lepo.	A42: Moja interpretacija videnega: <i>V tistem trenutku se je na njenem obrazu prvič pojavil nasmeh, opazil sem, da je premor v njenem govoru izginil, da se je nekako fizično sprostila.</i>
Jaz: Morda si mislila na takšne stvari, ko si prej omenila, da rada opazuješ nenavadne podrobnosti v naravi.	A43: Strokovni komentar mojega ravnanja:

	<i>Preverjanje mojega razumevanja njenih izjav.</i>
Hana: Res je.	A44: Moja interpretacija tega, kar sem čutil v tistem trenutku: <i>Morda sva se v tistem trenutku znašla v skupnem psihičnem prostoru, ki med drugim podpira čustva.</i>
Jaz: Takšne stvari včasih očarajo tudi mene, sem rekel z nasmehom in opazoval njeno spremembo. Je še kaj drugega, kar ti je zdaj prišlo na misel in o čemer bi se rada pogovorila?	A45: Moja interpretacija lastnih občutkov: <i>Ta trenutek je bil občuten kot sprostitelj energije, po kateri je tako uporabniku kot terapevtu večinoma jasno, da se je pogovor končal, da je to, kar je bil cilj tega trenutka, za danes doseženo.</i> A46: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vendar za vsak primer postavljam vprašanje kot možnost, ki je lahko za danes ali za prihodnost.</i>
Hana (po kratkem premisleku): Mislim, da ne.	
Jaz: Super. Potem bi lahko, če se strinjaš, končala pogovor.	A47: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Pogovora ne zaključim sam, ampak jo povabim, da v njem enakovredno sodeluje, ga soustvarja.</i>
Hana: Dobro.	
Jaz: In da ti povem še nekaj, kolikor sem te danes uspel videti in spoznati, mislim, da si v redu, da imaš svoje mnenje, svoje interese in da si se v vsem tem le izgubila zaradi takšnih pritiskov iz okolja. Poskusi pogledati nase skozi opise sebe, do katerih sva prišla danes, tako, kot sem te danes doživljal, in ne upoštevaj ljudi okoli sebe, ki ti s svojim vedenjem ne želijo nič dobrega. Predvsem sem vesel, da sva se pogovarjala, in sporoči mi, če si boš želela ali potrebovala še kakšen pogovor.	A48: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Nadaljujem pogovor in razširim možnost srečanja v prihodnosti.</i> A49: Moje predpostavke: <i>Morda sem pretiraval v delu, da ji ljudje ne želijo nič dobrega, vendar je to v skladu z njenim pogledom na okolje, zato ima morda takšen moj stavek lahko večji vpliv nanjo ob dejstvu, da je to okolje že zdaj premalo opredeljeno.</i>
	<i>Ko sva odhajala, se je obrnila k meni in rekla: »Mislim, da bom danes še šla na delavnico.« Vprašal sem jo, medtem ko je</i>

	<i>moj obraz preplaval nasmeh:</i> <i>»Kako to?« Odgovorila mi je:</i> <i>»Ker se dobro počutim.«</i>
	<i>Njen oče naju je čakal zunaj, poslovia sva se, nato pa se je zgodil zame še posebej navdušujoč trenutek.</i> <i>Slišal sem, kako sta se pogovarjala, ko sta hodila na parkirišče, ko jo je vprašal: »Ali si zdaj v redu?«</i> <i>Hana je odgovorila: »V redu sem!«</i> <i>Nato pa jo je še enkrat vprašal: »Res?«</i> <i>Odgovorila je: »Da!« in se zasmejala. Nato se je nasmejal tudi on in sta skupaj odšla nasmejana.</i>

11.2 Priloga 2: Transkript 2

V dveh od zadnjih troje uporabniških sistemov, s katerimi sem delal so moji sogovorniki največje uspehe z razvojem novega pogleda nase dosegli prek značilnih narativnih vprašanj, s katerimi jih pomagajoči poskušamo spodbuditi k prevpraševanju svojih zaključkov o lastni identiteti: Kako to, da se vidite tako? Zakaj menite, da imajo tisti, ki vas tako gledajo, doživljajo in opisujejo, prav glede tega, kdo ste? Ali bi morali nekoga, za kogar menite, da vam ne želi nič dobrega, obravnavati kot nekoga pomembnega, nekoga, ki vas lahko opiše na svoj način? Ali lahko razmislite o stališču, da njegovi opisi o vas niso nekaj resničnega, temveč le posledica njegovih lastnih frustracij in travm, le njegov način razmišljanja? Ali obstaja nekdo, ki vas dojema drugače, bolj na način, ki vam je ljubši? Ali mi lahko opišete, kako ta oseba gleda na vas? Ali mi lahko opišete, kako se vidite, ko vas ta oseba gleda, kako vas ta pogled opisuje?

V enem od dveh kontekstov, kjer sem se pogovarjal z uporabniki, je šlo za hčerko, v drugem pa za partnerko. V obeh primerih je šlo za osebe, za katere so uporabniki verjeli, da so do njih popolnoma iskrene, da jim želijo dobro in da jih imajo radi.

Že samo napotitev sogovornikov na razmišljanje o tem, ali nekatere ljudi dojemajo kot bolj poštene od drugih, je privedla do tega, da so začeli doživljati poštenost kot ključno stvar pri določanju tega, čigavo mnenje o sebi bodo v prihodnosti imeli za relevantno.

Z naslednjim zapisom bom prikazal, kakšna sprememba se je zgodila pri uporabnici, ki se je prvič videla skozi oči nekoga, ki mu zaupa in ki jo dojema pozitivno, drugače od vsega, česar so jo učili vse življenje.

Gre za Moniko (42 let), mater dveh otrok iz dveh prejšnjih zakonov, za uporabnico, ki ima težave s starši, pri katerih trenutno živi zaradi pomanjkanja drugih možnosti. Največ težav ima z materjo, ki nenehno kritizira, išče pomanjkljivosti in poudarja življenjske neuspehe in pretekle hčerkine-uporabničine preteklosti, ki so slednjo po materinem mnenju pripeljale do položaja, v katerem se trenutno nahaja. Aktualne razmere in duševna stanja uporabnice so predvsem posledica psihičnega in nato fizičnega nasilja njenega nekdanjega moža, od kogar ji je uspelo pobegniti. Bivši mož jo še danes toži v postopkih na sodiščih, ker vztraja pri zahtevi popolnega skrbništva nad njuno skupno hčerko, k stresu in dolgotrajnemu procesu pa prispeva neučinkovitost državnih institucij, od sodišč do nekaterih centrov za socialno delo in različnih poliklinik, kjer je uporabnica prisiljena iskati strokovna mnenja.

Pogovor se je začel z njenim razkritjem, da se počuti kot majhen otrok, ki se mora še vedno obnašati tako, da bi jo okolica opisala kot »pridno deklico«, da bi bila kaj vredna, pri čemer ugotavlja, da si tega ne želi in da ima res vsega dovolj, ker tega ne more več prenašati in se boji, da bo »počila« do konca. Ugotavlja, da je njeno največje breme to, da bi lahko zaradi »posnetkov« izgubila skrbništvo nad hčerko. Sledi prepis nadaljevanja najinega pogovora.

POGOVOR	KOMENTARJI
Jaz: Kaj te najbolj moti pri vedenju tvoje matere?	
Monika: To, da me nenehno kritizira, ne morem narediti niti ene stvari, za katero ne bi našla razloga, da bi jo kritizirala.	
Jaz: Ali meniš, če upoštevamo celoten odnos z njo, da je tvoja mama do tebe iskrena?	
Monika: Mislim, da ne, mislim, da me hoče v resnici ustrahovati! Način, kako me gleda, ko se v tistih	B1: Moja interpretacija Monikinih besed:

trenutkih pogovarja z mano ..., zdi se mi, da se pogovarja z nekom, ki ga ne prenese, kot z nekom, ki je ničvreden.	<i>Monika posplošuje mamin pogled nanjo.</i> B2: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Lahko bi jo nadalje vprašal, ali obstajajo trenutki ali situacije, ko se med njo in mamo razvije drugačen odnos, vendar sem se glede na to, da sem v vprašanju že omenil upoštevanje celotnega konteksta njunega odnosa in mamine ISKRENOSTI do hčerke, odločil razširiti pogled na druge možnosti.</i>
Jaz: Ko si omenila pogled, ali je v tvoji okolici kdo, za kogar si opazila, da te gleda na drugačen način?	B3: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Razširitev pogleda na okolje; iskanje drugih možnih virov.</i>
Monika (malo premisli): Ne vem, nikoli nisem razmišljala o tem!	
Jaz: Ali vam je kdo blizu, kdo drug, ki živi z vami ali s komer se družite?	B4: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Poskus preusmeritve pozornosti z matere, ki je zasenčila hčerkine druge možnosti.</i>
Monika: Družim se z veliko ljudmi, vendar to bolj ali manj niso globoki odnosi. Oče, sin (13 let) in hči (6 let) še vedno živijo z mano.	
Jaz: Kakšen odnos imate z njimi?	B5: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Poskus osvetlitve virov pomembnih drugih.</i>
Monika: Z očetom je večinoma bolje kot z mamo!	
Jaz: Odlično! In z otroki?	B6: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Tu bi lahko takoj preveril odnos z očetom, vendar sem se odločil, da bom najprej preveril, ali ji morda kateri otrok pomeni večji vir, glede na to, da sem iz prejšnjih pogovorov izvedel, da ji otroci pomenijo največ.</i>
Monika: Zdi se mi, da mi je nekako najbolj naklonjena moja hči (6).	B7: Moja interpretacija "odkritja" Monikinega vira: <i>Monika »odkrije« mlajšo hčerko.</i>
Jaz: Kako vas ona gleda?	B8: Strokovni komentar mojega ravnanja:

	<i>Hčerko sem postavil v ospredje, ker je Monika izjavila, da jo ima najraje.</i>
Monika (zmedeno): Ne vem.	
Jaz: Poskusi pomisliti na to.	B9: Moja interpretacija Monikinega izraza obraza: <i>Domišlja si, da je zdaj s svojo hčerko.</i>
Monika (misli): Vidi me kot nekaj lepega, daje mi občutek, da ji je mar zame in da me ima rada.	B10: Moja interpretacija Monikinega opisa tega, kako jo dojema njena hči: <i>Pozitiven opis, ki Moniki ponuja možnosti, da se prek tega odnosa doživlja drugače, kot se je doslej predvsem pod vplivom matere, katero je, morda nezavedno, imela za nekakšno avtoriteto, katere mnenje je bilo treba najbolj upoštevati.</i>
Jaz: Lepo! Če si lahko, si poskusite predstavljati njen pogled zdaj.	B11: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Želim, da Monika poglobi svoje razumevanje tega, kako jo dojema njena hči.</i>
Monika: Lahko.	B12: Moja interpretacija Monikinega odziva: <i>Monika nekaj časa premišljuje in na njenem obrazu se pojavi rahel nasmeh.</i>
Jaz: Zdi se mi, da ti je uspelo! (<i>Tudi jaz se nasmehnem.</i>) Če si zdaj predstavljaš ta pogled in pogled drugih, ali se ti zdijo pogledi drugih, ki so te prepričali, da si slaba, šibka, da nisi dobra, prav tako močni in iskreni?	B13: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Osredotočam se na iskrenost, saj če se izkaže, da Monika meni, da je hčerkino mnenje najbolj iskreno, kar je pravzaprav značilnost večine majhnih otrok, da so iskreni, ob dejstvu, da so v tem primeru vključena globoka čustva matere do otroka, lahko Moniki pokaže, da so drugi v svojih opisih o njej nepravilni, kar in to ji daje priložnost za nov pogled nase.</i>
Monika: Zagotovo ne! To je tako lepo!	B14: Moja interpretacija Monikinega odziva: <i>Njen obraz preplavi nežen in srečen nasmeh</i>
Jaz: Zdi se mi, da so ti vsi drugi to rekli in storili iz povsem lastnih razlogov in ne zato, ker bi videli, kaj v	B15: Strokovni komentar mojega ravnanja:

resnici si! In če je tako, ali je smiselno, da njihove opise tebe in tvojega življenja smatramo za enako resnične kot tisto, kar vidiš v hčerkinih očeh, ko te gleda?	<i>Povzamem in ji ponudim priložnost, da utrdi novo vizijo o sebi skozi hčerkinе oči.</i>
Monika: Če gledam na to s tega vidika, zagotovo ni.	B16: Moja interpretacija Monikinega alternativnega pogleda na sebe: <i>Monika se zaveda širših možnosti doživljanja svoje samopodobe.</i>
Jaz: Ali imaš kakšne fotografije svoje hčerke, na katerih lahko vidiš, kako te gleda?	B17: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Dodatna utrditev nove zgodbe in novega pogleda nase.</i>
Monika (skoraj navdušena): Pravzaprav imam eno, ki sem jo pred dnevi posnela v svojem mobilnem telefonu samo zaradi njenih oči, ko je z mano.	B18: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>To je bilo mogoče domnevati, če verjamem Moniki, ko govori o tem, kako zelo ima rada svoje otroke; predpostavke običajno niso del socialnega konstrukcionizma in narativnega pristopa.</i>
Jaz: Mi jo boš pokazala?	
Monika: Seveda!	<i>Poišče sliko v svojem mobilnem telefonu, jo najde in mi jo pokaže.</i>
Jaz (skupaj gledamo sliko): Res je videti lepo in pošteno! Zdi se mi, da če na sebe gledaš tako, kot te gleda tvoja hči, vsi ti opisi in pogledi drugih popolnoma izgubijo pomen. Se ti zdi, da bi se od zdaj naprej lahko videla in cenila tako, kot te vidi in doživlja tvoja hči?	B19: Moja interpretacija procesov, ki se v tistem trenutku odvijajo v Moniki: <i>To je za Moniko že precej čustven trenutek, ki je v praksi priložnost za boljše in globlje uvajanje novega odnosa do sebe.</i>
Monika (navdušeno): Mislim, da je tako. Bom! Zdaj bom to sliko postavila kot ozadje svojega zaslona, da me bo nenehno spominjala nanjo.	B20: Moja interpretacija Monikinega vedenja: <i>Sliko je takoj umestila in jo še malo pogledala z nasmehom in nečim, kar sem si razložil kot nežnost.</i>
	<i>S tem sva končala ta razgovor.</i>
	<i>Spremembe so se, lahko bi rekel, začele stopnjevati že drugi dan.</i>
DRUGI POGOVOR	
POGOVOR	KOMENTARJI
<i>Na moje naključno, a jasno usmerjeno vprašanje, kako se počuti ob novem pogledu nase, je Monika takoj</i>	

začela govoriti (z vse globljim dihanjem in hitrejšim govorjenjem): Monika: Ne morem verjeti, kako se je spremenila moja lastna podoba o sebi. Ne vidim se več kot pridno dekle, ki je bila pridna samo zato, ker je naredila vse, kar so od mene zahtevali moji starši in vsi drugi, zlasti neumni bivši partnerji, in sem vse to naredila samo zato, da bi bila pridna zanje. Ker mi ni uspelo doseči vsega, kar sem potrebovala, sem se začela imeti za grdo in slabo. In to je podoba o meni, ki je prevladovala v mojem dosedanem življenju. In tako se vidim tudi zdaj. Zdaj vem, da ne gre zame, ampak zanje, da so oni tisti, ki niso zadovoljni sami s seboj, zato so mi to storili, čeprav morda ne namenoma.	
	<i>Monika je začela nenadzorovano jokati, nakar sem, čuteč potrebo in možnost trenutka, vstal in ji ponudil možnost objema, ki ga je brez zadržkov sprejela, nakar je po moji oceni približno trideset sekund jokala na moji rami. V tistem trenutku sem na podlagi njenega izraza obraza imel občutek, kot da sem objel neutolažljivo žalujočega otroka. Ko sem začutil globino njene bolečine, so mi v oči privrele solze. To so zašepetane besede, ki sem jih izrekel ne glede na to, da sem se zavedal, da me na zavestni ravni verjetno ne sliši niti ne doživlja, kot kakšen govor v transu:</i>
Jaz: Čutim tvojo bolečino, čutim, kako ta bolečina in vse slabo v tebi zdaj skozi te solze prihaja iz tvojega telesa in uma ... V tebi ostaja samo dobro, ostajaš takšna, kot si, takšna, kot si vedno želela biti, ostajaš takšna, kot te vidi tvoja hči ... Verjamem, da čutiš, da te ne morejo več nadzorovati, da ti ne morejo več škodovati, da nimajo več nobenega vpliva nate ... Do zdaj si sebe doživljala skozi svojo podobo iz preteklosti in se zaradi tega nisi mogla videti takšna, kakršna si postala. Samo spomni se vsega, kar si mi povedala o sebi, vsega, kar si preživela, vsega, kar si spremenila v zadnjem letu. Koliko sprememb se je zgodilo v tvojem življenju, odkar si našla moč, da si zapustila nasilneža, do danes! Zdaj te vidim kot popolnoma drugačno, novo osebo, pozitivno, močno, veselo, z neizmerno	

ljubeznijo do svojih otrok, osebo, ki je glede na vse, kar je doživela v tem zadnjem obdobju, sposobna preživeti vse in iz tega rasti.	
	B21: Moja interpretacija Monikinega vedenja: <i>Ko si je opomogla od stanja, v katerem so jo preplavljala čustva, se je na njenem obrazu pojavila sreča, nasploh je bila videti nekako drugačna. Mislim, da sta bili ti dve srečanji nekako prelomni za njeno življenje.</i>
	B22: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vsi nadaljnji pogovori so bili večinoma osredotočeni na odkrivanje možnosti, ki jih je odpirala prihodnost, kot sva jo zdaj opredelila.</i>

11.3 Priloga 3: Transkript 3

Ta primer vključuje pogovor z uporabnico Mihaelo (36 let), ki se je po njenih besedah vedno izogibala govoriti o sebi in svojih težavah, ker se je bala, da bi drugi odkrili, kdo je ona v resnici. Po njenem mnenju je vzdrževala podobo o sebi, ki jo je o njej ustvaril njen mož, in sicer v precej patriarhalnem odnosu, kjer je bila podoba zaželene in ustrezno delujoče ženske z njegove strani popolnoma natančno opisana, izhajala pa je iz kulturne tradicije, ki ji je pripadal. Njena sestra, ki me je poznala že od prej, ji je predlagala, naj se poskuša pogovoriti z mano. Kot je opisala Mihaela, je njena največja težava je izhajala iz dejstva, da je vedno o vsem molčala, to pa jo je od znotraj tako uničevalo, da jo je skupaj z depresijo in vsakodnevnim stresom privedlo do napadov panike s posledicami občasnega dušenja v spanju.

Prvi pogovor, ki je obsegal le nekaj stavkov, se je zgodil med naključnim srečanjem, ko ji je njena sestra (ki dela z mano) rekla, zdaj se lahko pogovarjaš, in se odmaknila, da bi ji zagotovila prostor za to. Glede na verjetno željo po pogovoru in situacijo, v kateri dejansko ni imela drugega izhoda, je v nekaj stavkih spregovorila o tem, kako se počuti, kaj misli o tem in kaj bi po njenem mnenju moralo biti drugače.

Gledala je vstran, vendar sem z nekaj pogledi v njene oči opazil »globlji« pogled, za katerega se mi je zdelo, kot da Mihaela dvomi o moji iskrenosti, trdnosti in možnosti potrebnega zaupanja. Razložil sem si ga kot pogled nekoga, ki je poln notranje moči, dolgo pozabljene vere vase, pronicljiv in veliko bolj sposoben, kot se vidi sam. Pa tudi nekoga, ki je bil dolga leta prepuščen samoizolaciji in je z nenehnim razmišljanjem gradil svoje umske sposobnosti.

Ker zaradi pomanjkanja časa pogovora nisva mogla pripeljati do ustreznega konca, sem pozneje (kot sem ga doživljal) tvegala prekoračitev meja kibernetike in prehod v deterministično filozofijo in njeni sestri dejal: »Glede na to, kar sem videl, se mi zdi veliko sposobnejša in močnejša, kot se vidi! Potrpežljiva, mirna in odločna! V njenih očeh je nekaj, kar jo predstavlja kot nekaj povsem drugačnega od tega, kar sama vidi in predstavlja. Morda ji okolje preprečuje, da bi se videla na drugačen način.«

Odločil sem se tvegati domneve, ker nisem videl drugega načina, da bi ustvaril še eno priložnost za srečanje in pogovor.

Ko je to sporočilo prenesla svoji sestri, je ta vzkliknila: »No, to je točno to, kar mislim! In kako to ve? Mislim, da bi se morala z njim še enkrat pogovoriti!« Drugi pogovor je potekal naslednje jutro. Trajal je le petnajst minut, vendar se mi glede na poznejše dogodke zdi, da je na Mihaelo pustil globok pečat.

POGOVOR	KOMENTARJI
Jaz: Kako se danes počutiš?	
Mihaela: Ne vem točno ..., zmedena.	
Jaz: Kaj misliš, da te je zmotilo?	
Mihaela: Ne vem točno. Od včeraj, ko sva se pogovarjala, sem pregledovala možnosti, zdelo se mi je, da bi lahko bilo res vse tako, kot si rekel, in ko mi je Sandra (sestra) povedala, kako si me opisal, se mi je to zdelo še bolj resnično. Toda pozneje se mi je vse skupaj začelo zdeti nerealno in pomislila sem, da morda vendarle ni res.	C1: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Odgovor, ki ponuja možnosti za raziskovanje potenciala.</i>
Jaz: Ali veš, kaj se je mogoče zgodilo, da si začela dvomiti?	C2: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje, ki lahko Mihaeli pomaga ozavestiti procese, zaradi katerih dvomi o pravilnosti svojih želja in stališč.</i>

Mihaela: Začela sem o vsem tem intenzivno razmišljati in pojavljalo se je vedno več dvomov.	
Jaz: Mogoče imaš idejo, kaj je vzrok za ta dvom?	C3: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vzrok za oklevanje je lahko intenzivno razmišljanje, a glede na to, da ga Mihaela ni posebej poudarila, sem vprašanje ponovil na nekoliko preoblikovan način; zdelo se mi je pomembno, da v tem trenutku ne ponudim enega samega možnega odgovora na svoje ugotovitve, temveč da počakam na njene ugotovitve.</i>
Mihaela: Ne vem ..., zdi se mi, da je bilo vse predolgo, enako, da so me naučili živeti na tak način.	C4: Moja interpretacija Mihaelinega razmišljanja o izvoru njenega lastnega delovanja: <i>Zdi se, da ima vizijo, ki pa ni jasna in ubesedena.</i>
Jaz: Kakšen način je to?	C5: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Še naprej postavljam vprašanja v upanju, da bo Mihela sama prišla do določenih zaključkov.</i>
Mihaela: Da sem za vse odgovorna, da moram imeti vse pod nadzorom ..., da v primeru, če se zgodi kaj slabega, vsi menijo, da sem jaz odgovorna ... in jaz sem taka, če gre kaj narobe, se imam za odgovorno, ker sem tako delovala vse življenje.	C6: Moja interpretacija učinka pogovora na Mihaelo: <i>Prvi Mihaelin bolj opredeljen komentar o situaciji in sebi; če bi prej poskušal kaj sklepati, bi se lahko zgodilo, da bi Mihaela sprejela moje opise in ne bi prišla s svojimi, zlasti ker se mi je zdelo, da je pričakovala in iskala moje opise in rešitve za svojo situacijo, da se ne bi smela opredeliti, kar povečuje njeno odgovornost do sebe za to, kar je bilo povedano.</i>
Jaz: Torej si pravzaprav kot osrednja osebnost za vse okoli sebe?	C7: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Na podlagi povedanega postavi Mihaelo v položaj ključne osebe za njeno okolje, kar jo osvetljuje kot močno in zanesljivo osebo.</i>
Mihaela: Tako!	
Jaz: Ali si kdaj na to gledala na tak način, da ti vsi dejansko zaupajo?	C8: Strokovni komentar mojega ravnanja:

	<i>Razširitev zgodbe z njo v vlogi zaupanja vredne osebe.</i>
Mihaela: Mislim, da sem si sama kriva, ker imam nenehno neke misli, veliko stvari v mojem življenju me moti, ampak mislim, da je to posledica tega, da je z mano nekaj narobe.	C9: Moja interpretacija Mihaeline podobe o sebi: <i>Kot da ne želi biti prepoznana in se sprejeta kot oseba s takšnimi lastnostmi.</i>
Jaz: Zdaj, ko slišim, kaj govoriš, se mi zdi, da bi pravzaprav morala biti res močna in odgovorna oseba ..., zanesljiva, da bi vsi gledali nate kot na središče svojega življenja.	C10: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Tu Mihaeli z jezikovnimi formulacijami ponujam vizijo nje kot osebe, ki se zna spopasti z življenjskimi situacijami.</i>
Mihaela (malo premisli): No, pravzaprav sem ..., ampak to me pravzaprav precej moti.	
Jaz: Kaj misliš, kaj točno te moti v zvezi s tem?	C11: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje za opredelitev problema.</i>
Mihaela: Ne vem ..., nikoli nisem mogla tega ugotoviti.	
Jaz: Si kdaj razmišljala o tem, kaj bi morala spremeniti, da bi se začela počutiti bolj pravilno v svojih dejanjih?	C12: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje o možnosti zavedanja morebitnih že oblikovanih misli.</i>
Mihaela: ... Ah ..., ne vem.	
Jaz: Si se kdaj počutila bolj pravilno?	C13: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Vprašanje, kako poiskati svetle trenutke v preteklosti, kot sta pozvala Freedman in Combs.</i>
Mihaela: (Razmišlja.)	
Jaz: Rečeš lahko vse, kar ti pade na pamet ali kar misliš, da bi lahko bilo, ne glede na to, ali si o tem trenutno prepričana.	C14: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>V zvezi s postavljenim vprašanjem je namen te formulacije na novo opredeliti in potrditi varen prostor, zlasti ker imam občutek, da Mihaela težko izraža misli, ki se ji porajajo in jih zaradi svojih, na primer negativnih izkušenj in navad delovanja ne šteje za pravilne; kot da se boji, da jih bo slišal nekdo, ki jih ne bi smel in ji bo to prineslo problematične situacije – to so le moje interpretacije, čeprav v določeni</i>

	<i>meri na podlagi njih delujem in vodim ta pogovor.</i>
Mihaela: Potem, ker tako pač je ...	
Jaz: Zdi se mi, da to, kar praviš ..., da sva ugotovila, da ti vsi zaupajo, da si odgovorna za vse in da imaš vse pod nadzorom ..., da za to potrebuješ veliko samozavesti in osebne moči ... in da drugi to dejansko vidijo v tebi, saj ne verjamem, da bi nekomu dovolili, da je osrednja oseba v njihovem življenju, če ne čutijo, da lahko tej osebi popolnoma zaupajo. Se ti to zdi logično?	C15: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Mihaela ni zaključila odgovora, ampak obstala, kot da bi omahovala. Zato sem nadaljeval s povzemanjem najinih spoznanj o njej s ciljem, da ji posredujem možno sliko o njej kot samozavestni in močni.</i>
Mihaela: No ..., če gledamo na to s tega vidika, se zdi, da je.	C16: Moja interpretacija vpliva alternativnega pogleda na Mihaelino situacijo: <i>Do neke mere sprejema predlagano podobo same sebe, kar je resda bolj posledica moje kot pa njene konstrukcije.</i>
Jaz: Če tako pogledate nase ..., se mi zdi, da ste dovolj močni, da lahko izrazite svoje misli, kadar čutite potrebo po tem.	C17: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Utrjevanje porajajoče se nove samopodobe.</i>
Mihaela: Pravzaprav sem močna, vendar ne zase ..., ampak za druge.	C18: Moja interpretacija Mihaelinega zavedanja osebne moči: <i>Mihaela nekoliko preoblikuje mojo konstrukcijo in ugotovi lastno moč, za katero je prepričana, da jo ima.</i>
Jaz: Ali obstaja kakšna trenutna situacija, v kateri bi si želela in znala biti močna zase?	C19: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Mihaela se vrača v sedanjost in išče priložnost, da preizkusi svoje delovanje skozi novo pridobljeno podobo sebe. Kot sem zapisal pred tem, so vse te podobe le konstrukcije, ki lahko zaživijo in se lahko pozabijo, odvisno od tega, koliko je to res podoba, ki jo podpira Mihaelina epistemologija, od tega, kako se bo okolje v prihodnosti odzvalo nanjo, koliko uspeha bo imela s tem novim načinom delovanja itd.</i>
Mihaela: No ..., moj mož se vrača s službenega potovanja, kamor bi morala iti z njim, vendar sem zavrnila in se mu ni uspelo dogovoriti, kar bi moral, in me je že poklical in mi rekel, da delo ni uspelo zaradi	C20: Moja razlaga opredelitve Mihaelinega trenutnega položaja:

mene, da sem kriva, da mu ni uspelo, ker ga ne podpiram, ker nisem želela iti z njim, in da se morava o tem pogovoriti, ko pride domov. Že zdaj mi gre na bruhanje, ko pomislim, da bom poslušala te govorice in zagotovila o moji nesposobnosti.	<i>Mihaela opisuje svoj trenutni oz. dejanski položaj.</i>
Jaz: Ali je kaj, kar bi mu v tej situaciji želela povedati?	C21: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Dam ji priložnost, da ubesedi tisto, česar običajno nima priložnosti narediti v vsakdanjih situacijah; to je lahko zanjo vaja v delovanju v realni situaciji in priložnost, da ubesedi svoje doživljanje na način, ki ga ni bila naučena, razen v afektivnih stanjih.</i>
Mihaela: Rada bi mu rekla, naj me pusti pri miru s temi svojimi stvarmi, da je sam kriv za svoj poslovni položaj, v katerem je trenutno, da me vedno krivi za svoje poslovne neuspehe in da si je v tak finančni položaj podjetje pripeljal sam s svojim ravnanjem in zaradi odnosov s poslovnimi partnerji, s katerimi zaradi svojega načina poslovanja ni vzpostavil odnosa zaupanja. Najlažje je kriviti mene. Da je čas, da enkrat prevzame odgovornost in preneha razloge za svoje neuspehe pripisovati drugim. Jaz ga imam dovolj.	
Mihaela: Mislim, da bi se počutila dobro. Kot olajšanje. Ali misliš, da bi morala to storiti?	
Jaz: Mislim, da je v tem trenutku pomembneje, ali ti misliš, da bi morala to storiti?	C22: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Prepuščanje odgovornosti za nadaljnje ravnanje Mihaeli in njenim odločitvam; postavljanje Mihaele v položaj moči in odgovornosti.</i>
Mihaela (nekaj časa molči, kot da me opazuje in ocenjuje): Mislim, da bi!	C23: Moja interpretacija možnih učinkov pogovora na Mihaelo: <i>Odločila se je za to, za kar se je pravzaprav ves čas zdelo, da si želi, vendar je morala do tega priti sama. Mislim, da je bilo to izrečeno veliko bolj odločno kot prejšnje izjave. Če bi ji na začetku povedal, kaj mislim, da bi morala storiti, bi bile to pravzaprav moje misli in moje besede in verjetno</i>

	<i>nanjo ne bi vplivale tako kot tisto, kar je samo prišlo na plano in kar je čutila kot del sebe.</i>
Jaz: Če se gledaš tako, kot sva te opisala danes med pogovorom, polna samozavesti, močna in globoko premišljena, se ti zdi, da si pripravljena na kaj takega?	C24: Strokovni komentar mojega ravnanja: <i>Rekapitulacija z namenom utrjevanja Mihaele v novi konstrukciji njene samopodobe – nova zgodba kot posledica te rekonstrukcije.</i>
Mihaela: Lahko ..., zagotovo!	
	<i>Kmalu sva končala pogovor, šla se je posloviti od sestre in na poti ven je prišla k meni, se odločno postavila, mi pogledala v oči in iztegnila roko. Po mojem mnenju je bil to odločilen trenutek najinega sodelovanja, saj se je zdelo, da ta njen odločni, globoki pogled v mojih očeh preizprašuje vse, kar sem prej povedal in išče potrditev, da v to popolnoma verjamem in da sem v svojem prepričanju dovolj močan (kot bi potrebovala potrditev od dovolj močne in samozavestne osebe), da bi ga lahko poskusila uresničiti. Nekoliko me je presenetila, vendar sem ji podal roko, ki jo je močno stisnila. Nekaj trenutkov sva tako stala in si gledala v oči, nato pa je rekla »hvala«, se poslovila in odšla.</i>
	<i>Čez nekaj dni me je poklicala in mi povedala, kaj se je zgodilo, ko se je njen mož vrnil s službenega potovanja. Prenehala je odgovarjati na njegova sporočila in ga čakala doma. Takoj ko je vstopil, se je začel verbalni napad, na kar mu je takoj rekla: »Ustavi se, preden začneš, in me pozorno poslušaj. Dovolj imam tvojih napadov, obtožb, zaničevanja itd. Dobro veš, da si za svoje poslovne neuspehe kriv predvsem ti in ne bom več dovolila, da me za to obtožuješ.« Pravi, da je utihnil in</i>

	<i>jo začudeno gledal, ker česa takega od nje še ni doživel, poslušal do konca in glede tega ni ničesar omenil.</i> <i>Pravi, da je bil občutek po tem neverjeten, da se je počutila močno, polno adrenalina, zadovoljno s seboj. Misli, da je prišel čas za spremembe, saj si ne bo dovolila pozabiti občutka, ko se je končno postavila zase.</i>
--	---

11.4 Priloga 4: Povratne informacije uporabnic

Tu bom navedel vprašanja, ki sem jih ponudil v pomoč sogovornikom, ki so mi bili pripravljeni omogočiti refleksijo po terapevtskih pogovorih, pri izražanju njihovih novih duševnih stanj in novih videnj o sebi, novih izkušenj o sebi ter videnju tovrstnih pogovorov. V tem primeru imajo omenjena vprašanja na nek način vlogo merilnega instrumenta nestandardiziranega intervjuja. Prizadeval sem si, da bi bila ta čim manj sugestivna. Prav tako pod vprašanji navajam nekatere odgovore v izvirni obliki, pridobljene od sogovornikov.

1. Kako bi opisali svoja prejšnja duševna stanja in izkušnje terapevtske pomoči?
2. Kaj vas zdaj obremenjuje oziroma kaj bi radi spremenili v svojem življenju?
3. Kaj je bilo za vas v teh pogovorih drugače kot prej?
4. Kako ste se počutili?
5. Kako se počutite zdaj (občutek se ne nanaša le na trenutno stanje, temveč tudi na občutek VAS)?
6. Kaj se je po vašem mnenju v vašem življenju spremenilo?
7. Kaj vidite, da se je spremenilo v vas?
8. Kako ste se spremenili vi?
9. Kaj ste se naučili o sebi?
10. Koga iz svojega okolja vidite kot podporo?
11. Kako se vidite čez nekaj let?
12. Kaj želite doseči?
13. Kaj menite, da lahko dosežete zdaj?
14. Kako vam je všeč pot, ki ste jo ubrali?

Najbolje je, če to napišete kot pismo (o) tem novem, sedanjem in prihodnjem sebi!!!

Povratna informacija D; Monika (42):

Zmedena opazovalka, ne morem se definirati niti kot nekdo, ki je leta 2017, ko sem pobegnila iz nasilnega odnosa z otroki in torbami, ostal brez identitete. (A1.1) Neki ljudje in njihovi glasovi so bili takrat moji vodniki ... (A10.1) Samo poslušala sem, a nisem ničesar slišala. (A1.2) Nekateri od teh ljudi so ljudje različnih poklicev, kot so socialni delavci, nato psihologi, nato psihoterapevti ... in od vseh me je nekako vodil isti občutek, da sem zanje le številka. (A1.3) Nič konkretnega, nič pomembnega, nič, nič, grenkoba in tesnoba sta bili vsakdanji. (A1.4) Predraga sem spoznala leta 2017, skupaj sva delala na nekem projektu, in presenetilo me je, kako se pogovarja z ljudmi. (A3.1) Njegova umirjenost in preprostost pritegneta. (A3.2) Vse strupene stvari, ki so se mi dogajale in se mi še vedno dogajajo s strani sistema, ki tiho podpira nasilje in nasilneže, saj ne rešuje ničesar v zvezi s tem, so danes lažje zaradi najinih številnih pogovorov. (A5.1) S pogovori sem sprostila številne krče, tudi fizične, spoznala sem sebe, s čimer se vedno bolj povezujem v konstruktivno celoto, zmeda izginja, vrnila sta se mi varnost in veselje do življenja. (A6.1) Reči NE je vključevalo tudi določena vprašanja, dolgo nisem imela poguma reči NE. (A8.1) Včasih popolnoma doživim sebe kot celoto in se počasi spomnim, kako je živeti na tak način, saj sem v življenju že imela takšna obdobja. (A7.1) V pogovorih s Predragom sem imela vedno občutek, da sem varna, da pravzaprav lahko, morda bi bilo bolje reči, da lahko naredi vse in da me popolnoma spoštuje kot človeka ne glede na vse moje napake in pretekle nasilne odnose in druge stvari. (A3.3) Sprejeti samega sebe po številnih intenzivnih dogodkih, v katerih si bil podrt, razpadel in spet sestavljen, ko imaš ob sebi dobrega pomočnika, ki ti pomaga povezati »armaturo« in ponovno vzpostaviti stabilnost in samo bistvo življenja, je neprecenljivo. (A14.1) Hvala ti, Predrag, ne od srca, ampak iz srca. ☺ (tako se je izrazila)

Povratna informacija E; Rahela (41):

Nova JAZ ... prebujena JAZ ... sem postala, ko sem nehala živeti po vzorcih okolja (B5.1) ..., ampak po nekaterih svojih vzorcih, kot vidim idealno življenje ..., naslikano z barvami ..., v katerem so prisotna vsa čustva ..., od sreče ... žalosti ... smeha ... joka ..., le strahu ni več ... ni pravil, kako bi moralo biti... ali kaj moram storiti (B12.1) ..., začela sem poslušati ljudi (B8.1) ..., vendar ne tako kot prej ..., zdaj jih želim slišati in razumeti (B8.2) ..., prenehala sem s predsodki ..., s sodbami (B8.3) ..., morda zato, ker ne sodim več sebe (B7.1) ..., vsi so postali dobri do mene ..., srečni, kot so ..., ker sem postala srečna (B10.1) ... Spoznala sem, da je vse v nas samih ..., popolnosti ni (B7.2) ... kdo je prej v moji glavi/ ... Trudim se, da bi bil vsak dan

zame popoln in srečen (B12.2) ..., materialne stvari so mi postale nepomembne (materialno v smislu razkošja, op.) (B8.4) ... in mislim, da sem prej veliko skrbela za to (B1.1) ... Ne iščem izgovorov pri nikomer (B8.5) ... in nenadoma se mi zdi, da imam podporo okolice, ampak to tudi ni tisto, za kar si prizadevam (B10.2) ... Srečna sem, ker sem sama sebi v oporo in motivacijo (B5.2) ... Srečna sem, ker sem našla isto osebo, s katero bom dočakala starost ..., nekoga, s katerim ima vse smisel (B10.3) ..., vse je tako, kot mora biti (B14.1) ... Srečna sem, ker vidim, da s to osebo zmorem vse (B10.4) ..., vse je tako, kot mora biti (B14.2) ...

Povratna informacija F; Lukrecija (42):

V samem procesu je vse drugače kot prej, občutek je, da prehajamo iz ene temne in težke dimenzije v drugo, lažjo in svetlejšo (C3.1) ... Med sproščanjem vsega, kar nisem jaz, je bil občutek teže s kasnejšim občutkom lahkotnosti, preglednosti dejanj. (C4.1) V mojem življenju so spremembe z moje perspektive vidne in neizmerljive z vsem iz preteklosti, tj. neizmerljive z mojo staro identiteto. (C5.1) Vse je veliko lepše, ko vidim z drugimi očmi in dovolim svoji globini, da ozavešči le MOJO resnico. (C14.1) Imam več potrpežljivosti, saj vem, da nobena sprememba ne pride čez noč. (C8.1) Rada imam ljudi, uživam v naravi, v drugih ne vidim sovražnikov, saj smo vsi eno, osredotočam se na majhne stvari, ki ustvarjajo veličino (C8.2) ... Ozavestila sem sebe in svoje vloge, ki so se zlivale z mojo identiteto in sestavljale osebo, ki sem si jo ustvarila, da bi se zaščitila pred bolečino, pomanjkanjem podpore, razočaranji, poškodbami (C7.1) ...

Podpiram se! (C8.3)

V nekaj letih se vidim uresničeno v vseh segmentih svojega resničnega obstoja. (C11.1)

Želim drugim posredovati mir, ljubezen, srečo, zadovoljstvo na način, ki je namenjen samo meni. (C12.1)

Želim živeti svojo resnico!!! (C12.2)

Lahko dosežem vse, kar si želim!!! (C13.1)

Vse, kar prihaja iz moje globine, iz mojega srca ...

Moja pot je popolna zame!!! (C14.1)

Menim, da teh izjav ni treba analizirati, saj vsaka od njih kot celota priča o novi življenjski zgodbi in novem pogledu na sebe, ki podpira življenjske spremembe uporabnikov, vključenih v intervju. Vsak od njih je svoje nove misli in občutke izrazil na svoj edinstven, drugače doživet in zaželen način. Samo ta intervju je za vsakega od njih med drugim lahko podlaga za prihodnje dožemanje sebe in lastna dejanja v prihodnosti. Na te intervjuje je treba gledati kot na opise

trenutnih razmer, ki bodo podvržene morda celo vsakodnevnim spremembam in nadgradnjam. Če z delovnim odnosom ozavestimo in sprostimo dejanske možnosti uporabnika, ga bo ta svoboda kot osnova ustvarjalnosti za konstruiranje lastne resničnosti vodila naprej k vse večji kompleksnosti in avtentičnosti do samega sebe. Doživljamo jih lahko, kot sem omenil na koncu vprašanja, kot pričevanje o novem sedanjem jaz in kot nekakšno (seveda spreminjajočo se) podlago identitete za prihodnji jaz in naša prihodnja dejanja.

ODPRTO KODIRANJE POVRATNIH INFORMACIJ SOGOVORNIC

OZNAKA	POJEM	KODA	IZJAVA
A1.1	Izguba identitete	Prejšnja duševna stanja in izkušnje	Zmedena opazovalka, ne morem se definirati niti kot nekdo, ki je leta 2017, ko sem z otroki in torbami pobegnila iz nasilnega odnosa, ostal brez identitete.
A1.2	Odsotnost	Prejšnja duševna stanja in izkušnje	Samo poslušala sem, a nisem ničesar slišala.
A1.3	Pomanjkanje osebnega stika	Prejšnja duševna stanja in izkušnje	Nekateri od teh ljudi so ljudje različnih poklicev, kot so socialni delavci, nato psihologi, nato psihoterapevti ... in od vseh me je nekako vodil isti občutek, da sem zanje le številka.
A1.4	Izguba smisla	Prejšnja duševna stanja in izkušnje	Nič konkretnega, nič pomembnega, nič, nič, grenkoba in tesnoba sta bili vsakdanji.
B1.1	Sprememba prioritet	Prejšnja duševna stanja in izkušnje	... in mislim, da sem prej veliko skrbela za to
A3.1	Presenečenje	Razlika med sedanjim in prejšnjimi oblikami pomoči	Predraga sem spoznala leta 2017, skupaj sva delala na nekem projektu, in presenetilo me je, kako se pogovarja z ljudmi.
A3.2	Srečanje z drugačnimi izkušnjami	Razlika med sedanjim in prejšnjimi oblikami pomoči	Njegova umirjenost in preprostost pritegneta.

A3.3	Občutek varnosti	Razlika med sedanjim in prejšnjimi oblikami pomoči	V pogovorih s Predragom sem imela vedno občutek, da sem varna, da pravzaprav lahko, morda bi bilo bolje reči, da lahko naredim vse, in da me popolnoma spoštuje kot človeka, ne glede na vse moje napake in pretekle nasilne odnose in druge stvari.
C3.1	Sprememba pogleda	Razlika med sedanjim in prejšnjimi oblikami pomoči	V samem procesu je vse drugače kot prej, občutek je, da prehajamo iz ene temne in težke dimenzije v drugo, lažjo in svetlejšo.
C4.1	Opuštanje preteklosti	Prejšnji občutki	Med sproščanjem vsega, kar nisem jaz, je bil občutek teže s kasnejšim občutkom lahkotnosti, preglednosti dejanj.
A5.1	Zmanjšanje negativnega vpliva preteklih neprijetnih dogodkov	Trenutni (sedanji) občutki	Vse strupene stvari, ki so se mi dogajale in se mi še vedno dogajajo s strani sistema, ki tiho podpira nasilje in nasilneže, saj ne rešuje ničesar v zvezi s tem, so danes lažje zaradi najinih številnih pogovorov.
B5.1	Nova podoba o sebi	Trenutni (sedanji) občutki	Nova JAZ ... prebujena JAZ ... sem postala, ko sem nehala živeti po vzorcih okolja
B5.2	Opolnomočenost	Trenutni (sedanji) občutki	... Srečna sem, ker sem sama sebi v oporo in motivacijo
C5.1	Zavedanje o velikih spremembah	Trenutni (sedanji) občutki	V mojem življenju so spremembe z moje perspektive vidne in neizmerljive z vsem iz preteklosti, tj. neizmerljive z mojo staro identiteto.
A6.1	Sprostitev zadržkov in zavedanje novega jaza	Dosedanje spremembe v življenju	S pogovori sem sprostila številne krče, tudi fizične, spoznala sem sebe, s čimer se vedno bolj povezujem v konstruktivno celoto, zmeda izginja, vrnila sta se mi varnost in veselje do življenja.

A7.1	Doživljanje sebe kot celote	Uporabničine spremembe	Včasih popolnoma doživim sebe kot celoto in se počasi spomnim, kako je živeti na tak način, saj sem v življenju že imela takšna obdobja.
B7.1	Samosprejemanje	Uporabničine spremembe	morda zato, ker ne sodim več sebe
B7.2	Zavest o lastni moči	Uporabničine spremembe	Spoznala sem, da je vse v nas samih ..., popolnosti ni
A8.1	Postavljanje meja	Spremembe uporabnice	Reči NE je vključevalo tudi določena vprašanja, dolgo nisem imela poguma reči NE.
B8.1	Želja po razumevanju in sprejemanju drugih ljudi	Spremembe uporabnice	začela sem poslušati ljudi
B8.2	Želja po razumevanju in sprejemanju drugih ljudi	Spremembe uporabnice	..., vendar ne tako kot prej/ ..., zdaj jih želim slišati in razumeti
B8.3	Sprememba vedenja	Spremembe uporabnice	prenehala sem s predsodki ..., s sodbami
B8.4	Sprememba prednostnih nalog	Spremembe uporabnice	materialne stvari so mi postale nepomembne (materialno v smislu razkošja, op.)
B8.5	Vera vase	Spremembe uporabnice	Ne iščem izgovorov pri nikomer
C8.1	Potrpežljivost	Spremembe uporabnice	Imam več potrpežljivosti, saj vem, da nobena sprememba ne pride čez noč.
C8.2	Povezava s svetom	Spremembe uporabnice	Rada imam ljudi, uživam v naravi, v drugih ne vidim sovražnikov, saj smo vsi eno, osredotočam se na majhne stvari, ki ustvarjajo veličino
C8.3	Podpora sebi	Spremembe uporabnice	Podpiram se!
A10.1	Vera v druge	Podpora okolja in pomembnih drugih oseb	Neki ljudje in njihovi glasovi so bili takrat moji vodniki
B10.1	Vera v druge	Podpora okolja in pomembnih drugih oseb	vsi so postali dobri do mene ..., srečni, kot so ..., ker sem postala srečna
B10.2	Podpora okolice	Podpora okolja in pomembnih drugih oseb	in nenadoma se mi zdi, da imam podporo okolice, ampak to tudi ni tisto, za kar si prizadevam

B10.3	Najdenje smisla	Podpora okolja in pomembnih drugih oseb	Srečna sem, ker sem našla isto osebo, s katero bom dočakala starost ..., nekoga, s katerim ima vse smisel
B10.4	Vera v lastne zmožnosti	Podpora okolja in pomembnih drugih oseb	Srečna sem, ker vidim, da s to osebo zmorem vse
C11.1	Slika lastne prihodnosti	Kako se uporabnica vidi čez nekaj let	V nekaj letih se vidim uresničeno v vseh segmentih svojega resničnega obstoja.
B12.1	Vizija prihodnosti	Kaj želi doseči?	ampak po nekaterih svojih vzorcih, kot vidim idealno življenje ..., naslikano z barvami ..., v katerem so prisotna vsa čustva ..., od sreče ... žalosti ... smeha ... joka ..., le strahu ni več ... ni pravil, kako bi moralo biti... ali kaj moram storiti
B12.2	Prizadevanje	Kaj želi doseči?	Trudim se, da bi bil vsak dan zame popoln in srečen
C12.1	Zavzemanje za dobro drugih	Kaj želi doseči?	Želim drugim posredovati mir, ljubezen, srečo, zadovoljstvo na način, ki je namenjen samo meni.
C12.2	Opredeljena želja (izid)	Kaj želi doseči?	Želim živeti svojo resnico!!!
C13.1	Vera vase	Kaj želi doseči?	Lahko dosežem vse, kar si želim!!!
A14.1	Rekonstrukcija življenja	Kako jim je vseč novo izbrana pot	Sprejeti samega sebe po številnih intenzivnih dogodkih, v katerih si bil podrt, razpadel in spet sestavljen, ko imaš ob sebi dobrega pomočnika, ki ti pomaga povezati »armaturo« in ponovno vzpostaviti stabilnost in samo bistvo življenja, je neprecenljivo.
B14.1	Sprejemanje trenutnih razmer	Kako jim je vseč novo izbrana pot	..., vse je tako, kot mora biti
B14.2	Sprejemanje trenutnih razmer	Kako jim je vseč novo izbrana pot	..., vse je tako, kot mora biti
C14.1	Zavedanje lastne epistemologije	Kako jim je vseč novo izbrana pot	Vse je veliko lepše, ko vidim z drugimi očmi in dovolim svoji globini, da ozaveš le MOJO resnico.

C14.2	Prepričanje v pravilnost lastnih dejanj	Kako jim je všeč novo izbrana pot	Moja pot je popolna zame!!!
-------	---	-----------------------------------	-----------------------------

OSNO KODIRANJE

1. Prejšnja duševna stanja in izkušnje

- medena opazovalka, ne morem se definirati niti kot nekdo, ki je leta 2017, ko sem pobegnila iz nasilnega odnosa z otroki in torbami, ostal brez identitete (A1.1)
- samo poslušala sem, a nisem ničesar slišala (A1.2)
- nekateri od teh ljudi so ljudje različnih poklicev, kot so socialni delavci, nato psihologi, nato psihoterapevti ... in od vseh me je nekako vodil isti občutek, da sem zanje le številka (A1.3)
- nič konkretnega, nič pomembnega, nič, nič, grenkoba in tesnoba sta bili vsakdanji (A1.4)
- ... in mislim, da sem prej veliko skrbela za to (B1.1)

2. Trenutne obremenitve in želeni cilji.

3. Razlika med sedanjim in prejšnjimi oblikami pomoči

- Predraga sem spoznala leta 2017, skupaj sva delala na nekem projektu, in presenetilo me je, kako se pogovarja z ljudmi (A3.1)
- njegova umirjenost in preprostost pritegneta (A3.2)
- v pogovorih s Predragom sem imela vedno občutek, da sem varna, da pravzaprav lahko, morda bi bilo bolje reči, da lahko naredi vse, in da me popolnoma spoštuje kot človeka, ne glede na vse moje napake in pretekle nasilne odnose in druge stvari (A3.3)
- v samem procesu je vse drugače kot prej, občutek je, da prehajamo iz ene temne in težke dimenzije v drugo, lažjo in svetlejšo (C3.1)

4. Prejšnji občutki

- med sproščanjem vsega, kar nisem jaz, je bil občutek teže s kasnejšim občutkom lahkotnosti, preglednosti dejanj (C4.1)

5. Trenutni (sedanji) občutki

- vse strupene stvari, ki so se mi dogajale in se mi še vedno dogajajo s strani sistema, ki tiho podpira nasilje in nasilneže, saj ne rešuje ničesar v zvezi s tem, so danes lažje zaradi najinih številnih pogovorov (A5.1)
- nova JAZ ... prebujena JAZ ... sem postala, ko sem nehala živeti po vzorcih okolja (B5.1)
- srečna sem, ker sem sama sebi v oporo in motivacijo (B5.2)
- v mojem življenju so spremembe z moje perspektive vidne in neizmerljive z vsem iz preteklosti, tj. neizmerljive z mojo staro identiteto (C5.1)

6. Dosedanje spremembe v življenju

- s pogovori sem sprostila številne krče, tudi fizične, spoznala sem sebe, s čimer se vedno bolj povezujem v konstruktivno celoto, zmeda izginja, vrnila sta se mi varnost in veselje do življenja (A6.1)

7. Uporabnikove spremembe

- včasih popolnoma doživim sebe kot celoto in se počasi spomnim, kako je živeti na tak način, saj sem v življenju že imela takšna obdobja (A7.1)
- morda zato, ker ne sodim več sebe (B7.1)
- spoznala sem, da je vse v nas samih ..., popolnosti ni (B7.2)

8. Spremembe uporabnika

- reči NE je vključevalo tudi določena vprašanja, dolgo nisem imela poguma reči NE (A8.1)
- začela sem poslušati ljudi (B8.1)
- vendar ne tako kot prej..., zdaj jih želim slišati in razumeti ((B8.2)
- prenehala sem s predsodki ..., s sodbami (B8.3)
- materialne stvari so mi postale nepomembne (materialno v smislu razkošja, op.) (B8.4)
- ne iščem izgovorov pri nikomer (B8.5)
- imam več potrpežljivosti, saj vem, da nobena sprememba ne pride čez noč (C8.1)
- rada imam ljudi, uživam v naravi, v drugih ne vidim sovražnikov, saj smo vsi eno, osredotočam se na majhne stvari, ki ustvarjajo veličino (C8.2)
- podpiram se! (C(.3)

9. Novo odkrite stvari o sebi

10. Podpora okolja in pomembnih drugih oseb

- neki ljudje in njihovi glasovi so bili takrat moji vodniki (A10.1)
- vsi so postali dobri do mene ..., srečni, kot so ..., ker sem postala srečna (B10.1)
- in nenadoma se mi zdi, da imam podporo okolice, ampak to tudi ni tisto, za kar si prizadevam (B10.2)
- srečna sem, ker sem našla isto osebo, s katero bom dočakala starost ..., nekoga, s katerim ima vse smisel (B10.3)
- rečna sem, ker vidim, da s to osebo zmorem vse (B10.4)

11. Kako se uporabnica vidi čez nekaj let

- v nekaj letih se vidim uresničeno v vseh segmentih svojega resničnega obstoja (C11.1)

12. Kaj želi doseči?

- ampak po nekaterih svojih vzorcih, kot vidim idealno življenje ..., naslikano z barvami ..., v katerem so prisotna vsa čustva ..., od sreče ... žalosti ... smeha ... joka ..., le strahu ni več ... ni pravil, kako bi moralo biti... ali kaj moram storiti (B12.1)
- trudim se, da bi bil vsak dan zame popoln in srečen (B12.2)
- želim drugim posredovati mir, ljubezen, srečo, zadovoljstvo na način, ki je namenjen samo meni (C12.1)
- želim živeti svojo resnico!!! (C12.2)

13. Kaj misli, da lahko stori zdaj?

- lahko dosežem vse, kar si želim!!! (C13.1)

14. Kako jim je všeč novo izbrana pot

- sprejeti samega sebe po številnih intenzivnih dogodkih, v katerih si bil podrt, razpadel in spet sestavljen, ko imaš ob sebi dobrega pomočnika, ki ti pomaga povezati »armaturo« in ponovno vzpostaviti stabilnost in samo bistvo življenja, je neprecenljivo (A14.1)
- vse je tako, kot mora biti (B14.1)
- vse je tako, kot mora biti (B14.2)
- vse je veliko lepše, ko vidim z drugimi očmi in dovolim svoji globini, da ozaveš le MOJO resnico (C14.1)
- moja pot je popolna zame!!! (C14.2)