Ukázka systemicky vedeného podpůrného rozhovoru

Situace: Žena po porodu je večer vyčerpaná. Když to řekne partnerovi, začne jí radit. Ona by v tu chvíli potřebovala, aby na chvíli převzal péči o miminko.

Žena: Večer jsem už úplně vyřízená. Když to řeknu partnerovi, začne mi vysvětlovat, jak si mám všechno líp zorganizovat.

Porodní asistentka: Po celém dni byste potřebovala, aby vám někdo na chvíli ulevil. Co se mezi vámi obvykle děje, když vám partner začne radit?

Žena: Přestanu mluvit. Už nemám sílu vysvětlovat, proč mi jeho rady nepomáhají.

Porodní asistentka: A co udělá partner, když ztichnete?

Žena: Většinou odejde do vedlejšího pokoje. Asi si myslí, že chci být sama.

Porodní asistentka: Co byste v tu chvíli potřebovala, aby pochopil?

Žena: Že chci být chvíli sama, ale až potom, co si vezme malou. Když odejde a nechá ji se mnou, vůbec si neodpočinu.

Porodní asistentka: Vybavíte si večer, kdy jste se domluvili jinak? Co jste tehdy udělala vy a jak na to reagoval on?

Žena: Včera jsem mu rovnou řekla, ať si ji po kojení vezme, než se osprchuju. Vzal si ji hned.

Porodní asistentka: Jestli vám dobře rozumím, když řeknete „už nemůžu“, partner začne radit. Vy pak ztichnete a on odejde. Včera slyšel konkrétní prosbu a mohl na ni hned reagovat. Sedí vám to takhle?

Žena: Ano. Jen bych si přála, abych o to nemusela prosit každý večer, až když jsem úplně hotová.

Porodní asistentka: Jaká domluva předem by vám vyhovovala?

Žena: Chtěla bych se s ním domluvit už odpoledne, že po večerním kojení malou na dvacet minut převezme. Budu vědět, že mám chvíli pro sebe, a on bude vědět, kdy s tím počítat.

Prvek systemického přístupu	**Kde je v rozhovoru vidět**
Sled vzájemných reakcí	
Pohled druhého člověka	
Otázka na rozdíl	
Ověření porozumění	
Změna ve vzájemné domluvě	