

## **Byla jsem jinde na semináři konstelací a bylo mi řečeno, že nejsem dost pokorná vůči svým rodičům, nevím si s tím ale rady, mohu s tím něco dělat? - aneb častá retraumatizace**

Tento jev, kdy terapeut tlačí klienta do nějakého tzv. "pokorného" postoje vůči rodiči nebo mu vyčte, že "není dost pokorný" je bohužel velmi častým příkladem surové retraumatizace klienta tzv. "terapeutem". Tento styl práce je naprosto nevědomý, neznalý a velmi nebezpečný, kdy terapeut ho používá v případě vlastní retraumatizace a přehrává si tak přes klienta své vlastní trauma a klienta k tomu zneužívá. Je také pravda, že terapeut, který nezná práci s traumatem a možnosti práce s ním a případně nic neví o separačních procesech, tak ve své traumatické úzkosti a potřebě mít situaci pod kontrolou, nemá moc možností, jak některé situace v konstelaci řešit a dostává se tak do úzkých, takže obvinění klienta a přehození odpovědnosti na něj, se nabízí jako snadné řešení. Proto se tento hrůzný nešvar u mnohých lektorů děje tak často.

Nejlepší je si po takovémto zážitku říct větu směrem k dotyčnému terapeutovi: "až tak tě rodiče ponižovali, když jsi byl malý? ... já to znám také, ale už to skončilo, už se mohu bránit a nenechám se vydírat a mám právo cítit, co cítím.... mám svoji část duše, která je vděčná rodičům za život a za to, co mi dali, ale mám část, které ublížili, zneužili ji, páchali na ni násilí, citově ji vydírali ..... a ta má plné právo být na ně našťvaná, nenávidět, vzdorovat ..... už se mohu o tuto část postarat, mohu ji dát prostor se projevit a naslouchat ji, už ji nemusím znovu a znovu zavírat do sklepa ...."

S tímto našim rozštěpením jde v konstelaci krásně pracovat a je zapotřebí dát respekt a pozornost všem svým částem, přijmout všechny své negativní pocity, vyjádřit je a teprve pak může dojít k reálným změnám bez retraumatizace. Tento postoj je pak výrazem skutečné pokory k životu, k sobě i k druhým. Naopak obviňující postoj terapeuta vůči klientovi, že není dost pokorný vůči svým rodičům, a tudíž...." je výrazem nepokory k sobě a k životu a je jen přehráváním svého traumatu ana druhých lidech, kdy terapeut říká toto obvinění klientovi zástupně, tak jak to nějakým způsobem slýchal kdysi sám v rodině.