



práce s bludem není pacientovi vyvracet jeho bludná přesvědčení, ale snaha o postupné oslabení celého systému, směrem od periferních částí bludu do centra. Terapeut se také snaží, aby pacient pochopil, že jeho bludné přesvědčení nemá jen žádoucí důsledky – ochrana před nebezpečím, ale že je spojeno i s negativními emocemi, somatickými příznaky a chováním.

Přímá konfrontace bludného myšlení zpravidla nefunguje a může pacienta dále odcizit (6). Možností pro zkušeného psychoterapeuta je použití metody tzv. *periferního dotazování*, kdy terapeut pomocí induktivních otázek poukáže na jemné logické rozpory v méně systematizovaných okrajových částech bludného systému, a vede tak pacienta k tomu, že si sám začne zpochybňovat periferní části bludu. Postupně dochází krok za krokem ke zpochybňování jádrových částí bludu. Cílem terapie tedy není ukázat pacientovi, že se mýlí, ale snížit míru jeho utrpení a zvýšit kvalitu života. Cestou k tomuto cíli je probírání toho, jak bludné

přesvědčení ovlivňuje jednotlivé životní sféry, a to pozitivně i negativně, a hledání výhod, které by přinesl jiný postoj. Společně tedy zkoumají, jestli a jak by se pacientovi ulevilo, kdyby se v některých otázkách mýlil, a co by to znamenalo pro jeho rodinný život, práci a volný čas.

Ke zkoumání platnosti bludných přesvědčení používáme induktivní otázky, které by měly vést pacienta k tomu, aby sám zpochybnil svá bludná přesvědčení a hledal alternativní řešení. Zároveň od začátku nesměřujeme k jádru bludu, ale je doporučeno zaměřit se nejprve na periferní části bludu (47). Teprve po nalezení alternativních vysvětlení pro okrajové části bludného systému se lze postupně přesunout k jádru bludu a pomáhat pacientovi, aby si uvědomil rozpory ve svém přesvědčení (Tab. 6).

U pacientů je narušeno hodnocení běžných situací. Úkolem pacienta je, aby si zaznamenával situace, které svědčí pro a proti jeho přesvědčení. V dalším sezení je pak s terapeutem diskutují. Tento úkol bývá pro řadu

**Tab. 6.** Přerámování nezvykle prožívané skutečnosti

<b>Nezvykle prožívaná skutečnost</b>	Jsem přesvědčený, že soused spolupracuje s policií a dává jí o mně hlášení. Stále se chce se mnou bavit a vyzvídá, kde jsem byl v cizině, co jsem tam dělal a co dělám teď. Předstírá, že ho zajímám a že k tomu nemá žádný jiný důvod.
<b>Kdy to vzniklo</b>	V době, když jsem se po ztrátě práce a rozchodu s přítelkyní přestěhoval k rodičům.
<b>Co svědčí proti mému přesvědčení</b>	Nevím, jestli by policie platila takového dědka. Ale i kdyby o mně chtěli informace, tak si je lehce zjistí jinou cestou. Co jsem dělal v cizině, jsem řekl u výslechu před třemi lety, když jsem se vrátil. Soused se baví s každým, je v důchodu a sám nemá, co dělat. Když jsem byl malý kluk, občas mi dával drobné dárky a pomáhal mi udělat draka. Byl hodný.
<b>Nový pohled na věc</b>	Po ztrátě práce a přítelkyně jsem byl nešťastný a začal jsem se ještě více podceňovat. Asi z toho vznikla ta vztahovačnost. Vždycky jsem se bál výsměchu a toho, že mě někdo podrazí. Bylo to tak už v dětství, kdy si ze mě dělali legraci bratři a využívali mě. Teď, když se mi nedaří, se to zesílilo.
<b>Přerámování</b>	Jsem asi vztahovačnější a vykládám si normální zájem souseda jako špehování.
<b>Co můžu udělat</b>	Můžu s ním promluvit o všem, co jsem už řekl na policii, a uvidím jeho reakci. Nemusím se mu už vyhýbat.