



RECURSIVE FRAME ANALYSIS (RFA): NÁSTROJ PRO MAPOVÁNÍ THERAPEUTICKÝCH KONVERZACÍ

Bradford Keeney, Hillary Keeney, Ronald Chenail

Zdroj: KEENEY, H., KEENEY, B., CHENAIL, R. *Recursive Frame Analysis: A Practitioner's Tool for Mapping Therapeutic Conversation*. In. KEENEY, H., KEENEY, B. *Creative Therapeutic Technique: Skills for the Art of Bringing Forth Change*. Phoenix: Zeig, Tucker and Theisen, 2013, s. 191 - 211.

Překlad: Leoš Zatloukal.

Recursive frame analysis (RFA)¹ je zároveň praktickým nástrojem terapie i pokročilou metodou kvalitativního výzkumu, která zkoumá strukturu terapeutické konverzace (Keeney, 1990; Chenail, 1995). Ve své nejjednodušší podobě představuje „zápletku“ či „dějovou linii“ („plot line“, „storyboard“) terapeutického sezení, která naznačuje, zda je zde nějaký posun od úvodní ke střední a k závěrečné fázi. Když kupříkladu klient začíná stížnostmi na problém, terapeut může posunout „dějovou linii“ sezení k závěru, který zdůrazňuje vyřešení problému. Dostat se od začátku ke konci však vyžaduje přechodovou střední fázi, která balancuje mezi návratem k udržování problému nebo posunem k úspěšnému výsledku. Nejde však o jediný způsob, jakým může terapeutické sezení probíhat. Jde prostě o obecnou idealizovanou strukturu terapeutické práce.² Důležitější je, zda se terapeutické sezení posunuje někam jinam – nejlépe směrem rozvíjejícím zdroje klienta – nebo zda zůstává zaseknuté v současné situaci nebo dokonce směřuje opačným směrem a eskaluje problém a situaci klienta ještě zhoršuje. Terapeuti se snadno v konverzaci ztrácejí a často nedokáží rozlišit, zda terapeutické setkání jen opakuje stejné vzorce diskurzů, porozumění a akcí klienta nebo zda přináší terapeutickou změnu. Menší roli zde hraje, zda terapeutova teorie či přístup doporučuje, aby terapeut byl aktivním činitelem změny či nikoli. Nezávisle na tom, zda je záměrem terapeuta být dynamicky aktivní nebo tiše pasivní, terapeutická konverzace buď zůstane „zaseknutá“ v tom, s čím klient přichází, nebo se posune nějakým směrem někam jinam. V ideálním případě se posune směrem, o které terapeut doufá, že bude užitečný pro klienta, spíše než aby to byla ztráta času či snaha o konkretizaci abstraktních pojmů, která oslabuje klienta patologizováním nějakého aspektu jeho života, počínaje jeho osobností až po kulturní kontext, ve kterém žije.³ RFA se snaží mapovat metaforická témata, která kontextualizují významné události, které se odehrávají v terapeutické místnosti. Tyto významné události zahrnují veškerou komunikaci, od řeči až po neverbální projevy. Je důležité, aby se výrazy použité v analýze nelišily od výrazů a metafor, které používají v konverzaci terapeut a klient. Jde o opak hypotetické abstrakce. Jinými slovy řečeno – pokud klient začne sezení tím, že řekne „mám problém s přílišným škrábáním na hlavě“, pak úvodní téma by mělo být pojmenováno „přílišné škrábání na hlavě“ nebo „mám problém“ nebo celým výrokem klienta. Nemělo by se naopak pojmenovat „práce s obsesivním pacientem“, „zhodnocení a diagnóza“ nebo „oběť kulturního útlaku“, pokud tyto výroky klient sám nepřinesl. Takové výroky jsou abstrakcemi vytvořenými pozorovatelem na základě jeho vlastních vnitřních předpokladů, nikoli

¹ „Recursive frame analysis“ by bylo možné přeložit jako „rekurzivní analýza rámců“; obtížně přeložitelné slovo „rekurzivní“ je vysvětleno níže v textu.

² Jde o obdobnou formu, jakou známe z pohádek, které začínají představením postav, pokračují hrdinským překonáním krize a končí „a žili šťastně až do smrti“. Všechny na důkazech založené terapie („evidence – based treatment“), které v podstatě empiricky „prokazují“, že vedou ke šťastnému konci, stejně jako strategické, problém řešící („problém solving“), na řešení zaměřené a další směry jsou utvářeny podle stejného literárního žánru. Na druhou stranu, mnohé existenciálně zaměřené terapie to mohou vnímat jako naivní romantismus, který maskuje absurditu představy, že život nebo některé jeho části lze nějak „řešit“. Pro tyto směry terapie představuje prostor pro prožitek uvědomění, že důležité existenciální záležitosti řešeny být nemohou. Toto uvědomění přináší samo o sobě úlevu od utrpení, které je spojené s představou, že by něco bylo možné nebo dokonce žádoucí udělat. I v tomto případě však existuje posun v tématech, který začíná problémem předloženým k řešení a vede různými přechody ke konci, který spočívá ve větší pokoře ohledně toho, co změnit lze a co nikoli.

³ Zde vidíme určité úskalí terapeutických přístupů, které kladou malý důraz na terapeutovu spoluzodpovědnost za terapeutickou změnu a místo toho zdůrazňují přístup ke klientovi jako k rovnocennému konverzačnímu partnerovi. Co se zde přehlíží, je skutečnost, že klient je motivován ke změně a hledá terapeuta, který mu pomůže změny dosáhnout, nikoli jen společníka do rozhovoru. Jinými slovy – není zde žádný rovnocenný a partnerský vztah, když klient chce, aby mu terapeut pomohl aktivovat změnu, a terapeut to odmítá. Navíc je zajímavé, že „neaktivní“ či „nepostřehitelné“ („imperceptible“) terapie využívají k demonstrování své orientace případové studie s úspěšnými výsledky. Podle nás to ukazuje jen na jinou úroveň strategické terapie v přístupech, které samy sebe prohlašují za „nestrategické“ („non-strategic“): jednejte ve snaze věci neměnit a tím pomozte věci měnit.

komunikací vyjádřenou v reálném čase na sezení. RFA se důsledně zaměřuje na zkoumání vyjádřené komunikace, nikoli na nevyslovené interpretace.⁴

Následné interakce s klientem budou utvářet formu, kterou úvod sezení nakonec bude mít. Pokud se rozhovor zaměří na definici problému – proč je to problém, kdo říká, že je to problém, jak to klient zkoušel řešit, historie problému apod. – pak jde zjevně o začátek problémového motivu či tématu. Pokud se rozhovor zaměřuje na „škrábání“ bez zkoumání jeho problematické povahy, začátek rychle získá menší důraz na problém a místo toho větší důraz na zvědavé zkoumání jednoduché akce. V takovém případě se zkoumání zaměřuje například na to, kterým prstem škrábání probíhá, jakou metodu škrábání klient používá, historii sledování a učení se různým způsobům škrábání nebo možná na volné asociování ohledně toho, zda klienta rozčiluje, když někdo škrábe nehty na tabuli. Zde fenomenologie a hravost spojená se škrábáním převáží nad problémovou konotací škrábání.

Téma, které zahajuje terapii, označujeme jako I. akt (či dějství) terapeutického sezení. I. akt je identifikován výběrem metafory, která výstižně charakterizuje jeho zaměření. Jakmile je začátek vytvořen a zaznamenán, RFA sleduje další průběh sezení a všímá si, zda se kontextuální téma mění. Pokud ke změně dojde, daří se změnu udržet? Vrací se konverzace zpět k úvodnímu tématu či motivu? Nebo zůstává u nového tématu? Nebo se posunuje dále vpřed? Pokud se konverzace v sezení pohybuje mezi jasně odlišitelným začátkem, střední částí a koncem (tříaktová hra), můžeme říci, že je dobře vystavěné či vytvořené. V takových situacích si pozorovatel všimne, že se něco během sezení událo, že jsou věci v pohybu, že je sezení živé a bylo možné zaznamenat změnu.

Samozřejmě, divadelní hry stejně jako terapeutická sezení mohou mít více než tři dějství. Střední část může zahrnovat více přemostění a témat a „linie příběhu“ může mít více změn. Mnoho témat však společně utváří střední část, která se chová jako středová osa, na které záleží, zda se věci posunují či otáčejí dopředu nebo nazpět. Jinými slovy – obvykle potřebujete přechodovou fázi, abyste se dostali od začátku na konec.

Než budeme pokračovat, musíme krátce zmínit, že ani terapeutické sezení ani život jako takový nejsou přímočaré a lineární dějové linie. Lidé jdou vpřed a zpět mezi různými rámci, používají boční východy a co je nejdůležitější, postupují v kruzích. Dříve jsme ukázali, že cirkulární interakce tvoří základ pokroku dějové linie (Keeney, Keeney, 2012).⁵ Rozpohybovat pomyslný kruh interakcí je prvním cílem terapie. Udržet jej v pohybu je

⁴ Lze však vytvořit další zvláštní RFA, která mapuje interpretace a předpoklady terapeuta, tedy jejich následné (po sezení) teoretické komentáře nebo jejich domněnky o tom, co jim běželo hlavou v daném okamžiku terapeutického sezení. Když se tato druhá RFA propojí s RFA sledující terapeutickou konverzaci, tyto dvě oblasti diskurzu mohou být společně zkoumány. Může být zajímavé sledovat, zda jsou vzájemně v souladu či v nesouladu či zda mají něco společného. Můžeme zjistit, nakolik terapeutovy teoretické interpretace souzní s tím, jak se terapeut projevoval v průběhu terapeutického sezení. Postupovali jsme tímto způsobem u případů, které jsme našli publikované v knihách o psychoterapii nebo nahrané na videonahrávkách konzultací s klienty a našli jsme místa, kde zvolená teorie nebyla nezbytná pro vysvětlení toho, čeho bylo v daném případě dosaženo. Jde pouze o interpretativní komentáře, které umožňují využít určitou formu vysvětlení klinické praxe a přiřazení preferovaného významu, politické korektnosti, ideologického důrazu či mystifikace.

⁵ Nalezení „zápletky“ či „dějové linie“ neimplikuje důraz na příběh či vyprávění („narrative“). Veškeré lidské interakce lze vnímat, strukturovat či interpretovat jako něco, co má narativní (příběhovou) strukturu. Nelze je však **žít** jako příběh. Je totiž chybou abstrakce zhmotnit příběh (vyprávění, naraci, angl. „narration“) jako celkový kontext, který určuje lidskou zkušenost. Tato narace je náš příběh o tom, co se stalo po samotném vystoupení („performance“). „Dějová linie“ je však během procesu vytváření neznámá. Povstává z interakcí, při nichž nikdo předem neví, co bude následovat, dokonce i když se dává přednost stereotypním reakcím. Od čeho se chtějí klienti (i terapeuti) osvobodit je příběh, včetně příběhu o příběhu. V zenovém buddhismu se dramaticky říká: „Otevřít ústa je už samo o sobě chyba!“. Jinými slovy řečeno, ať už máme jakýkoli příběh o našem životě, jde o něco, co je již vzdálené od života. Posun, který je potřebný, je směrem k interaktivitě, představení (performance) a dramatiologii – k „tady a teď“ vyjevujícímu dynamické a procesuální Tao. Vyprávění zde zůstává jako část, která se neustále proměňuje uvnitř kontextuálního interakčního rámce. Předváděná hra („performed play“), nikoli scénář („screenplay“), je kontextem, který organizuje, provádí a žije.

druhým cílem. Posledním cílem je nechat jej samostatně pokračovat a posilovat sama sebe pozitivním způsobem rozvíjejícím zdroje.

Klienti se ocitají v bludném kruhu. Cokoli se snaží nebo nesnaží dělat, nic nepomáhá. Obojí – pokusy o řešení i jejich odmítání cokoli řešit – vedou k udržování problémů nebo jejich zhoršování. Cílem terapie je buď přerušit bludný kruh a osvobodit klienty z jeho zajetí anebo rozvinout „dobrý kruh“⁶, díky kterému se předchozí cirkularity (cykly) stanou nevýznamnými. Obojího může být dosaženo zároveň nebo je možné jít postupně - začít přerušением bludného kruhu a poté přejít k nastartování nových a užitečných vzorců interakcí.

Ukažme si jednoduchý příklad mapování terapeutického sezení s využitím RFA. Můžeme začít představením jednoduché tříaktové struktury sezení. Klientka přichází s tím, že není schopná žít v domě, kde by se vyskytoval jakýkoli šváb. Není skoro možné ji přerušit v líčení různých věcí, které se jí dějí, když zahlédne švába, ať už živého či mrtvého. Postupuje podrobně od fyziologických reakcí až po úzkost a paniku. Říká nakonec: „Žiji ve vězení strachu a co je horší, nemohu ani v noci spát, protože vím, že se potulují kolem domu.“

Tento akt či dějství můžeme pojmenovat „Švábi vězení“ („Cockroach prison“). V uvedeném konkrétním případě jsme se klientky zeptali, zda by se chtěla raději naučit, jak žít lepší život v tomto vězení či zda by chtěla otevřít zavřené dveře vězení a žít jinde. Odpověděla, že vzhledem k tomu, že švábi jsou všude – zvláště v jejím městě New Orleans, kde ani deratizátoři nejsou schopni je zcela vymýtit – nemá vlastně kam uniknout. „Ale nejsem schopná si zvyknout!“ dodává. Souhlasili jsme s ní, že švábi jsou všude. Dodali jsme, že i když můžeme zkusit pracovat na tom, aby měla uvnitř vězení méně strachu, chceme zároveň, aby věděla, že mohou existovat nějaké únikové dveře, kterých si předtím nevšimla. Aniž bychom to druhé nějak dále rozebírali, pustili jsme se do hledání způsobů, jak by klientka mohla cítit méně úzkosti ze švábů. Záměrně jsme přesunuli naši diskusi do absurdní roviny, aby se mohly objevit nové možnosti. Řekli jsme například: „Můžete vyrobit papírovou panenku ve tvaru švába a dát na jeho hlavu korunu a pojmenovat ji ‚Král švábů‘. Když mu dáte jméno, může vám to umožnit navázat s přátelský vztah s imaginárním švábem, a to vám může pomoci odvést pozornost od ostatních členů jeho království. Ujistěte se však, že váš Král švábů je alespoň pětkrát větší než švábi, kteří vás obtěžují.“

Zde jsme vytvářeli druhé, střední dějství či akt, ve kterém se otevřela otázka, zda udělat něco pro to, aby se klientce ve vězení žilo lépe nebo zda hledat nějaký bezpečný východ z vězení. Poté, co jsme rozvinuli první oblast, věnovali jsme se rovněž hledání úniku z vězení. „Chtěli bychom, abyste na chvíli zavřela oči a představila si svůj dům, který je uvnitř jiného většího domu, obrovského domu, který sahá až do nebe. Z hlediska tohoto obrovského domu je dům se šváby úplně maličký, tam malý, že švábi uvnitř jsou úplně nepatrní.“ V rámci této práce s fantazií jsme vytvořili situaci, kdy se švábi stali menšími, zatímco její životní prostor se zvětšil. Usmála se a řekla: „Pak se ale potřebuju dostat na střechu svého domu, abych mohla vidět na nebe. A potřebuju žebřík, po kterém bych mohla vyšplhat na obláček, kde si mohu v klidu odpočinout a znovu snít.“

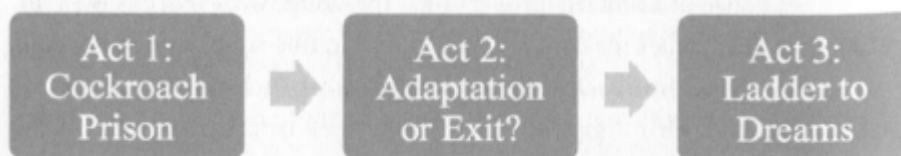
Střední dějství nyní ukazuje směr ke konci, ve kterém se projevuje více zdrojů. Stavěli jsme na její představivosti a metaforách: „Co kdybyste opřela žebřík o zeď vaší ložnice a namalovala obláček na strop? To by mohl být první krok k tomu, abyste se dostala blíže ke klidu a ke snům, po nichž toužíte.“ K našemu překvapení klientka řekla, že má doma žebřík, který si objednala na výlet do Santa Fé, a který je opřený o stěnu v předsíni, sousedící s ložnicí. To nám umožnilo rozvinout třetí akt: „Zdá se, že váš problém spočívá v tom, že jste nechala svůj žebřík venku. Vezměte žebřík dovnitř do své ložnice a postavte jej blíže k oblakům... Mimochodem, co se ve vašem životě změní, když budete schopna najít v noci klid?“

⁶ Autoři používají pojmy „vicious cycle“ (bludný kruh) a „virtuous cycle“ (řádný, slušný kruh). V textu překládám (bohužel už ne tak libozvučně) jako „bludný kruh“ a „dobrý kruh“ (pozn. překladatele).

Odpověděla: „Budu schopná znovu snít. Ztratila jsem své životní poslání. Věnuji se umění a nemám dost důvěry ve své schopnosti, takže nejsem schopná malovat. Úplně mě to od toho odvádí, nedovolí mi to ani zkusit malovat.“ Navázali jsme: „Takže váš nedostatek důvěry je jako šváb, který vás odvádí od žebříku, na který potřebujete vyšplhat, abyste dosáhla svých snů?“

V tomto bodě jsme mohli navrhnout klientce úkol, aby opřela svůj žebřík o zeď a namalovala oblak na strop své ložnice. Řekli jsme jí, že nemusí zůstat u jednoho oblaku, ale že může namalovat tolik mraků, kolik si bude přát. Žena, která přišla terorizovaná šváby, byla nyní plná energie a odhodlání odložit strach a namalovat nové téma a nový směr svého života. Tento nový směr byl spojený s oblaky snů spíše než vyrušováním hmyzu na zemi. Kontextuální rámec jejího života se rozšířil a umožnil další volby a alternativy.

Z pohledu RFA vznikla jednoduchá dějová linie či zápleтка (viz. obr. 1):



Obr. 1: Jednoduchá dějová linie zaznamenaná s využitím RFA

Pozn.: Akt 1: Švábi vězení; Akt 2: Přizpůsobení nebo únik?; Akt 3: Žebřík ke snům

Sezení se posuvalo od tématu k tématu a vyvíjelo se od začátku, který představoval kontext problémů a nedostatků, až ke konci, v němž klientka mohla znovu dosáhnout svých snů. Prostřední část fungovala jako určité „kyvadlo“ či „osa otáčení“ („fulcrum“), které je spojené se začátkem i koncem a samo o sobě není schopné rozvinout pohyb vpřed. Střední část (Akt II) se může překlápět na obě strany. Pokud je však toto kyvadlo vytvořeno, pak při návratu zpět zároveň vždy nabízí možnost posunu dopředu.

Bez znázornění „dějové linie“ sezení se snadno můžeme při popisu nějakého případu z praxe ztratit. Příliš snadno máme tendenci zobecňovat, a tím se vzdalovat od aktuálních metafor použitých v terapeutickém sezení. Můžeme například ve svých poznámkách zdůrazňovat nízkou důvěru klientky nebo diagnózu fobie. Tím ale jen vytváříme sebenaplňující se proroctví, které nás vede k tomu, že zůstáváme uvnitř kontextu zaměřeného na patologii a nedostatky. Tento kontext jsme vytvářeli tím, že jsme vnesli metafory, které mohou být mnohem „bludnější“ než to, s čím původně přišla klientka. Klienti obvykle přicházejí s tím, že již používají své vlastní problémové metafory, takže není třeba přispívat ještě dalšími problémovými metaforami ze strany terapeuta.

Záznam dějové linie sezení, jehož témata jsou striktně omezena na aktuální metafory, které byly použity přímo v sezení, nám pomáhá zůstat v kontaktu s tím, co opravdu proběhlo na terapeutickém sezení. Pokud se podaří dosáhnout posunu z omezujícího rámce (Akt I), snažíme se zdůraznit cokoli, co je nejvíce spojeno se změnou. Pokud terapeutovy poznámky zdůrazňují tříaktovou strukturu RFA, pak se terapeut snáze vrátí na dalším sezení do závěrečného dějství (Akt III) a pracuje spíše s žebříkem snů než s fobií ze švábů.

Pokud do záznamu zaznamenané komunikační posuny ve větším detailu a zahrneme i některé výroky, které v předchozím jednoduchém diagramu zaznamenané nebyly, získáme ještě podrobnější pohled na komplexitu a přechody (viz. obr. 2).

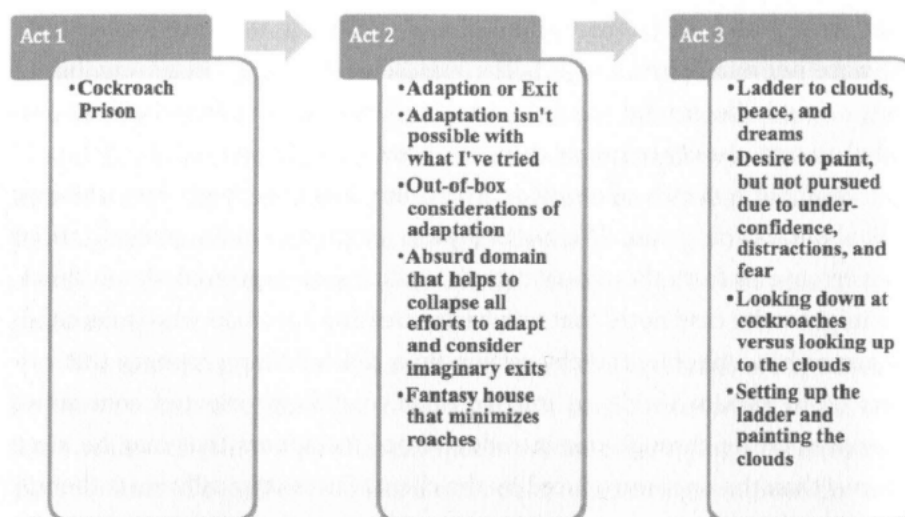


Figure 2. More Complex RFA Plot Line

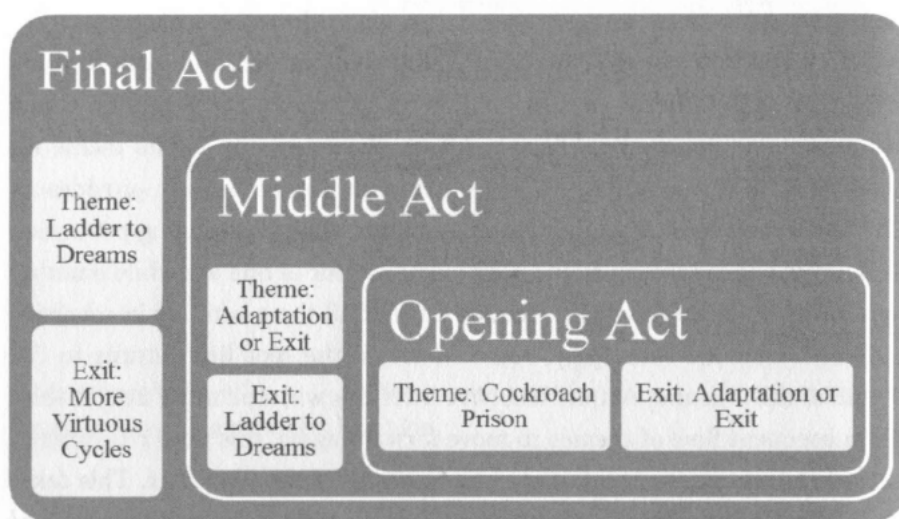
Obr. 2: Komplexnější dějová linie zaznamenaná s využitím RFA

Detailnější analýza sezení ukazuje komunikační posuny, které stojí za změnami v hlavních tématech. Vytváření středního dějství (Akt II) kupříkladu vyžaduje pohyb vpřed i zpět mezi úvodním tématem vězení a zvažováním možností, jak by klientka mohla hledat cesty k přizpůsobení. Bylo toho dosaženo vnesením prvku absurdity, čímž se posunuly hranice myšlení, které předtím omezovalo její možnosti. Tím, že se tyto její hranice rozvolnily, jsme najednou zjistili, že stojíme před únikovými dveřmi či východem. Tímto „východem“ bylo zvažování předtím naprosto nepředstavitelného způsobu, jak se z dané situace dostat ven. V tomto konkrétním případě byla využita fantazie. Jakmile bylo vytvořeno téma imaginárního únikového východu, vedlo to ke zjištění, jak jsou jeho některé prvky již konkrétně přítomny v jejím domě. Žebřík v předsíni i touha klientky malovat byly využity pro upevnění půdy pro poslední dějství (Akt III.), ve kterém následuje návrh konkrétní akce, která posiluje setrvání v novém kontextuálním rámci.

Většina fází v průběhu tohoto sezení nepostupovala přímočaře vpřed, bez občasného kroku či dvou zpět. Často se objevuje cirkulování jednoho tématu uvnitř jiného, které se odehrává takovým způsobem, že umožňuje, aby následující rámce integrovaly rámce předchozí. Když se postup sezení pomyslně vrací zpět, přenastavuje původní rámce tak, aby se mohly stát součástí rámců nových. Co bylo kdysi celým kontextem, je najednou částí většího kontextuálního celku. Cirkularita poukazuje na rekurzivní aspekt RFA.⁷ Sezení se pohybuje dopředu novými cirkularitami („re-circulating“) kontextuálních rámců, přičemž se rámce

⁷ Používáme pojem „rekurzivní“ („recursive“) k označení komplexity, která je více než pouhým binárním oscilováním dopředu a dozadu, dialogem či dialektikou. Kontextuální rámce se chovají spíše jako Čínské krabice (sada krabic různé velikosti, které lze skládat do sebe, fungují podobně jako u nás známější ruské matryošky, ale některé mají složitější mechanismy, kdy jedna náhle dokáže pojmout jinou, které předtím byla součástí; viz. také pozn. 8). Rekurze poukazuje na cirkularitu, která je neustále v pohybu, přičemž tento pohyb sám o sobě podporuje další pohyb a cirkularitu. Jako mytologický Oroboros neustále pronásleduje svůj vlastní ocas ve snaze ho požít. Jakmile znovu vstoupí do své cirkularity, vytváří více cirkularity, sebe-začlenění („self-inclusion“) a paradox autonomie, tedy čím víc se mění (požírá sebe), tím více se stává stejnou (chce další potravu). Jde o to - měnit změny ve snaze se neměnit (definitivní změna změny je neměnnost), změny, které se musí měnit, aby udržely cyklus tance změn a stability při životě. S cirkularitami či rekurzí se dostáváme za rámec lineární „zápletky“. Ta je spíše artefaktem či odrazem vnitřní dynamiky, kterou můžeme částečně zahlédnout jako pohyby dopředu a nazpět, cirkulární zpětné vazby, spirály, hyper-geometrii nebo jiné komplexnější vzorce pohybu. Rekurze zdůrazňuje skutečnost, že kdykoli je přítomna změna, je přítomna i možnost nečekaných dalších změn. A pokud změna přítomna není, pak se situace stejně nakonec změní.

rekurzivně přesunují a stávají se částí jiných rámců, rozsáhlejších a méně omezujících. Nakonec je šváb to, co klientku rozptyluje od toho, aby vzala štětec a přesunula se směrem ke svému snu. Je to metafora pro způsoby, kterými sama sebe odrazuje od „dobrého kruhu“ („virtuous cycle“) potřebného pro osobní rozvoj a naplnění. Vůbec nezáleží na tom, jestli je šváb symbolem jejího strachu z neúspěchu nebo obav, že její umění nebude na takové estetické úrovni, jakou by chtěla. V úvodním tématu funguje jako něco, co vyrušuje a odrazuje, paradoxně se však později může stát zdrojem, který jí pomáhá dosáhnout vyššího poslání – stát se umělkyní (na rozdíl od pouhého odstranění problému se šváby). Na obrázku 3 jsme zobrazili rekurzivitu tří aktů (dějství) ukazující začátek (Opening act), střední část (Middle act) jako čínské krabice uvnitř závěru (Final act), která je další čínskou krabicí.⁸



Obr. 3.: Rekurzivní interakce tří aktů

Každý akt (dějství) zahrnuje možnost, že jeho téma znovu vstoupí do sebe uvnitř jiného aktu, přičemž zároveň každé téma umožňuje uniknout odkudkoli, kde zůstává. Nezáleží tedy na tom, který akt (dějství) se právě v sezení odehrává, klient a terapeut mohou vystoupit z jednoho aktu a přitom vstoupit do jiného. RFA nám pomáhá si uvědomit, že všechny tři akty (dějství) jsou v rekurzivním pohybu uvnitř stejného dramatu (hry). Když se například dějová linie vrátí zpět k tématu úvodního dějství (Akt I), vzájemná rekurzivní hra s ostatními akty (dějstvími) umožňuje následné plynutí („flow“) témat opět dopředu. V takovém případě se prohlubuje a ukotvuje „dobrý kruh“ závěrečného dějství (Akt III – Final Act). Díky tomu se nemusí terapeut a klient ztrácet v konverzaci a recyklovat (opakovat) stále stejný „bludný kruh“. S pomocí RFA se terapeut a klient snaží neustále udržovat „dobrý kruh“ interakcí v pohybu, v němž nové vstupy („re-enters“) dějství, témat, východů a přechodů pokračuje ve vyživování (feeding) sebe samých pozitivním způsobem rozvíjejícím zdroje.

RFA umožňuje natolik komplexní analýzu, nakolik je potřeba. Využíváme-li RFA jako nástroj pro zapisování terapeutových poznámek, úplně stačí jednoduché znázornění. Terapeutovi pomáhá zápis formou RFA udržet směr a uvědomit si, zda je změna posilována, přehlížena, zapomenuta nebo mařena. Analýza po sezení může nabídnout více podrobností, lze ji využít i při supervizi ke sledování průběhu sezení místo zabřednutí do různých

⁸ Čínskou krabicí (Chinese box) máme na mysli jakoukoli krabici, která je uvnitř jiné krabice a může se zvětšit a stát se vnější krabicí, která obsahuje to, co předtím obsahovalo ji. Může se to změnit v kteroukoli chvíli, což znamená, že kterákoli krabice může být buď vnitřní nebo vnější krabicí pro ostatní krabice. Aplikováno na RFA, rámce mohou znovu znovuvstoupit („re-enter“) do sebe nebo do jiných rámců a změnit tak kterékoli vztahy mezi celkem a částmi.

interpretací. Určité momenty mohou být zdůrazněny, lze se zaměřit na alternativní možnosti terapeutické komunikace, které by mohly přinést změnu v sezení.

RFA je analogií hudební partitury, která nabízí přehled, jak bude hudba vypadat v reálném čase. Ve své nejjednodušší podobě obsahuje hudební partitura notový záznam a doplňující postupy. Propracovanější partitury zahrnují více informací o způsobu, jak danou skladbu zahrát a okrášlit. V jazzu se jednoduchý nárys skladby nazývá „ošizený list“ („cheat sheet“), protože shrnuje celou partituru na jedné straně nebo půlstraně. Na druhou stranu, partitury dirigenta opery či muzikálu na Broadway budou zahrnovat spoustu materiálu, který ukazuje všechny noty hrané všemi nástroji.

Uvědomme si, že hudební partitura není jen analýza hudby, ale předpis, jak ji hrát. Podobně RFA nejen mapuje terapeutická sezení, ale rovněž implicitně předepisuje způsob, jak terapii dělat, jmenovitě povzbuzuje terapeuta k tomu, aby přesunul konverzaci směrem ke kontextu menších omezení a větších zdrojů. Příliš se nezajímá o teoretické myšlenky, které terapeut používá k interpretaci. Místo toho se RFA zaměřuje na to, co se konkrétně odehrálo, vyjádřilo, komunikovalo a předvedlo během sezení. Přitom zkoumá, zda se vůbec něco pohybuje, tedy zda se objevuje něco, co může nastartovat, povzbudit či vyvolat „dobrý kruh“ interakcí. Znovu zdůrazňujeme, že nezkoumáme žádné hypotézy o tom, co má být uvnitř psychiky, sociálního systému či kultury. RFA věnuje pozornost jen oblasti „živého představení“ – striktně se zaměřuje na to, co se konkrétně děje v rámci sezení.⁹

RFA nám nabízí pomyslnou partituru – ať už jednoduchou nebo komplexní – terapeutického sezení nebo celého terapeutického případu. Při pohledu na ni může terapeut nebo výzkumník okamžitě říci, co se událo či neudálo během komunikačního „představení“. Úroveň zvětšení lze měnit od sledování posunu celých rámců po mikroúroveň cirkulárních interakcí a rekurzivních vzájemných her, které pomáhají vytvářet „dějovou linii“ či „zápletku“.

S využitím RFA může mít terapeut empiricky podložený a relevantní přístup k průběhu terapeutického sezení. RFA prezentuje výsledek práce s klientem stejným způsobem, jako hudební partitura ukazuje výsledek konkrétní konfigurace not. Výsledkem je buď dobře utvořená skladba, anebo špatné představení, které nevede nikam, které je založené na jediné notě nebo se trhaně pohybuje dopředu a zpátky mezi několika takty. Nejvíce relevantní studie výsledků terapie by podle našeho soudu měly zahrnovat hodnocení jednotlivých sezení daného terapeuta, zohlednit kolik z nich je dobře vytvořených a tyto výsledky srovnávat s dalšími therapy. Klademe si otázku, zda by tzv. „terapie založené na důkazech“ („evidence-based therapies“) mohly ukázat nějaké sezení, na kterém došlo ke změně kontextuálních rámců. Změna je spíše teoreticky předpokládána, než empiricky prokázána.¹⁰

⁹ Máme za to, že v tomto bodě je RFA více empirická než sociální statistické analýzy. Ty vyžadují spousty předpokladů a abstrakcí, aby „analytická mašinérie“ vůbec mohla pracovat. Co to ve skutečnosti znamená udělat studii zkoumající výsledky nějakého terapeutického přístupu? Je například operacionalizace terapie zaměřené na řešení něčím víc než detekováním několika frází, jako je záračná otázka a škály? Co nám to řekne o sekvenci interakcí, které je obsahují? Bez zahrnutí celého interakčního vzorce je samotná fráze nesmyslná. Můžeme říci, že o většině empirického výzkumu platí, že je s otazníkem, nakolik je opravdu empirický. Redukuje terapeutický přístup jen na o málo více než několik klíšé bez upřesnění komunikace a její organizace při jejich nabízení a zacházení s nimi. Jen málo studií výsledků terapie nabízí čtenáři alespoň nějakou základní představu o tom, co se dělo během sezení v terapiích, které byly zkoumány. Nemají žádný empirický prvek; pouze zmatené abstrakce poznamenané směřováním logických typů, které produkují proměnné použitelné pro statistické operace. Tradiční empirické studie výsledků terapie jsou ukotveny v datech méně než nafouknuté abstrakce, které se blíží spíše halucinacím než vnímání prostřednictvím smyslů. Necháávají stranou kontext, interakce a nenabízejí žádné detaily o tom, co se aktuálně děje v rámci jevu, který se údajně snaží zkoumat. Jinými slovy řečeno: není zde žádný subjekt či data, které by se nějakým zjevným způsobem vztahovaly ke skutečnému životu.

¹⁰ Proponenti EBT mohou mít výčitky svědomí, protože používají statistické metody k „provaření“ svých dat. Tím implikují, že zde existuje nějaká účinná terapie, ačkoli se vlastně neděje nic, co by se dalo zachytit a co by tyto „účinné terapie“ odlišovalo od běžného rozhovoru nebo, což je ještě horší, od terapeutického klíšé, které vypadá jako parodie terapie. Většina začínajících terapeutů a terapeutů – praktiků, které známe, souhlasí s tímto tvrzením. Tyto naše výroky vycházejí z naší empirické pilotní studie zaměřené na to, jak terapeuti (začínající i

Voláme po takovém empirickém zkoumání založeném na zkušenosti, které nutí výzkumníky jasně ukázat, co přesně bylo zkoumáno, měřeno a hodnoceno. Pokud jsou to čísla, abstrahovaná pomocí dlouhé sekvence logických operací, které pomíjejí veškerý kontext a strukturu průběhu terapie, pak to z našeho pohledu poněkud zavání. Jde jednoduše o výzkumnou studii abstrakcí, velmi vzdálených objektu zkoumání, spojenou s iracionální představou o její validitě. Souhrnný skór testu nemůže nikdy být indikátorem vzorců, interakce nebo kontextu. Je to jen hra s čísly, která má více společného s početními úkony, než s jevem, který se údajně snaží zkoumat.

RFA nabízí východisko z obojího – z našich rozhodnutí, jak pracovat s klienty, i ze systému, jakým je organizovaná výuka terapie a dotován její výzkum. V našem oboru nastal čas snít o umění, o kterém až příliš mnoho terapeutů nevěří, že si jej dokáží osvojit. Představte si hudební konzervatoř, která by byla umístěna na školu sociálních věd. Měli bychom pak hudebníky „vědce-praktiky“. Hudební představení by byla minimalizována, hudební partitury zrušeny, vše ve prospěch statistických studií měřících výsledky. Hudebníci by byly povzbuzováni nebo dokonce nuceni hrát několik málo stereotypních not, stále znovu, pořád dokola, v každé koncertní hale. Obecenstvo pak vyplní dotazník, provede se pravděpodobnostní analýza odpovědí, a na jejím základě se určí, které noty daného nástroje se pro příště upřednostní. Takové prostředí poskytování terapie v nás pravděpodobně vyvolá strach, abychom zvolili správný způsob zhodnocení situace klienta a správnou intervenci. Přestaneme přemýšlet sami za sebe, zapomeneme tvořit, jen abychom splnili požadavky autoritativního systému, který prohlašuje, že má dobré důvody pro stanovení předpověditelných terapeutických postupů. Nebude žádný rozdíl mezi námi a klientkou, která se bála švábů a nedovolila si ani vzít do ruky štětec a snít. Měli bychom se ptát, zda bychom měli hledat způsoby, jak přežít ve vězení, které potlačuje tvořivost, anebo snít o únikovém východu, kde bychom mohli být opět svobodní ve vytváření terapie snů. Abychom našli východ, může být užitečné vyjádřit absurditu naší situace.

Možná jste to právě vy, komu by prospělo, kdyby si opřel žebřík ve své terapeutické místnosti. Možná budete chtít namalovat na strop obláček nebo dva. Uděláte to, aby vás neparalyzoval strach ze švábů, ať už jde o terapeutický přístup, který požaduje vaši loajalitu, nebo o výzkum, který se domáhá bezpodmínečné poslušnosti. Měli jsme kdysi klienta, který pracoval jako terapeut. Úplně ho deptal vztek na jeden konkrétní interpretativně zaměřený terapeutický přístup. On sám prošel výcvikem v přístupu, který zdůrazňoval zodpovědnost za iniciaci změny a úspěšně aplikoval různé strategie, při nichž velmi efektivně využíval (utilizoval) komunikaci klienta. Zároveň měl velkou nedůvěru k „velkým interpretacím“, které lze použít na každou situaci v terapii. Nedokázal si pomoci a neustále lamentoval na to, čemu říkal „toxicita“ (jedovatost) této interpretativně zaměřené terapie. Navrhli jsme mu, ať si zajde na seminář terapie, kterou tak opovrhuje. Dodali jsme, že pokud je to opravdu tak strašné, jak si myslí, bude mít alespoň možnost to poznat z první ruky. Řekl, že by ho to spíš ještě víc rozhodilo, ale nakonec souhlasil alespoň s několika hodinami na semináři. Za týden opět dorazil na sezení a na tváři měl široký úsměv. „Byl jste na tom semináři?“ zeptali jsme se. „Ano, byl jsem tam a měli jste pravdu. Ten přednášející jen mechanicky opakoval stále

zkušením) hodnotí výsledky výzkumů v oboru. Jediné potikladné stanovisko pocházelo od výzkumníků, kteří profitují z toho, že šíří myšlenku, že jejich výzkumy jsou relevantní nebo že představují nezpochybnitelnou vědeckou metodu. Stojí za povšimnutí, že statistické studie výsledků terapie mají ve skutečnosti s vědou málo společného. Jde vlastně o prostou aplikaci stejné statistické mašinérie, která byla původně vyvinuta pro sledování zemědělského výnosu, na oblast lidského chování a sociální interakce. Tyto oblasti však nejde tak jednoduše redukovat na snadno měřitelné výsledky, jako je množství zrna v sýpce. Existuje rovněž skupina bojácnych terapeutů, obvykle ztracených a nepříteliš efektivních na svých sezeních, kteří podporují „terapii založenou na důkazech“. Zvlášt' to platí v případech, kdy zároveň vyučují terapii na akademických pracovištích, kde by se jiné postoje vnímaly jako heretické.

stejná kliše, takže pro mě ani nebylo možné brát ho vážně. Byl jako šváb, nad kterým ani nemá smysl se trápit.“

Toto sezení se skutečně odehrálo a tím rozzlobeným klientem byl jeden univerzitní profesor. Našel osvobození díky objevu, že se trápil něčím, co nafoukl tak, že se to zdálo větší než život sám. Jak sám popisoval: „Nikdy jsem nezažil nikoho tak nudného a málo tvořivého, jako byl tento terapeut. Nedělal celou dobu nic jiného, než pořád dokola opakoval své fráze a snažil se nás přesvědčit, že jeho teorie je správná, tím, že pořád dokola opakovat stejné výroky, které zapadaly do jeho teorie. Bylo to neskutečně trapné. Úplně jsem se za něj styděl - a také za všechny v naší branži, kteří si myslí, že tohle je k něčemu užitečné.“

Zareagovali jsme tím, že jsme využili jeho metaforu: „Je zajímavé, jak nás může rozhodit jeden šváb.“ Mluvili jsme pak o jeho zaměření na posedlost terapeutů interpretacemi. Začali jsme vytvářet střední dějství (Akt II) úvahami o tom, že v našem oboru interpretace začala nutkavou představou, že všechno psychické trápení má původ v nějakém druhu sexuálního traumatu. Interpretace se postupně zobecňovaly, takže se začalo mít za to, že trauma jakéhokoli druhu zapříčiňuje patologii – ať už jej nalezneme v rodinných vztazích nebo v kulturních naracích. Položili jsme pak našemu klientovi zvláštní otázku: „Můžete si představit, že jste navštívil velmi zvláštního psychoanalytika, který pozorně vyslechl všechno, co se vám přihodilo? Po dlouhé době pozorného naslouchání vám položí otázku, která pochopitelně skrývá i jeho interpretaci. Řekne: „Šváb („cockroach“) je zvláštní výraz, který jste zvolil... která část tohoto slova vás trápí nejvíc? Pokud byste tomuto analytikovi důvěřoval, mohl by vás snadno přivést ke zkoumání historických příběhů. Například, zda první část tohoto slova („cock“¹¹ z anglického „cockroach“) odkazuje ke kohoutovi či otcovské postavě ve vašem životě, nebo zda spíše naráží na mechanický ventil uvolňující napětí. Anebo jde o odkaz na pérko v hodinách, které podporuje rovnováhu v systému, popřípadě na neodolatelnou touhu po míchaném nápoji nebo o potlačenou vzpomínku na pohlavní orgán? Samozřejmě, kdyby tím terapeutem byl někdo, kdo dává přednost vysvětlením pomocí kulturního traumatu, bylo by možné vše patřičně přerámovat: mohlo by jít o zaměření na poselství, které k vám daná kultura vysílá ohledně otců, tlakových ventilů, vyvažování času, alkoholu nebo ohledně orgánu, který fascinuje všechny interpretativně zaměřené terapeuty.“

Pokračovali jsme zadáním úkolu, a asi nepřekvapí, že tento úkol zahrnoval žebřík a jeden nebo dva mráčky na stropě. Když klient za týden dorazil na další sezení, vyprávěl nám, co se mu přihodilo: „Zdávalo se mi o švábovi, ale nebyl to obyčejný brouk. Měl lidskou hlavu – hlavu terapeuta, kterého jsem předtím tak řešil. V tom snu jsem si všimnul, že mu vůbec nikdo nevěnoval pozornost. Ani vodu mu nikdo nenabídnul. A pak byl ten sen hodně divný. Hlava mu upadla, ale šváb žil dál i bez hlavy. A slyšel jsem hlas, který mi říkal: „Šváb může žít bez hlavy celý týden, ale pak zemře, pokud nedostane vodu.“ Polekaně jsem se probudil. Šel jsem k počítači, a po chvíli hledání jsem zjistil, že šváb kupodivu opravdu dokáže týden přežít i bez hlavy. Ale po týdnu zemře žízni, protože nemůže přijmout vodu.“

Byli jsme udivení stejně jako náš klient. Bez přemýšlení jsme se ho zeptali: „Myslíte, že je důležitější se obávat, zda má šváb hlavu nebo zda má vodu?“ Nevěděli jsme, proč se na to ptáme. Klient okamžitě odpověděl: „Je zajímavé, že se na to ptáte, kladl jsem si úplně stejnou otázku. A odpověď nemám.“ Společně jsme se smáli a pak jsme došli k tomu, že se stalo něco mimořádného. Necháпали jsme co, ale něco se změnilo a my všichni jsme byli součástí té změny. Po chvíli nás klient požádal: „Mohli byste pokropit mou hlavu trochou vody?“

Bez váhání jsme připravili ceremonii pro pokropení jeho hlavy vodou. Přitom jsme, aniž bychom k tomu byli vedeni nějakým terapeutickým přístupem, pronesli improvizovaný proslav: „Poléváme vaši hlavu, abyste měl život a neztrácel hlavu kvůli švábovi, který už ztratil svou hlavu. Krmil jste tento bezhlavý a nemyslicí hmyz veškerou pozorností a životem,

¹¹ Anglické slovo „cock“ může znamenat „kohout“ (popřípadě jiný ptačí sameček), „pták“ (slangový výraz pro mužský penis), kohoutek u pistole, kohoutek – uzávěr přívodu vody, pérko v hodinách, kupka sena apod.

který jste mu věnoval. Dělal jste to i za tu cenu, že jste nekrmil a nechal svůj vlastní život. Ano, bezhlavý šváb nabízí terapii smrti, a jeho přehnaná přítomnost ve vašem každodenním životě může vést k tomu, že se vytratí život z toho, jak pracujete. Nastal čas, abyste zalil svůj život, svou mysl, svou tvořivost. A abyste uskutečnil některé sny, které se objeví, až se příště rozhodnete opět podívat na nebe s mraky, místo abyste se zabýval bezhlavým švábem, který pobíhá okolo po zemi.“

Klient plakal a smál se zároveň: „Máte pravdu. Ztrácel jsem svůj život, když jsem se příliš zabýval tím, jak ostatní přinášejí smrt. Je čas, abych se přestal děsit švábů a užíval si to, co je nahoře na nebi. Myslím, že začnu tím, že budu naslouchat ptákům, kteří zpívají, a pozorovat je, jak elegantně létají ze stromu na strom.“

O deset měsíců později nám náš klient napsal, že by s námi chtěl probrat jeden případ ze své terapeutické praxe, na kterém pracoval od našeho posledního setkání. Popsal muže, v jehož rodině se událo pět sebevražd, včetně jeho dědečka, otce a sestry, a který se obával, že jeho bratr spáchá sebevraždu také. Sám klient byl depresivní ze své práce i života, jeho manželství bylo v krizi a měl finanční potíže. Z nějakého důvodu se tohoto svého klienta zeptal na otázku, která mu vytanula na mysl: „Byl jste někdy se svým otcem rybařit?“ Klient odpověděl: „Ano, je to moje nejkrásnější vzpomínka na něj. Nebyl jsem na rybách od té doby, co zemřel.“

Co následovalo, bylo jednoduché a inspirované tímto momentem. Náš klient požádal svého klienta, aby si vyrobil jednoduchý rybářský prut a dal si jej do postele. Zároveň jej požádal, aby někde zakopal jedno z bratrových CD. Bratr měl velkou sbírku CD, protože miloval hudbu, takže mu mohl snadno nějaké poskytnout. Klient souhlasil. Po sedmi měsících napsal svému terapeutovi dopis:

„Rád bych s vámi krátce sdílel několik věcí, které se mi přihodily od doby, kdy jsem byl u vás. Abych se připomenul, jsem ten člověk, co měl v rodině pět sebevražd. Doporučil jste mi, abych si pořídil rybářský prut a dal si jej do postele a zahrabal jedno CD z bratrovy sbírky. Měl jsem živé sny tu noc... Když jsem byl u vás, nebyl jsem si jistý, o jakém konkrétním tématu mám mluvit. Sebevraždy byly zjevně velké téma. Ale stejně tak moje finance, moje vztahy nebo profesní směřování. Říkal jste mi, že jsem býval rybář a že bych brzo mohl chytnout nějakou myšlenku atd.

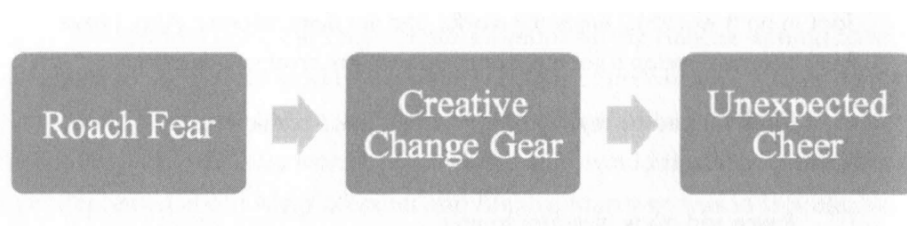
Když jsem se vrátil domů, cítil jsem se pořádně na dně. Ale o pár dní později jsem si vyrobil ze dvou klacků jednoduché rybářské pruty a uložil jsem je společně, aby mi připomínali mou manželku a mě. Byl to silný zážitek, když jsem to dělal. Během následujících měsíců se náš vztah o hodně zlepšil, naše láska jednoho k druhému byla velmi silná! Pak mě v práci výrazně povýšili a dostal jsem přidáno a manželka získala svou vysněnou práci a každé ráno se cítíme jako o vánocích. Náš příjem se více než zdvojnásobil! Osobně se cítím mnohem bezpečněji a víc sám sebou, užívám si svou práci a cítím inspiraci. Také se mi podařilo navázat hezký vztah s bratrovými dcerami. Jen jsem vám chtěl moc poděkovat, díky, díky, díky! Ať se vám daří. Sam“

Po přečtení dopisu jsme si říkali, jak je fascinující si všimnout, v jakých různých podobách se šváb může objevovat. Začalo nám být líto toho brouka, který pravděpodobně nese břímě obětního beránka za mnohá trápení různých lidí. Ale vzpomněli jsme si, že o švábech se říká, že dokáží přežít i jaderný výbuch, takže je patrně vybavený na to, aby zvládl hodně velkou zátěž.

Rozhodli jsme se udělat něco neobvyklého, co by sloužilo zároveň jako oslava i rozvinutí proměňujícího sezení, které jsme mohli prožít a které se nás osobně hluboce dotklo a týkalo se právě švába.

Namalovali jsme tedy malinkého švába na strop naší terapeutické místnosti, pěkně do obláčku. Namalovali jsme jej tak malého, že je možné jej vidět jen zblízka ze žebříku. Poté jsme složili slib, že kdykoli pocítíme, že nás klient tlačí do rámce nedostatků a problémů,

podíváme se nahoru na strop, kde se šváb nachází v obláčku. Bude to pro nás připomínka, že neexistuje žádná výzva, problém, symptom nebo jaderná bomba, které by šváb nezvládnul. Samozřejmě, že to v žádném případě neřekneme klientům. Výjimkou by mohlo být, pokud k nám přijdete na návštěvu a řeknete, že se chcete naučit zbavit strachu, a naopak se naučit využít veškerý otravný hmyz, živočichy, symptomy, problémy a zkušenosti, které vás potkají. Nabízíme poslední RFA, kterou jsme vytvořili pro všechny, kteří chtějí rozvíjet své dovednosti v pomáhání lidem ke změně. Ukazuje, jak strach potřebuje přeladit, aby se proměnil v radost (obr. 4).¹²



Obr. 4: RFA pro každého

Pozn.: Akt I: Strach ze švábů; Akt II.: Přeladění na tvořivou změnu; Akt III.: Neočekávaná radost

Asi není k tomu potřeba nic dodávat ani vysvětlovat. Naopak je potřeba, abyste se vydali svou vlastní cestou improvizace a přišli na to, že tato dějová linie je zároveň mapou ke skrytému terapeutickému pokladu, po kterém jste vždycky toužili. Nedělejte to z jiného důvodu než pro objevování uspokojivých a radost přinášejících způsobů, jak se můžete podílet na terapeutické změně.

Souhrnem lze říci, že RFA nabízí nový způsob pořizování zápisu terapeutických sezení. Zaměřuje se na sledování kontextuální organizace sezení, přičemž se především zaměřuje na to, zda nastala změna či nikoli. Pomáhá terapeutovi udržet zaměření sezení, které méně zdůrazňuje patologii a nedostatky, a naopak mobilizuje k akci, která pomáhá k posunu k nové organizaci vztahu klienta a terapeuta, a která otevírá více zdrojů. To nakonec vede ke zlepšení kontextu, který organizuje každodenní život klienta.

RFA je zároveň víc než jen jednoduchým nástrojem pro zapisování a sledování sezení. Když se podrobněji rozpracuje, nabízí mikroskopickou analýzu komunikačních posunů, které stojí za změnami „dějové linie“ sezení. Tím se názorněji ukazuje cirkularita a rekurzivní povaha komplexnosti interakcí. Na této úrovni techniky mistrovské terapie vyžadují dostatečnou zběhlost v komunikační improvizaci, aby se konverzace přesunula od patologie ke zdrojům.

Nejdůležitější je, že RFA pomáhá terapeutům, teoretikům i výzkumníkům rozlišovat mezi komunikací, která proběhla (tedy metafory řečené v terapii) a interpretujícími naracemi (tedy metafory řečené o metaforách řečených v terapii). Obě oblasti mohou být předmětem analýzy pomocí RFA, stejně jako jakýkoli terapeutický přístup, který předepisuje určité porozumění a určité klinické postupy. S tímto rozlišením RFA napomáhá vidět věci jasněji, rozlišovat, jak různé úrovně abstrakce vedou buď ke zmatkům logických typů, nebo naopak k estetice respektující a využívající interaktivní komplexitu komunikace a vztahových systémů.

Rádi bychom vás pozvali k tomu, abyste bedlivěji sledovali, co se děje na sezeních nebo jak přemýšlíte během sezení. Věnujte se tomu stejně, jako se zabýváte určitými teoriemi, terapeutickými myšlenkami, modely a ideologiemi. Dělejte to proto, abyste se vyvarovali tomu, že uvíznete v pasti využívání terapeutických sezení k prostému potvrzování pravdivosti určitého modelu nebo přístupu. Převezměte více zodpovědnosti za to, jak komunikujete s klienty, abyste společně vytvořili kontext, který napomáhá změně. V opačném případě riskujete, že klientovi se zlepšením jeho situace příliš nepomůžete.

¹² V angličtině jsou použita slova, která se rýmuji: „fear“, „gear“, „cheer“.

Jasně uvědomění, které potřebujete, abyste se stali úspěšnými protagonisty změn v terapii, závisí na tom, nakolik ochotní a schopní jste se měnit v reakci na změny, kterým čelíte okamžik za okamžikem na každém sezení. Jak říká William Blake: „Bez protikladů není rozvoj.“ Na rozdíl od toho, co si můžete myslet, že to znamená, vězte, že změna zahrnuje další změnu, která zahrnuje změnu vás. Komplexita změn zaručuje, že každá terapeutická situace je plná protikladů a rozdílů, připravených k tomu, aby byly využity. Tím slouží k osvobození interakcí ze sebe-udržujících „bludných kruhů“ a ke vstupu do „dobrých kruhů“ v životě druhých lidí, a do kontaktu s jejich úsilím o změnu a růst.