



PŘEVLEČENÝ VLK NENÍ BABIČKA – ÚVAHY O TERAPII ZAMĚŘENÉ NA ŘEŠENÍ

Insoo Kim Berg

Zdroj: BERG, I. K. *A wolf inn disguise is not a grandmother.* Journal of systemic therapies 13, 1994, s. 13 - 14.

Překlad: Leoš Zatloukal.

Zdá se, že známá pohádka o Červené Karkulce vypráví o vlkovi, který se převlékne za hodnou babičku s úmyslem sníst malou holčičku. Obvykle se má za to, že hlavním poučením z této pohádky je, že zlo se často maskuje jako dobro ve snaze požívat nevinnou oběť. Pokud bychom otázku dobra a zla nechali stranou, pak by pointa celého příběhu prostě mohla být v tom, že vlk v jakémkoli přestrojení zůstává stále vlkem.

Mít (možná pochybnou) reputaci někoho, kdo vytvářel terapii zaměřenou na řešení, má své výhody i nevýhody, jako ostatně všechno v životě. Výhodou je samozřejmě fakt, že člověk je často zván, aby mluvil o tom, co dělá a co si myslí a dostává za to pěkně zapláceno. Nevýhodou je, že nejen občas slyšíte o vlkovi, který se strojí za hodnou babičku, ale že tu bestii občas potkáváte tvář v tvář. Když jsem četla nedávno publikovaný článek Efrona a Veenendaala „Předpokládejte, že se zázrak nestal“ (Efron, Veenendaal, 1993), připomnělo mi to, jak často je vlk převlečený do babiččiny šatů s babičkou zaměňován.

V jiném článku Corsiglia a Nylund varují před tím, že podobně zjednodušené pojetí přístupu zaměřeného na řešení může úplně minout svůj účel: Dobrý model (přístup), který je dobře praktikován, neudělá vždy také dobrou terapii. Dobrá terapie vyžaduje víc než jen dobrý model.

Myslím, že tou zásadní otázkou není, jestli být zaměřený na řešení („solution-focused“) nebo nutící k řešení („solution-forced“); nebo jestli zázračná otázka produkuje řešení. Corsiglia a Nylund zřejmě věří tomu, že dobrý model, který se dobře praktikuje, vede k dobré terapii. Efron a Veenendaal se obávají, že „zázračná otázka“ neprodukuje žádoucí změny. Podle mého názoru je zásadní otázka mnohem podstatnější a jednodušší.

Schopný terapeut naslouchá pečlivě tomu, co klient říká, naslouchá s respektem a se zvědavostí a uvědomuje si, že existuje mnoho různých pohledů na každou událost. Chápe, že terapie nerozpouští problémy (Anderson, Goolishian, 1988). Spíše jde o kontext, který terapeut klientovi nabízí, kontext, v němž mohou vznikat nové významy a nové úhly pohledu na znepokojivé problémy, které klienta přivedly do terapie. Pomocí podnětných otázek otevírá terapeut možnosti pro nové pohledy na problémy. To je začátek rozvíjení řešení. Terapeut zaujímá postoj „ne-vědění“ („not-knowing“) a nehierarchickou, facilitativní roli, a tím umožňuje klientovi, aby vytvořil řešení, které pasuje na jeho způsob života.

Když se objeví zmatek v tom, jestli je vlk vlkem nebo babičkou, můžeme se velmi snadno zabřednout do debat, zda terapie zaměřená na řešení funguje anebo ne, zda byl terapeut v daném případě zaměřený na řešení nebo nutící k řešení, zda určitý typ klienta může dobře reagovat na zázračnou otázku nebo ne, anebo zda lze tento model použít i pro léčbu tak závažných problémů jako je násilí, sexuální zneužívání, hraniční porucha osobnosti apod.

Žádná sebedokonalejší technika nezamaskuje nedostatek terapeutovy schopnosti naslouchat, jeho malou důvěru ve schopnost klientů vědět, co je pro ně dobré, a nepochopení základní filosofie tohoto přístupu, která pomáhá vytvářet otázky. Pět užitečných otázek (Berg, Miller, 1992) nejsou sadou nějakých triků. Otázky formulované terapeutu zaměřenými na řešení jsou výrazem jejich způsobu myšlení, postojů a filosofie. Špatná terapie převlečená za hodnou babičku je pořád špatná terapie. To je pro mě nejdůležitější poučení z tohoto příběhu.