

Takové pojetí rozpouštění problémů je podobné jako Wittgensteinovu pohledu na cíl filozofie ve vztahu k problémům, které má řešit. Jeho pohled výstižně zachycuje Shotter (1994):

To, jak filozof zachází s otázkou, je podobné léčení nemoci – cílem léčby není ani tak vyřešit problémy, jako spíše je rozpustit, nechat je „úplně zmizet... [přinést] filozofii mír, aby už nebyla sužována otázkami, které se samy zpochybňují.“ (Wittgenstein, cit. dle Shotter, 1994, s. 11)

Rozpuštění problému znamená také rozpouštění terapeutického systému a problémového systému. Znamená to, že systém, který se vytvořil kolem problému, se vytrácí. Rodí se nový systém, nová struktura. V něm mohou, ale nemusejí být ti stejní členové. Pokud byla součástí problémového systému celá rodina, není to tak, že by se rodina rozpustila, pouze se rozpustil problémový systém. Přestože mohou obsahovat stejné čtyři členy, rodina a problémový systém nejsou synonyma. I když má rodina stejné čtyři členy jako problémový systém, ale jsou mezi nimi jiné vztahy, existují zde jiné příběhy, vyprávění a jejich významy, tudíž je to jiný systém. Problémy nejsou příliš častým tématem literatury o postmodernismu; místo toho se v ní píše především o významu toho, co je předmětem rozhovoru. Shotter (1993a) například tvrdí, že rozdíl mezi tím, co považujeme za problematické, a tím, co považujeme za neproblematické, je rozdílem ve způsobu bytí. Otázka zní „nikoli co mám dělat, ale čím mám být“ (s. 118); nebo jinými slovy: „jak nacházím své místo, jak se situuji, stavím do určité pozice vůči ostatním“ (s. 122). Shotter ukazuje, jak se skrze jazyk můžeme posouvat k novým „pozicím“ ve vztahu k našemu vlastnímu vyprávění příběhů, a tím i k novým vyprávěním o sobě (self-narratives) nebo vlastním biografiím (s. 130). Konceptualizací terapeutických systémů jako vzájemně se ovlivňujících jazykových systémů s nestálým členstvím spíše než jako sociálních systémů s předem stanoveným členstvím může potom klient i terapeut vstoupit do méně stísněných prostorů. Podívejme se nyní na proces, který se v těchto prostorech odehrává.

¹ Lynn Hoffman (1990, 1993) sledovala stejnou myšlenkovou linii, když tvrdila: „Systém neutváří problém, problém utváří systém.“ (1990, s. 5–6; 1993, s. 40)

5.

Filozofický postoj: Pozice, odbornost a odpovědnost terapeuta

Nemůžete nikomu pomoci, aniž byste riskovali sami sebe. Carl Rogers

Podle většiny teorií o terapii by terapeut měl být objektivní a neutrální odborník ovládající určitou techniku, měl by vědět, co je patologické, co je normální, měl by umět číst vnitřní svět člověka jako text. O tom, jakou stanoví diagnózu, jaké zvolí strategie a cíle, rozhodují znalosti a odbornost. Terapeutův zájem a jeho odpovědnost mají potom způsobit změnu – prostřednictvím ovlivňování klienta a znalostí o tom, jak by měla změna vypadat. V pozadí těchto teorií je vztah mezi expertem a ne-expertem, představa, že jedna osoba může změnit druhou osobu, anebo jí alespoň ovlivnit natolik, aby se změnila sama. Je v nich tedy obsažená určitá nerovnost mezi klientem a terapeutem. Terapie vycházející z postmoderního myšlení, jako je i přístup jazykových systémů založených na spolupráci, nabízí výrazné alternativy k této pozici terapeuta. Jaké to jsou alternativy? Jak se terapeut situuje vůči osobě klienta a v konkrétním vztahu s ním? Jaké jsou záměry terapeuta? Jaká je jeho role, odbornost, odpovědnost?

V rámci mého přístupu k terapii je hlavním zájmem a záměrem terapeuta rozvinout dialogickou situaci – a skrze dialog vytvořit prostor pro vlastní sílu jednat, svobodu a možnosti, které jsou jedinečné pro danou situaci klienta a na jejichž vynalézání a rozvíjení se klient podílí. Takové transformace odehrávající se v terapii jsou vyjádřením a přímým důsledkem dialogického utváření nového vyprávění. Jinými slovy, změna nastává současně s tím, jak se otevírá dialog.¹

Tento pohled na změnu či transformaci po nás vyžaduje a vede nás k tomu, abychom se začali stavět do jiné pozice vůči svým klientům. Tato změněná pozice je to, co nazývám **filozofickým postojem (philosophical stance)** – způsob bytí ve vztahu s našimi spřátelenými lidskými bytostmi, včetně toho, jak o nich přemýšlíme, jak s nimi mluvíme, jednáme, jak na ně reagujeme (Anderson, 1995). Zrcadlí můj postoj a naladění, které mi slouží jako východisko pro moje vztahy s klienty a pro terapeutický proces, pro nalézání svého místa v konverzaci. Je to autentická, přirozená, spontánní a stálá pozice, která je vždy jedinečná pro daný vztah a diskurz. Přivádí osobu klienta i terapeuta nazpět do terapeutické místnosti. Přesunujeme se tak od přemýšlení v termínech rolí a funkcí jako terapeutů k úvahám o vztazích s lidmi, se kterými pracujeme. Filozofický postoj odlišuje pozici terapeuta, jeho odbornost a odpovědnost v tomto přístupu k terapii od jiných.

Pozici terapeuta označuji jako **filozofický postoj**, protože tento termín dobře zobrazuje a zároveň podporuje způsob pohledu na svět a jeho prožívání z nitra mého pracovního i osobního života. Naše hodnoty a předpoklady – naše životní filozofie – ovlivňují způsob, jakým se vztahujeme k lidem nebo jaký k nim zaujímáme postoj. Je to metaforická pozice, která spojuje naše sociální a osobní charakteristiky a stává se „součástí diskurzivního utváření osobních příběhů, které činí lidské jednání srozumitelným a do určité míry je jako sociální jednání rovněž vymezuje“ (Hermans, 1995, s. 376).

Jaké jsou charakteristiky tohoto postoje a jaké má praktické uplatnění? Jak se v oblasti terapie projevuje? Jak dává terapeutovi možnost účastnit se společného jednání? Jakým způsobem

podněcuje tvůrčí proces a podporuje terapii charakterizovanou vlastnostmi jako propojování, spolupráce a utváření?

Charakteristiky filozofického postoje

Konverzační partneři: Společná odbornost klienta a terapeuta aneb Co přináší klient a co přináší terapeut

Spolupracující přístup se zaměřuje na vztahový systém a proces, při němž se klient a terapeut stávají konverzačními partnery při vyprávění, zkoumání, interpretování a tvarování příběhů. V tomto přístupu se kombinuje a splývá odbornost klienta a odbornost terapeuta. Jakou odbornost však každý z nich přináší?

Klient přináší odbornost na obsah: je expertem na svoje životní zkušenosti a na vlivy, které ho přivedly do terapeutického vztahu. Když klienti vyprávějí své vlastní příběhy, mohou prožívat a uvědomovat si svoje vlastní hlasy, svoji moc a autoritu. Terapeut přináší odbornost na oblast procesu: je expertem na to, jak se s klientem propojit a jak se s ním podílet na dialogickém procesu vyprávění příběhu v první osobě. Vypadá to, jako kdyby se role klienta a terapeuta převrátily: klient se stává učitelem.² Terapeutův postoj by spíše mohl být popsán slovy: „jsem zde, abych se o vás od vás něco naučil“. Přesně jako když jeden mladý klient řekl začínajícímu terapeutce – studentce, která se často přeříkávala, dělala chyby, špatně mu rozuměla a nevěděla si rady – „Až budete slavná jako Freud, musíte všem říct, že jsem byl váš učitel.“

Tvůrce a facilitátor dialogického prostoru a procesu

Ve spolupracujícím procesu se terapeut stává pouze jedním z mnoha autorů zatím nevyřčených – proměnlivých a rodících se – vyprávění. Jeho účast má spíše podobu dotazujícího se autora, který je facilitátorem – zkoumající osobou –, než někoho, kdo využívá rozličné intervence a nástroje.³ Pozice facilitátora napomáhá rozvoji procesu, ve kterém jsou všechny hlasy v pohybu a zároveň schopnost být vnímavým, zvědavým, respektujícím, naslouchajícím účastníkem klientova příběhu a být v něm zapojený. Terapeut chce, aby každá osoba v konverzaci cítila, že jeho/její verze příběhu je stejně tak důležitá jako kterákoliv jiná. Je to pozice **mnohočetné náklonnosti (multipartiality)**,⁴ při níž se terapeut souběžně přiklání na všechny strany. To je v protikladu k myšlence neutrality, kdy se terapeut snaží nestránit ani jedné osobě. Podle mého zkušenosti vede taková neutralita v důsledku k tomu, že lidi, se kterými pracujeme, nás brzy začnou podezřívát, a někdy si jsou i zcela jisti, že někomu straníme a že některé verze příběhu věříme více. Když k tomu dojde, mohou pak velice snadno sklouznout do vzájemného soupeření, komu se podaří terapeuta zlákat na svoji stranu.

Čím spolupracující terapeut není

Často dostávám od různých lidí otázky typu: „V jakém okamžiku se ze snahy nebýt ‚expertem‘ stane pasivita?“ anebo „Opravdu stačí být ‚zkoumající osobou‘?“ Tyto dotazy mají kořeny v pojetí výzkumu a validity, jak k nim přistupuje moderní věda, kdy je nezbytně nutné prověřovat pravdu a dosahovat poznání. Podobné otázky mě vedou k nutnosti objasnit, čím z hlediska mého perspektivy terapeut není.

Terapeut není narativním editorem. Pokud je terapeut expertem na obsah – znalcem příběhu člověka a způsobu, jakým by měl být vyprávěn či utvářen a převyprávován či přetvářen –, automaticky přebírá roli narativního experta, který edituje – kontroluje nebo reviduje – klientův příběh. Obvykle je úkolem terapeuta přimět klienta k tomu, aby vyprávěl svůj vlastní příběh (jako kdyby existoval příběh, který má být vyprávěn), přičemž cílem je vyřešit dilema formulované v jeho vyprávění a tím toto vyprávění změnit. Terapeut se o to snaží například modifikací, novým přeskládáním či tvarováním klientova příběhu do takové podoby, která je z pohledu terapeuta užitečnější. Případně může terapeut do jazyka vyprávění vnést svůj dekonstruuující vhléd, aby tím posílil některá již existující řešení nebo vznik nových. Z mého pohledu mají tyto pokusy o modifikaci klientova vyprávění podobu narativní editace – revize, opravy, čištění. Úkolem terapeuta podle mě není dekonstruovat, reprodukovat či rekonstruovat klientův příběh, ale spíše jej facilitovat a podílet se na jeho vyprávění a převyprávění.

Narativní editaci se dostáváme na tenký led. Pozice narativního editora vyžaduje technickou odbornost k editaci. To s sebou nese určitá rizika: vnucuje se tím předpoklad, že terapeut se, jako mistr na lidské příběhy, těší větší důvěryhodnosti než klient. Předpokládá se, že terapeut může klienta číst jako text. Z terapeuta se takto stává narativní objevitel typu archeologa, který věří, že existuje jeden příběh, který je určitým způsobem významný, a je nutné, aby byl odkryt či převyprávěn. Riskuje tak, že se nechá vést představou, že existují univerzální lidské příběhy a neexistují žádné nové, které by mohl vyslechnout. Riskuje, že jazyk a metafory klienta vyskytující se v jeho vyprávění v první osobě si bude překládat do svého profesionálního jazyka a do svých předpokladů a přesvědčení o lidské povaze.

Musíme být opatrní. Pokud věříme myšlence, že jsme součástí interaktivního kruhu, musíme jednat v souladu s tímto přesvědčením. Pozice narativního editora a s ní spojená rizika nevyhnutelně vylučují klienta z cirkularity významů a následně vedou k tomu, že se utváření významů odehrává spíše na obecné než místní úrovni. Takto může být například vynechána svobodná černošská matka, jejíž syn vytáhl pušku na svého spolužáka. Pokud se terapeut stává do pozice narativního editora, není pro tuto matku místo; nepatří tam; není to její příběh. V důsledku toho možná dojde k potvrzení matčiných předpokladů a obav, že její situaci nikdo nepochopí a nikdo jí nepomůže. Ještě důležitější je skutečnost, že narativní editor je dominantní role, ve které je terapeut v hierarchickém a dualistickém postavení ve vztahu ke klientovi. To může znamenat nebezpečí, že příběh matky vyprávěný v první osobě bude marginalizován a namísto toho bude zvýhodněn dominantní sociální diskurz. Dokonce i terapeuti, kteří mají v úmyslu bojovat proti určitým dominantním sociálním diskurzům, nevědomky a paradoxně marginalizují klienta, pokud předpokládají, že jejich nabízené opoziční vyprávění (například sociální nespravedlnost, genderová nerovnost, boj s institucemi) je pro klienta lepší variantou.

Terapeut není tabula rasa nebo čistý list papíru. Tak jako lidé, se kterými vedeme rozhovor, vnášíme i my do terapeutické arény své poznání, předchozí zkušenosti a předpoklady – naše předporozumění (Gadamer, 1975, 1988; Heidegger, 1962). Měli bychom se ale snažit přinášet je bez předpokladů, například bez předem připraveného plánu, jak by klient měl přistupovat k řešení problému. Spíše bychom měli důvěřovat tomu, že se takový plán zrodí přímo v konverzaci. **Terapeut není vyjednávač ani soudce odlišností.**⁵ Nesnaží se o konfrontaci ani se nesnaží poukazovat na rozdíly. Jeho cílem není dosáhnout syntézy či konsensu. Naopak, terapeut podporuje mnohočetné verze příběhu.

Terapeut není detektiv, jenž pátrá po pravdě nebo po tom, co je správné či správnější, nesprávné či nesprávnější. Terapeut nehledá skryté skutečnosti, záměry či významy. Není jednosměrným a dominantním výzkumníkem, expertem na definice a řešení problémů, specialistou na patologii

a normalitu. Terapeut není tím, kdo popisuje, vysvětluje nebo tlumočí chování. Terapeut je konverzační partner.

Terapeut není vykonavatelem intervencí, ani není pasivní. Chtěla bych zdůraznit, že se nejedná o mechanický, intervencemi vedený, předem známý způsob bytí. Pod vedením klienta se terapeut stává, slovy Gadamera, pouze „částí cirkulárního interaktivního systému“ (Gadamer, 1975, s. 361), pouze součástí systému vzájemného ovlivňování, nikoliv jeho kormidelníkem. Terapeut není tím, kdo kontroluje konverzaci například tím, že stanovuje její cíle nebo ji posouvá směrem k určitému obsahu či výsledku, není ani zodpovědný za směr změny. Cílem není ujmout se vedení a intervenovat. Základním cílem je facilitovat dialog a pouze prostřednictvím tohoto dialogu vytvářet ty nejlepší podmínky k tomu, aby se ve významu, vyprávění, chování, pocitech, emocích objevilo něco nového. Terapeut také směřuje k podněcování vnitřního dialogu (konverzace, kterou v duchu vedeme sami se sebou nebo s představou druhých osob) a vnějšího dialogu (hlasité konverzace s druhými). Ne-intervenující, ne-hierarchická pozice se nerovná pasivitě či nevědomosti. Neznamená to, že je všechno dovoleno, že terapeut je neukotvený nebo že nemá žádný vliv. V tomto postoji je terapeut aktivní, nikoliv však direktivní. Terapeut neustále ovlivňuje klienta; podobně jako klient neustále ovlivňuje terapeuta.

„Způsob bytí“ versus „Systém jednání“

Terapie v této podobě dává terapeutovi prostor pro rozvoj a používání vlastního stylu. Každý terapeut si překládá filozofii terapie a z ní vycházející postoj k terapeutickému vztahu do vlastního způsobu práce, který je přirozený a jedinečný vzhledem k jeho osobnosti a všemu tomu, co si s sebou do terapie přináší. Každý překlad je vysoce individuální a jedinečný pro každou terapeutickou situaci – zahrnující přítomné osoby, obsah a kontext konverzace. Jinými slovy, to, co terapeut řekne a jak se zachová, se bude lišit klient od klienta, sezení od sezení; a bude to charakteristické pro daného terapeuta a danou situaci. Takové „dělání-o-co-si-situace-říká“ však vyžaduje značnou odolnost. Je zde nezbytná schopnost, ochota a flexibilita k posunům v myšlení a chování na základě požadavků situace. Lynn Hoffmann (osobní rozhovor, říjen 1994) kdysi hovořila o adaptabilitě a proměnlivosti v souvislosti s filozofickým postojem jako o „nažhavenosti k akci“. Nejistota, která je výsledkem toho, že terapeutova řeč, myšlení a jednotlivé kroky jsou odvozeny od daného okamžiku, a jsou tedy předem neznámé, je často zneklidňující, protože v západním světě jsme si navykli na jistotu, kterou dosahujeme svým chováním podle předem připravených receptů. Jsme zvyklí rozpoznávat a vidět v terapeutově jednání jeho předem promyšlenou strukturu. Pokud nevidíme to, co očekáváme, je obtížné si představit, co terapeut dělá nebo co bude dělat. To je možná částečně důvod, proč lidé, kteří sledují terapeuta pracujícího v rámci spolupracujícího přístupu, někdy nevidí nic natolik odlišného od toho, co očekávali. Netvrdím však, že pokud po určitou dobu pozorujeme terapeuta nebo skupinu terapeutů, není možné objevit určité podobnosti a opakující se vzorce. Jak nám ukazuje výzkum, máme tendenci vidět to, v co věříme a nalézat to, co hledáme (Jones, 1986; Rosenhan, 1973; Scarr, 1985). To je charakteristické i pro výzkum samotný. Když chci svým studentům a kolegům objasnit koncept filozofického postoje, většinou jim doporučuji, aby strávili nějakou dobu s více terapeuty, jejichž práce vychází ze spolupracujícího přístupu. Chci, aby viděli, že ačkoliv práce každého z nás vyrůstá ze stejných předpokladů, existují mezi námi a mezi různými situacemi rozdíly. Chci, aby si byli vědomi těch specifických zdrojů, které vyžaduje každá situace, aby pochopili, že ve své práci mohou vyjádřit svoji osobnost a svůj styl (který nemusí a ani by neměl být považován za konkurenční vůči mému nebo jinému stylu) a mohou být sami sebou v té nejimaginativnější a nejkreativnější podobě. Pokud se snažíme napodobovat styl

někoho jiného, zužujeme tím rozsah našeho myšlení a jednání a omezujeme kreativitu a možnosti jak svoje, tak i druhých.

Host

Vnímám sama sebe jako hosta, třebaže jen dočasného, který klienty navštěvuje na krátký okamžik, který s nimi stráví kousek jejich života, který připluje a zase odpluje z nestálých a nekonečných vod jejich konverzací s ostatními. Chtěla bych být tolerantním hostem. Psychiatryně Sue Chance (1987) podobným způsobem přirovnává svůj vztah s pacienty ke vztahu s hostem pozvaným na oběd, když vypráví o loučení.

Nepřemýšlím o svých příchodech a odchodech jako o nejdůležitějších bodech v životě pacienta. Jsem hostem pozvaným na oběd. Přicházím, protože mě pozvali. Dodržuji určitou etiketu. Možná je naučím nějakým vhodným způsobům. Možná se s nimi podělím o své recepty. Možná přinesu nějaké jídlo, které nikdy neochutnali. Ale já u nich doma nežiju. Oni tam žijí.

To stejné platí o mých přátelích. Sluší se být vlídný. Když se s nimi loučím, snažím se to dělat ohleduplně. Doufám, že vědí, jak moc jsem ocenila jejich pozvání, jak jsem byla ráda za jejich společnost. Doufám, že tam ze mě něco zůstane. A vím, že ve mně zůstane něco z nich. (s. 21)

Dále píše o tom, co všechno mohou dokázat určité druhy konverzace, takové, které v ní zůstávají a které si klienti odnášejí s sebou z terapeutické místnosti.

Měla jsem doma svoje vlastní hosty pozvané na oběd. A vím, kteří byli neupřímní. A vím, kteří byli hrubí. Případně zapomenu, že tam vůbec kdy byli. V paměti mi zůstávají ti přivítiví. Vybavuji si rozhovory s nimi. Vybavuji si tu radost, že s nimi mohu sedět u jednoho stolu. Někdy se zadívám na židli, kde seděli, a jako bych je znovu viděla. Zřetelně cítím jejich přítomnost. Pamatuji si, jak jsem se nostalgicky dívala, jak odcházejí a jak jsem věděla, že to tak musí být, že musí odejít. (s. 21)

Od klientů jsem slyšela podobná slova. Například Lars, klient Harryho Goolishiana, vzpomínal na jejich společnou konverzaci se slovy: „Čas od času ho vidím před sebou a slyším, jak mi něco říká.“ Jiná jeho klientka, Alice, se s ním po několika letech od té doby, co k němu docházela na terapii na střední škole a na univerzitě, znovu setkala a popsala svůj zážitek z tohoto setkání takto:

Když jsem byla na střední škole, potřebovala jsem s vámi mluvit každý týden. Měla jsem hrozný strach jít na vysokou, bála jsem se, že to nezvládnu. Neuměla jsem si představit, co bych dělala, kdybych vás viděla jenom jednou za měsíc, když přijedu domů. Víte, co jsem dělala? Nosila jsem vás s sebou ve své hlavě. Když jsem vás potřebovala, zeptala jsem se sama sebe, „Co by asi dr. Goolishian řekl?“ nebo „Jakou otázku by mi teď dr. Goolishian položil?“ a vy jste mi odpověděl. I poté, co jsem absolvovala školu a přestěhovala se na východ, jel jste se mnou. Jednoho dne jsem si ale uvědomila, že vás s sebou už nemusím nosit, protože už jsem s vámi vlastně mluvit nepotřebovala. Mohla jsem mluvit sama se sebou. Ale jsou chvíle, kdy vás potřebuji, tak si vás pozvu do svojí hlavy, jako kdybych zvala starého přítele na oběd.

Terapeutova proměna: Riskantní pozice „žáka“

Terapeut, jenž přijme tento druh filozofického postoje a stane se součástí specifického typu dialogického procesu, se také vystavuje riziku, že se změní. V terapeutickém procesu vzájemného ovlivňování, kdy je změna přirozeným důsledkem dialogu, jsou klient i terapeut subjektem této změny. Není ani logické předpokládat, že by to bylo jinak – abychom vstoupili do procesu transformace, aniž bychom byli sami transformováni. Jeden z mých studentů jednou řekl: „Už jsem na to přišel. Nejspíš to bude tak, že když nemohu změnit svoje vlastní uvažování o něčem, tak to nemohu očekávat od klienta.“ Znamená to tedy, že můžeme měnit své myšlenky nebo názory na problém, osobu či situaci. Znamená to také, že můžeme změnit svoje chování. Závažnější myšlenkou však je, že i naše etika práce, naše základní morální předpoklady a pečlivě strážené hodnoty už nebudou nikdy zcela skryté, budou předmětem zpochybňování a také změny. Myslím si, že částečně právě toto rozvíjí naši kreativitu a žene nás na cestu celoživotního učení a osobního rozvoje. Na této cestě můžeme být aktivními jedinci, především pokud přistoupíme k výzkumu a učení jako k součástí každodenního jednání.

Výzkum a učení jako součást každodenního jednání

Postmodernismus jako kritika ideologie, a tedy filozofický postoj, po mně vyžaduje a zároveň mi umožňuje být si neustále vědoma toho, co vím nebo co si myslím, že vím, nechávat toto vědění otevřeně otázkám a reflektovat je. Tato kombinace vědomí, otevřenosti a reflexivity se potom rozvíjí v proces výzkumu a učení jako součástí každodenního jednání, který mě proměňuje profesionálně i osobně. Co a jak se naučím, je proměnlivé, interaktivní a sociálně utvářený proces. Zahrnuje mnohočetné reflexivní konverzace sama se sebou, s klienty, kolegy, studenty a ostatními. Tyto reflexe se stávají součástí tvůrčího procesu učení, který je širší než pozorné naslouchání příběhu klienta a širší než samotná terapeutická zkušenost. Být, definovat se a rozvíjet se jako terapeut je spíše proces než cokoliv jiného. Všimněte si, že se takto dostáváme zpátky k pojetí „self-jako-proces“.

Schön (1983) představuje ve své knize **Reflektující pracovník: Jak odborníci přemýšlejí v akci** (*The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*) velice cenný pohled na odborné poznání a výzkum jako na součást každodenního jednání. Kritizuje odborníky, kteří svou práci nereflektují – kteří nereflektují svoje myšlení a jednání.

Mnoho pracovníků je svázáno představou sebe sama jako technických expertů a v okolním světě nenacházejí nic, co by stálo za občasnou reflexi. Až příliš dobře si osvojili techniky selektivní nepozornosti, zastaralých kategorií a situační kontroly, postupy, které používají, aby si zachovali trvalost svého poznání pro praxi. Nejistota je pro ně ohrožením; její přiznání známkou slabosti. (s. 69)

Technika je v takovýchto případech upřednostňována před člověkem.

Souhlasím se Schönem v tom, že byrokracie v institucích a profesních sdruženích nastoluje a posiluje technické dovednosti a znalosti a také předpoklad, že odborník je nezávislý a izolovaný jedinec (s. 326–338). Ztrácí se příležitosti pro inovaci, spolupráci a adaptaci na měnící se podmínky. Schönova výzva zní, aby si odborníci namísto toho uvědomili, že jejich odbornost je zasazena do kontextu významů a že jejich jednání může mít pro různé lidi různé významy (s. 295). Aby nedocházelo k technickému zahlcení a izolovanému jednání, nebo čemu já říkám odbornost

„automatického pilota“, navrhuje Schön pojetí „vědění-v-akci“ (s. 49) nebo „reflexe-v-akci“ (s. 126) – neměli bychom pouze reflektovat v akci, ale také reflektovat na naše reflexe-v-akci. Reflektovat a reflektovat na reflexe v akci znamená připojovat se, spolupracovat a utvářet, a z mého pohledu je to označení postmoderní formy vědění. Je to zkušenost neustálého sebevzdělávání, ve které samotná terapeutická praxe je, slovy Schöna (1983), „zdrojem obnovy“ (s. 299) i pro terapeuta. Myslím si, že tento zdroj (společně s postojem ne-vědění) je rozhodujícím odlišením pracovníků, pro něž se práce stává nudou a vede k syndromu vyhoření, od těch, kterým se to nestává. Je důležité zmínit zde Toma Andersena (1995a, 1996) a rozšíření jeho způsobu práce s reflektujícím týmem do oblasti evaluace klinické praxe, protože je to krásný příklad pojetí výzkumu jako součástí každodenního jednání. Několik týmů terapeutů a klinických pracovníků za podpory a supervize Andersena pozvalo své klienty a kolegy z okolí, aby jim nejen pomohli ohodnotit jejich praxi, ale také aby vstoupili do role spolupracujících výzkumníků. Klienti a kolegové se tedy účastní návrhů evaluace, včetně formulací otázek, na které se budou ptát. Terapeuti se klienta či kolegy například ptají: „Na jaké otázky si myslíte, že bychom se vás měli ptát?“ nebo „Jaká informace by vám pomohla?“ (Kjellberg, Edwardsson, Niemela and Oberg, 1995; Kjellberg et al., 1996). Záhy zjistili, že tento spolupracující a inkluzivní přístup k výzkumu zlepšil vztahy pracovník – klient a klient – pracovník. Co je však nejdůležitější, toto pojetí staví lidi z praxe přímo do centra výzkumného procesu a zpochybňuje tím tradiční pojetí výzkumu jako činnosti osob „zvenčí“, z akademické pudy. Evaluace a výzkum prováděný lidmi „zevnitř“ se pro praktiky stává příležitostí, jak se neustále učit něčemu novému a má značný užitek pro jejich budoucí práci. Je to rozvíjející se dialogický proces, který, slovy Gergena, „posouvá dialog dopředu“, a spolupracující proces, který, slovy Shottera, vytváří „konverzaci, v ní lidé cítí, že tam patří“.

Být přístupný

Blízko k procesu reflektování (a obecně ke společnému sdílení něčí práce) má pojetí přístupnosti (being public), které s sebou nese ještě ochotnější odkrývání, ještě ochotnější sdělování svých vlastních vnitřních dialogů a monologů: myšlenek, předsudků, obav, otázek, spekulací, názorů a starostí. Tímto způsobem se otevírám zpětné vazbě, evaluaci a kritice. V důsledku toho vystupuji před lidmi, se kterými pracuji, více jako osoba. Raději používám termín „přístupný“ („public“) než slovo „transparentní“ („transparent“), které bývá někdy spojováno s feministickou kritikou, protože se nedomnívám, že by nějaká osoba mohla vidět skrze nás anebo my skrze ni. Vidíme spíše pouze to, co se nám druhá osoba rozhodne ukázat.

Tento postoj přístupnosti je v protikladu k častějšímu soukromému či skrytému aspektu odborníkovy role. Od pracovníka, od kterého se běžně „očekává, že bude v roli experta“, se podle Schöna (1983)

nyní očekává, že čas od času odkryje svoji nejistotu. Zatímco dříve bylo zvykem, že si nechával svoji odbornost pro sebe jako něco utajeného, nyní se očekává, že bude veřejně reflektovat svoje poznání-v-praxi a sám sebe... a otevře svoje odborné znalosti veřejnému prozkoumání. (s. 297–299)

Reflektování může podnítit a zapříčinit zrod mnoha různorodých hlasů či pohledů terapeuta. Stejně jako klient může mít i terapeut spoustu myšlenek, někdy konkurenčních, někdy i protichůdných. Holandský psycholog Hermans (1995), který se zajímá o dialogickou povahu self, přirovnává tuto situaci k polyfonním hlasům Dostojevského románů.⁶ Ve svých knihách Dostojevskij vystupuje

pouze jako jedna z mnoha postav: „Namísto toho, aby se staly ‚poslušnými otroky‘ ve službách Dostojevského zájmů, mohou různé postavy stát vedle svého tvůrce, nesouhlasit s autorem, nebo se proti němu i bouřit.“ (s. 377)

Reflektování a odkrytí se před druhou osobou dává jak mně, tak dané osobě více flexibility při zacházení s různými jedinečnými, někdy konfliktními názory na nesnáze, se kterými klient přichází. Umožňuje mi to zastávat pevný postoj a vstupovat do kontroverzních situací bez zbytečného vyhocení vzájemných pozic či jejich zmrazení. Vše, co je vysloveno, se zužitkuje. Z postmoderní perspektivy pracovník

zastává své [např. terapeutovy] vlastní pohledy na realitu a jedná podle nich, zároveň je však podrobuje reflexi, zkouší zaujmout opačný postoj, jaký zastávají jeho oponenti [např. klienti], a ve stejný okamžik se jim snaží porozumět. (Schön, 1983, s. 350)

Zveřejňování se netýká jen informací pracovních, ale i osobních. Nemyslím zde to, co by mohlo být pojmenováno jako sebeodhalení nebo porušování hranic ve smyslu svěřování se s osobními tajemstvími nebo intimními informacemi, i když mně osobně zase tolik nevádí říct o sobě ostatním možná i víc, než by byli ochotní říct jiní terapeuti. Je přirozené, že se o nás klienti zajímají; proč by také neměli? Pamatujete si Sabrininu větu: „Nic o vás nevím“? A jak mi později říkala, že by ji zajímalo, jestli je její terapeutka vdaná a jaké má vztahy? Na konci sezení se na to také zeptala. Jiná klientka, se kterou jsem vedla rozhovor o jejich zkušenostech se třemi různými terapeuty, mi řekla: „Nepřijde vám to k smíchu, že byste měla věřit svému terapeutovi, o kterém vůbec nic nevíte? Je to jako kdybyste stála pořád nahá před někým, kdo je pořád úplně oblečený. Bylo by to prostě příjemné, vědět trochu víc o tom, kdo je ten terapeut jako člověk.“

Z těchto důvodů dávám na konci sezení klientovi nebo komukoliv jinému, kdo je v dané chvíli přítomen v místnosti, možnost zeptat se mě. V jedné takové situaci jsem klientovi řekla: „Ptala jsem se vás na hodně věcí, tak by mě zajímalo, jestli je něco, na co byste se rád zeptal vy mě?“ „Došla by mě zajímalo, co vlastně v tom Texasu děláte,“ odpověděl.

Pověděla jsem mu něco o tom, co dělám, a také jsem zmínila, že mě zajímá dozvědět se více o lidech jako on, o jejich potížích a zakončila jsem slovy: „Stačí to tak?“

On odpověděl: „To zní velice zajímavě.“

„Chtěl byste o tom vědět ještě něco víc?“ zeptala jsem se.

Odpověděl krátce: „To mi úplně stačí. Pro mě je toto možnost dozvědět se něco víc o sobě a o tom, co se okolo mě děje.“

Zaujmout při rozhovoru s klientem otevřenou a reflexivní pozici si podle Schöna (1983) žádá následující: „Aby rozšířil a prohloubil svoji schopnost reflektovat-v-akci, musí odborník odhalit kořeny teorií interpersonálního jednání, které si přináší do pracovního života, a restrukturovat je.“ (s. 353) Já bych k tomu ještě dodala: „...a které si přináší do svého osobního života.“ Některé teorie jsou však takové, že nedovolují reflexi tohoto druhu; bylo by to v přímém rozporu s danou teorií. Otevřené, veřejné reflektování může být například považováno za ne-empirické, mohlo by se říkat, že terapeut tím porušuje zásady důvěrnosti, překračuje hranice, je neetický anebo může být považován za příliš relativistického. Co je však ještě důležitější, takové reflektování by mohlo ohrozit pohodlí a jistotu, které skýtá vědění a odbornost, a tím i samotnou existenci dané teorie.

Sdílená odpovědnost a zodpovědnost

Odpovědnost a zodpovědnost (responsibility and accountability) jsou kulturními ideály a hodnotami. Chceme, aby na sebe lidé brali odpovědnost a aby byli zodpovědní za sebe a za druhé. Někdy však nevytváříme takové prostředí a vztahy, které by to umožnily nebo tomu napomohly. Naopak vytváříme takové, které je znemožňují. Jsme vyškoleni k tomu, abychom vedli **nerovné** konverzace. Jsme vyškoleni k tomu, abychom klienta zbavovali odpovědnosti. Učíme se být experty, jako například experty na to, jak mají lidé žít svůj život, co je dobrý příběh nebo jaká změna je nejefektivnější.

Z mé zkušenosti vyplývá, že pokud terapeut přizve klienta ke spolupráci a umožní mu spolupracovat, odpovědnost se stane sdílenou. Lidé si často mylně vysvětlují postoj terapeutů, kteří pracují v rámci spolupracujícího přístupu, jako naivní zbavování se odpovědnosti; tak tomu ale vůbec není. Ve chvíli, kdy terapeut přijme reflexivní filozofický postoj, dualismus a hierarchie mezi klientem a terapeutem se začínají hroutit a odpovědnost a zodpovědnost se stávají sdílenými. V praxi navíc zjišťuji, že při sdílené odpovědnosti a zodpovědnosti se terapeut stává ještě více odpovědnější a zodpovědnější vůči klientovi.

Někteří sociální konstrukcionisté se snaží vypořádat s tématem morální odpovědnosti. Shotter (1974, 1975, 1990, 1995a) prosazuje a obhajuje zvýšenou a sdílenou odpovědnost a zodpovědnost. Chce „rekonstruovat psychologii jako morální vědu o jednání (a síle k jednání), spíše než přírodní vědu o chování (a mechanice)“ (1995a, s. 385).⁷ Shotter (1995a) dospívá k závěru, že „nároky na individuální, výlučné ‚vnitřní zkušenosti‘ [co si myslíme, že víme] nebudou mít ve světě příliš velkou šanci uspět, pokud je někdo neučiní nějakým způsobem zodpovědnými vůči ostatním“ (s. 386). Analytický filozof Alasdair MacIntyre podobným způsobem chápe morální odpovědnost sociálního konstrukcionismu jako umístění lidských životů mimo kontrolu expertů a zasazení

odpovědnosti za svůj vlastní způsob života zpátky do rukou člověka ve vzájemném vztahu k druhému – přičemž stojíme před úkolem identifikovat takové momenty a situace, kdy se lidé mohou vzájemně konfrontovat jako etické bytosti. (Citováno v Shotter, 1995a, s. 387)

I další lidé před nás stavějí takovou výzvu. Psycholog Mark Freeman (1995) tvrdí: „Není mnoho psychologů, pro které jsou svoboda a téma odpovědnosti nějakým způsobem významné; všeobecně vzato, předpoklady disciplíny to neumožňují.“ (s. 357) Rozlišuje mezi morální odpovědností jako „odpovědností za naše vlastní jednání“ (s. 358) a „odpovědností ke druhým, obzvláště k těm, jejichž práva byla napadena nebo kteří zbytečně trpí“ (s. 358). Někteří feminističtí filozofové a psychologové a teoretici ženských studií (Code, 1988; M. Gergen, 1995; Hughes, 1988), kteří považují self za vztahové, také zdůrazňují pojetí odpovědnosti: Mary Gergen (1995) upozorňuje: „Tento posun ke vztahovému self se nesnaží vymýt jazyk morální volby a morálního jednání ...[ale] upozorňuje na potřebu přezkoumat to, co konstituuje morální jednání, a to skrze optiku pluralismu.“ (s. 366) Lorraine Code (1988) volá po odpovědném poznání; Judith Jordan (1991) obhajuje vzájemnou odpovědnost.

Kenneth Gergen a výzkumnice v oblasti komunikace Sheila McNamee (1994) podotýkají, že cílem zkoumání vztahové odpovědnosti není ani změna té či oné narušené osoby, ani vyřešení určitého konfliktu. Jde spíše o rozšíření pole relevantních hlasů („vztahových realit“), které vstupují do konverzace. Větší důraz na odpovědnost a zodpovědnost přispívá k tomu, aby terapeut mohl být více přístupný, otevřený a aby se mohl neustále rozvíjet.

„Ale vy jste přece expert“

Terapeuti mají často obavy, že jejich klienti od nich očekávají dodávání jistoty, že za své peníze chtějí slyšet jasné odpovědi od odborníka a že nebudou spokojeni s terapeutem, který se bude držet filozofického postoje a bude je zvat ke spolupráci. Podle mojí zkušenosti se však není čeho bát; stále znovu zjišťuji, že pro klienty není složité přidat se k tomuto druhu spolupracující kultury. Jak nám ukazuje i Shotterovo pojetí „pocitu sounáležitosti“, klienti takový přístup chtějí a vítají. Často jej dokonce i sami vyžadují, jak nám krásně ukázal příklad švédské matky dvou anorektických dcer: „Ale my známe naše dcery více než kdokoliv jiný. Známe jejich reakce a jejich pocity ... víme, kdy jim můžeme důvěřovat víc než jakékoliv [zaujaté] sestře nebo doktorovi.“

Je poněkud nešťastné, když se terapie dostane do bodu, kdy klienti, podobně jako členové oné švédské rodiny, před sebou vidí experty, kteří si myslí, že klienty znají lépe než oni sami sebe a když jejich expertní vědění přináší pouze podezřívavá vysvětlení a vede k pejorativnímu zacházení. Odborníci se potom podílí na utváření toho, co vidí. To znamená, že pokud budeme určitou osobu poslouchat a zacházet s ní podezřívavě, je velice pravděpodobné, že veškeré její chování budeme interpretovat z tohoto pohledu, případně on nebo ona začne skutečně jednat způsobem, který vzbudí podezření. Je například velký rozdíl mezi způsobem, jak bude s klientem zacházet terapeut, který věří, že klient sexuálně obtěžoval svoji dceru, a snaží se toto své přesvědčení ověřit, a terapeut, který chce s otcem vést dialog.

Skeptický postoj k ochotě a schopnosti klienta vstoupit do spolupráce spíše souvisí s našimi vlastními očekáváními a strachem z nejistoty než s klientem samotným. To však neznamená, že pokud mi klient řekne: „Řekněte mi, co mám udělat“, tak ho ignoruji. Je pochopitelné, že klienti mají takovéto požadavky. Když k tomu dojde, respektuji jejich přání a beru je vážně. Avšak nepředpokládám, že bych mohla vědět, co chtějí; jejich požadavek neignoruji, ale ani neočekávám, že mi budou slepě věřit. Na každou žádost reagují, přičemž každá reakce záleží na kontextu konverzace, ve které se žádost objeví.

Úmyslně

Mějte na paměti, že filozofický postoj je součástí celkového způsobu bytí, projevuje se sám a klient jej zakouší od prvního momentu kontaktu s terapeutem. Scéna pro spolupráci je připravena už na začátku a je třeba se o ni starat po celou dobu trvání vztahu. Postoj není ani technika ani teorie. Tento postoj nemá manipulativní či strategickou povahu, ani není pečlivě promyšlen, jak by možná vyplývalo z kognitivistického způsobu uvažování. Není úmyslný v tom smyslu, že by byl hraný; avšak má svůj záměr.⁸ Úmyslně chci být otevřená, přirozená, oceňující, respektující, vítající a zvědavá, což jsou všechny důležité vlastnosti bytí v terapeutickém vztahu, který je vzájemný, spolupracující, kooperativní a rovnocenný. Úmyslně si vybírám takovýto způsob bytí, protože si jej vážím. Zastávat tento filozofický postoj mi umožňuje spojit se s klientem ve vztahu spolupráce a v dialogickém procesu. Vzhledem k tomu, že jde o způsob bytí, mohu takto pracovat v různých kontextech (vzdělávání, konzultace s organizacemi) nehlédě na osoby, které v nich jsou zahrnuty (vysokoškolští studenti, vedoucí pracovníci), na téma (výuka, team building) nebo typ dilematu (komplikovaný případ, konflikt mezi supervizorem a pracovníkem).

Jak vypadá takovýto filozofický postoj v praxi? Jak je tato konceptualizace užitečná při vzniku a utváření procesu a systému spolupracující terapie? Co dělá terapeut jako expert na proces? Na tyto praktické otázky začnu odpovídat tak, že se nejdříve podíváme na proces terapie; potom se obrátíme k hlasům a slovům klientů a románových postav a požádáme je o praktické příklady a rady.

- 1 *Poněkud váhám s používáním slova změna kvůli jeho převažujícímu lineárnímu a individualistickému významu v psychoterapeutickém diskurzu, že někdo mění někoho jiného. Dávám přednost slovu transformativní, které přináší výraznější pocit neustále-spolu-v-pobybu, ze zvyku mám však tendenci používat obě slova.*
- 2 *Tato myšlenka má původ ve spolupráci s kolegyní Arlene Katz.*
- 3 *Dříve jsem používala pojetí spoluautora, ale zdá se, že už není zcela vhodně. Nové příběhy jsou ovlivňovány také vztahy a událostmi mimo terapeutickou místnost; terapeut je prostě jedním z mnoha autorů.*
- 4 *Děkuji své kolegyni Kathy Weingarten, která mi tento termín navrhla.*
- 5 *Snažím se vyhnout slovu vyjednávat (negotiate) a preferuji potkávat, ve smyslu „potkávání odlišných realit“. Vyjednávání má pro mě význam nepřátelské pozice: vyřešení konfliktních sporů, jako v případě smlouvání, výměného obchodování, arbitráží, intervenování a mediací.*
- 6 *Hermansovo pojetí je podobné těm pojetím Dostojevského postav, které jsou zmiňovány v kapitole 10.*
- 7 *Shotter (1990) vyjadřuje velké obavy o roli psychologů v tom, čemu říká „pochybné vojenské projekty“ a v reakci na ně obviňuje psychologii z používání svých mechanismů jako nástroje k popření odpovědnosti a vyhnutí se zodpovědnosti ve vztahu k tomu, co podle jeho názoru byly zřetelně politicky nesprávné návrhy.*
- 8 *Moje zkušenosti často určují můj výběr slov. Například v terapeutických a problémových diskurzích často zjišťuji, že určovat (determine) má negativní konotaci, naznačující účelovost (willfulness) (jak je tomu ve skutečnosti spíše u slova záměrný). V této knize však používám slovo záměrný (intentional), ve smyslu, že jsme všichni záměrně bytosti. Konkrétně zde toto slovo používám ve smyslu „určený k jednání určitým způsobem“, jak se píše ve Webster's new collegiate dictionary (1972).*