

Kybernetika předsudků v psychoterapeutické praxi
The Cybernetics of Prejudices in the Practice of Psychotherapy
Cianfranco Cecchin, Gerry Lane, Wendel A. Ray
David Campbell, Ros Draper editors
Systemic Thinking and Practice Series, Karnac Books, London, 1994

Poznámka překladatele

Text, který jsem vybral, tvoří pro mne nejzajímavější asi čtvrtinu celé knihy. Kapitoly Úvod a Klinické předsudky jsou vcelku až na nepatrné krácení označené [...]. Z ostatních kapitol jsem poznamenal některé odstavce a věty, které se mi zdají důležité pro pochopení souvislostí a záměru autorů. Podstatné se mi jeví sepsání vlastních předpokladů autorů, předsudků jimž sami věří – viz kapitola Klinické předsudky, která by mohla být jakýmsi jejich manifestem.

Gianfranco Cecchin, M.D., je spoluzakladatel milánské systemické terapie, jednoho z dodnes nejvlivnějších modelů rodinné terapie. Spoluředitel Centro Milenese Di Terapia Della Famiglia, Milano, Itálie.

Milánská škola – označení pro práci skupiny jejímiž členy byli v letech 1970 – 1980 MARA SELVINI PALAZZOLI, GIULIANA PRATA, GIANFRANCO CECCHIN a LUIGI BOSCOLO. Práce milánského týmu prvotně vycházela ze strategické perspektivy. V knize Paradox a protiparadox (1978) je rodinná terapie pojata jako hra, v níž se terapeuti pokoušejí vyhrát. Jak však uvádí Lynn Hoffman, byla Milánská škola vedle Mental Research Institute z Palo Alto jedinou, která nebyla zcela závislá na objektivistickém pojetí skutečnosti.

Členové milánského týmu totiž vzali za svůj Batesonův pojem „cirkulární kauzality“ a vyvodili z jeho klinické aplikace řadu nových a zajímavých modelů z nichž nejznámější jsou *hypotetizování*, *neutralita* a *cirkularita* s cirkulárními otázkami.

Boscolo a Cecchin se v roce 1980 od týmu oddělili a založili si vlastní výcvikový institut, zatímco Maria Selvini a Guiliana Prata se zaměřily na výzkum. Obě vykročily zpět k ještě tvrdšímu strategickému přístupu a rozvinuly teorii „psychotických her“, která k rodinám není nijak lichotivá. Cesta, již se vydali Boscolo a Cecchin, je cestou ke konverzačnímu modelu, ke konstrukci diskursu.

Rozpad Milánského týmu hezky názorně k jakým koncům může vést nahlédnutí do třinácté komnaty – nahlédnutí konstruktivismu. Mnohým to přináší výron karteziánské úzkosti, která je vede zpět k hledání návratu do komfortního příbytku objektivismu, jak se stalo oběma ženám v Milánském týmu. Věřím, že to je čistě náhodné, že to zrovna byly ženy. Naopak jiní, v tomto případě Cecchin a Boscolo, blahorečí nahlédnutí konstruktivismu, které je osvobozuje ze sevření objektivistické stavby a užívají si života ve svobodě. Odsoudili se k životu v otevřenosti, k životu bez struktur, které by je bezpečně korigovaly směrem k Právě.

Od rozpadu Milánského týmu a konference rodinné terapie v Zürichu 1981, lze sledovat jak obecně sílí vliv konstruktivismu a kybernetiky druhého řádu. V nich ještě více dochází k provázání s myšlenkami Gregory Batesona.

Sociální konstrukcionismus, který vychází především z prací Gergena, dále rozvíjí školy sociální psychologie a nadále používá klasických pojmů jako osobnost, struktura, sociální vztahy. Konstrukce chápe jako výsledek interakcí sociálních skupin s realitou a jako výsledek konverzací v rámci těchto skupin o této realitě.

Radikální konstruktivismus patří mezi nezávislé proudy. Navazuje na Maturanu, von Foerstera, von Glassersfelda. Radikální znamená ke kořenům jdoucí, což se odráží v důslednosti přijetí předpokladů informační uzavřenosti organismu a nemožnosti instruktivní interakce. Bradford Keeney z Texas Tech University, Lubbock, Texas a skupina kterou vedli Harlene Anderson a Harold Goolishian z Galveston Family Institute, Texas, rozpracovali koncept konstruktivismu v oblasti klinické práce. V důsledku toho pak dochází k opuštění pojmů klasické psychologie a filosofie. Například v tom, že pojmem pozorovatel je nahrazen pojem skutečnost, nebo v tom, že pojem subjektu ztrácí smysl.

Vedle těchto existuje celá řada hybridních směrů, které se pokoušejí pojem objektivní reality zachovat a nějak zkombinovat s konstruktivistickými náměty. Efran uvádí například kritický konstruktivismus: „Hlavní rozdíl mezi radikálním a kritickým konstruktivismem se týká jejich základních předpokladů vůči realitě. Kritický konstruktivismus vede k realismu, který předpokládá, že

existuje objektivní realita k níž se lidé svými konstrukcemi neustále přibližují, ačkoli nikdy nebudou schopni do ní vstoupit úplně. Naopak radikální konstruktivisté jsou idealisté, kteří se nezabývají podstatou reality mimo oblast lidské zkušenosti.“ S jistou nadsázkou by se dalo říci, že kritický konstruktivismus převzal rétoriku konstruktivistů ale popisuje s ní cosi velmi podobného objektivismu.

Milánská škola ovlivnila celou řadu kliniků. Mezi ně patří Karl Tomm z University Calgary, Peggy Penn z Ackerman Institute, New York. Tom Andersen a jeho tým z norského Tromsø, kteří přišli s ideou „reflektujícího týmu“. Imelda McCarthy z University Dublin a Ernst Salamon ze Stockholmu, Kurt Ludewig a další z Institutu pro systemická studia v Hamburku, Helm Stierlin z Heidelbergu, či Gerry Lane z Institute for Systemic Studies, Atlanta.

V Písku 14. července 1998

Z předmluvy vydavatelů

Je to provokující kniha. Zpochybňuje terapeutovu jistotu – terapeutovu pýchu, ale pokud nebudou terapeuti reflektovat své vlastní předsudky, nebudou svým klientům ukazovat vlastní otevřeně *objasňující myšlení*, budou klienti ponecháni svým vlastním předsudkům, ležícím v jádře problému. Napadá také představu že existuje nějaká elitní skupina, zvaná „terapeuti“, která ví něco, co ostatní nevědí.

Z předmluvy Bradforda P. Keeneyho

Kybernetika předsudků je s napětím očekávaný následník jejich dnes již klasické knihy IRREVERENCE: A STRATEGY FOR THERAPISTS' SURVIVAL.

Každý terapeut se drží svých představ o strukturách, metaforách, způsobech trápení či výsledcích postupů, a mnoha dalších. To vše uctívá v podobě preferencí (či předsudků) a neustále jej to svádí dávat rozhovoru určitý tvar a celou terapií směřovat podle vlastních přání. Popírat poznání, že naše touhy ovlivňují naši terapeutickou práci, je nebezpečným opomíjením lidskosti.

Kybernetika předsudků je naléhavou výzvou k zvýšení poctivosti naší profese. Požaduje, abychom přiznali co uctíváme a přestali to skrývat.

Úvod

Jak se ukáže, každý z nás má velmi vyhraněný názor na účinné vedení terapie, přesto se nepokoušíme zachytit zde „správný“ postup terapie. Tato kniha není pokusem nastolit nový způsob péče o klienty. Nabízí se tolik již vytvořených terapeutických modelů, až si myslíme, že je na čase přestat s pokusy vytvářet další a raději věnovat něco času přemítání nad podmínkami, které klademe my sami.

Dovedeme si představit, že pokud někdo věnuje čas přemýšlení o své vlastní pozici a předpokladech, které ji vytvářejí, může přirozeně dojít k vytvoření nového modelu. Rozhodně zde ale sebereflexi nepředkládáme jako nový model. To, co bychom rádi nabídli terapeutům, je větší hravost, zaujetí estetikou, družnost v neotřelých nápadech a setření stalinistické hrůzy před úchytkami od pravověrnosti. Chtěli bychom posílit i sami sebe, abychom se vzepřeli vládnoucí kultuře a v ní převládajícím terapeutickým modelům, které nás blokují, ačkoli jsme je sami pomáhali tvořit a udržovat. Jak bychom se mohli zbavit omezení našich vlastních výtvorů, které nás i ostatní důvěřivé terapeuty svádějí k bezduchému budování kultury tupohlavců, postrádajících vůli překročit vlastnoručně vytyčené hranice?

Věříme, že rozpoznání vlastních předsudků je akt zodpovědnosti. Když o zodpovědnosti uvažujeme, zjišťujeme, že je velmi snadné říkat odpovědnost, ale je velmi těžké odpovědnost konat. Jak vysvětluje Rorty (1991), profese mentálního zdraví učinily z mnoha důvodů jen velmi málo pro osvětlení tématu odpovědnosti:

„Růst schopnosti integrativních, ironických a nominalistických intelektuálů přeskakovat mezi slovníky, například náboženským, vědeckým, literárním, filosofickým a psychoanalytickým, aniž by si kladli otázku „a co z toho nám ukazuje, jak věci opravdu jsou?“ – rostoucí schopnost intelektuálů zacházet se slovníky jako s nástroji a ne se zrcadly – to je Freudův hlavní odkaz. Zpřetrhal něco z posledních pout, která nás vázala k řecké představě, že my i svět máme podstatu, která, jednou objevena, nám ukazuje, co bychom se sebou měli dělat. Ztížil ještě více, už tak obtížnou možnost položit si otázku „co opravdu jsem?“ , nebo „co je lidská podstata?“. Tím, že nás nechal nahlédnout, že dokonce ani v enklávě ohraničené filosofií není k nalezení stopa náhodných vlivů, zanechal nám schopnost tolerovat nejasnosti, které se víra a filosofie pokoušely omezit.

Být zodpovědný je velmi náročné, neobvyklé a výstřední. Na druhou stranu překročení tradiční zodpovědnosti je tak neběžné, že se stává tak jednou za život – Ježíš, Einstein, Marx, Freud ukazují příklady velkých kroků stranou od konvenčních konstrukcí reality.

Jeden z nejstarších mýtů o znevážení¹ převládajícího vědění je příběh Evy, rebelující proti absolutní dokonalosti a nezodpovědnosti Ráje. Jediným kousnutím do zakázaného ovoce riskovala vstup do nebezpečného světa povinného ručení a skládání účtů². Tyto mimořádné případy originality se nevyhnutelně stávají obecně přijatou a pravou vírou. Záblesk stvoření zprvu vyvolává strach, až je postupně přijat a opakováním se na čas stane nezvratnou pravdou, aby se nakonec zploštil do banality. Co začíná jako vynalézavé oživení lidského ducha, stává se diktující vírou. Považujeme to za přirozený jev, který si podržuje své tajemství.

Zdá se, že lidé se bojí situací stvoření Jak to? Jak to ale, že podléháme vlivu toho či onoho – trhu, profesi, klientovi, sociálně konstruovaným realitám, které diktují, co člověk má a musí být a co má dělat? Existuje mnoho teorií, jednou je klasická systémová představa homeostázy: čím více se věci mění, tím více zůstávají stejné. Jinou je teorie chaosu: představa, že existence je vytvářena náhodnými ději, které se lidé zoufale snaží uspořádat do ucelených a předvídatelných vysvětlení. Další je

¹ V orig. Irreverence (pozn. překl.)

² Autoři rozlišují mezi responsibility a accountability. Oxford Dictionary: **Responsible** legally or morally obliged, eg to take care of sb/st or carry out a duty, and liable to be blamed if one fails [...] answerable. **Accountable** required or expected to give an explanation for one's action etc. Nakonec jsem raději zvolil odlišení odpovědnosti jako povinného ručení a odpovědnosti jako skládání účtů. (pozn. překl.)

náboženský monoteistický fundamentalismus s ideou jednoho Boha, který uskutečňuje velký plán, ten musíme přijmout a věřit mu. Pro duševní vyčerpání se nabízí představa, že nejistota posiluje závislost brát určité předsudky jako pravou víru. Pokud jsme takto závislí, pak je velmi těžké či dokonce nebezpečné znevážit takto zjevenou pravdu. Takže záblesky tvořivosti se stávají ahistorickou svátostí, oddělenou od živoucího vyprávění té komunity, z níž vzešly.

Rádi bychom znevážení prohlásili za způsob ochrany před silou zneužití čehokoli: myšlenek, lásky, pomoci, jídla, blízkosti, soucitu, heroinu, terapie atd.

Pokud je někdo příliš závislý na kterémkoli diktátu z množství sociálně konstruovaných realit, má to přirozeně důsledky. Nepozorovatelně to člověka odpojí od postupného vývoje. Může ho to tak zaslepit, až neuvidí příležitosti neotřelých cest života a otupí si pocit náležitosti ke světu, v němž žije. Může to zničit umění a krásu. Dovedeno do extrému, známe celé kultury, jako nacistické Německo, komunistické Rusko, či současný Irák, kde revizionistická úchylka je považována za ohrožení státu.

Znevážení, které navrhujeme, není nové. Středověké svátky bláznů a karnevaly byly chvíle, během nichž byly překračovány hranice správné víry ve stejném smyslu a stejným způsobem, jakým my používáme znesvěcení. [...]

K dramatu života patří oscilace mezi pravověrností a znevážením. Obojí tká lidskou kulturu, která je pohroužena v jazyce. Přílišná pravověrnost může vést k pasivitě, totalitarismu, ochromení tvůrčího ducha a případnému násilí. Přílišné znevážení může děsit představou, že není nic daného, čeho se držet, může vést k sociální dezintegraci (např. v následnických státech bývalé Jugoslávie), může přivést příklon k mesiášům, kteří se nemusejí zpovídat, či k násilí v jeho nejrůznějších podobách.

Lze se ptát, co to má co dělat s vedením psychoterapie. Znevážení podporuje skládání účtů a nepodporuje povinnost zaručovat jakýsi strnulý předpis nějaké z mnoha sociálně konstruovaných realit.

Povinné ručení je velmi zvláštní konání, a proto, když mluvíme o terapii, dáváme přednost skládání účtů. Složit účet vyžaduje uvědomit si možnost nebezpečí vlastních předsudků. Znamená také potřebu mít po ruce kolegy, za zrcadlem, nebo dostupné k poradě, aby pomohli vyhnout se bezděčnému podlehnutí vlastním předsudkům. Složený účet také zahrnuje péči o přežití terapeuta: ochranu před vykořisťováním klienty, zaměstnavateli, kolegy nebo jiným zneužíváním v různých podobách. Předsudky, skládání účtů a znevážení budou tématy tohoto díla.

Teorie kybernetiky předsudků

American Heritage Dictionary of English Language nabízí několik definic pojmu předsudek (prejudice), z nichž druhý odpovídá našemu použití pojmu: předsudek = *predem pojatá náklonnost či představa; předpojatost*. Rozvádíme tento pojem ve shodě s Gadamerem, že pojem předsudek není sám o sobě něčím negativním (Cecchin, Lane a Ray, 1991, 1992, 1993). Přitom jsme hluboce přesvědčeni, že pro terapeuta je užitečné rozumět svým vlastním předsudkům. Podle Gadamera:

„Nikoli tak naše soudy, nýbrž naše předsudky utvářejí naše bytí. Tuto provokativní formulaci používám, abych pojetí předsudků dal pozitivní místo, které mu bylo vzato z našeho jazyka. Lze ukázat, že pojem předsudku neměl dříve význam, který mu přisuzujeme. Předsudek není nutně nepodložený a nepřesný, čímž by nevyhnutelně překrucoval pravdu. Historičnost našeho bytí dokazuje, že předsudky v doslovném pojetí slova stavějí výchozí směry pro veškerou naši schopnost zážitků. Předsudky jsou naší zaujatostí nebo naší otevřeností ke světu. Jsou jednoduše podmínkami toho, abychom něco zakoušeli, aby to, co potkáme, nám něco říkalo. [...]“

Když mluvíme o předsudcích, máme na mysli celou spleť fantazií, představ, přijatých historických údajů, přijatých pravd, dojmů, sklonů, nápadů, hypotéz, modelů, teorií, osobních dojmů, naladění, nerozlišitelných loajalit – prostě jakýchkoli předem existujících myšlenek, které mají podíl na po-

jímání, vnímání a jednání během terapeutického setkání. Věříme, stejně jako Rorty (1989), že předsudky lidí jsou nevyhnutelné a projevují se v jazyce:

„Všechny lidské bytosti pečují o hloučky slov, která zaměstnávají, aby potvrdovala jejich jednání, jejich přesvědčení a jejich životy. Jsou to slova, jimiž chválíme přátele, pohrdáme nepřáteli, slova našich dlouhodobých plánů, našich nejhlubších pochyb, našich nejvyšších nadějí. Těmito slovy vyprávíme příběh našeho života, někdy do minula, jindy do budoucna. Budu tato osobní slova nazývat „final vocabulary = konečným slovníkem“.

Nejen předsudky terapeuta nás zajímají, ale stejně tak i sklony a přesvědčení klienta. Terapie se odbývá ve vzájemné hře předsudků terapeuta a klienta – v kybernetice předsudků. Terapie je nevyhnutelně neustálou vzájemností terapeuta s klientem, v níž jednání a vyjádření jednoho nabývá významů skrze jednání a vyjádření druhého, jimiž jsou neustále dotvářena a formována. Proces je kybernetický v tom, že je společným dílem obou, terapeuta i klienta. To znamená, že význam kteréhokoli projevu je nalézán v kontextu chování, které evokuje v druhém či v sobě. (Ray & Keeney, 1993) [...]

Terapeutova poranění

Zaznamenali jsme zajímavý článek uveřejněný v New York Times 9/10/1992. Týkal se vlivu osobní zkušenosti terapeutů na předpoklady jejich práce. Mnoho terapeutů mělo během vlastního dětství podobnou zkušenost se zneužíváním či zanedbáváním. V dospívání pak potkali někoho, kdo jim pomohl překonat následky „špatného zacházení“ v dětství. Článek naznačoval, že mnoho těchto lidí se pustilo do oboru psychoterapie, aby nabídli klientům stejnou pomoc jakou sami dostali.

Téma obsažené v této karikatuře životní zkušenosti terapeutů, je téma pomoci. Díky ní máme to, co je nazývá pomáhající profese (helping professions). Zvláště častá je v tomto tématu myšlenka, že lidé potřebují laskavost, porozumění a občas dokonce lásku. To je dnes mimořádně mocný a rozšířený kulturní předsudek, sdílený mnoha terapeuty. Jak jsme se dostali do této absurdní pozice?

Přesvědčení, že lidé potřebují laskavost, a porozumění prošlo podivným vývojem od chvíle, kdy Freud rozvinul svou psychoanalýzu, v níž využil zkoumání nevědomého života lidí k otevření náhledu do přenosu vztahů. Než Freud objevil nevědomé procesy a psychoanalýzu, věnovala se problémům citů a chování především církev. Propojení křesťanství a psychoanalýzy, dvou velmi vlivných tradic, zkombinované s liberálním pojetím rovnosti a spolupráce, nakonec (podle našeho názoru) vedlo k tomu, čemu dnes říkáme pomáhající profese. Tento příklad ukazuje jak lze brilantní vhled do podstaty lidství přeorganizovat do ortodoxie, která vyhlíží sofistikovaně, ale z našeho hlediska je povrchní. [...]

Po přečtení článku z New York Times, jsme začali uvažovat jak mnoho nás – terapeutů je polapeno či motivováno touhou naučit druhé dosáhnout ideálu:

- správné otcovské výchovy
- správné mateřské výchovy
- otevření rozhovorů rodičů před dětmi
- času vyhrazeného pro děti (partnera, psy apod.)
- udržování přiměřených hranic mezi příbuznými
- zdravého partnerského sexu
- důvěrného vztahu s dětmi při současném vyloučení sexuality
- zdraví prospěšných nevěř
- rozvodu který nepoškodí ani vlastní děti ani vlastní rodiče
- intimity nezkažené slovy
- zdravých stravovacích návyků
- trvale udržitelné lásky

Terapeutická misie

Ptali jsme se sami kolegů na jejich hodnocení vlastních zkušeností z dětství, jen abychom se dozvěděli, že ačkoli někteří se cítili v dětství poškozováni, velká řada ostatních vnímala, že pochází z velmi zdravých rodin, loajálních vůči tradicím.

Postoj té druhé skupiny vůči psychoterapii zahrnuje snahu přinést druhým to, co pro ně samotné byly zdravých vztahy v rodině. Věří, že ačkoli sami nebyli v dětství poškozováni, nějak vědí, co je normální a jak by se rodiny a jednotlivci *měli* chovat. Tito terapeuti mají, jak se zdá, představu, že ostatním cosi dluží a že to tedy musí druhým vrátit, ať už to postrádají či nikoli. Jelikož jejich život byl až příliš dobrý, měli by se o to podělit s těmi méně šťastnějšími. Takto se utváří předsudek terapeutické misie. [...]

Důsledky předsudku poraněných terapeutů a terapeutických misionářů vedou ke stejným důsledkům. U obou hrozí klientovi závislost. V prvním případě na terapeutově nepodmíněčné lásce, ve druhém na terapeutově autoritě. [...]

Vypadá to, že pro mnohé je víra v cokoli lepší než přijetí nejistoty nepoznaného. (Jackson, 1967c). Vypadá to pravdivě dokonce i víry v zjevně nebezpečné ideje, jako Jim Jones v Gvajáně, Pol Pot v Kambodži, či krveprolití právě probíhající v jihovýchodní Evropě ve jménu etnické čistoty, poté, co se zhroutil komunistický režim a společenská kontrola. Vrátime-li se k rodině, vidíme, že lidé mají mnoho rozličných druhů předsudků. Některé nejčastější, s nimiž se setkáváme jsou:

- rodiče by měli hlídat své děti
- matka musí být milující
- děti mají mít volnost rozvíjet se podle svých potřeb
- rodinná tajemství by se neměla vynášet
- děti patří rodičům
- děti patří státu
- všichni potřebujeme lásku
- nesouhlas rozvrací rodinu
- musíme směřovat ke stejnému dobru

Terapeuti představují pro takovéto předsudky nebezpečí, zvláště když se mají stejné. Mezi běžné předsudky terapeutů patří:

- hierarchie musí být v rodině jednoznačná
- nevědomí řídí vše
- otevřená komunikace je cesta ke šťastnému manželství
- nerovnost pohlaví je zdrojem problémů
- nerovnost postavení je zdrojem problémů
- většina žen s depresivními symptomy byla v dětství sexuálně zneužívána
- abstinence je správný cíl v léčbě závislostí
- rodiny jsou nezávislé entity, kterým má být dopřáno rozvíjet se vlastním jedinečným stylem
- za správnou výchovu dětí jejich rodiči je odpovědná celá společnost
- stát nese odpovědnost za blahobyt rodiny
- současné problémy v rodině se vždy vztahují k způsobům orientačních rodin
- úkolem terapeuta je převychovat špatné rodiče na dobré rodiče
- rodiny jsou dysfunkční a všichni jsme co-dependentní
- vnitřní dítě ničí rodiče a léčba

- terapie musí být rychlá a účinná
- dosáhnout podstatné změny trvá léta
- stát by měl zajišťovat péči o duševní zdraví a manželské problémy.

[...]

Proč bychom neměli brát vážně myšlenky a předsudky, které se v nás vynořují ve vztahu s klientem? Otázkou se stalo, jak to udělat, aniž bychom upadli zpět do psychoanalytického paradigmatu přenosu a protipřenosu, terapeutovy psychopatologie a abychom udrželi systémovou orientaci. Velmi nám pomohla Batesonova představa odlišných rovin abstrakce, obsahu a dění. Mohli jsme zaměřit náš pohled nikoli na obsah předsudků terapeuta a klienta, nýbrž jej zaměřit na vztah mezi předsudky terapeuta a klienta, které vyvstávají v kontextu terapeutického setkání. [...]

Nyní jsou ve středu našeho zájmu jak příběhy terapeuta, tak klienta. [...]

Již se nezabýváme hledáním pravdy, nezajímáme se o věrohodnost předpokladů, ale zajímáme se o vztah mezi předsudky. [...]

Věříme, že terapeuti si musejí uvědomit své vlastní předsudky a jejich možný vliv na ostatní (klienty, kolegy, instituce, atd.). Jestliže terapeut dokáže pojímat své modely, hypotézy a techniky jakožto předsudky a nikoli jako nezpochybnitelné danosti, má šanci omezit jejich vliv na druhé. Má šanci otevřeně hovořit o průvodních jevech odlišných předsudků.

Věříme také, že některé předsudky jsou užitečnější než jiné, ale i toto přesvědčení, kterého se pevně držíme, je otevřeno zkoumání a diskusi. Dokonce i nejzakotvenější předsudky typu: milovat děti je lepší než je zanedbávat, nebo spolupráce je lepší než boj, mohou být předloženy k ověření, ne-li s klienty, přinejmenším s kolegy. [...]

Možná, že podstatný rozdíl mezi předsudky klienta a terapeuta je ten, že terapeut si může dovolit luxus pochybnosti snadněji. Zvláště jsou-li terapeuti zkušení a pracují v bezpečné atmosféře, posiluje to otevřenost a vzájemné posílení v znevážení pravdivosti vlastních přesvědčení. Lze si představit dva kontexty, v nichž je luxus pochybností jen obtížně dosažitelný. První v kontextu strnulé ideologie, kde nad otevřením pochybností zaměstnanců převažuje potřeba udržet jasný, jednoznačný obraz instituce. Jinými slovy, kde dogma instituce převažuje a do značné míry diktuje, co terapeuti mají dělat. Druhý příklad zahrnuje začínající terapeuty, kteří si nemohou dovolit luxus pochybností, protože se dosud ještě nenaučili nějaký přístup (tautologii předsudků), nebo ještě nedovedou rozlišit mezi tímto modelem a vlastními strnulými předsudky. Jsou nejistější, a proto potřebují jistotu víry v jeden model. [...]

Klinické předsudky

V kontextu terapie existují praktické důsledky předsudků. Vedení hranice mezi myšlením a chováním je arbitrární, to my udržujeme tuto dichotomii, abychom mohli popsat naše způsoby vedení terapie. Z pohledu reflexe, předsudky se vyjevují v jednání a postupech terapie a naopak [...]

Znovuobjevení jednocestného zrcadla – zrcadla odrážejícího terapeutovy předsudky

Použití zrcadla a týmu může mít různý smysl. Původně se používalo k pozorování rodiny ještě z jiné perspektivy, s cílem pomoci terapeutovi s formulací lepší intervence. Později se rozšířilo použití pro supervize. V poslední době bylo zrcadlo zdiskreditováno lidmi z non-instrumentálního hnutí (Anderson a Goolishian, 1988; Hoffman, 1986), kteří začali pohlížet na zrcadlo jako na tajnůstkářskou strategickou techniku, která posiluje terapeutovu moc vyvolávat změny. Nyní zrcadlo objevujeme znovu jako nástroj, který může pomoci terapeutovi, aby si uvědomil vlastní předsudky. Možnost uvidět v zrcadle své vlastní předsudky dovoluje terapeutovi zabývat se jimi. Namísto předstírání, že takové přednastavení nemá, může je využít spolu s klienty.

Terapeut přirozeně musí mít ochotu riskovat a otevřeně se ukázat kolegům, je také potřeba mít kolegy schopné diskutovat o odlišných předsudcích bez kritiky nebo soupeření. Takové intelektuální obnažení vyžaduje hluboké přesvědčení, že v konverzaci má mít jakákoli myšlenka stejná práva a vážnost. Celé to vyžaduje čas, zkušenost, smysl pro hru, znevážení a oddanost zachování důstojnosti kolegů a jejich právu na odlišné mínění. Konverzace je systém, který může být produktivní jedině tehdy, když všechny ideje mají vůči sobě stejnou hodnotu. Přijetí převažuje nad jakýmkoli hierarchickým vztahem, a soutěživost se odsouvá na druhé místo. Autismus nikam nevede; nejlepší cesta, jak se o sobě něco naučit, je nechat si nastavit zrcadlo od toho, s nímž chci mluvit a naslouchat mu. Jistě se při tomto způsobu konverzace vyskytnou těžkosti, protože v kontextu institucí většinou konverzace slouží zcela naopak k udržování a potvrzování hierarchických vztahů moci a kontroly.

Stejně jako nelze nekomunikovat, nelze nemít předsudky

Celý náš život, obzvláště dětství a dospívání se učíme a ověřujeme představy jak si poradit s přátelskými i nepřátelskými okolnostmi. Bez takových konstrukcí nemůžeme přežít. Reflektováním východisek naší vlastní orientace jsme našli zakořenění v západní demokratické filosofii, v orientální filosofii pojímající věci takové jaké jsou, v batesoniánském systémovém myšlení a v konstrukcionismu. Kombinace těchto zdánlivě protichůdných filosofii nás podněcuje.

Je obtížné vést konverzaci s lidmi, kteří jsou přesvědčeni, že jejich soudy jsou nadřazeny (nebo podřazeny) vašim. Myslíme si, že lidé, kteří nemají chuť seznamovat se s alternativami, se často cítí ohroženi, a pak nemají zájem ani o příbuznost a nic je nedonutí probírat odlišnosti, nebo se naopak cítí tak nicotní (či nadřazení), že rozdíly pro ně nejsou věcí diskuse. Často se setkáváme s tím, že lidé jen neradi odkrývají vlastní předsudky a diskusi o nich. To je srozumitelné. Okolnosti, za nichž člověk je s to otevřeně odhalit své předsudky, jsou vzácné. Jsme všichni obklopeni lidmi, na kterých nám záleží a kteří představují naše životní zájmy, ale kteří svá vlastní přesvědčení nevidí jako předsudky, nýbrž jako kotvy vlastní identity, to jest jako pravdy. Nikdo vůči tomu není imunní.

Máme také zkušenost, že lidé nejsou ochotni sdělit své nejskrytější předsudky, protože by to mohlo ohrozit jejich osobní vztahy. Ale to je iluze, naše předsudky se projeví samy, ať chceme či ne, dříve či později, v našich slovech, činech, v tom, jak žijeme své životy. Prosakují našimi očekáváními, vyplývají z našich vztahů s druhými, vyjevují se více v tom, co děláme, než tom, co říkáme.

Myslíme si, že v životně důležitých vztazích (manželství, rodičovství, zaměstnání, terapie atd.) je neochota předložit k diskusi odlišnosti svých zakořeněných přesvědčení nebezpečná. Přitom jde o vzájemnou vazbu. I ta nejsilnější přesvědčení, držena v tajnosti, jsou konstruována ve vzájemnosti s druhými, kteří mají právě tak silné předsudky – nevyrůstají v pustině. My máme předsudek, že posláním terapie je otevřít příležitost k vzájemné interakci ustrnulých přesvědčení. Neochvějně zastávané názory mohou dovést až k izolaci, nebo k eskalaci boje za jejich prosazení, což obojí, podle našeho přesvědčení, může přinést nová strádání a bolesti v lidských systémech. Diathesis, setkání dvou tezí (Redemeyer v osobním rozhovoru 1992), se zdá skvělým slovem k tomu, co chceme popsat. Lidé nemohou přehodnotit své předsudky, cítí-li se ohroženi.

Člověk má hodnotu protože je

Terapeut pracující v otevřeném světě se může ocitnout ve zdánlivě beznadějných situacích, v nichž se lidé mohou chovat nepřátelsky, nekooperativně, či dokonce odpudivě. Ve společensky výbušné situaci, jakou je obvinění z týrání dětí, terapeut může cítit nutnost jednat určitým způsobem, stejně tak jde-li o vraždu, hrozbu sebevraždou, požadavek medikace, hospitalizace, elektrokonvulzivní léčby atd. Od kojení ke kanibalismu jsou lidské bytosti a skupiny lidských bytostí (včetně rodin)

schopny jakéhokoli představitelného chování. Jinými slovy, v určitých situacích se terapeut může cítit zaskočen zdánlivou beznadějností situace.

Představa, která nám pomáhá oživit schopnost pracovat v takových situacích, je víra, že člověk je hodnotný, protože tu je. Dokážete-li pojmát člověka jako cennost, bez ohledu na beznadějnost situace, můžete obnovit zájem o porozumění bližnímu, kterého máte před sebou, začít být zvědaví na lidi, jejich vztahy a kontext života. Jakmile terapeut změní vlastní přesvědčení a předpoklady, které o klientovi má, dosáhne svobody vidět jej bez obviňování a svobody odložit důvody k odsouzení. V tomto smyslu souhlasíme s Jacksonem, který řekl: „jak bláznivě a podivně člověk vypadá, závisí na vašem vlastním referenčním rámci a hranicích vaší vlastní zkušenosti...“ (1967e)

Předpoklad, že člověk má hodnotu prostě proto, že je, můžeme najít v mnoha tradicích od raně řeckého stoického filosofa Epikteta, přes křesťanství až k systémové a konstruktivistické literatuře. Pro nás je nejlepší formulací této předpojatosti vymezení systémové, které tvrdí, že pokud systém existuje, má pro jeho existenci každý jeho člen bazální význam.

Při probírání tohoto předsudku nás napadlo, že někteří čtenáři mohou dojít k tomu, že jsme buď blázni nebo svatoušci. Nejsme ani jedno. Držíme se tohoto předsudku, abychom vyjádřili, že odmítáme přestat mluvit s lidmi, dokonce i s těmi, kdo se zdají být nejhorší, nejbeznadějnější. Vezme-li někdo tento předsudek vážně, omezuje tím potřebu či povinnost kontrolovat extrémny.

Kontrola a její hranice

I navenek úspěšná kontrola druhých, či kontrola druhými, vždy vede k nákladné neúčinnosti, násilí a korupci. Věříme, že kontrolování duševně nemocných, nevychovaných dospívajících, vzpurných dětí a zanedbávajících rodičů, násilných mužů a bitých žen, vykořisťujících zaměstnavatelů a vykořisťovaných zaměstnanců a další nepoddajné populace, nemluvě o alkoholících a drogově závislých (kteří jak všichni víme, musí být kontrolováni), může být uskutečněno jen za extrémních nákladů a z dlouhodobého hlediska nikdy nefunguje. Otec (ačkoli všichni víme, že to bývá matka) který ví lépe než jeho dítě, jak se musí myslet a chovat, snad v naději, že dítě řádně vychová, často končí u ohromných časových a peněžních výdajů (v podobě psychiatrických či právnických honorářů), aby udržel dítě pod svou vůlí. Je toho možné dosáhnout. Ovšem za jakou cenu? Stejnou logiku můžeme najít v pokusech mafie udržet kontrolu nad územím, což dovede lidi k zdánlivé poslušnosti, ale samozřejmě k mizivé produktivitě. V politice je množství příkladů dlouhodobé nefunkčnosti kontroly, od stalinistického Ruska k Iráku Saddáma Husajna, od faktu, že kriminalita kolísá nezávisle na stupni kontroly určitého jednání (zvláště zjevné v klasickém příkladu prohibice ve Spojených Státech) až k Bushově úsilí kontrolovat Saddáma Husajna. Jestliže patologicky vnímáme druhého jako toho, kdo vyžaduje kontrolu, sytíme tím vlastní bláznovství – že musíme kontrolovat. Pokud účinnost vůbec existuje, zdá se, že leží v pozdvihnutí deviantních částí populace na náklady těch, koho se to týká. Například zákaz výroby a prodeje určitých výrobků (například pornografie, drog či prostituce) obvykle vytvoří mocné boháče, kteří si zajišťují vážnost na náklady občanů, kteří organizují své úsilí kolem spotřeby těchto šidítek.

Zdá se že ti, kdo věří na možnost kontroly, zapomínají, že nic se neděje mimo historii. Každý nátlakový prostředek vyplývá z kontextu. Stále se dělíme na ty hodné a ty zlé a toto hledání vytváří okolnosti, v nichž kontrola je logickým řešením.

Musíme zdůraznit rozdíl mezi pokusy o kontrolu a formulováním hranic přípustného chování. Každý lidský systém se musí rozhodnout, co v jeho vztazích dovoleno bude a co nebude. Takové limity si pro sebe vytváří každá společnost. Jsou-li tyto hranice překročeny, přicházejí ke slovu buď pravidla o důsledcích, anebo o změně systému tak, aby zahrnul nové způsoby. Tento brilantní vhled je prací raných systémových myslitelů (Bateson, Jackson atd.). Ovšem představu hranic bychom neměli zaměňovat s požadavkem přímé kontroly. Hranice jsou měřítko, která povstávají ze zisků a ztrát účastníků společně je posuzujících. Těžkosti se objevují, když jedinec předpokládá, že je obdařen schopností nastolit hranice systému podle svého, to jest, diktovat podmínky.

Věříme, že poslouchají-li děti své rodiče, není to proto, že je rodiče k tomu vedou. Děje se to díky přispěvků rodičů k rozvinutí takové spolupráce, v níž děti dobrovolně souhlasí, že budou poslouchat. Situace je stejná mezi zaměstnanci a jejich šéfy, i mezi klienty a jejich terapeuty.

Bez ohledu na míru úsilí, je iluze vlivu a manipulace nevyhnutelná

Jak by se mohla matka, které vzkvétá dítě, vzdát iluze, že to dokázala? Jak by se terapeut mohl necítit pyšný, když se klient zlepšuje? Jak by se soudce mohl necítit příčinou, když se zločinec kaje (nebo se vrátí do soudního procesu po jemném napomenutí). Iluze, že máme vliv na druhé, je základem víry pro život ve vztazích. Nemohli bychom se stát profesionálními terapeuty, obchodníky, politiky, ani čímkoli jiným, kdybychom nevěřili, že můžeme přesvědčit druhé, aby nás loajálně následovali. Jakkoli je věrohodné, že lidé se skutečně navzájem ovlivňují, smutnou skutečností ovšem je, že nedokážeme předvídat výsledek našich zákroků. Bůh ochraňuj terapeuta (a jeho klienta) který propadne iluzi, že dokáže předpovídat důsledky svého konání.

Lze vůbec opustit iluzi, že můžeme ovlivnit skutečnost? Vliv na druhé je nevyhnutelný. Nemůžeme na sebe nepůsobit. Mnoho klientů přichází za terapeutem pro neschopnost uvědomit si, že jejich úsilí zacházet s těmi, kdo jsou pro ně důležití, ne vždy uspěje. Zklamané ženy neschopné zapůsobit na své muže, frustrovaní rodiče neschopní záměrně ovlivnit své děti. Dětská víra, že přeci jen dovedeme ovlivnit druhé předpověditelným způsobem, podporuje pradávou pýchu, že je nám dána moc Bohů.

Terapeut, který byl sveden k víře, že má všemocnou schopnost ovlivnit klienta, mu může pomoci zažít stejný druh klamu. Některé terapie úspěšně končí, když klienti dosáhnou schopnosti brát sami sebe jako konatele (schopné ovlivnit svou vlastní situaci). Taková víra je pro některé klienty velmi dobrá. Měli bychom takové přesvědčení zviklávat nebo posilovat? Když však dokážeme dekonstruovat své vlastní mytologie o terapeutické změně a vlivu, získáme volnost zlákat klienta ke vzájemně vzrušující, ironické a znevažující improvizaci. To je esence postideologické orientace v psychoterapii.

Náš příklon k post ideologické orientaci vychází ze znevážení klienta. Konec konců je to klient, kdo je daleko méně inaktivován než terapeut. Naše snaha osvobodit se od pokušení víry v naši schopnost vyvolat změnu produktivním způsobem obrovsky klientům pomáhá. Klient obecně potřebuje někoho, kdo mu bude ku pomoci, a ideologická orientace terapeuta pro něj nemá valnou cenu.

Topologie je fascinující mýtus o minulosti, který s budoucností nemá nic společného

Když jsme začali diskusi o významu klasifikace a topologie, na první pohled šlo o jednoduché téma, ke kterému máme jen málo co dodat. Až když jsme se pokusili jednoduše sepsat vlastní úvahy o klasifikaci, dostali jsme se do rozhovoru, který zahrnul mnoho úrovní zobecnění, od nejzákladnějších až po nejabstraktnější. Souvislosti klasifikací nás zavedly od jednoduchosti k dočasnému autismu, neschopnému vyjádřit slovy mnohočetné pohledy na topologii.

Klasifikace, jako proces popisování odlišností, organizování zkušenosti a pozorování, tak abychom jim rozuměli a mohli jednat, se zdá být hlavním zaměstnáním lidí od počátků dochovaných časů. Od Aristotela počínaje, se stala hlavní náplní vědy, náboženství a filosofie, jimiž se lidstvo pokoušelo svět popsat a dát mu smysl.

Respektujeme ty kolegy, kteří následují tradiční rigorózní zaměření na nosologii a klasifikaci. Například biochemický výzkum je důležitý, právě tak poutavý je genetický výzkum. Výzkumníci používají klasifikaci k detailnímu zkoumání podstaty přírody, což obvykle zahrnuje i lidi.

Problém ovšem vyvstane při pokusech aplikovat abstraktní výzkumné „nálezy“ (nebo jejich konstrukce?) na klinickou práci s klienty. Lidé pravděpodobně budou vždy hledat porozumění pomocí aristotelovského rozčleňování složitých jevů. Pro nás je ovšem užitek takových vědeckých znalostí

v klinické práci velmi sporný. Když v terapeutické místnosti vstupujete do rozhovoru s rodinou, jsou pravděpodobnostní statistické výzkumy neužitečné. Výzkum a klasifikace náležejí k jedné úrovni popisu. Převést takové nálezy do jednání nevyhnutelně vyžaduje posun do jiné logické úrovně. Souhlasíme s Batesonem (1972), že pokus vzít výsledky výzkumů za základ terapeutického vedení, je logická chyba, která může vést k tragickým důsledkům.

Naše užívání tradičních klasifikačních systémů považujeme za frivolní. Frivolitou myslíme to, že bereme a používáme přesné nálezy „tvrdých“ věd jen populárně. Například používáme taková slova jako deprese, mánie, závislost, zneužívání, hyperaktivita a podobně, nerigorózním způsobem, protože postideologický jazyk ještě není přesně zformulovaný. Možná je to naše výhoda, že ještě není, protože kdyby byl, mohli bychom riskovat nové reifikace a definice. Proto se raději držíme svého volného použití a neustále si navzájem připomínáme, že naše užití těchto termínů je založeno pouze na našich momentálních předsudcích o člověku a není konečným rozsudkem nad někým, či nad jeho způsoby interakce, ale je to jen dočasný pokus dát smysl tomu, co se právě děje.

Nevěříme v úspěšnost terapie

Učinilo na nás dojem kolik praktiků, teoretiků a výzkumníků se pokusilo v oblasti zvané rodinná terapie demonstrovat validitu toho kterého přístupu právě na jeho výsledcích. Logika celé debaty o úspěšném výsledku se nám však zdá podezřelá, zvláště ve světle skutečnosti, že ačkoli sociální vědy potvrzují úspěšné výsledky rodinné terapie, není rodinná terapie přijímána jako věrohodná pojišťovacími společnostmi, psychiatry a jinými medicínskými profesemi. Přínejlepším jsou rodinná terapie, a krátká terapie následně, vnímány jako techniky či postupy, nehledě na to, zda by jiné přístupy mohly potvrdit, že mají podle svých studií lepší výsledky.

Zdá se, že náš obor je posedlý nutností prokázat svou váhu předvedením svých úspěchů. Lépe etablované obory již necítí nutnost ověřovat své zásluhy. Psychoanalýza, biochemie, farmakologická psychiatrie atd., zdá se, vzkvétají i s málo přesvědčivými důkazy o efektivitě. (Jackson, 1960, 1967e; Laing, 1971). Jen velmi málo učinily obory duševního zdraví včetně velké části rodinné terapie, aby ukázaly, že jejich diagnostické a léčebné metodologie jsou něco víc než hledání patologií, zaměřené na potvrzení, že nemocný je jiný, než my profesionálové, kteří jsme samozřejmě normální. Szasz (1970) stroze shrnuje tento sentiment:

„...neexistuje žádné chování či osoba, které by moderní psychiatr nemohl věrohodně diagnostikovat jako duševně nemocné... Pochopitelně neexistuje žádné dětské chování, kterým by psychiatry nemohli podložit kteroukoli ze svých kategorií. Klasifikovat jako patologické nějaké chování, protože je „nad očekávání“ či „pod očekávání“ nebo „zbloudilé“ může být humorné, není-li tragické. Když se nám říká, že ten psychiatrický pacient, který chodí na sezení brzy, je úzkostný, ten co chodí pozdě, je hostilní, a ten, co chodí včas, je kompulzivní, smějeme se, protože to považujeme za žert. Jenomže zde se všechny tyto věci říkají s plnou vážností...Je nevyhnutelné si připomenout ekonomické aspekty této štvance.“

Nám se zdá, že terapie ve všech svých podobách bude vzkvétat, nehledě na schopnost prokázat svou účinnost oficiálními studii úspěšnosti. V případě, když klient a terapeut cítí, že dosáhli kýženého výsledku, nikdy nemůže být zjištěna přesná kvantifikace toho, co a jak se stalo. Je to tajemství, jehož vysvětlování jenom zastírá krásu jeho zážitku. Co víc, varování Batesona, Maturany a dalších před nebezpečím záměrných intervencí vzhledem k jejich dlouhodobému dopadu na ekologii nás často znepokojuje. Jestliže budou k dispozici potvrzující data, sáhneme po luxusu neodpovědnosti. Ale naštěstí taková nezpochybnitelná data nejsou, nehledě na narůstající počet pseudo-vědeckých terapeutů, ohánějících se grandiózními prohlášeními, že objevili takové důkazy.

Znamená to, že jediná výzbroj, kterou máme, je skládat účty ze svého konání. Pokud bychom nevěřili, že jsme klientovi ku pomoci, každý z nás by si asi našel jiné způsoby obživy. To nás nezbavuje snahy rozumět, jak se sebou při práci s klientem zacházet s plným využitím zdrojů – vytvářením

pracovních hypotéz, experimentováním s novými způsoby porozumění situaci a podporou lidí měnit se ekologicky přiměřenými cestami.

Věříme, že jsou-li terapeuti či studenti posedlí touhou přesně zjistit co funguje a co ne (ve snaze aby se to dalo opakovat nebo naopak vyloučit ze hry), ztratí tak to, co je závažnější: tam kde jde o kontext a způsoby, není žádná „správná“ otázka ani „správnější“ odpověď. Co tedy zbývá? Máte rodinu – systém, který je koherentní, sebeorganizující a absolutně úspěšný v udržování své vlastní stability.

V zásadě existují dvě obecné cesty jak, přistupovat k terapii. První se zabývá ustanovováním metod specifických pro kýženou proměnu klienta. Druhá, zajímavější, se více zaměřuje na úspěchy rodiny při zvládnání toho jaká je a na zkoumání důsledků vlastních terapeutických doporučení ještě dříve než podle nich začneme konat.

Cirkulární otázky: zviditelnění předsudků terapeuta i rodiny

Cirkulární otázky představují nejužitečnější nekonfrontační způsob jak přivést na svět a do vzájemného vztahu předsudky rodiny a terapeuta. Předsudky terapeuta a rodiny se tak přirozeně zviditelňují. Kladení otázek cirkulárním způsobem staví jednotlivé soustavy předsudků vedle sebe. Pokoušíme se tím vytvořit kontext, v němž rodina není nucena k obrannému boji za své předsudky, ale má svobodu zkoumat jejich souvislosti. Terapeut na ně neútočí, ale vytváří kontext, v němž jsou předsudky terapeuta a rodiny postaveny vedle sebe a vzájemně zkoumány. Tímto způsobem si lze dopřát luxus pochybování, které nemusí nutně interferovat se skálopevními předsudky – solí života. Úkolem terapeuta je hledat, jak člověk může mít svá pevná přesvědčení, aniž by se pokoušel je vnutit druhým.

Hledání patologie je neužitečné. Užitečnější je pomocí cirkulárních otázek hledat důsledky předsudků. Zajímat se o způsoby nikoli o fakta. Blíže se můžete seznámit s koncepcí cirkulárních otázek v pracích milánského týmu.

Bud'te užiteční, nepomáhejte

Všeobecně se věří, že být užitečný není to samé, co pomáhat. To tedy někdy znamená, že nepomáhat je velmi užitečné. Naivní pomáhání se domnívá a naznačuje, že závada je na straně příjemce. Terapeut, který bere klienta tímto způsobem, často mluví o tom, že klientovi chybí určité schopnosti nebo síla, které terapeut může ovládat a dodat klientovi. Zaujetí této pozice znamená, že terapeut je zdravý a klient ne. K nám si lidé přicházejí pro pomoc a obvykle jim odpovídáme snahou být užiteční.

Využít dočasnou určitost

Nechtěli bychom hlásat, že lidé mají být ve svých přesvědčeních nejistí. Naopak, věříme, že lidé jsou svým přesvědčením oddáni do hloubi srdce. Držíme se našeho vlastního předsudku, že často je užitečné časově omezit nadšené přesvědčení, nebo vědět, že změní-li se kontext, může se změnit i přesvědčení. Příkladem může být historka o rodinném patriarchovi, který na terapeutickém sezení prohlašoval: dokud budu naživu, nikdo nebude v téhle rodině utrácet peníze bez mého vědomí. Za dva týdny na domluvenou terapeutickou schůzku přijel jeho syn v novém Porsche přímo z otcova pohřbu.

V terapii je mnoho příležitostí, kdy je myšlenka dočasné určitosti užitečná. Například klientka, ještě ne třicetiletá, přišla do terapie, protože se cítila jako ztroskotanec. Při formulování cílů terapie chtěla po terapeutovi, aby jí pomohl posílit sebevědomí, aby měla větší důvěru v sebe v mezilidských setkáních a aby překonala intenzivní až ochromující strach, že učiní nějaké špatné rozhodnutí, které zničí její budoucnost. Dostala otázku, kdo bude mít největší těžkosti přijmout, až dosáhne některé-

ho svého cíle. Ihned odpověděla, že otec. Pak vysvětlovala, že její otec se za ni cítí být odpovědný, stará se, aby jí pomohl, když potřebuje peníze a podobně. Došla k tomu, že nejhorší strach má z toho, že by ztratila matku a otce (kteří zestárlí a těší se nevalnému zdraví).

Terapeuta potěšilo takové odhalení. Jeho předsudek, zakotvený v mnoha základních, rodinně-terapeutických principech, ožil a terapeut došel k názoru, že pomoci klientce dosáhnout větší nezávislosti na rodičích nebude obtížné. Pohovořil s klientkou o užitečnosti malých kroků k dosažení její autonomie, tak aby nerozrušila rodiče, a věřil, že to bude mít strategický či paradoxní účinek, který ji pomůže ke změně.

Po roce se rozhodl konzultovat své postupy s týmem, aby zjistil, proč terapie mladé ženy nikam nevede. Kolegům to dalo mnoho práce prokutat se houževnatým přesvědčením terapeuta, že nezávislejší chování klientky je pro její další vývoj nevyhnutelné. Stálo to hodiny přesvědčování, než mohl přistoupit alespoň dočasně na to, že dívka si potřebuje udržet svou pozici dcery, kterou umí velmi dobře a která je průběžně posilována jejími rodiči (a byla neuváženě posilována terapeutickým symbolicko symetrickým soupeřením s rodiči v tom, že být nezávislá je lepší než zůstat dcerou). Je možné, že terapeutovy návrhy být nezávislá, si klientka vykládala jako výzvu opustit rodiče, což by dobrá dcera nikdy neudělala.

Příští sezení terapeut vysvětlil mladé ženě, co pochopil a dokonce ji požádal, aby mu pomohla a upozornila ho, pokud by jej přistihla, že se vrací ke svému starému, tvrdošíjně konvenčnímu přesvědčení, že má být nezávislá. Po tomto setkání terapie ožila.

V zásadě je každý předsudek časově omezený, protože je v neustálé vzájemnosti s předsudky druhých lidí. Ovšem, jakmile se dva předsudky propojí a navzájem se posilují, změny nenastanou. Extrémně houževnatého lpění na předsudku vedou buď k hrdinství, nebo fanatismu.

Pouze zodpovědným skládáním účtů je možná civilizovaná společnost

Mezi terapeuty je velmi těžké zaměřit se na to, jak věci jsou, a nenechat se svést k uvažování o tom, jak by měly být. Vypadá to, že úvahy o tom, jak by to mělo být, jsou člověku vlastní. Media nás bombardují důvody, proč bychom měli být jiní, reklamy nám říkají, jak cvičit, co jíst jako zdravou dietu atd. Politici vysvětlují, proč bychom měli volit to či ono. Zpravodajové nám říkají, co by měli dělat Rusové, co by měli dělat Srbové, co by měl udělat prezident. Dalo by se čekat, že se všemi těmi dobrými radami se naše problémy v tu ránu rozplynou jako sníh. Naši kulturu ovládá očekávání, že všechno by bylo lepší, jen kdyby ti druzí udělali to, co jim samozvaný expert doporučuje.

Táž atmosféra vládne v terapeutické oblasti, kde každý, místo aby uvažoval o důsledcích toho, jak je to nyní, čeká, že se druzí budou chovat jak mají, podle jakýchsi předem daných ideálů. Sklon vytvářet plány do budoucna se zdá přirozený. Ale přehnaný zájem o to, jak by to mělo být, zneumožňuje zabývat se tím, co je. Pro nás je královskou cestou k přežití člověka reflektování našich vlastních předsudků ve vztahu k předsudkům druhých dříve, než se zahledíme do budoucnosti.

Udržet zájem o to, jak systém, jako je rodina, dosahuje svého stávajícího uspořádání, znamená odmítnutí postoje moralizujícího reformátora, který trvá na tom, že zlepšení rodiny se rovná přijetí jeho jedinečných předsudků. A tím se dostáváme k problému skládání účtů. Člověk, který zaujme postavení reformátora, se jeví jako ten zodpovědnější. To je ovšem iluze. [...]

Než se pustíte do jakékoli reformy, potřebujete si zodpovědně uvědomit ty předsudky, které vás právě nyní drží. Pokud se neodhodláte podívat nejprve na své vlastní předsudky a na to, co s vámi dělají ve vztahu s klientem, neuváženě se pustíte do eskalujícího procesu, v němž právě to, co chcete změnit, se stává horší a tím spíše to vyžaduje nápravu. Chceme dodat, že toto není strategický postup, ale naše pevné etické přesvědčení.

Od kolegy máme příklad přicházející vhod. Je o církevní komunitě, která vznikla v převážně bílé části města. Časem se však sousedé vyměnili a převážili chudí barevní, ovšem v církvi zůstali bílí. Nový kněz, kterého si kongregace najala, začal věřícím ve svých kázáních vysvětlovat, že být křes-

ťan znamená naplňovat křesťanskou lásku vůči všem lidem. Na základě toho začala malá skupinka členů církve uskutečňovat program, jehož cílem bylo přinést jídlo, oblečení a pomoc strádajícím barevným rodinám. K jejich překvapení se dobře míněná charita setkala s nepřátelstvím a podezíráním. Odmítnutí pak diskutovala celá kongregace. Jeden člen církve vystoupil s něčím, co nazval znesvěcující návrh na cestu ze slepé uličky: aby se členové evangelické skupiny vrátili a řekli černým o svém problému. Problému s tím, že v nich samých jsou hluboce zakořeněné předsudky proti černým, které si potřebovali uvědomit, ale které překryla jejich touha učinit charitativní gesto, spolu se silnou vírou v jejich Boha. Někteří barevní si dokázali uvědomit, že zrovna tak oni sami nemají rádi bílé, zvláště nezvané, kteří se jim misionářsky pletou do života. Jakmile obě skupiny věděly o svých hluboce zarytých předsudcích, začal se rozvíjet mnohem otevřenější vztah založený na vzájemném respektu a uznání. Někteří členové dokonce mluvili o tom, že se u nich vynořuje křesťanská láska k bližním. V tomto příkladu ze života, samozřejmě ne celá kongregace dokázala využít novou zkušenost. Někteří zůstali loajální k abstraktnímu křesťanskému pohledu, podle něhož by měli milovat každého bez rozdílu a než by nahlédli své vlastní předsudky, raději opustili kongregaci.

Literatura

Viz text originálu