



Narativní terapie

v pojetí ISZ-MC Praha



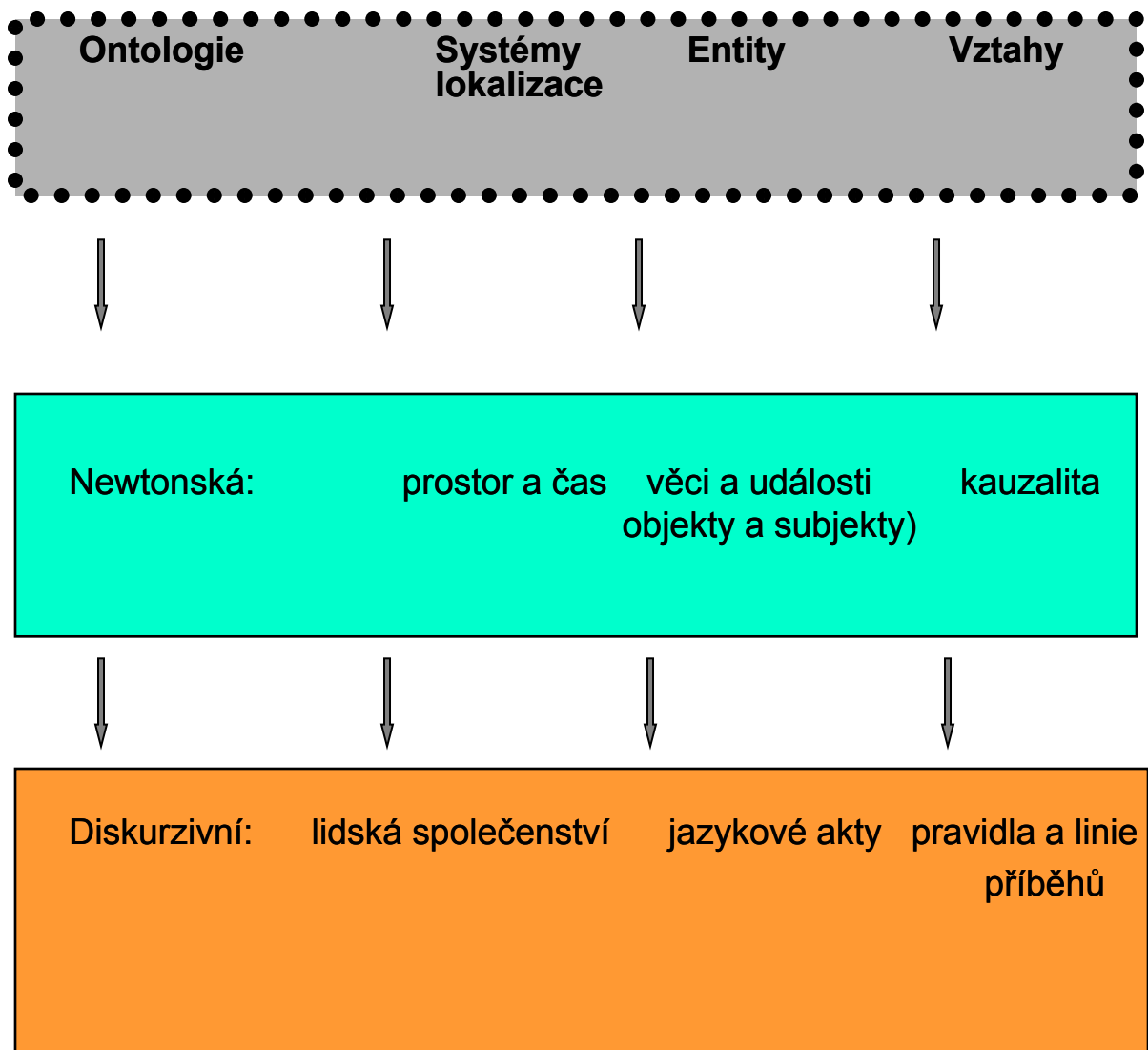
Podnětové materiály k workshopu
PST 447,
Katedra psychologie, FSS MU v Brně.

Vratislav Strnad a Jan Hesoun
(kde není uvedeno jinak)
© ISZ-MC 2008,2009

**Veškerý materiál, jakož jeho části, není dovoleno
kopírovat a rozšiřovat
bez svolení ISZ-MC.**



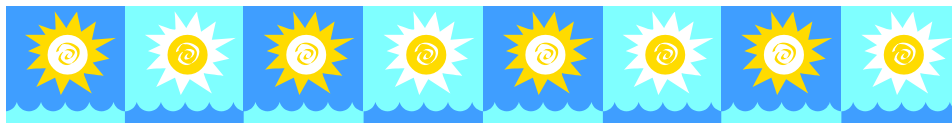
Dvě odlišné ontologie



(In: Rom Harré, Grant R. Gillet, (1994), The Discursive Mind, Sage Publ. London)



Logicko-vědecký Vs. Narativní způsob myšlení



Logicko – vědecký

Dobře zformulovaný argument
(formální, matematické a empirické „důkazy“)
Odkaz na univerzální platnost

Testování empirické pravdy

Univerzální Pravdivost

Bezrozpornost, konzistence

Explicitní významy
Oznamovací způsob technického,

kvantifikujícího jazyka
zvěstuje realitu, význam=argument

Jistota

Člověk – v moci světa mimo něj

Narativní

Dobry příběh
(podmanivost, „pravděpodobnost“)
Důvěryhodnost skrze jedinečnost,
realističnost

Podrobnosti zkušenosti, spojitost
událostí v čase

1) Nedeterminovanost, virtualita textu
(význam vytváří čtenář-konjunktivita)

2) Subjektivace: bezčasová realita
vyprávěče

3) Mnohočetné perspektivy

Svět implicitních významů,
mnohovýznamovost, subjektivita

Otevření lidských možností

Účastník ve světě, protagonista

Bruner, J. (1990), Acts of Meaning. Cambridge, MA
(Harvard University Press)





Strukturalismus a poststrukturalismus

Strukturalismus

Klasifikuje jedince v pojmech **obecných** tříd nebo typů

Cení se **expertního vědění**.
(Experti mají moc definovat lidskou identitu. Vědí o lidské osobitosti víc než lidé sami.)

Povrchové jevy obsahují klíče k **hlubší** identitě. Pouze experti jsou specialisty na přesné dekódování povrchových klíčů.

Lidské životy jsou interpretovány a hodnoceny podle **pravidel** nebo norem.

Experti mají moc přidělovat význam lidským životním příběhům dekódováním **formulí**, které leží pod jejich strukturou.



Poststrukturalismus

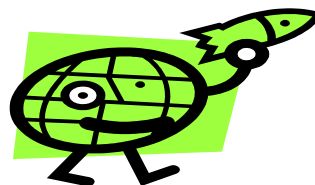
Hledá **specifické** detaily lidské identity

Cení si **lokálního vědění**.
(Lidé mají moc definovat sebe sama, založenou na vlastní znalosti detailů z jejich životů.)

Povrchové jevy jsou to jediné, co můžeme skutečně poznat. Každý z nás má moc interpretovat povrchové jevy.

Lidské životy jsou hodnoceny a interpretovány podle toho, jaké obsahují **vyjímky** toho, co by bylo možno očekávat.

Lidé mají moc tvořit (konstruovat) smysluplné životy skrze **příběhy**, které odehrávají, vyprávějí jeden druhému a vzpomínají na ně mezi sebou.



Podle: Jill Freedman a Gen Combs, 2002

Narativní přístupy ve srovnání

- Příběh jako Něco, co tu už nějak je.
 - P. jako vlastnictví příslušných jedinců.
 - P. jako koherentní jednotka jednotícího smyslu.
 - *Problémový příběh* jako něco, co je třeba překonat.
 - P. jako „self fulfilled prophecy“ úspěchu, štěstí, nebo smyslu selhání, neštěstí, atp.
- Příběh jako proces vyprávění a naslouchání.
 - P. jako sociální drama všech zúčastněných (vč. terapeuta!)
 - P. jako *hra možností* (některé se mohou ukázat také jako nemající smysl).
 - *Problémový příběh* jako příležitost pro (de)konstrukci smyslu, který tu už je.
 - P. jako produkt/dárek vzájemné důvěry, která je vždy ohrožená.

V. Strnad, 2003



Příběh jako model světa

Klíčovou otázkou je porozumět tomu,
jak příběh operuje jako nástroj myslí pro konstruování reality.

•Sekvenčnost

Sekvence událostí – určitých akcí nebo pocitových stavů. Tyto prvky nemají význam samy o sobě. Jejich význam je dán jejich umístěním do celé sekvence nebo zápletky/dějové osnovy. Chce-li posluchač pochopit smysl, musí z těchto prvků vyjmout zápletku. Smysl zkušenosti se tak vyjevuje v procesu. Každá část děje nebo pocitu nějak odkazuje na vynořující se figuru. *Jde o neustálé přetváření toho, co se již stalo, do toho, co právě nastává.* Jde o zkušenost života v čase. Smysl minulé zkušenosti umožňuje stavět důvěru v příští budoucí.

•Pozornost vůči odchýlkám z obvyklého běhu věcí (proti očekávání)

Příběhy často zacházejí nebo vyjasňují odchylky od očekávané nebo „kanonické“ normy. „Přišel jsem do obchodu a koupil si noviny“ – je pouhý popis kulturně očekávatelného chování. Ale: „Vstoupil jsem do prázdného obchodu“ znásilňuje implicitní kulturní normu a vyzývá k určitému vysvětlení. Význam roste z napětí mezi obyčejným, rutinním a výjimečným.

•Výpověď o subjektivním rozměru

Nejde o záznam událostí v čase, ale o vnitřním světě vypravěče, o jeho záměrech, pocitech a očekáváních. Nejde o pohled vševědoucího oka na bezčasou realitu, ale o filtr protagonistů příběhu. Příběh vstupuje jednak do krajiny dějů, jednak do krajiny vědomí.

•Mnohoznačnost

Nelze rozlišit realitu a zdání v gramatice příběhu. Do určité míry to jde skrze znalost *žánru*. „Kdysi, za dávných časů...“ implikuje fikci! *Konjunktivita záměrů* (Bruner) = odkazuje k implicitním významům uvnitř příběhu. Struktura má na myslí víc, než říká. Vypravěč nepřímo navádí posluchače, jak rozumět vyřčenému (jaké předpoklady, předsudky vložit). („Prázdnota obchodu působila jako zlý sen.“) *Příběh nás uvádí spíše do světa lidských možností než do usazených jistot.* Všechny příběhy jsou částečné, všechny významy nekompletní. ***Příjemce je tím sváděn k aktivní účasti na tvorbě významu příběhu.***

Podle: Bruner, J. (1990), *Acts of Meaning*. Cambridge, MA
(Harvard University Press)





Dekonstruktivní naslouchání

- nejprve vzkažme sami sobě: budu vnímat lidi odděleně od jejich problémů
- začínáme tím, že se setkáváme s lidmi tam, kde právě jsou
- nasloucháme tomu, co říkají, jako příběhům, nikoli „faktům“ nebo klíčům k hlubší příčině, k něčemu, co je „za slovy“
- snažíme se příběhům porozumět jako nástrojům, skrze něž lidé organizují svoji zkušenost, aby jim dávala smysl
- jsme nastaveni na nenápadné nesrovnalosti v „logice“ jejich vyprávění (jedinečné, neobvyklé, rozporné, jdoucí proti předchozímu významu, něco, co se „nehodí“)
- jsme nastaveni na výjimky, které nezapadají do *jejich* líčení příběhu
- obracíme svoji pozornost k těmto výjimkám a vyzýváme lidi, aby je znovu převyprávěli, rozšířili natolik, aby se postupně staly významnějšími, nežli původní téma

Podle: Jill Freedman a Gen Combs, 2002





RE-MEMBERING

1. (Identifikujte v moři problému **jedinečnou událost.**) – **někdy vynecháme!!!**

2. Dotazy identifikujte **osobu v minulosti**, která by rozpoznala a podporovala ty věci, které reprezentuje „**jedinečná událost**“ (**váš projekt = přání, vize, sny, touhy, plány**), kdyby ta osoba byla zde:

- Kdo z minulé doby by byl nejméně překvapen, kdyby vás viděl dělat a cítit věci, o kterých jste mluvil/a?
- Byl to učitel, soused, teta, strýček, dědeček... anebo jiná osoba, která – když jste byl/a mladší - oceňovala **Vaše dovednosti, kterých užíváte v současné situaci?**
- Říkáte, že tato událost ukázala, že si ceníte... . Kdy ve vaší minulosti se ukázalo, že si ceníte.....? Kdo v minulosti hlavně vnímal, **o co vám jde?**



3. Ptejte se **po detailech** příběhu v minulosti proběhlého vztahu, anebo sebe samého, **jak jste byl vnímán druhou osobou.** (Někdy není tak důležitý vztah jako vnímavost někoho druhého, který je svědkem nebo pozorovatelem. Pokud nesedí otázky na vztah, ptejte se více na to, co asi zaznamenala ta druhá osoba.) Pozvěte osobu, aby vyplnila příběh o zkušenosti, která se stala v daném vztahu, nebo jak ji pozorovala ta druhá osoba. **Rozšiřte ten příběh o vztahu** v prostoru a čase a ptejte se **na význam vztahu** a na dovednosti, schopnosti a hodnoty, **které si ta druhá osoba na vás cenila.** Např.:

- **Co přesně se dělo mezi vámi a tou druhou osobou**, že jste došli k tomu, že ten druhý **si vás cení** anebo vám rozumí právě tímto způsobem?
- Existuje **konkrétní událost**, která přesvědčivě ilustruje **tento druh vztahu** s tou osobou?
- Kdy byl váš vztah s touto osobou nejintenzivnější nebo nejvýznamnější?
- Kdybych se na vás díval očima té druhé osoby, co bych viděl?
- Co tato osoba cítila, že nejspíš máte ve svém srdci? (Co měla ona ve svém srdci?)
- Co tato osoba o vás věděla, co vy sám/sama o sobě někdy nevíte?
- Čeho si tato osoba všímala na tom, co jste dělal/a, že ji to vedlo k přesvědčení, že vám jde o...? Co vám tato osoba přála? A co vám do budoucna přála?

4. Snažte se otázkami uvést blízkou osobu z minulosti (=odpovídající vědění) do srdce přítomné osoby **právě nyní.** Např..

- **Co by se změnilo** ve vašem každodenním životě, kdybyste věděl/a, že máte tuto osobu z vaší minulosti ve svém srdci právě nyní?
- Kdybyste se právě nyní na sebe **podíval/a očima této osoby**, čeho byste si na sobě nejvíce cenil/a? Kdybyste se na sebe díval/a tímto způsobem i nadále, co by se s vámi dělo, v čem byste se změnil/a?
- Můžete si představit, že máte v sobě vědomí této osoby o vás trochu blíže u sebe v těžkých chvílích? Co by to s vámi dělalo?

Podle: Jill Freedman a Gen Combs, 2002





Předpoklady: narativní pojetí

Předpoklad se opírá o foucaultovský termín „moc/vědění“: stabilizuje vazbu mezi zkušeností a jejím pojmenováním. Má sklon povýšit tuto stabilitu nad zprostředkování vazby mezi zkušeností a pojmenováním.

Předpoklad: odděluje Smysl od Zkušenosti

Předpoklad: nese „Problémový příběh“ - opatřuje jej samozřejmostí a nezpochybností

Předpoklad zpřístupňuje přijetí Metanarace: náhradou za propojení se zkušeností vyžaduje loajalitu

Předpoklad zobecňuje jedinečnou zkušenost ve směru své vlastní logiky

Logika předpokladu: Předpoklad činí z časové posloupnosti posloupnost příčinnou

Narativní práce s Předpoklady:

Základní postoj: důsledná znevažující zvědavost

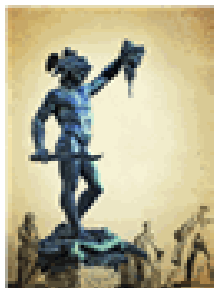
Děláme, co se nemá, co se nedělá

Ptáme se, jak došel autor k této své loajalitě, co se rozhodl „nevidět“.

Zkoumáme, zda se to ještě vyplatí (původní „smlouva s ďáblem“)

Jaký nový předpoklad se vynořuje z nové vazby zkušenosti a pojmenování





Metanarace: narativní pojetí

Metanarace je velký rodinný, společenský, kulturní nebo náboženský příběh.

Je nadosobní (netělesný, bezčasý), zamlčuje Autora a jeho autorskou činnost.

Metanarace moduluje a moderuje výstavbu osobních příběhů – narací.

Podpurný stabilizační vliv metanarací

Umožňuje loajalitu s nimi – „vypůjčení si smyslu“ z kultury širšího společenství.

Současně upevňuje vnímání smyslu jedince uvnitř lidského společenství.

Stabilizace smyslu skrze přijetí metanarace je pro každou naraci nadhodnotou.

Ke stabilizaci smyslu dochází odpojením autora od jeho zkušenosti (nebo od jeho pojmenování – moci/vědění).

Strategií je odtělesnění, zapomenutí lokálních dějišť, kde metanarace vznikaly jako původně narace a zrušení času příběhu do bezčasí.

Příkazy a zákazy určitých témat, otázek...



Fáze narativní práce aneb 9+1 vodítko



Dekonstrukce

- 1) **Rozhlížení** – „čím žijete, kde jste?„
- 2) **Historizace** – „čím jste prošli?„
- 3) **Konfrontace pojmenování a zkušenosti** – „jak vám v tom je?„
- 4) **Znevážení (rozbití) staré (problémové) konstrukce** – „musí to tak být?„

Externalizace

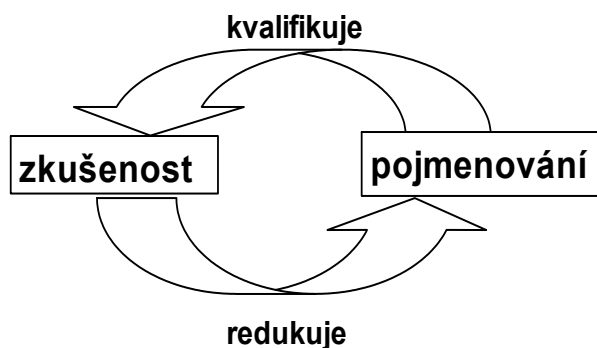
- 5) **Vybírání jména pro problém** – „co to je?„
- 6) **Personifikace částí starých (problémových) konstrukcí skrze jejich funkcionalitu** – „co to dělá (s vaším životem)?„
- 7) **Přivlastňování a vyvlastňování** – „čí to je?„
- 8) **Identifikace vlastních zdrojů** – „co vy máte ve svých rukou?„

Reautorizace

- 9) **Osvojení nového smyslu (vlastní identity)** – „kým jste?„

9+1) **Rozhlížení po nových zdrojích a rizicích** – „čím žijete, kde jste, jakým novým rizikům čelíte?„

V základu všech těchto rozlišení stojí cirkularita vztahu zkušenosti a jejího pojmenování:



Vzhledem k tomuto schématu je zřejmé, že jakékoli „řešení„ je novým druhem omezení. Narativní způsob práce chce dosáhnout takového přínosu pro člověka, který by mu umožnil minimálně redukováný přístup ke své životní zkušenosti.



Vybraná literatura k narativnímu přístupu

- Hans Georg Gadamer, Člověk a řeč, (1966), Oikoymenh, Praha 1999
- Romano Guardini, Konec novověku – pokus o orientaci, Vyšehrad 1992
- studijní sešity ISZ – KONS, číslo 12 a 13
- Rom Harré, Grant R. Gillet, Diskurz a mysl , Iris Bratislava 2001
- Jacques Derrida, Texty k dekonstrukci, Archa Bratislava 1993
- Michel Foucault, Diskurs, autor, genealogie, Svoboda 1994
- John McLeod, Narrative and Psychotherapy, Sage Publ., London, 1997
- Jill Freedman, Gene Combs, Narativní psychoterapie, Portál 2009
- Alan Parry, Robert E. Doan, Story Re-visions, Narrative therapy in te postmodern world, Guilford Press, 1994
- Michael White, David Epston, Narrative Means to Therapeutic Ends, Norton 1990

