

Kontext V - 3, 1989

### III. Glosy

Karel Balcar

#### Pravdivost, klam a lest v psychoterapii, zvlášť ve strategické ericksonské

Slíbený příspěvek k této zahajovací schůzce ericksonské pracovní skupiny jsem původně chtěl věnovat prozkoumání některých psychoterapeutických předpokladů tohoto směru. Neudělal jsem to, protože jsem se nechal od svého záměru odvést jedním úkazem. Úkazem zajímavým, zneklidňujícím a možná i důležitým.

Poměrně často slyším od kolegů náznaky - někdy obdivné, často kritické - že ericksonská psychoterapie zakládá svou jedinečnost na tom, jak obratně umí člověka zmást. Postupně se mi ukazovalo, že tento přístup má nezřídka v našem povědomí přízvuk obratné, lstivé až nepoctivé manipulace s pacientem: Komunikační léčky, paradoxní pokyny, nevěrohodná prohlášení, skrývané záměry - to vše jako by bylo praktikum tohoto přístupu dobré k tomu, aby zmátli, ošálili a nakonec dohnali trpícího člověka k tomu, že se začne chovat, vnímat nebo i cítit jako zbavený chorobných příznaků, aniž by mu terapeut skutečně pomohl projít léčivou proměnou. A z druhé strany terapeut, který se navenek vzdává jakýchkoli zásluh (a tím ovšem i zodpovědnosti!), zatímco vskrytu se těší ze své chytrosti a moci, ze své převahy nad druhým člověkem. A v tomto sebeuspokojení už nemá zájem o další osud pacienta poté, co mu rozbil jeho chatrný pokus vyrovnat se se svým neštěstím jediným respekt budícím voláním o pomoc - poruchovým příznakem.

Kontext V - 3, 1989

Setkání s takovým psychoterapeutickým strašidlem je znepokojující, i když o něm zatím vím jen z doslechu od svědků - snad očitých, snad jen také podobně informovaných .... A toto znepokojení mi položilo otázku: Má ericksonské zacházení s pacienty skutečně tak nemravnou povahu? Jsou klam a lest v jeho vlastní podstatě? Skutečně toto strašidlo chodí světem a takhle škodí lidem? Nebo je to jinak?

Než jsem začal prověřovat jeho povahu, položil jsem si napřed ještě jednu otázku, která při obcování se strašidly bývá důležitá: Nevymyslel jsem si ericksonské strašidlo nakonec já sám, abych si tady měl s kým pohrávat? (Jako děti jsme to přece dělávali!) Dá se jeho strašidelná existence potvrdit?

V pohledu světovém to dokládá jeden z předních ericksonovců (Stephen Gilligan) v nedávno zveřejněném rozhovoru: Ano, je to tak. Ericksonským přístupům se skutečně klade za vinu, že obsahují lest a klam. - A jak je tomu u nás? K tomu jsem si pro jistotu udělal vlastní mimoprůzkum: Zjišťoval jsem sémantickým diferencíálem, jak ericksonskou psychoterapii vnímají příslušníci malého, ale svým rozhledem nezanedbatelného vzorku převážně pražských psychoterapeutů. V porovnání s dalšími pěti směry psychoterapie zde ericksonské psychoterapie v dosud získaných údajích vychází jako nejlstivější (tzn. nejméně upřímná), nejklamnější (tzn. nejméně pravdivá), zároveň však také jako jedna z nejsilnějších (nejmocnějších) z nich. (Je zajímavé povšimnout si, v čem cítí naši terapeuti - posuzovatelé sílu!) Můžeme tedy za svět i za Prahu říci, že strašidlo existuje. A můžeme postoupit k další otázce: Je jeho strašidelná pověst oprávněná?

Kontext V - 3, 1989

Není v našich silách dojít zde k nezvratnému závěru. Bude však třeba užitečně začít to zkoumat. Zkoumat především to, co se v ericksonské terapii skutečně děje, přemýšlet a hovořit o tom a také to po svém zkoušet. Zkusme vyslechnout tuto reportáž:

Sedím v pracovně s matkou dospívajícího chlapce. Svěřuje mi, že přítomnost jejího syna v bytě v ní vyvolává trýznivé rozrušení, úzkost a neklid, ač k tomu není žádný rozumný důvod a ač on sám po její blízkosti touží. Matka dokonce ani nedokáže ve svém pokoji usnout, bdí a trpí, když ví, že ve vedlejší místnosti je její chlapec. Takto probdělé noci jí pak vždy "odrovnají" pro další pracovní den ...

Poněkud rozvláčně si s touto matkou povídám o tom, jak to v soužití s těmi nejbližšími bývá leckdy citově podivně zamotané bez pochopitelné příčiny; o tom, jak to u nich v současné době skutečně právě teď nejde zařídit jinak; o tom, že ona sama ani já sám nejsme schopni nějak tento stav překonat nebo "léčit". Oba přitom zakoušíme střídavě značné citové napětí a zase uvolnění, souhlasíme spolu nebo zase nesouhlasíme, ale takto celkový obraz vyplývá.

V proudu hovoru občas (celkem snad třikrát?) vkládám poznámku, že za této bezvýchoďné situace bych mohl možná nanejvýš nějakou věc zkusit navrhnout, i když soudím, že by to matka asi stejně nemohla uskutečnit. Posléze na její už netrpělivé výzvy v tomto ohledu vyslovuji tento návrh:

"Protože stejně nemůžete ve svém pokoji usnout, když víte, že vedle si dělá své věci nebo spí Váš chlapec, a nemůžete dělat nic jiného, než trpět úzkostí z toho, že je přítomen v bytě, a ani Vy ani já neumíme na tomto Vašem stavu nic změnit - můžete

Kontext V - 3, 1989

místo toho se stejným výsledkem bdít a trpět přímo v jeho pokojíku. Mohla byste vždy večer před spaním požádat svého syna, aby Vám přinesl k sobě pohodlné křeslo (umístění křesla jsme v té chvíli podrobně dohodli na plánu bytu a pokoje) a zatímco on si bude dělat jako obvykle dlouho do noci své věci, Vy byste se mohla usadit u něj, mít ho na očích a prostě být tam s ním. Když to půjde, můžete si tam číst nebo dělat něco jiného, nebo prostě jen v křesle odpočívat a prožívat pocity, které byste stejně prožívala ve svém pokoji. Vaše situace se tím nijak nezhorší a Vašemu chlapci to naopak bude milé. Až on půjde spát, odejdete i Vy do svého pokoje a budete pokračovat tam - spát či nespát, jak to půjde, protože to na Vaši vůli opravdu nezávisí. Není ovšem vyloučeno, že s touto změnou se i něco změní v celé Vaší situaci, ale to nemůžeme předem vědět a ani plánovat, i když Vy i já bychom si přáli změnu k lepšímu. - Toto bych Vám rád navrhl, i když myslím, že to asi nedokážete aspoň týden dělat každý večer. Možná ale, že by bylo zajímavé si to aspoň někdy vyzkoušet. To už nechám na Vašem rozhodnutí."

Potom (ve skutečném rozhovoru byly samozřejmě zde vyslovené věci přesněji konkretizovány) jsme se rozloučili. Šlo o drobný, explicitně jako "nikoli léčebný" vyznačený krok v našem setkání a sdílení. Na tomto místě není důležitá již mnohaletá historie matčina problému a zápasu s ním, ani jeho bezprostřední a další vývoj. Snad se jen hodí říci, že matka uskutečnila nabídnutý návrh s překvapivě dobrým výsledkem, až pak po týdnu nečekaná událost dala vývoji opět jiný směr.

A ještě připomínám, že nešlo o jasně vymezený terapeutický vztah ani spolupráci; na to jsem nepřistoupil, protože jsem věděl,

Kontext V - 3, 1989

že v mé psychoterapeutické péči by neměla naději na "vyléčení", i když bych jí rád nějak pomohl. Neviděl jsem žádný užitek v pátrání po traumatické zkušenosti v jejím dětství či v současné životní situaci; v systematickém protipodmiňování úzkosti; v prověřování její smysluplné zakotvenosti v životě; ve spochybňování racionality jejích myšlenek; v usilování o vytvoření důvěrného a vřelého terapeutického vztahu; v doporučování anxiolytik, relaxace, nebo odchodu z rodiny. - To vše už zkusila dříve, a bezvysledně. Sám zde mohu jen velmi málo. Pouze se pokouším vzít gordický uzel jejího trápení za ještě jiný konec - to je vše.

Myslím, že popsany zásah lze označit za paradoxní manévr. Pro pozorovatele uvyklého na obvyklejší způsoby zmírňování úzkosti může mít příchoť zlehčování, cynismus nebo i sadismu. Může mu scházet optimistické ujištění, projev úsilí a "opravdové porozumění", poskytnutí anxiolytické podpory. Výsledek se může jevit jako obelstění pacienta.

V tomto příspěvku nechci nic jiného, než poukázat na relativnost takového vnímání. Uplatnění nových, neobvyklých předpokladů o lidské povaze a povaze lidského utrpení je provokací pro naše zaběhané způsoby uvažování a hodnocení. Nemusí však být ani zvráceností, ani jejich popřením. Mohou být prostě jen jinou cestou - někdy výhodnější, někdy nevýhodnější - ke stejnému terapeutickému cíli.

Je ovšem pravda, že klam, lest, ponižující manipulace mohou mít v počínání praktika, který vychází z ericksonských předpokladů, své místo. Je také pravda, že mohou mít své místo v počínání terapeutickém i neterapeutickém stoupence kteréhokoli směru.

Kontext V - 3, 1989

Řad bych však doložil, že žádné pacienta snižující záměry a  
manévry nejsou nutnou vlastní složkou psychoterapie ani  
ericksonského, ani jiného zaměření. Poctivá dohoda o upřímném  
překonat utrpení a porušenost je základem každého dobré-  
ho terapeutického vztahu a spolupráce. Na druhé straně ani  
v psychoterapeutickém vztahu není nezbytná naprostá totožnost  
představ a úmyslů o tom, co a jak se má stát. Naopak - prvek  
opravdové důvěry patří do psychoterapie proto, že naprosto  
suhlasného pohledu alespoň na vědomé úrovni dosáhnout v úplnosti  
nelze, už proto, že pracujeme vždy s rozpornými skutečnostmi.  
Typickým je třeba účinné pomoci, nikoli ho poučovat o vlastních  
představách a záměrech, jak to má probíhat. Terapeut však také  
nemá lhát a ponižovat svého patientského partnera. Má být pravdivý;  
zkušenost ukazuje, že klamem a lstí neposloužíme ani jemu, ani  
sobě. Že toto platí bez výhrad i pro ericksonskou terapii, může  
pode mého přesvědčení vyplynout z nezájatého přezkoumání, jak  
jsou z tohoto hlediska terapeutické zásahy v tomto přístupu vedeny.  
Věřím, že lze v diskusi ukázat, že jsou mnohdy vedeny - konkre-  
tiovány výroky, činy a pokyny terapeuta - velice neobvykle oproti  
zmenějším metodám; že však i neobvykle, leckdy paradoxně vedený  
zásah není a nemusí být klamem, lstí ani manipulací ve špatném  
smyslu.

V reprodukováném zlomku terapeuticky cíleného rozhovoru není  
žádná nepravda, i když využívá třeba známé zákonitosti "psycho-  
logické reaktance": Vyslovený názor o skutečném sklonu člověka  
hovede reaktivně ke změně ve smyslu popření tohoto názoru činem  
i prožitkem - a tím k osvědčení své autonomie. Také pesimistické  
lašení proslovu psychologa je plně zdůvodněné a on sám to dobře ví.

Kontext V - 3, 1989

Pouze ví - a činí - ještě o něco víc: Konfrontace s vyslovenými pochybami může - a někdy právě jen ona může - proměnit negativní reakci člověka v protikladnou a započít prospěšný řetěz změn, který by jinak nenastal. Popřípadě přerušit koloběh škodlivých událostí, který by při naivním, byť také upřímném, povzbuzování, přikazování či zakazování dále rostl.

Na začátek, jímž se zde představuje ericksonská pracovní skupina, jsem chtěl jen jasně vyslovit, že i strategická ericksonská psychoterapie může být - a je-li dobře vedena, také nezbytně je - psychoterapií pravdivou, nikoli klamnou, obelstívající nebo ponižující pacienta, i když s ním vstupuje do spolupráce často jakoby právě z opačné strany jeho rozporné identity vědomé a podvědomé. Zda je také psychoterapií dostatečně účinnou, o tom musí přinést svědectví přezkoumání jejích výsledků. Nemusí tedy být v psychoterapeutické obci nebezpečným strašidlem, i když nevyklučují, že se jimi mohou právem stát někteří z nás - bez ohledu na zastávaný přístup nebo metodu.