

ŠIROKÝ A PRAKTICKÝ POHLED NA ZMĚNY RÁMCŮ V PSYCHOTERAPII

Recenze knihy Marka Tyllera „Přerámování v terapii: Umění vidět jinak“
Praha: Portál.

Leoš Zatloukal

Recenzovaná kniha (Tyrrell, 2019) se zabývá „přerámováním v psychoterapii“, což je významná terapeutická technika spojená především s tradicí rodinné a systemické terapie. Autor knihy se zabývá ericksonovskou (hypno)terapií, proto se na přerámování dívá poněkud specifickým způsobem. V klasickém pojetí je přerámování definováno jako „změna konceptuálního a/nebo emočního nastavení či úhlu pohledu, ve vztahu k němuž je daná situace prožívána, a přemístění též situace do jiného rámce, který pasuje na ‚fakta‘ té stejné konkrétní situace stejně dobře nebo lépe, a díky tomu pozměňuje původní význam“ (Watzlawick, Weakland, & Fisch, 1974, s. 95). Většinou se o přerámování uvažuje jako o určitém preformulování toho, co klient uvedl, tak aby se daná situace jevila z nové perspektivy. Autor nabízí poněkud širší pohled. Představuje přerámování obecněji jako změnu či uvolnění „zatuhlých“ perspektiv a klade důraz především na nepřímé formy přerámování (např. s využitím metafor nebo paradoxních úkolů). Těžištěm knihy jsou četné a velmi inspirativní příklady z praxe, které nabízejí velké množství různých příběhů z klinické praxe, v nichž dochází k zajímavým proměnám pohledu na situace klientů a významů s tím spojených.

V jedné ukázce z praxe autor například uvádí sezení s klientkou s tělesnou dysmorfickou poruchou (s. 30 – 32). Klientka byla



velmi nespokojená se svými rty. Terapeut místo toho, aby jí její představu vylouval, ukázal obrázek, který měl pověšený v kanceláři. Klientce se obrázek velmi líbil. Když ji však požádal, aby šla velmi blízko a prohlížela si obrázek ze vzdálenosti několika centimetrů, jevil se jí obrázek jako „mazanice“. S větším odstupem, kdy byla schopna vnímat celek, byl obraz opět krásný. S tímto tématem (detail x celek) pak terapeut dále pracoval a postupně kli-

entce pomohl s využitím dalších metafor a hypnotického transu změnit perspektivu i v pohledu na sebe (detail = rty, celek = celková atraktivita).

Uvedený příklad demonstruje poměrně široký způsob, jakým autor chápe přerámování. Svým způsobem lze říci, že přerámování je pro něj jakákoli změna perspektivy či významu. Takové vymezení je na jednu stranu dostatečně široké, aby pojmovalo velké množství terapeutických postupů, na druhou stranu je z mého pohledu natolik široké, že už můžeme říci, že za přerámování můžeme v terapii označit takřka cokoli, co vede k nějakému posunu v konverzaci. Takový pohled má blízko k Batesonovu pojetí „rámce“ (Bateson, 2000) jako kontextu, který dává význam tomu, co do něj patří (tak jako rám obrazu dává význam tomu, co je uvnitř rámu). Přerámování lze pak v širokém smyslu slova chápat jako jakoukoli změnu v organizaci těchto rámců (Keeney & Keeney, 2012). Na druhou stranu je možné podobné „změny v rámování“ dosáhnout mnoha různými způsoby, kromě přímého přeformulování (přerámování v užším slova smyslu), přes využití metafor či paradoxních úkolů, až třeba po interpretaci, kognitivní restrukturalizaci nebo práci s tělesně zakotveným prožíváním. Takto široký pohled na přerámování může podle mého názoru působit určité zmatky. Vzhledem k tomu, že autor klade největší důraz na nepřímé formy přerámování skrze metafory a s využitím hypnózy, možná by stálo za to, kdyby autor tyto prvky zakomponoval

do názvu knihy, aby čtenář lépe tušil, co může od knihy očekávat.

Určitou slabinou knihy z mého pohledu je, že autor sice zmiňuje význam ericksonovsky chápaného nevědomí (např. s. 19, 21...), ale nikde se tématu podrobněji nevěnuje, takže čtenář neznalý ericksonovských postupů může být zmaten formulacemi jako „i kdyby to klient vědomě přijal, neumožnilo by to nevědomé zpracování nového vzorce“ (s. 21).

Ještě jeden pro mě zajímavý aspekt – autor se kloní k „rozprašovací metodě“, tedy k vršení co největšího množství různých metafor a postupů, které nabízejí nový pohled. Tento přístup je z mého pohledu často velmi užitečný, ale může být v rozporu s určitou snahou o úspornost a jednoduchost, která je vlastní většině ericksonovských škol terapie.

Věřím, že naznačené drobné body polemiky „nepřerámovaly“ chuť čtenáře sáhnout po této knize. Byla by to z mého pohledu škoda, protože kniha nabízí četné prvky pro inspiraci tvořivosti a hravosti – prvků tak potřebných pro terapeutickou praxi.

- Bateson, G. (2000). *Steps to an Ecology of Mind*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Keeney, H., & Keeney, B. (2012). *Circular Therapeutics: Giving Therapy a Healing Heart*. Phoenix: Zeig, Tucker & Theisen.
- Tyrrell, M. (2019). *Přerámování v terapii: umění vidět jinak*. Praha: Portál.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H., & Fisch, R. (1974). *Change; Principles of Problem Formation and Problem Resolution*. Norton.