

George W. Burns

Vindecarea prin povești

Culegere de cazuri destinată
folosirii metaforelor terapeutice

Traducere din engleză de
Cristina Firoiu



Cartea de față le este dedicată lui Oscar, Leah și Ian.
Cât de bogată și fericită este povestea vieții mele
alături de o familie atât de iubitoare!

Cuprins

19	<i>Mulțumiri</i>
22	<i>Introducere</i>
24	Ce oferă cartea de față
27	Colaboratorii
28	Materialele
30	Structura cărții
33	O poveste de început
35	Capitolul 1. Metafora și terapia. Clarificarea câtorva concepte ambigue
	<i>George W. Burns</i>
38	Ce este metafora?
38	De ce să folosim metafore în terapie?
44	Metafora este terapie sau mijloc de comunicare a terapiei?
48	Ce tip de metaforă este acesta?
55	Sunt situații în care <i>nu</i> ar trebui folosite metafore?
57	Referințe bibliografice

61 **Capitolul 2. Vindecarea a luat sfârșit. Metafore
experiențiale orientate spre rezultat, într-un caz de
depresie majoră**

George W. Burns

- 61 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală
și profesională
- 62 Prezentarea capitolului
- 66 De unde să încep?
- 67 Ce dorea Mary să obțină cu ajutorul terapiei?
- 70 Ce era util de știut despre Mary?
- 71 Ce intervenții puteau fi utile?
- 83 Care a fost rezultatul pe termen lung?
- 84 Referințe bibliografice

89 **Capitolul 3. O tristețe pustie. Investigarea și
transformarea metaforelor create de client**

Richard R. Kopp

- 89 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală
și profesională
- 90 Prezentarea capitolului
- 94 Investigarea și transformarea metaforelor create
de client. Teorie și metodă
- 102 Terapia prin metafore și diversitatea
- 103 „O tristețe pustie“. Exemplul de caz nr. 1
- 108 „Eu sunt cel ce a explodat“. Exemplul de caz nr. 2
- 114 Concluzie
- 114 Referințe bibliografice

- 116 **Capitolul 4. Și acest purceluș a rămas acasă.
Metafore jucăușe în tratarea anxietății de separare
din copilărie**
 Julie H. Linden
- 116 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală
 și profesională
- 117 Prezentarea capitolului
- 120 Cadrul clinic
- 123 O familie de porci-spinoși
- 126 Terapia prin joc și terapia jucăușă
- 129 Găsirea resurselor tari și a excepțiilor
- 133 Păpușa ca metaforă și coterapeut
- 135 „Mulțumesc, M”
- 137 Post-scriptum
- 137 Referințe bibliografice
- 140 **Capitolul 5. Escaladarea muntelui anxietății.
Crearea metaforelor în terapia prin acceptare
și angajament**
 *Mikaela J. Hildebrandt, Lindsay B. Fletcher
 și Steven C. Hayes*
- 140 Povestea colaboratorilor — o perspectivă personală
 și profesională
- 141 Prezentarea capitolului
- 144 Definirea problemei
- 146 Rolul metaforei în terapia ACT
- 149 Relația terapeutică
- 149 Crearea metaforelor compatibile cu terapia ACT
- 159 Rezultatul cazului
- 160 Referințe bibliografice

10	161	PARTEA A DOUA. CREAREA UNOR RELAȚII POZITIVE
	163	Capitolul 6. Cazul lui Carol. Încurajarea luării deciziilor prin metaforă și hipnoză
		<i>Michael D. Yapko</i>
	163	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
	164	Prezentarea capitolului
	165	Contextul ședinței
	166	Intervievarea lui Carol. Stabilirea obiectivelor și evaluarea resurselor
	168	De ce era indicată folosirea metaforelor în cazul lui Carol?
	169	Informații generale despre hipnoză, sugestii indirecte și metafore
	172	Identificarea obiectivelor terapeutice
	175	Resursele lui Carol
	177	Hipnoza și modul în care i-a fost comunicată metafora lui Carol
	182	Mesajele de după ședință
	185	Comentarii finale
	186	Referințe bibliografice
	189	Capitolul 7. Femeia care voia să stea întinsă pe podea. O utilizare socioconstructivistă a metaforei, într-o poveste despre două cliente
		<i>Valerie E. Lewis</i>
	189	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională

12	234	Prezentarea capitolului
	237	Narațiunea ca „terapie cu ajutorul cărților de povești“
	238	Procesele terapiei cu ajutorul cărților de povești
	239	Ascultarea poveștii „îmbibate de probleme“
	239	Ascultarea poveștii lui Jamé
	246	Rescrierea și validarea poveștii preferate
	257	Cum să-ți regăsești speranța într-un cheeseburger
	258	Referințe bibliografice
260		PARTEA A TREIA. SCHIMBAREA MODURILOR DE COMPORTAMENT
263		Capitolul 10. Sub rafala de gloanțe. Reflecție și metaforă în terapia narativă
		<i>Christine Perry</i>
263		Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
264		Prezentarea capitolului
267		Metafora „narativă“ a procesului de consiliere
270		Echipele de reflecție, metafora și terapia narativă
272		Cazul lui Paul
278		O poveste alternativă
282		Implicațiile în practica profesională
284		Referințe bibliografice
287		Capitolul 11. Ușa este deschisă, pasărea își poate lua zborul. Îmbinarea metaforelor terapeutului și ale clientului în psihoterapia copilului
		<i>Joyce C. Mills</i>

- 287 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
- 288 Prezentarea capitolului
- 293 Etapa întâi. Un mediu sigur
- 294 Povestea lui Joey. Crearea unui mediu sigur
- 297 Etapa a doua. Nimic nu vine de-a gata
- 299 Povestea lui Joey. Importanța cheilor
- 301 Etapa a treia. Momentul celei mai importante transformări
- 303 Povestea lui Joey. Procesul transformării
- 304 Etapa a patra. Descoperirea propriilor aripi
- 305 Povestea lui Joey. În zbor nestingherit
- 307 Referințe bibliografice
- 308 Capitolul 12. Viața tuturor este o poveste. Metaforele dirijate, în schimbarea stilului de viață global**
Rubin Battino
- 308 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
- 309 Prezentarea capitolului
- 312 Pașii procedurii de folosire a metaforelor dirijate
- 315 Cazul lui George
- 326 Cine poate beneficia de pe urma metaforelor dirijate?
- 327 Tehnica prezentării metaforei
- 330 Referințe bibliografice
- 332 Capitolul 13. Amuțită de frică. Metafore orientate spre obiectiv și metafore multiplu încorporate, într-un caz de disfonie psihogenă**
Carol A. Hicks-Lankton

14	332	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
	333	Prezentarea capitolului
	335	Evaluarea
	337	Resursele, punctele tari și abilitățile clientului
	344	O metaforă multiplu încorporată
	357	Referințe bibliografice
	359	PARTEA PATRA AMELIORAREA SĂNĂTĂȚII ȘI A STĂRII DE BINE
	361	Capitolul 14. Fantoma care nu sperie pe nimeni, pastele care nu simt durerea. Poveștile create de copii folosite drept metafore terapeutice <i>George W. Burns</i>
	363	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
	361	Prezentarea capitolului
	369	Poveștile vindecătoare create de copii
	375	Domnul Peter Paste ajută la ameliorarea durerii
	384	Referințe bibliografice
	386	Capitolul 15. Împrietenirea cu propriile probleme. Folosirea metaforelor în cazul unei tinere ce se automutilează, aflată într-o etapă de tranziție <i>Wendel A. Ray și Jana P. Sutton</i>
	386	Povestea colaboratorilor — o perspectivă personală și profesională
	387	Prezentarea capitolului
	392	Secretul din spatele secretului

- 395 Atitudinea de inferioritate a nespecialistului
- 397 Realizarea schimbării metaforice
- 399 Încurajarea găsirii unui alt prieten de suflet
- 408 Un comentariu de încheiere
- 409 Referințe bibliografice
-
- 412 **Capitolul 16. Noapte bună, vise plăcute, rechinii să te sărute! „Ce lipsește?“, în metafore**
Robert McNeilly
- 412 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
- 413 Prezentarea capitolului
- 416 O inițiere personală în arta povestirii
- 418 Crearea așteptărilor în mintea clientului
- 419 Unde putem căuta metafore?
- 422 Accesarea resurselor unice ale fiecărui client
- 423 „Ce lipsește?“, în terapie
- 426 Materializarea învățămintelor
- 427 Reflecții după ședință
- 428 O concluzie și un îndemn
- 429 Referințe bibliografice
-
- 430 **Capitolul 17. Metafora ce își cânta trista melodie. Poveștile terapeutice în îngrijirea paliativă pediatrică**
Roxanna Erickson Klein
- 430 Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
- 431 Prezentarea capitolului
- 432 Întoarcerea acasă
- 435 Istorisirea propriilor povești

16	436	Boala
	438	Stabilirea obiectivelor
	439	Apropierea prin povești
	441	Avantajele născute din impedimente
	443	Pregătirea pentru moarte
	443	Un tovarăș cu o metaforă
	444	Un cântec neașteptat
	448	O metaforă involuntară
453		PARTEA A CINCEA. DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE VIAȚĂ
455		Capitolul 18. Recăpătarea echilibrului după persecuții. Poveștile specifice unei anumite culturi, prezentate de client, în psihoterapia traumei <i>Angela Ebert și Hasham Al Musawi</i>
455		Povestea colaboratorilor — o perspectivă personală și profesională
456		Prezentarea capitolului
459		Câte ceva despre originea lui Hasham
463		Intervențiile
470		Reconstruirea încrederii
474		Câte ceva despre rezultatul terapiei lui Hasham
476		Și asta va trece
477		Referințe bibliografice
480		Capitolul 19. Despre adepții stilului gotic, zâne, balauri și TCC. Pătrunderea în universul clientului cu ajutorul unei metafore bazate pe probe <i>George W. Burns</i>

480	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională	17
480	Prezentarea capitolului	
482	Evaluarea	
490	Contextul	
493	Intervenția	
496	Structura metaforei	
501	Urmarea	
503	Referințe bibliografice	
507	Capitolul 20. Asta nu-i o problemă. Metaforele în cazul unui client turbulent participant la terapia ericksoniană de grup	
	<i>Teresa García-Sánchez</i>	
507	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională	
508	Prezentarea capitolului	
511	De ce să lucrăm în grupuri?	
512	Structura ședințelor de grup	
516	Un client dificil	
519	Neputința de a vedea ceea ce există	
522	O metaforă derutantă	
530	O reflecție	
530	Referințe bibliografice	
532	Folosiți-vă tărtăcuța! O poveste de încheiere	
538	Referințe bibliografice	
540	Secțiunea bibliografică	
540	Sugestii de lecturi suplimentare	
552	Cărțile despre metafore preferate de colaboratori	

Mulțumiri

Dacă ați fi crescut în micuțul regat al Bhutanului, din munții Himalaya, una dintre primele dumneavoastră amintiri ar fi fost mai mult ca sigur legată de povestirea legendei naționale a celor patru prieteni credincioși. Legenda vorbește despre un fazan care a găsit o sămânță, un iepure care a ajutat la plantarea și udarea acesteia, o maimuță care s-a ocupat de fertilizare și de plivit și un elefant care a stat de strajă, pentru a o proteja. Atunci când copacul a ajuns la maturitate, cele patru animale s-au suit unul pe spinarea celuilalt, formând o piramidă, ca să ajungă la ramurile de sus, să culeagă și să împartă între ele fructele. Coordonarea cărții de față m-a făcut să-mi amintesc de această poveste, în care mai multe făpturi diferite își unesc forțele pentru a lucra la un proiect comun unificator.

Mă simt profund onorat de faptul că stimații și apreciații mei colegi și-au oferit cu atâta generozitate colaborarea, fie în calitate de autori, colegi evaluatori, participanți la discuții despre ideea inițială, susținători și/sau prieteni dragi. Articolele, sugestiile și ideile lor au dovedit nu numai un înalt nivel de profesionalism, ci și multă grijă și compasiune, care pentru mine reprezintă semnul distinctiv al activității unice pe care o desfășurăm în cadrul profesiilor curative și de sprijin.

Mii de mulțumiri tuturor autorilor care și-au dăruit din sufletul lor, din timpul lor, din experiența clinică și din înțelepciune. Ați însuflețit cartea cu informații științifice, omenie și propria personalitate.

Julie Nayda îmi este în continuare un susținător credincios, un coechipier neprețuit și o prietenă dragă. Jules, ești stâncă mea în viața și în practica profesională.

Sunt mulți cei care au sprijinit acest proiect în nenumărate feluri, deși cuvintele lor nu se regăsesc, poate, în paginile cărții. Liz Sheean, de la PsychOz Publications, și dr. Helen Street, coautoarea cărții *Standing Without Shoes*, au participat la primele discuții despre stil și format. Idei minunate și pline de creativitate mi-au fost oferite de următorii: dr. Kathleen Donaghy; Cheryl Bell-Gadsby, absolventă de masterat (MA); Nadia Lalak, absolventă de masterat (MA); Maria Escalante, absolventă de masterat (MA); Deborah Beckman, absolventă de masterat (MS); Rick Whiteside, master în asistență socială (MSW); dr. Frances Steinberg. Vă sunt *profund* recunoscător pentru interesul, timpul și efortul investite.

Colegii evaluatori sunt eroii neștiuți ai multor cărți de calitate. Își dedică ore întregi acestei activități, deși singura recunoaștere pe care o primesc este aceea că le apare numele pe o pagină a cărții pe care, poate, puțini cititori o observă. Stephanie Bennett, master în psihologie (MPsych); Teresa García-Sánchez, absolventă de masterat (MA), psiholog începător (*Early Career Psychologist* — ECP); dr. Valerie Lewis; și Pam Thompson, licențiată în psihologia sănătății (DipHealthPsych), perspicacitatea voastră, gândirea critică și întrebările dificile pe care le-ați formulat ne-au ajutat să ne menținem vigilența. Pam, implicarea ta a depășit toate așteptările.

De asemenea, pentru vorbele încurajatoare și sprijinul acordat în diverse moduri, le mulțumesc lui Jon Carlson, doctor în psihologie (PsyD), doctor în științele educației (EdD), membru ABPP; Steven Lankton, master în asistență socială (MSW); Bill O’Hanlon, absolvent de masterat (MSc); dr. Maggie Phillips; dr. Rachel Remen; Bernhard Trenkle, licențiat în psihologie (DiplPsy); dr. Jeff Zeig; Lynne și Bryan Kendrick (pentru că ne-au pus la dispoziție Possum Lodge); și, desigur, lui Suzanne Thomas (pentru zâmbetul ei, pentru sprijinul plin de afecțiune și privirea critică ce ne-au fost de mare ajutor).

Sunt încântat că am lansat acest proiect împreună cu fostul meu redactor, Tracey Belmont, și sunt și mai încântat să-i urez „bun venit” lui Nicholas John. Oare e prima dată când îi apare numele într-o carte? Lisa Gebo a revizuit și a îmbunătățit manuscrisul și, împreună cu Sweta Gupta, a reușit să-l ducă la bun sfârșit. Isabel Pratt a fost alături de mine de fiecare dată când am publicat o carte la Wiley; Rosa Gonzales a coordonat traducerea lucrărilor mele în chineză, spaniolă, portugheză, italiană, coreeană și indoneziană; iar Susan Dodson a supravegheat manuscrisul de-a lungul procesului de producție. Întreaga echipă de la John Wiley & Sons mi-a câștigat din nou laudele și aprecierea.

La fel ca în povestea celor patru prieteni credincioși, o carte din această categorie pornește de la germenul unei idei, care este luat, crescut și dezvoltat de toți cei care contribuie cu abilitățile, cunoștințele și experiența lor. Sper că a căpătat un aspect care se va dovedi folositor și rodnic pentru dumneavoastră, activitatea și clienții dumneavoastră.

Introducere

În calitate de coordonator al cărții de față, oare am voie să spun ce încântat sunt? Sunt încântat de calitatea colaboratorilor care s-au implicat cu generozitate în proiect, de calitatea materialelor trimise, de varietatea cazurilor prezentate și a modalităților de aplicare a metaforelor.

Având în vedere că scrisesem deja două cărți despre folosirea metaforelor în terapie (*101 povești vindecătoare pentru adulți și 101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți*), am rămas cu impresia că spuseseam deja cam tot ce voiam să spun despre metafore... și apoi s-au întâmplat trei lucruri. Primul a fost că am observat tot mai des faptul că cititorii cărților mele și participanții la atelierele organizate de mine spuneau că li se păruseră folositoare principiile și exemplele oferite de cărți și că le-ar plăcea să citească despre o varietate mai mare de posibilități de aplicare a metaforelor, într-o varietate mai mare de exemple de caz. Al doilea a fost rugămintea lui Tracey Belmont, pe vremea aceea redactorul cărților publicate de mine la Wiley, de a scrie o nouă carte despre metafore. La început am respins ideea, nedorind să fiu „distribuit” în rolul autorului de cărți despre folosirea metaforelor, ce reprezintă numai un aspect al stilului meu de lucru, chiar dacă unul important. De asemenea, părea cam lipsit de

noimă să reiau ceea ce spuseseam deja, așa că Tracey și cu mine ne-am apucat să dezbatem ce anume ar putea fi considerat inedit, instructiv și, mai presus de toate, folositor practicienilor de pe „frontul de lucru” al terapiei. În vreme ce purtam respectiva discuție, s-a întâmplat cel de-al treilea lucru. Am participat la un congres despre psihoterapia și hipnoterapia ericksoniană în Phoenix, Arizona, și aici mi-am amintit cât de mulți practicieni lucrează cu metafore, deși, teoretic, au o pregătire, un stil de lucru și cazuri foarte diferite. Oare n-ar fi interesant, am început să mă întreb, să pun la un loc cunoștințele câtorva dintre discuțiile mei colegi, să-i rog să prezinte un exemplu de caz care să ilustreze în mod limpede stilul de lucru al fiecăruia și să studiez raționamentele și procesele de gândire ce au loc în timp ce evaluează clientul, planifică intervențiile și apoi le pun în aplicare... incluzând totul într-un singur volum?

Știu multe cărți care descriu cu pricepere metode, tehnici și intervenții privitoare la *ceea ce trebuie făcut*, dar câte încearcă să pătrundă în gândirea practicienilor, să le înțeleagă metodele de lucru și să ofere informații despre alegerile legate de direcția terapeutică? Deși s-au scris multe cărți bune despre folosirea metaforelor în terapie, nu cunosc nicio alta care să fi reunit o varietate atât de mare de practicieni ce folosesc metafore, de la cei bine-cunoscuți la începători, care să ofere o gamă atât de vastă de exemple de caz, care să ilustreze folosirea metaforelor în atât de multe contexte teoretice sau care să încerce să ofere o înțelegere foarte clară a proceselor de gândire ale fiecărui terapeut colaborator — lucru făcut posibil numai datorită eforturilor generoase ale fiecăruia dintre aceștia. Sper că materialele vi se vor părea la fel de plăcute și de educative cum mi s-au părut mie atunci când le citeam pe rând, pe măsură ce soseau.

Scopul meu a fost să public un volum care să fie în primul rând un instrument clinic practic și folositor specialiștilor ca mine și ca dumneavoastră, care ne petrecem timpul în cabinet zi de zi, încercând să oferim clientului din fața noastră cele mai bune servicii posibile. Pentru a-mi atinge scopul, i-am rugat pe autorii colaboratori să adopte un stil conversațional, ca și cum ar vorbi cu dumneavoastră, un coleg pe care îl supervizează, și să răspundă la întrebările pe care consideră că le puteți avea privitor la acțiunile lor și la felul în care procedează. Cererea mea a urmărit să vă permită dumneavoastră, cititorilor, să pătrundeți în mintea terapeuților, să le înțelegeți modul de gândire, de planificare și de prelucrare a informațiilor, în timp ce aleg, structurează și prezintă metafore într-un anumit exemplu de caz. Am cerut ca fiecare material să explice cu claritate *ce*, *cum* și *de ce* a procedat terapeutul în felul respectiv, pas cu pas. Am vrut să fie evidente și clar prezentate competențele acestuia, astfel încât procedeele folosite să poată fi imitate și de alți terapeuți.

Fiecare autor a fost rugat să formuleze o serie de întrebări specifice. S-a dovedit că această recomandare a fost respectată de unii și nerespectată de alții, în diferite grade — ilustrând astfel varietatea de modalități în care pot fi folosite metaforele. Folosind întrebările drept recomandări pentru elaborarea materialelor, am sperat să evit stilul inegal și inconsecvent întâlnit adeseori în volumele cu multipli autori, precum și să ajung la esența practicii terapeutice. Acestea sunt întrebările pe care le-am supus atenției autorilor colaboratori:

Descrieți cazul:

- Cine este clientul?
- Care este simptomul principal?
- Care este contextul (terapie / formare profesională / altele)?

Cum ați abordat evaluarea? (Descrieți pas cu pas.)

- Ce ați căutat să obțineți prin evaluare?
- Care au fost obiectivele terapeutice pe care vi le-ați fixat?
- Cum le-ați stabilit?

Ce resurse / puncte tari / abilități ați observat la client?

- Cum le-ați definit?
- Dacă au fost mai multe, cum le-ați ales pe cele pe care le-ați folosit?

De ce ați ales o poveste sau o intervenție metaforică în locul altor intervenții pentru clientul respectiv?

- Ce alte variante ați fi putut alege?

Ce efect ați observat că trebuie să aibă povestea?

- Ce abilități să îmbunătățească?
- Ce resurse să consolideze?
- Ce obiective să atingă?

Cum ați procedat în cazul creării poveștii / poveștilor?

- Prezentați-i cititorului pas cu pas raționamentul.

Ce metaforă sau poveste ați folosit?

- Prezentați-o din nou așa cum ați făcut în timpul ședinței de terapie.