



**Několik poznámek k zacházení s „Ockhamovou břitvou“
v poradenské praxi**

Autor: Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D.

Autor:

Mgr. Leoš Zatloukal, Ph.D. je absolventem doktorského studia sociální práce na Ostravské Univerzitě v Ostravě a studentem doktorského studia klinické psychologie na Univerzitě Palackého v Olomouci. Absolvoval komplexní 750h výcvik v systemické psychoterapii (ISZ), výcvik v hypnoterapii (prof. Kratochvíl, Dr. Zíka), výcvik v Reteamingu® - koučování zaměřeném na řešení (Dr. Ben Furman) a další četné kurzy a výcviky pod vedením tuzemských i zahraničních lektorů. Vyučuje poradenské/terapeutické přístupy a manažerské dovednosti na katedře sociální práce a na katedře psychologie Univerzity Palackého v Olomouci a manažerské a koučovací dovednosti na Newton College v Brně, pracuje jako terapeut v manželské a rodinné poradně v Brně a jako sociální pracovník na azylovém domě pro bezdomovce. Je rovněž spoluzakladatelem a vedoucím týmu terapeutů, koučů a lektorů přístupu zaměřeného na řešení „Dalet“ (www.dalet.cz) a působí jako krajský metodik komunitního plánování sociálních služeb.

Institute: Univerzita Palackého v Olomouci – CMTF,
Univerzitní 22,
772 00 Olomouc.

Palcky's University in Olomouc – CMTF,
Univerzitní 22,
772 00 Olomouc.

Kontakt: leos.zatloukal@centrum.cz

Abstrakt/ Abstract:

Příspěvek se zabývá tím, jak využívat teorie v každodenní poradenské praxi. Věnuje se tomu, jak rozpoznat užitečné teorie od neužitečných a jakým způsobem teoretizovat dostatečné ale přitom nesklouznout k planému teoretizování. Autor vychází z přístupu zaměřeného na řešení (solution-focused approach) a hájí maximální jednoduchost a úspornost, přitom zároveň upozorňuje i na rizika přílišných zjednodušení. Příspěvek bude doplněn příklady z praxe.

Presentation is devoted to the question, how to use theories in everyday counseling practice. It's focused on how to recognize useful and unuseful theories, how to theorize enough but not too much. Autor is influenced by solution-focused approach and stands for maximum simplicity and also point out the dangers of oversimplifying things. There will be case examples in presentation too.

Klíčová slova/ Keywords:

Teorie, praxe, Ockhamova břitva, přístup zaměřený na řešení
Theory, practice, Ochkam razor, solution-focused approach

Návrhy jmen do jmenného rejstříku: Neubauer, De Shazer, McLeod, Bateson, Payne,

Návrhy slov do věcného rejstříku: Ockhamova břitva, teorie, praxe, přístup zaměřený na řešení, výjimky, jednoduchost

Několik poznámek k zacházení s „Ockhamovou břitvou“ v poradenské praxi

„Měli bychom dělat věci tak jednoduše, jak je to jen možné, ale nikoli jednodušeji.“ (Albert Einstein)

1. Úvodem - trocha teorie o teoriích

Diskusi o práci s Ockhamovou břitvou je vhodné začít alespoň krátkým pohledem na teorie a na jejich význam a roli v poradenství. Existuje nepřeberné množství různých definic teorií, které se mnohdy doplňují, někdy jsou v protikladu. Nabízím zde několik příkladů:

„Teorie je systém konceptů které se snaží dát celkové vysvětlení určité oblasti poznání.“ (Godzich In De Shazer et. al., 2007, s. 104)

„Teorii chápeme jako systém pojmů a tvrzení, který představuje abstrahující vysvětlení vybraných fenoménů. Teorie umožňuje fenoménům světa porozumět, vysvětlit je, kritizovat nebo předpovídat. Jedná se o koncentrovanou množinu znalostí vyjádřenou nějakým symbolickým způsobem.“ (Hendl, 2005, s. 31)

„Dobře vystavěná hypotéza se stává teorií. Teorie představuje určitý pohled, chápání, přístup k předmětu zkoumání. Na jejím základě je možno vyslovovat nové hypotézy a konstruovat nová pokusná uspořádání.“ (Neubauer, 2004, s. 39)

Výše uvedené definice i texty některých autorů, kteří se teoriemi zabývají a nenabízejí přímo definici pojmu „teorie“ (zřejmě předpokládají, že pojem je srozumitelný i bez vysvětlování - každý si *něco* představí, když se řekne teorie), zdůrazňují takové aspekty teorií, jako jsou návody, sociální konstrukty, explanační modely, přístupy, předpisy (co a jak má být) či vztahy mezi jevy (např. McLeod, 2003, Navrátil, 2001; Payne, 1997; Bateson, 2006; Mintzberg, 2005; Neubauer, 2004).

Rád bych se ještě krátce zastavil u poslední z výše uvedených definic, kterou zformuloval Zdeněk Neubauer. Uvedená definice naznačuje určitou dynamiku teorií – teorie vzniká z „nepatrných počátků“ (Neubauer, 2004), z nějaké nové dílčí hypotézy či „neslučitelné alternativy“ (Feyerabend, 2001), která nabývá na významu a rozšiřuje „obzor své platnosti“ a stává se základem a kritériem formulace dalších hypotéz a dalšího poznávání, které díky tomu nemůže původní teorii přímo zproblematizovat a revidovat, ale jen upřesňovat (Neubauer, 2004). Aby tento proces nebyl jen sebeudržující a sebeutvrzující, ale aby byla možná i nějaká inovace, je třeba cíleně hledat ony „neslučitelné alternativy“. Výstižně to vyjadřuje Hebb (in Mintzberg, 2005, s. 356): „Dobrá teorie je taková, která vydrží pohromadě dostatečně dlouho na to, aby vás dostala k lepší teorii.“

Ještě širší pohled na teorie nabízí ve své vlivné koncepci reflektivní praxe Schön (1991), který poukazuje na fakt, že profesionálové v praxi - často nereflektovaně - využívají vedle formálních (vědeckých) teorií i četné neformální teorie, které vycházejí z interakcí s klienty a kolegy, z minulých životních zkušeností či z postřehů a podnětů z takových (z přísně vědeckého hlediska) „pochybných“ zdrojů, jako je četba románu, pozorování lidí v parku či sledování oblíbeného seriálu. Ačkoli může pro mnoho lidí těžko stravitelné říkat takovým věcem „teorie“, přesto se tyto rámce v praxi objevují, aktivně využívají a slouží k podobným účelům, jako slouží (nebo mají sloužit) formální vědecké teorie. Pokud platí, že „všechny teorie jsou lživé... nejsou skutečnost..., což znamená, že musíme volit své teorie podle toho, jak jsou užitečné a nikoli podle toho, jak jsou pravdivé“ (Mintzberg, 2005, s. 356), je nasnadě,

že potřebujeme různé teorie různého druhu, aby bylo z čeho vybírat (Feyerabend, 2001; Mintzberg, 2005). Řečeno s Batesonem (2006) - více pohledů je vždy lepší než jeden.

Vraťme se ale k teoriím v poradenství a terapii. McLeod (2003) shrnuje základní pohledy na teorie v poradenství:

- a) **teorie jako strukturovaný soubor myšlenek** – teorie nabízí rámec pro porozumění a ověřování platnosti konceptů, přičemž lze jednotlivé koncepty řadit hierarchicky podle úrovně abstrakce (např. Rapaport, Gill in McLeod, 2003; Payne, 1997; Navrátil, 2001)
- b) **teorie jako sociální konstrukty** – teorie se vytvářejí v sociálních kontextech, institucionalizují se, předávají se (nejen v knihách, ale i ústní tradicí), vzniká jejich vlastní jazyk, komunity odborníků apod.
- c) **účelem teorií je vysvětlit či porozumět** – tradiční pohled na teorie zdůrazňuje vysvětlující funkci, tedy schopnost určit příčinné faktory událostí a předvídat a kontrolovat je, novější pohledy zdůrazňují spíše porozumění, které nabízí různé pohledy na danou událost, velmi opatrné předpovědi budoucího vývoje a neustálou „konverzi se situací“ (Rorty in McLeod, 2003; Schön, 1991).

Význam teorií v poradenství a terapii plasticky popisují Prochaska a Norcross (1999, s. 17):

„Bez teorie či systému by kliničtí pracovníci byli bezbrannými, bezcílně bloudícími stvořeními, bombardovanými během jednoho sezení desítkami dojmů a útržků informací. Je během prvního rozhovoru důležitější ptát se na klientovu oblíbenou barvu, jeho rané vzpomínky, vztahy s rodiči, smysl života, nepříjemné emoce, posilující vlivy okolí, myšlenkové procesy, sexuální konflikty nebo na něco jiného? Měli bychom vždy během sezení soucítit, konfrontovat, učit, modelovat, podporovat, ptát se, restrukturalizovat, interpretovat nebo mlčet? Teorie psychoterapie popisuje klinický jev, omezuje množství relevantních informací, uspořádává je a vše spojuje do soudržného celku poznání, který určuje směr léčebného postupu.“

V kontextu poradenství a terapie se nejčastěji vyskytují následující teorie (Prochaska, Norcross, 1999; Gurman, Messer, 2003; Sommers-Flanagan, Sommers-Flanagan, 2004):

- **teorie osobnosti** – teorie, které popisují člověka z psychologického hlediska a nabízejí porozumění tomu, jak je osobnost utvářena, jak se vyvíjí a z jakých entit se skládá a nabízí tak základní rámec pro intervenci
- **teorie patologie a zdraví** – tyto teorie popisují a vysvětlují příčiny problémů, faktory, které problémy udržují a známky, podle nichž lze problémy poznat (teorie patologie) nebo naopak koncepce zdraví a dobrého fungování
- **teorie procesu změny** – tyto teorie nabízejí rámec pro porozumění tomu, jak se dějí pozitivní změny, jaké faktory v nich působí a na co by se měl poradce či terapeut při práci zaměřovat
- **teorie pracovního spojení** („working alliance“) – tyto teorie se zabývají povahou poradenského či terapeutického vztahu a jeho aspektům, v jistém smyslu je lze zařadit mezi teorie změny, protože kvalita spolupráce mezi poradcem a klientem se obecně považuje za jeden z nejvýznamnějších faktorů pozitivní změny

Jednotlivé poradenské či terapeutické přístupy mají výše uvedené teorie rozvinuté v různé míře. Některé směry nabízejí velmi propracované teorie osobnosti (např. dynamické směry), jiné se popisu osobnosti vyhýbají (např. klasický behaviorální přístup) nebo nabízejí úplně jiný pohled na povahu „cíle intervence“ než je psychika jedince (např. postmoderní přístupy, rodinná terapie, komunitní přístupy apod.). Podobně by bylo možné pokračovat u teorií patologie a zdraví. Teorie terapeutické změny je naopak poměrně jasně definovaná v každém

přístupu, protože vysvětluje „jak to funguje“ a legitimizuje určitou intervenci. Přesto lze říci, že některé přístupy znají jen jednu teorii změny (např. dosahování vzhledu pomocí interpretací v psychoanalýze), zatímco jiné jich popisují více (např. kognitivní přístup využívá disputaci s iracionálními přesvědčeními stejně jako observační učení).

2. Ockhamova břitva

Významný středověký filosof **William Ockham** je spojován s několika principy, které jsou známé jako „Ockhamova břitva“ (Kenny, 2000). Ockhamova břitva je metafora, která popisuje velmi úsporný (ekonomický) přístup k epistemologii a k teoretizování. Lze ji shrnout do následující trojice principů (in Neubauer, 2007, s. 227):

1. „Pluralitas non est ponenda sine necessitate.“ (Neklást (nepostulovat, nezastávat) mnohost bez nutnosti).
2. „Principia non sunt multiplicanda praeter necessitatem.“ (Nemnožit principy (počátky, východiska, základy, zásady) bez nutnosti).
3. „Frustra fit per plura quod potest fieri per pauciora.“ (Je zbytečné činit skrze více, čeho lze učinit skrze méně.)

Je třeba podotknout, že Ockham sám tyto principy „ekonomie myšlení“ nevynalezl (nalezneme je např. už u Platóna a Aristotela) a že je ve svém díle uvádí v různých obměnách a na různých místech (Heinzmann, 2000; Kenny, 2000). Přesto lze Ockhama považovat za výrazného představitele tohoto „ekonomického“ proudu myšlení a přiřknout mu zásluhu za další rozvoj těchto myšlenek (Heinzmann, 2000).

Na jednotlivé teze či principy Ockhamovy břitvy se můžeme podívat podrobněji v kontextu zacházení s teoriemi v poradenství.

Nejen při akademických debatách, ale i při každodenních činnostech, se setkáváme s nutností „redukovat komplexitu“ (Ludewig, 1994). Svět, v němž se pohybujeme a který spoluutváříme, je příliš složitý, než abychom mohli vše pojmout do nějakého všezahrnujícího rámce. Z nabízených podnětů si vybíráme jen některé, které nám pomáhají situaci porozumět a smysluplně v ní fungovat, ostatní – metaforicky řečeno - odřízíme. Při tomto počínání existují přinejmenším dvě úskalí:

a) Zahlcení komplexitou

Častým úskalím je, že lidé – a odborníci zvláště – teoretizují příliš. Důvodem může být obava, aby o něco důležitého nepřišli či něco důležitého neopomenuli. Často se objevují nejrůznější „komplexní pojetí“, která se vymezují vůči těm „méně komplexním“ (rozuměj „redukcionistickým“, „omezeným“, tedy horším). O komplexních pojetích se často předpokládá, že dokáží celkově a objektivně vysvětlit jev či událost, takže ji bude možné předvídat a kontrolovat. Většina etablovaných poradenských přístupů a jejich teorií stojí na předpokladu objektivity komplexních teorií.

„Všechny hlavní terapeutické a poradenské přístupy, které vznikly na počátku a v polovině 20. století byly vystavěny kolem základních myšlenek, o nichž byli jejich autoři přesvědčeni, že jsou objektivně a univerzálně pravdivé. Pro Freuda byly nevědomí či vztah mezi událostmi z dětství a neurózami v dospělosti objektivní pravdy. Pro behavioristy jako byl Skinner bylo učení pomocí podnětů a reakcí objektivní pravdou. Pro Rogerse byly sebepojetí a sebeaktualizační tendence objektivní skutečnosti, které bylo možné pozorovat a měřit.“ (McLeod, 2003, s. 72)

Potíží tohoto pojetí je, že taková komplexní a objektivně platná teorie musí být platná jako celek. To znamená, že kdyby se byl jen jeden kousek ukázal jako neobsažitelný danou teorií, padá tím teorie jako celek (De Shazer, 2007). Teorie, která si činí nárok na objektivní a univerzální platnost musí být proto velmi široká a košatá, aby zahrnula široké spektrum jevů a možností. Bohužel, ve hře „kdo z koho“ s komplexitou nelze vyhrát. Názorně to ukazují Bateson (2006) na jednoduchém experimentu s číselnými řadami:

Představme si, že experimentátor předloží zkoumané osobě uspořádanou řadu čísel:

2 4 6 8 10 12

Poté se experimentátor zeptá: Jaké další číslo bude následovat? Zkoumaná osoba pravděpodobně odpoví, že následuje 14. Experimentátor však nesouhlasí: „Nikoli, následuje 27.“ Ukázalo se, že zobecnění, ke kterému zkoumaná osoba došla, nebylo správné. Při pokračování experimentu se číselná řada rozvine dále:

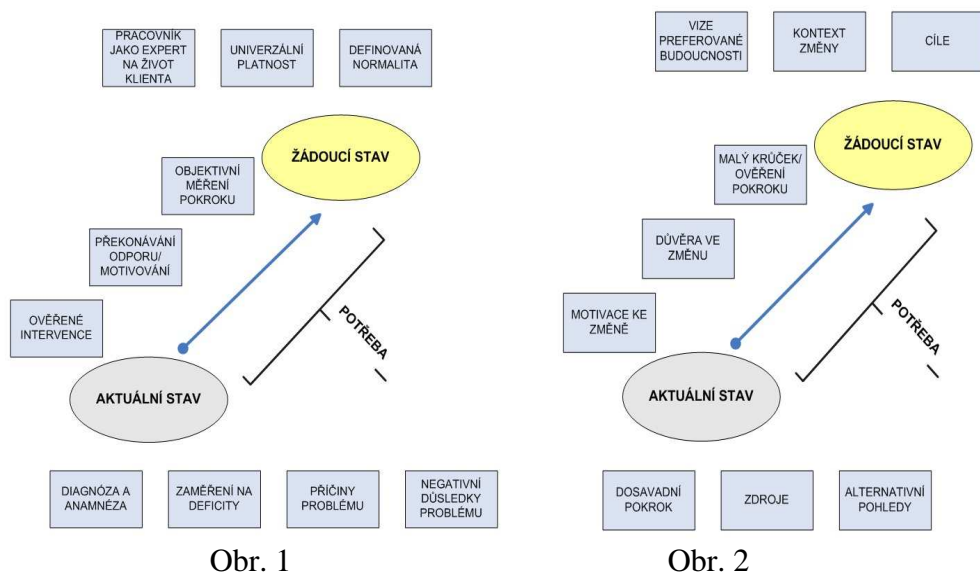
. 2 4 6 8 10 12 27 2 4 6 8 10 12 27 2 4 6 8 10 12 27

V tomto okamžiku by zkoumaná osoba pravděpodobně na otázku „Jaké číslo následuje?“ zvolila odpověď 2. Upravila původní teorii a při předpokladu, že uvedená řada čísel je uspořádaná, je tato odpověď nejjednodušší variantou (Ockhamova břitva). Potíž je, že ve skutečnosti nikdy nemůžeme s jistotou říci, co bude následovat. Bateson (2006, s. 34) tuto situaci komentuje: „Vše, co máte, je důvěra v jednoduchost a každý další fakt může všechno jen zkomplikovat... Vzhledem k tomu, že předpověď nemůže být nikdy stoprocentně platná, nemůže věda dokázat žádné zevšeobecnující tvrzení, nemůže ověřit jediné popisné sdělení a dojít tak ke konečné pravdě.“

Předpokládejme však, že zkoumaná osoba z výše uvedeného experimentu se nechce vzdát naděje na skutečně komplexní teorii, která by jí umožnila číselnou řadu vysvětlit a předpovídat beze zbytku. V takovém případě by zřejmě stále znovu a znovu generovala čísla a hledala v nich nové souvislosti. Takový proces může být teoreticky nekonečný (tak jako komplexita samotná). V praxi se však dříve nebo později dostane do situace, kdy bude objem dat tak veliký, že jej ani s využitím nejmodernější techniky již nebude schopna zpracovávat. V tu chvíli bude i velmi vytrvalá zkoumaná osoba přinucena na obecnou a vševysvětlující teorii rezignovat.

Určitou potíží je nalézt bod, kdy je vhodné pomyslný řez provést a teorii dále nekošatit. V poradenské praxi (stejně jako ve vědě obecně) se mi jeví vhodné kritérium užitečnosti (Ludewig, 1994; Mintzberg, 2005). Teorie je z mého pohledu užitečná, pokud poskytuje vodítka pro „intervence“ pracovníků.

Příkladem snahy o teoretickou úspornost může být přístup zaměřený na řešení (solution-focused approach). Zatímco přístupy zaměřené na problém musí pečlivě zkoumat povahu problémů klienta, příčiny problémů, faktory, které problém udržují, potenciaální negativní následky problémů či diagnostické kategorie (viz. obr. 1), přístup zaměřený na řešení se těmito oblastmi zabývat nemusí, protože vychází z předpokladu, že k řešení problému není nutná důkladná znalost uvedených aspektů problému (De Jong, Berg, 1998). Aspekty situace, o které se poradce zaměřený na řešení naopak zajímá, souvisejí bezprostředně s hledáním řešení (viz. obr. 2). Díky tomu se výrazně zkracuje délka poradenské práce s klienty (De Jong, Berg, 1998; Jackson, McKergow, 2007).



Obr. 1

Obr. 2

Výše uvedené srovnání naznačuje, že řešení nemusí svou složitostí kopírovat složitost problému (Jackson, McKergow, 2007). Zde lze uplatnit třetí postulát Ockhamovy břitvy, že je zbytečné činit skrze více to, co lze učinit skrze méně. V praxi to znamená, že „intervence“ může být i u velmi komplikovaných případů velmi úsporná a že lze vhodně využít tzv. „efekt vlnění“, při němž drobné změny vedou k dalším změnám a nakonec i k významným změnám v celém systému (De Shazer, 1994). Naznačuje to i následující příklad:

Jedna žena potká kamarádku a stěžuje si na místního lékárníka: „Je to ten nejprotivnější člověk pod sluncem, někdo by mu to měl říct do očí!“
 Kamarádka odvětila: „Já ho znám, uvidím, co by se s tím dalo udělat.“
 Za několik týdnů se obě kamarádky opět potkaly. První se ptá: „Jak jsi to udělala? Přišla jsem do lékárny a on byl úplně jako vyměněný. Byl milý a příjemný. Tys ho nějak konfrontovala s jeho chováním?“
 „To ani ne,“ odpověděla kamarádka, „jen jsem mu řekla, že ho považuješ za velmi okouzujícího muže.“ (Furman, Ahola, 1992)

b) Přehlížení výjimek

Zatímco předchozí varianta byla v rozporu s první částí ockamovského postulátu – tedy s množstvím teorií a jejich přílišnou komplexitou, tato varianta je naopak úsporná přespříliš nebo na nesprávných místech a opomíjí tak „nutnost“ zmíněnou v druhé části postulátu. Dříve zmíněný experiment s číselnou řadou mohl dopadnout i tak, že by zkoumaná osoba odmítla vzít na vědomí číslo 27 a setrvat na své původní teorii. Tento mechanismus lze označit jako **selektivní výběr faktů**, tj. věnování zvýšené pozornosti a zdůraznění těch faktů, které jsou v souladu s teorií a naopak opomíjení faktů protikladných. V oblasti výzkumu psychoterapie a poradenství provedl např. Luborsky (In Reed, 2006) metaanalýzu 29 studií srovnávajících různé přístupy k léčbě deprese, u nichž byly uvedena i teoretická východiska výzkumníků a zjistil, že **výzkumníkova teoretická orientace¹ ovlivňuje ze 75% zprávy výzkumníků o rozdílech mezi jednotlivými přístupy** (KBT výzkumníci poukazují na výrazně lepší výsledky KBT, psychodynamičtí výzkumníci jsou více uchvázeni výsledky psychodynamických, biomedicínsky zaměřeni výzkumníci zdůrazňují výsledky farmakoterapie apod.).

¹ V originále „allegiance“, tj. doslova loajalita k danému směru, věrnost, spřízněnost.

Kromě toho, že některá fakta jsou přehlížena a jiná zvýrazněna, lze se setkat i s dalším úzce souvisejícím mechanismem zajišťujícím odolnost teorií vůči faktům. Jedná se o **oblast interpretace faktů**. Pokud člověk má nějakou teorii, může nastat situace, kdy fakta sice jsou registrována, ale jsou zároveň vysvětlována tak, že **cokoli se děje, podporuje danou teorii** (ačkoli by to mohlo podporovat i pravý opak). Pěknou ukázkou tohoto jevu je historka, kterou uvádí Watzlawick (1990):

Ke konci srpna 1988 se v italských novinách „La Nazione“ objevila reportáž o jedné bizarní události. Psychotická žena, která byla dočasně hospitalizovaná ve všeobecné nemocnici ve městě Grosseto, měla být přepravena na psychiatrickou kliniku v jejím rodném městě. Když pro ni přišli zdravotníci, aby ji zavedli do přistavené sanitky, začala rychle dekompenzovat. Začala být vulgární a útočná, byla depersonalizovaná, prohlašovala, že je někdo jiný a musely na ni být použity donucovací prostředky. Asi o hodinu později byla na výpadovce z Říma sanitka zastavena policisty a poslána nazpět, protože se ukázalo, že dotyčná žena nebyla „ve skutečnosti“ pacientka, ale byla v nemocnici jen na návštěvě za kamarádem, který podstoupil operaci.

Stojí za povšimnutí, že chování dotyčné ženy, které nyní, když známe pointu příběhu, považujeme patrně za zcela normální, rovněž velmi dobře podporovalo teorii zdravotníků o její „schizofrenii“.

V poradenské a terapeutické praxi nás tyto úvahy přivádějí k otázce pravidel (vzorců) a výjimek. Často se, zejména v diagnostické fázi poradenství, setkáváme se snahou popsat pravidelnosti či vzorce problému a označit jeho typický průběh. Jak ukazuje De Shazer (1994), velmi užitečný může být přesně opačný postup, v němž se lze zaměřit na výjimky z pravidel (vzorců). Tyto výjimky mohou celý problémový vzorec narušit a nakonec se samy pravidlem stát. Potíží je, že pravidla či vzorce jsou tak výrazné, že k zachycení výjimek je většinou třeba cíleného úsilí.

De Shazer uvádí příklad z praxe (De Shazer, 1994). Vedl konzultaci s manželi, kteří si stěžovali, že každý čtvrtek večer ve 23:30, když se manžel vrací z kuželek, se hrozně pohádají. Každý týden se najde něco, na čem se hádka rozhoří, ale nikdo si už nepamatuje, co přesně to bylo. V pátek jsou na sebe ještě stále naštvaní a hněv mezi nimi trvá až do soboty, kdy přijedou rodiče manžela na pravidelnou víkendovou návštěvu. Tehdy již dokážou být na sebe milí a vydrží jim to až do dalšího čtvrtka. Manželka už kdysi prošla terapií, a tak hned zdůraznila, že se na něj nezlobí ani kvůli jeho zálibě hrát kuželky ani kvůli jeho rodičům. Když popisovali historii těchto hádek, manželka si vzpomněla, že jednou byla v době jeho návratu u sousedky, a když se vrátila, on už spal. Ona přišla s očekáváním tradiční hádky, ale protože spal, ten týden se už nepohádali. Steve tuto výjimku zaznamenal a využil v experimentu: Manželka si měla v následujících dvou týdnech vždy ve čtvrtek hodit mincí. Když jí padne panna, odejde z domu a vrátí se až po manželově návratu. Pokud jí padne orel, bude se chovat normálně. Manžel si měl zapisovat, co mu běží hlavou ve čtvrtek po cestě domů. Oba si pak měli všimnout rozdílů. Manželům se experiment líbil a slíbili, že jej vyzkoušejí. Manželka oba týdny zůstala doma, ale ani jednou se nepohádali. Manželka si nakonec ani neházela mincí, ale místo toho vždy připravila příjemné překvapení – například upekla manželovi koláče. Téma čtvrtečních hádek už na dalším sezení nebylo problémem.

3. Závěrem

Úsilí o jednoduchost a úspornost je do značné míry komplikováno tím, že co je jednoduché, vyvolává nedůvěru. Furman a Ahola uvádějí: „Přístup zaměřený na řešení je až příliš jednoduchý na to, aby byl brán vážně lidmi, kteří si myslí, že jednoduché myšlenky nemohou být dostatečně hluboké a důmyslné.“ (Furman, Ahola, 1992, s. 6) Domnívám se, že dělat věci jednoduše je velmi obtížné a náročné. Mistrovství v jakékoli disciplíně se často projevuje jednoduše a úsporností (Senge, 2009). Určitým zdrojem inspirace v tomto směru může být

Východní myšlení. Například japonské umění aranžování květin – ikebana – je založeno na postupném odebírání stonků, až umělec dojde k estetické harmonii jen několika málo květů ve velmi pečlivě zvolených pozicích. Velké množství květů není automaticky ztotožněno s „lepší“ naaranžováním květin (Jackson, McKergow, 2007). Věřím, že z podobného mistrovství úspornosti v poradenské praxi by měli profit nejen klienti, ale i samotní pracovníci.

Literatura:

- BATESON, G. *Mysl a příroda: nezbytná jednota*. Praha: Malvern, 2006.
- BERG, I. K. *Posílení rodiny*. Praha: ISZ, 1992.
- DE JONG, P., BERG, I. K. *Interviewing for solutions*. Pacific Groove: Brooks/ Cole publ., 1998.
- DE JONG, P., MILLER, S. D. *How to interview for client strengths*. Social work 40, 1995, s. 729 – 736.
- DE SHAZER, S. *Words were originally magic*. New York: Norton & co., 1994.
- DE SHAZER, S., DOLAN, Y., KORMAN, H., TREPPER, T., MCCOLLUM, E., BERG, I. K. *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. New York: The Haworth press, 2007.
- DUNCAN, B. L., MILLER, S. D., SPARKS, J. A. *The heroic client: A revolutionary way to improve effectiveness through client-directed, outcome-informed therapy*. 2nd ed. San Francisco: Jossey-Bass, 2004.
- FEYERABEND, P. K. *Rozprava proti metodě*. Praha: Aurora, 2001.
- FURMAN, B., AHOLA, T. *Solution talk: Hosting therapeutic conversations*. New York: W. W. Norton and comp., 1992.
- GURMAN, A. S., MESSER, S. B. *Essential psychotherapies: Theory and practice*. 2nd ed. New York: The Guilford press, 2003.
- HEINZMANN, R. *Středověká filosofie*. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 2000.
- HENDL, J. *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál, 2005.
- JACKSON, P. Z., MCKERGOW, M. *The solutions focus: Making coaching and change SIMPLE*. 2nd ed. London: Nicholas Brealey International, 2007.
- KENNY, A. *Stručné dějiny západní filosofie*. Praha: Volvox globator, 2000.
- KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. 4. vyd. Praha: Portál, 2002.
- LUDEWIG, K. *Systemická terapie*. Praha: Pallata, 1994.
- MCLEOD, J. *An introduction to counselling*. 3rd ed. Maidenhead: Open University Press, 2003.
- MILLER, G. *The unreal world of real problem solving: Dialectics of theory and practice*. Paper presented on conference „Belief systems and actions: Thinking about theories and devising practice together“, Prague, 2011.
- MINTZBERG, H. *Developing theory about the development of theory*. In. SMITH, K. G., HITT, M. A. (eds.) *Great minds in management: The process of theory development*. Oxford: Oxford University press, 2005, s. 356 – 372.
- NAVRÁTIL, P. *Teorie a metody sociální práce*. 2. vyd. Brno: Marek Zeman, 2001.
- NEUBAUER, Z. *O počátku, cestě a znamení časů: Úvahy o vědě a věděni*. Praha: Malvern, 2007.
- NEUBAUER, Z. *O Sněhurce aneb cesta za smyslem bytí a poznání*. Praha: Malvern, 2004.
- PAYNE, M. *Modern social work Tudory: A critical introduction*. Houndmills: Macmillan, 1991.
- PROCHASKA, J. O., NORCROSS, J. C. *Psychoterapeutické systémy*. Praha: Grada, 1999.
- SENGE, P. M. *Pátá disciplína: Teorie a praxe učící se organizace*. Praha: Management press, 2009.
- SHEAFOR, B. W., HOREJSI, CH. R., HOREJSI, G. A. *Techniques and guidelines for social work practice*. 5th ed. Needham Heights: Allyn and Bacon, 2000.
- SCHÖN, D. A. *The reflective practitioner: How Professional think in action*. London: Basic books, 1991.
- SOMMERS-FLANAGAN, J., SOMMERS-FLANAGAN, R. *Counseling and psychotherapy theories in context and practice*. New Jersey: John Willey and sons, 2004.
- ZATLOUKAL, L., HAVLÍK, M., ŠOTOLA, J., DOLEČEK, Z. *Komplexní posuzování potřeb klientů v rámci poradenského rozhovoru z hlediska přístupu zaměřeného na řešení*. Sociální práce 11, 2011, 81 - 92.