**Što je narativna terapija?**

**Alice Morgan**

Ovdje smo uključili uvod i prva dva poglavlja utjecajnog i vrlo popularnog teksta Alice Morgan „*Što je narativna terapija? Lako čitljiv uvod“*. Srdačno preporučamo ovu knjigu svakome tko pokušava ili želi primjeniti narativne ideje u kontekstu vlastite prakse ili područja djelatnosti.

**Uvod**

Dobrodošli u ovu lako čitljivu knjigu koja je osmišljena kao uvod u neke od glavnih tema narativne terapije. Knjiga uključuje jednostavna i sažeta objašnjenja ideja koje se nalaze u pozadini narativnih praksi kao i brojne praktične primjere terapijskih razgovora. Ova knjiga zasigurno ne pokriva sve, ali nadamo se da će poslužiti kao polazišna točka za daljnja istraživanja. Kao pomoć tome na kraju većine poglavlja dodane su preporuke za dodatno čitanje o raznim temama.

Puno je različitih tema koje sačinjavaju ono pod čime danas poznajemo narativnu terapiju, a svaki terapeut uključuje te ideje ponešto drugačije. Kada čujete osobu koja se referira na 'narativnu terapiju' moguće je da ona upućuje na pojedine načine razumijevanja identiteta ljudi. S druge strane to može biti određeni način razumijevanja problema i njihovog učinka na živote ljudi. Isto tako moguće je govoriti o osobitim načinima razgovora s ljudima o njihovim životima i problemima koje možebitno doživljavaju ili pak o specifičnim načinima razumijevanja terapijskih odnosa i etike ili politike terapije.

Narativna terapija teži biti poštivajući i ne-okrivljavajući pristup savjetovanju i radu u zajednici koja postavlja ljude u središte kao stručnjake za svoje vlastite živote. Ona vidi problem odvojeno od ljudi i pretpostavlja kako ljudi imaju brojne vještine, kompetencije, vjerovanja, vrijednosti, privrženosti i sposobnosti koje će im pomoći umanjiti utjecaj problema u njihovim životima.

Raznovrsni su principi na kojima se temelje narativni načina rada, ali moje mišljenje je da su dva od osobite važnosti: uvijek održavati stav znatiželje i uvijek postavljati pitanja na koja uistinu ne znate odgovor. Pozivam vas da ovu knjigu čitate imajući na umu ova dva navedena principa. Oni su osnova ideje, stava, tona, vrijednosti, predanosti i uvjerenja narativne terapije.

**Mogućnosti za razgovore**

Ovu knjigu pisala sam u poglavljima na način da svako opisuje po jedan aspekt ili temu narativnih načina rada. Tako sam radila u nadi da će to učiniti pojedine dijelove lakše razumljivim. Umjesto da pristupite idejama prenesenim u ovoj knjizi kao receptu kojeg treba slijediti po određenom redu, pozivam vas da im umjesto toga pristupite kao švedskom stolu – jednom mnoštvu delicija ponuđenih na izbor! Nadam se da ova knjiga jednostavno i u glavnim crtama daje raspon mogućnosti za narativne razgovore.

Ponekad, prilikom sastajanja s ljudima koji traže savjetovanje, o mogućnostima za smjerove razgovora razmišljam kao da su putevi na proputovanju. Brojna su raskrižja, ukrštanja različitih smjerova, puteva i staza koje se koje se mogu izabrati. Svakim korakom iskrsne novo i drugačije ukrštanje ili raskrižje – u smjeru prema naprijed, natrag, udesno, ulijevo, poprečno, u različitim stupnjevima. Svakim korakom kojeg poduzmemo s osobom koja dolazi na savjetovanje otvaramo još mogućih smjerova. Možemo odabrati kuda ići i što ostaviti iza nas. Uvijek možemo krenuti drugačijim smjerom, vratiti se istim putem, ponoviti neku stazu ili neko vrijeme ostati na istom putu. Na početku putovanja nismo sigurni gdje će ono završiti, niti što će biti otkriveno.

Mogućnosti opisane u ovoj knjizi su poput puteva, staza i smjerova putovanja. Svako postavljeno pitanje narativnog terapeuta je korak na tom putovanju. Može se ići svim smjerovima, samo nekim od smjerova ili osoba može neko vrijeme ići samo jednim smjerom prije nego što ga promijeni. Ne postoji jedan 'pravi' put ili način – već puno mogućih smjerova koji stoje na raspolaganju za naš odabir.

**Suradnja**

Važno je naglasiti da osoba koja koristi savjetovanje s terapeutom ima važan udio u kreiranju smjera putovanja. Narativni razgovori su sudjelatni i uvijek u suradnji s osobama koje se savjetuju s terapeutom. Terapeuti nastoje razumjeti što je u interesu osoba koje se s njima savjetuju i kako putovanje odgovara onome čemu osobe same daju prednost. Primjera radi, narativne terapeute se često može čuti kako postavljaju ovakva pitanja:

* Kako se ovaj razgovor odvija za vas?
* Trebamo li još razgovarati o ovome ili biste bili više zainteresirani za ... ?
* Je li vam to zanimljivo? Trebamo li provesti naše vrijeme u razgovoru o tome?
* Zanima me je li vam možda zanimljivije ako vas pitam više o tome ili se trebamo fokusirati na x, y ili z? (x, y, z predstavljaju druge opcije)

Na taj su način narativni razgovori vođeni i usmjeravani prema interesima osoba koje se savjetuju s terapeutom.

**Sažetak**

Dakle, prije no zaronimo u istraživanje narativnih načina rada, sažmimo ukratko ono što smo do sada razmotrili:

* Narativna terapija nastoji biti poštivajući, neokrivljujući pristup savjetovanju i radu u zajednici koji osobe postavlja u središte kao stručnjake za svoje vlastite živote.
* Narativna terapija vidi problem odvojeno od osoba i pretpostavlja da ljudi imaju brojne vještine, kompetencije, vjerovanja, vrijednosti, predanosti i sposobnosti koje će im pomoći promijeniti odnos prema životnim problemima.
* Znatiželja i spremnost postavljati pitanja na koja uistinu ne znamo odgovor, važni su principi ovog rada.
* Puno je mogućih smjerova u kojem bilo koji razgovor može krenuti (ne postoji jedan točan smjer).
* Osoba koja se savjetuje s terapeutom ima važan udio u određivanju odabranih smjerova.

Čini se prikladnim započeti bilo koje istraživanje narativne terapije upravo razmatranjem onoga što se smatra 'naracijama' ili 'pričama' naših života.

**1. Poglavlje : Razumjeti i živjeti naše živote kroz priče**

Narativna terapija je ponekad znana po uključivanju 'pre-autoriziranih' (*re-authored*) ili 'pre-pričanih' (*re-storied*) razgovora. Kao što navedeni termini predlažu, priče su središnje za razumijevanje narativnih načina rada.

Riječ 'priča' ima različite poveznice i mogućnosti razumijevanja za različite ljude. Za narativne terapeute, priče se sastoje od:

* događaja
* povezanih u niz
* kroz vrijeme
* u skladu sa zapletom (*plot*)

Kao ljudi, mi smo interpretirajuća bića. Svi imamo svakodnevna iskustva događaja koje nastojimo učiniti smislenima. Priče koje imamo o našim životima nastale su putem povezivanja određenih događaja zajedno u poseban slijed kroz vremenski period i putem nalaženja načina za objasniti ih i dati im smisao. Taj smisao oblikuje zaplet priče. Živeći naše živote, mi neprestano pridodajemo smisao našim iskustvima. Naracija je poput niti koja povezuje događaje zajedno, oblikujući priču.

Svi imamo brojne priče o našim životima i odnosima koji se istovremeno događaju. Naprimjer, imamo priče o sebi, našim sposobnostima, našim borbama, našim kompetencijama, našim postupcima, našim žudnjama, našim odnosima, našem radu, našim interesima, našim pobjedama, našim postignućima, našim neuspjesima. Način na koji smo razvili te priče određen je time kako smo povezali određene događaje u jedan niz i time kakvo smo im značenje dodijelili.

**Primjer: priča o mojoj vožnji**

Ja bih mogla imati priču o sebi kao 'dobrom vozaču'. To znači da bih mogla nanizati zajedno događaje koji su mi se dogodili prilikom vožnje auta. Mogla bih sastaviti te događaje zajedno s drugima u određeni slijed te ih protumačiti kao demonstraciju da sam dobra vozačica. Prilikom pričanja priče mogla bih se sjetiti i izdvojiti događaje poput zaustavljanja na semaforima, propuštanja pješaka, pridržavanja ograničenja brzine, izostajanja kazni i održavanja sigurnog razmaka od ostalih vozila. Kako bih oblikovala ovu priču o mojim vozačkim sposobnostima odabirem pojedine događaje koji se uklapaju u ovaj specifični zaplet. Čineći tako, ti događaji dobijaju prednost pred drugima.

Kako je sve više događaja odabrano i sakupljeno u dominirajući zaplet, priča postaje bogatija i punija. Kako postaje punija, sve lakše mi je prisjetiti se drugih događaja koji potkrepljuju moju vozačku kompetentnost te ih dodajem priči. Kroz taj proces priča postaje punija i postaje dominirajuća, i na taj način mi je sve lakše pronaći još primjera događaja koji pristaju objašnjenju do kojeg sam došla.

Ti događaji o vozačkoj kompetentnosti kojih se prisjećam i odabirem, podignuti su po važnosti iznad drugih događaja koji se ne uklapaju u zaplet prema kojem sam dobar vozač. Naprimjer, situacije u kojima sam izašla prebrzo iz zavoja ili pogrešno procjenila udaljenosti pri parkiranju mog auta nisu bile privilegirane. One mogu ostati nevažnima ili poput parazita u odnosu na dominirajući zaplet (priča o vozačkoj kompetentnosti). Prilikom prepričavanja priča uvijek postoje događaji koji ne budu odabrani, ovisno o tome uklapaju li se ili ne u dominirajuće zaplete.

Dijagram na slijedećim stranicama (ne može biti predstavljen ovdje na web stranici ali je uključen u knjizi) demonstrira ideju priča koje se sastoje od događaja povezanih u vremenski slijed, a u skladu sa zapletom. Oznakom X označeni su svi događaji koji su se dogodili u mojem vozačkom životu. Događaji koji se uklapaju u priču o 'vozačkoj kompetentnosti' raspršeni su među događajima koji su izvan te priče (npr. automobilska nesreća koja se dogodila prije 4 mjeseca). Kako bih kreirala priču o vozačkoj kompetentnosti, određeni događaji su odabrani i privilegirani nad drugim događajima. Jednom kad su privilegirani isti su povezani s drugim događajima i tako sa još događaja kroz vrijeme kako bi oblikovali priču prema kojoj sam dobar vozač. Linija na dijagramu pokazuje to povezivanje događaja kojim se oblikuje dominirajuća priča. Kao što možete vidjeti, postoje i drugi događaji (X) koji su izvan ove dominirajuće priče, a ostaju sakriveni ili manje važni u odnosu na dominirajući zaplet.

U ovom primjeru, razlog zašto sam se mogla držati samo pozitivnih događaja i uspjela sastaviti priču o sebi kao kompetentnom vozaču je i zbog mišljenja drugih. Ako su me članovi moje obitelji i prijatelji uvijek opisivali kao dobrog vozača, to značajno utječe na priču. Priče nikad ne nastaju u izolaciji od šireg svijeta. Možda u ovom primjeru ja nisam nikada bila meta negativnih primjedbi zbog činjenice da sam žena. Tko zna?

**Učinci dominirajućih priča**

Dominirajuća priča o mojim vozačkim sposobnostima neće na mene utjecati samo u sadašnjosti već će utjecati i na moje buduće postupke. Naprimjer, ako se od mene zatraži voziti novim predgrađem ili neku dulju udaljenost noću, moje odluke i planovi biti će pod utjecajem dominirajuće priče koju imam o svojoj vožnji. Ja bih vjerojatno više naginjala odluci da to učinim pod utjecajem te priče o meni kao dobroj vozačici nego kada bih vjerovala u priču o sebi kao opasnoj ili nesrećama sklonoj vozačici. Stoga značenja koja pridajem tim događajima nisu bez utjecaja na moj život – ona će i ubuduće sačinjavati i oblikovati moj život. Naši životi su sačinjeni od priča i te ga priče oblikuju.

**Živjeti više priča istovremeno**

Životi su nam sačinjeni od više priča. Mnoge priče odvijaju se istovremeno i različite priče mogu se pridodati istim događajima. Niti jedna priča nije bez dvoznačnosti ili proturiječnosti i niti jedna priča ne može se zapakirati u kutiju niti baratati svim nepredviđenim životnim situacijama.

Da sam imala automobilsku nezgodu, ili da se netko u mom životu fokusirao na svaku sitnu grešku koju sam učinila prilikom vožnje, ili da je donešen novi zakon koji je na bilo koji način diskriminirao osobe poput mene, mogla bi se započeti jedna druga priča o mojoj vožnji. Drugi događaji i njihova tumačenja od strane drugih ljudi, jednako kao i moja tumačenja mogli bi rezultirati jednom drugom pričom o mojoj vožnji – priču o nekompetentnosti i nebrizi. I ta druga priča imala bi svoje posljedice. Neko vrijeme ja bih mogla živjeti s oprečnim pričama o svojoj vožnji, ovisno o kontekstu i sugovornicima. Kroz vrijeme, ovisno o raznim čimbenicima, negativna priča o mojoj vožnji mogla bi dobiti na utjecaju i čak postati dominirajuća priča o mom životu u odnosu na moju vožnju. Niti priča o mojoj vozačkoj sposobnosti, niti priča o mojem vozačkom neuspjehu ne bi bila bez dvoznačnosti i proturječnosti.

**Različiti tipovi priča**

Brojni su i različiti tipova priča po kojima živimo svoje živote i svoje odnose – uključujući priče o prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Priče također mogu pripadati pojedincima i/ili zajednicama. Mogu biti obiteljske priče ili priče o odnosima i vezama.

Pojedina osoba može imati priču o sebi kao uspješnoj i kompetentnoj. Nasuprot tome osoba može imati priču o sebi prema kojoj je 'neuspješna u novim stvarima' ili 'kukavica' ili 'neodlučna'. Obitelji mogu imati priče o sebi prema kojima su 'brižne' ili 'bučne' ili 'rizične' ili 'disfunkcionalne' ili 'zatvorene'. Zajednica može imati priču o sebi prema kojoj je 'izolirana' ili 'politički aktivna' ili 'financijski jaka'. Sve te priče mogu se odvijati u isto vrijeme, a događaji koji se zbivaju biti će protumačeni sukladno značenju (zapletu) koji je u to vrijeme dominirajući. Na taj način životni postupci iziskuju da budemo uključeni u posredovanje između dominirajućih priča i alternativnih priča naših života. Mi konstantno pregovaramo i tumačimo naša iskustva.

**Širi društveni kontekst priča po kojima živimo naše živote**

Načini na koje razumijemo naše živote pod utjecajem su širih priča kulture u kojoj živimo. Neke od priča koje imamo o našim životima imati će pozitivne učinke, a neke negativne učinke na naš život u prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Laura može opisati sebe kao vještog terapeuta. Ona je razvila tu priču o sebi iz vlastitih iskustava i rezultata u njezinom radu. Sva ta iskustva doprinijela su oblikovanju priče o njoj kao kompetentnoj, brižnoj i vještoj terapeutici. U slučaju suočavanja s odlukom prijave za novo radno mjesto iz područja koje joj nije poznato, Laura će se vjerojatno prijaviti ili razmisliti o prijavljivanju upravo zbog utjecaja te pozitivne priče o sebi. Pretpostavljam da bi poslovne izazove doživjela s dozom samopuzdanja i govorila o svom radu na način koji ga opisuje kao obogaćujućeg.

Značenja koja pridajemo događajima koji se zbivaju kroz vrijeme i u nizu ne pojavljuju se u vakuumu. Uvijek postoji kontekst u kojem su priče naših života oblikovane. Taj kontekst doprinosi tumačenjima i značenjima koja pridajemo događajima. Konteksti spola, staleža, rase, kulture i seksualne orijentacije moćno doprinose zapletima priča po kojima živimo. Laurina priča o njoj kao vještoj terapeutici naprimjer bila bi pod utjecajem ideja kulture u kojoj živi. Ta kultura ima specifična vjerovanja o tome što sačinjava terapijske 'vještine' i Laurina priča bila bi oblikovana tim vjerovanjima.

Laurina radno-klasna pozadina može značajno doprinijeti načinima na koje joj je lako povezivati se s ljudima koji k njoj dolaze na savjetovanje iz raznolikih vlastitih okruženja. Njeno samopouzdanje, te da je jasna i glasna u radnim situacijama, može u velikoj mjeri biti povezano s njezinom prošlošću u feminstičkom pokretu ali isto tako i s činjenicom da je Australka, bjelkinja i stručnjakinja, te je vrlo vjerojatno da će ljudi slušati što govori.

Po načinima koje smo naveli, uvjerenja, ideje i običaji kulture u kojima živimo imaju veliki udio u značenjima koja pridajemo našim životima.

**Sažetak**

Kao što sam pokušala objasniti, narativni terapeuti razmišljaju u obliku priča – dominirajuće priče i alternativne priče; dominirajući zapleti i alternativni zapleti; događaji koji su kroz vrijeme povezani i imaju posljedice na prošle, sadašnje i buduće postupke; priče koje snažno oblikuju živote. Narativni terapeuti zainteresirani su pridružiti se ljudima u istraživanju priča koje imaju o svojim životima i odnosima, njihovim učincima, značenjima i kontekstu u kojem su oblikovane i autorizirane.

**2. Poglavlje : Priče u terapijskom kontekstu**

Promislimo o nekim pričama koje se pojavljuju u terapijskom kontekstu. U najčešćem slučaju razlog zbog kojeg se ljudi odlučuju posavjetovati s terapeutom jest u doživljavanju određene poteškoće ili problema u njihovim životima. U susretu s terapeutom osoba će često započeti susret govoreći terapeutu o brojnim događajima o životu problema za koji traže pomoć. Uobičajeno je da će pritom objasniti i značenja koje su pridali navedenim događajima.

Obitelj Craxton zatražila je moju pomoć kad je jedan od članova obitelji uhvaćen u krađi. Kad sam čula za problem krađe, Seanovi roditelji su objasnili:

*Zaista smo zabrinuti zbog Seana-a budući on krade i mi smo ga pokušali zaustaviti ali on jednostavno ne želi. On je uvijek bio problematično dijete, još od kada je bio malen. Kad je bio mali dječak on nije baš dobijao pažnju jer je Anne [njegova majka] bila bolesna. Otada on uvijek upada u nevolje u školi. Nije se naučio ići na toalet i uvijek započinje svađe sa svojom braćom. Sada krade da bi ga ljudi primjetili.*

U ovoj priči Seanova krađa je protumačena kao njegovo 'traženje pažnje'. Ovo posebno značenje (ili dominirajući zaplet) javio se prikupljanjem brojnih drugih događaja u povijesti koji su se poklapali s takvim tumačenjem. Kako su Seana sve više dožvljavali prema toj priči, sve više događaja koji su potvrđivali tu priču 'traženja pažnje' počelo se izdvajati, te je priča tako bivala ispričana i prepričana. Kako se još događaja dodavalo tom zapletu, priča o Seanu kao 'tražitelju pažnje' postala je sve jača.

Da bi se ispričala ova specifična priča, izdvojili su se određeni sadašnji i prošli događaji, te objasnili tako da se uklope u značenja do kojih su došli njegovi roditelji. Čineći tako, određeni događaji su odabrani i povlašteni da budu ispričani onako kako su protumačeni da bi se uklopili u zaplet 'traženja pažnje'. Stoga, drugi događaji (koji se nisu uklapali sa Seanovim traženjem pažnje) ostali su neispričani i neprepoznati. Iznimke toj priči 'traženja pažnje' ili razdoblja koja možda ne pašu u priču 'traženja pažnje' ostala su manje vidljiva. Na isti je način i šire kulturalno razumijevanje Seanovog ponašanja ostalo neprimjetno – uključujući i činjenicu da su krađe uobičajene kod mladića iz Seanova razrednog okruženja i u njegovom kvartu. Sve složenosti i kontradikcije Seanova živote pojednostavljene su u okviru razumijevanja Seana kao 'tražitelja pažnje'.

**Tanak opis**

U početnim fazama sastajanja s ljudima terapeuti često čuju priče, poput gore navedene, o problemu i značenjima do kojih se došlo glede problema. Ta značenja, dosegnuta u suočavanju s nedaćama, često se sastoje od onog što narativni terapeuti nazivaju 'tanak opis'.

Tanak opis ne dopušta puno prostora za životne složenosti i kontradikcije. Ne dopušta osobama puno prostora za iznijeti vlastita i specifična značenja vlastitih postupaka i konteksta u kojima su se dogodili. Naprimjer u gore navednoj priči opis Seanovog ponašanja kao 'traženja pažnje' bio je tanak opis. Kreirali su ga drugi (što je čest slučaj kod tankih opisa) i nije ostavljao puno prostora za kretanje.

Ovaj tanak opis Seanovog ponašanja (traženje pažnje) zatamnjuje brojna druga moguća značenja. Koliko znamo, traženja pažnje možda je zadnje što je Sean želio postići krađom! Možda je to ponašanje bilo više povezano s iskazivanjem stava pripadnosti vršnjacima ili sa stjecanjem nečega za svoju sestru ili s ustajanjem protiv tuđeg maltretiranja ili s postavljanjem sebe kao vođe u kvartu u kojem biti vođa za mladog čovjeka podrazumijeva i voditi provale. Tanak opis 'traženja pažnje' ima potencijal ostaviti Seana izoliranog i nepovezanog u odnosu na vlastite roditelje i vršnjake dok alternativni opisi mogu otvoriti i druge mogućnosti.

Često su tanki opisi ljudskog ponašanja/identiteta kreirani od strane drugih – onih koji imaju moć definiranja u određenim okolnostima (npr. roditelji i nastavnici u životu djece, zdravstveni stručnjaci u životu onih koji im dolaze po pomoć). Ali ponekad ljudi uspiju razumjeti svoje postupke putem tankih opisa. U kojem god kontekstu tanki opisi nastali, oni često imaju značajne posljedice.

**Tanki opisi i njihove posljedice**

Tanki opis često dovodi do tankih zaključaka o identitetima ljudi, što ima brojne negativne posljedice. Naprimjer, budući su Seanovi postupci tanko opisani kao 'traženje pažnje', on je ubrzo bio doživljen kao 'tražitelj pažnje'. Taj tanak zaključak o Seanu kao osobi imao je negativne posljedice, ne samo u odnosu na Seanovo doživljavanje sebe, već isto tako i u odnosu između Seana i njegovih roditelja.

Tanki zaključci su često izraženi kao istina o osobi koja vodi borbu s problemom i svojim identitetom. Osobu s problemom može se shvatiti kao 'lošu', 'beznadnu', 'problematičnu'. Ovi tanki zaključci, izvučeni iz problemom-zasićenih priča (*problem-saturated stories*), oslabljuju osobe jer se uglavnom zasnivaju na pojmovima slabosti, nesposobnosti, disfunkcija ili neadekvatnosti. Mogu se prisjetiti brojnih takvih tankih zaključaka u koje su osobe u savjetovanju bile pozvane: 'To je zato što sam loša osoba' ili 'Mi smo disfunkcionalna obitelj'.

Ponekad ti tanki zaključci čine nejasnima šire odnose moći. Naprimjer, ako je žena došla do toga da samu sebe vidi kao 'bezvrijednu' i kao 'onu koja zaslužuje kaznu' nakon što je godinama bila podvgnuta zlostavljanju, ti tanki zaključci čine nevidljivom nepravdu koju je doživjela. Oni prikrivaju taktiku moći i kontrole kojoj je ona bila podvrgnuta, kao i njezine značajne čine otpora.

Jednom kad tanki zaključci zažive, ljudima postaje vrlo lako uključiti se u prikupljanje dokaza za podržavanje tih dominirajućih problemom-zasićenih priča. Utjecaj problem-priča može tako postati sve veći i veći. Tijekom procesa, svaki put kada je osoba izbjegla posljedice problema, svaki put kad nije bila 'loša', 'beznadna', ili 'problematična', to postaje manje vidljivo. Dok problem-priča postaje sve veća i veća te postaje sve snažnija ona će utjecati i na buduće događaje. Tanki zaključci često dovode do još više tankih zaključaka dok ljudske vještine, znanja, sposobnosti i kompetencije ostaju skrivene problem-pričom.

**Alternativne priče**

Narativni terapeuti, ukoliko su od početka suočeni s prevladavajućim tankim zaključcima i problem-pričama, zainteresirani su za razgovore koji tragaju za alternativnim pričama – ne bilo kojim alternativnim pričama već pričama identificiranim od osoba u savjetovanju po kojima bi one željele živjeti svoje živote. Terapeut je razgovorima zainteresiran potražiti i kreirati priče identiteta koje će pomoći ljudima osloboditi se utjecaja problema s kojima su suočeni.

Kao što razni tanki opisi i zaključci mogu podržavati i održavati probleme, alternativne priče mogu umanjiti utjecaj problema i stvoriti nove životne mogućnosti.

Za Seana, naprimjer, istraživanje alternativnih priča njegova života moglo bi stvoriti prostor za promjenu. To ne bi bile priče o njemu kao tražitelju pažnje ili problematičnom djetetu. Umjesto toga, sadržaj priča bi mogao biti o njegovom savladavanju nevolja u ranijim razdobljima života ili o načinima na koje pruža pažnju u jednakoj mjeri u kojoj je i traži. Sve bi to mogle biti alternativne priče iz Seanovog života. Isto tako alternativne priče mogle bi se pronaći u potpuno drugim područjima – područjima zamišljenih prijatelja, povijesti povezanosti s majkom ili ocem ili unutar posebnih znanja koja bi Sean mogao imati kroz odnos s voljenim psom ljubimcem Rustyem. Kroz terapeutske razgovore u bilo kojem od tih teritorija života mogu biti otkrivene alternativne priče koje mogu pomoći osloviti probleme s kojima se Sean trenutačno bori. Načini na koje terapeuti i osobe koje se s njima savjetuju mogu biti ko-autori alternativnih priča biti će opisani u slijedećim poglavljima.

S ovim idejama o pričama koje utemeljuju njihov rad ključno pitanje za narativne terapeute postaje: kako možemo pomoći ljudima osloboditi se tankih zaključaka da mogu pre-autorizirati nove i viševoljene (*prefered*) priče za svoje živote i odnose?

Prema opisu Jill Freedman i Gene Combs:

*Narativni terapeuti zainteresirani su u radu s ljudima iznijeti i podebljati priče koje ne podržavaju i ne održavaju probleme. Kada se osobe počnu nastanjivati u zamjenske priče i živjeti ih, rezultati su iznad rješavanja problema. Unutar novih priča ljudi žive svoje nove slike o sebi, nove mogućnosti za odnose i nove budućnosti. (1996, p.16)*

**Prema bogatom i punom opisu**

Za oslobođenje od utjecaja problematičnih priča nije dovoljno samo nanovo napisati jednu zamjensku (alternativnu) priču. Narativni terapeuti zainteresirani su za nove načine kojima alternativne priče mogu biti 'bogato opisane'. Naime, suprotno 'tankom zaključku', prema razumijevanju narativnih terapeuta, nalazi se 'bogat opis' (*thick description*) života i odnosa.

Brojne i različite stvari mogu doprinijeti da zamjenske priče budu 'bogato opisane' – jedna od važnih je da one nastaju od strane osoba o čijim životima se govori. Bogati opis uključuje fino i detaljno ustrojstvo pričo-tijekova (*story-lines*) života osobe. Ako zamislite čitanje romana nekada je priča bogato opisana – motivi karaktera, njihove povijesti i vlastita razumijevanja su tanano raščlanjeni. Priče života likova isprepliću se s pričama drugih ljudi i događaja. Slično tome, narativne terapeute zanima pronaći put do alternativnih priča ljudskih života koje trebaju biti bogato opisane i isprepletene s pričama drugih.

Relevantna razmatranja za narativne terapeute su načini na koje su alternativne priče ko-autorizirane, kako su ispričane i kome. Na slijedećim stranicama, načini za ko-autorstvo razgovora koji uključuju osobe u 'bogat opis' vlastitih života i veza bit će potpunije istraženi.

**Za dalje čitanje:**

Freedman, J. & Combs, G. 1996: ‘Shifting paradigms: From systems to stories.’ In Freedman, J. & Combs, G., Narrative therapy:The social construction of preferred realities, chapter 1. New York: Norton.

Epston, D. & White, M. 1990: ‘Story, knowledge, power.’ In Epston, D. & White, M., Narrative means to therapeutic ends, chapter 1. New York: Norton.

White, M. 1997: ‘The culture of professional disciplines.’ In White, M., [*Narratives of therapists’ lives*](http://www.narrativetherapylibrary.com/catalog_details.asp?ID=47), chapter 1. Adelaide: Dulwich Centre Publications.

Copyright © 2000 by Dulwich Centre Publications

Translated by Marko Tunjić and Zoran Vargović