

**JAK GDYBY... - UŻYTECZNY WYZNACZNIK UKAZYWANIA PERSPEKTYW ZA POMOCĄ FIKCYJNYCH WYOBRAŻEŃ
W SFBT (KRÓTKOTERMINOWEJ TERAPII SKONCENTROWANEJ NA OZWIĄZANIU) ORAZ W INNYCH
OBSZARACH
FERDINAND WOLF**

DLACZEGO TEN TEMAT?

Tematem przewodnim konferencji Europejskiego Towarzystwa Terapii Krótkoterminowej (EBTA) 2019 mającej odbyć się we Florencji we Włoszech będzie „Jak gdyby”. To jeden z najkrótszych tematów konferencji EBTA, pociąga on za sobą wiele interesujących idei dotyczących doświadczania, myślenia i zdobywania wiedzy w zakresie refleksji nad rzeczywistością w życiu każdego człowieka.

Termin „Jak gdyby” jest silnie związany z dorobkiem niemieckiego filozofa Hansa VAIHINGERA wyrażonym w jego niesamowitej książce „The Philosophy of ‘As if’” (w j. niemieckim jako „Die Philosophie des Als Ob”).

Filozofia „Jak gdyby” Vaihingera jest do pewnego stopnia podsumowaniem narzędzi wspomagających sposób rozumienia rzeczywistości naszego - jak sam to określa - poplątanego (w j. niemieckim „verwickelt”) świata. To znaczy do przeglądu złożoności, siatki wewnętrznych powiązań pomiędzy zachowaniami a ich znaczeniami tak, by uzyskać jasność co tak naprawdę się dzieje i czym jest rzeczywistość. Dla mnie wyzwaniem jest kierowanie się filozoficznymi wytycznymi Vaihingera w poszukiwaniu wyraźnych ścieżek do myślenia skoncentrowanego na rozwiązaniu.

KRÓTKIE WPROWADZENIE DO FILOZOFII „JAK GDYBY” HANSA VAIHINGER’A

Główne założenie Vaihingera jest takie, że znajdujemy się w świecie dostrzegalnych zjawisk, przeobrażanych w terminy językowe, które reprezentują mapę tych zjawisk. Taka mapa zawiera słowa i – patrząc szerszej - metafory. Większość naszych ograniczonych prób wytłumaczenia tak postrzeganych zjawisk składa się z - według terminologii Vaihingera - „umyślnie nieprawidłowych”, w znaczeniu fikcyjnych, ale niezbędnych obrazów, które pomagają nam zrozumieć i zredukować złożoność w skomplikowanym świecie. To ważne byśmy byli świadomi nieprawidłowości tych obrazów. Jest to pewien rodzaj idealistycznego pozytywizmu. Vaihinger zaproponował swój koncept jako myślenie pomostowe pomiędzy tradycyjnym a oświeceniowym biegunem postrzegania świata. Nazywa go „fenomenologią idealizowanej, symulowanej świadomości”. (XX)

Powszechna zasada filozofii „Jak gdyby” może być zaobserwowana w innych częściach naszej percepcji i opisu procesów myślenia: Vaihinger nazywa to estetyką „Jak gdyby”, etyką „Jak gdyby” i religią „Jak gdyby”. W jego rozumieniu prowadzi to do „konieczności umyślnych fikcji jako niezbędnych podstaw badania naukowego, zadowolenia estetycznego oraz praktycznego działania”.

Tematyką pracy Vaihinger'a, jest fikcyjne działanie funkcji logicznych (jak np. w matematyce). Wyniki tych działań są nieomal fikcjami. Myślenie wymaga zatem sztuczek/trików, nazywanych przez niego „Kunstgriffe”, by osiągnąć cel, jakim jest wyjaśnienie postrzeganych zjawisk w niebezpośredni sposób. Oznacza to konieczność użycia przez nas sztucznych terminów (jak skale) dla opisanego wzrostu lub ruchu pomiędzy różnymi obiektami, by móc odnieść się do jakiegoś dostrzegalnego ruchu. Ma to zwrócić naszą uwagę na konieczność uświadomienia sobie jak bardzo nasze myślenie w różnych dziedzinach pełne jest takich trików, wspierających terminów i wspierających działań, po to, by myślenie współdziałając z fikcjami zredukowało złożoność i w ten sposób znajdowało drogę do zrozumiałych znaczeń.

Innymi słowy Vaihinger mówi nam, że przypuszczenia lub hipotezy „... zyskują faktyczną jakość przez świadomość, że są rozmyślnie pierwotnymi formami wyobrażenia, które pewnego dnia powinny ustąpić miejsca lepszemu systemowi naturalnemu. Celowe odchylenie od rzeczywistości powinno przygotować uzyskanie/osiągnięcie rzeczywistości”.

Zdaniem Vaihinger'a, system naturalny to taki „w którym stworzenia są organizowane według tych samych zasad, za którymi natura zdaje się podążać w ich tworzeniu”. (str.25) Dlatego „naturalna klasyfikacja musi być odpowiednią kopią ich autentycznego zaistnienia i relacji łączących wszystkie byty.” (str.27)

Vaihinger szczególnie podkreśla, że w kwestii zachowania człowieka „empiryczne manifestacje działań człowieka są tak niezwykle pogmatwane, że przeciwstawiają nieprzezwyciężone bariery zdobyciom teoretycznym i zredukowaniu do czynników zwyczajnych.” (str. 29)

W tym znaczeniu ta zasada filozofii „Jak gdyby” jest główną osią w dyscyplinach takich jak religia, matematyka i ekonomia, gdzie wymagana jest doskonałość. Przykłady takich celowych fikcji Vaihinger demonstruje na podstawie pojęcia „egoizmu” u Adama Smith'a jako głównego napędu ekonomii i w terminie „wolności woli” jako ważnym problemie systemów społecznych i prawnych, dodając: „jednakże nasza logiczna świadomość mówi nam, że założenie wolnej woli jest logicznym nonsensem”. (XII)

Vaihinger argumentuje „Trzymamy się chwiejnej logiki, całkowicie niewłaściwych pojęć, pomimo że odkrywamy ich fałsz. Trzymamy się ich nie ponieważ je „lubimy”, ale ponieważ uznajemy ich użyteczność i niezbędność dla właściwego działania. Poszukujemy (w teoretycznych, praktycznych i religijnych obszarach) prawdy na podstawie i ze wsparciem fałszu”.

I na koniec, niemniej ważne: „Największa i najbardziej istotna część ludzkich błędów pojawia się wtedy, kiedy sposoby myślenia są postrzegane jako kopia rzeczywistości”. Czy te bardzo nowoczesne stwierdzenia nie zmierzają w stronę konstruktywizmu?

NIKTÓRE POGLĄDY „JAK GDYBY” STEVE'A DE SHAZER'A ODNOSZĄCE SIĘ DO OGÓLNYCH ZAŁOŻEŃ TERAPII

Jeżeli spojrzymy na podejście Terapii Krótkoterminowej Skoncentrowanej na Rozwiązaniu (SFBT) i sposób, w jaki jeden z założycieli Steve De Shazer precyzyjnie używa terminu „Jak gdyby”, żeby opisać swój

proces myślenia, możemy znaleźć dwa fragmenty w książce „Clues”, gdzie „Jak gdyby” jest jednoznacznie wskazane jako istotna kwestia w procesie myślenia o terapii.

W pierwszej części De Shazer przedstawia swoje rozumienie pracy skoncentrowanej na rozwiązaniu - i ogólnie terapii - wyjaśniając: „Oczywiście terapeuci i klienci zachowują się „jak gdyby” przeprowadzanie terapii albo rozmawianie o zmianie było czymś oddzielnym od zmiany zachodzącej dzięki terapii. Zmiany spostrzegane są jako zachodzące w „prawdziwym życiu” klientów poza sytuacją terapii”.

W drugiej części wspomina o niebezpieczeństwie mieszania opisu i świata realnego zgodnie z przedstawionym wcześniej myśleniem Vaihinger’a:

„Kiedy klienci przychodzą na terapię, przedstawiają swoje problemowe myśli, uczucia, percepcje, sytuacje, zachowania w innym, nowym kontekście sytuacji terapeutycznej. Problemy świata realnego są terytorium, z którym zmagają się klienci, podczas gdy terapeuta zmagają się z mapami tego terytorium, np. opisami klientów. Jednakże, pracując razem, „Jak gdyby” zmienianie mapy reprezentowało zmienianie terytorium. Tego rozróżnienia należy się trzymać, albowiem zamieszanie nasila się, jeśli mapy zaczynają być mylone z terytorium, które reprezentują”.

Inne stwierdzenie dotyczące świadomości De Shazer’a na temat naszych ograniczeń w opisywaniu rzeczywistości i użyteczności tych ograniczeń dla budowania dialogu brzmi:

„Biorąc pod uwagę, że znaczenie słowa jest często lub zazwyczaj opóźnione i odłożone na później, „rozumienie” (albo nadawanie czemuś sensu) w dialogu jest również przedmiotem opóźnienia i odłożenia na później, a zatem nadawanie czemuś sensu jest raczej procesem tworzenia niż konkretnym działaniem, ograniczonym do określonego momentu. Toteż, w jakimkolwiek danym momencie, niezrozumienie jest bardziej prawdopodobne niż rozumienie. Dalej, takie niezrozumienia tworzą konwersację i tak naprawdę niezrozumienia sprawiają, że konwersacja jest możliwa. Tak więc gdybyśmy nagle i tak po prostu zaczęli siebie rozumieć, nie mielibyśmy o czym ze sobą rozmawiać”.

Mając świadomość tego, że Steve De Shazer próbował nawiązywać w swoim myśleniu do Wittgenstein’a, można by myśleć o możliwych współzależnościach pomiędzy Vaihinger’em i Wittgenstein’em, pomimo tego, że nie ma żadnych dowodów na to, że Wittgenstein znał prace Vaihinger’a.

FIKCYJNE CZĘŚCI „KLASYCZNEJ” TERAPII KRÓTKOTERMINOWEJ SKONCENTROWANEJ NA ROZWIĄZANIU – NARZĘDZIA I ZADANIA

Spojrzenie na główne narzędzia do pracy z fikcyjnymi elementami w Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniu wydaje się być interesujące w odniesieniu do przytoczonych w tym tekście stwierdzeń Steve’a De Shazer’a.

W materiałach konferencji EBTA w Sofii, dotyczących teorii SFBT, kluczowe tematy dla praktyków Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniu opisane są w następujący sposób:

- a) Szacunek, zaangażowanie i pozytywne nastawienie do klienta
- b) Zachowanie języka klienta i jak najczęstsze jego używanie

- c) Dopasowanie działania do zmian, których pragnie klient oraz wspieranie przeprowadzanych przez klienta zmian
- d) Oferowanie wsparcia dopasowanego do klienta
- e) Nawiązywanie do kompetencji klienta i uruchamianie zasobów
- f) Zauważanie i wzmacnianie postępu
- g) Myślenie i działanie w inny sposób
- h) Testowanie zmiany - w życiu pomiędzy sesjami
- i) Śledzenie i ocenianie procesu

Ze względu na wpływ na proces terapeutyczny, w zagadnieniach tych można wyróżnić dwa wymiary: bezpośredni i niebezpośredni. Bezpośredni wymiar może być zauważony w tym, co realnie robi profesjonalista. To wymiar, w którym terapeuta może obserwować i sprawdzać swoje działania w konkretnych opisach swojego zachowania. Niebezpośredni wymiar zakłada element fikcyjny stojący za działaniem terapeuty, który oznacza, że w głowie praktykującego istnieją użyteczne założenia (na przykład „współpraca”), co może znaleźć oddźwięk w informacjach od klientów.

Obydwa wymiary są narzędziami w znaczeniu „Kunstgriffe”, jako działania przybliżania do rzeczywistości procesu terapeutycznego. W „klasycznej” koncepcji terapii SFBT nacisk położony jest na następujące punkty o fikcyjnym tle:

- *Pytanie o, i konstruowanie zmiany przed sesją / zmiany pomiędzy sesjami*
 - oparte na:** fikcji: „Zmiana jest stałym i nieuniknionym procesem. Stabilność jest iluzją!”
 - niebezpośrednio:** nawiązywanie do kompetencji klienta i uruchamianie zasobów
 - bezpośrednio:** zachowanie i użycie języka klienta, zauważanie i wzmacnianie postępu, myślenie i działanie w inny sposób, testowanie zmiany i śledzenie postępu
- *Pytanie o, i konstruowanie wyjątków od problemu*
 - oparte na:** stwierdzeniu „Jak gdyby” Wittgenstein’a: „Ale wyjątek i zasada nie mogłaby zmienić miejsca bez psucia gry... ‘Jeżeli wyjątek i zasada zmienią miejsce, wtedy to już nie to samo!’ - Ale co to znaczy? Może to, że nasze nastawienie do gry zmieni się wtedy raptownie. To tak, jakby po stopniowym wypełnieniu jednej ze stron i zmniejszeniu ciężaru drugiej, wystąpiło nie-stopniowe przechylenie równowagi?”
 - niebezpośrednio:** nawiązywanie do kompetencji klienta i uruchamianie zasobów
 - bezpośrednio:** myślenie i działanie w inny sposób
- *Pytanie o, i konstruowanie pożądanых małych celów*
 - oparte na:** patrzenie na „Jak gdyby” preferowanej przyszłości, w pytaniu „jakby zdarzył się cud”, podobnie jak w „Pseudo- orientacji w czasie” w „technice kryształowej kuli” Milтона H. Ericson’a
 - niebezpośrednio:** dopasowanie działania do zmian, których pragnie klient oraz wsparcie zmian przeprowadzanych przez klienta, nawiązywanie do kompetencji klienta i uruchamianie zasobów
 - bezpośrednio:** myślenie i działanie w inny sposób
- *Pytanie o, i konstruowanie skal*
 - oparte na:** pytaniu „Jak gdyby”: „przypuśćmy, że na skali od 1 do 10 ...”

niebezpośrednio: dopasowanie działania do zmian, których pragnie klient oraz wsparcie zmian przeprowadzanych przez klienta,

bezpośrednio: zauważanie i wzmacnianie postępu, myślenie i działanie w inny sposób, badanie zmiany, śledzenie i ocena postępu

- *Pytanie i konstruowanie pytań o radzenie sobie*

oparte na: skoncentrowaniu się na fakcie, że klient przyszedł znowu na kolejną sesję terapii i prawdopodobnie zrobił coś, co pomogło mu poradzić sobie („Jak poradziłeś sobie w tej trudnej sytuacji, żeby przetrwać i nie poddać się?”)

niebezpośrednio: szacunek, zaangażowanie i pozytywne nastawienie, nawiązywanie do kompetencji klienta i uruchamianie zasobów

bezpośrednio: myślenie i działanie w inny sposób oraz śledzenie postępu

W „klasycznym” podejściu SFBT dodatkowe tematy „Jak gdyby” mogą być widoczne w stosowaniu niektórych zadań, zalecanych po fazie komplementowania.

Jednym z nich jest „Formuła Zadania Pierwszej Sesji” lub „Zadanie Pierwszej Sesji”, jak to zostało nazwane przez Steve’a De Shazer’a w „Keys to Solution”.

W kolejnych wersjach zadanie to zostało sformułowane w dwóch częściach:

- w pierwszej części w znaczeniu „Jak gdyby” została zawarta paradoksalna intencja, polegająca na zasugerowaniu klientowi, że nie powinien zmieniać niczego („Chcielibyśmy namówić Cię, żebyś nie zmieniał niczego w swoim codziennym życiu, aż do następnego spotkania”).
- w drugiej części (która była oryginalnym pytaniem), klient powinien zaobserwować rzeczy, które chce podtrzymać w swoim życiu („Chcielibyśmy, żebyś do następnego spotkania obserwował co dzieje się w twoim życiu, co chciałbyś, żeby dalej trwało, po to, żebyś mógł opisać to nam przy następnym spotkaniu”).

Kolejnym przykładem jest zadanie „udawaj, że”: „Mamy pewien pomysł - jako eksperyment, który chcielibyśmy, żebyście oboje wykonali do następnego spotkania. Proszę, żeby każdy z was wybrał w sekrecie dwa dni w tygodniu, w którym będzie udawał, że cud, o którym rozmawialiśmy już się wydarzył. Ok? Ważne jest, żeby zaobserwować jak druga osoba reaguje na to co ty robisz”.

Możemy więc zauważyć, że wiele ze składników „klasycznego” podejścia SFBT jest wyraźnie związane z myśleniem „Jak gdyby”.

NAJNOWSZE ROZWIĘCIĘ PODEJŚCIA SFBT I „ZMIANA” DOTYCZĄCA FIKCYJNYCH OBRAZÓW

Interesujące jest także przyjrzenie się najnowszemu rozwinięciu podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniu i wynikającym z tego możliwościom używania elementów fikcyjnych.

Mark McKergow opisał w swoich najnowszych artykułach przejście od „klasycznego” SFBT (które nazwał SFBT 1.0) do SFBT 2.0 (jak określił podejście rozwinięte przez Instytut BRIEF w Londynie).

Główne różnice pomiędzy SFBT 1.0 i SFBT 2.0 są widoczne w zmieniających się częściach warunków terapii i procesu terapeutycznego (w SFBT 2.0 nie ma zespołu za lustrem weneckim i przerwy pomiędzy fazą rozmowy a fazą komplementowania – przekazywania informacji zwrotnej) oraz w zmianie intencji, znaczących zagadnień, narzędzi, takich jak rozwijanie opisów (zamiast rozwijania i zbierania informacji dla zadania), zamiast komplementowania – odnoszącego się do zadania -jest doceniające podsumowanie, zamiast szukania wyjątków od problemu i formułowania celów jest skupianie się na „największych nadziejach”.

W moim rozumieniu, zagadnienie SFBT 2.0 można widzieć jako proces przesuwania się do przodu, który nie jest kierowany przez skupianie się na celu, ale jest przemieszczaniem się pomiędzy różnymi „pokojami”, (zawierającymi opisy „największych nadziei” i „preferowanych przyszłych przedsięwzięć”). Zatem zgodnie z tematem tego artykułu, przesunięcie pomiędzy SFBT 1.0 i 2.0 mogłoby być postrzegane jako zmieniający się proces fikcji „Jak gdyby”.

Wydaje się interesujące, że Mark McKergow proponuje kilka zmian jako przesunięcie z - w pewnym stopniu „prostego” podejścia do „wymyślnych interwencji” (według słów McKergow’a), takich, jak: poszukiwanie wyjątków i celów albo dawanie zadań - na rzecz poszukiwania opisów w znaczeniu „rozciągania świata klienta” poprzez pytanie o coraz większą ilość szczegółów w opisie ich spostrzeżeń.

Kiedy McKergow mówi: „Wszak rolą terapeuty jest pomóc klientowi poszerzyć opisy o szczegóły, które później coraz bardziej wzbogacają się o drobne detale (mogące same z siebie zasugerować zadanie dla klienta)”. Jest to przykład poważnych zmian stylu pracy w procesie sesji Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniu.

Moim zdaniem sformułowania użyte w opisanych zmianach koncepcji wskazują na istotną rolę myślenia „Jak gdyby” w ich rozwoju.

Przesunięcie „od języka akcji do języka opisu” może być postrzegane jako fikcja „Jak gdyby” w grze językowej, ponieważ „język akcji” jest opisem i jednocześnie jest też „językiem opisu”. Tylko „język akcji” rozróżnia pomiędzy „rozmawianiem o akcji” i „rozmawianiem o opisach”, więc oznacza to, że uwaga w SFBT 2.0 przesuwa się na „rozmawianie o opisach”.

Przesunięcie „z pytań do ‘pokoi’ i ‘narzędzi’” jest także fikcją „Jak gdyby” w tym sensie, w jakim cudzysłowy wskazują metaforyczne terminy opisujące przestrzeń przyszłej konwersacji. Metaforyczny obraz Chris’a Iverson’a, opisujący „galerię sztuki Skoncentrowanej na Rozwiązaniu”, jest wyraźną fikcją „Jak gdyby”, demonstrującą przestrzeń konwersacyjnej dialogu; „przesuwanie się między innymi ‘pokojami galerii’, wyznaczone tylko przez ‘punkt startowy’ w ‘kasie biletowej’ i zakończenie ‘spaceru SFBT’ w ‘sklepie z pamiątkami’”.

Mogłoby być interesującym spojrzenie na tę fikcyjną metaforę i odniesienie do niektórych części narracyjnej terapii systemowej, kiedy tematy rozmowy dotyczące różnych „pokoi w galerii” są pojmowane jako różne narracje historii „Jak gdyby”. Niemniej jednak kierunek z „kasy biletowej” do „sklepu z pamiątkami” jest klarownym „zaleceniem”, by iść od A do B z różnymi indywidualnymi „postojami w pokojach” co jest znacząco różne od „klasycznej” terapii narracyjno-systemowej.

W podsumowaniu tych dwóch modeli Skoncentrowanych na Rozwiązaniu, możemy powiedzieć, że klasyczne podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniu wydaje się używać bardziej bezpośredniego stylu z celami („cudem”) i obszarami wolnymi od problemów („wyjątki”), połączone z precyzyjnym użyciem języka i dawaniami zadań. Te elementy są postrzegane jako najważniejsze tematy, otwierające perspektywy klienta i przesuujące do obszarów „wystarczająco dobrych, żeby kontynuować”.

Najnowsza koncepcja modelu Skoncentrowanego na Rozwiązaniu (“SFBT 2.0”), stworzona i prezentowana przez Marka McKergow’a, Guy’a Shennan’a i Instytut BRIEF w Londynie, zdaje się bardziej przesuwać w kierunku „dostrzegania” pomysłów w różnych „pokojach znaczenia”, największych nadziei, obszarów preferowanej przyszłości i „dobrych chwil”, aby otwierać możliwości dla stworzenia lepszych warunków życia klienta.

Jeżeli pomyślimy o możliwych zmianach elementów fikcyjnych w aktualnych koncepcjach McKergow’a, Shennan’a i BRIEF’u, możemy zauważyć, że elementy fikcyjne preferowanej przyszłości są bardziej „płynne” w sensie „miękkich” opisów procesów („zauważanie” elementów odnoszących się - i do pewnego stopnia wyznaczonych przez - przestrzenie pokoi „galerii skoncentrowanej na rozwiązaniu”) zamiast „twardych” opisów konkretnych działań.

Obydwie koncepcje mają wspólne założenie, że szczegółowa, skłaniająca do refleksji praca dotycząca przyszłości (cud, największe nadzieje, preferowana przyszłość itd.) jako fikcji, jest kluczowym elementem dla osiągnięcia sukcesu w terapii.

Te przyszłe perspektywy są widziane głównie jako fikcyjna przestrzeń myśli, przekonań, pragnień, sugestii i działań dla lepszego życia w znaczeniu utopijnych wyobrażeń.

UTOPIJNE WYOBRAŻENIA JAKO PUNKT STARTOWY DO CZEGOŚ NOWEGO

Odnosnie pytania o użycie i efekty utopijnych wyobrażeń, austriacka filozof Isolde Charim proponuje interesujący punkt widzenia, dotyczący ich znaczenia dla filozoficznych i politycznych problemów. Ostatnio Charim zajmowała się głównie efektami „pluralizmu” w społeczeństwie.

W komentarzu na temat terminu *utopijnych wyobrażeń* podkreśliła, że tak naprawdę przyszłe perspektywy grup politycznych w Europie i Ameryce Północnej mają głównie dwa kierunki: prawicowy, gdzie uwaga skupia się na obrazie „retropijnym”, co oznacza nostalgiczne patrzenie w przeszłość w „stare dobre czasy”, zamykanie granic, usuwanie migrantów z „ziemi ojczystej”, odcinanie relacji międzynarodowych (patrz Brexit, „America first!”), itp. Strona lewicowa - jest w opinii Charim - właściwie „zszokowana rzeczywistością”, przyjmuje, jak to nazywa „dystopijną: perspektywę skupiającą się na zmianach klimatu, zakładanych załamaniach Wspólnoty Europejskiej i systemów demokratycznych itp. To tak, jakby lewicowcy nie posiadali żadnych pozytywnych perspektyw, jakie mieli dekady temu (walka o ośmiogodzinny dzień pracy, prawa do głosowania dla kobiet, o pokój dla Wietnamu itd.). Wygląda na to, że z perspektywy Charim grupy lewicowe postrzegają rzeczywisty rozwój jako „Nie ma innej alternatywy!”. Charim twierdzi, że „to nie jest pytanie o utratę wyobrażeń, ale to pytanie o utratę wiary we własną zdolność do działania”. Z jej punktu widzenia jest to

rodzaj *circulus vitiosus*, gdzie bezsilność powoduje wyizolowanie, a wyizolowanie wywołuje czyjąś bezsilność. Charim sugeruje także, że ta postawa rezygnacji wydaje się być nieporozumieniem w kwestii tego, czym jest obraz utopijny. „Chwila utopijna” nie odnosi się do obrazu „dobrego świata” lub „fantazji idealnego społeczeństwa”. Potencjał utopijny leży raczej w odczuciu rozpoczęcia zmiany niż w odczuciu przyszłości. W jej spojrzeniu takie poczucie startu może wziąć energię z obrony obrazów dystopijnych, z ograniczania złych sytuacji terażniejszych i przeciwdziałania przyszłym trudnym sytuacjom. W rozumieniu Charim utopia zaczyna się tam, gdzie to, co niezbędne nie jest już postrzegane jako bezwstydnym legalizmy, ale tam, gdzie są one krytycznie kwestionowane.

Obraz procesu rozpoczynania i wątpliwości względem „rzeczy niezbędnych jako bezwstydnym legalizmów” bardzo dobrze korespondują z odpowiedzią De Shazer’a na pytanie: „Co jest sukcesem w terapii?” - „Sukces jest wtedy, gdy rozpoczyna się coś nowego”.

Można więc podsumować, że fikcje „Jak gdyby” są bardzo przydatne i do pewnego stopnia są nieodzownymi, głównymi elementami różnych części podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniu - ale nie tylko tam. Te fikcyjne elementy pozwalają terapeutom pracować z ukrytymi zasobami klienta w sposób elegancki i lekki, a uczestnikom rozmów terapeutycznych pomagają być świadomym twórczych dylematów, które ukazane są w stwierdzeniu samego Vaihinger’a:

„Musimy pamiętać, że celem świata wyobrażeń nie jest bycie obrazem rzeczywistości - to cel niemożliwy - ale raczej bycie narzędziem do poruszania się w niej”.

oprac. Centrum Terapii Krótkoterminowej Mariola, Jacek Lełonkiewicz,
tłumaczenie we współpracy z Jakubem Grzonką