

George W. Burns

# Vindecarea prin povești

Culegere de cazuri destinată  
folosirii metaforelor terapeutice

Traducere din engleză de  
Cristina Firoiu



# 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	<b>Capitolul 1. Metafora și terapia. Clarificarea câtorva concepte ambigue</b> <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

8	59	<b>PARTEA ÎNTÂI. AMELIORAREA DISPOZIȚIEI</b>
	61	<b>Capitolul 2. Vindecarea a luat sfârșit. Metafore experiențiale orientate spre rezultat, într-un caz de depresie majoră</b>
		<i>George W. Burns</i>
	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	<b>Capitolul 3. O tristețe pustie. Investigarea și transformarea metaforelor create de client</b>
		<i>Richard R. Kopp</i>
	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     Căsirea 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	<b>PARTEA A DOUA. CREAREA UNOR RELAȚII POZITIVE</b>
	163	<b>Capitolul 6. Cazul lui Carol. Încurajarea luării deciziilor prin metaforă și hipnoză</b> <i>Michael D. Yapko</i>
	163	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională
	164	Prezentarea capitolului
	165	Contextul ședinței
	166	Interviarea 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	<b>Capitolul 7. Femeia care voia să stea întinsă pe podea. O utilizare socioconstructivistă a metaforei, într-o poveste despre două cliente</b> <i>Valerie E. Lewis</i>
	189	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională

- 190      Prezentarea capitolului
- 192      O utilizare socioconstructivistă a metaforei
- 194      Povestea Reinei
- 204      Împărtășirea poveștilor clienților
- 207      Mesajul lui Margrit pentru Reina
- 209      Mesajul Reinei și al lui Margrit pentru noi
- 
- 211      **Capitolul 8. Călătoria spre fericire — fără ajutorul  
șerpașilor. O abordare bazată pe utilizarea  
resurselor clientului, pentru depășirea unei  
relații abuzive**  
            *Gregory Smit*
- 211      Povestea colaboratorului — o perspectivă personală  
și profesională
- 212      Prezentarea capitolului
- 215      În căutarea resurselor
- 219      Stabilirea direcției terapeutice
- 220      Definirea obiectivelor terapeutice și metaforice
- 224      Conceperea pașilor intervenției metaforice
- 225      Începerea călătoriei
- 228      Mai mult decât o metaforă
- 230      Ce am învățat de pe urma acestei experiențe
- 232      Referințe bibliografice
- 
- 233      **Capitolul 9. Și cei doi șerpi s-au încăierat. Terapia cu  
ajutorul cărților de povești, în lupta cu monstrul  
divorțului**  
            *Joy Nel*
- 233      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	<b>PARTEA A TREIA. SCHIMBAREA MODURILOR DE COMPORTAMENT</b>
	263	<b>Capitolul 10. Sub rafala de gloanțe. Reflecție și metaforă în terapia narativă</b>
		<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	<b>Capitolul 11. Ușa este deschisă, pasărea își poate lua zborul. Îmbinarea metaforelor terapeutului și ale clientului în psihoterapia copilului</b>
		<i>Joyce C. Mills</i>

287	Povestea colaboratorului — o perspectivă personală și profesională	13
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	<b>Capitolul 12. Viața tuturor este o poveste. Metaforele dirijate, în schimbarea stilului de viață global</b>	
	<i>Rubin Battino</i>	
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	<b>Capitolul 13. Amuțită de frică. Metafore orientate spre obiectiv și metafore multiplu încorporate, într-un caz de disfonie psihogenă</b>	
	<i>Carol A. Hicks-Lankton</i>	

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	<b>PARTEA PATRA AMELIORAREA SĂNĂTĂȚII ȘI A STĂRII DE BINE</b>
	361	<b>Capitolul 14. Fantoma care nu sperie pe nimeni, pastele care nu simt durerea. Poveștile create de copii folosite drept metafore terapeutice</b> <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	<b>Capitolul 15. Împrietenirea cu propriile probleme. Folosirea metaforelor în cazul unei tinere ce se automutilează, aflată într-o etapă de tranziție</b> <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	15
397	Realizarea schimbării metaforice	
399	Încurajarea găsirii unui alt prieten de suflet	
408	Un comentariu de încheiere	
409	Referințe bibliografice	
412	<b>Capitolul 16. Noapte bună, vise plăcute, rechinii să te sărute! „Ce lipsește?“, în metafore</b>	
	<i>Robert McNeilly</i>	
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	<b>Capitolul 17. Metafora ce își cânta trista melodie. Poveștile terapeutice în îngrijirea paliativă pediatrică</b>	
	<i>Roxanna Erickson Klein</i>	
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 Aproximarea 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**  
*Angela Ebert și Hasham Al Musawi*
- 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**  
*George W. Burns*

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	<b>Capitolul 20. Asta nu-i o problemă. Metaforele în cazul unui client turbulent participant la terapia ericksoniană de grup</b>	
	<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	<b>Folosiți-vă tărăcuța! O poveste de încheiere</b>	
538	Referințe bibliografice	
540	<b>Secțiunea bibliografică</b>	
540	Sugestii de lecturi suplimentare	
552	Cărțile despre metafore preferate de colaboratori	

# 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 mele 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 încercă 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?

- Prezențați-i cititorului pas cu pas raționamentul.

Ce metaforă sau poveste ați folosit?

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