

INSTITUT RODINNÉ TERAPIE PRAHA

otevřít na podzim r. 2006 popatnácté
jubilejní úvodní cyklus komplexního vzdělání
v systemické a rodinné terapii.

Komplexní vzdělání má teoretickou a praktickou část,
osobní zkušenost a specifický supervizní výcvik.

Základní trenérský a lektorský tým:

PhDr. Šárka Gjuríčová, Mgr. Jiří Kubička, MUDr. Lea Brodová,
spolupracují známí a zkušení trenéři a lektori PhDr. Rieger,
PhDr. Vyhnálková, dr. Chytrý, dr. Loumová a dr. Křepelová.

Jsme tým s dlouhou praxí v systemické terapii, máme mnoho zkušeností
s rodinami s dětmi a adolescenty, pracujeme i s dospělými, jednotlivci a páry.
Máme bohatou publikační činnost, frekventantům nabízíme i vlastní učebnici.

Náš program získal reakreditaci jako komplexní vzdělání
v systemické a rodinné terapii, které akceptuje IPVZ.

Přihlášky do 15. dubna 2006.

Další informace včetně textu přihlášky najdou zájemci
na našich internetových stránkách www.rodinnaterapie.cz
v průběhu ledna 2006, můžete je vyžádat přímo na adrese
info@rodinnaterapie.cz

PhDr. Šárka Gjuríčová
FN Motol, centrum rodinné terapie DPK, pav. 15
V úvalu 84, 158 00 Praha 5

KURS NEVERBÁLNÍCH TECHNIK

Nabízí základní orientaci v neverbálních technikách,
nové zkušenosti v poznávání sebe sama, práci v malé i velké skupině.

Témata: neverbální komunikace, muzikoterapie, arteterapie,
práce s tělem, relaxační techniky, psychogymnastika,
techniky encounteru, vztah terapeut–klient.

10 setkání, začátek duben 2006

Vede: dr. Jitka Vodňanská a lektori

Cena 2 000,- (1 800,-) Kč /1 setkání

Informace: jv.kurzy@seznam.cz, 604 756 225

časopis pro psychoterapii **Konfrontace**

16. ročník /2005/, číslo 4 /62/

OBSAH

TONDA

Rozloučení na pohřbu (Jiří Růžička, Jaroslav Skála)	235
Jitka Vodňanská: Jak se dostat do nebe (návod)	238
Zbyněk Vybrál: Úryvky z deníku (na přeskáčku)	241

EDITORIAL	248
-----------------	-----

Z „DRUHÉHO BŘEHU“

Jitka Kechajovová: Proč jen?	249
Jitka Kechajovová: Být či nebýt?	250

TEORIE, STATI

Jan Czech: Smysl života a strach (K teorii neuróz)	251
Šárka Gjuríčová: Rozvodové spory o děti: genderové hledisko při terapeutické práci s rodinami	257

DISKUSE O PSYCHOTERAPII

Michal Kryl: Vážení přítomní... ..	261
Jan Poněšický: Psychoterapie: mezioborová věda (a umění) sui generis	263
Zuzana Müllerová, Jana Plichtová: O kvalitativnej analýze efektů psychoterapeutických výcviků	266

KONGRESY, KONFERENCE

David Skorunka: Výzkum v psychoterapii: současnost a výhled do budoucna (Montreal, Kanada, 22.-26. 6. 2005)	273
---	-----

Pavel Nepustil: Hlasy Harlene Andersenové (Praha, 12. 9. 2005)	280
Jiří Šupa: XXV. Česko-slovenská psychoterapeutická konference - Osobnost terapeuta, osobnost klienta (26.-29. 10. 2005)	281

ROZHOVOR

Momenty odhalení (rozhovor se Stephenem Schoenem o jeho pojetí psychoterapie)	285
---	-----

RECENZE

Jakub Šindler: „Svět, který čeká na zrození“ - Utopie, za kterou se ve své knihovně nemusíte stydět	290
Zbyněk Vybrál: Dvě knihy o směrech a osobnostech (Andrlová, Zeig)	292
Jan Vymětal: Eseje o historii psychoterapie a duchu doby	295

AD, POLEMIKA

Václav Šnorek: Několik vět k Hellingerovi	297
---	-----

ZRNĚNÍ Zdeňka Riegra	299
----------------------------	-----

DO VLASTNÍCH ŘAD	301
------------------------	-----

KONFRONTACE DOPORUČUJÍ	303
------------------------------	-----

TONDA 1945-2005



Rozloučení na pohřbu s PhDr. Antonínem Šimkem

Milý Toníčku.

Dostal jsem úkol, který je jedním z nejtěžších, před kterým jsem kdy stál. Totiž promluvit na Tvém pohřbu. Ale zároveň je to pro mě jedna z největších poct, které se mi dostalo.

Jak tě znám, tak Tě to trochu pobavilo.

Nejsem v tom však sám, neulehčil jsi to nikomu z nás. A hned ti řeknu proč. Skákal jsi latku lidskosti tak vysoko, že jsme my ostatní často jen přihlíželi, jak skvěle ti to jde.

Měl jsi dobrotivé srdce. Angažoval ses pro druhé. Pro pacienty, a to bez rozdílu diagnózy, věku, pohlaví, bez ohledu na to, jestli byli vzdělaní, či prostí lidé, zda vlastnili „majland“ nebo neměli nic. Peníze, sláva, světské statky Tě prostě nevzrušovaly. I proto jsi měl tak blízko k lidem „na okraji“. A měl jsi je rád.

Stále a vytrvale ses snažil lidi, kteří stáli proti sobě, měli protichůdné názory a postoje, znepřátelené či rozhádané, sblížovat, usmířovat, hledat společné a nikoli to, co je odděloválo. Myslím, že kdyby ses stal architektem, jak jsi původně zamýšlel, projektoval bys mosty stejně vytrvale a se stejným zaujetím, jako jsi stavěl spojnice mezi lidmi.

Vzpomínám si na úsilí a vytrvalost, se kterou ses snažil navazovat kontakty mezi lidmi, kteří byli ve sváru, kteří spolu bojovali. Z povrchního hlediska to vypadalo, jako bys hádky

Uzávěrka 62. čísla byla 21. 11. 2005. Vychází čtvrtletně v nákladu 750 výtisků. Příspěvky přijímáme na disketách nebo jako příložené e-mailové soubory (nejlépe v rtf formátu nebo ve Wordu). Šéfredaktor: doc. PhDr. Zbyněk Vybrál, PhD., redakce Mgr. Jiří Šupa. Redakční rada: PhDr. Dana Dobiášová, MUDr. Vladislav Chvála, doc. PhDr. Michal Mioviský, PhD., PhDr. Zdeněk Rieger, MUDr. David Skorunka, PhDr. Antonín Šimek ř. Objednávky přijímá redakce: Zbyněk Vybrál, Katedra psychologie FSS MU, Joštova 10, 602 00 Brno, tel. 549 497 970, e-mail vybral@fss.muni.cz, www.studovna.cz/konfrontace. Předplatné ročníku 2006: 296 Kč, při zaslání na Slovensko a jinam do zahraničí 400 Kč (v ceně je zahrnuto poštovné). Obálka Radoslav Pavlíček. Sazba a tisková příprava Miroslav Všetěčka - Nakladatelství ATD Hradec Králové, tel. 774 167 245, e-mail: atd.hk@seznam.cz. Vytiskly České Tiskárny, s.r.o., Ráby. ISSN 0862-8971



a konflikty neunášel, s odstupem času však bylo zřejmé, že jsi, na rozdíl od mnohých z nás nahlížel jejich pošetilost. Vždyť většina sporů a nedorozumění má jen malicherné důvody, a když je dobrá vůle, lze takřka vždycky najít schůdná řešení. Trápila Tě také krátkozrakost malicherných a pomíjivých vítězství. Proto jsi statečně a často sám vstupoval do nejtvrdějších sporů, a hledal možnosti jak je aspoň zmírnit.

Nikdy ses nezapletl s žádnou politickou nebo oborovou ideologií. Dobře jsi totiž viděl, že to, oč běží, nejsou

ani obrazy, modely, systémy, koncepty či paradigmatata, ale lidé a jejich svět tak, jak jej žijí, jak v něm přebývají a jak se v něm snaží obstát. Na technické dovednosti oboru ses nespolehal, sázel jsi na laskavost, trpělivost, vlídné přijetí a porozumění. Nebyl jsi v žádné straně, jedině, čemu jsi strnil, bylo dorozumění, blízkost, přátelství a dobré spolunažívání.

Vždy ses vyhýbal soudům a souzením. Až moc dobře jsi totiž vnímal osídlost ortelů, které zohledňují jen úzký okruh eventualit a ve srovnání s mnohostí, rozporuplností a proměnlivostí lidských motivů a okolností jsou vždy zoufale limitované a jen málokdy spravedlivé a účinné.

Byl jsi vlídný, shovívavý a uměl jsi odpouštět. Jak už to tak bývá, my lidé k sobě dokážeme být krutí, necitliví, bezohlední, vzájemně se klameme a podvádíme. Viděl jsem mnohokrát, znali jsme se víc než třicet let, jak jsi dokázal přejít, tolerovat a omluvit ne zrovna pěkné skutky druhých, které se tě přímo dotýkaly. Nevím o nikom, komu bys neodpustil. Mnohokrát jsi odpustil i mně.

Miloval jsi útulné prostředí a hřejivou atmosféru lidských setkání. Často jsem se ve Tvé společnosti cítil schovaný a chráněný před slotou a nepohodou venkovního světa. Vyzářovalo z Tebe lidské teplo, důvěrné bezpečí a příjemný klid.

Do Prahy i po celé vlasti jsi jezdil za lidmi. Přinášel jsi zprávy i poselství z regionu, o který ses staral otcovsky i pastýřsky. Tvůj příklad, nasazení, vytrvalost, zájem, láska i energie, kterou jsi svému regionu věnoval, u nás nemá obdoby. Nešel jsi za svými zájmy, ale za zájmy svého kraje.

Všude jsi měl své žáky, studenty a posluchače. Všechny, hotové a pomazané i studenty na samém počátku jejich životní dráhy jsi přijímal jako kolegy a dobré známé. Vytvořil jsi tímto dílo, které je milníkem i velkou výzvou a inspirací. A to nám bude moc a moc chybět.

Jezdili jsme spolu na výcviky, také řadu roků na Slovensko, abychom se s tamními kamarády, přáteli a kolegy dělili o tehdy nově zavedenou bálintovskou supervizi. Bylo na Tebe spolehnoutí, nevynechal jsi jedinkrát. A taky s Tebou byla veselo a hodně legrace.

Usiloval jsi o to, aby si psychoterapii žádný obor nepřivlastnil, ale aby ji mohli dělat všichni, kdo se v ní vycvičili a kdo svůj um veřejně a spolehlivě prokázali. Věděl jsi, že psychoterapie není majetkem psychologů, lékařů či jiných profesionálů



ale patří lidem, kteří ji potřebují. Moc dobře jsi věděl, že tohle je také základní důvod, pro který psychotherapeuti spolu musí mluvit.

Do ciziny jsi jezdil také proto, že naše psychotherapeutické prostředí potřebovalo jasná, srozumitelná pravidla, meze a mravní oporu. Nakonec se stal tebou dovezený kodex obecně akceptovatelným vodítkem, takže jsme mohli přijmout evropská etická kritéria, a tak vstoupit do svobodné Evropy.

Máš velkou zásluhu na tom, že u nás pevně zakotvila supervize. Obě symposia, která jsi se svými přáteli z regionu organizoval, se staly milníky.

Všechno, co jsi udělal, vytvořil a byl schopen rozvíjet a opatrovat, člověku bere dech. Až teď si uvědomujeme, co všechno jsi skromně a neokázale vytvořil a čím vším ses zabýval. Fotografování, výstavy, organizování prospěšných podniků, expozic a setkání atd. atd.

A pak se objevilo Tvoje onemocnění. Jako dnes si vzpomínám, když jsi s tím přišel. „Tak mi zjistili rakovinu,“ řekl jsi. „No, a moc šancí mi nedávají. Tak rok, maximálně dva, když to prý půjde dobře. To asi budu muset pohnout.“ A bylo to. Všichni, úplně všichni, kdo o Tvé nemoci věděli, jen žasli, jak jsi tuhle situaci až do samotného konce pojednal. K tomu už nemám, co bych dodal. Prostě nemám slov. Prvním zážrakem je délka Tvého tichého zápasu s nemocí, statistiky jsou nemilosrdné. Zážrakem druhým je způsob, kterým jsi svoje onemocnění přijal, a jak jsi s ním dokázal mezi námi a s námi žít.

Když jsme se setkali naposledy osobně, bylo to na sklonku tohoto léta, tak jsme plánovali, že spolu napíšeme knihu o psychotherapeutických komunitách v Čechách. Poznatky jsi sbíral spoustu roků, nikdo jiný neznal lépe poměry u nás, nežli ty. Oba dva jsme cítili, že se pohybujeme mezi léčbou a něčím mnohem větším a podstatným, že základem komunity je lidské společenství, a zakládání lidských společenství, komunit, jak to nazýváme v psychotherapii, je forma budování občanské společnosti, která by měla být dobrou pospolitostí pro všechny, kdo v ní žijí. Kterékoliv dílo, které o komunitách vyjde, bude bez tebe už navždy pouze poloviční.

Miloval jsi svoji rodinu, od které jsi odjížděl za prací a do které ses ze všech svých cest spolehlivě a bezpečně navracel. Znali jsme ji z vyprávění i osobně, Tvoji Marcelu, syna Dana, dceru Pavlu a s postupem času i jejich životní partnery a rodiny. A my zase vyprávěli o našich rodinách, mystické pletivo všech těch vztahů je protkáno tvým stříbrným voussem, prostoupeno paprsky tvého úsměvu i teplem tvého zlatého srdce, Toníčku.

Jak už jsem říkal, moc jsi nám to tady neulehčil. Budeme jen stěží s to dostat závazku plynoucímu z toho, co jsi vytvořil a nám všem poskytnul. Také se nám bude stýskat. Připomenul jsi nám, že lidé nejsou nahraditelní! Jednu věc však jsi nám usnadnil. Od nynějška totiž víme, že máme zaručenou přímluvu u Nejvyššího. Spolehlivou, přesvědčivou a za hrob věrnou. No, a pak se zase sejdeme, dáme řeč a možná i cigaretu, ta prý nahoře nikomu nevaří. Nepochybně nás bude čekat řada novinek, a spousta skvělých písniček, veselých a zábavných historek, vtipů a smích.

Toníčku, měj se, jak jen se u Pána Boha může mít spravedlivý člověk. Už se musíme rozloučit.....Bůh s Tebou i s námi.

Jiří Růžička

Fotografie v textu: Zbyněk Vybíral (foceno v Bystřici pod Hostýnem, 11. května 2005)



Tondo.

Znal jsem Toníka několik desítek let. Setkávali jsme se spolu na různých akcích psychoterapeutické obce. S plynoucími roky byla naše setkávání častější jak v regionech, tak i v centrech. Tonda byl velmi pracovitý člověk a uměl při komunikacích k lidem přistupovat tak, aby se dilo dařilo. Léta kmital mezi Pardubicemi a Apolinářem, mezi Východočeským a Pražským psychoterapeutickým institutem.

Tonda se výrazně podílel na rozvoji tak potřebné supervize u nás. Zorganizoval první symposium o supervizi před deseti roky a druhé loňského roku. Obě zajišťoval organizačně, a také se staral o jejich zdokumentování a publikaci.

Použiji-li komunitního „ber a dávej“, Tonda má krásné životní konto na položce „dávej“! Nyní záleží na psychoterapeutické obci, aby byla plněna položka „ber“. Chtěl bych dnes pobídnout našince, aby se obnovil v minulosti užívaný titul „docent in memoriam“. Tondovi by náležel, protože se studenty hojně a rád pracoval.

Tondo, ukončil jsi svou cestu, přijdu brzy za Tebou.

Doc. MUDr. Jaroslav Skála, CSc.

Jak se dostat do nebe (návod)

Dodatečné věnování:
Toníčku Šimkovi

Milý Toníčku,

Posílám Ti do nebe návod jak se dostat do nebe.

Nejspíš už to víš a s láskou a moudrostí Tobě tak vlastní se na nás díváš a zahalen kouřem nebeského žvárka pokyvuješ a usmíváš se do fousů.

Vzpomínáš si, jak jsme se spolu sešli v „kavárně“ na Hlaváku asi tak před třemi léty. Ty dohola, já dohola. Pohoda bezdomovců Hlavního nádraží a zvláštní svobody, kterou jsme spolu tehdy sdíleli.

Byli jsme oba nakouknutí za okraj života, každý z jiného důvodu, ale viděli jsme totéž. Mluvili jsme o nebi, o vzájemnosti rodiny a přátel, o lásce, o strachu, o odvaze, o důvěře, o odevzdání. Nebyla jsem samozřejmě sama, s kým jsi dokázal tak neopakovatelně sdílet, tak sametově povzbuzovat a konejšit. Byl jsi klid, laskavost, moudrost, prostota a legrace. Nikdy jsem Tě neviděla zničeného z nějaké vnější události. Ani když Ti oznámili Tvoji nemoc. Na smrt nemocný jsi dával sílu.

Díky za to všechno.

Nestačila jsem se s Tebou rozloučit na živo. Tak ti posílám tenhle dopis do nebe.

Proč takovýchle referátů?

Napadlo mě to, když vidím sebe i mé přátele psycho i nepsychoterapeuty, jak tak neúnavně vyčerpávacíčně pracují... Jaká je jejich motivace? Nechtějí se dostat do nebe? Co je žene? Co nás žene?

Když se ptáte lidí, kam mají namířeno, co vlastně chtějí, se smíchem odpovídají: No přeci do nebe. Jen pár se otevřeně těší na peklo - třeba Jan Saudek.

Jakou že máme představu o tom, co je nebe?

- Pohodlíčko, věčná blaženost, klídek, krása, mír, klid... Krásný ženský, nemuset nic... Možná snad něco navíc?

Jeden člověk zemřel a náhle se ocitl v zářící sféře. Pomyslel si hmmm, asi jsem byl lepší, než jsem si myslel. Náhle k němu přišla zářící bytost a uvedla ho do překrásné hodovací síně. Nejvybranější pochoutky, úžasné pití. Dostal své místo u stolu spolu s mnoha ostatními. Jakmile ale vzal do ruky vidličku, kdosi se k němu ze zadu přiblížil a přivázal mu k pažím dlouhá prkénka, takže nemohl ohnout ruce v loktech. Ať to zkoušel, jak to zkoušel, jídlo na konci paží a vidličky bylo na hony vzdáleno jeho ústům. Všem ostatním se vedlo stejně. Náš člověk, zcela zmaten, vstal a šel se zeptat svého průvodce. Kde to jsem? To snad musí být peklo! Já bych přeci jen raději do nebe!

Zářící bytost se líbezně usmála a kývla na znamení souhlasu. Vešli do jiné hodovací síně. Ale všechno bylo navlas stejné. Výběr nejlepších pochoutek, každému servírováno nejlepší pití. Pozor! I paže hodovníků u stolu byly stejně znehybněny přivázanými prkénky. Toto že má být nebe? Co je tu jinak? Všichni jedí a hodují. Ach tak!

Každý totiž laskavě obsluhoval toho, kdo seděl naproti.

Tolik o jednom buddhistickém nebi.

Ivan Verný, nám milý a známý švýcarský kolega, mně pro inspiraci k nebi poslal malý testík de Shazera :

CO JE PRO TEBE NEBE?

Kde se nacházíš na škále 1 - 10 teď? (10 je nebe)

Co bys musela podniknout nebo co by se muselo stát, aby ses dostala o stupínek blíž?

Co je u nuly?

Co bys musela podniknout nebo co by se mohlo stát, aby ses dostala blíž o stupínek k nule?

Do nebe se občas můžeme dostat, když se poodhrnou všechny běžné a známé stavy myslí a mysl se zjeví sama sobě v čiré přítomnosti. Stává se to, jak víme, v extrémních situacích - např. při porodu, při velké fyzické zátěži, při potápění či horolezení, po drogách, při holotropním dýchání, ve stavech blížících smrti anebo z ničeho nic, jakoby jen tak. Vývojová záležitost duše.

Když jako psychoterapeuti pracujeme s myslí, pracujeme vlastně s různými stavy myslí. S emocemi, pocity, myšlením, vzpomínáním, plánováním.

Existuje oceán čistého vědomí (*čitta*), Esence, Duše, Atmán, na něm hladina myslí a na ní vlnky a vlny či vlnobití stavů myslí (*čitta sikkā*). Byznysem psychoterapie je pracovat s onou tenkou blankou myslí a jejich stavů. Oceán nemůže být bez hladiny a hladina nemůže být bez vln. Nemůžeme necítit, nemůžeme neplánovat, nevzpomínat, nemyslet. Jde o to zvědomit si, s čím vlastně pracujeme a co existuje, většinou neodhaleno, nepoznáno a přeci nekonečný zdroj, esence všeho.

A přeci! Přicházejí klienti, kterým se mlha všednodennosti roztrhne a oni nečekaným zážitkem nahlídnou. Nakouknou do nebe. Určitě i my sami známe ty úžasné okamžiky čirého bytí, dotek Přítomnosti. Cílem mé přednášky není zacházení s psychospirituální krizí, i když ta mě k ní také inspirovala.

Chci mluvit o fenoménu Přítomnosti.

Celý život je růžencem přítomných okamžiků. Teď, Teď. Vše se odehrává jen v přítomnosti, dokonce i ono vzpomínání či plánování. Veškeré utrpení vzniká únikem od okamžiků přítomnosti. Když pobýváme mysl v budoucnosti, máme obyčejně strach, obavy úzkosti. Z minulosti na nás vykukují výčitky, pocity viny, všelijaká zoufalství. Lpíme na představách, jak to mělo vypadat či jak by to mělo vypadat. Kilometry zbytečných myšlenek. Život si stejně dělá, co chce, a naše předpoklady a plánování často přihodí na kupici „nepotřebné.“ Obyčejně redu-

kujeme přítomnost na pouhou přípravku budoucnosti.. Naše mysl je přečpaná harampádím názorů, projekcí, iluzí, chtivostí a předpokladů. Je jako muchoiapka. Co letí kolem, se přilepí a zůstane viset. Hlučný vnější hrubý svět se k nám dere všemi skulinami. A tak se z nekultivované a nečištěné mysli stává časem pěkná popelnice..

Přítomnost je bez ega. Je to, chcete-li, stav duše, stav čistého BYTÍ. V běžném životě jde o dělán, činění, konání... V extrémní situaci, v krizi se mysl zastaví. Je zcela přítomná. Až pak, později si vytváří k onomu zážitku příběhy (*stories*), uchopuje ho do pojmů, do slov a sdělitelé podoby. Příběhy potvrzují existenci. Bez příběhů jako bychom ani nebyli. V psychoterapii posloucháme obyčejně příběhy, verze, mýty. Vzácně se dostaneme s klientem do přítomného okamžiku. Tedy do onoho bezkonceptního stavu čiré Esence. Pak náhle oba víme, pak se odehrává ta nejzákladnější transformace. A není třeba žádných interpretací, žádných důvtipných technik, žádného sofistikovaného vyptávání. Jen důvěra v proces.

Přítomnost je původní stav mysli - bez konceptů, bez času, bez prostoru. Je to stav mysli novorozeněte, stav mysli osvíceného člověka, vzácný stav mysli člověka, který se hluboce modlí nebo medituje, stav mysli ve smrti. Přítomnost je věčná. Není tam plus ani mínus. Vše je vyrovnané, rovnocenné. Přítomnost je klid, láska, naplněnost, energie, radost, lehkost, jas, celistvost. V Přítomnosti je vše „po srsti“. Přítomnost udržuje vnitřní prostor čistý, nesetrvává tam, kde to škodí. Je přítomna stále, v každé lidské bytosti... Nelze ji potlačit... Lze ji jen nevidět... Čím častěji umí člověk být v přítomnosti, tím se stává komplexnější. Umí-li to psychoterapeut, může svým klientům dát neobyčejný dar. Může jim pomoci opravdu kvalitně použít život. Všechny jeho fasety. Otevírá automaticky prostor pro bytí, pro tu jinou realitu, která není zjevná a je možná reálnější, než tušíme.

*Ráda bych vám přinesla modré z nebe
nebo se s vámi
dostala do sedmého nebe, ale to nejde,
to by bylo do nebe volající,
A tak vás ujišťuji, že je možné
si udělat nebe na zemi,
ale to už musí každý sám.
A Jak se dostat do nebe?*

Třeba takový citát by mohl být návod?

Tento okamžik je okamžikem skutečnosti, spojení pravdy. Aby tomu tak bylo, není zapotřebí dělat nic. Ani s tímto okamžikem, ani s tebou. Aby tomu tak bylo, není zapotřebí se ničemu vyhýbat, nic překonávat, ani nalézt (Da Freejohn).

A co je tedy vlastně nebe?
NEBE JE TEĎ

Jitka Vodňanská, Dubeček, 24. 10. 2005

Sdělení odeznělo na XXV. česko-slovenské psychoterapeutické konferenci v Trenčianských Teplicích.

Úryvky z deníku (na přeskáčku)

Věnováno Marcelu, Danovi, Pavle a také Daně
a dalším

Život se zdravím

Na jaře 1991 nás z Hradce Králové jelo autobusem do Vrchlabí víc. Šlapali jsme do kopce pěšky po turistické značce do Herlíkovic. Na chalupě, která patřila Českobratrské církvi evangelické, začala první východočeská komunita typu SUR. Pro Tonda (vedl ji sám) to byla první komunitní zkušenost, byl rozehvělý, musel mít kolem toho hodně strachu. Do zad mu dýchal svá povzbuzení Jaroslav Skála. Tondovi bylo 45. Před sebou měl program na 4 a půl roku.

Komunita byla výjimečná tím, že téměř všichni jsme byli z Tondova regionu. Ještě jsme netušili, že se budeme složitě vyrovnávat s blízkostí, kterou jsme si vždy zažili vytržení na horách (v Krkonoších a posléze v Orlických horách v Jedlové), až budeme do sebe ve všedních dnech vrážet na pracovištích v Hradci a Pardubicích a v Ústí nad Orlicí a Trutnově. Komunita kultivovala (a také rozrušovala) extatickými vytrženími následné každodenní kontakty ve východních Čechách. Byl to experiment. Někdy jsem se v sobě pral s tím, jestli to vůbec byl dobrý nápad.

Po roce si Tonda přidal další komunitu, kterou vedl s Jitkou Vodňanskou. Čtyři a půl roku... Skončila rok „po nás“. A pokud se nepletu, tak než obě skončily, začal s třetí. Vyprávěl mi o tom, když jsme spolu autem jeli na sraz u příležitosti Skálových osmdesátin? V roce 1996? V první polovině 90. let jako kdyby byl nenasytný nebo „na rozdávání“. Ty roky po pětačtyřicátce, kryjící se s léty po převratu, se „rozjel“ na více než 100%. Vedl několik komunit, jezdil na supervize do dalších, připravil systematické supervizní hnutí v ČR, začal učit psychoterapii na FFUK v Praze - a k tomu stále pracoval jako klinický psycholog v pardubické nemocnici,



V centru Vídě (1997)



Praha - Žižkov. Část členů výboru České psychotherapeutické společnosti ČLS zvolených pro období 1998-2002. Stojící zleva: Stanislav Kratochvíl, Ivana Bartošiková, Jiří Drahota, Karel Koblíček, Vladislav Chvála. Dřepící: Antonín Šimek, Jan Kožnar, Zbyněk Vybíral. Hlazený: Ďapka.

takže každý týden dojížděl vlakem do Prahy a zpět, přespával různě (třeba na Břehovce), utrácel snad ještě více za cigarety, kilometry vypisoval do zvýhodněného bloku Českých drah. Na FF ho platili mizerně a byly roky, kdy z těch dvou roztržených platů počítal, kolik může dát za jídlo. Každý měsíc několik psychotherapeutických schůzí: první úterky výbor České psychotherapeutické společnosti (Tonda je zvolen do výboru tři po sobě následující období od roku 1990 do 2002), k tomu schůze Pražského psychotherapeutického institutu, založeného Skálou a Růžičkou... Jezdí se mnou do Evropy na schůze EAP, celou dobu od založení Konfrontací je členem redakční rady: patnáct let. Po roce 1995 v Pardubicích zakládá pravidelnou supervizní skupinu, na kterou se sjíždějí kolegové, kteří skončili zkušenostní částí výcviku. Vede balintovské skupiny po republice, třikrát ročně organizuje balintovský víkend v Pardubicích, navazující na odborný seminář. První seminář uspořádal v roce 1990, ten poslední (čtyřicátý osmý) organizuje a zahájí 23. září 2005. Dvanáct dní po něm umírá.

Na seminář v září 2005 přijíždím jako tolikrát předtím i Jana Dokoupilová z Havířova, spí u Šimků. To, co účastníci v sále na okraji Pardubic už možná netuší, je, že se Tonda po své úvodní hodině, kdy tradičně mluvil k účastníkům o všem možném (novinky z regionu, z výboru, z Evropy, literatura, výcviky, další vzdělávání, volná místa...), vrací domů a schody do třetího patra ve starém činžáku v centru vylézá čtyřicet minut, opřený o zábradlí - *na smrt unavený*. Dva dny před seminářem si mi stěžoval na nohy - bolely ho; mohl chodit jen pomalu a do schodů to skoro nešlo. Přesto snad do předposledního víkendu před smrtí se vydává do hospody - sejde z domu, nasedne do starého auta, přesune se před hospodu. Říká mi, jak při jedné

z posledních cest odmítlo auto poprvé v životě poslušnost - nenaskočila baterka. A tak se Tonda vypravil do hospody pěšky. Nazpět mu to trvalo nekonečně dlouho a ty schody vzhůru skoro nevyšel. Přesto musel pořád za lidmi. Mezi lidmi.

V létě 1991 se ve slovenské Modre sešla světová rogersovská komunita (A Person-Centred Approach to Cross-Cultural Communication). Jel jsem tam tehdy přes Bratislavu. Nazpět mě vzal Tonda svým starým hnědým „emběčkem“. V autě jsem se vyjadřoval s despektem a povýšeně o některých lidech. Tonda mi na to řekl, ať mám víc pokory. Že povýšovat se nad někým je jedna z nejhlupejších vlastností - a pro práci psychotherapeuta se nehodí. Nevím, jak jsem kdy působil na druhé lidi (asi často povýšeně), ale mockrát jsem si vzpomněl na ta slova z hnědé Škodovky ze silnice kdesi na Moravě - poté, co jsme sjeli z Malých Karpat. Tonda tak přímočarý nebyval. Buď jsem ho tehdy musel hodně vyprovokovat nebo do mě investoval. Neměli jsme spolu zdrženlivý vztah, jaký by spolu asi měli mít frekventanti skupinového psychotherapeutického výcviku s vedoucím. Ještě před začátkem výcviku jsem Tondovi nabídl místo v redakční radě Konfrontací, pak Modra a vzápětí cesta autem do Lindau..., Tonda nám také (Daně a mně) jezdil do Hradce Králové dělat supervizi přímo při práci se skupinami v rodinné poradně - několik let předtím, než se supervize „rozběhly“.

Přelom dubna a května 1992 a 42. Lindauer Psychotherapiewochen. To, že jsem se do Lindau dostal (tehdy i následující rok) bylo i zásluhou Tondovy přímluvy u Honzy Ženatého - konferenční poplatek byl pro asi patnáct lidí z Československa nejen odpuštěn, ale tak jako další účastníci z východoevropských zemí jsme na místě obdrželi ještě malé stipendium, které stačilo na standardní ubytování v soukromém penzionu i na zakoupení jedné dvou knih. Jede-me do krásného malého městečka u Bodanského jezera starým Žigulíkem (řidičák jsem si udělal krátce předtím) a vzpomínám si, jak Tonda kontroluje, abych neřídil dlouho a abychom často zastavovali. Což děláme. Je mi jasné, že to je i kvůli jeho kouření. Přijíždíme do Lindau za tmy a za tmy hledáme adresu, kde jsme ubytováni... V autě pár piv a trochu jídla (řízky, salám, paštiky, z domova upečenou buchtu, hodně chleba, sýry, dokonce i máslo si vezeme), k tomu kávu v sáčku a spirálu do plechového hrníčku - tak, abychom většinu dnů nemuseli nic kupovat. Vypravili jsme se někam, kde je pro nás pivo nepředstavitelně drahé (tehdy bylo dražší desetkrát?). V ČR (tehdy snad ČSFR) jsem chodíval na obědy za dvacet korun, v luxusním hotelu v Lindau hledám při obědě s Jürgenem Willim něco nejlevnějšího (stydím se) - nacházím chřest s brambory maštěnými máslem za 22 marek (400 Kčs). Samozřejmě, že chřest německy neznám, takže ani nevím, co si objednávat. Jídlo z domova jsme dali v patře za okno penzionu a druhou noc se majiteli rozpláco na betonu před kuchyní. Nemohl pochopit, proč jsme si přivezli z Čech máslo...

Spíme na manželských postelích, vedoucí komunity se svým výcvikovým frekventantem..., v noci vidím Tonda močit do umyvadla a přes den si zalívat sypkého turka pouhou teplou vodou z kohoutku - do německé zásuvky se nám nepodařilo zastrčit spirálu (běžný problém českých turistů v cizině?).

Měli jsme se za to stydět? Byli jsme chudí Češi v bohatém švábském městečku u jezera; na Svátek práce tu korzovaly německé rodinky s dětmi, projížděli se na kolech, všechno to vonělo jinak než u nás. Tráva mi připadala zelenější. Tonda si samozřejmě našel ten nejobyčejnější kout - „za kulisami“ fasád. Nejlevnější pivo v Lindau objevil v nádražním bufetu, byli tam pivaři, které znal ze všech (s)prostých hospod v Čechách; byla to jen malá „unimo-buňka“, sednout se dalo na pár plastových židliček. Dali jsme si v Německu pivo!

Na jaře 1997 jsme byli s Tondou a Jirkou Drahotou ve Vídni, cestovali jsme jako mnohokrát potom autem. Naším úkolem bylo probrat s Alfredem Pritzem podmínky připojení České psychotherapeutické společnosti k EAP, pochopit politiku EAP a přivést informace do Prahy. Nocleh

domlouval Jirka, spali jsme zadarmo u vídeňských jeptišek na faře. Kontakt s EAP navázal Jirka podzim předtím na schůzi v Nizozemí a rozhodnutím výboru v Praze jsem měl od jara 1997 koordinovat naše sblížení a komunikování s EAP.

V červnu téhož roku jsme s Tondou vyrazili na každoroční konferenci EAP do Říma autobusem Praha - Řím. Nocleh u známých na římském sídlišti na okraji Říma, kde se ulice jmenují Marxova a Leninova a Salvadora Allende nám domluvil opět Jirka Drahoš, v malém panelákovém bytě nás čtyřčlenná rodina úředníka z Vatikánu ubytovala na spartakiádních lehátkách v pokoji jedné z dcer. S Tondou jsme pak dlouho vzpomínali na česko-italsko-anglicko-neverbální komunikaci s pánem domu (dlouho se bránil promluvit byt jen jediné anglické slovo - a my zase neuměli italsky); na to, jak jsme se přece jen domluvili a rozmluvili, jak mi hostitel pochválil italštinu (vycházel jsem domácím vstříc a imitoval italskou melodii, jež se mi tolik líbila a opakoval po nich odposlouchaná slova), vzpomínali jsme na magické slovíčko „Luj“, kterým se s námi stále snažili dorozumět a my nevěděli, kdo z nás je pro ně Luj (nějaký čas jsme si tak potom říkali navzájem - až v Čechách nám došlo, že šlo o zájmeno on a že se mě jím často ptali na Tondu, protože si už mysleli, že jím rozumím, a já odpovídal *Si, si, Luj si dá také...*), vzpomínali jsme na večer, kdy paní domácí nad obřímí sicilskými olivami recitovala své verše... Nakonec jsme s Římany propovíдали hodiny...

Doprovodný program na konferenci se odbyval hlavně v italštině, a tak se pro nás římský pobyt zredukoval na účast na pracovních schůzích EAP (angličtina) a místo odborné části programu na procházky po centru. Konference se konala ve staříckém římském paláci, v němž sídlí Ministerstvo pro ochranu památek; Řím byl rozpálený, všichni jsme se potili, Tonda jsem jednou našel ležet v sežehlé trávě na staříckém nábřeží Tibery. Široko daleko nikdo, jen v trávě natažený vagabund, který si v řece namočil nohy...

V Římě byl přijat Evropský psychotherapeutický certifikát, připravený především Emmy van Deurzen a Digby Tantamem z Anglie a samozřejmě Alfredem Pritzem.

Zpáteční cesta noční autobusovou linkou z Říma do Brna... Tonda, který nemohl několik hodin kouřit, a tedy ani usnout, se rozpovídal o sobě. Mluvil o Hronově, o dětství, o rodině... Za okny ubíhala tma a on v prstech žmoulal cigaretu „naprázdno“; nemohl se dočkat pauzy. Na jedné z mála nočních zastávek pak místo čurání vykouřil v rychlém sledu čtyři nebo pět cigaret „do zásoby“.

ŽIVOT S NEMOCÍ

Smrt ovšem nikdo odvrátit nemohl,
ale svým gestem dokázal,
že člověk nemusí před ní stát
zoufale bezbranný.

Jen tak je možno vyslovit své pohrdání
a smrt pokořit. A o to jde!

(J. Seifert)

23. srpna 2001, čtvrtek. Banální srpnový den. Zvedl jsem telefon a na druhé straně ve svém pardubickém bytě seděl Tonda. Slyšel jsem, jak mi říká, že by mě rád viděl. Najednou, bez přechodu, poslouchám jeho slova o tom, že zahájil cytostatickou kúru, pár vteřin mi nedochází, na co přikyvuji, a ještě poté, co mi to docházet začíná, zůstávám až chladně klidný, věcný, nevzrušený. Pak, když jsem položil telefon, se začalo v hlavě smrákat a po pěti deseti minutách se rozbouřilo. Počkal jsem pár hodin, až přišla Z. z práce a rozhodl jsem se hned to odpoledne jet za Tondou.

Chvilí přede mnou se vrátila z práce Marcela, a tak jsem seděl u nich doma v Pardubicích, ukázal jim fotky z Korsiky, potěžkal korek, který si před časem dovezli odtamtud oni, vypil jsem



V Pardubicích, Tonda fotil sám (duben 2002).

hořké kafe, snědl zákusek (Marcela mě ubezpečila, že by zůstal ležet na stole) - a nakonec jsem se Tondy zeptal, co kolem toho ví. Ukázal mi nákres svých jater, tak jak je načrtl svému kamarádovi Jirkovi Lacinovi: na obrázku byly šrafovaním vyznačeny metastázy.

Marcela se zvedla, že mě půjde vyprovodit dolů, odemknout domovní dveře. Seběhneš dolů? Hodná holka, řekl Tonda.

Bouřka v hlavě trvala řadu dní: Proč Tonda? Proč už teď? Tak brzo? Proč už přede dvěma lety musela zmizet ze světa Věra Capponi? Ví člověk předem, jak dlouho tu bude? Tuší to aspoň? V pondělí 3. září jsme byli na večeri se Zdeňkem Riegrem: byl to jeho první opětovný den v RIAPSu. V úterý jsem se dozvěděl o smrti Honzy Špitze. Hodný Honza, sečtělý, rozumný, povzbuzující, usměvavý, myslitel a úžasný kombinatorik různých zdrojů - z různých věd, z různých paradigmat... Taky tu mohl být déle.

Toho dne dopoledne jsem vypil čaj u Mirka Huptycha v Karlíně (půjčil mi svou bakalářskou práci o kolážích a jejich využití v terapii), odpoledne - to už jsem věděl o Honzově odchodu na výsost (spletl jsem se, asi jsem chtěl napsat „na věčnost“) - jsme s Vládou Chválou zašli na silnou, hořce nakyslou kávu do Řeznické. Dal jsem si kešskou a byla výtečná.

Čím tě zapít, Honzo? Jel jsem autobusem domů a rozhodl jsem se nést si v sobě kousek Tvého odkazu: studovat, číst, přemýšlet, psát, pracovat se svým intelektem, nenechat ho zakrtnět, rozhlížet se: a taky - být přítom aspoň o kousek pokornější, než v současnosti jsem.

23. října 2001 jsem se zpožděním 3 týdnů oslavoval čtyřicet. V úterý přijel Tonda a také Vláda se psem Ťapkou a s chřípkou, která ho přepadla cestou, do Hradce Králové, seděli jsme v kuchyni, Z. opekla brambory a udělala kuřecí s provensálským kořením, oba, Tonda i Vláda pili litry čaje a minerálky, mluvili jsme, poslouchali se, Tonda vyslovil naději, že se „to“ zastavilo

a stav se nezhoršuje; dostal jsem od Tondy tlustou v kůži vázanou knihu v němčině, od Vládi Saroyanova Náhodná setkání a od každého z nich flašku; ovšem, Vláda přijel i s kyticí pro Z. Přespál i se psem. Āapka dostal kuřecí a přestože se z masa kouřilo, zmizelo v něm okamžitě. Vláda to komentoval, že Āapka většinu jídla vdechne.

24. února 2003. Včera večer telefonoval Tonda; byl tři hodiny na Petrovicích na běžkách, zdá se, že se mu daří dobře. Aspoň vysílá nám všem takové signály, drží se dobrých zpráv.

Únor 2004. Ve středu jedenáctého nastoupil Tonda do nemocnice na operaci.

Listopad 2004. Supervizní konference v Janských Lázních. Připravili jsme z ní letošň jedničku Konfrontací.

11. května 2005 vypráví o životě s rakovinou na končícím výcviku INTEGRA IV pod Hostýnem. Po ránu vyjel z Pardubic, přijel na Moravu po obědě, stal se hostem na komunitě, zasáhl a oslovil řadu lidí; v podvečer nabral kurz Valašské Klobouky, aby do tmy stihl dojet za dcerou Pavlou.

Pár dní po pohřbu Tondy Šimka rozesílali organizátoři 25. psychoterapeutické konference program. Figuruje v něm i Tondovo jméno. Na konferenci vystoupí a bude moderovat jednu sekci. Tonda se do Trenčianských Teplic přihlásil, když žil. Počítal s tím, že pojede. Že si bude sám korigovat únavu a život s nemocí tím, že si přes den občas lehne a pospí – tak, jak to dělal mockrát předtím. Ví, že chtěl žít nejmíň do sedmdesáti, aspoň ještě deset let. Měl to jasné. Nevím, proč mu to nebylo dopřáno.

Rozjel jsem se za Tondou ve středu 21. září 2005. Volal mi do auta, ať se po příjezdu do Pardubic zajdu nejdříve podívat na fotky na Perštýnském náměstí, v pondělí tu výstavu zahajoval. Zaparkoval jsem pod jeho okny a nejdřív zašel na náměstí. Fotky Ludka Vojtěchovského, na nichž je Tondův pacient a pouliční tulák Pardubicemi, „figurka“ Franta Zeman. – Pak jsem se na Jiráskově nemohl dozvonit. Do domu mě pustili jiní lidé, vyšel jsem do třetího patra a klepal na dveře bytu. Tonda mezitím usnul; přišoural se až po drahné chvíli. Takového jsem ho nikdy předtím neviděl. Pohled byl téměř vyhaslý, nepromluvil slova, ustoupil, sedl si ke stolu, dýchal, jen se na mě podíval, znovu, mlčel. Pohled strašně unaveného člověka, přistiženého už mezi životem a smrtí. Ale na nic si nehrál. Po chvíli promluvil, že nám zalije kafe. Nechtěl pomoci. Pomohl jsem mu přenést druhý hrnek s kávou. Sedli jsme do křesel, rozmluvil se snad po dvaceti minutách. A po tři čtvrtě hodině jsme už přece jen i vtipkovali. Kouřil, pak přijela z práce Marcela. *Tak jak je, chlapče?* Dotyk, pohlázení. – *To víš, já tady umírám, když tu nejsi. Teď už můžu umřít.* Řekl mi tu středu o dvou podivných, téměř psychotických zážitcích (sám je tak označil), jimiž se prohloubila jeho tolerance k tomu, co prožívají pacienti. Na jipce v létě dostal bludnou ataku, že mu chtějí ublížit, že si o něm povídají – líčil mi to jako něco, co ho zcela na den a půl paralyzovalo, přestože věděl, že to není pravda. A druhá věc: *Člověče, já Ti celý život píšu slova prsty jako na psacím stroji. Třeba když teď mluvím, tak ta slova píšu.* Předvedl mi, jak se mu pohybují prsty. Potáhl z cigarety, usmál se – téměř s omluvou. Nikdy jsem Tonda neviděl tak skleslého, tak unaveného. Řekl mi, že se v něm něco změnilo, že má poprvé vztek. Ne rozmrzelost nebo špatnou náladu, že má vztek. Bolí ho nohy a doktoři mu přitom v létě řekli, že rakovina je pryč. Kdyby aspoň věděl, že ji má v těch nohách, takto si to neumí vysvětlit.

Zašel jsem pak na chvíli za Marcelou, seděla na balkóně zalitým zapadajícím sluncem babího léta. Dozvěděl jsem se, že je to po letní operaci žaludku zlé, Tonda nepřijímal potravu, zhubl 14 kilo, každý den mu přijížděli dávat infúze. *Nezbývá nám, než doufat.*

A pak už jsem nezdržoval, rozjel se nazpět do Brna a ve Žďáru jsem na silnicích zabloudil (zajel jsem si už ve tmě přes Vysočinu desítky kilometrů)... Nemyslel jsem na *tuto cestu* a nesoustředil se na řízení. Myslel jsem na jiné putování.

Několik dní před smrtí to Tonda vzdal. Nechal se odvézt do nemocnice, nechal si zavolat kněze. A jeho nejbližší byli téměř pořád u něj, střídali se tam. Ve středu poslední hodinu před polednem u něj byl Dan. Tátův pohled mířil z nemocničního okna ven a ve své poslední hodině prý několikrát opakoval *To je legrace, že musím pořád dělat ha ha...* Poslední slova. Poslední děláni si legrace ze smrti. Anebo už nahlížel *tam*? Když ručičky hodin doputovaly na dvanáctíku, spustili v Pardubicích „kontrolu sirén“. Když sirény dozněly, Tonda byl na cestě...

V kostele sv. Bartoloměje v Pardubicích v pátek 5. října nám všem bylo smutno. Byť by si to Tonda nepřál. Shodil by vážnost *funusu* nějakou poznámkou, nevydržel by to, vyšel by si ven zapálit. Nikdy se těmi poznámkami nevysmíval, ale neměl rád patos. A tak by před kostelem utrousil něco *zobyčejňujícího*, i když by i on sám měl slzy v očích. Vždycky si přál, aby byly věci obyčejné, lidi normální, abychom se dorozumívali bez velkých vzletností. A přitom sám básnil (*uspořádal už s nemocí své verše*), fotil a vznášel se...

Možná je to tady nepatřičné připomínat, ale zažil jsem ho také jednou, jak se postavil proti nám všem. Na schodišti vedoucím od recepce do restaurace v luhačovické lázeňské Fontáně (na psychoterapeutické konferenci tuším že v roce 1995) stál poslední večer sám a agitoval, ať nechodíme na závěrečný rauf, který psychoterapeutům zaplatila farmaceutická firma. Bylo to podle něj kupování si lidí...

Čtu s odstupem Seifertovy básně – mimo jiné o smrti. Chce se mi říct, že Tonda nevyslovil své pohrdání smrtí, že mu nešlo o to ji pokořit, jak tvrdí básník. Ukázal i jiné možnosti. Přijmout ji, dělat si z ní legraci a zároveň ji brát vážně. Kdo ví (kdo to může vědět, znát?), ale třeba to opravdu je souboj – *na život a na smrt*. Cítím, že v tom soupeření Tonda smrt porazil. Přišla mu, když si pak pro něj přišla, opravdu směšná?

Zbyněk Vybíral

O podělanosti, výcvicích – a o lenosti?

Úzkostná porucha jako podělanost a malá zmužilost; úzkost jako postoj, nikoliv nemoc – to jsou provokativní názory Jana Czecha na strach a úzkost. A také na depresi jako na převlek strachu a na nostalgii po minulosti a po dětství nebo jako na zacházení s časem.

Původně jsme v tomto čísle chtěli otisknout několik odezvě na Janíčkův článek o úzkostech a jejich psychoterapii, který vyšel v minulém čísle (a je také na webu). Ale psychoterapeuti píšou míň, než jsem si myslel. Autor dokonce zaplatil několika odborníkům číslo časopisu se svým textem, já jim ho poslal, ale nic. Někdy mi přijdou pacienti zmužilejší než terapeuti.

Dvěma úryvky vás chci navnadit k tomu, abyste si přečetli článek ve slovenštině – od Zuzany Müllerové a Jany Plichtové. Uvažovat takto otevřeně o výcvicích není obvyklé. Tím spíše je to potřebné. Autorky např. píší:

„Laici sú riešením na problém pomalého zaplňania miest tiež v niektorých psychodynamických výcvikoch, kde je zahájenie výcvikovej komunity podmienené zozbieraním rovnakého počtu mužov a žien do troch malých skupín. Najmä muži sú trvalo »nedostatkovým tovarom«, preto sa prístupuje aj k náboru manažérov, kňazov, laických terapeutov a podobne. Peniaze zohrávajú úlohu i pri vyžadovaní dodržiavania pravidiel a sankcionovaní. Ako nás informovali niektorí účastníci výskumu, aby lektori neprišli o platiaceho účastníka, privrú nad všetičím očami.“

Je tomu tedy tak, že poruší-li ve výcviku někdo pravidla (nebo je dokonce porušuje opakovaně), je nadřazeným zájmem vedoucího „na něm“ vydělat a nevyhodit ho? Ale nejde jen o peníze:

„Motiváciou lektorovať výcvik sú peniaze, ale i pocit dôležitosti, významnosti, dobrodružstvo, adrenalín, možno únik pred vlastnými problémami, či pestovanie ilúzie, že sa lektor či lektorka vyznajú aj v sebe tak, ako to predvádzajú voči iným. Lektorovanie snáď poskytuje tiež ilúziu, že lektori sú na tom lepšie než zvyšok populácie.“

Myslím, že by se tento příspěvek líbil i Tondovi Šimkovi. On je to vlastně text „do vlastních řad“. Do „řadové“ rubriky v závěru čísla jsem popsal svou několikadenní investigativní práci – když jsem pátral nad jedním inzerátem, kdo ho vlastně nabízí. Z inzerátu institutu „iapsa“, který vyšel v listopadové Psychologii dnes, to totiž nebylo jasné. – Jenom nevím, jestli by mi Tonda neřekl (poté, co by potáhl z cigára, poté, co by dokuckal a dokašlal, dokroutil hlavou a dobouil očima): *Hele, to máš složitý...*

Někdy mě v redakční radě Konfrontací Tonda vedl k větší shovívavosti a smílivosti. Možná teď budu ostřejší. Nevím. Třeba mě analytici zanalyzují a metodisté se za mě pomodlí.

Výcviky, analýzy, EEG biofeedback, Bůh, úzkosti, psychoterapie jako věda a umění, naše vlastní subjektivita vstupující do vztahu s jinými lidmi, pacienti, frekventanti výcviků... To opravdu není – na co se ozvat? Kde vedou hranice mezi prospěšným a Bohu libým činěním – a mezi činěním škodlivým? Popsal jsem „případ jednoho inzerátu“ bohu-libě, nebo škodím?

Jan Poněšický v tomto čísle píše: *„V terapii, převýchově či jiné formě vzájemného ovlivňování se jedná o novou socializaci, vytváření společné intersubjektivní reality, jež v sobě samozřejmě ukrývá i nebezpečí jednostranného vlivu analytika jeho vlastní subjektivitou.“*

S malým okruhem autorů i čtenářů pravidelně komunikují. Ale co ostatní? Proč nikdo nic nenapsal „na Janička“? Ten inzerát Kocourka a Tyla a Círky – ten vadil jenom mně? Opravdu to bude zase tak, že si toto číslo většina z vás jen prolustuje – a nic nenapiše?

Jsem zvědav... Pokračování příště.

Zbyněk Vybíral, v Brně 24. listopadu 2005

Pro tvůrce a čtenáře Konfrontace

Jitka Kechajová

Měla jsem možnost díky Mgr. Jiřímu Šupovi napsat dva články do Konfrontací do rubriky Zprávy z druhého břehu.

Myslím, že je dobré psát o tom, co psychicky nemocný člověk skutečně prožívá. Proto jsem se rozhodla psát dál. Hlavně poté, co jsem si Konfrontace č. 3/2005 přečetla.

Přes všechno, co jsem prožila a prožívám a co se do mě neodlučně vepsalo, nacházím cestu ven. Možná, že ji jen vidím, možná že ji jen tuším... Možná, že v ní pevně vezím. Jsem však jedna z mála, kdo o ní mluví. Protože je třeba mluvit. Protože bez toho není možné poznat. Poznat a pomoci.

A o tom Konfrontace, pevně věřím, jsou. Proto budu podávat Zprávy z druhého břehu. Doufám, že je budete číst. Děkuji.

Proč jen?

Proč jen já mám tuhle pitomou chorobu?

Včera jsem nemohla usnout, a tak jsem si (protože to nebyl první večer a já se nechtěla dlouho trápit) krátce po jedenácté vzala půlečku Rivotrilu. Ach jo. Zase jsem zapoměla, že léto skončilo a je podzim. A BIO 2 k tomu. Tedy nic, z čeho bych se měla radovat. K paní doktorce jdu až pozítří a teď si tak najednou nevím se sebou rady.

Nic. Vymazáno. Černá díra. Slzy a pláč.

Včera jsem měla plnou hlavu nových plánů a teď nic. Všechno skončilo na smetišti. Nic není k ničemu. Nic nemá smysl.

Chtěla jsem prodávat v občůdaku v Kavárně na půli cesty. Chtělo by to ale celý týden tři hodiny, možná čtyři. Tak jsem zkusila prodávat Lávkou při přednášce a na vernisáž jsem

poprosila Lenku. Bylo to mé maximum. Jeden den v týdnu. Ale co dál? Ležet jak mrtvola?

Přemýšlela jsem o tom, že budu chodit do Prahu na nějakou aktivitu jednou v týdnu. Ale co si vybrat z toho, co se odpoledne nabízí? Dopoledne nic. Teď ne, nemůžu. Spím.

Autorské psaní? Ale psát jen tak? Skládat slova do vět na dané téma? Já k tomu potřebuju ještě něco sdělit. Že něco prožívám. Tady a teď. I když se necítím zrovna nejlíp. Ale je to pro někoho, o kom vím. Pro své čtenáře, mámi-li nějaké. V Lávce se o to snažím. Ale teď nic. Lávkářské prázdniny. Pusto a prázdno.

Pak mě napadla práce dobrovolníka. Zase v Prahu. Pro mě připadá v úvahu jen odpoledne. Tak co bych mohla nabídnout? Své ruční práce. Háčkování věcí pro občůdek v Kavárně. Třeba batůžky, tašky a kabelky, peněženky, obaly na deštníky a podobné maličkosti. Materiál chemlon. Ale byl by nějaký k dispozici? V PL je ho plná skříňka (alespoň loni byl).

Nebo by se dalo háčkovat oblečení. A pak jsem přišla na ten nápad. Mohla by to být docela dobrá dílna na odpoledne pro ženský, co prostě dopoledne nemá čas. Mají rodinu a pro děti je vždycky lepší, když uvaří maminka. Já děti nemám, jenom toho svého mužského. Vždyť do práce se nechodí jenom ráno a odpoledne nemusí být jen zájmové aktivity. Nevím, jestli by to šlo. Šlo?

Pak mě napadlo, že se nemusí najít dostatečný počet zájemců. Mohla bych pak pro Práh háčkovat doma předem domluvené věci? Nevím, nevím.

Dnes byl den blbec. Vstávala jsem už po několikáté pozdě a bylo mi blbě. Oběd jsem si ulehčila. Mohu doporučit každému. Čerstvé kynuté knedlíky. Na tácku po šesti. Se strouhaným tvarohem. Bylo to moc dobré. Skoro jako ode mě. Pak jsem byla unavená a ospalá. A pak to přišlo. Slzy, pláč a nevýslovný smutek. Proč jen proč mám já tuhle pitomou nemoc? Proč jen?

Těžko pochopí, kdo nepoznal. Chemie v nás pracuje jako v továrně. Mí zaměstnanci zrovna mají dovolenou a ostatní stávkují. Chtěli by vyšší mzdu, žít jako ostatní, ale nějak se jim to nedaří.

Právě byla puštěna televize, a to mě ruší. Tak se mějte a vítejte mezi mými čtenáři, pokud jste dočetli až sem. Děkuji, že jste mi věnovali svůj čas. Děkuji.

Být či nebýt?

Být či nebýt? Toť otázka.

Někteří z nás psychicky nemocných prožívají ve svém životě chvíle, kdy nejjednodušším řešením je nebýt. A to nejen jednou, ale mnozí se snaží až do chvíle, kdy se jim to povede.

Já sama jsem ve svém životě prožívala chvíle, kdy řešením bylo nebýt. Ale v tomto jsem zbabělá (díky Bohu) a nikdy jsem si nedokázala nic udělat. Ale otázka „chci žít a mít proč“ je stále živá a aktuální.

Věřte, že v našem případě to není jen otázka, ale realita. Odcházíme daleko a navždy v okamžiku, kdy onemocníme. Odcházíme navždy, když nevidíme jiné řešení. Nikdo a nic nám nezabrání.

PROČ?

Cožpak pro své okolí nemáme žádnou cenu?

Mě můj muž nechá vybrečet a ptá se: „Ty bys mě nechala samotného? Vždyť já tě mám rád.“

Ne, nenechala bych ho trpět. Chvilkové zaváhání a překonání vlastní bolesti a osamocení jsou asi tím nejdůležitějším. Jediným správným řešením. Nevidět jen sebe, ale své blízké. I když utrpení, které prožíváme, je nesnesitelné. Tady žádné léky nepomohou. Ale jedině člověk, který se nám věnuje.

V PL to tak není. Alespoň ze své osobní zkušenosti jsem byla svědkem něčeho jiného.

Setkala jsem se tam „jednou“ s mladou ženou, která si podřezala žíly. Neshody v manželství. Její vyhlídky mizivé. Při rozvodu by přišla o všechno, na čem jí záleželo - střechu nad hlavou i svou malou dceru. A když pak byla doma, udělala to. Zabíla se.

Léky lze vynechat, ale slova, vyřčená a zastetá důvěra v nás budou stále znít.

Proto práce psychologa je v tomto případě nezastupitelná. Nejsou to lehce vydělané peníze, to mi věřte.

Někdy se však stane, že psycholog, z nejrůznějších důvodů, o nás neví všechno podstatné. Za tu hodinku (teď půl) za pět až šest týdnů nás nestačí prokouknout a my se pak topíme ve vlastních pocitech. Někdo prostě potřebuje víc času.

Vypadáme totiž úplně normálně, jako každý jiný. Ve většině případů. Ale bolavá duše v nás a vnitřní osamění nás odlišují.

Někdy se stane, že se k nám někdo přiblíží příliš, a pak - nevěda -, nás svým chováním bolestně zraní. Jsme totiž zranitelnější než jiní.

Někdo řekne „au“ a někomu se zhroutí život.

Prostě proto, že má ve skutečnosti jen rodiče. Ti nás mají opravdu rádi, i když ani oni nám mnohdy nerozumí. Někdy jsme po jednom z nich.

V každém případě hledáme někoho blízkého. Ať už je to partner nebo přítel.

Aby mělo smysl být. Kdo to neprožil, těžko porozumí.

Čtete LÁVKU, je o nás a našem vnitřním světě.

TEORIE, STATI

Smysl života a strach

(K teorii neuróz)

Jan Czech

V jedné ze svých přednášek cituje známý psychoterapeut a teoretik Viktor Frankl s nesouhlasem Freudovu tezi, kterou v jednom dopise princezně Bonapartové napsal: „*V okamžiku, kdy se někdo ptá po smyslu a hodnotě života, je nemocen...*“ (Viktor Frankl: *Vůle ke smyslu*. Brno 1994, s. 165). Frankl protestuje a říká, že nejde o výraz duševní choroby, ale duševní dospělosti.

Přestože Freudova myšlenka je z hlediska humanisticky orientovaného myšlení poněkud zarážející a nutící k protestu, stojí za to se nad ní zamyslet hlouběji. Ano, na první pohled je zabývání se smyslem života jistě oprávněné a chvályhodné a patří k specificky lidskému postoji ke světu. Háček, který je mimo jiné východiskem následující úvahy, však spočívá v tom, že Freud nehovoří o vztahu člověka a smyslu jeho života obecně, ale o tom, že „se někdo ptá“. Smysl života se tedy někomu stal problémem, začal ho postrádat a následně i hledat. Jenomže smysl života není ztracená peněženka, zapomenuté klíče či kamsi zložené brýle na čtení, ale něco, jehož nepřítomnost nutně vyvolává úzkost. Postrádat smysl, případně hodnotu svého života, je alarmující skutečnost, které je třeba se obávat a to velmi intenzívně, se všemi následky, které tento psychický stav má. V tomto smyslu má Sigmund Freud pravdu, protože člověk, který smysl nežije v samozřejmém a neproblematickém postoji ke světu, ale něco, co dost dobře ani nelze vyjádřit či uchopit v předmětných kategoriích, *postrádá, hledá, zkrátka ptá se* po něm, je skutečně nemocen. A protože jsem již v předešlých řádcích naznačil, že jde o psychickou

poruchu, která má úzkou souvislost s úzkostí a strachem, vysvětluje z toho důvod následujícího zamýšlení, které exponovala Freudova věta o smyslu života, citovaná Franklem.

Chtěl bych se opatrně a nikoliv ještě s nárokem na zcela definitivní platnost přiblížit tvrzení, že veškeré psychické poruchy, obříže, symptomy či syndromy (mám na mysli výhradně neurotická, to znamená situačně podmíněná duševní onemocnění) souvisejí tak či onak se *strachem*. Abych tuto myšlenku odůvodnil, neřku-li dokázal, hodlám naznačit, jak a do jaké míry souvisejí některé známé potíže, nemající na první pohled se strachem více či méně nic společného, s *anxiozitou*, jako všudy-přítomným postojem člověka ke světu.

Je-li tato teze obhajitelná, je ovšem třeba předpokládat, že strach má proteovskou schopnost měnit podoby, převlékat se a to dokonce tak rafinovaně, aby ten, kdo jím trpí, to nepoznal. Jinak by totiž kdokoli namítl, že jsou typy symptomů, které přece se strachem a úzkostí na první pohled nemají nic společného.

Na počátku tohoto argumentačního sledu je ale třeba zformulovat hypotézu o tzv. úzkostném naladění či strachovém poli a vysvětlit způsob, kterým bude tento pojem následně používán. Nejde o nic světoborného a překvapujícího, ale o charakteristiku stavu, jenž bývá v psychiatrii označován jako *generalizovaná úzkostná porucha* a vyjadřuje se jím „*výrazná a chronická úzkostná symptomatika, trvající alespoň 6 měsíců...*“ (Jiří Raboch - Pavel Pavlovský: *Psychiatrie*. Praha 1999, s. 121.) Jde tedy o jakýsi pomyslný prostor, v němž se náhle pacient ocitá a ve kterém téměř všechny skutečnosti, jež tento terén zahrnuje, působí na člověka hrozivě a vyvolávají větší či menší úzkostné reakce. Svět, jenž člověka obklopuje, dostane zachmuřený ráz a začne se podobat seizmicky aktivnímu poli, které většími či menšími záchvěvy předjímá budoucí prudkou erupci. Život takto postiženého pacienta se promění ve zježenou hrozbu a jeho vlastní tělo se stane díky neurovegetativním atakům chuchvalcem ostatního drátu. A protože jde o *generalizovanou poruchu*, je i obraz světa, jevíci

se tímto způsobem pacientovi, generálně ohrožující a generálně vyvolávající strach, který je tak všezaplavující, že důsledně zaplňuje všechny mezery mezi vědomými akty, jako když například zaléváme na vozovce asfaltem štěrky nebo štěrkujeme lepidlem betonovou podlahu před položením krytiny.

Bylo by však omylem domnívat se, kdo ví co všechno se za těmito složitými a pojmově náročnými charakteristikami skrývá. Jde totiž o stav, případně postoj, o kterém se lidově říká *podělanost*. Člověku se prostě roztřesou kolena a začne se bát úplně všeho. Říkám to s jistou nadsázkou a lapidárně vědomě a úmyslně, protože pacienti, včetně psychiatrické (odborné i osvětové) literatury, mají tendenci to, co jsme nazvali úzkostným naladěním, oddělovat od svých postojů a považovat svůj nedostatek odvahy a malou zmužilost za nemoc či postižení (jako například cukrovku, ekzém nebo alergie) a tvrdit, že za to nemohou. Samozřejmě, problém není stavěn morálně - jak by se mohlo z pojmů „odvaha“ či „zmužilost“ zdát -, nejde o žádné obviňování těch nešťastníků, kteří mají tu smůlu a souhrou nejrůznějších životních okolností podleli anxióznosti, ale jde především o poukaz na skutečnost, že jejich úzkostné naladění je sice složitě zprostředkováno, ale v posledku chtě nechtě poukazuje na základní, fylogeneticky danou reakci na ohrožení - strach.

Naznačil jsem základní charakteristiku úzkostného naladění a je tedy na čase zodpovědět otázku, jak vzniká a jaké jsou jeho příčiny. Obvykle se uvádí, tak jako v souvislosti s depresí (v obou případech jsou často indikována antidepresiva), že původ tohoto celkového naladění je nejasný; spouštěčem bývají - dle nových názorů - stresové události, pracovní přetížení, ztráta blízkého člověka, změna zaměstnání, bydliště apod. Jiní, zejména pacienti s nejrůznějšími fobiemi, uvádějí jako spouštěče příhody v určité specifické situaci: po požití drogy, lékařském zákroku, uvíznutí ve výtahu apod. Ale ještě závažnější příčinou jsou - jak často dnes slyšíme - biochemické změny v mozku, zejména nízká hladina neurotransmiterů na nervových synapsích v mozku (sero-

tonin, noradrenalin a dopamin). Z hlediska tohoto přístupu je pak léčba jednoduchá: stačí tuto neurotransmitterovou hladinu psychofarmaky zvýšit, případně doplnit psychoterapií (nejlépe KBT) a věc je vyřešená. Zůstává ovšem otázka, zda změna množství neurotransmiterů je příčinou či doprovodným jevem celkové změny naladění (sic!).

Z hlediska našeho pojetí se však jeví jako nejpravděpodobnější *základní* změna životní situace (odpovídající generalizovanému charakteru poruchy), která začíná klást nároky, před kterými člověk není s to obstát a v důsledku této změny se mu zpochybní všechny jistoty, kterými byl dosud obklopen, o něž se opíral, a které mu poskytovaly pocit bezpečí. Může to být období, ve kterém se člověk stává dospělým, okamžik, v němž stane před úkoly velkého poslání či rozsáhlá transformační krize, související například s hlubokou duchovní změnou smýšlení (metanoia).

A právě úzkostné naladění nebo pole, které jsme nyní charakterizovali, je zásadní podmínkou k tomu, aby strach mohl na sebe brát nejrůznější (i velmi rafinované) podoby, zkrátka převlékat se. V takovém případě ovšem jde vždy o dvojí strach: za prvé strach, jenž panuje v úzkostném naladění a prosákl všechny myšlenkové akty a postoje, a za druhé strach z nějaké konkrétní skutečnosti, jemuž se obvykle říká fobie: z výtahu, metra, tunelu, pavouků apod. Ten je ovšem tím prvním strachem umocněn. Jedině tak lze vysvětlit skutečnost, proč docela obyčejný strach z určité specifické situace je tak nepřiměřeně velký, že je nazýván „fobií“.

V souvislosti s tímto úzkostným polem bychom nyní tedy mohli hovořit o „primárním strachu“, vznikajícím v tomto - řekli bychom - „anxiózním podloží“, a „sekundárním strachu“, jenž má do jisté míry autonomní existenci, ale zároveň je umocňován a multiplikován úzkostným východiskem. A právě tato *duplicita* umožňuje proteovskou podobu strachu a nejrůznější transformace v podoby, jež zdánlivě a na první pohled se strachem nesouvisejí. O tom už ostatně hovořil Sigmund Freud, když říkal, že „úzkost je důsledkem represe pudů, přičemž je ener-

gie pudů jednoduše transformována v úzkost“ (Stanislav Drvota: *Úzkost a strach*. Praha 1971, s. 9). Rozdíl mezi naší úvahou a Freudovou teorií je v tom, že Freud pudovou energii začíná a končí strachem, zatímco naše úvaha začíná strachem a strachem končí, byť v nejrůznějších podobách. Zásadnější slabina Freudova pojetí ovšem spočívá v tom, že transformace, o které Freud hovoří, není nijak zdůvodněna, ostatně i jako jiné hypotézy a řadí se k podobným psychoanalytickým fantomům jako je „nevědomí“, „libido“, „komplex“ apod.

Zdůvodnění této transformace, ke které ale bez ohledu na freudovské hypotézy skutečně dochází, najdeme ve filosofickém díle Edmunda Husserla, případně jeho předchůdců např. Brentana nebo Bolzana a to v pojmu *intencionality*. Jde o myšlenku, tvrdící, že „vědomí je vždy vědomí něčeho (o něčem), přičemž - již podle Brentana - záleží jen na tom, že duševní akt směřuje k nějakému objektu, nikoliv na tom, zda jde o skutečný objekt nebo o pouhou fikci.“ (Stručný filosofický slovník. Praha 1966, s. 194.) Jinými slovy; veškerá aktivita vědomí je bez výjimky zaměřena na budování nějakého *předmětného* smyslu (noema-noesis).

Ale i v rámci Husserlovy teorie intencionality musíme připustit existenci jistých psychických útvarů, usilujících, byť marně, o *předmětný* cíl své aktivity. A protože svého cíle nedosahují, jde spíše o *pocity*, v našem případě strachové, které se ovšem - hnány svou intencionalitou - chtějí na konstituci nějaké předmětnosti podílet a hledají předmětný korelát. Jejich snaha připomíná pohyb volných radikálů - elektronů, jež hledají nějakou částici, se kterou by se spárovaly.

Někdy ovšem tato snaha vyznívá naprázdno a pocitové hnutí ve vědomí nedospěje k předmětnému cíli. Je to jako když se kola auta na sněhu nebo v blátě protácejí naprázdno. Výsledkem je to, co psychopatologie nazývá *obsesí*. Obsedantní člověk má strach a hledá něco, co by mu dalo potřebnou jistotu. Něco, co by tento strach odvrátilo a zajistilo jej před tím, čeho se obává. Výsledkem je nekonečné, neplodné, na místě stojící přemýšlení, neboť předmět, který by člověka, trpícího

hlubokou úzkostí, ochránil, neexistuje. (Tuto tristi-ní situaci s mimořádnou uměleckou a myšlenkovou invencí popisuje Franz Kafka v povídce *Doupě*.) Problém, který tedy vyvstává před obsedantním člověkem, nelze vyřešit ani myšlenkovým procesem ani žádným jednáním.

Takové obsedantní počínání je nepříjemné a způsobuje duševní poruchy nejen kvůli tématům, které jsou jejich předmětem, ale zejména pro svou *neodbytnost*, naléhavost a víravost, tím, že člověka přivádějí - protože je vůči nim zcela bezmocný - až k zoufalství. Všimněme si, že celý tento žalostný psychický proces začíná strachem (z něčeho) a strachem také končí (strachem ze situace, jež vznikla při hledání obrany, která neexistuje). Ke strachu z neurotické symptomatiky se ještě ostatně vrátíme.

Viděli jsme tedy, že se strachem prokazatelně souvisí obsedantní porucha, u které, přinejmenším, není tato souvislost na první pohled zřejmá, a lidem, kteří jí trpí, tento fakt působí značné obtíže. Nemusíme dodávat, že analogicky to platí i pro její kompulzivní pendant.

Stejnou strachovou etiologii lze prokázat např. u nevyvratitelného přesvědčení o vlastní velikosti a dokonalosti - *megalomanii* -, jež se projevuje utkvělou touhou po slávě, moci, vyniknutí, ovšem výměnou za uznání, obdiv, úctu.

Megaloman však ve skutečnosti touží po moci, uznání a slávě ze *strachu*. Při bližší analýze totiž zjistíme, že se chce tímto způsobem většinou zajistit před všelijakými nepřijemnostmi, ohrožením a hrozbami zvnějšku, které samozřejmě člověku, jenž je uznáván, ctěn, případně oslavován, tolik nehrozí a nebývá pravděpodobně ohrožen ani ekonomicky.

Ještě vzdálenější strachu jsou *nostalgické* pocity, vznikající například při vzpomínce na dětství, ve kterém člověk zažíval arci bezstarostné a krásné časy. V takové zidealizované perspektivě se však minulost začíná jevit jako něco neskutečně nádherného, půvabného a rozkošného, co se však nikdy a za žádných okolností nevrátí. Čas se začíná jevit *jen* z hlediska své nenávratnosti, osudovosti; přítomnost je nezájímavé, šedivé místo biologic-

kého přežívání. Do popředí se dostávají takové hodnoty, jako jsou dětství, domov, rodiče, první lásky, romantická dobrodružství, zjištění nějakého prožívání a sny, jež se *tenkrát* jevily ještě jako uskutečnitelné.

Na první pohled je zřejmé, že tyto tísnivé, bolestné, svíravé myšlenky na minulost, která je idealizována jakožto něco, co už se nevrátí, co neodvratně odplynulo s časem a co již nemůže být v žádném případě překonáno, je ve skutečnosti strach před *přítomností*, která je mnohem nepříjemnější, náročnější a obtížnější než zidealizovaná minulost.

Předpokládám, že v tomto směru se neseptikám s příliš vzrušeným nesouhlasem, ale jistě se dříve či později objeví námitka, že podobnou analogii zajisté nelze vést mezi strachem a depresí, které tvoří polární dvojici náladových psychických poruch a najdou se i psychoterapeuti, obzvláště analyticky orientovaní, kteří nejenže vycházejí z polaritý úzkosti a deprese, ale deprese dokonce deklarují jako skrytou příčinu strachu.

Odhlédněme v tomto okamžiku od skutečnosti, že zatímco strach patří k základním fylogeneticky daným postojům člověka (i zvířat) ke světu, deprese jím není. Samozřejmě, i zvíře upadá do jakési apatie, ve které přestává přijímat potravu, činnost a k okolnímu světu je netečné. Ale všimněme si, že k tomu obvykle dochází až v okamžiku, kdy zvíře vyčerpalo veškeré možnosti obrany proti nebezpečí, které této apatii předcházelo. Zatímco například pes, kterého jsem měl možnost v takové situaci pozorovat, se v případě ohrožení jiným zvířetem brání nebo se dá na útěk, je při bolestném onemocnění například nějakého vnitřního orgánu bezmocné a upadá do zmíněné lhostejné netečnosti, velmi podobné lidské depresi. Také u člověka nastupuje deprese ve chvíli, kdy úzkostná odpověď na nepříznivou situaci vyčerpala své možnosti a člověku začíná být důvod strachu *lhostejný*. Háček je ale v tom, že strach nezmišle, ale dosáhl takové intenzity, že dál nemohl být stupňován a tak *změnil skupenství*: přetavil se v podobu deprese. To znamená, že strach nebyl zpracován nebo překonán, ale že pokračuje v jiné podobě dál.

Při pozornějším pohledu na tolik obávanou depresi tedy zjistíme, že je vždy nějak doprovázena nebo prosáknuta či kontaminována strachem. Z klinické zkušenosti víme, že stačí, aby do pole depresivity vstoupila nějaká hrozba a okamžitě nastupuje strach, zatímco mnohdy deprese ustupuje do pozadí nebo se zcela ztrácí.

Vracíme se tedy k východisku tohoto zamýšlení: dá-li se to tak poněkud zjednodušeně říct, je i deprese formou, převlečkem či jinou podobou strachu a řadí se k těm poruchám, které mají ve strachu a úzkosti společného jmenovatele. Přitom ovšem narážíme na jeden specifický problém.

V souvislosti s depresí mám zde na mysli tzv. exogenní depresi, tzn. situační, mající příčinu ve vnějším světě, případně i vnitřním, který v podobě např. tranzitorní krize vnější svět zastupuje. Nehovořím o endogenní depresi, kterou takto analyzovat obvykle nelze, a to i s vědomím, že moderní diagnostické manuály toto dělení nepřipouštějí a přiklání se spíše ke kvantitativním hlediskům. Ačkoliv to není v dané souvislosti příliš relevantní, dovolil bych si vyslovit domněnku, že neurotická deprese vlastně neexistuje a to, co se obvykle má tímto pojmem na mysli, je spíše něco jako rozlada, dysforie, splín, blues, chandra, chmurně laděné myšlenky, převažující pesimismus, sklíčenost, trudnomyslnost a tak podobně. Neurotická deprese je ve své podstatě spíše souborem nepříjemných a obtěžujících pocitů; v žádném případě se nejedná o onu typickou absolutní vyhaslost, motivační krizi a vitální mlčení, tedy charakteristiky, s jakými se setkáváme u těžkých forem klinické deprese.

Zatímco zmíněné (nikoliv samozřejmě zcela) v úplnosti) charakteristiky nejruznějších duševních poruch se záměrem poukázat na jejich východisko ve strachu nejsou kromě nepříjemností a psychické i tělesné bolesti zásadně ohrožující, jinak je tomu u *kognitivních* poruch, jež jsou exponované rovněž strachem. Ty mohou mít fatální a velmi obtížně odstranitelné následky (mám na mysli zejména duchovní) pro celý život. Jde samozřejmě o velmi širo-

kou oblast problémů, kterou bych chtěl ale poněkud zúžit s ohledem na východisko této úvahy. Freudova zmínka o smyslu života v souvislosti s neurózou, kterou jsem začal, je - myslím - pro tuto problematiku signifikantní. Ptát se na smysl svého života a jeho hodnotu, hledat jej či dokonce postrádat znamená, že tyto otázky kladu v prostředí úzkostného pole, o kterém jsem hovořil. A odpovědi jsou právě této situaci adekvátně deformované a to vlivem... strachu.

Freudův výrok může být z tohoto hlediska chápán i tak, že v úzkostném naladění nemají být kladeny „ontologické“ otázky např. po smyslu života, jeho hodnotě, konečnosti lidského bytí, smrti a podobných skutečnostech. Odpovědi na ně jsou kognitivně zdeformované (a mnohdy vedou k obsedantnímu *circulus vitiosus*) a jejich neuspokojivost vede k další prohloubené úzkosti. V úzkostném naladění se neurotikovi nemůže podařit dojít ke korektním závěrům, protože do jeho myšlení infiltruje strach a působí zde podobně jako virus v operačním systému počítače. Ne nadarmo stále platí psychotherapeutická zásada, že strach ze smrti je ve skutečnosti strachem ze života.

Kapitolou samou pro sebe jsou úvahy náboženského (zejména eschatologického) charakteru. Ve výpovědích neurotiků se často setkáváme se zkušenostmi, které učinili při hledání nějaké útěchy či východiska. Narazili přitom na náboženskou víru a byli hluboce zklamáni, protože jim dotyk s duchovním světem nepřinesl žádanou rychlou psychickou úlevu. Nejen proto, že se ocitli v situaci běžce, který se rozhodl uběhnout bez předchozího tréninku maratón, ale také proto, že při četbě evangelíí zapomněli na ústřední myšlenku následování Ježíše, která je velmi koncentrovaně vyjádřena v Matoušově Evangelium těmito slovy: „*Když ho učedníci uviděli kráčet po moři, vyděsili se, že je to přízrak, a křičeli strachem. Ježíš na ně hned promluvil a řekl jim: Vzchopte se, já jsem to, nebojte se!*“ (Mt 14, 26-7) Není náhodou, že výzvy k odvaze se v Novém zákonu opakují snad nejčastěji ze všech apelů a imperativů, jež se zde vyskytují. Vše nasvědčuje tomu, že v Bibli nacházíme duchovní proud, který by-

chom nejspíše mohli nazvat *spiritualitou odvahy*.

V každém případě je třeba konstatovat v souvislosti s neurózou, že všechny existenciální či existenční otázky, kladené v jejím prostoru, dostávají jiné zabarvení, jiné odstíny, jinou náladu a atmosféru a problémy, jež jsou jinak zvažovány s badatelskou indolencí, obdrží náhle - dodejme falešnou - existenciální naléhavost, jež je pro úzkostného pacienta naléhavá, bolestná a zraňující.

V tomto okamžiku však někdo právem namítne, jaký je tedy rozdíl mezi „normálními“ lidskými obavami, kterými trpí každý člověk, pokud žije, a neurózou, která - jak tvrdíte - má etiologii ve strachu. Námitka má na mysli rozdíl mezi strachem „obyčejným“ a neurotickým, který je hypertrofický a zcela nepřiměřený hrozbám, jež ho vyvolávají.

Této námitce bych rád předeslal jednu drobnou kasuistiku, která jeho zálužnost dobře ilustruje. Setkal jsem se kdysi s pacientkou, která sedm let trpěla úzkostmi, vyzkoušela všechny možné způsoby léčení, včetně psychoterapie, všech možných farmakových koktejlů, ambulančí, stacionářů a hospitalizace a dalších náporů moderní psychiatrie. Když mi to všechno vyprávěla a vybavovala si nekončící utrpení, kterým prošla a jež jí zřejmě ještě čekalo, náhle se rozplakala. Ačkoliv to nebyla moje pacientka a neznám tudíž pointu tohoto smutného neurotického příběhu, dovolil bych si vyslovit hypotézu, že se stala zajatcem fenoménu, který je - podle mého názoru - nejen jednou z mnoha příčin neurotického onemocnění, ale dokonce jeho podmínkou. Její situace představovala typický příklad uzavřeného symptomatického kruhu, ve kterém není základním problémem život, zaměstnání, partner případně pudová energie, ale *symptomy*, kterými trpěla, a jež jí nesmírně sužovaly.

Z jejích slov vyplynulo, že z celého rozsáhlého menu terapií, jež jí byly nabídnuty, byla neúspěšnější kognitivně behaviorální terapie se svými edukacemi, nácviky či expozicemi, která s touto rolí neurotické symptomatiky (strach ze strachu) počítá. Ukázalo se však, že ani tato terapie nebyla účinná dlouhodobě

a docházelo brzy k relapsům. Navíc kromě zmíněných terapeutických metod hrála svou roli hospitalizace, která v pacientce vyvolávala klamný pocit bezpečí před hrozbami vnějšího světa a jeho siroboou, včetně přítomnosti „charismatických autorit“, které si s jejími potřebami věděly ihned rady. Ty však „doma“ obvykle nejsou k dispozici, podobně jako bezpečí nemocničního areálu.

Tato drobná kazuistika měla ukázat, jakým způsobem neuróza chronizuje až do stádia naprosté beznaděje. Způsobují to dvě roviny strachu, které se pro pacienta nevýhodným způsobem doplňují a dialekticky střídají. Za prvé je potřeba počítat s celkově oslabeným postojem ke světu, který je potřeba v terapii zpevnit, a za druhé s „převlékáním“ symptomů, které mají mimořádnou schopnost měnit tvářnost, hrozivost, naléhavost a vyznačují se neuvěřitelnou vynalézavostí.

To je zároveň odpověď na otázku, kde se nalézá hranice mezi strachem a jeho neurotickou podobou. Neuróza začíná v okamžiku, kdy se těžiště lidského duševního trápení přesune z reality do uzavřeného kruhu neurotických symptomů. Začíná tedy v okamžiku, kdy se člověk začne bát toho, že se bojí. Neurotik se paradoxně obává – dejme tomu při špatné zprávě – více svých vlastních reakcí a potíží, které s nimi budou spojeny, než důsledků, které zpráva *reálně* přináší. Nemusím v této souvislosti zdůrazňovat, že těmto postojům musí předcházet určitá „neurotická zkušenost“. Dochází tedy k procesu, kdy na jedné misce vah je realita a nepříjemnosti, které přináší, a na druhé misce symptomy, jež jsou těmito nepříjemnostmi způsobovány. Neurotický proces se pak graficky jeví jako kolísání jazyčku této váhy.

Ve své úvaze jsem tedy hovořil o dvou rovinách strachu či úzkosti (není v této souvislosti relevantní oba pojmy příliš pečlivě rozlišovat) a jako každá psychotherapeutická úvaha by měla i tato ústít v určitý, byť jen nastíněný koncept léčení. Otázka nyní zní takto: je v terapii primárním úkolem odstranit úzkostně naladěný anebo jednotlivé úzkosti? Na první pohled by se mohlo zdát logické, že východiskem je přeladění výchozího úzkostného pole. To by

znamenalo přebudovat zmíněný patologický terén na jiné základy a předpokládat, že toto rekonstrukcí budou automaticky odstraněny i jednotlivé strachy, o kterých byla řeč. To vypadá na první pohled korektně, ale na druhé straně je nutno připustit i to, že výchozí úzkostně, řečli bychom matečně pole, lze odstranit i řadou *dílčích* vítězství. Tato otázka nemůže být v současné chvíli jednoznačně zodpovězena, ale nic se nezkazí tím, začne-li se z obou stran, přičemž vyléčení může být někde v bodu „mezi“. Z tohoto hlediska bude mít psychotherapie dvě proměnlivé podoby: jednak by měla být důsledným a systematickým plněním toho, čemu se v dětských oddílech říká „stezka odvahy“, jednak jako promyšlená práce v oblasti „úzkostného pole“, které je ve své obecné a univerzální podobě terénem pro terapii, zejména duchovně orientovanou, ale jen s neustálým zřetelem k neurotické zálužnosti potíží a strachu.

Tady bych si dovolil osobní poznámku: s ohledem na strach jsem velmi skeptický k indikaci farmakoterapie pro neurózy, zejména antidepresiva. Neumím si totiž vůbec představit, jak lze člověku dodat chemicky odvalu, zmužilost, dospělost apod. Ale snad se koneckonců mylím, možná, že se na našem bohatém farmaceutickém trhu objeví odvahopram, vzmužilidien, antibábovkin, strašpytelam retard či zbaběloft s prolongovaným účinkem.

Myslím, že jsem se ve své úvaze dotkl nejvážnějšího problému a samého jádra neurotických potíží: *strachu* v jeho schopnosti brát na sebe nejrůznější, často neočekávané podoby. Neurotický strach totiž vystupuje jako Próteus – bájný mořský stařec, který byl ochoten věštit jen tomu, kdo byl schopen jej k tomu donutit a *nebát* se ho v jeho nejrůznějších podobách. Tak se dozvěděl svou věštbu i král Meneláos, který nepropustil Prótea ani tehdy, když se stařec proměnil ve lva, v draka, pardála, divokého kance, ve vodu, v oheň či ve veliký strom.

Pojem strachu v nastíněném pojetí se ovšem netýká jen partikulárního okruhu specifických psychopatologií. Je to obecný problém součas-

né epochy a zdá-li se to někomu přehnané či nadsazené, stačí si pozorně poslechnout slova známého a uznávaného filosofa a teologa dvacátého století Romana Guardiniho, kterým uzavírá svou známou esej *Konec novověku: „Rozumíme-li správně eschatologickým textům Písma, budou důvěra a statečnost vůbec charakteristickými vlastnostmi křesťanů poslední doby.“* (Romano Guardini: *Konec novověku.* Praha 1992, s. 88.)

Rozvodové spory o děti: genderové hledisko při terapeutické práci s rodinami

Šárka Gjuričová

Potvrzování identit v partnerství?

V soudobém manželství je podle sociologa de Singlyho (2000) „hlavním úkolem každého z partnerů potvrzování identity partnera nebo partnerky“. Zkusme se podívat na ten úkol z genderového hlediska, není totiž genderově neutrální. Není ovšem ani nekonfliktní. Vzájemné potvrzování tradičních aspektů identit bývá neproblematické: ženy pod podporují muže jako ekonomické zajišťovatele rodiny, tvůrce rodinných statusových hodnot, muži podporují ženy v identitě matky, tvůrčyně domova, hospodyně, event. zdůrazňují jejich atraktivnost.

Ne tradiční stránky identit podle mých zkušeností stejně samozřejmě podporovány nejsou. Ženy mívají zkušenost, že je muži nepodporují v mimorodinných ambicích, především profesionálních – už tím, že uznávají a odměňují jejich tradiční závazky. Častá je i zkušenost, že je muži nepodporují ani v oblasti osobních projektů mimo rodinu, v jejich kamarádkových kontaktech, rozvíjení osobních zájmů a projektů. Jinak řečeno, chválí své ženy, že mají napečeno, vyžehleno, ale ne už tak jistě, že udělaly zkoušku v dálkovém studiu.

Jak bývají podporováni ženami v ne tradičních identitách mužů? Pokud jde o podporu identity pečujícího a důvěrného otce, postoj žen není vůbec jednoznačný. Chtěly by sice, aby se muži víc angažovali s dětmi a v domácnosti, ale zároveň chtějí mít nad vztahem otce a dětí dohled. Říkají, aby jim muž pomohl s dětmi. Nechtějí, aby muži konkurovali jejich důvěrnému rodičovství, a kritizují, když „chtějí dělat mámy“. Nestojí o to, aby si muž a děti budovali nezávisle svůj vztah, který by neměl pod kontrolou. Otcově rodičovské praxi moc nedůvěřují, v duchu stereotypů považují otcovo rodičovství za méně spolehlivé nebo druhořadé. Jen menší část mužů si přeje rozvíjet tuto stránku své identity. Velká část otců zůstává na okraji rodiny až příliš snadno, i když tuto pozici třeba komentují. Chování podle stereotypů nekompetentních otců patří v Česku k folklóru. Muži, spokojeně nebo nespokojeně, akceptují svou ženu jako odbornici na rodičovství a na rodinné vztahy vůbec, a celkem ochotně vymizí do známého teritoria svých profesí. Ostatně jsou přesvědčeni, že ženy dokáží v rodině všechno nejlépe zařídit, anebo je vnímají jako všemocné matky, které si stejně prosadí, co si zámají. Vlivem těchto společenských názorů a praktik však otcové s dětmi nemívají bezpečně vytvořený blízký vztah, který by fungoval bez podpory matky. A toto rodinné uspořádání se stává vážným rizikem, pokud se partnerství zproblematizuje tak, že se začne uvažovat o rozvodu.

Rozvodové chování

Návrhy na rozvod manželství podávají podle statistik častěji ženy nežli muži. Tato asymetrie podle mých zkušeností souvisí s podobou genderových vzorců chování a vztahů v rámci rodin.

Ženy, které žádají o rozvod po deseti patnácti letech manželství, v terapii často tvrdí, že se pro rozvod rozhodly po letech neúspěšných pokusů o zlepšení vztahu. Partneři jim prý nenaslouchali a vyhýbali se vážným rozhovorům. Podle genderového vzorce se ženy cítí zodpovědné za kvalitu vztahu – ostatně tato zodpovědnost se ženám tradičně přisuzuje.

Nárok na kvalitu intimity v partnerství bývá u žen vyšší nežli u mužů, a tak mají sklon považovat svá partnerství za neuspokojivá i tam, kde jsou muži celkem spokojeni, považují svá partnerství za normální. Zdá se, že muži mají tendenci podceňovat signály nespokojenosti svých partnerek: prohlašují, že ženy si zkrátka věčně stěžují, že to mají v krvi, nebo dokonce v genech. Leckdy dobře vnímají, že jsou ženy nespokojené, mají však obavy z rozhovorů o vztazích a všemožně se jim vyhýbají. V individuální terapii slyším o strachu, že bude scéna, že žena začne plakat a on si nebude vědět rady, a/nebo že se nechce na ni naštvat, protože slzy má za vydírání. Podobný jev popisuje Stephen Bergman a nazývá jej mužská vztahová hrůza. Muži o své obavě z rozhovoru v párové terapii nemluví, argumentují, že nemá cenu věci zbytečně pítvat, jen by se situace zhoršovala: chtějí si věci sami v klidu promyslet, bez zbytečných emocí.

Návrhem na rozvod bývá muž leckdy zaskočen. Při terapeutickém setkání slyším, že jsou přece normální rodina, že návrh jejich ženy nelze brát vážně, nebo že je nemožnou rozvést, protože on se rozvést nechce, případně on ani děti se rozvádět nechťejí.

Vážné spory o děti a legální systémy

Před rozvodem manželství se musí rodiče dohodnout o svěřeni dítěte do výchovy a o kontaktech s druhým rodičem. Ačkoli dnes už není rutinou svěřování dětí do výchovy matce se známým balíčkem kontaktů pro otce, stále tento model převládá. Budu tedy popisovat genderově obvyklý scénář. Podle soudního rozhodnutí má matka dítě na „styk“ s otcem připravit tak, aby mohlo být dítě klidně předáno.

Pokud se setkání opakovaně neuskuteční, mezi rodiči dojde nejspíš k eskalaci konfliktu. Matka bývá otcem a pak i soudem kritizována za maření soudního rozhodnutí. Zkusme analyzovat tuto poměrně běžnou a psychologicky zajímavou situaci z genderového hlediska.

Především je zřejmé, že je soudem (stejně jako mužem) přeceňována moc matek: někdy takovou přípravu i poměrně vstřícná matka nedokáže zařídit. U nejmladších dětí je ve hře

nezralost k separaci od hlavní vztahové osoby. Nejde o to, že by dítě odmítalo otce, spíš že se nedokáže oddělit od matky. Zralost k takové separaci se u dětí liší, a vždy záleží na dalších okolnostech.

Zároveň mají soudy (i otcové) tendenci podceňovat, že děti mají své vlastní názory a svou agendu. Už předškolní dítě něco chce a nechce, a také chce anebo nechce někomu vyhovět. Někdy nechce s otcem odejít prostě proto, že na to není zvyklé: pokud někde dřívě s tatínkem šlo, maminka bývala u toho také. **Nezapomeňme na atmosféru setkání po předchozích neúspěšných pokusech: bývá dusno, nervozita, padají výčitky a leckdy dojde ke scéně, dítě se při tom chová odmítavě a vzrušeně.** Otcové si to vysvětlují výhradně jako důsledek manipulace matky a podceňují vliv vlastního chování na rozvoj vztahové situace, přehlížejí, že dítě reaguje také na vzrušené chování obou rodičů. Dospívající děti samozřejmě už mají své názory, mnohdy moralizující a těžko ovlivnitelné. Například říkají: Když od nás táta odešel, už ho nechci vidět. Připomeňme, že matky, které od rodiny odešly, bývají svými dětmi odsuzovány ještě nesmiřitelněji, a širší rodinou také. Přerušení tohoto vztahu není tolerováno na žádné vztahové úrovni.

Genderově podmíněná argumentace v boji o děti

Tam, kde se rozvine boj o děti a kontakty s nimi, muži argumentují typicky svými otcovskými právy a poukazují na nespravedlnost matky. Otec zesílí tlak i na dítě, snaží se mu vysvětlit své hledisko nebo je i trochu zastrášovat. Ženy v této situaci obvykle zaujmají postoj morální převahy té, která se jen zastává dítěte, chrání je a chová se zodpovědně.

Otcové hledají pomoc u soudu, a tak se může rozpoutat soudní bitva. V ní hledá každý z rodičů stále silnější argumenty pro svůj postoj a je stále obtížnější, aby jej změnil. Otec i matka chtějí, aby soud uznal jeho nebo její hledisko a odmítl hledisko druhého rodiče. **Přesvědčit soud o své pravdě může být důležitější, nežli cokoli změnit.** Jisté je, že otcův jazyk

práv, mařených mocnou ženou a matčin jazyk porozumění duši dítěte a jeho ochraňování se míjejí a těžko hledají porozumění a dohodu.

Zájmy dětí?

Zájmy dětí jsou podle obecného konsenzu nejdůležitějším hlediskem, které by se mělo respektovat. Jenže každý z rodičů je přesvědčený, že jen ona nebo jen on ví, co je pro děti nejlepší. Děti jsou ve zvláštním rozporuplném postavení, které jim dává jistou moc ve vztahu k rodičům; např. dítě rychle pozná, jaké výroky o tatínkovi maminka ráda slyší a co se jí nelíbí, i když to třeba chce utajit, vůči boji rodičů jsou ovšem bezmocné.

V této situaci volí děti různé strategie: někdy se odmítají s otcem stýkat, aby potvrdily svůj vztah s matkou. Přitom si samy konstruují vztahovou situaci a mohou jít v odmítání otce dál, nežli je matčino přání. Někdy otce odmítají, protože vztah s ním nebyl nikdy dost pevný a dítě chce odmítnutím biologického otce potvrdit loajalitu k matčině novému partnerovi.

K odcizení dítěte dochází někdy během vleklých soudních sporů, někdy také tehdy, když otec po rozvodu z různých důvodů setkávání s dětmi nevyhledává. Pro něj je tento vztah trvalý a nepochybný. Dítě se může cítit odmítnuté a snaží se žít bez otce, a tak dochází k odcizení. Otcové mohou dvou-tříleté období, kdy dítě nevyhledávali (často říkají, že si museli dát po rozchodu do pořádku své záležitosti), považovat za nevýznamné s ohledem k zásadnímu významu svého vztahu s dítětem. Dítě takovou dobu prožívá jinak, jde o významnou část jeho života, během níž se už vyrovnávají se ztrátou otce, nebo se vztah s ním stal méně důležitý.

Lze omezit důsledky sporů rodičů o dítě?

Mnozí z nás věří, že chybí osvěta, že je zapotřebí rodiče o rizicích sporů informovat. Informace rodičů však v těchto případech sotva povedou ke změně. Rodiče nejspíš vědí, že jejich spory dětem vadí. Využití této informace předpokládá kritické porozumění vlastnímu

chování, a ochotu toto chování měnit. Změnit rodičovské chování je složitý proces, a rodiče potřebují ke změně mnohdy odbornou pomoc. Pomoc by měla brát v úvahu nejen rovinu daného jedinečného sporu, ale také genderové aspekty problematiky. Nejen zúčastnění psychologové, také rozvodoví soudci a soudkyně by měli být zaškoleni do porozumění genderovým aspektům rozvodových sporů. Soudy se už dnes učí využívat odbornou spolupráci, jako jsou soudní posudky. Je však třeba, aby objevovaly možnosti interaktivní spolupráce. Můhou doporučit rodinu podle situace k mediaci nebo do rodinné terapie a vytvořit prostor k ustálení kontaktů dříve, nežli rozhodnou o „stycích“ a o rozvodu manželství.

Možnosti rodinné terapie

Terapeutická práce s rodinami, kde jsou vleklé spory o děti, je pro terapeuty i rodiny obtížná, ale potenciálně významná. Rizika pro vývoj dětí bývají závažná, ve hře je jak současný život včetně zdravotních rizik dlouhých stresů, tak jejich budoucí partnerství a rodičovství.

Odlisný jazyk vytváří prostor ke změnám.

V rámci rodinné terapie lze navozovat jiný nežli válečnický jazyk, který slyšíme od rozvodových právníků (vyhrát, porazit, protivník...) a liší se i od konfrontací soudních jednání. V terapeutických rozhovorech může terapeut vyjádřit své pocity zmatku a bezmoci, které budou nejspíš reflektovat pocity členů rodiny. V rámci terapie lze v konsenzuálních malých krocích vyzkoušet, že nepřijatelní ex-partner nebo partnerka nemusí být nutně pro dítě škodliví a že kontakty možná mohou být užitečné i rodiči samotnému. Rodiče mohou dokonce objevit, že se jim může vyplatit nejen když si naslouchají, ale když se poslechnou.

Kazuistická ukázka

...představuje spíš nadějnou výjimku, nežli běžnou ukázkou, s níž se v praxi setkávám. Rodinu doporučil k terapeutickému setkání soud, řešila se stížnost otce, že matka opakovaně nezajišťuje předávání dětí na víkendy podle soudního rozhodnutí. Mělo dojít ke společnému setkání rodičů a dětí s terapeutkou. V če-

kárně se bývalí rodiče tvářili, že se neznají. Žena přišla v doprovodu advokáta, děti prý odmítly přijít. Uspělo se setkání s oběma rodiči, bez advokáta. Žena sdělila, že otec dětí odešel z rodiny před třemi lety po velké scéně. Děti prý jsou na něj rozzlobené, když odešel, prohlásily, že už ho nechtějí vidět. On se o ně dva roky vůbec nezajímal; dětem je nyní šestnáct a třináct, mají své víkendové programy, na návštěvy k otci nechtějí chodit. Muž prohlásil, že ženě nevěří, nedůvěřuje jí vůbec v ničem, podle něj lze, chce ho od dětí odtrhnout. Její vinou odešel, musel si pak budovat novou existenci, neměl ani kde bydlet. Jak se měl tehdy postarat o děti? Dva roky mu trvalo, než se dal do pořádku. Muž byl přesvědčen, že žena děti proti němu navádí, pochyboval i o tom, zda je vůbec k tomuto setkání pozvala. Žena připomněla muži, že se při odchodu choval jako blázen. V závěru setkání se rodiče ani nerozloučili.

Setkání probíhala zprvu v duchu vzájemných výčitek a útoků. Přes nedůvěru začali jeden druhého poslouchat, dokonce si uznali něco z jeho a jejich hledisek. Pak žena navrhla muži, aby zkusil děti vyhledat a domluvit se s nimi. Muž překvapivě její radu přijal, a při příštím setkání spokojeně vyprávěl, že mu starší dcera vynadala, nakonec se však dohodli, že po-

jedou o víkendu na vodu všichni tři. Po dvou měsících podepsali rodiče mimosoudní dohodu o tom, že kontakty otce a dětí se budou uskutečňovat podle individuální dohody. Dohoda funguje, sdělila žena po roce, dokonce sama zatelefonovala.

Závěr

Konstrukce genderu je přínosná při analýze různých sociálních jevů, včetně rodinných vztahů. V tomto textu jej využívám při zkoumání souvislosti stereotypů v partnerském soužití a jejich rizik v rozvodového chování dvojic. Také jsem se pokusila ukázat, jakým způsobem bývá chování mužů i žen ve vážných sporech o děti modelované genderovými vzorci a stereotypy. Šlo mi tedy o ukázkou praktického využívání pojmu gender, nešlo mi o zachycení, jací jsou muži a jaké jsou ženy, a nemám za to, že popsané vzorce chování představují inherentní vlastnosti mužů a žen a jejich odlišností.

LITERATURA:

De Singly, F.: Sociologie současné rodiny, Portál 1999
Snarey, J. (Ed): How fathers Treat Next Generation, Harvard Univ. Press, 1993
Levant, R. F.: Pollack, A New Psychology of Men, W. Basic Books 1995
Gjuričová, Š., Kubička, J.: Rodinná terapie: systemic-ké a narativní přístupy, Grada 2003.

VÝCVIK V JUNGOVSKÉ PSYCHOTERAPII

Česká společnost pro analytickou psychologii (jungovskou psychoterapii) - ČSAP - poskytující výcvikové programy v psychoterapii akreditované pro práci ve zdravotnictví, oznamuje zájemcům o výcvikový program orientovaný na analytickou psychoterapii, že přijímací pohovory pro příští kurz proběhnou v dubnu 2006 v soukromé praxi PhDr. Ludvíka Běťáka. Kurz je čtyřletý, probíhá paralelně v Brně a Praze. Informace o ČSAP můžete vyhledat na www.sweb.cz/cgjung. Přihlášky s rukou psaným neformálním životopisem posílejte na adresu Mgr. Martin Skála, DPS Nad Ondřejevem 36, 140 00, Praha 4 – Pankrác, Curriculum Vitae a další dotazy posílejte, prosím e-mailem na adresu psychopompos@seznam.cz.

DISKUSE O PSYCHOTERAPII

Vážení přítomní,

po krátkém tápání jsem se rozhodl podělit se s vámi o téma, kterým jsem několik předchozích měsíců žil - a sice o tvorbu psychoterapeutických standardů pro léčbu deprese. Šlo o práci na zakázku České psychiatrické společnosti po vzájemné dohodě s Českou psychoterapeutickou společností. Úvodem se budu věnovat popisu vlastního zápasu, vnitřních rozporů a tvůrčích krizí, abych mohl navázat teoretickým pojednáním o neslučitelnosti vlastního počínání a pochybnostem o praktickém využití celého díla. Samozřejmě se budu snažit nalézt i pozitiva.

Rád v úvodu zdůrazním, že mocným odrazovým můstkem mi byl výborný článek kolegů Moose a Fürsta na dané téma, otištěný v Konfrontacích č. 1 z r. 2004.

Jak jsem v tom vlastně byl? Prošel jsem několika etapami, z nichž některé možná připomenou fáze postupného smířování se s vlastním umíráním podle Kübler-Rossové. První z nich nazývám fází NAIVITY, kdy jsem dostal od svého bývalého výcvikového vedoucího a současného kolegy a přítele nabídku spolupráce na vytvoření standardů psychoterapeutické péče. Nezakrývám, že mne potěšila jeho důvěra. Má touha blýsknout se před ním i před odbornou obcí mi dala přeslechnout jeho lehké varovný důvětek, že se do standardů zrovna nikdo moc nehrne, a že mu tím vytrhnu mocný trn z paty. Byla to prostě moje šance a bylo zapotřebí chytout ji pořádně za pačesy...

Po mnoha hluchých měsících, kdy se nic nedělo, přišlo jednoho dne kontrolní ujištění, zda můj zájem o spolupráci neuvadá, což neuvadalo, jak jsem altruisticky ujistil, a pak přišla zpráva, že se konečně celá věc rozjíždí a že mám na starosti kategorii depresivní porucha.

Nastala fáze ENTUSIASMU. Začal jsem shromažďovat dostupnou literaturu, dostal jsem kontakt na servisní firmu zajišťující rešerše, i zmínka o jakémsi honoráři padla. Mé motivační síly mne však rychle začaly opouštět po přečtení průvodního dopisu psychiatrické společnosti - zadavatele celého projektu. Potřeba „racionalizace přístupu k léčbě závažných duševních poruch“, jak stojí v listu, se dá pochopit jako účelný krok zpřehledňující mnohost farmakoterapeutických alternativ. Doporučené formy, která by, cituji: „odrážela moderní vědecké poznatky a zároveň respektovala současnou klinickou praxi“ již dává tušit, že nepůjde o jednoduchý úkol. Jak se asi moderní vědecké, statistikou podložené výsledky promítají do každodenního setkání psychoterapeuta s klientem? ...Při představě dodržení jednotnosti textu pro všechny autorské týmy, rozuměj biomedicínské i psychoterapeutické, jsem se lehce opotil. Po přečtení požadavku na vývojový terapeutický diagram se zaznamenáním tzv. síly důkazu pro každou jednotlivou alternativu jsem se přehoupnul do fáze POPŘENÍ. To nemůže být pravda. V následující fázi DEPRESE jsem zažíval muka schizmatu a dvoukolejnosti. *Psychiatr ve mně chtěl dostat požadavku své odborné společnosti na současnou trendy léčit podle tolik moderních „guidelines“.* *Psychoterapeut ve mně se bouřil: To přece nejde, schematizovat psychoterapii v algoritmech, zobecňovat individuální, protěžovat výzkumem posvěcené směry.*

Když jsem se vyhrabal z bažiny rezignace, pokusil jsem navázat kontakt se zadavatelem a v naivní víře jsem zaslal dotaz, zda budou psychoterapeutické postupy rovněž značeny formou diagramů. Odpověď přišla rychle: *Pro psychoterapii musí platit stejné podmínky jako pro jiné postupy...* Něco se ve mně vzbouřilo a ve fázi HNĚVU jsem napsal plamenný dopis adresovaný příteli - psychoterapeutovi, „jenž mne do všeho namočil“. V zápalu boje za spravedlivou věc jsem text plný lamentací a nářků nad nesplnitelným úkolem prokládal vulgarismy, netuše, že za pár dnů pozná jeho obsah nemalá část české psychoterapeutické obce (jak jsem pochopil z četných následných reak-

ci). Přineslo to však něco pozitivního: kromě podpory, které se mi nečekaně dostalo z mnoha stran, jsem obdržel ze strany České psychoterapeutické společnosti zbrusu novou konkrétní a podrobnou osnovu s úvodním prohlášením k vypracování standardů psychoterapeutické péče. V prohlášení jsou vymezena teoretická východiska, role, struktura a metody provádění psychoterapie vůči biomedicínským přístupům. Dovolte mi krátce citovat:

Práce je důležitá pro implementaci psychoterapie do psychiatrické péče formou léčebných standardů v jednotlivých diagnostických okruzích. Námi navrhované vypracování standardů nemůže kopírovat standardy psychiatrické péče založené na farmakoterapii, a to ze zřejmých důvodů. Psychoterapie je disciplína zabývající se jedincem a nikoliv lidskou, natož pak symptomatickou či nosologickou obecninou. Toto základní metodologické vodítko vylučuje použití stejné metodiky jako je tomu v případě psychofarmak. Konec citátu.

Rázem jsem se cítil jako revolucionář pod svým praporem a rozhodl jsem se plně bojovat za psychoterapii, biologa v sobě jsem potlačil. Zpracoval jsem téma podle osnovy, která se principiálně zřikala prezentace jednotlivých psychoterapeutických škol a jejich výzkumných výsledků, aby preferovala naopak co nejobecnější formou to, co je charakteristické pro různé psychoterapeutické přístupy. V kvantech řešeršij jsem vybíral z moře výsledků kognitivně-behaviorálních studií vzácnější nálezy výzkumu na proces orientované psychoterapie, abych dostal vědeckosti celého opusu. Využil jsem možnosti kontaktovat naše přední odborníky, některé vůbec poprvé, za což jim patří můj velký dík, stejně jako kolegyni Lukányové z pražského ESETu, která mi v závěrečné části práce stála po boku.

Při veřejné prezentaci na schůzi Purkyňovy společnosti mne osud, či kdo, technickou poruchou na disketě odsoudil do role suchého čtenáře naší 10 stránkové práce. Spíše než to, že po skončení farmakoterapeutické části prezentací odešly ze sálu 2/3 posluchačů, mne

znovu zarazila propast v chápání problematiky, v jazyce, v přístupu. Nějak jsme se s kolegy psychiatry nemohli domluvit.

Budou za takové situace obě linie „guidelinů“ slučitelné? Jaká klinická vodítka vzniknou, pokud budou psychoterapeuti přinášet do standardů reference o praktických zkušenostech s terapií svých pacientů? Pokud budou odkazovat na metodologicky nehodnotitelná kasuistická sdělení, záznamy skupinových sezení, reference pacientů? Pokud budou v rámci snahy o vyváženost a objektivitu kromě dobře numericky hodnotitelných směrů přinášet metodologicky nutně problematické výsledky dynamicky či humanisticky orientovaných terapií, rodinné, párové či dalších? Jak uzná akademická věda mizivě síly důkazu těchto sdělení, které se pohybují na opačném pólu než dvojitě slepé randomizované studie? Jak naplnit požadavek opakovatelnosti studie, když to cenné na psychoterapii je právě jedinečnost a neopakovatelnost, jak zobecnit individuální, jak objektivizovat subjektivní? A konečně kam s osobností terapeuta, kam se ve výzkumu promítají jeho životní postoje, jeho vnímání světa a vztahů, prožívání a jednání - jevy, jež vstupují do způsobu jeho práce?

Je jisté, že situace tvorby standardů naplno odhalila určité antagonismy mezi biologickou psychiatrií a psychoterapií. Nabízí se úvaha, zda nebylo možné vzájemnou spolupráci obou společností předjednat a sladit na nejvyšší úrovni ještě před započatím společného díla. Otázka výsledku takovýchto jednání však zůstává stejně nezodpovězená, jako otázka použitelnosti standardů pro praxi. Qui bono? Ruku na srdce - kolik z nás bude běžně nahlížet při práci s pacientem do přehledu doporučených postupů a strategií?.. Na druhou stranu nelze v praxi vyloučit situace, které povedou k hledání dalších terapeutických možností pro pacienty, jimž stávající metody a postupy nebudou dostačovat. Rovněž tak se standardy mohou stát přehledným vodítkem začínajícím terapeutům či studentům příslušných oborů.

Přesto mám za to, že se valná většina terapeutů, stejně jako generace našich kolegů před

námi, bude ve své supervidované praxi držet především vlastního vzdělání, intuice, rozumu a srdce, a spíše než standardizovaným postupem bude naslouchat svým pacientům.

Možná mé sdělení ohledně standardů nebylo úplně standardní, nicméně vám všem děkuji za nadstandardní pozornost.

Michal Kryl

Odeznělo na XXV. česko-slovenské psychoterapeutické konferenci v Trenčianských Teplicích konané 26. - 29. října 2005.

Psychoterapie: mezioborová věda (a umění) sui generis

Jan Poněšický

„Chceme soupeřit s přírodními vědami, místo abychom zkoumali, co lidé právě činí a cítí, a jakou roli to hraje v jejich každodenním životě.“

L. A. Pervin

Nejnápadnějším rysem „Konfrontací“ ve srovnání s jinými psychoterapeutickými periodiky je dle mého názoru jejich osobní, lépe řečeno meziosobní ráz a udávání tónu šéfredaktorem Z. Vybíralem. Obě se projevuje v tom, že na jedné straně obhajuje své právo říkat to, co se mu na druhých líbí či nelíbí - na úkor věcné kritiky - a zároveň reklamuje vědeckost, důkaznost, přesnost atd. A co mi nejvíce chybí, je laskavý přístup a snaha vydvihnout to přínosné, originální a inspirující. A je-li někdo občas pochválen, pak spíše za literární kvality, či se jedná o všemi váženého experta. Tím vzniká ve čtenáři dojem, že není Zbyněk Vybíral pouze kritický - a on se opravdu chová v osobním kontaktu velice kolegiálně.

Trochu mi to připomíná českou politickou scénu, kde taktéž zná každý každého a jednotlivé strany se nemohou věcně dohodnout na společném programu, poněvadž si nejsou sympatičtí jejich předsedové. Podobné poměry panují v pražské psychoanalytické obci, kde existují tři paralelní výcviky. Kdyby se dali kolegové Kocourek, Mikota a Šebek dohromady, mohli by tím rozhojnit výuku tak, jak jsem to zažil během svého psychoanalytického vzdělávání na psychoterapeutických institutech v Brémách, Göttingenu a Düsseldorfu: týdně dvě přednášky a jeden kasuistický či anamnestický seminář (kromě vlastní analýzy, supervizí, klinické psychiatrické a psychoterapeutické praxe na akreditovaných pracovištích atd.).

Tolik na úvod k motivaci mé úvahy o podstatě a charakteru psychoterapeutické profese.

Co je podstatou psychoterapie? Dosažení empatického porozumění a následné vedení takového způsobu interakce, který vede ke změně - symptomů, emočního prožívání, myšlení, chování, novému sebepochopení. Jedná se o psychologickou disciplínu s jejím nárokem na vědeckost či o antropologický, filosofický či spirituální obor? Lze se jí naučit, či je k tomu třeba i nadání, jedná se i o umění? Je nový náhled, nový vzorec meziosobního chování úzce spjat s určitou životní zkušeností a filosofií terapeuta, kterou od nás vědomě či nevědomky pacienti přibírají?

Věda, vědění - co my víme o světě kolem nás? Vše jsou pouze naše představy, „konstrukty“ - a kryjí-li se s naší praxí - tak lze můžeme plánovat a předpovídat - pak jde o skutečnou vědu. Tento ideální stav je snadněji dosažitelný v případě tzv. nomologické reality (neživé části přírody, resp. fyzikálně-chemických procesů) charakterizované identitou logiky a empirie, bez vlastního vývoje a transcendentálního smyslu, charakterizované dále opakovatelností, kde se neodlišuje obecné a zvláštní. Zde platí „vědecké“ denotativní teorie s matematicko-logickým algoritmem, jež jednoznačně vyjadřují vztah mezi realitou a její symbolickou reprezentací (tj. modelem v naší mysli) a jsou nezávislé na subjektu.

Je tomu tak, poznáváme stále důkladněji okolní svět v einsteinovském úžasu nad jeho dokonalostí, či se jedná o pokrok v našem myšlení, o změnu pohledu, nazírání, nesenou vůlí po ještě lepším ovládnutím přírody, jakož i novými motivacemi, jež se dostaly v důsledku společenského vývoje do popředí?

Jde tudíž o konstrukci a konstituci reality, v níž hraje subjekt a jeho vztah k objektu zásadní roli. Naše realita je navýsost lidská a jako „věc sama o sobě“ nepoznatelná. Co nás na této úvaze může potěšit, je závěr, že bude stále co objevovat, tak jak se bude vyvíjet a měnit lidstvo, tzn. jedinec se svými pohnutkami a vnitřním životem. (Ten totiž usiluje i mimo vědu o kongruenci mezi svými potřebami a přáními, sebeporozuměním a mentální reprezentací světa a mezi reálně panujícími poměry. Zde se zrcadlí naše dvě základní životní motivace: po porozumění, vztahu, a po prosazení vlastního názoru, individualitě.) Jedná se tudíž vždy o interakci subjektu a jeho úsilí se vyznat ve světě s objektem poznávání, jehož výsledkem je nová teorie. Zdá se, že stále platí ono schopenhauerovské „svět coby představa a vůle“, což znamená v moderním překladu tvorbu představy světa dle naší zaměřenosti a konec konců vitálních, specificky lidských potřeb. Výsledná představa světa zpětně ovlivňuje naši psychiku a naše jednání. Tak např. pozorujeme během skupinové psychoterapie vědomé i nevědomé vytváření určitých společných představ a norem chování, které mohou klientům poskytovat jak pocit bezpečí či podporovat dělnou atmosféru, tak i omezovat některé jejich tendence.

Podobně je lidská subjektivita (A. Lorenzer) produktem naší přirozenosti ovlivnitelné společenskou praxí, jež vede k ochuzení či deformaci Možného. V každé dějinné situaci se jedná o jiný ideologický tlak (přes rodinu a výchovu), o akomodaci, na níž pak navazuje vlastní tendence ke konzistentnosti; na psychologické úrovni jde o tendenci k sebeakceptaci a racionalizaci vlastního přispůsobení se. Tento civilizační útlak (normami, módou) však volá i po uvědomění (tj. po zrušení společenské skotomisace) a po hledání nových řešení

aktuální konfliktní společensko-politické situace. A tak si i zde může psycholog či psychoterapeut říci s jistým uspokojením, že přes velké množství napsaných knih bude stále možno o něčem novém přemýšlet a psát, o novém typu člověka s jeho charakteristickou problematikou. Tak např. začíná být teprve v současné době jasno o tom, jak vypadá osobnost se socialistickou morálkou, kterou dále utvářejí kapitalistické ekonomicko-politické poměry. To by nás mělo zneklidňovat a motivovat k zamyšlení.

Samozřejmě je situace ještě složitější u tzv. autopoietické reality živých organismů, charakterizované sebeorganizací a sebevývojem, dále rozlišením od zevnějšku (který působí pouze stimulačně a nikoli kauzálně). Co se poté stane, o tom rozhoduje vlastní organizace a logika živého systému (jak to např. popisuje psychoanalýza). Problém je v tom, že tato vymezená „černá skříňka“ je stále v interakci s okolím, ve vývoji, oproti počítači neexistuje rozdíl mezi hardware a software, autopoieticky vznikají stále vyšší řády (a i náš mozek je stále se měnící, učící se a rekatégorizující systém), u člověka pak vzniká vědomí, schopnost sebereflexe a svobodného jednání, konstituuje se tajemné, neuchopitelné a vůlí obdařené „já“.

Charakteristický je spíše způsob změn a směřování vývoje. Zde nestačí vysvětlení - např. že vzniklý symptom nastal vytěsněním agresivní představy, zároveň nebyl a není k dispozici dospělý, energický (sublimační) způsob zvládnání frustrující situace, a tak se místo toho tím silněji projeví desymbolizovaná interakční reakce na tělesné úrovni.

K plnému porozumění patří i pochopení a smysl, čemuž odpovídají tzv. **konotativní** teorie. Ty jsou charakterizovány mnohoznačností, neboť je tím charakterizován život sám, jak to zdůrazňuje např. teorie chaosu: v určitých uzlových situacích jsou stejně pravděpodobné různé možnosti. Mnohoznačnost mezi obecným a jedinečným, mezi „psychickými mechanismy“, „zákonitostmi“, „nevědomými interakčními formami“ a sebeřídícím, svobodným a vědomým „já“, mezi Starým, jež je negováno

Novým. Zde se „vědecky“ (tj. nejlépe zobrazující žitou realitu) hodí k poznání vnitřního světa a chování druhého příběhy, obrazy a metafora, jež mají navíc intersubjektivní charakter neboť je výsledný poznatek určen nejen konstitutivní aktivitou pozorovatele (terapeuta), nýbrž i vlivem klienta na něj, jde o společný produkt. A to vše je navíc ve stálém vývoji. V terapii, převýchově či jiné formě vzájemného ovlivňování se jedná o novou socializaci, vytváření společné intersubjektivní reality, jež v sobě samozřejmě ukrývá i nebezpečí jednostranného vlivu analytika jeho vlastní subjektivitou.

V této souvislosti se ptám, zdali se tím přibližujeme odpovědi na otázku, jaký je rozdíl mezi vysvětlením a pochopením, o čemž přemýšleli mnozí filosofové a psychologové, počínající Diltheyem a konče Paulem Tournierem. Vysvětlení, že někdo potlačuje agresivní hnutí, mohu pochopit jen na pozadí životního osudu: znamenalo by to opětou hrozbu ztráty přízně milované osoby, tak jak tomu bylo v dětství, či dokonce konfrontaci s neúnosným pocitem viny, neboť kdysi následovalo krátce po výbuchu dětské zlosti úmrtí maminky? Vyrůstalo dítě jen s matkou, jež byla často churavá, ve strachu, že jí ztratí, že jí musí chránit a šetřit a veškeré agresivní reakce potlačit? Znamenalo by agresivní chování připodobnění se odmítanému autoritativnímu otci? A druhá stránka chápání takovéto situace se týká toho, co tím pádem člověk nežije: promrhává příležitosti se rázně prosadit se svým nadáním vůči konkurentům, není dost energickým partnerem své budoucí ženy, trápí ho pocity méněcennosti, úzkost ze smrti - totiž z toho, zemřít dřív nežli začal skutečně žít? K tomu všemu je jistá porce agresivity v širokém slova smyslu nutná.

Denotativní a konotativní teorie tudíž souvisí s dialektikou determinismu a svobody, přírodních a duchovních věd, kauzálního vysvětlení a hermeneutického výkladu, mozkem a duševním životem, který je do značné míry obestřen tajemstvím. Tím, co nedokáže rozřešit empirická věda, se zabývá filosofie - a za všechny, kteří se snažili rozlousknout výše

zmíněný problém, jmenuji N. Hartmanna. Tvrdil, že všechny fundamentální kategorie bytí (např. část a celek, rozmanitost, materie a forma, vnitřek a ohraničení, rovnovážnost, akce a reakce, a snad i „freudovská“ organizovanost, život, láska versus entropie, smrt, agrese) se proměňují dle toho, jak přecházejí z jedné hierarchické vrstvy do další. Tak právě determinovanost, charakterizovaná kauzalitou, jejíž výsledek je jí lhostejný, se jeví na vyšší úrovni jako finalita, jejímž předpokladem je souhra jednotlivých částí organismu, a ještě na vyšší úrovni jako neustálá regenerace a vývoj určovaný hodnotovým systémem a naším svobodným „já“, o němž toho tak málo víme. Jedná se rozhodně o heuristicky užitečnější model nežli Kantovo a Descartovo dělení na hmotnou a duchovní realitu.

Otázka determinovanosti našeho jednání v psychoanalýze bývá řešena odkazem na mnohočetnou determinaci působením nevědomých procesů, zvnitřnělých sociokulturních norem a osobních zkušeností včetně vlastní jaské aktivity.

O jistou konkretizaci se pokusil již zmíněný psychoanalytik a filosof tzv. Frankfurtské školy Alfred Lorenzer, když definoval nevědomí jako od narození vznikající neverbální interakční formy mezilidské komunikace a chování, které lze chápat ještě jako spíše determinované, naučené způsoby chování. Společensko-politická, a tím i rodinná atmosféra nedává některým interakčním formám vzniknout, jiným neumožní přechod do vědomé (řečové) formy, a některé z těch, jež již vedly k cílenému jednání, jsou opět potlačeny a desymbolizovány, stále nevědomky ovlivňující naše chování. Na jedné straně se jedná o produkci subjektivity, na druhé straně o produkci nevědomí. Psychoanalýza by zde měla za cíl opětou symbolizaci, čímž je otevřeno pole pro její působení ve smyslu další emočně-kognitivní a volní diferenciace a svobodné disponibilitě ve výsledném chování.

Jisté vysvětlení podává psychoanalytická vývojová teorie: Člověk přestává okolo druhého roku reagovat jen na základě reality, reakce na ni a okamžitého výsledku, nýbrž

reaguje dle vlastní reprezentace světa, jeho subjektivní významovosti, která má afektivně-motivační vlastnosti. Tato internalizovaná reprezentace sebe i okolí umožňuje mentální „zkoušební“ jednání, s představou jeho účinku, konsekvencí - což znamená i svobodu rozhodování a odpovědnost za ni, kterou nám sebedetailnější výzkum mozku ani nevysvětlí, ani neodebere.

Zdá se, že se v člověku (v psychosomatickém či lépe řečeno somatopsychickém slova smyslu) jedná jak o nomologickou, tak i o autopoietickou realitu (jev), platí v něm obecně i jedinečné, a každý z nás je poznatelný i nepoznatelný. Ono celostní, lidské pochopení získáváme vcítěním se do situace druhého. Sice tím nevklouzneme do jeho kůže, mohu si jen představit sebe sama v jeho situaci tak, jak se mi jeví, zároveň si z informací (explorace, chování druhého, komunikace) vytvářím obraz o jeho bytí (duševním stavu, chování, směřování). Snažím se porozumět jeho jedinečnosti a jednostrannosti, což ještě mohu doplnit vcítěním se do jeho protějšku - a samozřejmě využít i své odborné a životní zkušenosti.

Předpokladem je tudíž terapeutova představitivost, rezonance vlastního nevědomí s nevědomými pohnutky a úzkostmi pacienta, otevření se pro dosud nežité a potlačené, což otevře pacientovi prostor pro jeho vývoj, pro nalézání smyslu, pro novou mezilidskou zkušenost.

Na závěr si dovolím citovat profesora psychoterapie M. Pohlenu z jeho knihy o psychoterapii a psychodynamice (2001) - několik pasáží o terapeutické působnosti:

„Jde o anticipatorní kompetenci (u terapeuta), tj. o intuitivní hledání klíče k otevření nových horizontů (u pacienta). Kvalita a funkce terapeuta odvisí od jeho kompozitorního talentu, od jeho jasnoviděcké schopnosti a vizionářského myšlení. To má však jen tehdy terapeutický účinek, když je nastolena důvěryhodná vzájemnost ve vztahu. K tomu je třeba kromě talentu i vědění a lidské i terapeutické zkušenosti... Psychoterapii lze tudíž v návaznosti na S. Freuda definovat jako umělecké řemeslo... Kritériem psychoterapie není pozitivistic-

ké zkoumání její správnosti či chybnosti, nýbrž její individuální a společenská emancipatorní účinnost - podobně jako je tomu u uměleckého díla. Jedná se o kreativní akt, v němž se zjeví svět v novém světle, čímž je překonána dosavadní navyklá zkušenost, dosavadní způsob vidění.“

Kontakt na autora: MUDr. PhDr. Jan Poněšický,
01816 Bad Gottleuba, Bahraweg 2, SRN

O kvalitativnej analýze efektov psychoterapeutických výcvikov

Zuzana Müllerová, Jana Plichtová

Charakteristiky výskumu

Predmetom výskumu, ktorý je súčasťou dizertačnej práce, sú dlhodobé výcviky v psychoterapii a ich aktéri, vzťah lektor - frekventant, spôsoby získavania poznatkov, spôsobilosť a osobnostný rast frekventantov, ako aj spôsoby, akými lektori výcvikov pomáhajú kandidátom stať sa psychoterapeutmi. Skúmali sme i širší inštitucionálny rámec a inštitucionálne praktiky v komunite psychoterapeutov. Diskurzívne zdroje, ktorými sú výpovede participantov výskumu i texty, súvisiace s psychoterapeutmi a psychoterapiou, obsahujú podrobnosti o pozíciách frekventanta výcviku a lektora, aj o tom, ako sa človek stáva psychoterapeutom, aké je ním byť. Koncentrujú predstavy aktérov o podobách konečného „produktu“ psychoterapeutického výcviku, skúsenosti s psychologickými, sociálnymi či politickými efektmi psychoterapeutických výcvikov.

Zvolili sme kvalitatívnu výskumnú stratégiu, interpretatívne bádanie. Nepodujali sme sa stanoviť a overiť hypotézy, ale v spojitosti s psychoterapeutickými výcvikmi rekonštruovať významy v rozprávaní a textoch participantov výskumu, porozumieť im v širšom kontexte, najmä z hľadiska efektívnosti či zníženej účin-

nosti prípravy budúcich psychoterapeutov. Inšpirovali sme sa teóriou a výskumom sociálnych reprezentácií (súbor názorov a presvedčení, utváraných a udržiavaných v spoločenských skupinách), ako aj foucaultovskou analýzou diskurzu.

Pre hlbšie porozumenie skúmaným osobám a javom sme sa pokúsili integrovať informácie z viacerých zdrojov a perspektív (triangulácia: perspektíva lektorov, perspektíva frekventantov/absolventov, v troch výcvikoch analýza záverečných prác, internetové oznamy výcvikových inštitútov a spoločností, vestníky Slovenskej psychoterapeutickej spoločnosti, príspevky z psychoterapeutického časopisu Konfrontace). Pri získavaní údajov sme použili tieto metódy:

- skupinové rozhovory: výskumníčka (Z. M.) viedla diskusiu v skupine frekventantov alebo absolventov výcvikov a samostatne v tíme ich lektorov;
- individuálne rozhovory s lektormi výcviku i absolventmi;
- dotazník s otvorenými otázkami pre absolventky dávnejšie uzavretého výcviku a pre bývalého lektora;
- obsahová analýza internetových stránok a oznamov výcvikových spoločností a inštitútov;
- obsahová analýza záverečných prác frekventantov z troch výcvikov so zameraním na prežívanie významných zážitkov v rámci výcviku a dôležitých životných udalostí ich života v období výcviku;
- tematická analýza odborných i osobne ladených (sebareflekujúcich) príspevkov psychoterapeutov a študentov v časopise pre psychoterapiu;
- pozorovanie (výskumníčka si zaznamenávala terénne zápisky, ktoré boli zakomponované do výskumných zistení).

Vo výskume je zachytených spolu 11 dlhodobých výcvikov v 9 psychoterapeutických smeroch/prístupoch. Jedná sa o dva psychodynamické a dva rogersovské výcviky, výcvik v procesorientovanej, koncentratívnej pohy-

bovej, kognitívne - behaviorálnej, kaťatýmne - imaginatívnej, relaxačnej a symbolickej psychoterapii, vzdelávanie v modeli V. Satirovej a gestalt terapii. Z nich jeden (psychodynamický výcvik typu SUR) bol organizovaný v Čechách, jeden výcvik bol ukončený pred šiestimi rokmi (spomínanie absolventov a lektora výcviku v procesorientovanej psychoterapii) a jeden výcvik (v modeli Virginie Satirovej) nemal podobu bežných akreditovaných dlhodobých výcvikov, nakoľko sa jednalo o vzdelávanie v otvorenej skupine prostredníctvom série nadväzujúcich seminárov.

Celkový počet participantov bol 129 (88 žien, 41 mužov). Frekventantov alebo absolventov sa zúčastnilo 102 (72 žien, 30 mužov). Výcvikových lektorov bolo 27 (16 žien, 11 mužov), z toho zo zahraničia boli 4 lektori (lektorky z Rakúska a Nemecka, lektori z USA a Švajčiarska) a piati lektori z Čiech.

Rozhovory zaznamenané na diktafón výskumníčka doslovne prepísala a prepisy zaslala zúčastneným osobám, aby mali možnosť údaje doplniť alebo opraviť. Sedem účastníkov túto možnosť využilo. Rozhovory a e-mailová komunikácia s účastníkmi výskumu prebiehali v rokoch 2002 až 2004. Celkovo bolo realizovaných 18 skupinových rozhovorov, pričom s frekventantmi alebo absolventmi výcvikov bolo uskutočnených 11 rozhovorov v skupine (spolu 96 osôb, 69 žien a 27 mužov) a s lektormi výcvikov 7 skupinových rozhovorov (spolu 20 osôb, 13 žien a 7 mužov). Prebehlo 9 individuálnych výskumných interview (2 rozhovory s absolventmi výcvikov a 7 rozhovorov s lektormi). Okrem toho bolo analyzovaných spolu 11 záverečných prác absolventov (jedna práca z českého psychodynamického výcviku typu SUR, 1 práca z rogersovského výcviku I a 9 prác z rogersovského výcviku II). Zároveň bola prevedená tematická analýza 66 odborných článkov i osobne ladených príspevkov z českého časopisu pre psychoterapiu Konfrontace (z rokov 1997 až 2004).

V našom skúmaní sme sa zamerali na psychoterapeutický diskurz z hľadiska reflektovaných pravidiel a špecifik jednotlivých terape-

utických škôl. Charakteristický spôsob myslenia a poznania v danom čase a v danej komunite sa objavuje v rozsiahlej produkcii výpovedí, textov alebo foriem konania. Tieto sú dôsledkom spoločného inštitucionálneho, administratívneho a politického rámca. Preto sme sa pozorne oboznámili s inštitucionálnym kontextom, ktorý je nositeľom pravidiel a obmedzení, štandardov pre psychoterapiu, psychoterapeutov, akreditáciu výcvikov, čiže s inštitucionalizáciou moci.

Prehľad diskutovaných tém a niektorých výskumných zistení:

Inštitucionálny rámec, problematika štandardizácie vzdelávania v psychoterapii:

- štruktúrny charakter stanovenia súčasných vzdelávacích štandardov vs. možnosť ich funkcionálneho zadefinovania (kvôli zachovaniu dištingtívnosti prístupov alternatívnych napríklad k psychodynamickému smeru);
- nárast a sprísňovanie požiadaviek na kandidátov („finančná pyramídová hra“, výskyt falšných potvrdení);
- „vzdelávací biznis“ v psychoterapii;
- neistá návratnosť investícií do psychoterapeutického vzdelania;
- finančné i morálne zadĺženie sa kandidátov/kandidátiek voči partnerom/partnerkám a deťom v dôsledku dlhohodovej finančnej záťaže;
- kontext totalitnej minulosti: problém dvojitých štandardov (obchádzanie stanovených pravidiel organizátormi výcviku, skryté uplatňovanie vlastných noriem).

Výcvikové komunity:

- psychoterapeutická „nečistota“ lektorov a výcvikových inštitútov (extrémny fundamentalizmus vs. nezodpovedný eklekticismus);
- diagnostikovanie a medikácia v pôvodne nediagnostikujúcich a nemedikujúcich psychoterapeutických prístupoch;
- kapacita psychoterapeutických škôl integrovať prvky a postupy iných smerov, pro-

- blém zachovania vedeckosti, odbornej legitímnosti eklektického terapeutického postupu;
- problém konštituovania výcviku v integratívnej/integrujúcej psychoterapii;
- frekventanti ako nasledovníci/prívrženci lektorov resp. výcvikového inštitútu?
- má byť cieľom výcviku urobiť z kandidáta psychoterapeuta, alebo meniť jeho osobnosť?

Zloženie výcvikových skupín:

- trend profesijnej a vzdelanostnej rôznorodosti výcvikových frekventantov, laici ako noví spotrebiteľia/konzumenti služieb lektorov, problém zámeny výcviku za terapiu);
- stanovenie kritérií pre selekciu nevhodných uchádzačov, motívy a úskalia „bezprahového“ prijímania záujemcov do výcviku, správne načasovanie vstupu do výcviku (vzhľadom k psycho-sociálnemu vývinu uchádzača a pod.) a vhodný výber psychoterapeutickej školy (v súlade s osobnosťou záujemcu);
- problém „posielania“ pracovníkov do výcviku na (psychiatrických) pracoviskách;
- problém predčasného opúšťania výcviku frekventantmi.

Mocensky asymetrický vzťah lektor/ka – frekventant/ka:

- prejavy mocenskej asymetrie už pri výbere uchádzačov: problém nízkej/nedostatočnej informovanosti záujemcov o výcvik;
- problém tzv. duálnych rol, zvyšujúci asymetriu (lektor aj láskavý terapeut, aj učiteľ/autorita, aj supervízor, aj člen skúšobnej komisie, ktorý rozhoduje o udelení certifikátu, príp. dvojrola „otec“ a „dedo“ v psychodynamických výcvikoch);
- kolízia rol v prípadoch, keď je lektor zároveň nadriadeným pracovníkom frekventanta v zamestnaní (lektori často nevnímajú duálnosť rol ako problém);
- priebežná selekcia účastníkov lektormi ako faktor prehlbujúci asymetriu lektor - frekventant;
- zraňovanie vo výcviku (indoktrinácia a treskanie za odlišnosť, lámanie obrán, nadržané/„mačovské“ správanie lektorov - mužov voči ženám vo výcvikovej komunite a pod.).

Záverečné hodnotenie absolventov výcvikov:

- dôsledky plošnej požiadavky podrobiť sa externému hodnoteniu autoritami (skúšobnou komisiou) ako jedinej legitímnej možnosti získať certifikát;
- systém sebahodnotenia ako možná alternatíva k uplatňovanému externému hodnoteniu (potreba alternatív pre iné než psychodynamické výcviky);
- kolízia systému sebahodnotenia s externým hodnotením (expertný prístup v „neexpertných“ psychoterapeutických školách).

Spôsoby znižovania mocenskej asymetrie vo vzťahu lektor/ka – frekventant/ka:

- argumenty v prospech požiadavky aktívneho prístupu lektora i frekventanta k priebežnému znižovaniu mocenskej asymetrie v ich vzťahu;
- splnomocňovanie uchádzača o prípravu vo výcviku poskytnutím detailných informácií o výcviku a zážitkového pobytu;
- včasná selekcia nevhodných prijatých kandidátov podľa vopred dohodnutého postupu a za spoluúčasti samotných frekventantov na rozhodovaní o konečnom zložení výcvikovej skupiny/komunity;
- individualizácia prípravy podľa potrieb kandidáta - jeho spolurozhodovanie o náplni a spôsobe prípravy/možnosť voľby;
- predchádzanie duálnym rolám u lektorov;
- legitimizácia alternatív k externému/expertnému záverečnému hodnoteniu kandidátov.

Získavanie poznatkov a spôsobilostí budúcich psychoterapeutov:

- problém absencie tzv. *skupinového zážitku* ako implicitnej formy učenia sa v niektorých výcvikoch (dôležitosť zastúpenia explicitného aj implicitného učenia);
- emocionálne náročné situácie a aspekty výcviku;
- odlišnosť získavania poznatkov a spôsobilostí vo výcviku a prostredníctvom vyučovania v tradičnej škole;

- problémy pri učení sa (napr. strach pracovať s klientmi);
- zaobchádzanie lektorov s identifikáciou a imitáciou;
- vytváranie vlastného štýlu práce s klientom.

Osobnostný rast frekventanta, sociálna a profesionálna identita:

- zmeny v životnej filozofii a hodnotovom rebríčku frekventantov/absolventov, problém hraníc „povolenej“ persúázie zo strany lektorov (presvedčania o istej verzii pravdy a iných foriem uplatňovania moci voči frekventantom);
- medzivýcviková rivalita v dôsledku značného emocionálneho významu členstva vo výcvikovej skupine („my sme lepší, resp. najlepšie“);
- osobná kontraindikácia terapeuta („hranica terapeuta“);
- ťažkosti spojené s inklúziou psychoterapeutov do zdravotníckeho systému.

Osobnosť výcvikového lektora a kvality lektorského tímu:

- úlohy a zodpovednosť lektorov, kvality osobnosti lektora;
- kvality lektorského tímu, problémy v lektorskom tíme (napr. zanedbávanie supervízie, rivalita a pod.);
- problém zanedbávania psychohygieny u lektorov;
- syndróm guru, predchádzanie syndrómu guru;
- problém nerefektovania rodových stereotypov vo výcvikoch (napr. „mačizmus“ u niektorých lektorov - mužov v SUR výcviku voči ženám);
- ťažkosti lektorov pri rozlišovaní medzi výcvikom a terapiou, medzi frekventantom a klientom či medzi prácou terapeuta a lektora;
- zriedkavá výskumná činnosť výcvikových inštitútov (napr. zisťovanie účinnosti svojich výcvikových programov).

Ostatné výskumné zistenia:

- dilemy v psychoterapii a psychoterapeutikom vzdelávaní (napr. zodpovednosť za psychickú dekompenzáciu účastníka výcviku, vý-

- lučné/intímne vzťahy vo výcvikovej komunite, tlak skupinových noriem ku konformite vs. autenticnosť účastníkov, vágnosť kritérií pri záverečnom hodnotení kandidáta a pod.);
- metafory a prirovnania vo výpovediach účastníkov výskumu;
 - otázky rozvážnej uchádzačky o prípravu vo výcviku (kritériá pri voľbe výcviku, kompaktného s osobnosťou a potrebami záujemcu);
 - námety pre ďalší výskum.

V skratke z interpretačnej analýzy

Vo výskumných rozhovoroch s lektormi a lektorkami psychoterapeutických výcvikov sme sa okrem iného pýtali, čo pre nich znamená lektorovať výcvik. Zazneli odpovede, že sa jedná o dobrodružstvo, jedinečnú príležitosť intímne sa spoznať s množstvom ľudí, profesijne sa reprodukovať, doriešiť si veľa svojich nevyjasnených vecí, rásť spoločne s frekventantmi výcvikov, chrániť ich a sprevádzať počas dôležitých rokov života. Lektorovať výcvik je tiež poriadny adrenalín, jedna z lektoriek sa cíti pred zahájením sústredenia ako dostihový kôň pred štartom.

Absolventke výcviku pripomína správanie sa členov výcvikovej skupiny zomknutosť ľudí v hraničnej situácii. Predovšetkým zážitkový výcvik je územím silných emócií najrôznejších odtieňov. Ako sa hovorí a píše, ľudská skupina je mechanizmus s ohromným potenciálom liečiť i zraňovať. Lektori a lektorky sa stávajú významnými osobami, členstvo vo výcvikovej skupine je frekventantmi emocionálne vysoko ohodnotené. V lektoroch vidia účastníci záruku, že sa skupina nerozpadne a že postrážia ich bezpečnosť. Pre mnohých jej členov, vrátane lektorov, je pomyslenie na zánik skupiny na konci prípravy sprevádzané smútkom či dokonca bolesťou. Niektorí z účastníkov si emočnú závislosť od skupiny uvedomia až po jej zánik. Kým skupina jestvuje, členovia sa zvyčajne nezdráhajú prejavovať jej vernosť a bránia ju pred ohrozením zvonka i zvnútra. Dochádza u nich k (ne)uvedomovanému skresľovaniu či selekcii zážitkov a udalostí tak, že rozdiely medzi členmi vo svojej skupine vní-

majú ako minimálne (domnievajú sa, že prevláda súlad a harmónia na dôkaz toho, že v „našej“ skupine prebieha všetko správne, prípadne najlepšie) a cudzie skupiny (výcviky) hodnotia zásadne ako horšie alebo aspoň menej dobré. Toto sú známe fakty, mnohokrát preukázané štúdiami v oblasti sociálnej psychológie a zjavné sú i v našom výskume.

V prostredí skupiny je náročné odolať indoktrinácii zo strany lektorov, ale aj pokúšaniu indoktrinovať zverencov. Od osoby v pozícii lektora sa takéto pôsobenie priam očakáva a štandardy pre vzdelávanie v psychoterapii proces indoktrinácie náležito štruktúrujú. Výcviková skupina poskytuje široký priestor pre manipuláciu a uspokojovanie potrieb nezrelého lektora, pokiaľ mu to umožňujú i kolegovia z lektorského tímu. Frekventanti často veria, že ich problémy s nezrelým lektorom akosi obídu, že sa nebudú týkať ich výcviku. Podobne radi veria, že lektorom nejde o peniaze, ale sledujú ďaleko ušľachtilejšie ciele. V zážitkovom výcviku akoby sa stala významnejšou intimita, zdieľanie sa, vzťahy s konkrétnymi ľuďmi (zdroje oceňovania), než samotná príprava na povolanie psychoterapeuta. Vplyv skupiny pripomína účinky drogy, ktorá tiež spôsobuje skreslenia vo vnímaní reality. Môžeme a máme od lektorov očakávať, že budú voči tejto „droge“ odolní alebo aspoň odolnejší než frekventanti?

Povoleným dopingom lektorov sú peniaze, zárobok. Pokiaľ nemajú stabilný príjem na (prestížnom) pracovisku, napríklad ako vysokoškolský pedagógovia alebo psychologovia či psychiatri na klinike, bude im pravdepodobne viac záležať na tom, aby otvorili čo najviac výcvikových skupín. Vo výskume sme sa stretli s tým, že lektori jedného z výcvikov nerobili žiaden výber uchádzačov do výcvikovej skupiny, nestanovili žiadne kritérium. V skupine sa ocitla menšina kandidátov na psychoterapeutov a väčšina laikov z rozličných profesií a vzdelania (aj účastníčka so základným vzdelaním). Niektorí z uchádzačov boli klientmi lektorov z individuálnej psychoterapie, od výcviku preto očakávali vyriešenie či odstránenie osob-

ných problémov. Činnosť na skupine mala často charakter skupinovej psychoterapie. Explicitne lektori zdôvodňovali nezújem selektovať záujemcov o výcvik tým, že výcviková skupina má byť pestrá ako život sám. (V iných výcvikoch riešili pestrosť odporúčaním, aby kandidát prešiel počas psychoterapeutickej praxe rôznymi zariadeniami a získal skúsenosti s rozmanitými typmi klientov a pacientov.) V zmienanom bezprahovom výcviku je bežné, že vyše polovica frekventantov predčasne výcvik opúšťa. Laici sú riešením na problém pomalého zaplňovania miest tiež v niektorých psychodynamických výcvikoch, kde je zahájenie výcvikovej komunity podmienené zozbieraním rovnakého počtu mužov a žien do troch malých skupín. Najmä muži sú trvalo „nedostatkovým tovarom“, preto sa pristupuje aj k náboru manažérov, kňazov, laických terapeutov a podobne. Peniaze zohrávajú úlohu i pri vyžadovaní dodržiavania pravidiel a sankcionovaní. Ako nás informovali niektorí účastníci výskumu, aby lektori neprišli o platiaceho účastníka, prívru nad všeličím oči.

Motiváciou lektorovať výcvik sú peniaze, ale i pocit dôležitosti, významnosti, dobrodružstvo, adrenalín, možno únik pred vlastnými problémami, či pestovanie ilúzie, že sa lektor či lektorka vyznajú aj v sebe tak, ako to predvzdať voči iným. Lektorovanie snád poskytuje tiež ilúziu, že lektori sú na tom lepšie než zvyšok populácie, že ich úsudok otvára druhým ľuďom oči a disponujú mimoriadnym talentom na riešenie problémov i žitie dobrého života, mimoriadnym poznaním. Pozícia lektora to umožňuje aspoň predstierať na verejnosti. Vďaka nerealistickému hodnoteniu zo strany frekventantov, ktorí sú závislí na hodnotení svojich lektorov a pripisujú im až magické schopnosti, získavajú lektori a lektorky uznanie a záujem, vďaka čomu sa môžu považovať za dôležitých a atraktívnych mužov a ženy. Členstvom vo výcvikovej skupine, ale najmä v dôsledku starostlivosti a pozornosti lektorov ako významných autorít, vzrastá u frekventantov pozitívne sebahodnotenie a záujem častejšie „zabodovať“ a inkasovať ocenenie. Od toho sa odvíja i pozícia/status frekventan-

ta vo vnútri výcvikovej skupiny a následne šanca získať certifikát. Nezriedka sa aj frekventanti cítia ako „Výnimoční“ v porovnaní s bežnými smrteľníkmi. Jeden z nich zdôrazňuje, že možnosť rozvíjať svoju osobnosť v psychoterapeutickom výcviku nepatrí medzi „obvyklé civilizračné kvality“. Skutočne? Povšimli sme si značnú neochotu uvažovať o možných nežiadúcich účinkoch...

Lektori sa musia na verejnosti prezentovať ako veľmi serióznymi ľuďmi a erudovanými odborníkmi. Od ich osobnej presvedčivosti či atraktivity totiž závisí, ako dlho potrvá naplnenie novej výcvikovej skupiny. Z hľadiska náboru nových frekventantov je ideálnou profesiou vysokoškolského pedagóga. Lektor či lektorka teda musia pôsobiť neustále ako vzor, model hodný nasledovania. Okrem toho sa frekventantom páči, keď sa prejavujú aj ľudsky, čiže nedokonalé. Osobné krízy by však mali byť skryté pred zrakmi verejnosti, aby neutrpel imidž lektora alebo lektorky. Zistili sme, že slovenským a českým lektorom a lektorkám neostáva veľa času na psychohygienu a aktívny oddych. K lektorovaniu patrí množstvo organizačného a administratívneho práce v rámci výcvikového inštitútu alebo spoločnosti, ktorú si lektori delia medzi seba. Pokiaľ by sa chceli odbremeniť, museli by zaplatiť pracovnú silu navyše. Nezvyknú investovať ani do supervízora a spoliehajú sa na intervízne sedenia.

Dvaja z výcvikových lektorov otvorene hovoria o krízach a vlastných pochybnostiach. Jeden z nich popisuje celkom konkrétny strach, či zverencov vo výcviku nenaučí „čosi celkom odtrhnuté od reality“. Máva pochybnosti o vlastnej kompetencii učii iných. Úzkosť v ňom vyvoláva sebaspytovanie: „Čo ak danú psychoterapiu vykladám nesprávne a účastníci výcviku sa to odo mňa naučia takisto zle?“ Ten istý lektor sa cíti tiež veľmi v nepohode ako člen skúšobnej komisie. Ako jednému z mála lektorov prekáža, že nejestvuje objektívne kritérium na posúdenie pripravenosti daného kandidáta vykonávať psychoterapiu. V pozícii autority, od ktorej sa to údajne právom očakáva, musí rozhodovať, prečo tento kandidát či kandidátka áno a prečo tento nie. Skúša-

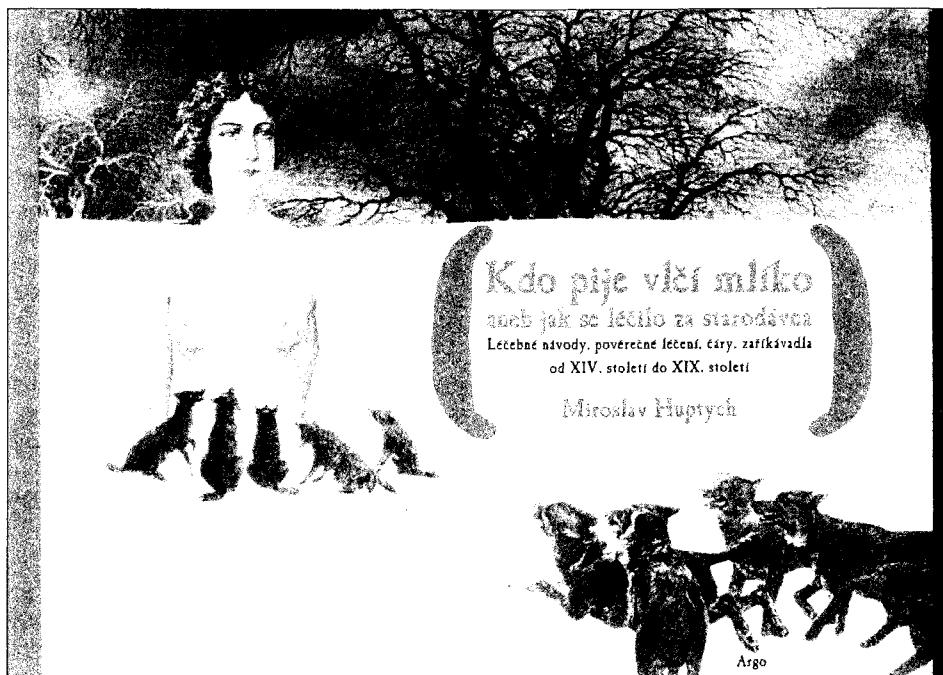
nie a externé hodnotenie autoritami môže byť potom vnímané ako jedno z dejstiev hry na Majstrov a učeníkov. Sme naň zvyknutí z tradičnej autoritárskej školy.

Lektori mnoho ponúkajú a mnoho sa od nich na základe ich ponuky (realistickej?) očakáva. Bezprostredne formujú dopyt (realistický?). Dokážu títo ľudia aspoň doma odkladať masky lektorov a psychoterapeutov? Vedia vôbec, že ich nosia? Alebo si vyberajú tieto pozície (prevažne či skôr ojedinelo?) tí, ktorým atrak-

tívna maska legitímnym spôsobom zabezpečuje noblesnejšiu identitu a vyšší spoločenský status?

Kompletnú prácu, ktorá obsahuje množstvo úryvkov z výpovedí účastníkov výskumu, je možné nájsť na internete, konkrétne na webovej stránke doktorandov prof. Jany Plichtovej www.diskurz.sk (na hlavnej stránke potrebné kliknúť na „linky“ a pozrieť v ľavom stĺpci dolu). Pokiaľ napíšete na adresu zuza.mullerova@zmail.sk, autorka zášle záujemcom ten istý dokument prostredníctvom e-mailu.

KONFRONTACE DOPORUČUJÍ



Vydalo nakladatelství Argo, Praha 2005. Doporučujeme, pobaví vás.

KONGRESY, KONFERENCE

Výzkum v psychoterapii: současnost a výhled do budoucna

International Meeting SPR 2005,
Montreal, Quebec, Kanada,
22.-26. 6. 2005

David Skorunka

1. Společnost pro výzkum v psychoterapii

Když vědec klade otázky přírodě a získává odpovědi prostřednictvím pozorování a experimentů, uvědomuje si, že je to on sám, kdo určuje přesvědčivost a opodstatněnost získaných odpovědí svým výběrem kritérií, podle kterých přijímá nebo zavrhuje výsledky pozorování a experimentů?

Humberto Maturana

Často slychanou výtku na adresu psychoterapie je absence věrohodného výzkumu. S touto kritikou se můžeme setkat jak v medicínském kontextu, tak mezi samotnými psychoterapeuty. Pokud máme na mysli výzkum ve formě kontrolované dvojité slepé studie, pak jsou v případě mnoha psychoterapeutických směrů podobné výtky namístě. Mohli bychom samozřejmě vést dlouhé epistemologické debaty o vhodnosti aplikace metodologie přírodních věd či medicínského modelu na zkoumání psychoterapie nebo o různých formách poznávání. Přesto se v současné době stěží v akademických kruzích obejdeme bez argumentů založených na poznatcích vědeckého bádání. Tvrzení popírající existenci seriózního výzkumu v oblasti psychoterapie jsou nicméně

nepřesná a mnohdy dokonce svědčí o kritické neznalosti či předpojatosti. Zkoumání vzdorný totiž není žádný fenomén či lidská aktivita, a tudíž ani psychoterapie. Nehledě na to, že výzkum může nabývat různých podob. V zemích s rozvinutou psychoterapeutickou tradicí je zkoumání různých aspektů psychoterapie součástí aktivit psychologických a jiných ústavů na mnoha akademických pracovištích a univerzitách.

Jednou z organizací podporujících výzkum v psychoterapii je Society for Psychotherapy Research (SPR), jejíž představitelé pořádají již od roku 1970 pravidelná každoroční mezinárodní setkání. Společnost se skládá ze čtyř komor, v nichž se sdružují a mezi sebou vzájemně komunikují psychoterapeuti různého zaměření a kvalifikace, zejména však psychologové a psychiatři z Evropy, Velké Británie, Severní a Jižní Ameriky. Členové společnosti jsou velmi aktivní: provádějí psychoterapeutický výzkum, podporují činnost studentů i zkušených vědců, vydávají časopis *Psychotherapy Research* pod hlavičkou renomovaného nakladatelství Routledge (*Francis&Taylor Group*), v němž vycházejí zajímavé tituly z psychoterapie a psychosociálních přístupů v oblasti duševního zdraví. Letos v červnu se v Montrealu konala již šestatřicátá mezinárodní konference SPR, na jejíž organizaci se podíleli kolegové z montrealské *McGill University*. Jakožto účastník akce mohu nyní na stránkách Konfrontací referovat, co se v komunitě vědců zkoumajících psychoterapii aktuálně odehrává.

Do Montrealu se sjeli studenti i zkušení vědci z 20 zemí a odborný program se skládal z více než 400 prezentací. V následujících řádcích se pokusím přiblížit obsah a závěry některých sdělení a diskusních panelů. Úvodní plenární prezentace se zhostilo hned několik odborníků v čele s *Johnem Norcrossem*, spoluautorem i u nás známé učebnice *Psychoterapeutické systémy*. Suverénně působící prof. Norcross přítomné seznámil s plánovaným programem nově vzniklé pracovní skupiny Americké psychologické asociace (APA), jejímž cílem je rozvoj psychologické a psychoterapeutické praxe založené na důkazech (eviden-

ce based practice, EBP) v oblasti duševního zdraví.¹ Praxi založenou na důkazech v psychologii/psychoterapii členové pracovní skupiny APA míní „integraci nejlepšího dostupného výzkumu společně s klinickými odbornými znalostmi a zkušenostmi v kontextu charakteristických rysů pacienta, jeho potřeb, vyznávaných hodnot a kultury, v níž žije“. Jak vidno, jde o velmi ambiciózní projekt. I když podněty pro jeho vznik nepocházejí pochází také z přírodních věd a medicíny, hlavní diskutující osobnosti tvrdí, že jde o vlastní iniciativu APA, jejíž součástí má být rozvoj a podpora rozmanitých výzkumných metod a zkvalitnění poskytované psychologické péče. Kromě kvantitativních metod a studií odvozených od modelu srovnávání účinnosti farmak je třeba akceptovat výzkum kvalitativní a také důkladné kasuistické studie. Již nyní samotní členové pracovní skupiny předvídají některé z možných důsledků naznačeného kurzu: další prohlubování propasti mezi vědci a terapeuti. Postupná realizace definovaných cílů bude mít dopad na to, co bude vyučováno, akceptováno a hrazeno z pojištění. Ještě než následovaly reakce z obecnosti, prof. Norcross uzavřel výstup svých kolegů slovy, že tento mezinárodní trend² „se bude týkat dříve nebo později každé odborné profese a dojde k tomu s námi anebo bez nás“.

Pouze dva účastníci ranní diskuse si dovolili poukázat na probíhající vývoj kriticky. **Leslie Greenberg** se s úsměvem dotázal, zdali se v prohlášení někdo zabývá otázkou sociální psychologie poznání a zda se berou v úvahu různé projevy profesionální a osobnostní zaujatosti, které dávají vzniknout i u nás dobře známému jevu tzv. náboženství vědy/výzkumu. Rozpoutala se bouřlivá debata, ale bylo jas-

¹ První verzi prohlášení APA lze nalézt např. na www.psychotherapyresearch.org/events/montreal2005.html a pravděpodobně i na samotných webových stránkách Americké psychologické asociace.

² J. Norcross zcela vážně použil výraz *international juggernaut*. Zdá se mi úsměvné, že dle výkladového slovníku *juggernaut* kromě slangového označení nákladního vozu TIR také znamená moloch, ničivou sílu, běs či přízrak.

né, že vývoj půjde již naplánovaným směrem bez ohledu na to, co si pan prof. Greenberg z *York University* v Torontu a jemu podobní „heretici“ myslí. Názorový nesoulad s některými zúčastněnými Leslie Greenbergovi očividně nevedl, však je dnes váženou osobou a také autorem několika odborných publikací na téma *emotion-focused therapy and research*. Jiný psychoterapeut z Kalifornie, jehož jméno se mi nepodařilo zjistit, upozornil na ošidnost nekritického přejímání medicínského modelu léčby. Tento model není v případě psychoterapie a psychologie zcela adekvátní, protože „psychoterapie není vždy totéž, co léčba“. Je potřeba akceptovat rozličná paradigmat a variabilitu tolik typickou pro psychoterapeutická setkání a prezentované problémy. Na závěr této diskuse ještě vystoupil se zajímavým návrhem **Michael Lambert**, jeden ze spoluorganizátorů celé konference. Upozornil přítomné, že pro profesi je nejlepší to, co je nejlepší pro pacienta. Pacientům nepomůže vzájemná řevnivost ani tendence vyzdvihovat jeden psychoterapeutický směr nad druhé tak, jak tím občas bývají proslulí někteří příznivci kognitivně behaviorální terapie. Navrhl, že prohlášení APA by mohlo znít opačně: na praxi založené důkazy (*practice based evidence*). A místo zaměření na léčbu se soustředit na proces zlepšení kvality života našich pacientů. Dr. Lambert také dodal, že absence výzkumu či důkazů není dokladem neúčinnosti daného psychoterapeutického směru. O specifických intervencích nemůžeme říci, zdali jsou v případě konkrétních problémů účinné či neúčinné, dokud nebyly podrobeny systematickému empirickému testování. Maximálně můžeme říci, že tyto intervence a přístupy prozatím zkoumány nebyly.

Velký zájem vyvolala přednáška **Johna Clarkina** z *Cornell University* věnovaná současným poznatkům o hraniční poruše osobnosti (*Borderline Personality Disorder, BDP*). Prof. Clarkin připomněl historii zkoumání této problematiky a podíl na dnešní úrovni poznání ze strany různých odborníků. Spojit úsilí a znalosti by měli psychoanalytici, neurovědci, experti na vývojovou psychologii a teorii přílnutí

(*attachment theory*). A v neposlední řadě samotní psychoterapeuti. Z hlediska dnešních znalostí o hraniční poruše osobnosti se podle J. Clarkina nejedná o jednoznačnou snadno popsateľnou kategorii, ale spíše o heterogenní obrazy, psychopatologie a příběhy. Chování i v rámci této diagnostické kategorie nabývá rozličných významů nejen pro samotného jedince, ale především v jeho vztazích s blízkými a dalšími lidmi. Pouze v některých aspektech se dnes odborníci na hraniční poruchu shodnou. Například na problematice sebe-pojetí, sebezporozumění a pohled na své okolí, na sklony k charakteristickým a někdy destruktivním projevům chování a na konfliktní a značně proměnlivé mezilidské vztahy. Prof. Clarkin několikrát zopakoval, že v případě hraniční poruchy osobnosti je manuál DSM IV.³ naprosto nedostatečný jak pro porozumění problematice BDP tak pro terapeutické potřeby. I když je k dispozici celá řada nálezů ze studií založených na využití zobrazovacích metod, není pochyb ani o významu kvality základních vztahů s pečovateli v rané vývoji jedince, který posléze navštěvuje psychiatra. Co se týče léčby, existují studie srovnávající různé psychoterapeutické přístupy, jež se u osob s diagnózou BPD využívají. Jedná se zejména o kognitivní terapii, tzv. dialektickou behaviorální terapii, na přenos zaměřenou psychoterapii (*transference-focused therapy*), psychodynamické přístupy a terapii založenou na teorii přílnutí (*attachment theory*). O jedné ze studií

³ Diagnostický a statistický manuál (DSM, současná verze IV.) je základním klasifikačním systémem duševních nemocí americké psychiatrie. Manuál DSM ovlivnil vývoj Mezinárodní klasifikace duševních poruch (MKN-10), s níž sdílí teoretickou koncepci a do značné míry i popis a rozčlenění duševních poruch do kategorií. Ve snaze poskytnout přesnější a komplexnější podklady pro diagnostickou a prognostickou rozvalu, vyvíjejí se v psychiatrii víceosé diagnostické systémy. Na různých osách se posuzuje diagnóza duševní či tělesné nemoci, stupeň postižení v různých oblastech a související faktory, které mohou ovlivnit průběh a prognózu. I přes tento vývoj jsou dosavadní klasifikační systémy stále terčem kritiky, jak ze strany některých biologicky orientovaných tak psychoterapeuticky zaměřených psychiatrů, psychologů a dalších odborníků v oblasti duševního zdraví a samozřejmě i ze strany samotných pacientů.

i o modelu léčby hovořil sám Otto Kernberg, reprezentativní studii publikovali v letošním roce Kenneth Levy, Frank Yeomans společně s Johnem Clarkinem. V závěru své plenární přednášky prof. Clarkin připomněl, že během léčby nestačí zaměřit se na pouhé odstranění symptomů. Ve světle současných poznatků a zkušeností je mnohem důležitější snažit se podpořit pacientovu schopnost žít uspokojivě a pokud možno smysluplný život. Léčba musí být komplexní, diferencovaná podle potřeb konkrétního pacienta a podle předpokládaných podskupin v dané kategorii, o kterých toho ale zatím mnoho nevíme. I když zobrazovací metody mohou pomoci porozumět vztahu mezi organickými změnami, osobnostními dispozicemi a chováním, je nadále nezbytné několikileté sledování a realizace dlouhodobých studií zaměřených mimo jiné na pochopení mechanismů terapeutické změny a na rozpoznání změn v mozku v souvislosti s léčbou.

Se zvědavostí hodnou rodinného terapeuta jsem se vydal na diskusní panel věnovaný výzkumu procesu změny v párové a rodinné terapii. Diskusi vedli: **Laurie Heatherington** (*Williams College, Williamstown, USA*), **Adam Horvath** (*Simon Fraser University, Vancouver, Kanada*), a **Lynne Knobloch-Fedders** (*Northwestern University, Chicago, USA*). Poslední jmenovaná, rodinná terapeutka z chicagského předměstí Evanstonu, seznámila přítomné hned v úvodu s problematickou pozicí rodinné terapie v prostředí, v němž dominuje individuální, na diagnózu orientovaný přístup. I pro odborníka z renomované akademické instituce ve Spojených státech (na *Northwestern University* existuje postgraduální studium a tzv. *post-doc fellowship* v rodinné terapii) je v současné atmosféře *evidence-based practice* obtížné sehnat od federálních i státních grantových agentur peníze na výzkum zaměřený na rodinnou terapii. Proč? Protože v současnosti jsou prioritou výzkumné projekty zaměřené na individuální terapeutické směry a zejména na bádání týkající se jednotlivých diagnostických kategorií. Není to malicherný problém. Pokud nejsou peníze, nelze přežít ani bádání, i když si „hlava“ naší republiky při ná-

vštěvě českých výzkumných pracovišť nedávno dovolila prohlásit, že „chudoba vědcům svědčí a bohatství svádí k zahálce a ubíjí myšlení.“

Škoda, že podobné duchaplné teze nevedou ke změnám ve velkorysém sebe-odměňování našich politiků. V případě rodinné terapie v USA i u nás doma absence výzkumu vede k absenci pádných argumentů, věrohodnosti a částečně také k neochotě pojišťoven financovat tento přístup ze zdravotního pojištění. Nemluvě o mizivé šanci na uznání ze strany akademické/vědecké obce. Prostě takový malý začarovaný kruh. Ale i naši milí Američané se učí, jak obejít systém. Podle již zmíněného Johna Clarkina jsou možnou inspirací za mořem pověstné „postranní uličky“ českých hokejistů. Co to v praxi znamená? Prý se jednoduše provede malá, finančně nenáročná pilotní studie a s výsledky se chodí přemlouvat grantové agentury, aby finančně podpořily následný komplexnější a dlouhodobější projekt. Nebo vědci argumentují tím, že v případě duševních či tělesných potíží u dítěte či dospívajícího je vzhledem k vývojovým potřebám léčba bez systematické spolupráce s rodinou nedostatečná. Také zazněl návrh na strategii některými již zřejmě uplatňovanou, kdy je třeba hovořit o chronické duševní či tělesné nemoci jako o břemeni pro celou rodinu. Pod tíhou těchto postranních argumentů se dříve či později složí každá instituce, držící „kasu“. Pokud bude ale schopná výhledu do delší perspektivy než je jedno volební období.

Velmi povzbudivě působily i výroky o tom, jaké oblasti zkoumání v současnosti „letí“, a tudíž mají větší šanci na „sponzoring“. Takovou stálící je pochopitelně schizofrenie, pak je velký zájem o násilí, leckomu, jak už čtenář postřehl, nedá spát hraniční porucha osobnosti. Naštěstí je tu rada zkušených: při vypracování projektu je hlavně třeba dávat pozor, aby vše vypadalo maximálně „vědecky“. Adam Horvath ze *Simon Fraser University* ještě doplnil několik myšlenek, které stojí za citovat. Především je nutné, aby se vědci pokoušeli hledat odpovědi na ty otázky, které jim pokládají klinici. Nikoli zakládat svá bádání pouze na svých teoretických konstrukcích a hypoté-

zách, často velmi vzdálených od toho, co se v terapeutické místnosti dennodenně odehrává. Největším problémem, kterému se při výzkumu čelí, je komplexita, provázanost a složitost zkoumaných jevů. Aby bylo možné nějaký výzkumný projekt realizovat, tak je třeba na to jít co nejjednodušší cestou (*make it as simple as possible*). Při tom se ale nevyhneme redukcionismu a někdy i nemístnému zjednodušení. Nehrozí právě při takovémto postupu, že se zaměříme na námi preferované nebo snadno zkoumatelné vlivy a faktory a vzdálíme se provázaným vztahům, souvislostem a porozumění samotnému? I v této diskusní skupině zaznělo, že diagnostický a statistický manuál duševních nemocí je neadekvátní pomůckou; je rozhodně vhodnější uvažovat v dimenzích nežli v kategoriích. Prof. Horvath také zdůraznil, že důležitou inspiraci přináší pohled „odjinud“, například z řad lingvistů či sociálních antropologů. Pro čtenáře Konfrontací to jistě není žádnou novinkou, ale jak vidno z jazykovědných studií, pojmenování něčeho (problému) vede ke změně atribuce a následně ke změně chování. Pokud hovoříme o problému ve vztahových termínech, jde o významný potenciální spouštěč změny v systému. Bohužel téma párové/rodinné terapie se kromě tohoto diskusního panelu dočkalo pouze tři krátkých příspěvků věnovaných vývoji a aplikaci dotazníku zaměřeného na hodnocení terapeutické změny v procesu systemické terapie (*Systemic Therapy Inventory of Change; STIC*).⁴

Mezi aktivními účastníky zaujímali významné místo vědci a terapeuti z německých univerzit a psychotherapeutických či psychosomatických pracovišť. V tématech prezentací našich německých kolegů dominovala alexithymie,

⁴ V panelu zaměřenému na hodnocení terapeutické změny v procesu systemické terapie vystoupil prof. William Pinsof a jeho kolegyně z chicagské *Northwestern University*. W. Pinsof se dlouho věnoval studiu účinnosti manželské a rodinné terapie, terapeutickému procesu rodinné terapie a integraci rozdílných přístupů s cílem maximální terapeutické efektivity. V roce 1995 společně s klasiem rodinné terapie Lymanem Wynem působili jako editoři speciálního čísla *Journal of Marital and Family Therapy* věnovaného právě výzkumu účinnosti párové a rodinné terapie.

somatoformní bolestivá porucha, souvislosti mezi zpracováváním emocí a výskytem některých tělesných potíží či depresí apod. Vysloveně psychosomatická problematika, jak ji známe z našich odborných akcí, zde ale chyběla. Vzhledem k publikacím od některých našich zkušených terapeutů mohou být zajímavé výsledky některých prací, jejichž autoři se věnují vztahu mezi dítětem a pečovatелеm a klíčové- mu významu bezpečného přilnutí (*secure attachment*) v prvních letech vývoje dítěte. Například **Alessandra Vicari** z německé univerzity v Ulmu ve své studii založené na využití tzv. *Adult Attachment Interview* a dalších kvalitativních metodách potvrdila to, co už před ní popsala řada vývojových psychologů během výzkumu a rodinných terapeutů v praxi. Matka má „rozhodující vliv na vývoj dítěte ve smyslu prožitku bezpečného přilnutí a vytvoření pracovních vnitřních modelů vztahů“, což je nezbytné pro navazování a utváření vztahů v dalších fázích života. Rozhodující vliv otce na vývoj dítěte je naproti tomu zaměřen na „rozvíjení chování spojeného se zkoumáním okolního světa (*exploration behavior*) a se schopnostmi, které jsou důležité pro hrů“. Vývoj v bezpečném vztahu společně s adekvátními podněty k dalšímu růstu přispívá k rozvoji schopnosti rozumět nejen vlastním psychickým pochodům ale také tomu, co prožívají druhí. V diskusi po příspěvku A. Vicari také zaznělo, že v terapeutické práci je rozhodující podpora schopnosti koherentního zpracování životního příběhu do smysluplného celku, společně s emocionální vyrovnaností, což je dle některých prezentujících mnohem důležitější, než nějaké centrální téma nebo to, jak se věci doopravdy odehrály (*historical truth*).

Pokusíme-li se shrnout náplň konference a postřehy zaujatého pozorovatele-účastníka, vyjdou najevo zajímavá fakta. I když celá akce působila velmi seriózně a vědecky, našel se zde i prostor na prezentace věnované psychotherapeutickým metodám a teorii v tradičním léčitelském kontextu. V panelu zaměřeném na kulturní vlivy řečníci ze Spojených států porovnávali dnešní pojetí s „terapeutickými“ způsoby jiných kultur (Afrika) a původních ná-

rodů (severoameričtí Indiáni). Někteří z řečníků se podělili o vlastní zkušenosti z Austrálie a Afriky v rámci etnografického pojetí výzkumu. Kromě působivých videozáznamů z prostředí pro Evropana exotického a děsivého zároveň, zůstávají mi z tohoto panelu v paměti některé „perličky“. Jak pravil **Joseph Calabrese** z *University of Chicago*: „To, co dnes nazýváme psychotherapií, je ve své podstatě základní lidskou aktivitou, která existovala dávno před psychology a psychiatry, mnohem dříve, než Freud a jeho následovníci seznámili veřejnost se svými teoriemi.“ Calabrese ještě zmínil důležitý vztah mezi klinickými aspekty a kulturní ideologií, byť si podle něj tyto záležitosti často neuvědomujeme. Například v jedné z předchozích verzí DSM bychom prý u diagnózy antisociální porucha osobnosti našli významné kritérium - sex při náhodném nebo krátkodobém vztahu. Vzhledem k tomu, jak to dnes povětšinou někdy a někde chodí, je štěstí, že toto kritérium autoři do novější verze DSM prozíravě nezařadili.

Sociokulturního kontextu se týkala i prezentace **Carol Popp** z *University of Pennsylvania* ve Filadelfii, byť ji organizátoři zařadili do jiného panelu věnovaného výcviku, vzdělávání a supervizi. Během prezentace referovala o svém studiu Bible, respektive vztahů mezi Bohem a různými skupinami lidí ve Starém a Novém Zákoně. Při analýze příběhů a vzorců interpersonálních vztahů vyskytujících se v biblických vyprávěních využila Carol Popp modelu CCRT (*Core Conflictual Relationship Theme*) vytvořeným Lesterem Luborským.⁵ Vztahová

⁵ Lester Luborsky se svými kolegy zjistil, že v rozmanitých příbězích, které klienti v terapii vyprávějí, lze sledovat stálá témata či konflikty opakující se ve vztazích klienta s různými lidmi. Luborsky tato témata nazval „jádrová konfliktní vztahová témata“. Podle Luborského jsou v příbězích klientů patrné tři základní strukturní prvky. V příběhu nalezneme vyjadřované potřeby klienta ve vztazích s druhými lidmi, reakci/chování okolí, a reakci/chování/prožitek samotného klienta. Práce Luborského a jeho kolegů reprezentuje kombinaci psychodynamického a narativního pojetí a je aplikována i v psychotherapii, např. v analýze psychotherapeutického procesu nebo jako konceptní nástroj pro zpřesňování terapeutových interpretací.

témata „objevená“ v biblických příbězích se lišila podle toho, ke komu se Bůh vztahoval. Nešlo pochopitelně jen o pozitivní interakce.

Vysoce negativní témata se objevovala zejména ve vztazích Boha k lidem „cizím“, k příslušníkům jiných komunit, kultur či náboženské příslušnosti. V Bibli ztvárněné, lišící se vztahy mezi Bohem a muži, ženami, Židy, křesťany a různými „nevěřícími“ lze do jisté míry považovat za stále vlivný základ naší sekulární společnosti. S ohledem na důkladné „narrativní“ analýzy biblických textů lze potom těžko dosavadní vývoj euroatlantické civilizace a stav současného světa považovat za překvapivý. A zkoumání literárních základů kultur není zdaleka u konce. Jak Carol Popp napovéděla, chystá se podobný výzkum Koránu. Nebylo by od věci, kdyby tyto a další poznatky opustily akademický svět a staly se jedním ze základů nejen možného porozumění společenským problémům ale především nezbytné prevence narůstajícího násilí, různých konfliktů, válek proti terorismu apod.

Ale zpět ke shrnutí. Ze psychoanalytických směrů, které stály v pozadí jednotlivých výzkumných projektů, převažovaly v Montrealu následující: psychodynamické směry, teorie přílnutí, humanistická tradice (prožitkové přístupy), kognitivní terapie a její odnože. Jednoznačně individuální psychoanalytické směry. Výzkum založený na kvalitativních metodách střídaly projekty čistě kvantitativně pojaté. **Aniž bychom zpochybnili kvalitu příspěvků a nesmírné úsilí prezentujících, místy se zdálo, že psychoanalytický proces, to jedinečné setkávání dvou a více bytostí, je více či méně systematicky dělen na nejružnější segmenty, narrativní a jiné sekvence, společně s kódováním a dekodováním, hodnocením zpracování emocí, sofistickovanými analýzami diskurzu a koherence vyprávění. Zcela svébytný svět vědy a psychoanalytické teorie, někdy trochu a jindy více vzdálený všední praxi. Přesto účast na takové konferenci přinese nové poznatky i člověku, který se z terapeutického křesla do světa vědy zatím nechystá. Pohled na vlastní psychoanalytické snažení optikou kolegů - vědců může podnítit velmi potřebnou**

reflexi. A pokud se chce někdo věnovat právě a jen výzkumu v psychoterapii, pak je účast na SPR konferenci zárukou rozmanité inspirace. Protože jak platí i pro jiné disciplíny, víme toho tolik a zároveň toho stále mnoho nevíme.

2. Kanadská zdvořilost, království gurmánů a quebečtí separatisté

Přišel jsem na svět, abych se toulal.

*Některý chlapy hledaj pořád Svatej grál,
ale mě je nejlíp, když po železnici jedu
v dál.*

Tom Waits

Je již tradicí, že součástí většiny mých textů věnovaných odborným akcím bývají i dojmy z místa konání. Nelze jinak ani v tomto případě, neboť cestovatelské zážitky jsou integrální součástí zahraničního pobytu. Zkušenost z konference významně dokresluje a ve vzácných případech i svou intenzitou zcela předčí. Hned na začátku se nelze vyhnout klisé, jež najdeme snad ve všech průvodcích o Kanadě. Země je charakteristická pro Evropana nesmírnou rozlehlostí a ve městech prostorovou velkorysostí. Platí to i v Montrealu. Člověk závislý na osobním automobilu se zde každopádně musí připravit na intenzivní zapojení dolních končetin. Náročná aklimatizace je vyvážená zdvořilostí „domorodců“. Není vůbec neobvyklé, že v okamžiku, kdy se na ulici zastavíte a zahledíte se soustředěně do plánu města, osloví vás postupně několik lidí najednou ve snaze poradit vám, jak se nejlépe dostanete tam, kam potřebujete. Pokud takové sociálně náročné situaci chcete předejít a zeptáte se osamělého chodce na ulici s předstihem, výjimečně vás někdo odbude.

Nepotvrdily se předpovědi, že v Quebecu s angličtinou nepochodíte. Většina místních ovládá oba kanadské úřední jazyky, angličtinu i francouzštinu. Pokud si navíc zapamatujete pár užitečných francouzských frází jako například: „Je mi líto, ale nemluví/nerozumím francouzsky. Mluvíte anglicky?“ tázanou osobu zcela odzbrojíte a dozvíte se vše potřebné. Často se vás zeptají, odkud pocházíte. Někdy se dokonce tazatel po zaslechnutí ná-

zvu naší republiky rychle dovrtí, v které části zeměkoule se naše maličkost nachází. Jindy je třeba připomenout lední hokej, coby národní „vývozní artikl“, s nadějí, že tato informace v kolébce tohoto sportu usnadní zeměpisnou lokalizaci Česka. Zvláště když s patřičně provokativní intonací připomenete poslední česko-kanadský duel na mistrovství světa. Ale tím se sebevědomý Kanadčan nenechá vyvést z míry a připomene vám, že jedním kláním nic nekončí. Pokaždé ale nelze z komunikačně náročných situací snadno vyvážnout. Ve vlaku do hlavního města Ottawy si průvodčí - prošedivělý afroameričan vybíral mezi cestujícími, koho by zasvětil do nouzového zastavení vlaku a otevření dveří vagonu. To kdyby náhodou nastala náhlá příhoda železniční. Z nepochopitelných důvodů vyzval mě, abych ho následoval, nezbáje mých vyděšených pohledů. Instrukce byla našťástí krátká a jasná. Ale ve francouzštině. Průvodčí ani nehnul brvou, když jsem mu na konci instrukce anglicky oznámil, že nejsem kanadský občan. Asi mi nerozuměl. Neubráníl jsem se asociaci na dobrego vojáka Švejka a jeho anabázi do Českých Budějovic. Jistě si vzpomínáte, kdo ve vlaku za ruční brzdu zatáhl první.

Při procházce Montrealem, jak jeho obchodním centrem tak „historickou“ částí, je patrné prolínání severoamerických prvků a evropských tradic. Je to znát nejen při pohledu na architekturu ale zejména během setkání s gastronomií. Prvotřídní restaurace á la Montmartre se zde střídají s nepřebernou směsí rychlých občerstvení nejružnějšího etnického původu.

Na každý den si můžete napláňovat jinou národní kuchyni, tedy pokud nemáte pro dolar hluboko do kapsy. Na jedné straně stojí ve stínu zdařilé kopie katedrály Notre-Dame, jinde míjíte rozlehlé budovy ve stylu viktoriánského období. Zvláště v úzkých uličkách „starého města“ a na náměstí Jacquea Cartiera, zakladatele francouzského dominia, snadno podlehnete dojmu, že se touláte po Paříži nebo jiném evropském městě. Atmosféru „multi-kulti“ dotvářejí hudebníci a performeři z Afriky, Jižní Ameriky a Irska. Za okamžik se ocitnete ve stínu mrakodrapů a věžáků, v nichž sídlí

banky a nejružnější korporace. Skleněno-železo-betonovou „džungli“ na mnoha místech osvěžují bublající fontány, v nichž si zřejmě místní libují. Přesto je centrum, tzv. downtown, snesitelnější z většího odstupů, ze břehu ostrova sv. Heleny nacházejícího se uprostřed řeky sv. Vavřince. Alespoň tady se turista obklopen zelení rozlehlého parku na chvíli ocitá v klidu, daleko od hlucícího davu a záplavy automobilů. Za zmínku ještě stojí montrealské podzemní město. Dlouhé tunely lemované rozmanitými obchůdky spojující metro s rozsáhlou sítí obchodních středisek se táhnou pod širokou plochou centra města a ulehčují život obyvatel především během tuhé zimy. Ta zde trvá skoro půl roku a při občasných teplotách třicet pět stupňů pod nulou se nemůžeme divit, že se nikomu nechce ven. Přes tyto výhody má život v podzemí i své stinné stránky. Zejména osoby s potřebou čerstvého vzduchu, slunečního svitu, nebo alergici na všudypřítomnou klimatizaci mohou při delším pobytu pod zemským povrchem zneklidnět. Překonat fobii z uzavřeného prostoru našťástí pomůžou vyhládlému cestovateli rozmanitě delikatesy potvrzující kulinařské vlivy země galského kohouta.

Vyvrcholením kanadského pobytu je bez nadsázky národní svátek Quebecu, tzv. Saint Jean Baptiste Day. Co že se děje v tento den tak významný pro obyvatele frankofonní provincie, jež usiluje o nezávislost? Tak především je všude zavřeno, neboť se takřka všichni hrnou do centra historické části města, kde probíhá slavnostní průvod a řada kulturních akcí. Mezi davu lidí se prochází i předseda nacionalistické strany Quebecu, provázen tělesnými strážci a zástupci médií. Za bouřlivého skandování slavnostně kyne davu, státnicky si potřásá rukou se svými příznivci a občas vyzdvihne k nebesům některého z nedospělých potomků přihlížejících. Bujaré veselí, alegorické vozy a třepotající se vlajky se symboly provincie ve mně evokují vzpomínky na dnes již dávné doby oslav prvního máje. Je ale příliš snadné posmívat se quebeckým oslavám. Zvláště když je vidět, že místní dávají nadšeně a bez ostychu najevo svou kulturní a jazykovou příslušnost. Samozřejmě je otázkou, co si o podobných slavnostech myslí

občané ostatních kanadských provincií. Na druhou stranu zjevná hrdost na vlastní historii a otevřeně projevy soudržnosti místních může vyvolat mírnou závist. Nám doma by adekvátní uvědomování si národní identity společně s rozvíjením kulturních tradic i tolerance k tradicím jiným určitě neušlo. Bohužel zatím se těchto témat zcela po svém účelově chápou politici anebo se nacionalistické vášně snaží svými rozporuplnými aktivitami podnitit některých představitelů populární hudby.

Další zážitky z Montrealu ponechávám záměrně zahalené tajemstvím. To aby pro potenciální návštěvníky z řad čtenářů Konfrontací zůstala také nějaká překvapení. Pochyby nejsou na místě. Tato metropole s pravděpodobně nejvýraznější evropskou atmosférou na severoamerickém kontinentě má své půvaby. Cestovateli, který sem z různých důvodů zavítá, alespoň jedna z mnoha tváří třímiliónového města určitě přiroste k srdci. A *bienot, Montréal.*

Poděkování za finanční podporu při účasti na SPR konferenci náleží: Nadaci „Nadání Josefa, Marie a Zdeňky Hlávkových, společnosti SPR, grantové komisi firmy Eli Lilly a Zbyňku Vybíralovi – spoluřešiteli projektu SEPTIMUS.

MUDr. David Skorunka
skor@lfhk.cuni.cz
www.pro-story.net

Hlasy Harlene Andersonové

Pavel Nepustil

Stejně jako každý dobrý fanoušek jsem se i já vždycky snažil od svého idolu něco hodnotného ukořistit. Na koncertě Michaela Jacksona se mi podařilo urvat kus jeho plyšového medvídky, Filip Topol mi dal dokouřit svou cigaretu, jejíž nedopalek jsem si odnesl v kapse, a tak když jsem jel 12. září do Prahy na seminář s americkou postmoderní psychoterapeutkou Harlene Andersonovou, věděl

jsem, že si zase něco odnesu. Tentokrát to byla zkušenost v roli klienta při ukázce jejího spolupracujícího přístupu v terapii.

Být klientem Harlene Andersonové je docela příjemná záležitost. Vlastně se ani necítíte být klientem. Spíše se cítíte jako u holiče, kam sice nechodím, ale tuším, že tam si také člověka váží jako zákazníka, a proto mi nepokládají žádné nepřijemné otázky, neoponují mi, nepovyšují se. Je to nejspíš celkem nenucená konverzace, při níž holič nebo holička vyzvídá něco o vás a sama připojí nějaké postřehy, případně obecné úvahy o životě. (Alespoň v jednom americkém filmu jsem to tak viděl.) Harlene Andersonová navíc zapojila do této konverzace i lidi, kteří seděli okolo.

Nejprve se zeptala, jestli mě někdo z přítomných blíže zná a když jsem řekl, že vzadu sedí moje kolegyně z výcviku, požádala ji, aby se konzultace také zúčastnila. Po předběžné dohodě, k čemu by konzultace asi tak měla vést, jsem začal popisovat situaci, se kterou si v práci (pracuji ve věznicích) nevím zrovna dvakrát rady. Následující otázky Harlene nebyly ani tak zaměřené na situaci samotnou, jako spíš na lidi, kteří jsou s ní nějakým způsobem spojeni. Ať už to byla moje vedoucí, která má do práce uváděla, můj kolega, který zažívá situaci podobnou, klienti, vězní dozorcí a dozorkyně, u všech se zajímala o jejich místo v celém problému. Čas od času se obrátila na moji kolegyni a požádala ji o vlastní postřehy.

Ve druhé části nechala Harlene zcela v duchu svého přístupu všechny tyto hlasy rozeznít jako orchestr. Požádala všechny účastníky, aby se rozdělili do několika skupin a každá skupina představovala hlas jedné z osob, které jsem jmenoval, včetně mne. Konkrétně to znamenalo, že jedni se o celé situaci bavili tak, jak by se o ní bavili asi dozorcí, druzí jako dozorkyně, třetí jako klienti a čtvrtí jako já. Spolu s kolegyní z výcviku jsme skupinky obcházeli a nezáčastně poslouchali. Po skončení diskusí sdělil inluví každé skupinky postoj určené role.

Celá konzultace potom skončila shrnutím toho, co se odehrálo, Harlene se pokusila po-

stavit hlasy zúčastněných vedle sebe a přidala vlastní postřehy a myšlenky, přičemž nešetřila oceněním. Je pravda, že i přes velice příjemnou atmosféru jsem byl pochopitelně nervózní, a tak ani bezprostředně po skončení konzultace jsem si nebyl schopen vybatit detaily rozhovoru. Ale cítil jsem se asi podobně jako člověk, který vyjde od holiče a ačkoliv už neví, o čem tam mluvil, cítí se líp, mezi lidmi si najednou připadá atraktivnější, ačkoli ostatní vůbec nepoznají, že by se na něm něco změnilo.

Většina terapií vypadá, jako když přibližujete zoom na kameře. Terapie s Harlene Andersonovou spíše připomínala opačný proces, tedy rozšiřování obzoru do té míry, že se údajný problém zdál najednou menší a zároveň se objevily nové výhledy do krajiny, nové cesty, po kterých se dá jít, které jsou také hezké a ze kterých, když se dívám na „problém“, nemusí vůbec vypadat jako problém.

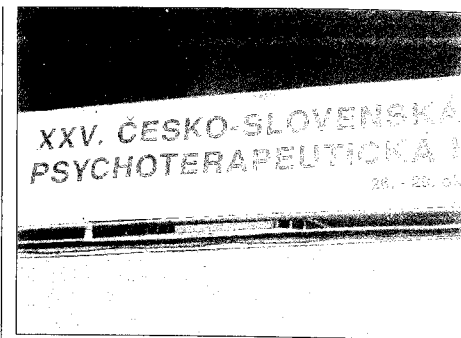
XXV. Česko-slovenská psychoterapeutická konference – Osobnost terapeuta, osobnost klienta

26. 10.–29.10.2005, Trenčianske Teplice

Jiří Šupa

Začátek bývá někdy těžký, což se potvrdilo i na této konferenci. Začátek této reportáže je pro mě těžký, protože si lámu hlavu s podtitulem. Nemůžu si vybrat mezi „inspirituál“, což by mělo vyjadřovat, že to pro mě byl inspirující rituál, a nebo „všichni znají Standu“, čímž bych chtěl poznamenat, že jsem si všiml, že u Stanislava Kratochvíla, pokud ho někdo nějak zmíní ve svém příspěvku, nebo v diskusi, už nikdo nejmenej příjmením. Nemusí.

Začátek konference byl těžký hlavně kvůli nekonečně dlouhé frontě na ubytování, kvůli



kteří jsem přišel o úvodní příspěvek S. Kratochvíla a slavnostní zahájení. To mě mrzelo. Dostal jsem se jenom ke konci, kde jmenoval pár slavných osobností, které podle něj přispěly k rozkvětu psychoterapie. Po něm vystoupil J. Poněšický se svým pohledem na lidské potíže z psychoanalytického pohledu. Zmínil jejich dělení na strukturální a funkční a roli osobnosti terapeuta, kterou by měl v těchto různých typech hrát. J. Pečeňák měl pečlivě připravenou přednášku „Duša hládá mozog“, ovšem spíše pro psychiatry a lékaře. Očima jsem se prokousával obrazy CT a dalšího jiného funkčního zobrazování, přes poučení o výrazné funkci hippocampu pro celou lidskou osobnost až po celkem srozumitelný příklad o pokusy s krysami, kdy jedna skupina krysich mládat měla matku, která je po narození lízala a druhá nemohla (nebo neuměla-už nevím přesně), každopádně ta „nelízaná“ měla strese po celý zbytek laboratorního života, což J. Kožnar vtipně uzavřel slovy, že pokud budeme lízat, tak nebudeme ve stresu. Trochu jsem si povzděchl. Ne, že bych neměl rád zmrzlinu. To spíš nad tím, že jsem se těšil na něco nového, přece jenom pokroky v neurobiologii jsou zajímavé a důkazy o tom, že psychoterapie je schopná změnit zapojení určitých synapsí v mozku a posílit určitá centra, slibná, ale ty krysy... Modely krysího chování aplikované na lidi mi přijdou trochu vyšumělé a také trochu nedůstojné? Nepomohou nám třeba víc dobře vyprávěné příběhy a nějaké to umění?

Jako poslední s úvodním příspěvkem vystoupil J. Kocourek s povídáním nazvaným „Majitelé klíčů“, které se skládalo ze tří (pro mě)

poněkud nenavazujících částí. V první zaznělo pár citátů z knihy „Hra se skleněnými perlamy“, knihu mám rád, ty citáty se mi líbily, ale proč J. Kocourek pokračoval vyprávěním o psychiatrických centrech v zahraničí, která mají lepší zabezpečení jak hmotné, tak odborné, kde terapeut je „kamarád“ (!?), aby vzápětí skončil o nutné neustálé práci na vlastní osobě psychoterapeuta a jeho vývoji jako celoživotním úkolu...? Pěkné vize. Avšak nějak mi asi unikla sourodnost. Příspěvek prý nazval podle anekdoty, že se lidé v léčebnách rozlišují hlavně podle toho, kdo klíče má a kdo nemá. Zaujalo mě, když zmínil velké množství lidí, kteří procházejí výcviky, že chybí pacientům a klientům v zařízeních. To asi ano, zvlášť když na ně chybí peníze, říkám si. Ve zdravotnictví jsou omezené smlouvy s pojišťovkami, ve vlastní živnosti kupní silou lidí, kteří jsou ochotni dávat za terapii víc, než dávat peníze za farmaka nebo homeopatika. Co budeme v Čechách dělat, až budeme mít všichni výcvik? Bude tu konečně dobře? Nebo se zvýší konkurenční boj o to, kdo umí pomáhat lépe a více za menší čas? Stanou se výzkumy nutnou zbraní psychoterapeutických směrů?

Pak následovalo pár informací, kde co je, že bude 4. ples psychoterapeutů, že si máme koupit knížku R. Maye a to už byl konec.

Další dny byly nabitě. Lidé odsypávali své zkušenosti a skutečnosti v deseti minutách, diskuse byly spíše komentáře, workshopy byly většinou přečpané (tedy některé) a já jsem přebíhal mezi paralelními sekcemi, věnoval se prezentaci Konfrontací a do toho nádherné počasí a barevné lesy kolem... Příjemné.

Pel-mel toho, co se mi podařilo zachytit: J. Poněšického jsem si nechtěl nechat ujít. Krátké, přehledné, nápadité povídání o tom, jak se moc a bezmoc může odehrát v psychoterapeutickém procesu: Že selekcí svých akcí a reakcí ovlivňujeme chování druhého, jak je někdy důležité, aby se prezentace moci - zmocnění se druhého neodehrálo, abychom se snažili pracovat se spoustou nevědomých interakcí probíhajících v procesu, apel na spolupráci. M. Lhotová se věnovala fenoménu moci v psychoterapii prostřednictvím promíta-

ných arteterapeutických obrazů. J. Vodňanská ve svém příspěvku Jak se dostat do nebe (návod) připomněla jeden buddhistický příběh o rozdílu mezi nebem a peklem... Ostatně: přečtěte si v tomto čísle. Následoval dotaz, jak se teologický výklad nebe srovnává s jejím. J. Vodňanská jen odpověděla, že to myslota tak, že jí připadá důležité, aby byla možnost hovořit v psychoterapeutickém procesu i o transpersonálních skutečnostech. V následujícím příspěvku J. Kulky o Egu a Self: protekce, defenze, kompenzace, jsem se do jedné „transpersonální“ skutečnosti dostal. Magicky protektivní jazyk psychoanalýzy překonal mé defenzivní mechanismy a já jsem se dekompenzoval. Cítil jsem, že jsem blízko nějaké skutečnosti vyššího řádu, že složitá sousloví v sobě nutně musí skrývat cosi významného, jistě skutečně pravdivého, co nedokážu pojmout, jinak by nebyla tak secesně složitá a barokně mohutná. UVědomoval jsem si, že na jisté pravdy ještě nejsem opravdu připraven a opustil jsem sál. Uklidnil jsem se bonbónem, který mi v před-sálí nabídli laskaví zástupci farmaceutických firem. Ano, tak to chodí, uvědomil jsem si. Pokud člověk není připraven na mohutnou manifestaci skutečnosti a vyvolá to v něm nějaké potíže, které nemusí být schopn zvládnout, a po ruce není srozumitelný jazyk, kterým by mohl své zážitky pojmenovat, rád uspokojí svou orální frustraci něčím známým a uklidňujícím.



Čelná osobnost ve výzkumu psychoterapeutické účinnosti, Brit Chris Evans. Jeho přítomnost pozdvihla vědeckou prestiž konference. Na snímku s Ladislavem Timulákem, který se výzkumem v psychoterapii dlouhodobě zabývá - nyní na Trinity College v Dublinu.



Bývalý předseda Slovenské psychoterapeutické společnosti, nyní podpředseda, neúnavný organizátor a spoluvůdce slovenských psychoterapeutů, MUDr. Jozef Hašta.

Naštěstí jsou na to farmaceutické firmy dobře připraveny a počítají s tím. Jenom se, kdesi v hloubi mě, na chvíli ozvala ta archetypální varování starostlivých rodičů, aby si děti dávaly pozor na cizí pány a paní nabízející sladkosti před školou. Že by to pak s nimi (s dětmi) nemuselo dobře dopadnout.

Do hlavního sálu jsem se vrátil až na příspěvek H. Ščibranyiové o kanálech. Tedy o těch kanálech, kterými proudí komunikace terapeuta a klienta, se sebou, spolu. Těch kanálů je prý až 9. Kanál číslo 5 je pojmenován pro to, když terapeut spí. Uf... (Tohle říkají indiáni, když jsou skutečně překvapeni.) Modely skutečnosti, komunikace, procesu nám mají pomáhat s pojmenováním, ale někdy mám dojem, že se to přehání. L. Beleš začal svoje povídání o interakcích terapeuta a klienta v asertivní psychoterapii její obranou. Asertivní psychoterapie má často špatnou reklamu a lidé do ní přicházejí s různými nepřesnými očekáváními. Není to jen o tom, naučit se říkat ne.

Litoval jsem, že mi některé slibně nazvané příspěvky unikly. Např. Závislost na mobilním telefonování, Teoretické možnosti snižování lidské racionality v sekci věnované KBT, Práce se vztahovou vazbou v psychoterapii J. Hašta, o které jsem si koupil alespoň knížku a další. Jenže nelze být všude.

Odpoledne jsem si zašel na workshop L. Timuláka, M. Bieščada - Sledování efektu psychoterapie v klinické praxi. Šlo o prezen-

taci několika různých dotazníků, které možná jednou bude vyplňovat váš pacient, klient, uživatel služeb nebo jak mu říkáte, aby se zjistilo, jestli je mu po všech těch různých psychoterapeutických věcech, které spolu děláte, lépe. A možná to brzy budou chtít pojišťovny, se kterými máte smlouvu, abyste prokázali, že jste dobří terapeuti. V Americe tak tomu je a lze předpokládat, že i u nás to bude, zvlášť, když se už pracuje na guidelines, sloužících pro různé typy potíží. Informace i diskuse byly zajímavé. Jsou různé nástroje, jak efekt změny měřit. Potíž je, že jsou různě citlivé a některé ukážou nějaké změny a některé ne. Co když to bude zneužitelné? ptal se hned K. Koblíček. Může být. A co když si pojišťovny vyberou nějaký necitlivý nástroj na měření změny? Některé nástroje měření také třeba sledují, jestli po několika sezeních je váš pacient, klient atd. v té zóně, kterou vymezují dotazníky jako příznivou pro určitou fázi terapie. Což může být zase užitečné - víme, že máme dělat něco jiného, že je třeba přidat, nebo ubrat, ale... Můžeme se na to opravdu spolehnout? Není to redukce „umění psychoterapie“ na „robotu“? Není to zase zneužitelné? Upozorňovalo se také na to, že sledování terapie má vliv na terapii atd. Mnoho otázek mi vířilo hlavou.

Večer pak bylo valné shromáždění ČPS vedené J. Kožnarem.

Další den, další prosezený čas. Z. Vybíral se věnoval ve svém příspěvku zamyšlení nad tím, jestli je psychoterapie spíše vědou nebo uměním, pohled na psychoterapii z pozice lingvistických teorií... Jazyk, ve kterém hovoříme se světem a k sobě, nás ovlivňuje. V paralelní sekci se věnovali sexuální otázkám v terapii.

Pak jsem delší čas věnoval prezentaci Konfrontací v před-sálí a pozoroval nakupující psychoterapeuty a psychoterapeutky. Bylo mi trochu líto zástupců farmaceutických firem. Občas jim někdo hrábl do misky se slankami, občas si někdo vzal čokoládku, ale jinak s nimi nikdo nechtěl nic mít. Konferenci finančně podpořili, mají tedy zájem na tom, aby se s psychoterapeuty domluvili? Jak moc jsou ochotny farmaceutické firmy podporovat rozvoj psychoterape-

apeutických služeb? Jak moc jsou ochotni psychoterapeuti se s nimi domlouvat? Kolik terapeutů si myslí, že dokáže svým pacientům-klientům-lidem pomoci bez léků? Kdy varují před léky, kdy doporučují? Moje myšlenky se ještě více rozvinuly po příspěvku M. Kryla - Úvahy nad standardy psychoterapeutické péče, ve kterém velmi vtipně uváděl svoji zkušenost, jak vytvářel tzv. guidelines pro určitý typ problému. (I tento příspěvek je v tomto čísle zařazen.) Přes lehký tón probleskovaly důležité problémy. Komu budou guidelines sloužit? Lidem, terapeutům, pojišťovně? Jaký budou mít dopad na psychoterapeutické služby?

S. Kratochvíl vznesl otázku, jestli budou jen KBT, které se mohou pyšnit svými „čistými“ výzkumy, nebo i jiné, méně výzkumy zachytitelné směry dostávat za svoje služby peníze. Potěšilo mě, že bylo dost času na diskusi. Pak následovaly příspěvky věnované vzdělávání v psychoterapii. D. Skorunka představil projekt Septimus, ve kterém byl využit e-learning pro výuku psychoterapie. P. Humpolíček prezentoval vznik akademického centra pro poradenství a supervizi na půdě Masarykovy univerzity. Následoval vtipem kořeněný příspěvek J. Krombholze srovnávající skupinu výcvikovou a terapeutickou, který začal vizí, že pokud budou výcviky pokračovat v chrlení absolventů jako dosud, budeme brzy všichni terapeuti nebo pacienti, občas i obojí. Hovořil o zodpovědnosti lektorů-terapeutů za práci lidí, které vyškolili - to mi přijde velmi těžké a nárokové, o tom, že je důležitý pečlivý výběr frekventan-

tů, o rozdílech a podobnostech. Zazněla i přílehavá glosa, že si občas někdo řekne, že je lepší být cvičený než léčený.

Tatarko, J. a kol. začal svůj příspěvek poklonou před J. Skálou, který byl na konferenci přítomen s Arnoštou Mařovou. Je před čím se sklánět. Hovořil o práci s rodinnou komunitou u psychóz, jaké jsou její cíle, a o potřebě pomáhat a orientovat rodinné příslušníky, když se jejich příbuzný ocitne v nesnadné situaci.

A. Šimek svůj příspěvek Co je vlastně SUR? už nepřednesl. Na nástěnce visela řeč J. Růžičky na rozloučenou.

Odpoledne jsem se šel podívat na workshop J. Poněšického - Bálintovská skupina, což byla nepřekvapivě práce s bálintovskou skupinou. Štíhla se dvě kola, z obou jsem měl dobrý pocit, že byla odvedená nějaká smysluplná práce v konkrétních a reálných věcech.

A pak se přiblížil společenský večer s večerí a muzikou. Večeře byla lepší než muzika. Nějaký rytmus to však mělo, a tak jsem zaplašil své hudebně-kritické námitky a šel si občas zatančit. Koneckonců rituální tance patří ke skupinové kohezi každého společenství.

Když si to tak shrnuji, co mi zbylo po čs. psychoterapeutické konferenci? Inspirace, rozvíjení kritického uvažování, pobavení se, dobré dialogy, porozumění, pár dotazníků, možná spolupráce, rituál a tak dále.

Když se mě někdo zeptá, jak jsem se tam měl, říkám, že dobře.

Foto: Zbyněk Vybíral

ROZHOVOR

Momenty odhalení

Rozhovor se Stephenem Schoenem o jeho pojetí psychoterapie

Stephen Schoen, M.D., (*1924) je americký psychiatr a psychoterapeut. Psychoterapií se zabývá již padesát let a mezi jeho učitele patřili takové osobnosti jako Fritz Perls, Milton Erickson, G. Bateson a H. S. Sullivan. Působil například v Esalen Institutu, Naropa Institutu a byl zakládajícím prezidentem Gestalt institutu v San Franciscu. V České republice se v roce 2004 zúčastnil Evropské konference o gestalt terapii a na jaře roku 2005 vedl čtyřdenní workshop pod názvem Momenty odhalení, jehož zaměřením byl vztah psychoterapie k sebepřijetí a spiritualitě. V současné době žije a stále pracuje v soukromé praxi v San Rafael v Kalifornii.

O: Gestalt terapie je někdy považována za terapeutický přístup, ve kterém není spiritualita v popředí zájmu. Ty se však domníváš, že gestalt terapie a spiritualita jsou zásadně propojeny. Mohl bys nám k tomuto tématu něco říci?

S: Nejznámější zakladatel gestalt terapie, Fritz Perls, byl opravdovým psychoterapeutickým géniem a pomohl velkému množství lidí k tomu, aby se cítili sebejistěji, měli větší sebevědomí, byli schopni stát na vlastních nohách a věřili raději sami sobě, než se opírali o druhé. Perls také zdůraznil význam emocionálního života: význam toho, jaké má člověk pocity spjaté sám se sebou a co cítí k ostatním lidem. To bylo něco, co mu chybělo v psychoanalýze, v níž byl vyškolen a která se mu také zdála přeintelektualizovaná, založená spíše na racionálním než citovém porozumění. To byl z jeho strany příliš zjednodušující pohled, neboť psychoanalytický vhled může zapřičinit sku-

tečnou změnu v lidských vztazích. Ale důraz, který Perls kladl na pocity, byl nový, a stejně tak bylo nové i jeho zaměření na to, jakým způsobem jedinec přemýšlí a jedná v přítomnosti. Zde se již od psychoanalýzy odchýlil zcela zjevně, protože ta se zabývá tím, jaké mají vzorce myšlenek a chování příčiny v minulosti.

Perlovo zaměření na přítomnost je shodné s většinou duchovních a stejně tak i mystických tradic, které tvrdí, že jedinou skutečně existující věcí je to, co se odehrává v přítomné chvíli. Ale jakkoli Perls říkal, že byl ovlivněn Zen buddhismem, omezoval svůj smysl pro „přítomně vystrádanou realitu“ zcela nebudhistickým způsobem na silné ego.

O: Ale nepotřebuje být člověk dostatečně silný k tomu, aby mohl setrvat v přítomnosti? Aby se příliš netrápil minulostí a neměl obavy z budoucnosti?

S: Ano, máš pravdu. Ale mně se zdá, že v realitě je jedinec mnohem úplněji, uspokojivěji a více naplňujícím způsobem přítomen prostřednictvím toho, co nazývám „měkké, jemné ego“. Měkké ego - nazývám ho schválně „měkké“ a nikoli „slabé“, přítom „měkké“ je nadále v kontrastu k „silný“ - je velice přizpůsobivé (flexibilní). Je to ego, které je ochotné připustit omyl a je ochotné dělat chyby a učit se z nich. Je pravda, že některé z těchto názorů jsou zahrnuté v Perlově pohledu na psychické (mentální) zdraví. Ale svým důrazem na vnitřní sílu naráží na něco jiného, co je nebudhické: a to, že silné ego je něco jako druh stálé neměnné reality a že může vést jedince zbytekem jeho života. Že je to něco jako velice pevný kus stroje, který zůstává stejný po velmi dlouhou dobu. Ale stejně jako vnímáme přítomnost jako cosi proměnlivého, vystává otázka o povaze samotného ega. Nebo, abychom to řekli ještě obecněji, je zde otázka o celkové povaze self nebo osobnosti. Důraz spirituálních tradic, zejména buddhismu, je kladen na to, aby vše na světě - včetně osobnosti jedince - bylo nahlíženo jako přechodná záležitost. Vše se mění. Vše je nestálé. Jediná věc, která může vůbec být nazývána stálou, je schopnost je-

dince být si jasně vědom této pomíjivosti. A to vše je více samozřejmé, pokud souhlasíte s tím, že neexistuje žádné „jádro self“ jako takové, které se může stávat silnějším a silnějším. Je zde jenom posloupnost vnitřních stavů vědomí, která může být zřejmá a v tomto smyslu má pevný, jistý a odojný základ. Nicméně každý z těchto stavů je pomíjivý. Pohybujeme se neustále od jednoho ke druhému jako v Hérakleitově rčení o řece, do které není možné vstoupit dvakrát. Voda je neustále v pohybu a když někdo následuje proud řeky samé, nakonec se rozplyne v oceánu a přestává existovat. Její mizení může být jedním způsobem, jak přemýšlet o fyzické smrti jednotlivce. Ale tento pohled také popisuje, jak během našeho života okamžik za okamžikem probíhá „smrt ega“. Pomíjivost self je velkým přínosem, který může spirituální uvědomění terapii, a gestalt terapii zejména, dát. Perlsův starý důraz na pocity a na vnímání přítomnosti a přítomné reality je docela správný, ale já jsem přesvědčen, že důraz musí být také zaměřen na měkké ego a na uvědomění pomíjivosti všeho, včetně sebe sama.

O: *Mluvíš především o buddhismu. Je buddhistický přístup k duchovnosti tím, co máš na mysli, když hovoříš o spiritualitě v psychoterapii?*

S: Zmínil jsem také mystické tradice, které, i když zahrnují základní buddhistické učení, jsou rovněž rozšířeny celosvětově. Například ruský spisovatel Lev Tolstoj, který měl svůj vlastní mystický přístup ke křesťanským myšlenkám (názorům), někde řekl: „Bůh je nekonečná jednotka, které jsem svým vědomím bytí konečnou součástí.“ Vidíte, jak toto prohlášení spojuje jedince s něčím vše-objímajícím, „velkým“, co stojí za ním, a také uznává, jak je jedinec „malý“? To bych nazval Tolstého verzí „měkkeho ega“. Stejným způsobem má anglický mystický básník William Blake mezi svými rozličnými příslovími rčení: „Jedna myšlenka (thought) vyplní nesmírnost.“ Je to v angličtině, nebo i v jakékoli jiné řeči, skutečně neobvyklé rčení. Blake velice věřil v život pocitů, stejně jako je

tomu v gestalt terapii, ale v tomto případě nemluví o pocitech samotných, ale o jakési kombinaci pocitů a myšlenek, které nazývá „thought - myšlenka“. A říká: „Jedna (velká) myšlenka vyplní nesmírnost“, což znamená: „Vyplňuje vše a vyplňuje samozřejmě také všechny lidské bytosti. Existuje tak spojení mezi námi, konečnými, rozdílnými lidskými bytostmi, a tím spojením je všeobklopující, zahrnující, jediná myšlenka.“ To je představa, která docela bere dech, ne? A já bych dodal, že právě důraz na toto činí psychologický přístup spirituálním. Takový je můj přístup ke gestalt terapii: mít ego jisté, asertivní, ale zároveň měkké v tom smyslu, že je otevřené oné celek zahrnující realitě, o které hovoří Blake a Tolstoj.

O: *Jaké další zdroje kromě Perlse, Tolstého a Blakea tě ještě ovlivnily v tvém vlastním přístupu k terapii? A bylo něco zásadního, co chybělo v teorii gestalt terapie a co jsi našel pouze v literatuře (S. S. vystudoval mimo psychiatrie také dějiny a teorii literatury - pozn. překl.) nebo někde jinde?*

S: Je vždycky otázkou, jestli byl terapeut ovlivněn zkušenostmi, které měl s teoriemi terapie a tím, co četl, nebo zda je to jeho vlastní osobní vývoj, který ho vede k tomu, aby studoval konkrétní literaturu nebo hledal v určitých terapeutických teoriích. To je jako otázka, co bylo dříve, zda slepice nebo vejce. Když se podívám na svůj život, zdá se mi, že to bylo určité osobní odhalování toho, co je pro mne podstatné, které mě vedlo k tomu, abych hledal texty a praxe v duchovním světě, a také pocit jakéhosi neuspokojení z tradičních teorií terapie a také z Fritze Perlse jako gestalt terapeuta. Gestalt terapie mne přitahovala od prvního momentu, kdy jsem se o ní v 60. letech dozvěděl, ale bylo v ní něco, co se mi, jak už jsem řekl, zdálo příliš omezující a tvrdé. Dnes mohu říci, že můj zájem o duchovní zdroje přicházel mnoho a mnoho let. A řekl bych, že mě ovlivnili zejména německý náboženský filosof Martin Buber a starý čínský mudrc Lao c'. Buber zdůraznil, že plné, „přítomně-zakotvené“ přijetí druhého člověka má nekonečnou

hloubku a že tato hloubka je jádrem spirituality. To nemá co dělat s klientovou možnou náboženskou příslušností a není s ní také v žádném konfliktu. Nevyžaduje to ani, aby měl klient podobné „spirituální vědomí“. Ale toto vědomí by mělo být přítomné u terapeuta. Další osobnost, kterou jsem zmínil, Lao c', byl zaměřený na úplné přijetí sama sebe se svou nezměřitelnou hloubkou a na tuto hloubku jako na esenci moudrosti. Tito dva lidé formovali základ pro můj vlastní teoretický a praktický přístup k terapii. Přitahovali mne kvůli tomu, jaký jsem člověk. Jistě existuje hluboké spojení mezi tím, jaký druh člověka jsi a jaký druh terapie děláš. Fritz Perls byl třeba docela tvrdý muž. Byl velice silný, ale byl u něho také určitý druh drsnosti a každému svému klientovi ukazoval hodnotu toho být drsnou osobou, která dokáže vystoupit proti věcem, které se jí nelíbí, která dokáže porušit pravidla, kdykoli si myslí, že jsou špatná. Víš, Fritz Perls uměl doslova proto, že odmítl přijmout pravidla od ostatních. Měl infarkt, ležel v nemocnici a sestřička mu řekla: „Měl byste zůstat v posteli a příliš se nehýbat.“ Perls na to odpověděl: „Nikdo nebude říkat Fritzu Perlsovi, co by měl dělat“, vstal z postele a padl mrtvý k zemi.

O: *Ty bys za takových okolností zůstal ležet v posteli, ne?!*

S: Samozřejmě. Já bych udělal to, co mi sestra řekla, protože bych cítil, že se o mě chce dobře postarat. Na tomto příkladě můžete vidět, jak je můj způsob myšlení a citění odlišný od Perlse. Ale je ještě jedna věc, ve které se od něho liším a v čem odráží můj přístup k terapii moji osobnost: věřím v to, nechat se emocionálně podpořit sestrou, když jsem nemocný. Já věřím ve význam podpory lidí v situacích, kdy mají „speciální potřeby“. A ve svém způsobu terapie pokládám „emocionální podporu“ za nejdůležitější věc. Samozřejmě, je pravda, že lidé musí být také konfrontováni se svými problémy, tj. s těmi problémy, které si sami zapřičiňují. A jestliže za mnou někdo přichází a nezdá se, že by se chtěl nějak měnit, říkám mu: „Podívej se, ty chceš fungovat jinak, ale

nechceš se změnit, to je nemožné. Musíš změnit něco ve svém přístupu!“. Konfrontuji ho tímto způsobem, ale i to vždycky dělám s velice podpůrným tónem a s osobní vřelostí. A klient to ze mě cítí. Jsem si také docela jistý, že cítí, že ho mám rád takového, jaký je. (Budu říkat „on“, aby to bylo jednodušší, ale pokaždé když mluví o klientovi, myslím samozřejmě „on“ i „ona“). A myslím, že když klient ví, že má takovou podporu, má pak také větší chuť konfrontovat se s problémy. Když si někdo v terapeutické skupině u Fritze Perlse sedl před něho a zdráhal se pracovat způsobem, o kterém si Perls myslel, že je prospěšný, s největší pravděpodobností mu Perls řekl něco ve stylu: „Jdi si sednout na svoji židli, nechci s tebou mluvit, protože tvůj zájem o terapii je falešný.“ Opravdu říkal takovéto věci a mě to šokovalo.

O: *Můžeš tedy říci ještě více o tom, jak ty se díváš na klientovy problémy a na to, jak si je sám způsobuje? A jak postupuješ, abys mu s nimi pomohl?*

S: Jsou dvě věci, které bych rád řekl k tomu, jak já rozumím „terapeutickým problémům“ a jak dělám terapii. Co se týče problémů, věnuji důkladnou pozornost tomu, jak klient ruší, nebo abych to řekl ještě jasněji, jak přerušuje svůj vlastní vnitřní proces. Například když začne mluvit o něčem důležitém, jako třeba: „Porád se snažím být poslušné dítě, protože moje matka nebo otec to tak vždycky chtěli.“ A když v tu chvíli přeruší toto téma a začne mluvit o něčem úplně jiném, třeba o tom, co se mu zdálo zábavné v nějakém filmu, a nezdá se to být vůbec ve vztahu k jeho problému, poprosím ho, aby se vrátil zpět k tomu, o čem mluvil, protože v sobě přerušil něco důležitého: to, že se vždy snaží chovat jako poslušné dítě. Tímto způsobem zkouším, abych tak řekl, přerušil jeho vlastní sebe-přerušování. V gestalt terapii říkáme, že umožnit pocitům, aby nebyly přerušeny, znamená nechat vzniknout zcela vnitřně naplněný gestalt, emocionální úplnost. Ve svém učení tento problém přerušování úplného gestaltu nazývám frází, která je jasná každému. Nazývám to „gestaltus interruptus“.

O: Ano, to je docela jasné. A jak tedy přerušuješ přerušení?

S: Především prostřednictvím svého podpůrného přístupu. Když klient přerušuje sám sebe, cítím, stejně jako to dělají buddhisté, že soucitný postoj vůči klientovi je ten pravý, a - jako buddhisté - předpokládám, že přerušuje sám sebe v důsledku nevědomosti. A dokud já neoznám jeho sebe-přerušování, nemusí si ho být vůbec vědom, a to kvůli svému přání (smíšenému s úzkostí) dodržovat své staré zvyky, které mu umožňují cítit se bezpečně. Ale s trochou mírné, ale vytrvalé pozornosti ho upozorním, že by se mohl pojmát jinak. Může si třeba představit, jak říká sám sobě, nebo si to skutečně zkusit říct: „Nechci se přerušovat, nechci se muset cítit poslušný. Chci se cítit svobodný ohledně svých vlastních pocitů.“ Jestliže je pro něj taková svoboda něčím úplně novým, může to nejprve prožívat jako něco divného, nebezpečného a jako další příčinu úzkosti; takže to vyžaduje, aby ho terapeut podpořil ve zkoušení nových věcí. Ale jestliže mu to opravdu přináší novou svobodu, bude se mu to líbit. Komu by se nelíbilo cítit novou svobodu?

O: Můžeš ještě říci něco k tomu, jak duchovní učitelé, které jsi zmínil, ovlivnili tvůj přístup? A jestli jsou ještě někteří další, které jsi doposud nezmínil a kteří ovlivnili tvůj terapeutický styl?

S: Ano, již jsem zmínil Martina Bubera a Lao c' a ještě bych přidal Krišnamurtiho, duchovního učitele z dvacátého století. Důraz, který kladl Lao c' na přijetí sebe sama bez jakéhokoli vnitřního odporu, vyjadřuje, jakým způsobem se já sám vkládám do rozhovoru s klientem. Jak jistě víš, odpor je něco, o čem se v psychologii často hovoří jako o něčem, co terapeut zkouší zlomit prostřednictvím výzvy nebo konfrontace, aby tak pomohl klientovi osvobodit se v přijetí sebe sama. Ale úhel pohledu, jaký nabízí Lao c', je, že odpor se zlomí zcela spontánně, jestliže, jak jsem již řekl, jmeně, ale vytrvale ukazujete klientovi, jakým způsobem přerušuje sám sebe a podporujete ho,

aby to nedělal. Já se snažím především následovat jeho vnitřní gestalt - nebo řekneme tomu jinak: jeho vnitřní životní cestu. Zda ho následuji správně, poznám podle toho, jestli od něho dostanu souhlasnou odpověď, buď přímo slyším „Ano“, nebo přikývnutím: něco, co mi ukáže, že mu rozumím, když ho následuji tam, kam jde. Potom, když následuji jeho cestu, snažím se ho doprovázet: jako když jdu po cestě vedle něho. A potom, když má problém na cestě zůstat - když nějak přerušuje svůj vlastní pohyb, přestává se pohybovat nebo se odvádí tím, že se snaží svoji cestu opustit - potom se ho snažím vést dále po jeho vlastní cestě. Vedení tak může vyústit v nový způsob myšlení, nebo ponechá klienta více úplně prožívat to, co cítí. Jak jsem již řekl, může to nejprve prožívat jako divné či děsivé. Ale jestliže vnímá, že s ním zůstávám a podporuji ho, může přijmout mé vedení a experimentovat se sebezpříjetím dále. Krišnamurti nazýval setrvání na své cestě jako „přijetí emocionální situace, ve které se člověk nachází, přesně takové, jaká je.“ Já tomu rozumím tak, že klient má problém s úplným sebezpříjetím, říct sám sobě úplně „Ano“. A já myslím si, že má role terapeuta má následující sekvence: následovat klienta, doprovázet ho a vést.

O: Takže spiritualita terapie, jak ji popisuješ, se vždy vztahuje k emocionálnímu spojení?

O: Je to tak. A to spojení probíhá na různých úrovních. To, co Buber nazýval nekonečná úplnost, přítomně vystředěné setkání s druhým člověkem, může být chápáno v psychoterapii jako spojení terapeuta nevědomí s nevědomím klienta. Toto setkání je v zásadě neverbální. Klient si ho je vědom, abych tak řekl, celou atmosférou vztahu. To podporuje jeho důvěru v terapeuta a celkový pocit ve smyslu: „On, nebo ona vypadají, že vědí, jaký jsem.“ Toto spojení může být pociťováno již v prvních hodinách terapie, někdy i v prvních minutách. Ale to, co trvá déle, je rozvoj klientova sebezpříjetí. A zde terapeutovo sebezpříjetí hraje hlavní roli. Musí být větší než klientovo a je nástrojem, který terapeut pou-

žívá, aby byl citlivý ke klientovým „sebe-přerušením“. Duchovnost toho všeho má co dělat s hloubkou, která je za slovy, se spojením mezi dvěma osobami, vedoucím do hloubky, za slova, ke klientově vlastnímu sebezpříjetí.

O: Měl jsi někdy problém být přijímán svými kolegy jako duchovně orientovaný psychiatr? Jako někdo, kdo se zajímá o vnitřní život, ... mohl bych říct o „život duše“?

S: To je dobrá fráze. Termín „psyché“ je v psychologické teorii hojně používán, ale jen ve svém světském významu. A řecké slovo, které znamená „duše“, evokuje duchovní kvalitu.

O: Ale v moderní psychologii se většinou nemluví o tom, že máme duši...

S: Máš pravdu. V dnešní Americe opravdu většina psychiatrů nemluví o duši, nebo něčem duchovním. Jsou to specialisti na používání léků a farmaceutické společnosti utrácí velké množství peněz za to, aby jejich užívání podpořily. Je mnoho druhů léků na deprese a úzkosti. Je jich tolik, protože žádný z nich není úplně dobrý. Buď není dobrý jejich efekt jako takový, nebo mají vedlejší účinky, jako je zploštění emocí nebo ztráta sexuální touhy. Tak se vyvíjejí stále nové léky, je jich více a více. A vždy se vyvíjejí dle empirického přístupu k symptomům, které vznikají v mozku, bez jakéhokoli zájmu o další psychický proces v mozku, který tvoří základ symptomu: to, co jsem nazval sebezpřerušováním. Na druhé straně někdy tyto léky hodně pomáhají ke zmenšení deprese nebo panického či psychického zmatení a já uznávám, že mohou mít svou hodnotu.

Avšak z jiného pohledu je „Zeitgeist“ - duch doby současné kultury - často příznivý tomu,

co dělám: myslím tím zájem o duchovní dimenze života a o možnosti toho, co se tradičně nazývá „osvícený život“. Setkal jsem se s mnoha lidmi v Americe a v Evropě, v Německu, Itálii, tady v České republice, v Polsku a Rusku, kteří mají psychotherapeutickou praxi a jsou vášnivě zaujati Zen buddhismem, Vipassánovým buddhismem z Indočíny a dalšími mysticko-duchovními tradicemi. Tento druh zaměřených postrádali v klasické psychoanalýze, ale i v humanistické psychoterapii. A když máš takový zájem, stává se psychotherapie opravdovým druhem interpersonální meditace.

O: To zní jako myšlenka, že z tvého pohledu může psychotherapie každého psychologického směru být duchovní (spirituální).

S: Ano. Spiritualita spočívá v kvalitě vztahu, který terapeut nabízí klientovi, jak jsem to již popsal. A zopakuji ústřední bod mého přístupu: terapeutický efekt je výsledkem přijímajícího přístupu terapeuta, který soucitně zasahuje proti klientovu sebe-přerušování. Skrze terapeutovo přijetí začíná klient plněji přijímat sám sebe.

A myslím, že mezi různými školami psychoterapie je gestalt tím, kterému opravdu dobře sedí duchovní úhel pohledu, a to díky jeho zaměřenosti na přítomnost a jeho otevřenosti nezměrné hloubce vztahu. Ale jak vidíte z toho, co jsem již zmínil, toto porozumění hloubce ve vztahu k ostatním a k sobě je velice staré. Lao c' a Buddha nás vedou zpět o více než 2500 let. Věřím, že jejich moudrost se bude dále šířit a ukazovat nám, jak žít hluboce vyrovnaným a pružným způsobem.

Rozhovor vedl Jan Vávra, přeložili Jan Vávra a Petr Lisý

„Svět, který čeká na zrození“ – utopie, za kterou se ve své knihovně nemusíte stydět

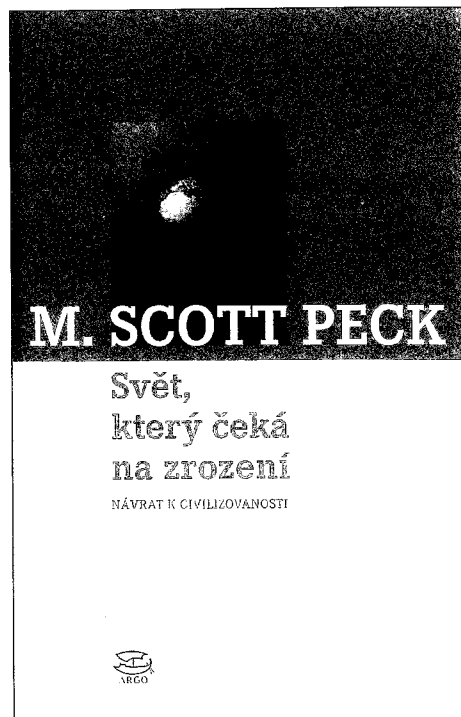
M. S. Peck: Svět, který čeká na zrození. Návrat k civilizovanosti. Argo, 2003, počet stran 425.

Jakub Šindler

Jméno nedávno zemřelého amerického psychiatra a spisovatele Scotta Pecka není českému čtenáři neznámé. Proslavil se zejména bestsellerem *Nevyšápanou cestou*, jenž čtivě zpřístupnil obtížné a z různých stran předsudky zatížené téma duchovního růstu. Stal se tak pro několik generací inspirací pro hledání osobní žité integrace psychologie a náboženství. Od duchovního rozvoje jednotlivce pak v titulu *V jiném rytmu* pokročil k postulování tezí o předpokladech zdravého a tvořivého soužití společenství lidí – komunity. Termín komunita chápal mnohem širěji, nežli je tomu v hovorové řeči či psychologickém odborném žargonu. Bylo by domyšlivé aspirovat zde na několika řádcích na vystižení podstaty jevu, k jehož vyjádření nadaný spisovatel potřeboval několik set stran. Ani on sám však není se svým popisem spokojen – vysvětlit zážitek komunity někomu, kdo ji nezažil, je prý podobné snaze popsat chuť artyčoků tomu, kdo jej nikdy nejedl. Ale přeče – mělo by jít o společenství lidí, jež nezakrývá rozdílnosti svých členů, ale naopak je vítá a umí z nich těžit; jako bezpečné místo, kde se zásadní otázky řeší konsensuálně („všichni jsou vůdci“) a s výsledným rozhodnutím mohou žít všichni zúčastnění. Ač takové společenství není zamýšleno jako primárně terapeutické, účastenství na něm narmoze léčebné účinky přináší. Stav komunity je obtížné a bolestné dosáhnout a udržet, dle

Pecka je to však nezbytné pro naši osobní spásu (či chcete-li smysluplný život) i mír světa (knihla byla poprvé vydána v roce 1988 – v období eskalujících závodů ve zbrojení, je muž se také v knize věnuje). Nastihuje zde první zásady budování komunit a jejich udržování za různých podmínek a uspořádání (komunity jednorázové i dlouhodobé, náhodné i záměrně utvořené, komunity v církvích, firmách, rodinách i na mezinárodní úrovni). Kniha vyznívá jako sice ucelený a velmi inspirativní, ale přesto jako skicář postřehů a domněnek nacerpaných ze zkušeností autorem založené Nadace pro podporu komunit. O šest let později (píše se rok 1994) pak v USA vychází navazující dílo – zde recenzovaný *Svět, který čeká na zrození*.

Ten je nejen doplněním předcházející knihy o nově nabyté zkušenosti z působení jmenované nadace, ale především pokusem o nové uchopení problému komunity skrze znovuvzkříšený termín – „civilizovanost“. Od něj se odvozuje i podtitul knihy – *Návrat k civilizovanosti*.



Vysvětlení tohoto termínu autor věnuje celou první část knihy (přes 100 stran) a postupně přichází k její definici jako „vědomě motivovaného chování v rámci organizací, které je etické, protože je podřízeno Vyšší moci“. Jde tedy o mnohem více, než jen o zdvořilost, jak se anglické slovo „civility“ překládá. Jde rovnou o maximum našeho snažení ve stovkách každodenních situací i v dlouhodobějším horizontu, o vysoký, ale (prý) dosažitelný ideál kvality mezilidského fungování, předpoklad pro „království boží na zemi“. Mnohé z toho, na čem má taktó pojímaná civilizovanost stát, bylo v té či oné podobě diskutováno v dřívějších Peckových knihách, proto se příliš nemíneme, když řekneme, že civilizovanost je mu zde jakousi sociálně psychologickou či systémově dynamickou obdobou jeho dřívějšího termínu duchovní růst. A možná i mazanějším rétorickým nátlakem na čtenáře – vždyť kolik lidí by o sobě řeklo, že duchovně rostou a kolik by jich o sobě nechtělo prohlásit, že jsou civilizovaní?

Nemalou pozornost věnuje zakotvenosti etiky ve „Vyšší moci“, v něčem, co nás přesahuje, či chcete-li v Bohu. Sekulární humanismus považuje jako východisko pro etické jednání za nedostatečný, neboť sice říká, že všechny lidské bytosti jsou cenné, ale již nezdůvodňuje, proč tomu tak je (etice chybí teologie). Dle něj může etika sekulárního humanismu fungovat v dobách blahobytu, leč v době krizí (např. válék či váznoucích obchodů) může vzít za své až příliš lehce. Civilizovanost přitom má být něco hlubšího, trvalejšího a méně závislého na aktuální přízni okolností. Jakou teologii nabízí S. Peck? Křesťanskou, nicméně jak už to v jeho dílech bývá, je to nabídka (alespoň dle mého názoru) přitažlivá, nevtíravá, nevyklučující jiné teologie. A především – nelaciná a integrovatelná s vědeckým světovým názorem. Pokud akceptujeme autorovo křesťanské východisko, nebude nám již činit problémy dočíst i následující kapitoly věnující se pokoře (systémová dynamika?), nalezení a odevzdání se svému povolání, či komunikaci s Vyšší mocí skrze modlitbu a meditaci (mj. time-management?), jež rovněž zahrnuje mezi stavební kameny civilizovanosti. Domnívám se, že toto úsilí stojí

za to a díky výsledku snadno autorovi „promíne“ i naduživanost křesťanského jazyka a nemalý prostor věnovaný výkladu několika pasáží Bible.

Ve druhé a třetí části knihy vdechuje konceptu civilizovanosti život na příkladech ze dvou klíčových organizací – rodiny a firem. Možná zde ani tak neříká nové věci (tématu intimity vs. autonomie, důvěry, zacházení s nejistotou, zacházení s mocí, výhodnost včasného a čestného řešení problémů, neuróza jako náhražka za opravdové, existenciální utrpení), ale dokáže právě díky nadřazenému konceptu civilizovanosti hledat překvapující paralely. Na druhou stranu se místy těžko zbavuje dojmu, že toto slovo užívá až příliš často a povahu věci jím místy spíše zamlžuje. Ač Peck sám říká, že knihu nezamýšlel jako učebnici, uváděné kasuistiky a příběhy jsou, jak se domnívám, velmi doporučenými doplňujícími texty k úvodu do manželského i firemního poradenství. I zde jsou mu rámcem většiny úvah biblická podobenství, jež dokáže s bravurou jemu vlastní interpretovat a aktualizovat pro dnešní dobu. Druhá a třetí část knihy je mu však jen předmostím pro část čtvrtou a závěrečnou – pro úvahy nad zaváděním komunit na pracoviště.

Proč tolik důrazu na pracoviště a firemní svět? Peck dokonce provokuje tvrzením, že v dnešní době Bůh opustil církev a žije právě ve firmách a na pracovištích! Je tím myšleno, že většinu času, energie, emocí, tužeb a riskování dnes lidé spojují s pracovním světem, žijí především v něm a (mnohdy i) pro něj. Tudíž i úsilí o vybudování komunity by mělo být napřeno především zde. Na mnoha skvostných příkladech ilustruje činnost a poznatky Nadace pro podporu komunity, jež vyznívají velmi slibně. A také náročně. Umíme si představit, že se v případě vyhořeních vztahů na pracovišti s kolegy zavřeme na celý víkend a budeme si povídat o sobě? Závěrečná kapitola je pak mj. pokusem o extrapolaci ideje komunity na širší společenství (národy, svět), pokusem o náčrt jakési nové (ne)utopie. O všech předchozích pokusech o Utopii totiž S. Peck říká, že byly nerealistické, protože předpokládaly jednou provždy

daný stav, ve kterém již není třeba o nic dalšího usilovat. To označuje za iluzi a sám je velmi dalek něco takového rýsovat.

Přitom ale Svět, který čeká na zrození paradoxně přece jenom je vizí lepšího světa, a dokonce vizí velmi inspirativní. Je stavbou stavěnou s rozmachem a přitom s trpělivostí a citem pro detail. Je to vize nelaciná a představující po čertech velkou výzvu. Sám Peck není v hodnocení důležitosti této vize žádný troškař, když říká, že 20. století dalo lidem na jedné straně holocaust a atomovou bombu, na druhé straně pak budování komunit! Naštěstí také ale druhým dechem zmiřňuje - nejde o jeho vynález, ale to, co nazývá komunitou, tu bylo odjakživa a on má být jen jedním z mnoha spolupodílníků na jejím znovuobjevení pro dnešní dobu.

Se Scottym je obtížné vést polemiku - mluví v paradoxech, uvažuje holisticky, protichůdné názory integruje ve vyšší celek, jehož obrysy jen matně tušíme. Polemika přestává být důležitá a ustupuje chuti vydat se na cestu. Přitom ten, kdo ji vykresluje, není žádný snílek (kolik lidí se může pochlubit tak rozsáhlými zkušenostmi?) ani nesrozumitelný (jeho knihy považují za výtečné učebnice psychologie), natož pak nudný prorok. Kdyby nic jiného, Svět, který čeká na zrození je velmi čtivou a poutavou meditací o době, euroamerické kultuře či lidské povaze. Přispívá k tomu i Peckův styl, v němž se střídá napětí s uvolněním, provokace s jejich vysvětlením, výklad s kasuistikou i fantazií, osobní vyznání a odvaha střítet do vlastních řad s odvahou vyjádřit se k podstatným otázkám doby. V každém případě jde o úctyhodné dílo - rozsahem (425 stran), obsahem a chci doufat, že čas ukáže, že i svým dosahem.

Právě dosah této knihy a působení Nadace pro podporu komunit v zemi jejich původu se nám z české kotliny špatně posuzuje. A zlí jazykové by se mohli tázat, proč, když budování komunit má být tak významným počínem v duchovních dějinách lidstva, jsme o něm vyjma Peckových knížek zatím neslyšeli? A nejde jen o další módní vlnu v „zemi velkých možností“? Je vůbec něco takového jako komunita na pracovišti vůbec uvěřitelné?

Scott Peck by na takovou skepsi odpověděl, že jde o pochybnosti toho, kdo neochutnal artyčoky. Takže nezbývá, než mu to věřit, anebo ... ony artyčoky také vyzkoušet.

Ať je tomu jak chce, manažerům bych si tuto knihu dovolil doporučit jako nástin nového paradigmatu řízení firmy a lidí, psychologům a psychotherapeutům coby upozornění na nový a značně rozlehlý kontinent jejich působení, jež přináší rozšíření ohniska pozornosti z pomoci jednotlivcům na pomoc skupinám a (někdy i značně velkým) společenstvím. Svět, který čeká na zrození lze totiž chápat i jako napomenutí, zdali náš terapeutický zájem o jednotlivce není (při veškeré úctě k němu) i tak trošku strkáním hlavy do písku před nutností preventivních systémovějších změn a veřejného angažování se.

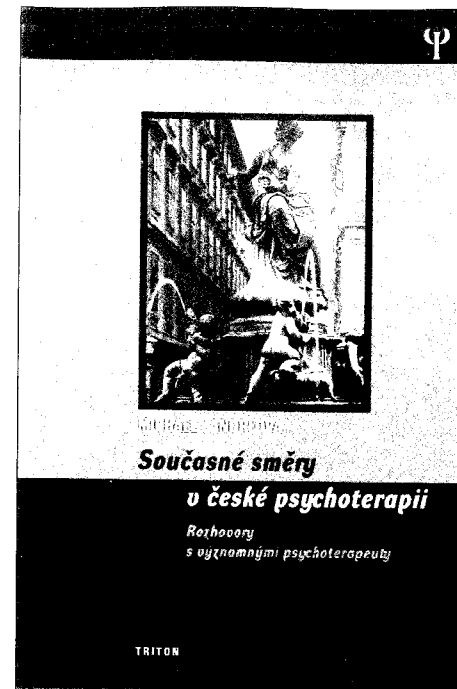
Autor je doktorandem na Katedře psychologie FSS MU v Brně.

Dvě knihy o směrech a osobnostech

Zbyněk Vybíral

Z bakalářské práce obhájené na teologické fakultě vznikla kniha Michaely Andrlové *Současné směry v české psychoterapii* s podtitulem *Rozhovory s významnými psychotherapeuty*. Andrlová v ní prokázala všechny přednosti, které ctí pracovitou autorku záživné rozhovorové knihy s ambicí být populární začně odbornou: odvahy i ukázněnosti, studiem připravenost na „velké“ osobnosti i vtisk vlastního stylu. Knize i autorce dodával odvahy i kus odborného vedení Stanislav Kratochvíl.

Andrlová vyzpovídala 12 českých či moravských osobností - výběr se jen z menší části překryl s Hučínovými *Hovory o psychoterapii* (Portál 2001, recenze v Konfrontacích 1/2002). Rozhovory se roztáhly do více než dvou let (2002 - 2004), všechny jsou datované. Nejdelší povídání v knize najdeme s Ilonou



Koťátkovou a Petrem Možným (18 a 17 stran) - oba hovory stojí za to (a jsou tak trochu splaceným dluhem méně exponovaným, regionálním osobnostem v psychoterapii, v tomto případě na Moravě). Rozhovor s představitelem KBT Možným výborně doplňuje někdejší Hučínův hovor s J. Praškem. Osobně je mi Možný (byť jsem sám tzv. psychodynamicky, a nikoliv KBT orientovaný) čím dál sympatičtější, je to přemýšlivý a střízlivě kritický terapeut s velkými zkušenostmi. Lidsky záživný a odborně výživný (tentokrát o směru Virginie Satirové) je rozhovor s Koťátkovou. Třetí nejdelší rozhovor je závěrečný - s Karlem Balcarem (15 stran). Je to druhý kritický vrchol knihy: intelektuální, srovnávací, pochybovací... Nově se tážající, nově se dívající na psychoterapii. Balcar, vyvázan ze směrů, může napsat:

„Sám pokládám psychoterapii, stejně jako každé léčení, spíš za pomoc nouzovou, která má... poskytnout člověku ty výživné, ochranné a léčivé duševní látky, energie a informace, které v čistší a přírodnější podobě jinak získává ve svém vývoji a vztazích se svými přírodními protějšky v běžném životě.“ Anebo:

„Ona i psychoterapie mívá (jak by asi mělo stát v jejím příbalovém letáku) také své vedlejší účinky - v podobě přece jen určitého zbavení pacienta iniciativy, aktivity, moci, sebeřízení a odpovědnosti a někdy i společenského statusu plně svéprávného člověka...“

Potřebné názory! Takovými kniha získává a opravňuje svůj smysl.

Nejkratší prostor dostali v knize naopak Helena Fišerová, Blanka Čepická a Jana Kocourková (ta si zasluhuje pozornost v Hučínoví), dalšími autory v knize jsou pak J. Skála, J. Růžička, S. Kratochvíl, O. Kulísková, J. Vymětal a Š. Gjuríčová. Nestejná plocha však není jedinou nevyvážeností. Rozhovory se klenou od osobního vzpomínání přes propagaci směru s dílčími podrobnostmi až po kritickou reflexi. Ta je nejcennější. (Vedle Možného a Balcara bych ještě vyzdvihl Vymětaala.) Andrlová se možná trochu trpně přizpůsobovala stylu i „manévřům“ zpovídáných. Má to ovšem i plus: každá osobnost je v knize jiná. A už to je čtivé.

Autorka nevedla jen rozhovory, ale také stručně, až hutně (téměř encyklopedicky) představuje zásadní směry: psychodynamický, psychoanalýzu, KBT, rogersovskou psychoterapii; v knize jsou jak zpovídány představiteli, tak M. Andrlovou zmiňovány desítky dalších terapeutů. - Zdá se mi, že česká scéna je zmapována. Kdo se chce poučit o směrech a osobnostech, má nyní k dispozici Kratochvílovy *Základy psychoterapie* (několik vydání), dále Hučínovy *„Hovory“* (2001), Andrlovou (2005), *Psychotherapeutické sešity* (2001, č. 2 - vyšly vloženy do *Psychologie dnes*) a zvláštní přílohu časopisu *Česká a slovenská psychiatrie* (2003, Suppl. 2). Tam všude najde rozhovory a/nebo osobnostně subjektivní pohledy jak na hlavní směry, tak na diverzitu psychoterapie - a to nejen v Čechách.

Autorce se dá vytknout - místy - začátečnický způsob formulování dotazu. Např. v rozhovoru s Vymětalem: „Rogers je taková základní nabídka psychotherapeutického vztahu, ke které lze přidávat další techniky a postupy. Je to tak?“ - Škoda, že se pan profesor chytil a odpovídá: „Určitě.“ - Asi bych tazatelku opravil, aby Rogers nebyl „nabídka“... I když:

nejsem jazykový purista. Ale copak Seifert je taková základní nabídka poezie a Kafka je taková základní nabídka prózy? (Pořád si myslím, že autoři tištěných slov a knih vytvářejí kulturu nazývání a označování a také vyjadřování vytváříme kulturu. Když už se bezmála „věci“ stal Balint, neboť lékař a psychoanalytik Balint - člověk - zanikl téměř zcela, kafkovsky se proměnil v druh skupiny - je na řadě Rogers?)

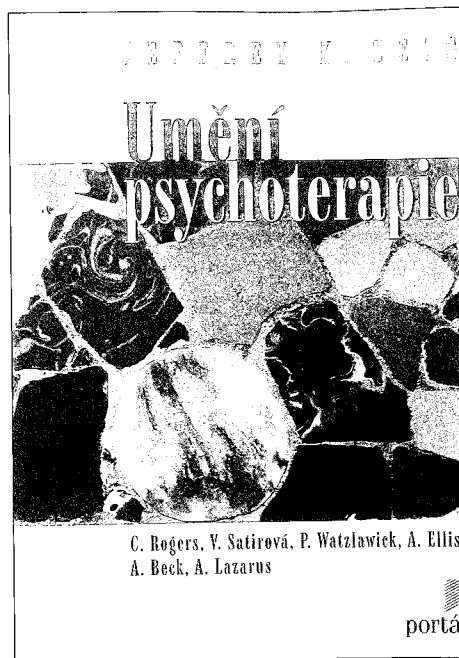
Výhradu opět zaslouží TRITON za nedotaženou knižní kulturu. Tomuto nakladatelství neodpustím, že v roce 2003 vydalo Friedu Fromm-Reichmannovou bez literatury, která měla být v závěru knihy, protože se na ni v celém textu odkazovalo čísly v závorkách. Ta kniha měla být tehdy stažena od distributorů a ze všech knihupectví a knihoven a vydána opraveně! V případě Andrlové zůstalo jen u nevychytaných překlepů: inforamce, rozohvor... „Rogersovskou terapii“ bych nepsal s velkým „R“... Ale at to zde nezanikne:

Knihy je tentokrát pěkná! - A mezi námi: klobouk dolů, uvědomíme-li si, jak mladá autorka české a moravské (a slezské) psychoterapie posloužila.

Dle mého názoru by byla (je, bude) pro každého zájemce o psychoterapii škoda, mine-li se se 700stránkovou knihou **Umění psychoterapie**. Editor Jeffrey Zeig v ní vydal příspěvky a záznamy diskusí z Phoenixu v Arizoně, kam v prosinci 1985 sežvala Nadace Milтона H. Ericksona tehdejší špičky psychoterapeutického ledovce. Kniha shrnuje přednášky od 7 rodinných terapeutů (např. Minuchin, Haley, Bowen, Satirová, Watzlawick), od 4 KBT-představitelů (Ellis, Wolpe, Beck, Lazarus), od humanistů Rogersa, Lainga, Maye, od analytiků Mastersona, Bettelheima; dále od manželů Gouldingových, Zerky Morenové, Rossioho, Zeiga, Lainga a několika dalších - většinou zakladatelů a pionýrů pozmeněných či novátorských přístupů v psychoterapii.

Chci zde namísto recenze jednoho příspěvku za druhým (taková recenze by se řádně protáhla) vyzdvihnout několik názorů a citací, které by snad mohly přilákat čtenáře k četbě.

Nalistujte si Beckovu kapitolu. Dnes již sice máme Aarona Becka představeného i samo-



statnou knihou, ale jeho kapitola věnovaná **kognitivní terapii** stojí za to. Mimo jiné ve své přednášce řekl: „Stejně jako rogeriáni či terapeuti zaměřeni na klienta projevuje i kognitivní terapeut přirozenou vřelost a bezvýhradně přijímá pacienta. Kognitivní terapeut však přebírá aktivnější roli, než jak je tomu u rogeriánů a psychoanalytických terapeutů.“ (s. 277). Proto mám živé, autentické záznamy z vystoupení osobností rád: koriguji mé představy, které mají sklon sklouznout ke schematičnosti. (Rogerianství - akceptace, KBT - manipulace... Chyba!) Ano. Jsem přesvědčen, že tváří v tvář nepřehlednosti psychoterapeutických modalit si nepatříčně zjednodušujeme. Čtème tedy **Umění psychoterapie**, abychom si vyvětrali v zatuchlém zjednodušení svých hlav. Hranice vedou jinudy, pacienta vřele lempaticky přijímají se vším všudy všichni.

Jiný příklad toho, jak živá byla scéna KBT před dvaceti lety, podává nebývale ostrá, konfrontační přednáška Josepha Wolpeho: obrana tradiční behaviorální terapie, útok na kognitivisty, útok na odpadlíky... Hranice vedou mezi loajálními šířiteli a heretiky. Wolpe snáší důkazy o prokázané účinnosti beha-

viorní léčby; poučný je i koreferát Judda Marmor. Doporučuji.

Ostatně doporučuji začít od začátku. Předmluva J. Zeiga je jednoduchým, a přitom podstatným a dobře zformulovaným úvodem do psychoterapie. První blok rodinných a systémově uvažujících reprezentantů je silný již jen početností. Přednášky Minuchina a Watzlawicka jsou texty par excellence - Minuchin se např. kriticky vyjadřuje k systémovým přístupům, k jazyku kybernetiky, k tomu, že se z jazyka rodinných systemiků vytrácí individuální. Haley se umí podívat kriticky na výcviky terapeutů (s. 78, 82). Mnohé příspěvky jsou zajímavé tím, jak autoři nechávají nahlédnout do svého osobně biografického pozadí - v tomto směru jsme v ČR zvyklí, neboť takto velké osobnosti vykládá S. Kratochvíl. Minuchin, původně dětský psychiatr, o sobě např. zmiňuje, že byl socialistou a sionistou; Morenová se přiznává ke zkušenosti s fantazijní dcerou, kterou nikdy neměla...

Trochu mě zklamal jen široký záběr M. Bowen a podobně V. Satirové (ale možná jsem se zatím jen neuměl se zájmem do jejich přednášek začíst a zaujmět se teprve dostavil), ostatně závěr přednášky Satirové je silný: vystoupila proti nálepkám, stereotypům, předsudečnému třídění lidí. Ellis je tradičně srozumitelný, jeho příspěvek je auto-výkladem jeho RET. Zajímavý je srovnávací text Rogersův - porovnal svůj přístup s Kohutovým a Ericksonovým.

Kořením knihy jsou často koreferáty - komentáře, které k přednášce v roce 1985 vždy hned na místě přednesl jiný terapeut. Ze střetů a konfrontací vystupují vyostření postojů i jednoznačná tvrzení. Po Mastersonově přednášce o objektivních vztazích a hraničních osobnostech stojí za pozornost stanovisko Jaye Haleye (a opět odpověď Mastersonova). Tato ostrá diskuse se dotkla problému, který je v psychoterapii permanentně přítomen: lze vůbec přistupovat k člověku jako k *monádě* - *vytržené ze svých vztahů*? Haley pronesl:

„Mou námitkou proti myšlence hraničních osobností je, že nás takové úvahy vracejí zpět do doby, kdy se předpokládalo, že jedinec je *autonomní a nezávislý na jakémkoli sociálním*

působení, kromě některých raných mateřských vlivů v dětství. Mnozí z nás vyvinuli úsilí k tomu, aby unikli podobnému způsobu myšlení, které je velmi svůdné.“ (s. 413).

Recenzi chci nechtě musím ponechat neúplnou, neboť *Umění psychoterapie* asi nelze přečíst na jedné zátah. Budu se k té knize vracet a otvírat ji na dalších místech. - Tak trochu to symbolizuje i seznamování se s širší psychoterapeutických přístupů. Dnes už je nikde neobsáhneme najednou.

Eseje o historii psychoterapie a duchu doby

Müller, Ch.: Abschied vom Irrenhaus (Rozloučení s blázincem). Bern, Göttingen, Toronto, Seattle: Verlag Hans Huber, 2005; 185 stran (Euro 22, 95)

Recenzovaná knížka se věnuje historii psychoterapie a sestává ze 17 esejí, které na sebe jen velmi volně navazují, přičemž návaznost je dána především jejich časovým řazením - tedy dobou, o níž pojednávají.

Autorem publikace je švýcarský psychiatr - emeritní profesor psychiatrie na univerzitě v Lausanne a dřívější ředitel tamější psychiatrické univerzitní kliniky. V odborném světě je znám rozvojem komunitární psychiatrie ve Švýcarsku a jistě i proto se jeho kniha nazývá „Rozloučení s blázincem“. Prof. Ch. Müller (nar. 1921) je také považován za zakladatele švýcarské gerontopsychiatrie a za příznivce psychoterapie.

Pokud si recenzent dobře vzpomíná, přednášel prof. Ch. Müller někdy koncem 80. let minulého století na Lindauských psychoterapeutických týdnech (Lindauer Psychotherapiewochen) o léčbě nemocných tehdy diagnostikovaných jako endogenní deprese. Léčba spočívala ve třech návazných a překrývajících se krocích. Začínalo se intenzivní farmakoterapií (ovlivňování předpokládaných biologických základů nemoci a symptomů

působících utrpení). Následovala pak terapie prací, jejímž hlavním cílem bylo aktivizovat pacienty a dodat jim ztracenou sebedůvěru. Třetí krok pak spočíval v psychoterapii, kdy nemocní měli porozumět dřívějším symptomům, svému místu v životě a individuálním možnostem. Celá léčba se odehrávala v kontextu sociální (tedy i komunální) psychiatrie. Tolik k přiblížení jeho odborného přístupu. Autor knihy považuje psychiatrii „na lůžku“ ve velkých léčebných zařízeních za překonanou a místy ještě přezívanější jako historický relikv. Dle jeho pohledu se má nutná lůžková péče uskutečňovat na specializovaných odděleních např. běžných nemocnic, a to proto, že zabráníme izolaci a možná i chronifikaci některých nemocných.

Prof. Ch. Müller je považován za významného znalce dějin psychiatrie, jimž se věnuje od svého emeritování. Dosud uveřejnil na toto téma 7 knížek.

Jak již jsem uvedl, práce sestává z řady esejů, jež jsou velmi čtivé a lze si z nich vytvořit představu o vývoji psychiatrie v Evropě. Kupříkladu o léčbě pomocí „otáčecích strojů“, jež byla moderní počátkem 19. století, o koridorech a léčbě „klidem na lůžku“, čtenáře zcela jistě zaujme část věnovaná prvnímu Mezinárodnímu psychiatrickému a neurologickému kongresu, jenž se konal r. 1907 v Amsterdamu, pozornost vyvolá i udrží esej o vztahu mezi Eugenem Bleulerem a Hermannem Rorschachem, o vývoji názorů na schizofrenní onemocnění a ve výčtu by bylo možné pokračovat.

Věnujeme-li se historii jakéhokoliv oboru lidské činnosti, tak nalézáme řadu zajímavostí i poučení. Kniha prof. Ch. Müllera není výjimkou. Kupříkladu se dovíme, že již v r. 1867 francouzský neuropsychiatr Ludger Lunier navrhoval „diagnostický klíč“ pro evropské lékaře a tento klíč lze vidět i jako první pokus o „mezinárodní klasifikaci duševních a behaviorálních poruch.“ Nebo na prvním Mezinárodním psychiatrickém a neurologickém kongresu v r. 1907 v Amsterdamu představil pražský neuropsychiatr Arnold Pick senilní mozkovou atrofii, jež je po něm pojmenována, Carl Gustav Jung zde referoval o psychoanalýze, avšak jeho vystoupení bylo předčasně

ukončeno, neboť překročil časový limit. Také zde prý byl prvně použit výraz sociální psychiatrie. Kongresu údajně dominoval francouzský filozof, psycholog a lékař Pierre-Marie Janet, který přednášel na téma hysterie, již vysvětloval pomocí pojmů disociace a trauma. Zastával mj. názor, že hysterie má organický podklad.

Publikace obsahuje i řadu údajů z novější doby. Kupříkladu bylo zjištěno, že 23,6 % švýcarských psychiatrů má v blízkém příbuzenstvu nejméně jednoho schizofrenika - i sám Eugen Bleuler, autor pojmu schizofrenie (ale i ambivalence), pečoval řadu let o schizofrenní sestru. Pamatuje se i srovnání švýcarských a konzských suicidantů. Ve Švýcarsku je suicidium dávano do souvislosti s depresí, naopak Konžané si berou život ze zoufalství vyvolaném ostudou.

Historie psychiatrie, čehož dokladem je i recenzovaná práce, poukazuje k tomu, že v každé době jsou léčebné postupy zdůvodňovány vědecky, přičemž pojem vědeckosti se mění. Prolínají se v něm nejčastěji metody a polohy přírodovědné, psychologické a sociální. S různou intenzitou se filozofuje a moralizuje. Toto konstatování by nemělo vést k relativizování diagnostických a léčebných postupů nebo vědecké práce, nýbrž k připomenutí vícedimenziality psychických jevů, chování člověka ve zdraví i v nemoci. Dále pak, že toto vše ovlivňuje „duch doby“, nazývaný někdy i společenským vědomím. Proto upozorňuji na novou determinantu psychiatrické praxe i vědeckého zkoumání, a tou je vším prostupující, mimořádně silná komercializace. Projevuje se nejen v aplikovaném, ale i v základním výzkumu. S tímto fenoménem se v historii psychiatrie (ale i člověka) v takové kvalitě neseťkáváme a zdá se, že patří k duchu naší doby par excellence. Uvidíme, jak komercializace tento lékařský obor (ale i nás samotné) nakonec ovlivní, či dokonce ovládne a promění.

Knihu esejí prof. Ch. Müllera lze doporučit všem německy čtoucím zájemcům o historii psychiatrie a vůbec medicíny. Vede k zamyšlení nad současnou psychiatrií i nad námi samotnými.

Prof. PhDr. Jan Vymětal, ÚHSL 1. LF UK, Karlovo nám. 40, 128 00 Praha 2

Několik vět k Hellingerovi...

Mgr. Václav Šnorek

V předchozích číslech Konfrontací vyšly recenze dvou knih Berta Hellingera: Zbyněk Vybíral kriticky komentuje Partnerské terapie Berta Hellingera (Hellinger, Neuhauser, 2005, Pragma) a Zuzana Hánová se ve svém textu věnuje publikaci Rodinné konstelace - objevná síla (Hellinger, Tenhovel, 2004, Triton). Mohli bychom ještě doplnit třetí titul dostupný v českém jazyce - Skrytá symetrie lásky (Hellinger, 2000, Pragma).

Rodinné konstelace se staly v posledních letech módní záležitostí, nepochybně o nich slyšíme daleko častěji než kdykoliv předtím. Přitom myšlenka o, pokud ne přímo zásadní, tak přinejmenším významné relevanci „rodinné anamnézy“ vzhledem k aktuálnímu prožívání, chování a psychickému vývoji jistě není nikterak nová.

Psychoterapeutický přístup Hellingera je vpravdě integrativní. Odráží se v něm tradiční modely mezilidského soužití katolické církve (Hellinger působil mnoho let jako kněz), psychoanalytické předpoklady, kontroverzní terapie A. Janova (který, mimochodem, svou radikální koncepci poprvé uveřejněnou začátkem sedmdesátých let minulého století dále rozvíjí, viz Janov, The New Primal Scream, 2000), gestalt-terapie, transakční analýza, hypnotherapie M. Ericksona a také NLP. Propojení těchto rozmanitých pramenů se někdy autorovi daří, jindy však připomíná spíše pověstný dort Pejska a Kočičky.

V zásadě sdílím pohled Z. Vybírala nastíněný v jeho recenzi, byť třeba v části o partnerských vztazích, byl bych trochu méně kritický...

Hellinger chápe sociální role (gender) muže a ženy konzervativně. A také, nutno podotknout,

poněkud schématicky. Totéž se týká i partnerských vztahů. Odkazuje nepřímo k biologické determinaci, resp. archetypální podstatě. „Muž je vlastně bojovník. Slabý, poddavný muž nedokáže realizovat hluboké naplnění nebo není mužem. Bojovník to dokáže. Bojovník je ten, kdo je připraven a schopen chránit rodinu. Umí se prosadit v životě a díky tomu chránit a žít nebo částečně žít svou rodinu“ (str. 198, Hellinger, Neuhauser, 2005). Na jiném místě: „Základem rodiny je sexuální přítelovost mezi mužem a ženou. Když muž touží po ženě, touží po tom, co jako muž potřebuje a nemá. Když žena touží po muži, i ona touží po tom, co jako žena postrádá.“ (str. 43) a dále: „Lásce je obvykle prospěšné, když žena následuje manžela a když souhlasí s tím, aby to dělaly i děti.“ (str. 59, Hellinger, 2000). Tolerantní postoj zaujímá Hellinger k nevěře: „Hluboce si vážím věrnosti, ale ne takové, která prohlašuje: „Já jsem jediný člověk, který pro tebe smí být důležitý a od kterého smíš přijímat, co potřebuješ.“ Občas se stane, že se setkáme s někým, kdo se pro vás stane důležitým. Tuto skutečnost je nutno respektovat právě tak jako pocity zklamání a ztráty, jež způsobí. Takové setkání může mít velice pozitivní vliv na manželský vztah.“ (str.77, Hellinger, 2000). Vyjadřuje se k výchově: „Rodiče, kteří mají potíže s výchovou dětí, nemají harmonizovaný systém hodnot, cílů a priorit.“ (str. 115), k adopci: „O adopci by se mělo uvažovat jedině tehdy, když není žádná jiná možnost. (...) Jednají-li adoptivní rodiče v zájmu dítěte, uvědomují si, že jsou představiteli, nikoli náhradou biologických rodičů - že skutečným rodičům pomáhají tím, že doplňují to, co oni udělat nemohli. Adoptivní rodiče, hrají důležitou roli, ale přicházejí teprve po rodičích biologických bez ohledu na to, čímž jsou nebo co dělají.“ (str. 111-112) nebo incestu: „Trpěli však partnerský vztah dalšími nedostatky - například v oblasti sexuální nebo citové - pak je nevyvážený celý systém. V takové situaci se manželka snaží vyrovnat deficit tím, že manželka nabídne své dceři (...)“ (str. 119, Hellinger, 2000).

Samostatnou kapitolou je psychoterapeutická technika - inscenování konstelace. Pracovní

vat lze s konstelacemi rodiny, partnerských vztahů, ale třeba i institucí a dalších oblastí života (např. dvě profese, země, kultury). Terapeut je přítom ve svých intervencích velmi direktivní. Směřuje klienta tak, jak je to pro něho „dobré“. Četné přepisování průběhu stavění konstelací svědčí o často přinejmenším drsném stylu Hellingerův...

Hellinger popisuje, co se děje při inscenaci rodinné konstelace, resp. rodinné skulptury: „Rodinná skulptura zahrnuje gesta a tělesné pozice. Jsou-li představitelé takto skulpturováni, jejich zážitky jsou určovány jejich pozicemi, takže nejsou schopni vnímat změny, k nimž dochází v průběhu inscenace. Jsou-li jen postaveni na svá místa, mohou sledovat změny svých pocitů. Jakmile jim však otočím hlavu nebo jim řeknu, na koho se mají dívat, přestane je ovlivňovat místo, neboť já jsem určil, co mají cítit.“ (str. 228). Terapeut postupuje zcela intuitivně: „Při inscenaci se řiďte svými pocity. Když přesunujete jednotlivé představitele z místa na místo, vezměte je za ruku nebo za rameno, abyste cítili, zda jste je umístili správně.“ (str. 226-227, Hellinger, 2000)

Dovolím si poněkud „ne-vědecky“ a „ne-terapeuticky“ postulovat fakt, že žijeme v době, kdy jsou mnohé dosud ceněné a respektované hodnoty relativizovány. Stírají se hranice na všech možných úrovních (mezi dětstvím a dospělostí, mezi kulturou a pornografií, mezi normalitou a patologií). Jen tak dokáží chápat lechtivou reality show v TV prime-timu či „pluralitní“ partnerský vztah čelního předsta-

vitele exekutivní moci okázale prezentovaný jako jeho ctnost.

Hellinger je svým způsobem nekomplikovaný. Autoritativním způsobem zdůrazňuje tradiční hodnoty a nezbytnost jejich naplňování. Každý krok stranou pro něho znamená vznik potřeby vyrovnat se s tím, že věci nejsou tak, jak mají být. Čte se velmi lehce, v kontextu křesťanské tradice snadno můžeme podlehnout pokušení ztotožnit se s nabízeným, relativně jednoduchým pojetím reality. Právě proto však postrádám v jeho knihách pokoru a zejména rozvážnost vzhledem k možným důsledkům terapeutických zásahů.

Mám za to, že Hellingerovy myšlenky jsou inspirativní, ale v „nepravých“ rukách mohou být skutečně hodně nebezpečné, až vražedné. Před časem jsem realizoval psychologické vyšetření paní, která prošla kurzem rodinných konstelací. Byla to pro ni opravdu traumatická zkušenost. Nebyla vůbec křehkou osobností dekompenzující se v zátěži, byla hluboce traumatizována důsledky velmi tvrdého přístupu vedoucího kurzu. Samozřejmě je mnoho světových výjimek. Absolvoval jsem semináře Lei Brodové. Paní doktorka, vyzbrojena dlouholetou praxí i výcvikem v „klasické“ rodinné terapii, dovede vybrat a citlivou formou prezentovat z Hellingerův aspekty podnětné a pro psychotherapii i docela objektivní. A Hellinger v takto hodně „dochucené“ podobě je nakonec docela dobře stravitelný...

Autor je klinický psycholog a psychotherapeut

ZRnění (Zdeňka Riegrová)

Zrnění číslo 46 • Zrnění číslo 46 • Zrnění číslo 46

Ovlivněn povídáním o manipulaci

ve 12. čísle letošního „Psychologie Dnes“, jsem si uvědomil, že jsem zapomněl odpovědět na otázky, jak to dopadlo s oním Mužem, visícím na hraně paneláku a rozhodnutým ukončit svůj život - viz ZRnění č. 20. Já tehdy měl možnost buď nechat na něm, aby se rozhodl, zda se zabije anebo nezabije (a dlouze mu nabízet alternativy řešení - to aby si vybral sám a abych jej nemanipuloval) anebo natáhnout ruku a zadržet jej (byl nadosah a byl lehčí než já, takže by to šlo - a navíc jsem měl za zády kolegy při krizových výjezdech mně nejmilejší: Hasiče). Juj - jak se rozhodnout? Dát *manum de tabula* (ruce od obrazu, nasahat!) s tím, že je to záležitost „klienta - zákazníka - uživatele - pacienta - toho druhého“, ač nás nevolal on, ale zoufalí sousedé (to pak by Seneca možná řekl známě: *Manus manum fricat, manus manum lavat* - Ruka ruku tře, ruka ruku myje) anebo natáhnout ruku - a zadržet jej *manu propria* (vlastní rukou) - ať už chce nebo nechce?! Udělal jsem to *propria*. A Hasiči mi pak pomohli Muže odvést dolů v tvrdém objetí (*manu forti* - chrabrou rukou)...

Muž mi pak dal vědět, že kdybych jej já a Hasiči nepřekonali silou, nebyl by už naživu. Proč? Protože by nemohl - „abych se necítil jako srab“ - udělat nic jiného, než se pustit. Proto potřeboval se mnou a s námi prohrát: prohrát silou, vlastně násilím (*manu brevi* - bezodkladně, zkrátka) - prohrát, aby to nebyl on, on, ten „srab“, který nedokázal uskutečnit svoje rozhodnutí se zabít. Byl pak po našem zásahu hospitalizován a v rámci psychotherapie se rozhodl žít dál. A nejen to: rozhodl se k něčemu, co je v naší profesi neobvyklé: projevit vděčnost - a *manu larga* (rukou štědrou) poděkoval. Poděkoval za to, že nám stál za to, abychom natáhli ruku a zabojovali o něho třeba i *manu militari* (ozbrojenou rukou)... Tak - to

jen tak na okraj o tom, jak mě povídání o manipulaci ovlivnilo zodpovědět otázky o výše uvedeném příběhu. Měl jsem po přečtení zmíněného článku z toho, že na otázky nereaguji až pocity viny. Ale co! Vždyť přeci víme, že *Quae nocent, docent*. A: „Co bolo to bolo.“ (Obě si už přeložte sami.)

Zrnění číslo 47 • Zrnění číslo 47 • Zrnění číslo 47

Otázka na otázku

Přišel člověk, kterého dlouho znám a jehož si velmi vážím. Uznávaný ve svém oboru a zdravý pětacítyřicetiletý muž. „Jdu za vámi,“ řekl, „potřebuji radu psychotherapeuta.“ Zaskočil mě - vím, že žije ve spokojené rodině a dělá práci, která jej baví a má smysl. Po běžných transakcích udiveného psychotherapeuta a žádajícího hosta začal: „Můj kolega, kterého dobře znám a mám jej rád a který vyrostl v krásné rodině a jemuž se dobře daří, mě požádal o něco nečekaného. Před rokem se oženil, byl jsem na svatbě, jeho ženu také dobře znám, je skvělá. Oba působí v mém oboru, velmi racionálně a zdravě uvažující lidé. Nu a zmíněný kolega a jeho žena zjistili, že nemohou mít dítě - muž není plodný. Dítě však moc chtějí - mají se velmi rádi. Nepřejí si však dítě adoptovat ani mít dítě s někým neznámým - všechny ty banky spermií zásadně odmítají. Touží, aby žena, která dítě mít může, byla zakódována v genech jejich dítěte. A tak se stalo, že mě požádali, abych tu ženu oplodnil. Známe se léta, věděl, že jsem zdravý a že mám úspěšné děti a - a věří mi. Poprosili mě, abych z přátelství k nim neodmítl. Přinesli i návrh, že zpracujeme dohodu o řešení situace... Víte, dítě bych zplodit mohl... ale nevím, nevím, co mám dělat. Představte si, že dokonce moje žena, když jsem jí to se souhlasem zmíněného kolegy a jeho ženy vyprávěl, mi řekla: Jé! Vyhov jim! Jsou to přeci prima lidi! Budeme mít společného příbuzného! Nu... a já i přesto jsem jim nejdříve řekl: Ne! A pak - pak po jejich smutném naléhání: Nevím... Stále za mnou chodí a prosí mě, abych jejich prosbu zvážil. To oni mně navrhli, abych se obrátil na vás - psychotherapeuta. Věříme vám. Co byste mi poradil?

Jen prosím vás, nezkoušejte na mě ty běžné interakce - jako že se mě budete ptát, proč se ptám a jak to prožívám a podobně. Chci znát váš názor - co dělat v mé situaci. Víc nic. Já si to pak rozhodnu. Vy psychologové a psychoterapeuti - alespoň jak to vídám v televizi a v novinách - přeci máte na vše, co se týče mezilidských otázek, odpověď. Tak mi řekněte: Ano? Nebo: Ne? "

Tak. A nastala otázka: Je tohle otázka pro psychoterapeuta? Mám se nechat zmanipulovat k odpovědi? Zmanipulovat???

Zrnění číslo 48 • Zrnění číslo 48 • Zrnění číslo 48

Dárek

Jsem dostal od chytrého devítiletého Lojzy. Stalo se, že jeho táta pochopil, že celé mnohaleté trápení, které prožívá, vyplývá z toho, že není mužský, ale ženská. Hledal a objevil téma *transsexuality*. Navštívil odborníky a po nelehkém mnohaletém boji se rozhodl, že je třeba, aby se vrátil k sobě - do své rodové identity. Už nemůže a nechce skrývat, že je ženou a že jen jakousi shodou fatálních okolností se narodil v mužském těle. Rozhodl se podstoupit celý proces návratu k sobě. Jeho vnímavá manželka - druhý rodič našeho devítiletého Lojzy - díky jedné moudré sexuoložce porozuměla, oč běží a domluvila se s manželem, že pomůže jeho návratu do vlastní pohlavní identity a že nebude bránit, aby i nadále zůstal rodičem svého - jejich - devítiletého chlapce, s nímž se oba mají velmi rádi. Otec a jeho rodina pak procházeli nelehkým obdobím postupných proměn. Táta se začal víc a víc podobat ženě. A Lojza? Lojza tomu nerozuměl. Kluky podle svých zkušeností častěji, než dívky, trápí, když se táta začne šminkovat a doma chodí v ženské zástěře. Ale to je jiné téma. Lojzovi rodiče mě na doporučení své sexuoložky požádali, abych synovi vysvětlil, oč jde. Nebylo to poprvé v mé praxi - a protože Lojza je chytrý a tvořivý kluk, použil jsem osvědčený příběh o červeném semínku, které bylo náhodou či shodou okolností zasazeno do modré půdy (to jsem ještě nevěděl o Bermud-

ském trojúhelníku, o němž jsem byl v této souvislosti poučen později)... Příběh o semínku jsem Lojzovi vyprávěl a maloval a barvitě dokládal zkušenostmi jiných Lojzů a Lojziček. Načež se po tom všem na mě tenhle jeden jediný Lojza zamyšleně podíval a zamračil se. „Co - co - co je?“ zeptal jsem se trochu vyplašeně. „Co by bylo,“ ušklíbnul se a s úlevou v hlase mi podal vysvětlení: „Vy mi tady říkáte nějaký pohádky a básně a přitom by úplně stačilo, kdybyste mi řek, že táta je hardvér ženská a dostal softvér mužského.“ „Co?“ Vysvětlil mi, co je to hardware a software. A vyzařovalo z něho vědoucí ulehčení. „Lojzo,“ pohladil jsem ho, „dovolíš mi, abych to mohl říkat i dalším dětem, jejichž rodič pozná, z jakého je hartféru?“ „Z čeho?“ „Hartféru?“ „Myslíte hardware?“ Ano, přikývl jsem snaživě. A Lojza mi to dovolil. A tak mně pomohl. A obdaroval. Vlastně: nejenom mě...

Zrnění číslo 49 • Zrnění číslo 49 • Zrnění číslo 49

Z cesty...

Naposledy jsme Arnošta Lulana a Ester Pindu opustili ve chvíli, kdy narazili do břehu jezera Hrků, loď se rozpůlila a potopili se. Když se vyškrábali na břeh, podívala se Ester zoufale na Arnošta: „Tak... a teď by to chtělo panáka!“ vzdychla. Arnošt se zamračil: „Panáka? Toho si dej ty. Já si dám panenku! A velkou!“ Podívali se na sebe. „Ne,“ ušklíbla se Ester. „Dáme si naše malé to - frtánka!“ A vytáhla z tašky láhev. A lokla si. A bylo jí najednou krásně, aniž věděla, proč. A podala láhev Arnoštovi. A ten si vzpomněl a připil: „Na safisty!“ Aniž to věděl, zmanipuloval svým připitkem Andába. Vlastně přesněji: Andáb se nechal ovlivnit připomínkou safistů a zavrhl existenci Bermud. Jo: A co se onoho střepu ze starobylé antické vázy týče, je na něm takovýhle nápis: *Non id quod magnum est, pulchrum est, sed id quod pulchrum magnum.* Pinda a Lulan, kteří jen a jen díky své nehodě vyhrabali střep ze země - si nápis přečetli a začali se tiše a slzavě smát. O tom však možná zas až přespříště...

DO VLASTNÍCH ŘAD

Kocourkova psychoanalýza, BabyPlus, EEG Biofeedback a Diakonie metodistů

Motto:

„Všecko činite k slávě Boží.“ (Z úvodní webové stránky Evangelické církve metodistické)

„BabyPlus se dětem pravděpodobně velice zamlouvá... Prakticky každá matka, která v těhotenství užívala systém BabyPlus, je toho názoru, že se jí naskytla vynikající příležitost k zahájení procesu připoutání.“ (Z reklamních textů na www stránkách PhDr. Venduly Tylové.)

1.

Na stránce EEG Biofeedbacku byla první a nejdůležitější zprávou v listopadu 2005 nabídka na zakoupení lampy pro fototerapii. O fototerapii se zde píše, že je osvědčená pro podzimní/zimní únavu, že je ověřená ve 400 výzkumech, „s pozitivním na 16 diagnóz i zdravé lidi“. Cituji schválně v uvozovkách, neboť více než vynechání slova zarazí, že autor reklamního textu Jiří Tyl tu zkonstruoval dualitu: „diagnozy - zdraví lidé“. Lampu si můžete objednat za 4 900 Kč na adrese PhDr. J. Tyl, EEG Biofeedback institut, zdravotnické zařízení v oboru klinické psychologie, Evropská... (Na stejných stranách nabídka za EEG nářadí v cenách od 39 900 do téměř čtvrt milionu.)

Komplet BabyPlus (za 3990 Kč) - repráček ovázaný látkou na bříse těhotné nastávající maminky vyhrávající ještě nenarozenému stvoření sety úderů; začít se má mezi 18. a 24. týdnem; reklama na vás mluví jazykem: „pouštíte lekce BabyPlus dítěti“, „prenatálně učíte“...

Nevím. Osobně bych se spolehl na přírodu, že to dobře zařídila - ať si dítě v bříse slyší, co slyší. Osobně bych mu nebušil do nenarozelených uší žádnou muziku - reprák přidělaný ke stěně (ke kůži). Ale...

Na webu dopisy šťastných maminek (i tatínek), fotografie dětí prohaných BabyPlusem - česky, anglicky... Nápadně se to podobá reklamním letákům na neseriózní produkty; prostě internetový marketing... Komplet si objednáte na adrese: PhDr. Vendula Tylová, Zdravotnické zařízení v oboru - Dál to znáte.

Druhou hlavní zprávou na stránkách EEG Biofeedback je: „Psychoterapeutický výcvik - Institut aplikované psychoanalýzy otevírá výcvikové sebezkušenostní skupiny...“ Atd. Supervize realizovaná doc. Jiřím Kocourkem. Zvláštní spojení. Psychofyzilogické monokauzální vysvětlení vedle psychoanalýzy. Přístrojový recept na léčbu 16 diagnóz vedle hlubinných asociací. Rychle vedle pomalu. Nespěchejme.

Vstupní stránka Kocourkova Institutu uvádí hned zkraje odkaz na článek J. Tyla. (Psychoanalytický.) V rubrice „Kdo jsme“ je řada jmen, u Jiřího Tyla jsou pak hned tři www odkazy. A jsme u vysvětlení toho, jak souvisí juxtapozice termínů a označení v názvu. - Pokud jste hledali psychoanalytický výcvik zahajovaný v listopadu 2005 na internetu, narazili jste velmi záhy na www.babyplus.cz a www.eegbiofeedback.cz - neboť jeden z lektorů, dokonce **odborný garant výcviku** PhDr. Jiří Tyl se těmito www stránkami blíže specifikuje.

Myslím si, že to je dobře. Proč by měl dr. Tyl skrývat, kdo je zač - tím by mátl patrně mnohem víc. Nechejme ho prodávat v hotovosti, šekem i proforma fakturou - a vraťme se k psychoanalýze.

2.

Stránky „iapsa“. Zajímá mě Jiří Kocourkem avizovaný výcvik a také mě zajímá otevíraná Psychoanalytická klinika v Opočně. Kolega se koneckonců nedávno obrátil s prosbou na každého z nás, abychom mu posílali pacienty. Ve skutečnosti do nás indukoval trochu viny předem („bez Vašeho přispění a odborné spo-

lupráce zřejmě nebude moci toto zařízení fungovat. Jedině pokud budete své pacienty informovat a je doporučovat do tohoto zařízení, tak jediné potud budeme moci odborně i ekonomicky prosperovat a takto být nápomocni..."). Je to už měsíc a dodnes ve mně doznívá pachů zvláštního jazyka onoho letáku. Ale měl bych skousnout leccos, říkám si. Kvůli tomu, že kolega volí jinou češtinu než já (on mírně výhrůžnou, já zas kriticky kárající), nemusím ho ještě diskvalifikovat v očích čtenářů. Proč jsem jen protivně šťouravý? Proč ho nenechám být?

Asi proto, že jsem si v nabídce opočenské kliniky všiml jiné věci (na papíře - křídové skladačce, i na internetu se ta slova skví více než předchozí ukázka): „Terapie je realizována formou psychoanalytické skupiny a individuální psychoanalýzy (tedy neefektivnější psychotherapeutickou metodou).“ Tak toto není pravda. V duchu si dělám tři závěry, resp. - ony se mi dělají samy...

1. Jiří Kocourek neříká pravdu. Ani ve svém propagačním letáku, ani v internetové nabídce léčby. Nikdo nikdy nedokázal, že by jím uvedená kombinace byla neefektivnější metoda v psychoterapii.
2. Kolega nepostupuje eticky. Je neeticky nepravdivě vychvalovat svoji metodu.
3. A pak ten výcvik, který Jiří Kocourek inzeruje společně s Jiřím Tylem... Oba kromě toho, že ukazují na dveře vedoucí k byznysu, dosti matou. Víme my vůbec, kdo onen výcvik v listopadu 2005 nabízel?

3.

Slova o matení a o „dveřích vedoucích k byznysu“ jsou silná tvrzení. Ale připomeňme si, jak byl ten výcvik nabízen - v listopadové Psychologii dnes:

IAPSA a Diakonie Evangelické církve metodistické (!!!?), Středisko křesťanské pomoci... následují www stránky diakonie... otevírají výcvik v psychoanalytické skupinové psychoterapii... akreditovaný... (ano, akreditovaný Českou psychoterapeutickou společností)... Supervizi realizuje iapsa, přihlášky: PhDr. Jiří Tyl

- následují www stránky biofeedbacku(!!!) Místo: Středisko křesťanské pomoci...

Ještě že máme internet. Radši jsem se tedy podíval i na stránky metodistů. Vážně jsem si nebyl jist, či že to je výcvik. Přečetl jsem si raní chvíli o Bohu, jediném Bohu, Bohu dobrém a milosrdném. Ano, mám mu sloužit, vím... Ale já tu hledám psychoanalýzu. Ne dvacet farností a nedělní bohoslužbu... Kliknul jsem dvakrát - a byl na samostatných stránkách jejich Střediska křesťanské pomoci. A hle. Výcvik tu je. Kdo ho nabízí?

DIAKONIE ECM - SKP HOPO ve spolupráci s Institutem aplikované psychoanalýzy otevírá již 5. běh vzdělávání... Dál to znáte. Anebo ne. Přihlášky tentokrát nesbírám jenom PhDr. Jiří Tyl (ano, i zde je odkaz na www.biofeedback, sláva postmoderní době...), ale přihlášky klidně posílejte Ing. Janu Hrbáčkoví, řediteli SKP HOPO. Ostatně organizátor výcviku je zde identifikován zcela jasně: Středisko křesťanské pomoci Evangelické církve metodistické - adresu tu uvádět nebudu...

4.

Byl jsem členem výboru České psychoterapeutické společnosti ČLS osm let, ale nepamatuji se, že bychom schválili spoju s psychiatry a Asociací klinických psychologů systematické vzdělávání v psychoterapii Evangelické církvi metodistické. Ale oni se akreditací zaštiťují! Někde jsem něco přehlédl? Špatně pochopil? Myslím si, že ne. Myslím si, že mi to došlo (tak těžké to zas není). Analytik Jiří Kocourek nechce mít s organizací nic společného, a tak akreditovaný výcvik prodal jinému subjektu. Církvi. Čert aby se teď vyznal v tom - kdo tu vlastně co nabízí. Lituji všechny, kteří se přihlásili. Ani s Jiřím Tylem, ani s Jiřím Kocourkem, ani s metodisty bych nechtěl mít nic společného. Nevěděl bych, jestli mi budou propagovat *Boha, lampu na depresi, reprák na břicho, analýzu mého snění nebo analýzu sexu*. Jsou takto matoucí inzerce v pořádku? Myslím že ne. Zeptám se na to výboru České psychoterapeutické společnosti České lékařské společnosti:

Je přípustné v rámci inzerování výcviku, aby se akreditovaný, a tedy oprávněný inzerent spojil ve svém nabízení s dalšími subjekty? V tomto případě s Diakonií evangelických metodistů? A nadávkem aby byl inzerát využit k propagaci biofeedbacku? Nechci vás ovlivňovat, napíšu kolegům ve výboru, ale podle mě:

To, čeho se dopouštějí naši kolegové Kocourek a Tyl, diskredituje nejenom jejich práci a je

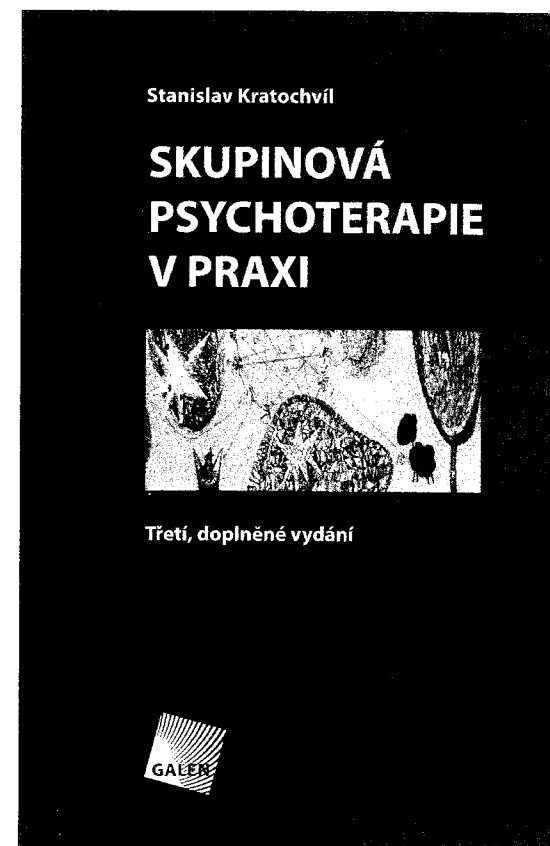
dva osobně, ale i výcviky v psychoterapii a psychoterapii.

Pán Bůh zaplať za odpověď.

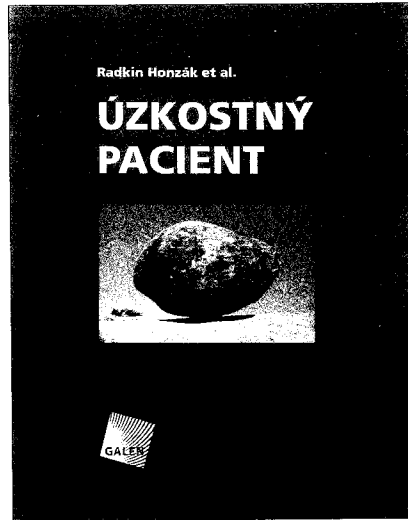
Zbyněk Vybíral

Redakční rada časopisu Konfrontace (již bez Tondy Šimka) jednomyslně doporučila zařazení článku i jeho vyznění.

KONFRONTACE DOPORUČUJÍ



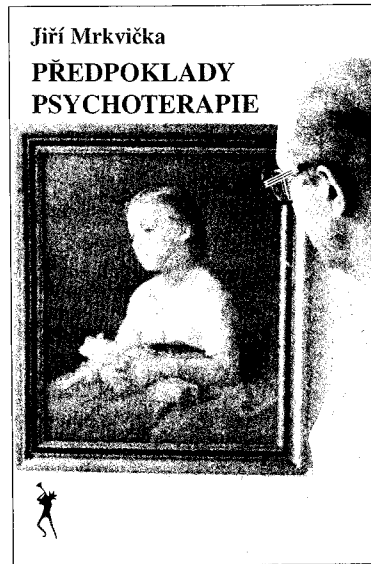
Těsně před uzávěrkou vydalo nakladatelství GALEN nové, doplněné vydání používané Kratochvílovy knížky věnované skupinové psychoterapii.



Honzák: Úzkostný pacient.
Útlou knihu menšího formátu (180 stran) zdobí mj. rozsáhlá kazustika, kterou sepsala samotná pacientka (na s. 141 až 172).



Hašto: Vztahová väzba.
Dôkladná shrňujúca práca slovenského psychiatra a psychoterapeuta venovaná teórii pripútání, resp. prílnutí.



Mrkvička: Předpoklady psychoterapie.
Sebrání textů klinického psychologa (1931-2003).
O schizofrenii, logu, domově...



Šofar: Ýbung-ende.
I četbou próz živ může být psychoterapeut. Nebo: Y četbou beletrie se cvičit (třeba v dobrém psaní).



Portál, s.r.o., Klapkova 2, 182 00 Praha 8
tel.: 283 028 203, fax: 283 028 208, e-mail: obchod@portal.cz
Objednávky na internetu: www.studovna.cz, www.portal.cz
Prodejny: Jindřišská 30, Praha 1, tel. 224 213 415
Dominikánské n. 8, Brno, tel. 542 213 140

A. T. Beck

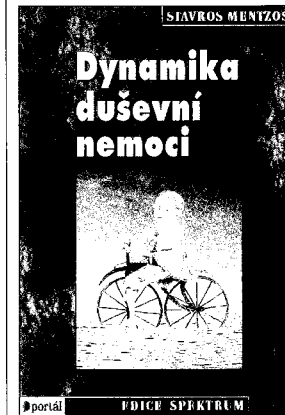
Kognitivní terapie a emoční poruchy

Renomovaný autor na poli kognitivní terapie se zabývá nejčastějšími typy emočních poruch a jejich kognitivním obsahem a předkládá principy a techniky kognitivní terapie.
brož., 356 s., 359 Kč

I. D. Yalom, G. Elkin

Každý den o trochu blíž

Yalom napsal tuto knihu spolu s Ginny Elkin (pseudonym). Jako součást terapie každý z nich nezávisle psal deník reflektující jejich terapeutická sezení a rozvíjející se vztah mezi terapeutem a pacientkou.
váz., 256 s., 309 Kč



P. Fonagy, M. Target

Psychoanalytické teorie

Kritický přehled vývoje psychoanalýzy a psychoanalytických teorií.
váz., 400 s., 649 Kč

J. K. Zeig

Umění psychoterapie

Jedinečný přehled mapující oblast psychoterapie (C. Rogers, V. Satirová, P. Watzlawick, A. Ellis, A. Beck, A. Lazarus a další).

váz., 712 s., 959 Kč

S. Mentzos

Dynamika duševní nemoci

Kniha chce uspokojit zájem těch čtenářů, kterým nedokáže „biologická psychiatrie“, navzdory jejím nepopíratelným pokrokům v posledních desetiletích, odpovědět na jejich otázky. Mentzosem nabízené psychodynamické modely umožňují hlubší vhled do dynamiky duševní nemoci a léčebného přístupu k ní.

brož., 128 s., 199 Kč

J. Klimeš

Partneři a rozchody

Kniha je psána pro ty, kdo procházejí rozchodem a chtějí rozumět psychologickým mechanismům, které při rozchodech hrají roli. Text je vhodný také pro odborníky, kteří se snaží partnery provázet na jejich nelehké cestě.

brož., 240 s., 265 Kč

J. Willi

Psychologie lásky

Jednotlivé aspekty partnerského vztahu z možné vývojové perspektivy, různá úskalí vztahu a možnosti terapeutické vztahové práce.

brož., 280 s., 329 Kč

Nigel C. Benson, Borin Van Loon

Psychoterapie

Čtivou a přehlednou formou komiksu se čtenář seznámí se základními přístupy a dočte se o méně známých alternativních směrech.

brož., 176 s., 225 Kč

