
RECENZE KNIH

Vymětal J.: Úvod do psychoterapie

Praha, Grada, 2009, 281 stran.

Publikace je novým doplněným vydáním úspěšné učebnice, která vyšla v roce 2003.

Na začátku uvádí autor různé *definice* psychoterapie a sám ji vymezuje jako interdisciplinární a transdisciplinární obor vycházející z psychologie a pomáhající člověku prostřednictvím psychologických prostředků k dosahování normality. Normalita pak znamená, že člověk žije dle svých pozitivních možností ve společnosti s druhými lidmi a s ohledem na ně. Všimá si negativní i pozitivní *motivace* k provádění psychoterapie, přičemž pozitivní motivací by měl být zejména altruismus. Věnuje se vývoji psychoterapeutického myšlení v historii od mytologie a filozofie starých Řeků přes křesťanství až k novověké filozofické tradici a pak vzniku a současnému stavu profesionální psychoterapie od Janeta přes Freuda, Junga, Adlera a Skinnera až po Maslowa. K základním proudům počítá psychoterapii humanistickou, behaviorální, sugestivní, relaxační, systémovou, transpersonální a integrativní. Současnou psychoterapeutickou scénu přibližuje na vybraných důkladně probíraných směrech, a to na psychoterapii rogersovské, kognitivně-behaviorální, psychoanalytické a systemické, ke kterým v novém vydání připojuje ještě *neuropsychoterapii* na základě inspirace novou monografií K. Graweho. Neuropsychoterapie se snaží o propojení psychoterapie s činností mozku zkoumané moderními zobrazovacími metodami. Ve výkladu praktického provádění této „neuropsychoterapeutické léčby“ jsem však neshledal nic specifického, co by se lišilo od běžné eklektické poměrně direktivní psychoterapie. Kapitola o psychoanalytické psychoterapii autor vhodně doplnil v novém vydání o poznatky Bowlbyho a Ainsworthové o formách a významu *připoutání* (vazby) dítěte k matce.

Rozsáhlá kapitola je věnována výkladu forem psychoterapie (individuální, skupinová a terapeutické společenství) a metodám, od různých druhů rozhovorů (empatický, interpretující, přesvědčující) přes psychodrama, psychogymnastiku a relaxační metody až po méně známou Gendlinovu techniku tělesné zakotveného prožívání, Leunerovo katatymní prožívání obrazů a jungiánskou práci se sny. Nové vydání doplňuje kapitola nazvaná „cyberpsychoterapie“, v níž se autor zabývá poradenstvím prostřednictvím internetu a dalších informačních technologií s využíváním tzv. virtuální reality. V dalších kapitolách autor podrobně rozvíjí otázky *terapeutického vztahu* s odvoláváním se zejména na Rogerse a M. Bubera. *Psychoterapeutický proces*, v němž má dojít k dosažení žádoucích změn v myšlení, prožívání a chování klienta, vyžaduje

postupné sblížení terapeuta a klienta a překonávání klientova odporu. Má se uplatnit jak učení, tak *sebetvorba-sebeřízení* jako předpoklad vedoucí k autenticitě osobnosti.

Autor srovnává *cíle* psychoterapie v pojetí různých směrů a shrnuje *účinné faktory* psychoterapie, rozdělené na obecné, vyskytující se u všech směrů (vztah, informace, sugesce, učení), a specifické pro jednotlivé přístupy (náhled, korektivní zkušenost, abreakce, nácvik dovedností apod.). Na *osobnost psychoterapeuta* má značné nároky. Psychoterapeut má být mj. empatický, k pacientům vstřícný, vnitřně stabilní, má mít v životě kvalitní interpersonální vztahy a má mít absolvovaný sebezkušenostní výcvik.

Rozsáhlá část monografie se zaměřuje na *aplikační oblasti*, které autor rozděluje na prevenci, léčbu a rehabilitaci. V kapitole o *prevenci* se zabývá krizovou intervencí a sebevražedností, citlivě rozebírá přístup k problematice znásilnění, zpracovává podněty k vedení závažně nemocných a jejich rodin, včetně sdělování nepříznivých zpráv, a poskytuje doporučení k jednání s agresivními pacienty. V kapitole *psychoterapie jako léčba* pojednává nejprve o psychoterapii dětí a adolescentů, nově je přidána kapitola o poruchách příjmu potravy. V rámci psychoterapie dospělých jsou probrány neurózy, sexuální poruchy, psychózy, poruchy osobnosti, závislosti a psychosomatické poruchy. V *rehabilitaci* autor podtrhuje roli *udržení kvality života* a uvádí pokyny pro vedení nemocných po mozkové příhodě a nemocných s nádorovým onemocněním.

Vzdělání v psychoterapii autor rozebírá z hlediska jeho náplně, která má zajistit získání teoretických znalostí, zážitku psychoterapeutických postupů na sobě, získání psychoterapeutických dovedností a supervizi vlastní práce. Uvádí požadavky na akreditaci výcviků a soupis současných akreditovaných výcvikových programů. Neopomíjí ani *etiku v psychoterapii* a shrnuje konkrétní etické požadavky. V poslední kapitole se pak věnuje vzájemnému obohacování psychoterapie, socioterapie a farmakoterapie.

Záběr „Úvodu do psychoterapie“ je, jak je patrné z obsahu, široký a důkladný. Výklad je podáván systematicky s jasnou strukturou a logickým uspořádáním, k přehlednosti přispívá i vzorná grafická úprava knihy. Text ožívuje řada výstižných ukázek z autorovy praxe. Změn oproti druhému vydání, které v tomto časopise recenzoval prof. Svoboda (2003, č. 4, s. 233), je poměrně málo. Již předchozí

vydání bylo dostatečně vypilované a stačilo je pouze na několika místech aktualizovat novými poznatky. Knihu možno vřele doporučit psychiatrům a lékařům obecně, psychologům a dalším pra-

covníkům v pomáhajících profesích i studentům uvedených oborů.

Prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc.

Bucher A. A.: Psychologie der Spiritualität
Weinheim-Basel Beltz Verlag, 2007, 228 stran.

V současné době výrazně stoupá nejen zájem o duchovní život (byť často jen v rámci různých pseudo-náboženských sekt), ale i počet publikací na téma spirituality. Podle autora této recenzované publikace, jímž je profesor praktické teologie na salzburšské univerzitě, je v USA tento trend ještě větší než v Evropě, takže někteří hovoří o „spirituální revoluci“, „spirituálním trhu a smysl hledající kultuře“. Současně dochází k integrování spirituality s psychoterapií, ale je třeba poznamenat, že pojem spiritualita je chápán velmi nejednotně (autor např. poukazuje na významový rozdíl mezi pojmy spiritualita a religiozita, které jsou někdy směřovány, jindy je spiritualita úzce vztahována jen k esoterismu, např. v prezentaci čínské medicíny, jógy atd. na internetu, nebo dokonce s problematickým hnutím New Age).

Velké problémy vyvstávají také pro psychologii spirituality, pokud se hledají její evoluční mozgová centra, objevují se pokusy o její měření, nebo pokud někteří psychoanalytici chápou religiozno-spirituální fenomény jako „infantilní nutkavou neurózu“. Rozhodně záleží na tom, zda jde o přístup „psychologie bez duše“ nebo „s duší“. Nejvíce studií o spiritualitě pochází z USA, kde 40 % občanů navštěvuje týdně kostely a 95 % věří v Boha (D. R. Hoge, 1996). Psychologové, reprezentující tzv. „objektivní vědeckost“, tíhnou nezřídka k tomu vysvětlovat spirituální fenomény „fantasticky, když ne patologicky“ a hledají v mozku příslušná centra. Prof. Bucher uvádí, že se ve své knize snaží proplout mezi Skyllou a Charybdou a že se snaží chápat spirituální jevy jako zážitky, které nejsou „mozkovými preludy“, nýbrž „psychologickými realitami“. Avšak „skutečností“ je v jeho knize chápáno více, než co může být pojato běžnými empirickými instrumenty, jako jsou např. dotazníky. Odvolává se na H. Walacha a K. H. Reicha ((2005) že: „věda o spiritualitě musí být vědou o vnitřních zkušenostech, které jsou pro člověka právě tak skutečné jako vnější svět“.

Předmětná kniha se proto zaměřuje hlavně na oblast zážitků. Současné výrazné tendence ke spiritualitě mohou plynout z následujících důvodů, které jsou v knize podrobně zkoumány: 1. z „krize institucionálně-církevní religiozity“ (spiritualita jako atraktivní alternativa), 2. z pozitivních efektů spirituality, případně 3. z tvrzení odvozených z výzkumů mozku, že spiritualita je univerzální a vrozený fenomén. Domnívám se, že problém zvýšeného zájmu o spiritualitu může mít ovšem ještě další kořeny a sice zejména v kompenzaci příliš přízemně-konzumního způsobu života a soudím, že to může být zcela povrchní jev, spojený s módním životním stylem; mnozí ji chápou také jako činitele zdraví (spojování spirituality s různými „léčivými energiemi“ a esoterními symboly, jako např. u reiki). Potřeba spirituality má interindividuálně odlišné motivy i obsah, důležité je rozložení její intenzity u různých věkových skupin a demografických kategorií. V mnoha případech je to také nepochybně, zážitkově velmi diferencovaná reakce na krizi západní kultury, vyvolanou extrémním liberalismem a konzumentstvím (mít také exkluzivní zážitky jako u narkomanií).

Ve vztahu vědy a spirituality musí být zdůrazněno, že spiritualita nemůže být zkoumána ve smyslu materialistického monismu nebo teorie psychofyzické identity; psychologie náboženství se někdy omezuje na měření pozorovatelného chování, tj. např. na četnost návštěv bohoslužeb; objektivistické paradigma je pro vědecké zkoumání spirituality zcela neadekvátní. „Spiritualita a religiozita jsou více než sociální chování, dějí se podstatně v individuálních zážitcích, které jsou zakoušeny jako subjektivní“; je to „na něco poukazující prožívání“ („gedeutetes Erleben“). V tomto duchu je také tato zajímavá, obsahově bohatá a myšlenkově podnětná kniha psána.

Prof. PhDr. Milan Nakonečný

Schönplflug W.: Einführung in die Psychologie
Weinheim-Basel Beltz, 2006, 363 stran.

Dnes je již u nás k dostání řada více či méně dobrých učebnic psychologie, přeložených i od domácích autorů. Úvod do studia psychologie od profesora téhož oboru na berlínské Svobodné univerzitě, který je předmětem této recenze, však patří k nejlépe zpracovaným dílům dané oborové kategorie. Tuto výjimečnost dokládá především to, že autor je významným představitelem toho, stále více se prosazujícího směru v psychologii, který do jejího předmětu zahrnuje vedle chování i vnitřní psychické procesy a stavy a obohacuje tak obsah tohoto oboru o témata, která byla psychology, orientovanými jen na fenomény chování a ke škodě věci zanedbávána.

Prof. Schönplflug je autorem celé řady významných publikací, především učebnicové povahy (kromě jiného vydal spolu se svou manželkou rozsáhlou učebnici Psychologie, 3. vyd., 1995, a encyklopedické dílo Geschichte und Systematik der Psychologie, 2000, obě v nakl. Beltz, a další). Přednosti a obliba jeho díla, kromě již výše uvedeného znaku širšího pojetí psychologie, je také důraz na „alianci teoretické a praktické psychologie“, přísně systémový výklad psychologických poznatků, podávaný hutnou, široké vrstvě čtenářů srozumitelnou formou, provázený smyslem pro výběr podstatného a pro názorné podání. Schönplflugovy učebnice psychologie se vyznačují propracovanou didaktikou.

Předmětná kniha začíná poněkud neobvykle kritickým výkladem pojmu duše, který se dnes v psychologii používá jen zřídka, a to ještě spíše v metaforickém významu, neboť metafyzická hlediska jsou v empirické vědě odmítána. Autor podrobně analyzuje „rozcestí psychologie mezi metafyzikou a přírodní vědou“, její vztahy k dalším vědním oborům a dospívá k závěru, že psychologie staví mosty k jiným oborům a je jí přisuzována integrativní role. Výklad pokračuje plastickou charakteristikou základních (kategoriálních) psychických fenoménů, výkladem psychologie jako vědy a její vědeckosti a je dále zaměřen na „perspektivy teoretické psychologie“, za nimiž následuje podrobná charakteristika „polí praktické psychologie“ a psychologické profesní praxe (ve zdravotnictví, výchově a vzdělávání, hospodářství a politice a v dalších oborech). Není to učebnice obecné, ale velmi prakticky pojaté psychologie. Kniha je zakončena podrobným výkladem psychologické metodologie a základními otázkami, kontroverzemi ve směrech současné psychologie, včetně dnes tak diskutovaných vlivů genetických činitelů. Kniha tak přináší bohatý, v praxi užitečný, studijní materiál.

Prof. PhDr. Milan Nakonečný

Vágnerová M., Klégrová J.: Poradenská psychologická diagnostika dětí a dospívajících
Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum, 2008, 538 stran, doporučená cena 300 Kč.
ISBN 987-80-246-1538-7

Karolinum přináší obsáhlou knihu, zabývající se širokou oblastí poradenské psychodiagnostiky, která je specifická a jejíž důraz je kladen na problematiku oceňování schopností a výkonů. Nabízí uživatelům obsáhlou příručku, která na více než 500 stranách detailně pokrývá úkoly poradenského psychologa. Recenzovaná publikace je excelentní ukázkou organického skloubení teoretické explikace a „testové prezentace“.

Autorky doplňují podstatným způsobem trvalý nedostatek původní literatury, orientované na psychodiagnostiku. V textu se odráží nejen jejich široký teoretický rozhled, znalost relevantní zahraniční literatury, ale přináší i osobní zkušenosti psychologů pracujících s dětmi. Vzhledem k jejímu rozsahu by bylo obtížné recenzovat práci část po část. Lze konstatovat, že obsahuje vše relevantní a můžeme se tak soustředit spíše na reflexi způsobu a kvality uchopení látky.

Kniha je velmi dobře rozvržena, jednotlivé kapitoly pokrývají všechny důležité oblasti (např. diagnostiku schopností, školní zralost, školní dovednosti, mimointelektové faktory ovlivňující školní

výkon). Zakončena je rozsáhlou pasáží o diagnostice dětského chování ve škole a o postavení dítěte ve třídě.

Jednotlivé kapitoly mají podobnou stavbu – jsou uvedeny teoretickou částí, obsahující moderní poznatky z dané oblasti a završuje je shrnutí v přehledném rámečku. Přitom čtenář není zahlcovaný suchými informacemi a číselnými údaji, mnohé je prezentováno v přehledných grafech, které snadno utkví v paměti.

Recenzovaná práce přináší popis mnoha konkrétních metod, které poskytují čtenáři dostatek relevantních informací, týkajících se i možností jejich vyhodnocování a interpretace. Významné je uvádění metod nejen v souvislosti s většinovou populací, ale speciální pozornost je věnována i klientům z etnických menšin či jedincům různě hendikepovaným.

Jako každou kvalitní příručku (ve smyslu Handbooku) je jí možno číst vcelku, nebo je v ní možno listovat a hledat relevantní informace. Kniha tak pomáhá odpovídat na otázky, vztahující se k řešení konkrétního problému. Aby bylo učiněno

žadost i nutnosti kritických připomínek, lze doporučit, aby v dalším vydání byly kazuistiky psány např. kurzivou, což by bylo pro čtenáře přehlednější.

Knih je napsána živě, čtivě, srozumitelným jazykem. Mnohé grafy a obrázky ilustrují jednotlivé metody či typy úkolů. Je doplněna seznamem používaných zkratk, obsahuje jmenný rejstřík, součástí věcného rejstříku je i přehled popisovaných psychodiagnostických metod. Nepochybně bude mít své místo v pracovně každého poradenského psychologa, kterému může sloužit jako příručka po mnoho let v profesionální práci, jako příručka, v níž najde téměř vše, co v této oblasti

potřebuje. Studenti v ní získávají vynikající učební text pro přípravu.

Recenzovaná práce svým obsahem daleko přesahuje oblast poradenské psychologie. Lze ji jednoznačně doporučit všem, kteří se zabývají poradenskou prací v terénu, ale i psychologům nejrůznějšího zaměření. Inspirativní a informativní je i pro psychiatry, pediatry, sociální pracovníky, kteří tak mohou získat konkrétnější představu o metodách, s nimiž pracují jejich blízcí kolegové-psychologové. Příjemným překvapením je i doporučená cena 300 Kč.

Prof. PhDr. Mojmír Svoboda, CSc.



NEVĚRA A JEJÍ ZVLÁDÁNÍ

Laura Janáčková

Na počátku manželství je téměř každý přesvědčen o tom, že nevěra je něco, co ho nemůže potkat. Statistiky ale uvádějí neúprosná čísla – během manželství je nevěrných 65 % ženatých mužů a 46 % vdaných žen, 60 % manželství se rozvádí, z toho u poloviny je důvodem nevěra.

Publikace je jakousi pomocnou rukou pro každého, kdo se setkal s partnerovou nevěrou a musí ji nějak řešit. Seznamuje čtenáře s možnými zdroji a motivacemi promiskuitního jednání, pomáhá mu zorientovat se v nastalé situaci, popisuje jednotlivé fáze psychického prožívání partnerovy nevěry, ukazuje, jak překonat počáteční šok, jak je možné bojovat se smutkem a vztekem, jak opět posílit sebevědomí, popisuje psychosomatické důsledky nevěry u podváděných. Shrnuje na příkladech prožitky žen a mužů, kteří jsou nuceni postavit se čelem k partnerově nevěře a rozebírá základní možnosti vyřešení nevěry. Zabývá se ale i prožitky dětí, kterých se nevěra rodičů bezprostředně dotýká. Rozvod rodičů pro ně ve většině případů bývá už napořád určitým handicapem. Na konkrétních příkladech dokazuje,

že se nevěra přežít dá a že není nutné ji vnímat jen jako poruchu vztahu, ale zároveň i jako šanci na pozitivní změnu.

Vydalo nakladatelství Maxdorf v roce 2008, 96 str., cena 195 Kč, formát 110 x 190 mm, brož. edice Psychologie všedního dne / Sv. 1, ISBN: 978-80-7345-155-4.

Objednávky můžete posílat na adresu: Nakladatelské a tiskové středisko ČLS JEP, Sokolská 31, 120 26 Praha 2, fax: 224 266 226, e-mail: nts@cls.cz. Na objednávce laskavě uveďte i jméno časopisu, v němž jste se o knize dozvěděli.