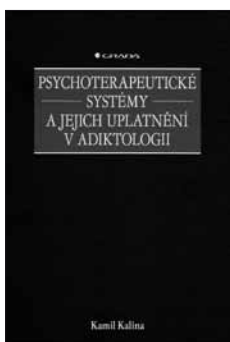


recenze

Kalina K.

PSYCHOTERAPEUTICKÉ SYSTÉMY A JEJICH UPLATNĚNÍ V ADIKTOLOGII

Praha: Grada Publishing; 2013.



Autor mne v úvodu knihy nazývá klasikem české psychoterapie, a tak jako klasik bych rád hned na úvod recenze vyjádřil své neobyčejné nadšení z této nové důkladné, dokonale promyšlené a výborně formulované české publikace o psychoterapii od svého mladšího kolegy.

Kniha má čtyři části. První dvě se týkají obecných otázek psycho-

terapie a hlavních psychoterapeutických systémů, druhé dvě se zaměřují na využití psychoterapie v adiktologii, a to nejprve na podněty z popsáných systémů a pak na možnosti a formy skupinové terapie a terapeutické komunity.

V obecné části autor nejprve vyhledává účinné faktory psychoterapie, které by mohly tvořit východisko pro posuzování jednotlivých systémů. V návaznosti zejména na transteoretický pohled Prochasky a Norcrossse jich vyčlenil osm. Důkladně je popsal a ilustroval na modelovém kazuistickém příkladu. Jsou to: 1. pozitivní očekávání a naděje, 2. věnování pozornosti, 3. zvyšování či rozšiřování vědomí, 4. emoční uvolnění či katarze, 5. konfrontace, 6. volba alternativ, 7. tvarování chování a 8. terapeutický vztah. Pak požádal 28 českých psychoterapeutů, aby uvedli na desetibodové škále, jaký význam by připsali uvedeným faktorům u každého z deseti vybraných psychoterapeutických směrů. Průměrné hodnoty z těchto posouzení, zpracované do názorných kruhových grafů, významně oživují výklad jednotlivých systémů ve druhé části knihy.

V obecné části se autor ještě zabývá mj. podrobněji terapeutickým vztahem, očekávanými změnami vlivem psychoterapie a osobností a etikou psychoterapeuta. V kapitole Psychoterapie a poradenství se kriticky vyjadřuje k názoru, že psychoterapie je možná pouze ve zdravotnictví. Hlásí se ke Štrasburské deklaraci Evropské asociace psychoterapeutů, která definuje psychoterapii jako samostatné povolání. Doporučuje rozlišení psychoterapie na klinickou a poradenskou.

Důkladně rozpracovaná rozsáhlá část o psychoterapeutických směrech zahrnuje v jednotlivých kapitolách psychoanalýzu, směry Junga a Adlera, existenciální směry,

dynamické a psychodynamické směry, rogersovskou psychoterapii, Gestalt terapii, interpersonální psychoterapii a transakční analýzu, behaviorální terapii a kognitivně-behaviorální terapii a přidává integrativní přístupy, mezi nimiž vybírá teorii P.Wachtela, eklekticismus A. Lazaruse a transteoretický pohled Prochasky a Norcrossse. U každého směru autor poukazuje na používané metody a klinické aplikace. Závěrem uvádí svůj pohled na jeho silné a slabé stránky a stručně nastiňuje jeho význam pro adiktologii.

V porovnání s výběrem osobností v mých „Základech psychoterapie“ Kalina např. nezmiňuje mezi představiteli dynamické psychoterapie Franze Alexandra, jehož kniha Psychoanalytic therapy (1946, společně s T. Frenchem), která zavedla pojem „emoční korektivní zkušenost“, pro mne na počátku mé klinické dráhy znamenala mimořádně významný objev. Naproti tomu uvádí Kalina překvapivě jako svůj významný inspirační zdroj „antipsychiatra“ R. D. Lainga (z okruhu existenciálních směrů, str. 152). Ve výběru i sympatiích a kritických postojích k různým osobnostem se jinak většinou shodujeme. Jednoznačně blízkým je nám oběma např. Irvin Yalom.

Třetí část knihy je nazvaná *Nejdůležitější aplikace psychoterapie v adiktologii*, tj. oboru, který se zabývá závislostí na návykových látkách. Autor uvádí nejprve klasickou, již opouštěnou psychoanalytickou teorii o závislosti jako uvíznutí v orálním stadiu vývoje sexuality a věnuje se více např. ego-psychologickému pojetí drogové závislosti jako poruchy „objektních vztahů“, zejména vztahu k matce. Další uváděné příklady analytických výkladů jsou mnohem složitější, než aby je bylo možno v recenzi parafrázovat. Autor zaznamenává a komentuje i příspěvky českých autorů vycházejících z psychoanalytických teorií, např. V. Mikoty, M. Hajného a P. Jeřábka. Další podněty nachází v Jungově učení a v existenciálních přístupech, kterými se u nás inspirovala např. M. Richterová Těmínová. Ve fokální psychodynamické psychoterapii podle Luborského je u závislostí důležité „jádrové konfliktní vztahové téma“, zatímco behaviorální terapie se opírá o mechanismy klasického a operantního podmiňování. V této souvislosti autor kriticky komentuje dřívější averzivní apomorfinovou a antabusovou terapii a charakterizuje bodovací systémy, založené u nás J. Skálou. Kognitivně-behaviorální přístup KBT je do značné míry edukativní. Pomáhá

korigovat „dysfunkční kognitivní schémata“, má jasnou strukturu a léčebný plán, věnuje značnou pozornost bažení a jeho spouštěčům. Zde autor cituje Nešpora, Kudu a Záleského. Speciálně se pak zabývá kognitivně-behaviorální prací s relapsem. Se sympatiemi se staví k integrativnímu pojetí, zejména ve smyslu „selektivního používání kognitivně-behaviorálních metod a technik v základním psychodynamickém rámci“. Značný význam mají podle Kaliny motivační rozhovory, vycházející z empatického rogersovského přístupu, v nichž lze postupovat podle kruhového modelu změny od Prochasky a Norcross (prekontemplace, kontemplace, rozhodování, jednání, udržování změny a relaps).

Čtvrtá část je zaměřena na *místo skupinové terapie v adiktologii*. Kalina charakterizuje skupinovou dynamiku a uvádí druhy skupin, normy, pozice, role apod., pak přechází k teoretickým přístupům, k popisu účinných faktorů ve skupinové psychoterapii a ke specifickým programům pro drogově závislé, jako byl např. „synanonský“ encounter či přísný systém

v organizaci Daytop Village. Uvádí vlastní zkušenosti ze skupin s pacienty na subutexové substituční terapii. Následuje výklad principů terapeutické komunity pro drogově závislé a typů komunit ve světě i v ČR. V této kapitole autor výstižně shrnuje poznatky, kterým věnoval nedávno samostatnou obsáhlou monografii „Terapeutická komunita“ (2008). Na konci jsou cenné přílohy a rozsáhlý seznam literatury.

Autor má rozsáhlé znalosti v celé oblasti psychoterapie a speciálně pak v adiktologii, projevil tvůrčí přístup, nechal se obohatit různými autory a vyjádřil svá osobní stanoviska. Je potěšující, že kromě světové literatury kompetentně využívá i českých zdrojů. Značným obohacením při četbě je 19 dobře vybraných, autorem komentovaných a vhodně do textu zařazených kazuistik.

První dvě části jsou aktuální učebnicí psychoterapeutických směrů, další dvě neocenitelnou původní příručkou pro obor adiktologie. Vzniklo mimořádné obdivuhodné rozsáhlé dílo, k jehož vydání je možno autorovi i nakladatelství Grada srdečně blahopřát.

prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc.

Piháková A.

SPÁNEK A SNĚNÍ: VĚDECKÉ POZNATKY A JEJICH PSYCHOTERAPEUTICKÉ VYUŽITÍ

Praha: Portál; 2013.



Autorka pracovala řadu let jako klinická a poradenská psycholožka, nyní je profesorkou na katedře psychologie olomoucké filozofické fakulty. Je autorkou knih Učebnice obecné psychologie a Dějiny psychologie. Její nová odborná monografie podává systematický přehled psychologických i fyziologických pohledů na spánek.

Publikace je rozdělena do osmi kapitol. V první kapitole se autorka zabývá biologickými rytmy a pak specificky cirkadiálními rytmy, které zajišťují mozkovou regulaci střídání spánku a bdění. Poukazuje na individuální rozdíly v rytmech, uvádí dotazník k jejich zjišťování. Ve druhé kapitole se zabývá průběhem spánku a jeho encefalograficky zjišťovanými stadii. Další kapitola uvádí poznatky o potřebě spánku v souvislosti s věkem a pohlavím. Čtvrtá kapitola přináší informace o výzku- mech spánkové deprivace a důsledcích specifického omezení REM stadií spánku. Pátá kapitola zkoumá funkce spánku a šestá se zaměřuje na různé poruchy spánku, jejich diagnostiku a terapii.

Následuje rozsáhlá kapitola o výzkumu snění, např. výskytu barevnosti snů, snění mužů a žen, vybavování snů,

rozdíly mezi sny ve fázi REM a v jiných spánkových fázích, vlivu vnější stimulace spící osoby na obsah jejich snů i vlivu snů na následující dění v bdělém stavu. Speciálně se pak autorka zaměřuje na lucidní sny, při nichž si snící uvědomuje, že prožívá sen. Charakterizuje také denní snění. Osmá kapitola přináší pohled na sny z hlediska významných psychoterapeutických směrů. Je zde výstižný výklad psychoanalytických teorií od vlivné teorie Freuda k odlišným pojetím Biona a Ranka, dále výklad teorií Junga a Fromma a hledisek daseinsanalýzy a Gestalt terapie. Konečně devátá kapitola zasvěceně referuje o současných kognitivních a neurologických teoriích snění. Připojeny jsou dva dotazníky a rozsáhlý seznam literatury.

Výklad je přehledně systematicky uspořádaný a dobře se čte. Je oživen ilustrativními ukázkami snů jak z různých publikací, tak snů, které autorce přinášeli studenti v rámci zážitkově zaměřených seminářů o výkladu snů. Obsahuje přesné a jasné formulace a výborně dokumentuje současný stav znalostí v oblasti výzkumu spánku a snů. Kapitola o snech z pohledu psychoterapeutických směrů přináší cenné praktické podněty pro využití snů v psychoterapii. Jako celek představuje publikace významné obohacení odborné literatury na pomezí psychologie a lékařství.

prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc.