

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.