

na tvorbě postupů. Za adiktology potvrzuje dr. Popov delegáta Petra Nevšímalu.

7. K dopisu prof. Hosáka, který se dotazuje výboru, zda mohou vyšetřovat děti psychiatři bez atestace v pedopsychiatrii, se výbor shodl na tom, že ano, ale mělo by se jednat o situaci ryze výjimečnou, omezenou např. na akutní stavy. Vyjádření zašle doc. Anders a seznámí výbor s vyjádření pedopsychiatrické sekce, která přislíbila svou odpověď zaslat v nejbližším termínu;
8. Doc. Anders informoval o setkání s uživateli, které proběhlo 14. 12. 2016, účastníci obdrželi od společnosti drobnou pozornost a bylo jim společnými silami jeho, dr. Papežové a ing. Viereckla popsáno aktuální dění na poli reformy psychiatrické péče. Většina účastníků byla s množstvím informací spokojena.
9. Doc. Anders sdělil, že pokračují práce na organizaci konference v Českých Budějovicích. Bude připraven návrh obsazení organizační skupiny a skupiny autorů pro doporučené postupy. Zároveň navrhl výboru doporučené postupy vytvořit na internetu, kam by měl přístup každý psychiatr a potřebné instituce.
10. Doc. Anders informoval výbor, že nás čeká rok voleb. Volby by měly proběhnout v téměř všech sekcích.
11. Doc. Anders sdělil, že jsou ve spolupráci s WHO plánovány aktivity k World Health Day 7/4/2017, který je letos věnován depresivním poruchám, a je tedy vhodné jej plně využít k informování společnosti o významu této závažné poruchy, ale i celé psychiatrie pro společnost.
12. Doc. Anders informoval, že probíhá přebírání agendy od asociačního managementu společnosti Garant, přičemž současná výkonná sekretářka společnosti Lenka Knesplová bude zastávat veškerou dosavadní agendu spravovanou Garantem.
13. Na návrh doc. Anderse byl na výzvu z kraje Vysočina na odborníka do výběrové komise navržen prim. Konrád.
14. Další jednání výboru proběhne 1. 2. 2017 od 12 hodin, vědecké schůzi bude předsedat MUDr. Martin Hollý, MBA.

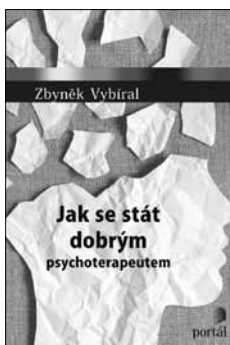
*Zapsali doc. Anders a Lenka Knesplová.*

## recenze

### Vybíral Z.

## JAK SE STÁT DOBRÝM PSYCHOTERAPEUTEM

Praha: Portál, s.r.o., 2016; 190 stran.



Autorem recenzované odborné příručky je profesor oboru sociální psychologie a vedoucí Katedry psychologie Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně. Kolega Zbyněk Vybíral také založil a dlouhá léta vedl časopis Psychoterapie (dříve Konfrontace). V odborném světě je znám jako autor a překladatel několika odborných knih, jeho

hlavními tématy jsou psychoterapie, poradenství a komunikace. Z bohaté a kvalitní publikační činnosti upozorňuji na monografii Současná psychoterapie (Portál, 2010), jíž je editorem a spoluautorem. Tato rozsáhlá kniha u nás patří mezi základní učebnice psychoterapie. Kolegu Zbyněka Vybírala bych ještě čtenářkám a čtenářům přiblížil a představil konstatováním, že na brněnské Katedře psychologie je ve výuce studentů velká pozornost věnována právě psychoterapii, která je zde také vědecky zkoumána v rámci Centra pro výzkum psychoterapie. A k dokreslení portrétu autora ještě upozorním na jednu z jeho zásad, jíž je „kolegiální přísnost a kritičnost“, osvětlující jednu důležitou stránku Vybíralova pracovního stylu.

Tématem knížky je hledání odpovědi na otázku, jak se stát dobrým psychoterapeutem. Tomu ovšem musí předcházet znalost toho, kdo je (či naopak není) dobrým, tedy účinným, psychoterapeutem. A navrhneme odpověď, že dobrým psychoterapeutem je ten, kdo je schopen v co nejvyšší míře dosáhnout pomocí psychologických prostředků u klienta (pacienta) nejlépe předem plánované pozitivní změny. Klientem (pacientem) bývá zpravidla jedinec, avšak může jím být i sociální skupina – kupříkladu rodina. Změna se týká osobnosti, individuálního chování, určité poruchy zdraví, konkrétně může jít o oslabení či odstraně-

ní symptomů, ovlivnění biologických proměnných (např. při zásahu do imunity), o úpravu meziosobní komunikace a vůbec meziosobních vztahů v rámci práce se skupinou, rodinou, apod.

Předpokládáme, že žádoucí, tedy k příznivé změně vedoucí jednání a projevy psychoterapeuta jsou naučitelné a osvojitelné odborným vzděláváním a následnou praxí, nejlépe s využitím supervize. Za samozřejmost lze považovat i tvrzení, že lidé mají k profesi psychoterapeuta větší či menší předpoklady dané jaksi předem, a priori (úroveň schopnosti empatie, introspekce, vnitřní stability, atd.). To vše zní logicky. Jistě jsou přítomné i další proměnné a okolnosti, jež proces stávání se psychoterapeutem, tedy i dobrým psychoterapeutem usnadňují, či naopak znesnadňují. A o tom všem je recenzovaná knížka.

Autor práci rozčlenil do dvou částí, přičemž první je zřetelně rozsáhlejší (141 stran) než část druhá (32 stran). Nakonec zařazuje místo závěru několikastránkový oddíl „Dejte si za rámeček“, v němž shrnuje vše podstatné. Zcela závěrem pak nalezneme Literaturu, kterou dělí na Knihy vhodné pro první (k)roky v psychoterapii, Citovanou beletrii a Další odkazy (rozšiřující četba), což je praktické a didakticky vhodné.

První část nazval „Co může psychoterapeuta vést“ a sestává z Deseti poznámek místo předmluvy a osmi kapitol: Udělat to, co zafunguje, Vytvořit mezilidský vztah, který léčí, Vyhybat se předpojatostem, Umět vést rozhovor, Techniky a postupy psychoterapeuta, Najít si svůj styl, Kdo je odborník? a Vědět alespoň něco z toho, co se ví z výzkumů.

Druhou, stručnou část vtipně pojmenoval „Co může psychoterapeuta svést“. Zde pak jsou dvě kapitoly: Psychoterapie založená na heslech a sloganech a Psychoterapie může škodit aneb etické souvislosti.

Pokud se čtenářky a čtenáři chtějí konkrétně dovědět, jak se stát dle kolegy Vybírala dobrými psychoterapeuty, či dobrými psychoterapeutkami, nezbude než si knížku obstarat a pozorně přečíst. Nalezneme v ní mnoho různých názorů autorit, vědeckých (někdy však i příliš zobecnujících) poznatků a postřehů z praxe, což vytváří zajímavou a čtivou mozaiku dodávající ve věci poučení a podněty k zamyšlení.

Pro přiblížení celé práce uvedu na ukázkou stručný výběr z toho, co autor závěrem příručky nabízí a píše (na str. 177–179). Mezi vhodné rysy psychoterapeuta kupříkladu patří jeho osobnostní zralost a otevřená mysl bez předsudků. Žádoucí dovedností psychoterapeuta je zvládnutí vlastních přenosů a protipřenosů, radu pak dobrý psychoterapeut podává tak, že otevírá alternativy, posiluje u klienta náhled potíží, mírní jeho patologizující nebo negativistický pohled atp. Klientův stav může naopak poškodit tehdy, pokud dogmaticky lpí na své teorii, technice nebo interpretaci, klienta obviňuje a tváří se a mluví, jako že všechno ví a všemu rozumí. Důležitou zásadou dobré psychoterapie je, že ji řídí klient. Proto mu pozorně naslouchejme, nespěchejme s výkladem a buďme klidní a trpěliví. Vysvětlení, výklad, interpretaci – to vše vyslovujeme jen jako nabídku, jen „zkusmo“. Nikdy se nevytahujeme, nepředvádíme znalosti, nechlubme se ..., píše Zbyněk Vybíral.

Osobně si na recenzované příručce cením zvláště toho, že zcela srozumitelně, zajímavě, čtivě a vysoce odbor-

ně pojednává o tématu, které dle mých informací dosud u nás nebylo zpracováno v takovém rozsahu. Také je zřejmé, že kolega Vybíral je zkušeným odborným spisovatelem. Jedná se o prvou sondu a nikterak na jejím významu neubírá skutečnost, že práce je určena spíše začínajícím psychoterapeutům, laikům či osobám, jež se v psychoterapii právě vzdělávají. Avšak i zkušenější psychoterapeut může vést k reflexi vlastní praxe, případně i k zamyšlení o vlastní motivaci. Není pochyb o tom, že dobrý, účinný psychoterapeut je člověkem vnitřně stabilním, rozumějícím sobě (vysoká úroveň sebepoznání), jenž žije vyváženě a ke spokojenosti své i svých nejbližších. Znalost řemesla je samozřejmostí.

Je jisté, že knížku budou číst klienti, pacienti léčeni psychoterapií, případně i potenciální klienti a pacienti. Předpokládám, že zvýšenou pozornost věnují poslední kapitole – „Psychoterapie může škodit aneb etické souvislosti“. Při její četbě mne napadlo, že se v uváděných případech většinou nejednalo o skutečně kvalifikovanou psychoterapii a kvalifikované psychoterapeuty. Snad by zde bylo vhodné uvést, jaké jsou v případě této formy pomoci „kontrolní mechanismy“ a „kontrola kvality“, přičemž psychoterapie prováděná v rámci zdravotnictví skýtá pacientům větší ochranu, než je tomu v jiných případech. Zde si dovoluji upozornit, že i postavení psychoterapeutů není vždy záviděníhodné. Téma jejich ochrany (i právní) je důležitým tématem a musí být zevrubně probráno i během jejich základního odborného vzdělávání. Pokud bych se měl vyjádřit k možnostem poškozování klienta, pacienta psychoterapií, tak upozorňuji na nutnost diferencované indikace k určitému léčebnému postupu. Různé přístupy, metody a techniky totiž působí odlišně – zřetelně diferencovaně a dle problematiky, osobnosti a zdravotního stavu člověka volíme pro něho optimální postup, tedy ten, jenž je prokazatelně účinný a reálně dostupný. Jinak působí rogersovská psychoterapie, dynamická psychoterapie, kognitivně-behaviorální přístup, transakční analýza atd. Nesprávná či nedostatečná indikace vede k tomu, že jedinec potřebný péče není veden a léčen lege artis, může tak dojít k jeho poškozování.

Celkově rád konstatuji, že kolegovi Zbyňkovi Vybíralovi se podařilo napsat potřebnou a čtivou příručku, jež je určena širokému spektru čtenářek a čtenářů. Není pochyb o tom, že si ji s užitkem a se zájmem přečtou také profesionálně zabývající se duševním zdravím, neboť psychoterapie má pevné místo v systému zdravotní péče o psychiatricky nemocné. Nakladatelství Portál pak patří dík za soustavnou, mnohaletou snahu o vzdělávání odborníků i laiků ve společenských a humanitních vědách. Přispívá nezanedbatelným způsobem k rozvoji vzdělanosti u nás.

prof. PhDr. Jan Vymětal  
ÚHSL, 1. lékařská fakulta UK