

# Teorie a přístupy v SP 2



PHDR.HANA PAZLAROVÁ, PH.D

# Opáčko 😊



- Jak můžeme využít znalost teorií v praxi?
- Které představitele psychodynamických teorií znáte?
- Jak je možné využít znalost psychodynamických teorií v SP?



- Co se vám vybaví pod humanistickou a existenciální filozofií?
- Znáte nějaké představitele?

# Humanistické a existenciální teorie



- Ve filozofii odlišný význam, v SP vnímány oba směry jako humanistické
- Soustředění na člověka jako autonomní osobnost a jeho vnitřní svět
- Často řeší otázky smyslu života a jeho transcendentálním přesahům

# Přístup zaměřený na klienta



- Formuloval americký psycholog Carl R. Rogers
- Vychází z předpokladu, že v každém člověku je přítomna „sebe-aktualizační tendence“ využitelná pro řešení těžkostí.
- V podpůrné atmosféře, se tento mechanismus aktivuje a je rozhodující ke změně klienta a jeho života

# Podmínky podpůrného prostředí



- Autentičnost – pomáhající prožívá a reflektuje postoje, které v něm klient vyvolává. Prožitek a sdělení musí být v souladu
- Akceptace – bezpodmínečné pozitivní přijetí bez hodnocení, snaha vidět situaci očima klienta
- Porozumění – napojení pomáhajícího na klienta, které mu umožní chápat klientovu psychiku,



- Oceňování a akceptování lidé si sebe více váží, mění své sebepojetí, což je klíčové pro změnu celé osobnosti
- Soustředění na aktuální prožitky klienta, minulost není rozhodující
- Důraz na osobní rozvoj klienta

# „Dobrý život“ jako proces

(podle Drápely 1997)



- Otevřenost prožívání, přijímání toho co život přináší
- Vzdůst existenciální kvality života, člověk se nesnaží život ovládat, ale účastnit se na něm
- Vzdůstá důvěra v organismus, člověk je více veden vlastním organismem než okolím
- Plné společenské fungování, angažování v situacích tady a teď





- Rogersovo pojetí mělo velký vliv ve 2.pol. 20.st., později kritizován za přílišný optimismus, soustředění na osobu klienta a opomíjení sociálního okolí klienta



- Jak lze přístup zaměřený na klienta využít v SP?

# Využití v SP



- Optimismus vůči možnostem klienta
- Rozvoj dovedností pracovníka (např. empatie, techniky aktivního naslouchání)

# Transakční analýza



- E.Berne – inspirován psychoanalýzou, ale lidi vnímá jako více autonomní a schopné řídit vlastní život

Transakční analýza sestává ze 4 částí:

- Strukturální analýza
- Transakční analýza
- Analýza her
- Analýza scénáře

# Strukturální analýza



## Tři úrovně nazírání světa

- Rodič – příkazy, zákazy
- Dítě – sebestřednost, těkavost, kreativita, spontánnost
- Dospělý – racionální řízení vztahu mezi rodičovským a dětským nazíráním a okolním světem

# Transakční analýza



- Analýza interakcí mezi různými úrovněmi osobností jednotlivců
- Interakce komplementární, nekomplementární ; zjevné a skryté
- Problémy nastávají, pokud interakce nejsou komplementární

# Komplemetární transakce – problémy nevznikají



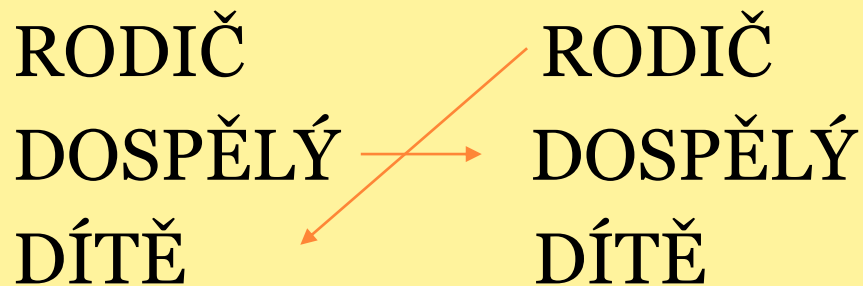
- Rovnoběžná – stejná úroveň na obou stranách

RODIČ		RODIČ
DOSPĚLÝ	↔	DOSPĚLÝ
DÍTĚ		DÍTĚ

- Šikmá – na jiné úrovni, ale doplňující se

RODIČ		RODIČ
DOSPĚLÝ	↗	DOSPĚLÝ
DÍTĚ	↘	DÍTĚ

# Nekomplementární transakce – problémy vznikají



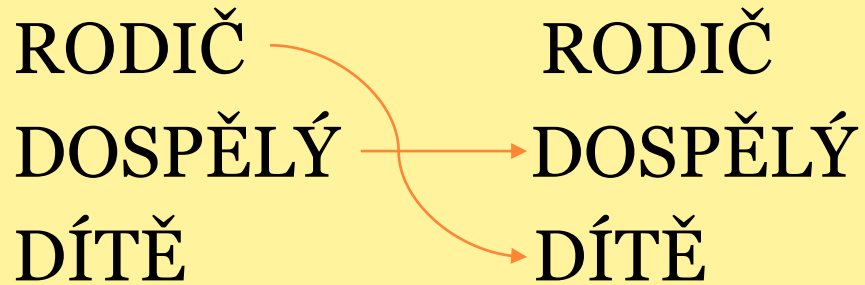
Příklad:

Dospělý se obrací na Dospělého: „Nevíš, kde mám hodinky?“

Rodič reaguje na dítě: „Tam, kde sis je nechal“



# Skryté transakce – problémy vznikají



Příklad:

Dospělý se ptá Dospělého (formální otázka), ale zároveň Rodič Dítěte (intonace): „Jak to, že jsi tu ještě neuklidil?“

# Analýza her



- Jak účastníci interakce naplňují svoje potřeby a z jaké životní pozice vycházejí

# Životní pozice v transakční analýze



- Já jsem OK – Ty jsi OK (sebe i druhé vnímáme pozitivně)
- Já jsem OK – Ty nejsi OK (sebehodnocení +, hodnocení druhých -, tendence obviňovat, kritizovat)
- Já nejsem OK – Ty jsi OK (sebehodnocení -, hodnocení druhých +, pocity méněcennosti, nekompetentnosti)
- Já nejsem OK – Ty nejsi OK (kritika vůči sobě i druhým)

# Analýza scénáře



- Analýza transakcí proběhlých v minulosti
- Minulost ovlivňuje aktuální životní pozici i transakce
- Scénáře vznikají působením okolí v dětství

Cvičení:

Příklady formujících vět



- K čemu lze v SP využít znalost transakční teorie?

# Využití v SP



- Citlivost vůči analýze komunikace
- Schopnost identifikace ne/funkčních komunikačních vzorců

# Existenciální teorie



- Reagují na individualizaci života jednotlivce a změnu procesu vytváření jeho identity – existenciální otázky v životě klientů

## Klíčová témata

- Svoboda a odpovědnost člověka
- Utrpení jako součást života
- Hledání identity a smyslu života
- Vyvažování protikladných stránek života (disciplína x spontaneita, sobectví x solidarita apod.)

# Existenciální myšlení v pomáhajících profesích



- Rollo May (1909 – 1994)
- Ronald D. Laing (1927 – 1989)
- Fritz Perls (1893 – 1970)
- Victor E. Frankl (1905 – 1997)



# Rollo May



- Americký existenciální psycholog
- Zabýval se definicí stádií psychického vývoje
- Love and Will (1969) – postavil se proti „sexuální revoluci“ a myšlence „volné lásky“ – separace lásky a sexuality povede k apatii

Formuloval 5 druhů lásky

- Sex – snížení pudové tenze
- Eros – kreativní ukájení touhy
- Philia – bratrská láska
- Agapé – pečující láska, služba k bližnímu
- Autentická láska – integrace předchozích

# Ronald D. Laing



- Skotský psychiatr
- Vycházel z psychoanalýzy
- Zabýval se existenciálními předpoklady vzniku psychických onemocnění
  
- Antipsychiatrie – psychická onemocnění jako reakce na sociální prostředí a patologii společnosti

# Fritz Perls



- Americký psycholog německo-židovského původu
- Zakladatel (spolu se ženou Laurou) „gestalt terapie“ – založena na analýze stavu tady a teď, bez spekulací o příčinách
- Člověk je úzce spojen s prostředím a jeho psychický stav nelze pochopit bez znalosti prostředí
- Terapeutické techniky blízké psychodramatu a hře – vliv vztahu k umění (předválečná avantgarda, dadaismus..)

# Viktor E. Frankl



- Rakouský neurolog a psychiatr židovského původu (rodina z Pohořelic u Brna)
- Zakladatel existenciální analýzy a logoterapie
- Za 2.svět.války prošel koncentračními tábory, většina rodiny vč. rodičů a manželky zahynula
- Již v průběhu internace promýšlel základy logoterapie – „přežije ten, kdo má pro co žít“

# Logoterapie



- Hledání smyslu
- Absence smyslu vede k frustraci a existenciálnímu vakuu

Smysl může člověk najít

- Ve vykonání činu
- V prožitku (nejhodnotnější je láska)
- V utrpení (vnímaném jako součást života)

# Existenciální sociální práce



- Orientace na zdravé a funkční
- Zdůraznění hodnota klienta
- Pracovník je partnerem (ne expertem)
- Pracovník podporuje klienta v sebereflexi
- Napomáhá odhalování různých interpretací a hledání smyslu