

RECENZE

Teorie a praxe skupinové psychoterapie

Irvin D. Yalom & Moly Leszcz

LESZCZ, Moly a YALOM, Irvin D. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. Přeložili H. Drábková a Martin Hajný. Praha: Portál, 2021. 734 s. ISBN 978-80-262-1848-7.

Tadeáš Samuel Zborník

e-mail | t.s.zbornik@gmail.com

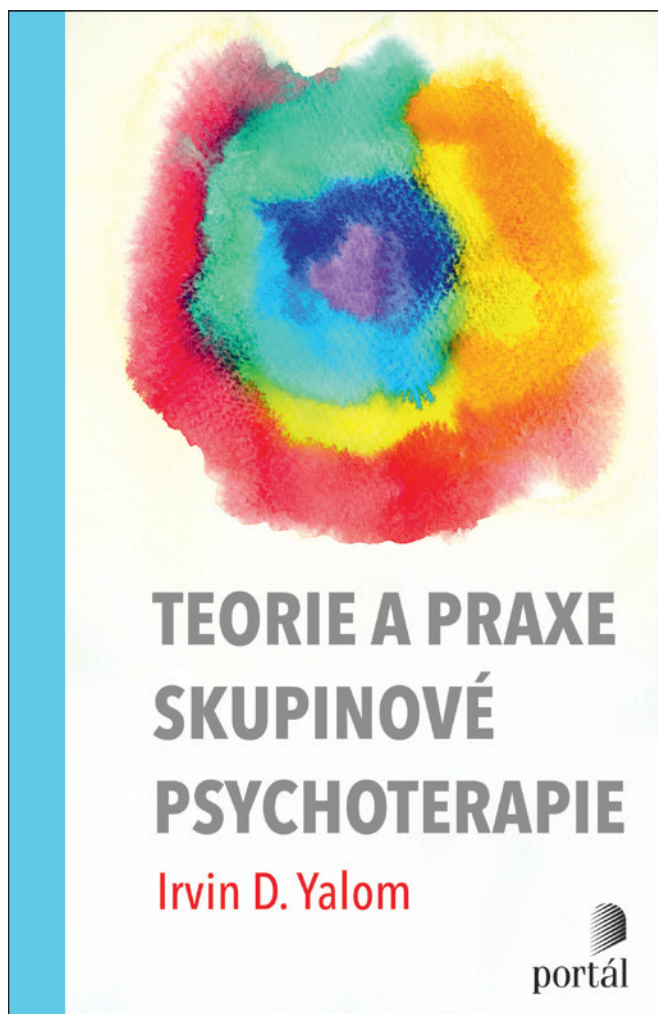
Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze.

Recenzent je doktorandem na Klinice adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze.

Kniha *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* (5. vydání) od Moly Leszcze a Irvina D. Yaloma obsahuje, stejně jako vydání předchozí, nově aktualizovaný teoretický text, rozšířený o rozsáhlé odkazy na empirickou literaturu, kterou reviduje, aktualizuje a propojuje se svým teoretickým textem. Yalom není jen psychiatr a psychotherapeut, ale také výzkumník, který usiluje o zakotvení klinicko-teoretických myšlenek ve vědě. Jeho myšlenky podnítily mnoho výzkumů v oblastech týkajících se skupinové terapie i výzkumy hodnotící jeho terapeutické faktory v různých skupinových kontextech.

V knize jsou obsaženy všechny hlavní myšlenky a pragmatické metody, které by měl každý psychotherapeut zabývající se skupinovými terapiemi ovládat, a obsahuje nejnovější výzkumy a studie z této oblasti, které jsou čtenáři předkládány v poutavé a poučné formě, prokládané kazuistikami, která vytváří výjimečný čtenářský i studijní zážitek. Je zásadním a uceleným dílem pro pochopení skupinové dynamiky a práce se skupinou a jednou z mála knih zabývajících se touto tematikou na našem trhu, obsah je uspořádán do 18 kapitol.

Skupina je součástí našeho každodenního života. Náš společenský život, pracovní prostředí, rekreační aktivity a institucionální i náboženské vztahy jsou utvářeny skupinami, není proto možné se vlivu skupin bránit, z toho důvodu se modely skupinové terapie ukazují jako užitečné v mnoha různých prostředích a situacích. V knize jsou charakterizovány mechanické změny ve skupinách a představen seznam konsenzuálně akceptovaných terapeutických faktorů. Tyto mechanismy Yalom považuje



je za vysoce vzájemně závislé a variabilní v závislosti na typu skupiny a perspektivě pozorovatele, je zdokumentováno, že terapeuti a pacienti mají často odlišné názory na nejhodnější terapeutické faktory. Yalom rozdělil terapeutickou zkušenost na těchto dvanáct základních faktorů: 1) altruismus; 2) skupinová soudržnost; 3) univerzalita; 4) interpersonální učení – vstup; 5) interpersonální učení – výstup; 6) vedení; 7) katarze; 8) identifikace; 9) znovuodehrávání rodinných témat; 10) sebepoznání; 11) dodávání naděje; 12) existenciální faktory. K těmto jednotlivým faktorům pak přiřadil šedesát individuálních položek.

Ve skupinách lze demonstrovat problémy pacientů v interakcích tady a teď ve skupině, na rozdíl od verbálního vyprávění o problémech ve vztazích mimo skupinu. Umožňuje pacientům získat vhled ohledně jejich vlivu na ostatní a příležitost praktikovat adaptivnější způsoby vztahování, je základem interpersonálního učení, kdy soudržnost je považována za centrální mechanismus působení, může být sama o sobě terapeutická a slouží jako základ pro všechny ostatní terapeutické mechanismy. Skupina je tedy hybatelem změny, na jejímž počátku je soudržnost, a vytváří sociální prostředí, charakteristické maladaptivní vzorce příbuznosti členů ve skupině, kde hlavní důraz je kladen na interakce tady a teď mezi členy, spíše než na problémy skupiny jako celku. Členové poznávají svůj vliv na ostatní prostřednictvím mezilidské zpětné vazby od členů skupiny a terapeuta, což umožňuje náhled i na jejich vnější vztahy a interpersonální vzorce, a to může vést k rozvinutí adaptivní spirály, kdy začnou pacienti praktikovat nové způsoby vztahů ve skupině i mimo ni.

Pro úspěšnost skupinové psychoterapie má terapeut podle Yaloma přesně dané úkoly, které musí plnit, z nichž podstatným je, že vztah pacienta a terapeuta musí být kladný a stálý. Mezi dalšími uvádí budování a navozování atmosféry vhodné pro terapii, zapojování členů skupiny do terapie a usilování o jejich společné snažení směřující k úspěšnému konci psychoterapie. Za základní aspekt je považována otevřenost a pacient by měl být na tuto skutečnost připraven ještě před počátkem terapie. Zásadní je také vystupování a projev terapeuta, neboť tím skupinu ovlivňuje a formuje, terapeuti potřebují být motivováni a sebereflexivní, s adekvátním interpersonálním fungováním a schopností zapojit se do smysluplné komunikace prostřednictvím sdílení a přijímání zpětné vazby. Terapeut by měl skupinu motivovat natolik, aby společná setkávání byla považována za zásadní mezník v jejich léčbě.

Psychoterapeutické podpůrné skupiny jsou využívány i v adiktologické léčbě a jejich hlavním cílem je zlepšit adaptaci, snížit izolaci a v některých případech i snížit hanbu spojenou s užíváním návykových látek. Tyto skupiny jsou obvykle vysoce strukturované, často se řídí manuály a pro každé sezení obvykle existuje program nebo plán lekce. Terapeut je velmi aktivní ve výuce dovedností a pomáhá pacientům zapojit se do procvičování dovedností mezi jednotlivými sezeními. Interakce členů

se obvykle omezuje na diskuze o relevantních tématech daného dne nebo na konkrétní hraní rolí. Důraz je kladen na chování mimo skupinu, nikoli na chování ve skupině.

Kniha *Teorie a praxe skupinové psychoterapie* popisuje aplikace různorodých skupinových psychoterapií v rámci současných nároků, včetně kritérií pro zařazení do léčby i limitující faktory skupinové psychoterapie, které nelze změnit. Stanoví nároky na terapeuty, aby uspěli ve skupinové psychoterapii i možnosti vlastního rozvoje.

V tomto vydání knihy je více než 60 stran věnováno odkazům a komentářům k empirické databázi, čtenář se tak musí při čtení textu knihou neustále pohybovat. Kniha není pouze neocenitelnou pomůckou pro začínající i zkušené lékaře a psychoterapeuty, ve které jsou popsány mechanismy nezbytné k práci ve skupině a způsoby plnění požadovaných úkolů, nýbrž také základní učebnicí skupinové psychoterapie bez ohledu na terapeutický směr. Knihu po přečtení rozhodně neuložíte do knihovny, ale budete se k ní často vracet a hledat v ní další rozvoj vaší terapeutické práce.