

PhDr. Jaroslav Šturma

🕒 29. červen 2018 | 👁 Zobrazení: 3493



Jaroslav Šturma je český psychoterapeut, dětský klinický a poradenský psycholog a supervizor.

Studium psychologie na Filozofické fakultě UK v Praze ukončil v roce 1970. Po studiích se již jako čerstvý psycholog seznámil s legendou dětské psychologie profesorem Matějčkem. Ten byl zpočátku jeho učitelem, později se z nich stali blízcí spolupracovníci. Jeden z jejich společných projektů bylo v roce 1993 založení Konta Bariéry, projektu finanční sbírky na principu vzájemné solidarity sloužícího ve prospěch handicapovaných spoluobčanů.

Po studiích pracoval jako psycholog v Dětské psychiatrické léčebně v Dolních Počernicích a následně vyučoval na Dětské klinice Institutu pro další vzdělávání lékařů ve Fakultní Thomayerově nemocnici. S týmem spolupracovníků založil v roce 1992 denní stacionář pro děti s kombinovaným postižením a stal se jeho ředitelem. V současnosti má Dětské centrum Paprsek hl. m. Prahy čtyři střediska s kapacitou celkem 92 klientů.

V průběhu let publikoval a přednášel u nás i v zahraničí, je autorem řady učebních textů z dětské psychologie a psychopatologie (např. Říčan, Krejčířová a kol.: Dětská klinická psychologie), je spoluautorem příručky k Testu kresby postavy. Od roku 1991 vyučuje na katedře psychologie Filozofické fakulty UK dětskou klinickou a poradenskou psychologii a dětskou psychologickou diagnostiku. Jeho studenti mají možnost absolvovat studijní praxi v Paprsku, při přímé práci s dětskými klienty.

V roce 1995 obdržel z rukou prezidenta republiky ocenění za podíl na realizaci projektů Výboru dobré vůle Olgy Havlové. V lednu 2003 mu byla udělena za úsilí v oblasti integrace dětí s postižením u nás i v zahraničí Sonnenschein-Medaile. V prosinci 2007 obdržel výroční cenu ministra zdravotnictví za rozvoj zdravotně sociální péče.

Co Vás přivedlo k profesi psychoterapeuta?

Po A následuje B. Nejprve mne život (od r. 1963), zprvu v roli sanitáře na dospělá lůžkové psychiatrii a vychovatele v dětské psychiatrické léčebně a později v roli začínajícího psychologa na dětské psychiatrii, konfrontoval s pestrým vějířem psychopatologických poruch u dospělých i dětí dosud "nepokažených léčbou", jak říkal dr. Urban s docentem Nevole. Postupně jsem objevoval, že nejrůznější poruchy chování a vývojové problémy nejsou zdaleka způsobovány jen biologickými příčinami, ale že je tu řada činitelů společenské a psychologické povahy, které jsou s to vyvolat obraz dosahující závažnosti nemoci nebo jej aspoň výrazně spoluutvářet. Z těchto faktorů se mi pak jako velice podstatné jeví být právě tyto psychosociální okolnosti, především klíčové citové vztahy, sebeprožívání a emoční život dítěte. To samozřejmě vyžadovalo specifický přístup, kterým je právě psychoterapie, jejíž horizonty se tak přede mnou otevřely.

Jak dlouho se této práci věnujete?

Čestní členové ČAP

[PhDr. Věra Břicháčková](#)

[PhDr. Hana Junová](#)

[PhDr. Gabriela Langošová](#)

[PhDr. Olga Marlinová](#)

[Dr. Jitka Vodňanská](#)

[Doc. MUDr. PhDr. Kamil Kalina, CSc.](#)

[MUDr. Jiří Krombholz](#)

[PhDr. Jaroslav Šturma](#)

Na své první místo psychologa jsem nastoupil ještě jako student v r. 1965 do dnes už neexistující Dětské psychiatrické léčebny v Dolních Počernicích, jež byla s Krajskou dětskou psychiatrickou poradnou v Dittrichově ulici v Praze 2 průkopnickým zařízením v rozpracování diagnostiky a terapie specifických vývojových poruch učení a chování (lehkých dětských encefalopatií, později nazývanými lehkými mozkovými dysfunkcemi a v současnosti ADHD, dyslexie atd.). Mým učitelem a vzorem tu byl především pozdější profesor, tehdy řadový psycholog dr. Zdeněk Matějček a spolu s ním další psychologové, speciální pedagogové a lékaři. Mezi nimi to byli zejména dr. Zdeněk Žlab, primář Luděk Černý, primář MUDr. et JUDr. Otokar Kučera, MUDr. Maria Krupová, doc. Jaroslav Jirásek... Do této kolébky se později psychologicky narodil i předseda ČAP dr. Jiří Drahoš.

Který úsek Vašeho profesního života byl zatím nejzajímavější?

Svůj profesní život bych rozdělil mezi tři oblasti: tou první, určující, byla práce psychologa v Dětské psychiatrické léčebně. Doc. Matějček se mezitím, navzdory nedostatečným kádrovým předpokladům, posunul na Dětskou kliniku tehdejšího Institutu pro další vzdělávání lékařů ve Fakultní Thomayerově nemocnici, kde se realizovalo také další vzdělávání psychologů ve zdravotnictví. Když přišel jeho čas, aby odešel do důchodu, vyzvali mne on a prof. Jiří Dunovský, přednosta kliniky, abych se ucházel ve výběrovém řízení o místo po něm. Z pochopitelných důvodů to nebyla ve své době jednoduchá výzva, oba mne však podpořili. Prof. Dunovský se mnou předem probral můj životopis, který byl součástí žádosti, a doporučil upravit jej tak, aby byl pro tehdejší dobu přijatelný. Tak jsem např. neměl raději uvádět počet dětí (tehdy jsme měli čtyři). Na můj dotaz, proč je to tak lépe, vysvětlil, že přiznáním počtu dětí bych se okamžitě "odkopal": Čtyři a více dětí mají přece u nás jen lidé romského etnika anebo křesťané, dodal.

V dalším vývoji věci jsem se ujistil, že doc. Matějček bude nadále na kliniku pravidelně docházet a že s ním budu moci spolupracovat jako dosud. Tehdy bývalo zvykem, že každý vysokoškolák musel uvádět svoji "kádrovou rezervu", osobu, která by měla nastoupit po něm. Doc. Matějček dlouho uváděl mne a já jsem do rubriky rezervy za sebe napsal zase jeho. Kromě získání pedagogických zkušeností při dalším vzdělávání dětských lékařů a psychologů jsem tu zblízka poznal problematiku somaticky nemocných a handicapovaných dětí a důvěrně jsem se setkal se životem jejich rodin a s problematikou náhradní rodinné péče. Prof. Dunovský nám velkoryse zprostředkoval kontakty s pracovišti v zahraničí, především s Dětským centrem v Mnichově a s jeho zakladatelem prof. Theodorem Hellbrüggenem, s prof. Hanušem Papouškem, který tam se svou manželkou Mechthildou originálně zkoumali vývoj a poruchy časné interakce mezi rodiči a dětmi a kladli základy na znalostech vývoje založené interakční terapie. Osobně jsem se tam seznámil s prof. Václavem Vojtou, který vedl oddělení vývojové rehabilitace. V rozhovorech s těmito osobnostmi jsem plněji poznal veliké možnosti psychologie ve službě dětem a rodinám, ale zároveň jsem se učil poznávat limity našeho oboru a zakoušel jsem, že naše síla je v zapojení do interdisciplinárního týmu.

A nakonec mi bylo a je dopřáno tyto zkušenosti předávat studentům psychologie na Filosofické fakultě v Praze, aby to, co snad má trvalejší hodnotu, žilo a rozvíjelo se v jejich práci. Nalezl jsem tu řadu vzácných kolegyň a kolegů, naučil jsem se od nich mnohému a spojuje nás přátelství (např. s doc. Ilonou Gillernovou či dr. Václavem Mertinem).

Mohu říci, že každé z těchto životních období bylo něčím jedinečné a zajímavé a představovalo pro mne výzvu.

Který úsek Vašeho profesního života byl nejtěžší?

Snad nejtěžším bylo pro mne období na počátku 90. let. Tehdy se otevřely nové možnosti. Rozhodoval jsem se, zda se konečně vydat spíše akademickou cestou, která dosud byla pro mne nedostupná, anebo zda získané zkušenosti, znalosti a kontakty proměnit v konkrétní službu dětem s opravdu výraznými problémy a poruchami a jejich rodinám. Vydal jsem se s mladšími spolupracovníky touto cestou, která ovšem nebyla, jak to v životě chodí, bez těžkostí.

Myšlenka vybudovat nové zařízení další generace, zahrnující mj. i psychologickou a rodinnou perspektivu, byla tehdy v mnohém novinkou a u některých narázela. První pokus dokonce selhal, byl jsem několik měsíců bez práce a na Vánoce nám domů Armáda spásy donesla pro děti dárkový balíček s potravinami. Vše se nakonec obrátilo v dobré, takže žije nejen Paprsek, ale i původní Integrační centrum Zahrada, jež ke skutečnému rozkvětu přivedl a stále je vede kolega Dr. Ahoť. A na příležitost protrahovaného porodu Integračního centra nechal v zahradě umělecky ztvárnit sousoší trpaslíků, z nichž jednoho asocioval se mnou. Je to čest a zároveň připomínka toho, že jsme trpaslíky na ramenou obrů, upozornění na naše limity.

Měl jste někdy chuť pověsit práci psychoterapeuta na hřebík?

Ne že by se práce vždycky dařila. Zažil jsem nezdary a chyby, situace bezradnosti a bezmoci. Někdy jsem cítil, že si potřebuji vydechnout. Na druhé straně zas setkání s klienty, s dětmi a rodinami, kdy se podařilo navázat, obnovit či uzdravit vztahy mezi lidmi, kteří k sobě náleží, a pootevřít jim naději, posílily mé přesvědčení, že tato práce má smysl. Nesmíme jen spoléhat na vlastní síly, nýbrž vytvářet prostor k tomu, aby se ke slovu dostaly úzdravné síly těch, jež se pokoušíme doprovázet. K tomu pomáhá i tušení a někdy jistota, že vedle všeho nemocného, ba zlého, co se děje, jsme – podobně jako Dietrich Bonhoeffer a všichni naši klienti, “obklopeni věrně mocí dobrých sil, chráněni a posilováni při každém svém kroku”.

Co Vám práce psychoterapeuta dala pro Váš osobní život?

Je na místě zabývat se sám sebou v té míře, ale ne více, aby mé já a moje prožívání a zkušenosti nebyly překážkou ve schopnosti vnímat, naslouchat, přijímat a rezonovat druhého člověka. A poté, když jsem učinil všechno podle svého nejlepšího vědomí a svědomí, pamatovat na to, že jsem jen průvodcem a pomocníkem. Ty podstatné kroky musí kládný udělat sám a my mu jen pomáháme vytvořit podmínky pro jeho rozhodnutí.

Co Vám tato práce „vzala“?

Vzala mi iluze o sobě samém, pokud jsem je snad měl. Namísto toho jsem se učil konfrontovat se s tendencemi a sklony, o kterých mne nenapadlo, že bych je měl. A neztrácet přitom kontakt s pozitivními silami, které snad ve mně jsou, a posilovat je. Pokud jde o druhé, naučila mne psychoterapie zhlédnout v nich i nejmenší náznaky pozitivních vlastností a schopností, jež mohou přispět k jejich pozitivnímu růstu, a napomáhat jim dostat se do dotyku s nimi, vzít je za své a pracovat na nich.

Jaké nejzajímavější setkání s konkrétním člověkem, kolegou, pacientem, klientem se Vám vybaví?

Takových setkání byla celá řada. Z posledních let si vybavuji jedno: Po besedě o výchově v jednom okresním městě za mnou přišel muž, o němž jsem se pak dověděl, že je všeobecně oblíbeným dětským lékařem. Nepoznal jsem ho, on mne však ano. Připomněl mi naše jediné setkání: „Vyšetřil jste mne 24. března roku 1967. Přišel jsem k vám, protože jsem ve 3. třídě propadal a měl jsem být přeřazen do zvláštní školy. Už chybělo jen vaše doporučení. Vy jste však po vyšetření zavolal maminku a gratuloval jste jí k mimořádně chytrému synovi, který určitě nepatří do zvláštní školy, a slíbil jste to hned sdělit do školy. To změnilo můj život a jsem tu, abych podobně podporoval druhé.“ Jsou ovšem i jiné formy vděku. Jedna pacientka se loučila se slovy: „Já se vám odvděčím, ale dobře.“ A kterási maminka mi přinesla zachovalou vázu i s květinami. Povšiml jsem si, že je dole umazaná od hlíny. Později se ukázalo, že si ji “vypůjčila” na místním hřbitově.

Kdo Vás v životě nejvíce ovlivnil? Od koho jste se nejvíce naučil?

Vedle těch, o nichž jsem se již zmínil, byl to především Eduard Urban, jehož jsem poznal jako sanitář na uzavřeném neklidném oddělení, kam chodil provádět “kulturní terapii” (časná šedesátá léta). Právě on mne nadchl pro psychoterapii, a to v té podobě, jak jsem ji pak zažíval pod jeho osobním vedením a při vlastním výcviku v rámci SURu, tedy spolu s Jaroslavem Skálou, Jaromírem Rubešem a Hankou Junovou.

Při této vzpomínce si uvědomuji, že se i zde rozvinul nekončící řetězec vztahů, kde to je jako v peletonu: chvíli táhne skupinu jeden, pak další. Takto do mého života vstoupili a stále v něm jsou přítomní lidé jako Jiří Krombholz, Lea Rathausová, Věra Rašková, Michael Chytrý, Karol Pollák, Petr Popov, František Hubka a Kamil Kalina, spolupracovníci ze SURu, abych jmenoval jen některé.

Na pražské Psychiatrické klinice jsem se jako student i později mnohému naučil od psychologů Hany Drábkové (starší) a Václava Pinkavy.

Ke klíčovému setkáním mé odborné formace patří kontakty a přátelství s dr. Jiřinou Prekopovou, jež mi dala pochopit, že vedle hlubinně psychologického a zejména Freudem syčeného přístupu k člověku je někdy možné k druhému najít účinnou cestu také přístupem humanistické psychologie, která v indikovaných případech zapojí i dotek či objetí osob, které k sobě podle rodinných "řádů lásky" patří (rodiče a dítě, manželé, partneři).

A konečně nemohu opomenout psycholožku a grafoložku Ursulu Avé-Lallemant (1913 – 2004) z Mnichova a jejího manžela, fenomenologa doc. Eberharda Avé - Lallemant (1926 – 2015), s nimiž jsem byl v úzkém kontaktu od osmdesátých let až do jejich smrti. Jejich učiteli byli manželé Hedwig Conrad-Martius (1888 – 1966, kmotra Edith Steinové) a Hans Theodor Conrad a také Romano Guardini. V této atmosféře jsem se prismatickým fenomenologem učil rozumět hlouběji člověku skrze jeho kresbu a písmo (grafognostiku, dynamickou grafologii) a terapii užívatelů těchto nástrojů (grafoterapii).

A nesmím zapomenout na svoje početné spolupracovnice a také na spolupracovníky (těch je v pomáhajících profesích podstatně méně). S mnohými jdu společnou cestou už po desítky let a někteří mne dávno předběhli (Nada, Iva, Hanka, Lenka, Monika, Lucie...). Patří mezi i někteří studenti. Byli a jsou pro mne cenným zrcadlem a korektivem i zdrojem nových impulsů a podnětů. Brání uvelebit se ve vlastní rutině a povzbuzují k novým pohledům i cestám. Konec konců je správné, aby došli tam, kam my se už nedostaneme.

Jaké jsou Vaše plány do budoucna?

Před pár lety, při jakémsi výročí, jsem v kruhu psychologů na fakultě na dotaz, co budu dál dělat, jsem upřímně odpověděl, že se zapíši na kurs thanatologie a thanatoterapie kolegy Zbyňka Galvase. Vzbudilo to podiv, ba kritiku. Nemyslel jsem tím, že to bude veškerá náplň mého života. Pokud síly a zdravý rozum dovolí, rád bych pokračoval ve své činnosti jako jeden z řady těch, kdo se snaží podporovat lidi na jejich životní cestě, zejména v náročných obdobích jejich života. Rád bych se více než dosud věnoval své rodině, manželce, dětem a vnoučatům, a doháněl v naplňování širších zájmů to, na co se pro úzké pracovní zaměření zatím nedostalo.

Co byste vzkázal nové generaci psychoterapeutů?

Neměli by zapomínat na to, že psychoterapie má hluboké a dávné kořeny v touze lidí po moudrém životě směřujícím ke štěstí trvalejšímu než jsou okamžité senzuační prožitky. I to, co je plně vysloveno třeba až dnes, anebo ještě na svou expresi čeká, latentně klíčilo před námi. Tam, kde však narazí na něco nového, octnou-li se na prahu tajemství, otvírali se jim dosud skrytá cesta, ať mají odvahu s pokorou a po ověření to nabídnout. Život sám ukáže... Ať se snaží podpořit v životě lidí to, co se dá proměnit k lepšímu, a přispět k přijetí toho, co se zatím změnit nedá.

Kdysi jsem četl nad vstupem do knihovny na Mayo Clinic v Minnesotě třístupňovou zásadu, která je vhodným programem i pro působení psychoterapeuta:

"Vyléčit někdy.

Ulevit často.

Potěšit vždycky."

Co byste vzkázal ČAP?

Kéž by byla "dílnoú lidskostí" a stále víc platformou setkání, na níž bychom zakoušeli, že psychoterapie představuje jak léčbu psychologickými prostředky v kontextu zdraví a nemoci (klinická psychoterapie), tak systematické úsilí o růst osobnosti a vztahů i v jiných oblastech společenské praxe, uskutečňované osobami splňujícími dohodnutá kritéria předběžného vzdělání, stanoveného výcviku a supervidované praxe. Takto uvolněné pozitivní síly by pak byly k dispozici pro cílenou pomoc jednotlivcům a skupinám (z nich na prvním místě rodinám). Nepochybují o tom, že ve všech oblastech života je mnohem více lidí, kteří psychoterapeutickou pomoc hledají, než těch, kdo jí jsou schopní poskytovat – je zde prostor pro spolupráci a vzájemné odborné a lidské obohacování.