

368/95

Prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc. katedra psychologie FFUP Olomouc
Zpráva o služební cestě na odb. pracoviště v Rusku a provádění
psychoterapeutických výcviků pro ruské psychology a psychiatry,
zpracovaná pro referát do Čs. Psychiatrie. Celý červenec roku 1995.

Psychoterapeutické výcviky v Rusku

(Vladivostok a Jenisej, červenec 1995)

V současné době je v Rusku mezi psychiatry a psychology značný zájem o praktický výcvik v různých psychoterapeutických přístupech a metodách, který nabízejí příslušné katedry Ústavů pro další vzdělávání lékařů a lékařských fakult, oddělení Akademie lékařských věd i četné soukromé instituty. Byl jsem pozván, abych se spolu s prof. B. Karvasarským z petrohradského Bechtěrevova institutu, současným prezidentem Všeruské psychoterapeutické asociace, aktivně podílel na dvou takových dvoutýdenních školeních, z nichž první se konalo na Dálném Východě ve Vladivostoku a druhé na Sibiři na výletním parníku, který se plavil po mohutném Jeniseji mezi horkým jižním Krasnojarskem a chladnou Dudinkou za severním polárním kruhem celkem 6.000 km tam a zpět.

Kurz ve Vladivostoku začal třídní mezinárodní konferencí na téma "Teoretické a praktické aspekty fyziologie a psychologie v psychiatrii". Zásadní referát o psychologii zdraví, kterou označil jako "valeopsychologii", přednesl akademik V. Semke, psychiatr z Tomsku. Opíral se mj. o poznatky ze srovnání zdraví, odolnosti, zdravotních návyků a mechanismů zvládnání životních situací u různých etnických skupin žijících na Sibiři a Dálném Východě. B. Karvasarskij podal důkladný přehled o vývoji a současném stavu psychoterapie v Rusku včetně připravovaných organizačních opatření, N. Kornetov se zaměřil na diferenciální diagnostiku dystymií a depresí. Řada následujících sdělení se zabývala problematikou alkoholismu, psychofarmaky, organickými psychosyndromy, psychosomatickými poruchami a organizací psychiatrické a psychoterapeutické pomoci. Na programu se podílelo několik japonských psychiatrů, kteří referovali mj. o výzkumech schizofrenie a o muzikoterapii, já jsem hovořil o integrativ-

ní psychoterapii a o kroměřížském systému skupinové terapie. K této pozici byl úhledný vázaný sborník se souhrny referátů přednesených i nepřednesených. Organizačně vše úspěšně zajišťovali vladivostockí

psychiatři prof.L.Jackov, I.Uljanov a další.

Vlastní kurz, který si frekventanti platili, měl společnou dopolední část přednáškovou a odpolední a večerní diferencovanou část výcvikovou. Dopolední cyklus přednášek o neurózách, depresích, duševním zdraví a principech a organizaci psychoterapie zajišťovali profesoři Karvasarskij, Semke, Kornetov a Woronowicz. Na odpolední praktický výcvik se frekventanti podle svého zájmu rozdělili do tří skupin. První skupina se pod vedením N.Kornetova, psychiatra z Tomska, zaměřila na diagnostiku a terapii depresí, druhá se pod vedením B.Woronowicze, hlavního polského alkoholologa z Varšavy, zabývala problematikou závislostí a třetí se pod mým vedením prakticky školovala v metodách integrativní psychoterapie od metod empatických přes náhledové až po nácvikové, s využíváním hraní rolí, psychogymnastiky a psychodramatu. Protože se ke mně přihlásilo na 60 zájemců, musel jsem účastníky alespoň na část programu rozdělovat na dvě samostatné uzavřené skupiny. Účastníci byli aktivní, připraveni diskutovat, nacvičovat, otevřeně hovořit o sobě a projevovat emoce; v obou skupinách dobře fungovala i skupinová dynamika.

Ve večerních hodinách nabízela skupina mladých nadšenců z Krasnojarska kombinovaný výcvik v tzv. neurolingvistickém programování (NLP) a ericksonovské hypnoterapii, který rovněž přilákal značný počet zájemců.

Konference i následující kurzy probíhaly převážně v jednom z četných vladivostockých "sanatorií-profylaktorií", v němž jsme též bydleli. Komfortní zařízení, která dříve sloužila rekreacím pracujících placeným státem, závody a odbory dnes buď zejí prázdnotou a chátrají nebo si vydělávají na komerčním principu, najdou-li zájemce

ochotné platit poměrně vysoké částky za ubytování, stravu a léčebné procedury. Střední vrstvy na to nemají a malá vrstva zbohatlíků dává přednost rekreaci v cizině.

Vladivostok, město staré 135 let, s téměř milionem obyvatel, které donedávna patřilo k uzavřeným oblastem nepřístupným cizincům, má dnes čilé styky s Japonskem a v jeho ulicích jezdí množství japonských aut a minibusů nakoupených jako ojetiny a převážených sem na ruských lodích donedávna pouze s minimálními celními poplatky. Na rozdíl od moderních a dobře vybavených sanatorií vypadají obytné, převážně panelové vícepodlažní domy dosti nevzhledně a nesvětčí o kvalitní práci stavbařů ani přiměřené údržbě nájemníků. Nádraží, na němž končí transsibiřská magistrála, je hezky opravené a přístav osobní dopravy je moderní, moře plné olejových skvrn však vyhazuje na břeh množství odpadků. V obchodech je možno dostat prakticky všechno, i když našince poněkud překvapí krájení másla z velkých bloků a jeho balení do kusů zamaštěných papírů nebo naopak skutečnost, že se jen stěží sežene kvalitní, dobrá a stále poměrně levná ruská smetanová zrzlina a místo toho nabízejí pouliční prodavači různé zahraniční "nanuky" v pestrých obalech. Některé restaurace jsou už soukromé a je to poznat na kvalitě jídel, obsluze i cenách. Ruská vodka je levně k dostání všude v kioscích.

Z místních zajímavostí bylo možno shlédnout okeanárium s množstvím mořských živočichů a v přístavu vystavenou ponorku z druhé světové války. K vykoupání v moři nás v neděli zavezli do turistické základny asi 30 km za město na písčité pláži, kde se pekli šašlyk a pilo šampaňské.

Psychiatrická klinika je víceposchoďová zchátralá špinavá budova s hromadami smetí kolem, vchody připomínají vchody do krytu. Prošel jsem dvě ze čtyř přeplněných oddělení, jedno mužské a jedno ženské, každé s asi stovkou pacientů, kteří se pohybují po elip-

se na "koridoru" sem a tam v neúhledných šedých ústavních úterech. Z chodby jsou vchody do kuchyňky, malé jídelny a do ložnic s malými vlnitými postelími, které jsou i poschoďové. Na některých jsou ležící pacienti. Z našeho pohledu to připomíná dávnou historii psychiatrie.

Kurzy psychoterapie spojené s plavbou na výletní lodi po Jeniseji organizuje už řadu let prof. V. Makarov, přednosta psychiatrické kliniky v Krasnojarsku. I zde jsem dostal "svou" skupinu, ale tentokrát jsem si ji předem omezil na 25 účastníků, s nimiž jsme každé odpoledne 4 hodiny pracovali podobně jako ve Vladivostoku. Vytvořila se v ní značná koheze, umožňující konstruktivně zpracovávat i různé konfrontace. V dopoledních hodinách jsem se mohl jako pozorovatel zúčastnit sezení Gestalt-terapie, která vedl prof. A. Alexandrov z Petrohradu tak, že ^z asi 30 účastníků vybral 11 zájemců do vnitřního kruhu, s nimiž pak jednotlivě na "horké židli" pracoval typickým "gestaltovským" konfrontačním způsobem. Skupina tvořila pozadí, které mohlo posloužit ke konfrontacím, vnější kruh směl pouze pozorovat.

V dopoledních hodinách přednášel Makarovův spolupracovník V. Chmelevskij o rodinné terapii podle Satirové, o NLP podle Bandlera a Grindera a o přenosu vzorců chování z generace na generaci, přičemž publiku předváděl na dobrovolnicích vtipné ukázky. Souběžně s mým výcvikem probíhal výcvik jiného ze spolupracovníků krasnojarské kliniky, V. Jadrinkina, který nabízel kombinaci technik převážně iracionálního charakteru: transpersonální přístup s holotropním dýcháním, "návrat do dělohy" a reinkarnační terapii, transcendentální meditaci a tělesné praktiky, NLP, ericksonovský přístup k tranzu, vytváření "energetického pole" skupiny a existenciální tanec, maratón s tantrou pro páry (vytvořené ad hoc) a cestu k Bohu přes sex podle Osha. Jeho skupinu jsme mohli během jedné polární noci vidět pomalování jako šamany; při noční zastávce se pak, údajně v tranzu, myli a koupali v chladné vodě Jeniseje. Jadrinkin

pracoval 15 let jako střízlivý "klasický" psychiatr, ale pak prošel konverzí a stal se z něj charismatický guru.

Večer se konaly přednášky a semináře klasického typu o neurózách a hraničních stavech, které řídili prof. B. Karvasarskij a prof. J. Žopov z Petrohradu. Makarov přednášel o transakční analýze, jeho žena Galina, psycholožka, přednesla v poledních přestávkách v lodním rozhlase dvě lekce z asertivity a pak vedla jeden dlouhý noční maratón asertivity pro ženy, které učila, jak se prosadit mj. ve vztahu k panovačným mužům. Malá skupina účastníků se přihlásila do kurzu k I. Golgofské, lékařce psychoterapeutce z Novosibirsku, která probírala teorii a metody klasické psychoanalýzy. Zájem vzbuzovala také cvičení v "eurytmice" Švýcarky Dall-Armi. Šlo o využití baletních kreací pro podporu vnitřního prožívání i sociálních kontaktů. S překladem do ruštiny jí pomáhal její partner spisovatel Elers Kai z Hamburku, který v Rusku provádí sociologické výzkumy.

Překvapující pro mne bylo, že organizátoři dovolili, aby se do programu i schůzek lektorů začlenil také postarší fanatický představitel nebezpečné dianetiky-scientologie, původním povoláním snad inženýr, který z ruského překladu Hubbardovy "Dianetiky" krmil posluchače nesmysly o škodlivosti "engramů" a "reaktivního rozumu", o potřebě dosažení "klíru" (clearu), což je "člověk bez aberací" a o možnostech vyléčení "prakticky všech chorob se zárukou plného uzdravení v každém případě" pomocí dianetického "očistění". Denně také vyvěšoval astrologické předpovědi.

Souběžně s odborným programem probíhala kolem lodi krajina svědčící o obrovské rozlehlosti Sibíře s nekonečnými lesy, jejichž výška se postupně snižovala v "lesotundru". Občasné zastávky umožnily shlédnout chudobu a zanedbanost dřevěných vesniček, v nichž při zpáteční cestě cestující nakupovali velké solené sušené nebo uzené ryby. V Igarce, městě za polárním kruhem, se 12.000 obyvateli, kde se nakládalo na nákladní lodi rozřezané dřevo, jsme se v muzeu po

sestupu 10 metrů pod povrch mohli přesvědčit o věčně zamrzlé zemi, která roztaje během krátkého léta jen do hloubky 1-2 metry. V muzeu byly také dokumenty za života vězňů na nucených pracích za stalinovské doby, kteří zde v neuvěřitelně tvrdých podmínkách měli státně krátké, aby se vězňové ani v noci nemohli pořádně vyspat. Plavbu na sever jsme ukončili v Dudince, poměrně velkém městě s přístavem, kde se dříve hojně překládalo z říčních lodí na zámořské a naopak. Dnes ovšem i zde všechno "krachuje", odstavené rezivějící nákladní říční lodi kotví na jihu řeky v zátocě u Jenisejska. Dudinka s domy o 8-10 podlažích, postavenými bez ladu a skladu, s rozbitými cestami a všeobecným nepořádkem působila i v létě dosti nevlídně, ale místní občané byli zřejmě na život zde zvyklí. Rádi jsme se vraceli na loď, kde jsme ještě i při zpáteční cestě prožívali několik dní zvláštní náladu bílých polárních nocí se sluncem stále nad obzorem a celonočními divokými diskotanci mládeže na palubě.

Celkové dojmy

Moje nové dojmy se harmonicky doplňují s poznatky z krátké návštěvy na Sibiři v r. 1994 (3). Potvrzuje se, že i v oblastech "daleko od Moskvy a Petrohradu" je v našem oboru již zcela překonána dřívější umělá izolace ruských odborníků od světových směrů a módních trendů. Probíhají výcviky v nejrůznějších přístupech. Některé navazují na solidně vybudované vědecké základy především "osobnostně orientované rekonstruktivní" petrohradské školy, ale i moskevské "emocionálně stresové" školy (2), které nyní obě otevřeně integrativně propojují své koncepce a metody na všeobecně uznávané školy Západu, zejména školu rogersovskou, dynamickou a kognitivně behaviorální. Systematicky - samostatně i jako součást interaktivního pojetí - se rozvíjí Gestalt terapie a transakční analýza. V baště tradiční autoritativní hypnózy je překvapivě populární ericksonovská hypnoterapie a zejména neurolingvistické programování. Značné

populárně se těší všechny možné iracionální směry v pestré směsici, připomínající mi Esalen a kalifornský boom konce šedesátých let; transcendentální meditace, zen-budhismus, práce s tělem, doteky, tantra, předávání energie, reinkarnace, znovuzrození, hodné, vše napravující podvědomí a využití sexu k cestě k nadvědomí.

Klasická psychoanalýza s přetrženou tradicí, jejíž významné přerevoluční ruské představitele podchycuje důkladná monografie A. Etkinda (1), zřejmě zůstane i v novém vývoji pouze na okraji.

Ke všemu již také existuje rozsáhlá překladová literatura. Jen z oblasti transakční analýzy vyšlo v překladu 5 knih Bernových, Harrisova "Ja O'kej, vy O'kej", od Jamese a Jongewarda "Zrození vyhrávat"^{1a} česká populárka Capponi a Nováka "Sám sobě dospělým, dítětem i rodičem". Ke svým cvičením z empatické psychoterapie jsem měl k dispozici překlad C. Rogerse "Jak být sám sebou" a k psychodramatu překlad výborné monografie G. Leutzové "Psychodrama". K mání jsou také základní práce z Gestalt terapie i Grofova transper_{son}álního přístupu. Moravana potěší, že nakladatelství Pitěr inzeruje překlady celé serie populárek Věry Capponi a T. Nováka.

Podobně jako u nás se v Rusku budují základy pro postgraduální specializaci v psychoterapii s požadavky na 700 hodin výcviku v akreditovaných centrech; z toho 150 hodin má spočívat ve vlastní činnosti kandidáta pod supervizí. Zatím není ještě rozhodnuto o tom, zda výcvik má mít jednotný plán nebo zda se budou uznávat výcviky různých škol a které ze škol budou v takovém případě akceptovány.

Pokoušet se o zhodnocení celkové atmosféry v současném Rusku je obtížné. Všichni si rychle zvykli na to, že už není třeba si dávat pozor, zda někdo nenaslouchá nebo zda v místnosti není odposlouchávací zařízení, že na Sibiři už nejsou tábory nucených prací pro politické vězně a že si každý může na cokoliv hlasitě stěžovat. To se také děje. Opakovaně jsem se na různých úrovních set-

kával se stížnostmi na to, jak je dřívější politický útlak nahrazen útlakem ekonomickým, kdy se bohatství hromadí v rukou malé menšiny podnikavců bez morálních zábran a většina "pracujících" přichází nejen o možnosti dřívější každoroční levné rekreace v síti tisíců vybudovaných a rozbudovaných rekreačních zařízení a sanatorií-profylaktorií, odsouzených nyní k zániku, ale i o výdělek přiměřený stále stoupajícím cenám a v nemalém procentu i o práci. Někdy se ke stížnostem pojily i nostalgické vzpomínky na doby "sovětskoj vlasti", kdy byl všude "řád a pořádek"; rozeznávala se i nacionalistická struna s lítostí nad rozpadem mocného imperia. Vzor převládající obecné nespokojenosti se současnými poměry svědčí kontakty s kolegy v oboru, kteří zrovna nepatří k dobře placeným, pro ochotu obětavě investovat do vzdělání, snahu zvládnout a v praxi využít dříve nedostupné poznatky, přežít nynější těžké období a stát se součástí demokratického světa. Více než 8 hodin letu na východ mezi Moskvou a Vladivostokem a více než 10 dní plavby Sibiří od jihu na sever a zpět mi poskytlo představu o obrovské rozloze země s mnoha ještě nevyužitými rezervami. Mé rozporuplné dojmy z Ruska tedy nakonec vyznívají - zřejmě také díky otevřenému, přátelskému a srdečnému chování mých posluchačů a kolegů - převážně optimisticky.

Citovaná literatura

1. Etkind A.: Eros nevozmožno. Istorija psichoanaliza v Rossiji. Sankt Peterburg, Meduza 1993.
2. Kratochvíl S.: Moskevská psychoterapie v roce 1988. Čs.Psychiat. 1989, 85, 140-141.
3. Kratochvíl S.: První sjezd Všeruské psychoterapeutické asociace 24.-30.XI1994 v Tjumeni (Sibiř, Rusko). Čs.Psychiat.1995, 91, 117-119.
4. Semke V.J., Jackov L.P. (red.): Teoretičeskije i prikladnyje aspekty fiziologii i psihologii v psichiatrii. Akad.med.nauk RF, Vladivostok 1995.

Prof.PhDr.Stanislav Kratochvíl,CSc.
psychiatrická nemocnice
767 40 Kroměříž