

CENA
FRANTIŠKA
PALACKÉHO

ZA ROK 2002

UDĚLENA
UNIVERZITOU PALACKÉHO
V OLOMOUCI



OLOMOUC 2002



© Univerzita Palackého v Olomouci, 2002

ISBN 80-244-0456-7

František Palacký
(1798–1876)

Profesor Kratochvíl (nar. 25. 8. 1932) je téměř čtyři desítky let výraznou osobností české psychologie a psychoterapie. Již jako student jsem se učil z jeho monografie nazvané „Psychoterapie“, která byla první českou soubornou publikací tohoto typu. V následujících letech jsem se s prof. Kratochvílem seznámil osobně a byl pro mě vždy vzorem inspirace, energie a pracovního nasazení. Prof. Kratochvíl přednáší na Univerzitě Palackého od r. 1978 tj. 24 let. Od roku 1991, kdy jsem se mohl na katedru psychologie vrátit, jsme kolegové. Jako vedoucí katedry a současný děkan fakulty mohu velmi dobře ocenit jeho vysoce odborný a přitom lidský a kolegiální přístup ke studentům. Jeho přednášky jsou vysoce ceněny po stránce obsahové i formální. Během této doby reprezentoval Univerzitu Palackého svými odbornými vystoupeními v USA na Earlham College, s níž navázala naše fakulta spolupráci (a péčí o návštěvníky z této univerzity v Olomouci), na Muhlenberg College, dále na psychoterapeutické konferenci ve Výmaru (1999) a na světovém kongrese o hypnóze v Mnichově (2000). Opakovaně se aktivně účastnil konferencí pořádaných Univerzitou Adama Mickiewicze v Poznani, která mu za navázání spolupráce s naší univerzitou udělila v roce 2000 čestné uznání. Referoval na psychoterapeutických konferencích v Tjumeni (1994) a ve Vladivostoku (1995), vedl kurzy psychoterapie v Krasnojarsku. Opakovaně se zúčastnil velkých psychoterapeutických konferencí v USA (v San Fancisku, v Anaheimu u Los Angeles). Jeho výhodou je aktivní znalost angličtiny, němčiny i ruštiny. Ze všech akcí přináší významné poznatky, o kterých referuje v odborných časopisech, zejména v České a Slovenské Psychiatrii a v psychoterapeutickém časopise Konfrontace, ale nezapomíná ani na Žurnál Univerzity Palackého.

Profesor Kratochvíl obohatil svými výzkumy, tvůrčím zpracováním problematiky a publikováním kvalitních odborných monografií několik oblastí psychologie, psychiatrie a sexuologie.

Zcela unikátní je u nás jeho důkladné vědecké zpracování problematiky hypnózy jak po stránce jejího experimentálního výzkumu (shrnutého v monografii „Experimentální hypnóza“, 1999), tak jejího léčebného využití, představeného v knize „Klinická hypnóza“ (2001).

Velmi významné jsou jeho výzkumy i praktické zkušenosti v oblasti skupinové psychoterapie neurotických poruch, shrnuté naposledy v monografii „Skupinová psychoterapie v praxi“ (2001). Poznatky byly získány jak na různých domácích a zahraničních pracovištích, tak zejména v terapeutické komunitě pro neurózy, kterou založil a řídí v psychiatrické léčebně v Kroměříži. Pro pacienty napsal populární knížku, „Jak žít s neurózou“ (3. vydání 2000).

Třetí vydání jeho monografie „Manželská terapie“ (2000) představuje základní učebnici a příručku pro manželské poradce, klinické psychology a psychiatry. Shrnuje přístupy i metody ze světové literatury i zkušenosti u nás s oživujícími příklady a Jiránkovými ilustracemi.

Do sexuologie zasáhl prof. Kratochvíl významně svým výzkumem účinnosti terapie funkčních sexuálních poruch metodou systematické nácvikové práce s párem podle Masterse a Johnsonové. Po zpracování zkušeností s téměř 200 dvojicemi zhodnotil možnosti i meze této léčby a porovnal je s jinými formami terapie. Jeho monografie „Léčení sexuálních dysfunkcí“ (3. vyd. 1999) je v naší sexuologii a matrimoniologii vysoce ceněna, v roce 2002 vyšla i v polském překladu. Množství poznatků z práce s páry zpracoval autor

i jako zdravotně výchovnou publikaci pro laickou veřejnost pod názvem „Sexuální starosti“ (2002).

Zcela základním dílem české klinické psychologie je Kratochvílova učebnice „Psychoterapie“, vydaná poprvé v roce 1970 a od té doby stále revidovaná a doplňovaná. Slouží jako vysokoškolská učebnice i jako příručka pro postgraduální vzdělávání psychologie a psychiatrie, patří trvale k povinné literatuře ke zkouškám i atestacím. Vedle jasného systematického výkladů směrů, metod i výzkumu v dané oblasti patří k jejím přednostem i autorem velmi hlídaná grafická úprava a množství oživujících fotografií představitelů psychoterapeutických škol i ukázek psychoterapeutických metod. Poslední čtyři vydání vyšla v Portálu pod názvem „Základy psychoterapie“ (1997, 1998, 2000, 2002). Knížka byla velmi úspěšná i v Polsku, kde vyšla ve čtyřech vydáních v PWN Warszawa. Nejnovější české vydání se v současnosti překládá v Poznani.

Profesor Kratochvíl je čestným členem Psychiatrické společnosti, Sexuologické společnosti, Společnosti pro psychosomatické integrace, české i Slovenské psychoterapeutické společnosti, Slovenské sexuologické společnosti, Asociace manželských a rodinných poradců, polské psychiatrické společnosti, American Society of clinical hypnosis a Ruské psychoterapeutické asociace a řádným členem prestižní International Academy od Sex Research.

Udělení Ceny Františka Palackého v roce 2002 profesoru Stanislavu Kratochvílovi při jeho sedmdesátinách je nepochybně zasloužené a důstojné ocenění jeho celoživotního díla.

PROJEV
UNIVERZITNÍHO PROFESORA
PHDR. STANISLAVA KRATOCHVÍLA, CSc.



Vaše magnificence, vážená vědecká rado,
vážení přátelé!

Udělení Ceny Františka Palackého považuji za velkou čest a velké ocenění své celoživotní práce. Rád bych poděkoval všem, kdo se na návrhu a jeho schválení podíleli. S olomouckou univerzitou, zvláště pak s Katedrou psychologie Filozofické fakulty, mne pojí již pětadvacet let těsné pracovní vztahy. Filozofická fakulta Palackého univerzity mi vyšla neobyčejně vstříc, když jsem se v sedmdesátých letech, po svém návratu z roční vědecké práce na Stanfordské univerzitě, dostal z politických důvodů do potíží na fakultě brněnské. Umožnila mi přednášet zpočátku externě, posléze mne přijala jako svého trvalého člena a zaměstnance a podpořila mé jmenování docentem, pak profesorem. Nesmírně oceňuji přátelské a plodné ovzduší, které vždy panovalo a panuje na naší katedře, a jsem velmi rád, že jsem tolik let mohl a stále mohu svou praktickou klinickou činnost v krásné secesní psychiatrické léčebně v Kroměříži spojit s činností vědecko-výzkumnou a pedagogickou v neméně krásné Olomouci. Zvláště chci ocenit podporu od vedoucího Katedry psychologie a současného děkana Filozofické fakulty, docenta Vladimíra Řehana.

Dámy a pánové, vážení přátelé, ještě jednou vám děkuji.

Dovolte, abych se při této příležitosti zamyslel nad některými prostředky a metodami, kterými vědecká disciplína, jíž jsem již od studentských let zasvětil své pracovní úsilí, pomáhá lidem při ovlivňování a léčení zdravotních potíží a poruch, zejména těch, které jsou způsobeny duševními úrazy, konflikty a psychickým stresem. Právě tomuto aspektu psychologie, jímž je léčení poruch a podporování zdravé a kvality života, jsem věnoval hlavní pozornost ve svých výzkum-

ných pracích i ve své klinické, poradenské a pedagogické činnosti.

Psychoterapie je léčení psychologickými prostředky. Směrů psychoterapie je celá řada a někteří odborníci se až fanaticky upisují jen jednomu z nich. Sám jsem se přiklonil k integrativnímu pojetí, které se pokouší spojit různé významné přístupy, které lze chápat jako dílčí aspekty mnohotvárné skutečnosti, v jeden celek. To umožňuje využívat také různé metody, a to diferencovaně podle příznaků a příčin onemocnění a podle osobnosti jednotlivých pacientů. Tak např. *náhledová* psychoterapie vede k pochopení patogenního vlivu konfliktů a stresu a současně směřuje k poznání, čím se na jejich přetrvávání postižený člověk spolupodílí svým sebedopřívajícím chováním i uvažováním. Může navíc pomáhat k pochopení, jak jsou takové nežádoucí skutečnosti ovlivněny nedostatečně zvládnutými zážitky z minulosti. Náhled se stává podnětem ke změně. *Nácviková* psychoterapie již přímo učí chybějícím sociálním dovednostem: jak se přiměřeně prosadit, jak projevovat své pocity a názory, aby to neuráželo druhé, jak účelně řešit problémy a jak zvládat nepříjemné a náročné situace i jak se obrnit vůči úzkostem a strachům a překonávat depresi. *Humanistická* či *spirituální* psychoterapie pak směřuje člověka dopředu, k pozitivním hodnotám a cílům.

Pro ověření účinnosti jednotlivých forem psychoterapie jsou důležité výzkumné projekty, které zkoumají vliv jednotlivých proměnných pomocí porovnávání s kontrolními skupinami a pomáhají zjistit, jaké jsou hlavní účinné faktory.

Hypnóza jako stav zvýšené sugestibility a změněného vědomí umožňuje u osob, které jsou k ní vnímavé (hypnabilní), ovlivnit procesy, které jsou v normálním stavu ovlivnitelné málo, a má proto v psycho-

terapii značný význam. Představuje však i sama o sobě velmi zajímavý psychologický jev, který byl podroben důkladnému experimentálnímu zkoumání. Sami jsme v četných experimentech zkoumali např. její vztah ke spánku a mohli jsme potvrdit, že jde o dva odlišné procesy. Hypnotický stav bývá sice často navozován pomocí uspávacích sugescí, může však být u značně hypnabilních osob vyvolán i bez nich a může v něm probíhat velmi výrazná aktivní činnost. Podstatným rysem hluboké hypnózy je mj. možnost vyvolat dočasné zapomenutí vzpomínek na průběh hypnotického stavu (amnézii). Posthypnotická sugesce přitom umožní, aby jedinec v následujícím bdělém stavu provedl příkazy, jichž si není vědom. V experimentech jsme zkoumali, jak probíhá zdůvodňování takového posthypnotického chování např. pomocí racionalizace, uvádění zdánlivě logického vysvětlení. Tyto pokusy zajímavým způsobem potvrzují existenci nevědomé motivace.

V klinické praxi jsme mohli potvrdit léčebné účinky sugescí v hypnóze u neurotických i psychosomatických poruch a při snižování nebo odstraňování bolesti pomocí sugerování hypnotické analgezie. Hypnóza též umožnila „odžít“ (odreagovat) některé traumatické zážitky z minulosti, které zůstávaly potlačeny a nezpracovány, a zbavit se jejich nepříznivého vlivu na současnost.

Skupinová psychoterapie využívá dynamiku skupiny, vztahy mezi členy skupiny a procesy, které ve skupině vznikají. Tato skutečnost může psychotherapeutické působení značně obohatit. Do vztahů mezi pacienty, které vznikají ve skupinových sezeních „tady a teď“, se promítají jejich postoje a chování naučené v jejich dosavadním životě v jiných společenských skupinách. Tak vzniká materiál, který lze zpracovat a na kterém se mohou členové skupiny hodně naučit: mohou poznat své nevhodné návyky vyvo-

lávající „odvetné reakce“ okolí a mohou je zkusit opravit. Ve skupině se také projeví navyklé role (např. sklon k vůdcovství nebo naopak nepřiměřená podrobnost, pedanterie či lehkomyšlnost, nepřátelské či naopak příliš laskavé chování apod.). Významnou roli ve skupině hraje vytvoření soudržnosti, která poskytuje členům významnou podporu a současně umožňuje zvládat a zpracovat napětí, které vzniká z konfrontací jednotlivých členů. Zabývali jsme se různými formami vedení skupin (od autoritativního po krajně nedirektivní) a kombinací sezení, která se orientují na jednotlivce a jeho životní osudy, na témata, jež jsou více členům společná (např. pracovní uplatnění, rodina, manželství a vztah k dětem) a na interakci, která se odehrává mezi členy. Do skupinových sezení zařazujeme i různé techniky, které pomáhají přinést další materiál ke zpracování: psychodramatické ztvárňování událostí a konfliktů, kdy spolupacienti přebírají role např. rodinných příslušníků, neverbální techniky pro vyjadřování emocí i kontaktu (pantomima, psychogymnastika), projekční kreslení (arteterapii) i hudbu a rytmus. K účinnosti skupinové psychoterapie významně přispěl organizační systém terapeutické komunity na oddělení pro neurózy s šestitýdenním pobytem pacientů, který rozvíjíme už od roku 1971. V různých dílčích výzkumných pracích (s využitím i diplomových prací studentů) jsme zkoumali jeho efektivitu a vliv různých faktorů. V posledních letech se nám v projektu s kontrolní skupinou např. potvrdilo, že ke zvýšení účinnosti přispívá zařazení týdne s rodinnými příslušníky pacientů, s nimiž se pacienti mohou na skupinových sezeních a v psychodramatických scénách přímo konfrontovat a spolu hledat potřebná řešení.

Manželská terapie se zaměřuje specificky na problémy vznikající v manželství a v partnerských vztazích a směřuje ke zlepšení komunikace i k řešení náležavých problémů. Zabýval jsem jí jak v kontextu již

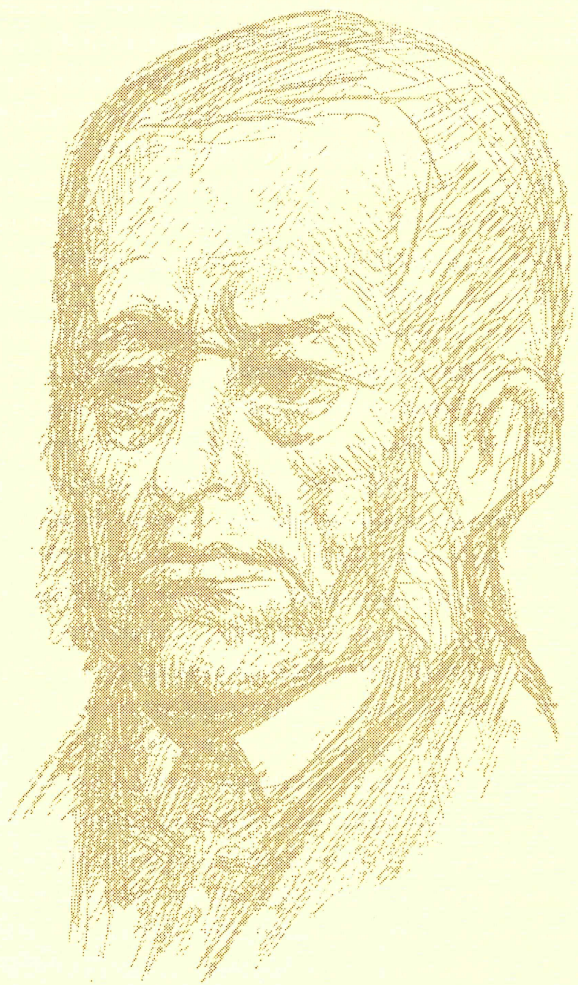
zmiňované klinické práce s neurotickými pacienty, tak v kontextu poradenském v manželské poradně. V oblasti komunikace jsme propracovali techniku nacvičování komunikace otevřené a zároveň pozitivní s odstraňováním vzájemných výtek, nadměrné kritiky, negativního „značkování“ a „jasnovídného“ usuzování na sobecké nebo nepřátelské motivy partnera. Někdy je možné přistoupit hned k pokusům o věcné popsání a racionální řešení problémů bez zatěžujících emocí, jindy je účelné umožnit napřed uvolnění a odreagování afektů pomocí techniky, kterou jsme nazvali „konstruktivní hádka“. Problémy, které je nutno v poradně nejčastěji řešit, jsme rozdělili do pěti okruhů: Za prvé jsou to problémy spočívající v osobnosti některého z partnerů, v jeho abnormálních rysech, které ztěžují manželské přizpůsobení, ať už je to výbušnost, hysteričnost, pedantičnost, extrémní nepořádnost anebo trvalý sklon k ukřivděnosti. Druhý okruh se týká utváření manželského vztahu, na němž se podílejí mnohá očekávání vycházející ze zážitků z primární rodiny: zda v ní panoval „patriarchát“ či „matriarchát“, zda byli muž a žena nejmladší či nejstarší ze sourozenců nebo jedináčci, zda bylo manželství rodičů klidné, nešťastné či rozvedené apod. Jako obecnější, u nás typická a často nenaplněvaná očekávání jsme na straně žen označili např. „po-po“ (posedět a popovídat) a „du-po“ (duševní porozumění), na straně muže „u-u“ (uvařeno, uklizeno) a „ne-sta“ (nezatěžovat „malichernými“ starostmi). Třetí okruh zahrnuje specifické problémy vývojových stádií manželství, v nichž se často objevují dvě krizová období: jedno poměrně brzy po sňatku (v souvislosti se zevšedněním a zklamáním očekáváními) a druhé při přibližování se involučnímu věku (s prožíváním určité nudy a prázdnoty při odcházení dětí z domova). Čtvrtý okruh problémů se týká vnitřních úkolů manželství, k nimž patří rodinné hospodaření, trávení volného času, péče o děti a sexuální soužití. Posledním okru-

hem pak jsou možné záporné zevní vlivy, které mohou přicházet od rodičů některého z manželů nebo mohou spočívat v mimomanželských kontaktech či vztazích některého z partnerů (nevěrách). Práce s manželskými problémy bývá úspěšnější, je-li možno do terapie začlenit oba partnery a pracovat s nimi alespoň v některých sezeních společně.

Sex je pro mnohé muže i ženy důležitou složkou života. Může významně přispívat ke spokojenosti a naopak, v případech sexuálního nesouladu nebo sexuálních poruch, může životní spokojenost značně narušovat. V rámci normální variability se pokoušíme o dohody, kompromisy a přizpůsobení, liší-li se značně požadavky manželů na častost, intenzitu a způsob („scénář“) pohlavních aktivit. Vedeme je jak k respektování odlišností, tak k větší ochotě si vzájemně vyhovět. Jedná-li se o poruchu, např. u muže o nedostatečnou erekci nebo příliš rychlou ejakulaci a u ženy o chybění chuti ke styku nebo nemožnost dosáhnout orgasmu, je na místě systematictější léčba. Sami jsme propracovali párovou sexuální terapii s využíváním série sedmi postupných cvičení (sexuálních her) v atmosféře co největší pohody a otevřené komunikace a vyzkoušeli jsme ji se značným úspěchem u téměř dvou set manželských párů, které jsme hospitalizovali na psychoterapeutickém oddělení v Kroměříži. Výtěžkem této práce je nejen odborná monografie o léčení sexuálních dysfunkcí, ale i zdravotně výchovná publikace „Sexuální starosti a radosti“, která poskytuje praktický a na příkladech dokumentovaný návod, jak mohou zvládat sexuální potíže a zkvalitnit svůj pohlavní život i ty páry, které se neodhodlají k přímé poradě s odborníky.

Psychoterapie pomáhá nacházet kladné stránky života. Tak jsme s redaktorem Jakubem Hučínem nazvali kapitolu v knížce „Hovory o psychoterapii“. K této formulaci přispěla sympatická koncepce směru tzv.

transakční analýzy, která si mimo jiné všímá životních scénářů člověka. Ty se utvářejí už v mládí, a to nejen na základě vrozeného temperamentu, ale také vlivem opakovaných výroků rodičů i širšího okolí dítěte – a mohou podporovat buď záporné nebo kladné vidění světa i sebe. Je výhodné, získáme-li už ve svém vývoji optimistický pohled, ale můžeme se k němu vzdor ovlivňování zápornými poselstvími také dopracovat vlastním rozhodnutím a úsilím. Představitelé transakční analýzy jej formulují jako „Já jsem dobrý, ty jsi dobrý“. Hledáme a podporujeme klady u druhých a můžeme si je připustit i u sebe.



CENA FRANTIŠKA PALACKÉHO ZA ROK 2002

Odpovědný redaktor doc PhDr. Vladimír Řehan
Kresba Prof. PaedDr. Zdeněk Přikryl
Grafická úprava Mgr. Lenka Franková

Univerzita Palackého v Olomouci – vydavatelství
Olomouc 2002

ISBN 80-244-0456-7