

ností. To mimo jiné, podle autorky, znamená toleranci k individuálním zvláštnostem žáků, ale i k jejich problémům a potřebám. To však předpokládá znovu a kritičtěji posoudit rozsah učiva v učebních osnovách, vytvořit učitelům takové podmínky, aby mohli se žáky individuálně pracovat atp.

Ve sborníku je také zařazena studie L. Valentové, ukazující na účelnost včasného zjišťování stupně školní zralosti dětí učitelkami mateřské školy. I toto poznání by mělo směřovat k optimalizaci rozvoje osobnosti dítěte.

Sborník studií považují za užitečný a podnětný pro pedagogickou praxi, ale i pro další rozvoj pedagogické psychologie. Lze jej doporučit pedagogům vzdělávajícím učitele, pedagogickým psychologům, učitelům ve školní praxi, popř. dalším zájemcům o aktuální otázky pedagogické psychologie. V. Švec

Jan Vymětal

## PSYCHOTERAPIE. POMOC PSYCHOLOGICKÝMI PROSTŘEDKY

Praha, Horizont 1989 (2., rozšířené vydání), 110 s.

Po dvou letech dostávají do rukou zájemci z řad veřejnosti i odborníci v rozšířeném vydání zasvěcené poučení o povaze, předpokladech a uplatnění psychoterapie v našem životě. Zatímco většina odborných publikací v této oblasti obsahuje spíše návody, jak psychoterapii provádět, předkládaná příručka především objasňuje její podstatu a ukazuje její možnosti v léčbě zdravotních poruch i ve zkvalitňování lidského života. Její poslání je vyznačeno autorovou výzvou, „využívat psychoterapeutického potenciálu, obsaženého ve vztazích mezi lidmi“.

Historický úvod poukazuje na kořeny psychoterapie v evropském myšlení posledních dvou a půl tisíciletí a na její současné ustavení jako svébytné disciplíny, která pomáhá psychologickými prostředky navracet lidem zdraví a otevírat jim cesty k plnému uplatnění vlastních možností sebeurčení a tvorby. Dosvědčuje, že psychoterapie „dnes již... proniká... za hranice medicíny a obohacuje... mnohé další oblasti lidského konání...“.

Při zkoumání podstaty psychoterapie se autor stává průvodcem oblastmi jejího uplatnění v práci s dětmi, mládeží a dospělými, kteří strádají různými druhy

tělesných a duševních onemocnění. V tomto druhém vydání je přehled psychoterapeutické problematiky doplněn o otázky „těžkých poruch osobnosti“ — jejich hraničně a narcisticky strukturovaných případů. — Autor ukazuje hlavní formy psychoterapie individuální, skupinové a rodinné. Mimořádnou pozornost věnuje psychologické pomoci v duševních krizích. I tento oddíl je nově rozšířen o část „Psychická odolnost k zátěži a duševním krizím“: ukazuje, jaké vývojové aktuální okolnosti rozhodují o schopnosti člověka samostatně se vyrovnávat s náročnými situacemi v životě a poskytuje tak důležitá vodítka, jak v takových případech duševním selháním předcházet.

Pojednání o vlastních předpokladech a možnostech psychologické pomoci člověku v nouzi je soustředěno na tři základní pojmy: na změnu osobnosti a chování, na psychoterapeutický vztah a na (v tomto vydání nově zpracovaný) psychoterapeutický proces. Oproti obvyklému přístupu k životním proměnám člověka jak v podstatě určeným interakcí přírodních a sociálních daností autor — i při respektu k nim — zdůrazňuje význam aktivního sebeřízení a sebeutváření jedince, který v průběhu svého osobního zrání a osamostatňování stále více dokáže volit a tvořit si vlastní podmínky života i vlastní cíle a smysl v něm. Psychoterapeutický vztah vystupuje v podání autora jako hlavní osa psychologické pomoci. Základní vlastnosti tohoto mimořádného lidského vztahu spatřuje autor v prvcích přijetí a důvěry, autority a úcty, vřelosti a naděje, vnitřní opravdovosti a porozumění veitěním na straně terapeuta. Ty se v důsledku oboustranné motivovanosti stávají postupně a s „léčivými“ účinky v průběhu terapie i vlastnostmi odezvy a poslze i osobní výbavy jeho klienta — partnera v psychoterapeutické součinnosti. Psychoterapeutický proces je zde představen jako „plánované a strukturované dění řízené terapeutem, s cílem navození žádoucích změn v myšlení, prožívání a chování klienta“. V důsledku utváření vztahu klienta s terapeutem a řešení nároků životní situace klienta v tomto procesu nastávají změny i mimo rámec terapie. Obecným cílem psychologické pomoci je „život člověka žijícího podle svých možností a realizujícího sebe“, což je autorovo pojetí životní „normality“.

Ideovému „představení“ psychologické pomoci vychází autor v závěru vstříc

představením jeho praktické stránky v našich československých podmínkách. Poukazuje na její slibný, avšak dosud nepostačující institucionální rozvoj, v němž zůstáváme našim potřebám a možnostem mnoho dlužni. Poukazuje i na dosud skryté obrovské možnosti ve vzájemné pomoci skupin lidí, kteří se potýkají s obdobnými zdravotními či životními problémy. Konečně poukazuje i na celospolečensky závažné příležitosti k využití jejích mocných účinků v oblasti meziosobních vztahů a styků, které čekají na své uplatnění.

Jan Vymětal je zkušený, vyhraněné „humanisticky“ orientovaný psycholog a psychoterapeut, který psychoterapii také vyučuje a zkoumá. Jeho předkládaná práce je odvážným pokusem spojit vědeckou přesnost se srozumitelností pro čtenáře v tomto oboru laické. Nebojí se směrem k nim překročit navyklé hranice terminologické i kompetenční a vedle sděleného obsahu zaměřuje na ně i akčně vyhocenou vyzvu k přivlastnění a šíření toho, co je v psychoterapii obecně uživatelné pro rozvíjení dobrého života a dobrých vztahů. Přesvědčivě dokládá, že je to mnohem více, než pouze „odbornicky“ pojímaná psychoterapie dosud lidem dává. Ilustrativními příklady z vlastní praxe i odkazy na možnosti vzdělávání v tomto oboru účelně propojuje ideální a reálnou stránku psychoterapeutické pomoci člověku u nás.

Směrem k odborné psychoterapeutické obci autor vystupuje jako věřící v jednotu psychoterapeutického snažení a v jeho konečné sjednocení i v těch ohledech teorie a praxe, kde tento obor vyhlíží, spíše jako názorové bojiště nadšenců a autorit soběstředných škol. Tuto viru ve smysl integrativního úsilí a nadějí na pokračující vytváření diferencovaného a přitom vnitřně jednotného a vědecky opodstatněného rámce psychologické pomoci lidem v životní nouzi a v životním růstu s autorem sdílím a oceňuji předloženou práci jako odborně významný krok v tomto směru.

Pragmatickým důkazem aktuálnosti a žádanosti předkládané studie je rychlé rozebrání prvního vydání a (autorem v předmluvě ke druhému vydání) nečekané rozsáhlý a smysluplně zacílený zájem různých lidí o kontakt s autorem a s psychoterapií po jeho zveřejnění. Jeho odpověď v podobě právě recenzovaného rozšířeného vydání pokládám za velice prospěšnou.

K. Balcar

J. Kredátus

## ABSTINENT V ZÁTĀŽOVÝCH ŽIVOTNÝCH SITUACIÁCH

Košice, KÚNZ 1989, 70 s.

Proces doléčování abstinentů je dlouhodobý. Jedinci, kteří se rozhodli zanechat pití alkoholických nápojů, se po absolvování protialkoholní léčby setkávají s řadou praktických problémů, na jejichž úspěšné řešení nejsou ani dostatečně připraveni ani prakticky vycvičení.

Odborníci, kteří průběžně sledovali stati publikované v časopisu Čs. psychologie a v různých sbornících i monografických pracích o metodě aktivního sociálního učení, uvítají záměr autora zveřejnit podrobný metodický postup k ASUP jako jedné z modifikací ASU, aplikovaný na poměrně úzkou oblast zdravotnické psychologie. Dřívější praktické, mnohaleté zkušenosti s chronickými alkoholiky a zvláště s delší dobou abstinujícími jednotlivci jsou neobyčejně cenné.

Protialkoholní léčbu a doléčování chápe autor správně jako značně zátěžový faktor, k jehož překonávání je možno použít s úspěchem kromě psychoterapeutických postupů také metody aktivního sociálního učení programového (ASUP), kterou lze aplikovat v socioterapeutických klubech, zakládaných pro abstinující alkoholiky i pro jejich rodinné příslušníky. V publikaci jsou zátěžové situace členěny do pěti skupin. Každá z nich (nepřiměřené úkoly a požadavky, problémové, frustrující, konfliktové a stresové situace) je stručně charakterizována.

Druhá část práce je věnována pojmu učení, sociální učení, aktivní sociální učení a aktivní sociální učení programové. Tyto základní pojmy jsou stručně, ale výstižně vymezené. Ve třetí části autor uvádí konkrétní metodický postup, který člení na přípravnou a realizační fázi. Realizační etapu popisuje podrobněji. Vyzvedává hlavní metodologické zásady, na jejichž dodržování závisí efektivita sociálního tréninku i způsobu vedení diskuse a její vyhodnocování. Nedílnou součástí metodického postupu je instrukce, prezentovaná ve stručné podobě formou návodu a tím, že je možno ji modifikovat podle místních podmínek.

Příkladem k praktickému řešení problémů abstinujících v malých 7–9členných skupinách je uvedeno celkem dvacet. K nim autor připojil ukázkou řešení šestého příkladu, u něhož účastníci uvedli celkem 43 návrhů na řešení.