



Leoš Zatloukal,  
Ph.D.

Významné momenty procesu terapie  
– pohled výzkumníka

Dalet

# Obsah:

- Začátky
- Proces terapie jako celek
- Výsledek, efekt terapie
- Ukázka

# Výzkumník a jeho východiska

- Nejen výzkum, ale i praxe – terapie, koučování, lektorská činnost
- Přístup zaměřený na řešení - [www.dalet.cz](http://www.dalet.cz)
- Integrace v psychoterapii
- Důsledky:
  - ▣ Zaměření na úspěšnou terapii a na to, co funguje
  - ▣ Vzájemně obohacující dialog s vůdčími představiteli různých směrů
  - ▣ Postmoderní myšlení – volba metodologie

# Význam zkoumání procesů změny

- „V současném stádiu našeho poznání víme, že terapie funguje. Nyní podle mého názoru potřebujeme především zjistit víc o tom, JAK funguje.“ (Clara E. Hill)
- „Jak psychoterapie funguje je klíčová otázka... Pokud neznáme specifické procesy a kauzální cesty k výsledkům, nemáme ještě ani žádné vědecké porozumění terapii.“ (Leslie S. Greenberg)

# Výzkumné otázky

- Jaké procesy pozitivní změny lze popsat?
- Jak k se na nich podílí terapeut a jak klient?  
(Jak společně vytvářejí něco nového?)

# Výzkumná metodologie

Aspekt výzkumu	Kvantitativní metodologie	Kvalitativní metodologie
<i>Cíl</i>	Testování hypotéz, kvantifikace jevů	Nové porozumění jevům
<i>Vztah výzkumníka a zkoumaného</i>	Odtažitý, objektivizující	Blízký, rozumějící
<i>Informace</i>	Omezený rozsah informací o velkém množství jedinců	Mnoho informací o velmi malém množství jedinců
<i>Zobrazení sociální reality</i>	Statické a mimo zkoumanou osobu	Procesuální a sociálně konstruované
<i>Výsledná data</i>	Tvrdá, strohá, vysoká reliabilita, nízká validita	Bohatá, hluboká, vysoká validita, nízká reliabilita
<i>Zobecnění</i>	Snadné a s měřitelnou platností	Problematické, někdy nemožné

# Výzkumný design – případová studie

	Yin (1994)	Stake (1995)
Definice případu	Přítomný objekt nebo fenomén bez nutnosti určení jasných hranic, zahrnutí kontextu	Objekt studie, integrovaný systém, jasné hranice
Filosofická východiska	Realismus, postpositivismus	Konstruktivismus, interpretativní paradigma
Role teorie	Studie je řízená teorií a usiluje o tvorbu teorie	Teorie se někdy během studie navrhuje, ale není to nutné
Kritéria kvality	Převážně kvantitativní	Kvalitativní

# Výzkumný design - případová studie

	Yin (1994)	Stake (1995)
Druhy případových studií	<b>Exploratorní (exploratory)</b> – zkoumání neznámé struktury případu s cílem definovat otázku nebo teorii pro další zkoumání	<b>Intrinsitní (intrinsic)</b> – věnuje se případu jen kvůli němu samému s cílem mu hlouběji porozumět
	<b>Explanatorní (explanatory)</b> – cílem je nabídnout vysvětlení na základě popisu příčinných řetězců jevů	<b>Instrumentální (instrumental)</b> – případ je prostředkem pro zkoumání obecnějšího jevu
	<b>Vícenásobná (multiple)</b> – zkoumá podobnosti a rozdíly a analyticky propojuje více případů	<b>Kolektivní (collective)</b> - zkoumá podobnosti a rozdíly a analyticky propojuje více případů



# Zdroje dat

- Nahrávky terapeutických sezení
- Záznam rozhovoru s terapeutem
- Záznam rozhovoru s klientem
- Zápisys ze sezení
- Dotazníky (OQ45, ORS, SRS)
- Jiné materiály z terapie (dopisy, obrázky...)

# Efekt terapie

- Kritéria efektu terapie - základní:
  - ▣ Klient vnímá nějaký pozitivní posun díky terapii a dokáže rozdíl popsat v konkrétních věcech
  - ▣ Terapeut vnímá u klienta pozitivní posun a dokáže věřit (a zdůvodnit proč věří), že se na něm podílela terapie
  - ▣ Výše uvedené dává smysl i výzkumníkovi
- Kritéria efektu terapie – doplňková:
  - ▣ Outcome Questionnaire (OQ- 45.2) (Lambert et al., 2003)
  - ▣ Outcome Rating Scale (ORS – 1.0) (Miller, Duncan, et al., 2003)

# OQ - 45

- SD – symptomy
- IR – interpersonální vztahy
- SR – sociální role
- Hraniční skóre – 63
- (IR – 15, SD – 36, SR – 15)
- Signifikantní změna  $\geq 15$  bodů

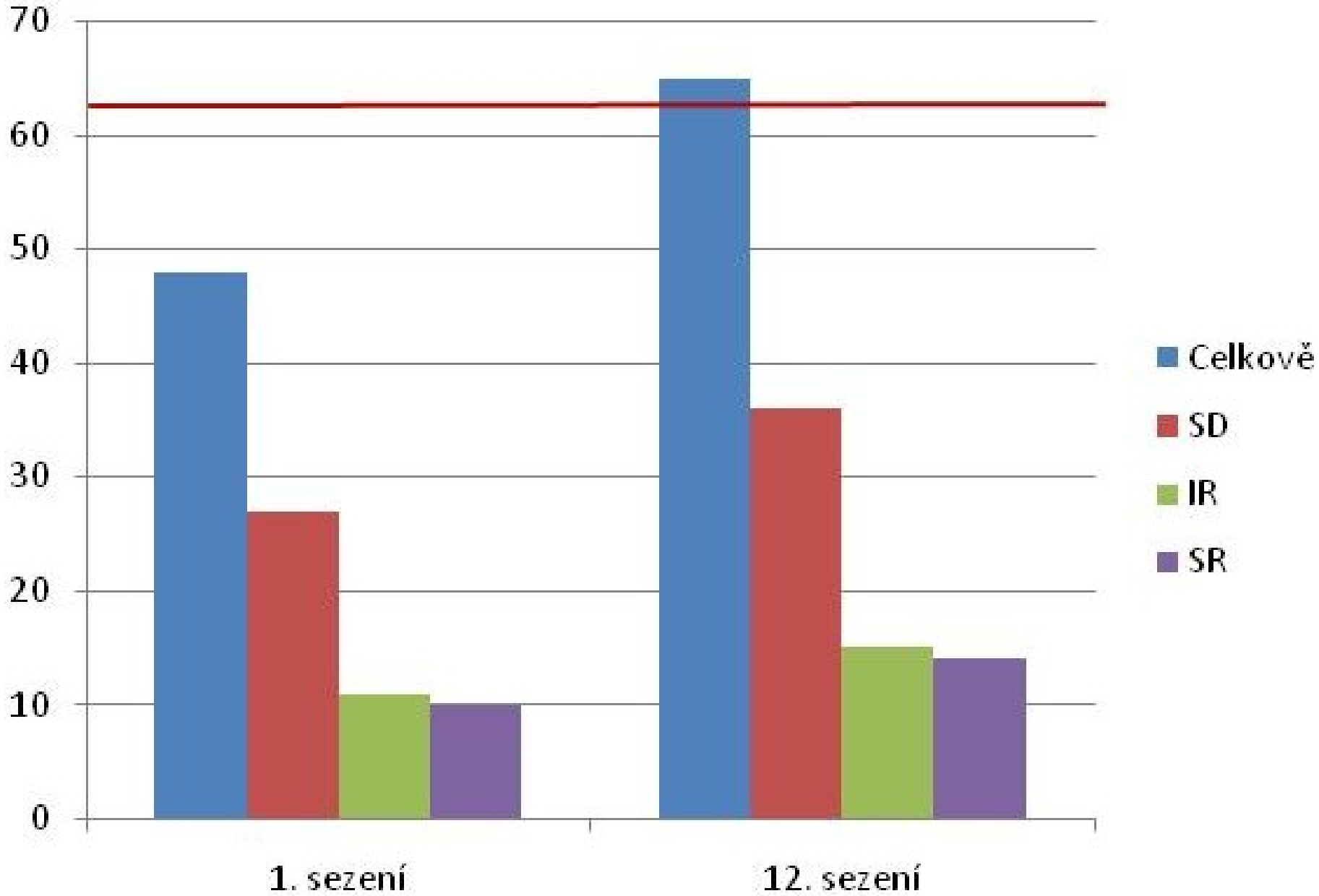
## Dotazník výsledků (Outcome Questionnaire; OQ-45.2)

Jméno: \_\_\_\_\_ Věk: \_\_\_\_\_  
 Sezení: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Podívejte se prosím zpět na poslední týden včetně dneška a zhodnoťte, jak se vám dařilo. Přečtete prosím pozorně každou položku a označte křížkem variantu, která nejlépe vystihuje vaši situaci. V tomto dotazníku je práce chápána jako zaměstnání, studium, domácnost, dobrovolnická činnost apod.

	Někdy	Zřídka	Někdy	Často	Vždy	SD	IR	SR
1. Vycházím s druhými dobře	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
2. Rychle se unavím	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
3. Nemám o nic zájem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
4. Cítím se v práci (škole...) pod tlakem (ve stresu)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
5. Obviňuji se za něco	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
6. Cítím se podrážděně	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
7. Cítím se nešťastně ve svém manželství (či jiném významném vztahu)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
8. Mám myšlenky na ukončení svého života	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
9. Cítím se slabý(á)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
10. Cítím obavy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
11. Po silném pití potřebuji druhý den ráno skleničku, abych mohl(a) fungovat (pokud nepijete, označte zde „nikdy“)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
12. Moje práce mě naplňuje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
13. Jsem šťastný člověk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
14. Přilíš mnoho pracuji	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
15. Cítím se neschopný a zbytečný	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
16. Mám starosti s problémy v rodině	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
17. Můj sexuální život mě neuspokojuje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
18. Cítím se osamocně	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
19. Často se hádám	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
20. Cítím se být milovaný(á) a chtěný(á)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
21. Užívám si svůj volný čas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
22. Mám potíže se soustředit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
23. Cítím bezraděj ohledně budoucnosti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
24. Mám sám sebe rád(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
25. Napadají mě zneklidňující myšlenky, kterých se nemohu zbavit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
26. Vadí mi lidé, kteří kritizují moje pití (užívání drog)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
27. Mám rozhozený žaludek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
28. Nepracuji tak dobře, jako dříve	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
29. Mé srdce přilíš silně tluč	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
30. Obtížně vycházím s přáteli a blízkými známými	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
31. Jsem se svým životem spokojený(á)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
32. Mám problémy v práci kvůli pití či užívání drog	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
33. Cítím, že se brzy přihodí něco zlého	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
34. Mám rozbolavělé svaly	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
35. Cítím obavy z otevřených prostor, z řízení nebo z cestování autobusy, metrem apod.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
36. Cítím se nervózní	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
37. Cítím, že mé milostné vztahy jsou naplněné	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
38. Cítím, že nedělám dobře svou práci	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
39. Mám v práci přilíš mnoho neshod	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
40. Cítím, že s mou hlavou není něco v pořádku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
41. Mám problém usnout nebo vydržet spát	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
42. Jsem smutný(á)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
43. Jsem spokojený se svými vztahy s ostatními	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
44. Cítím se v práci tak naštvaný(á), že bych mohl(a) udělat něco, čeho bych mohl(a) litovat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___
45. Mívám bolesti hlavy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	___	___	___

Díčí součty: \_\_\_ + \_\_\_ + \_\_\_



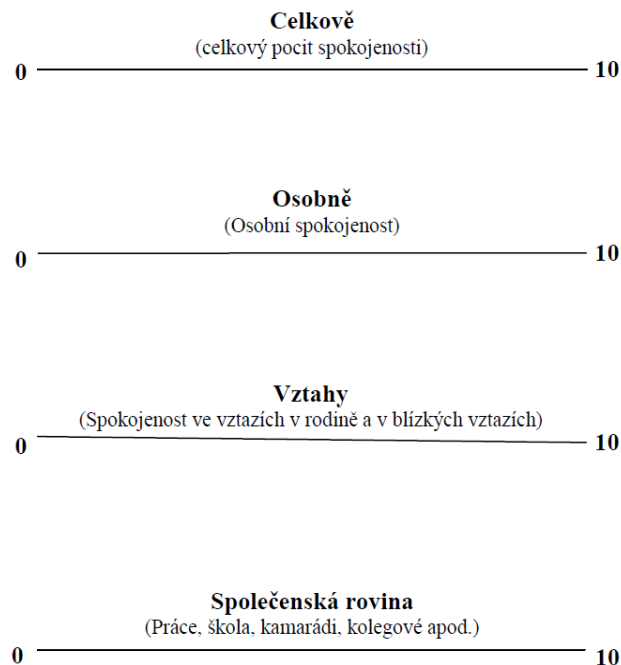
# ORS – 1.0

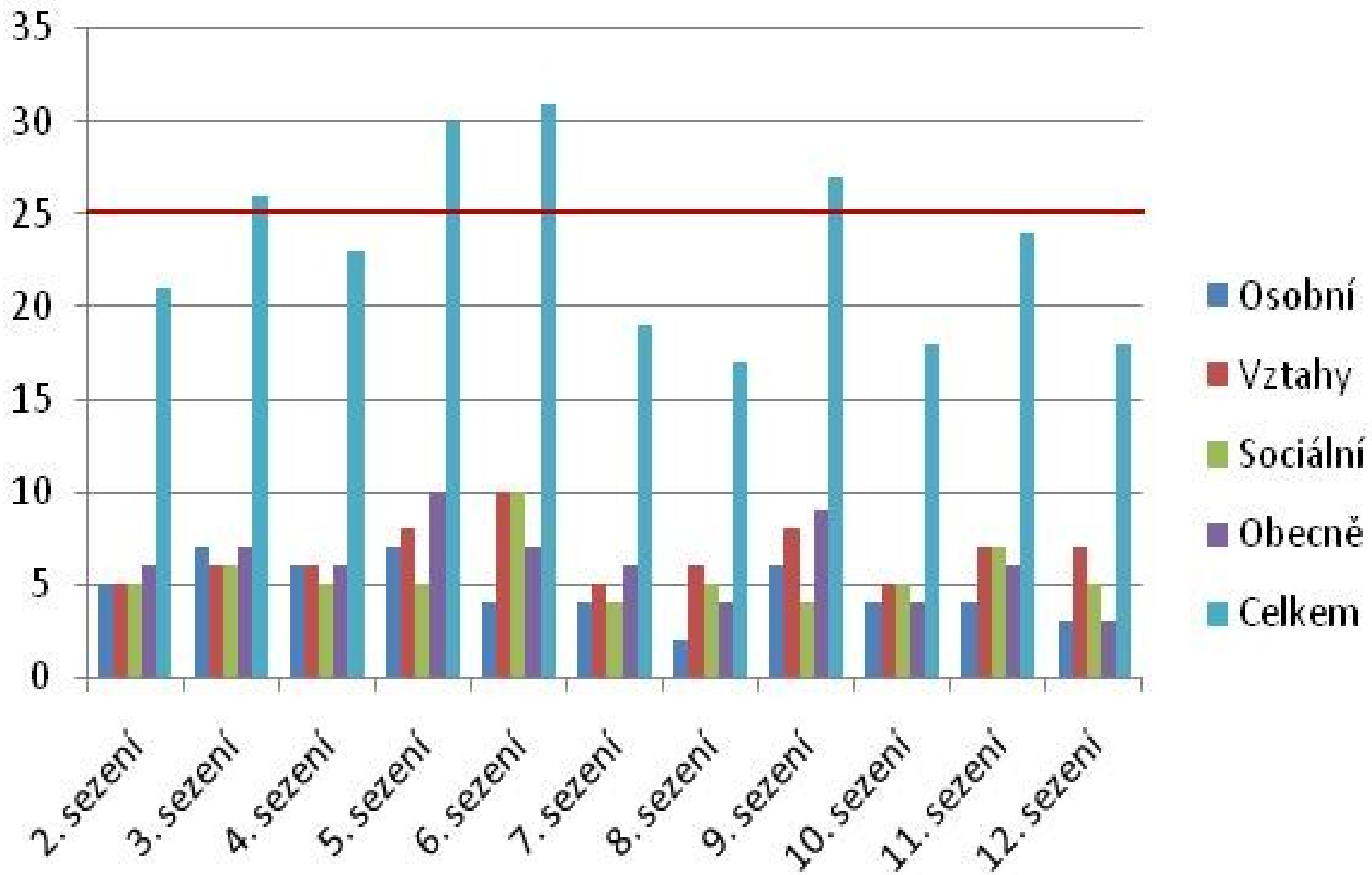
- Kratší alternativa k OQ-45
- Obsahuje stejné oblasti jako OQ-45
- Hraniční skóre = 25

ORS V.1.0

Jméno: _____	Věk: _____
Sezení: _____	Datum: _____

Podívejte se prosím zpět na poslední týden včetně dneška a zhodnoťte, jak se vám dařilo v následujících oblastech vašeho života na škálách od 0 do 10. 0 znamená nízkou úroveň a 10 vysokou úroveň spokojenosti.





# SRS – 3.0

## □ Hodnocení spolupráce (therapeutic alliance)

Max. je 40

Jméno: _____	Věk: _____
Sezení: _____	Datum: _____

Prosím zhodnoťte **dnešní sezení** známkou 0 – 10 na každé lince tak, aby to co nejvíce odpovídalo Vaší zkušenosti.

Necítil(a) jsem, že by mi bylo nasloucháno, ani porozuměno, necítil(a) jsem se respektován(a). **0** ————— **10**

**Vztah**

Cítil(a) jsem, že by mi bylo nasloucháno a porozuměno, cítil(a) jsem se respektován(a). **10**

Nepracovali jsme na tom nebo nemluvili jsme o tom, co jsem chtěl(a) a potřeboval(a). **0** ————— **10**

**Cíle a témata**

Pracovali jsme na tom a mluvili jsme o tom, co jsem chtěl(a) a potřeboval(a). **10**

Přístup terapeuta a jeho metody mi nevyhovují. **0** ————— **10**

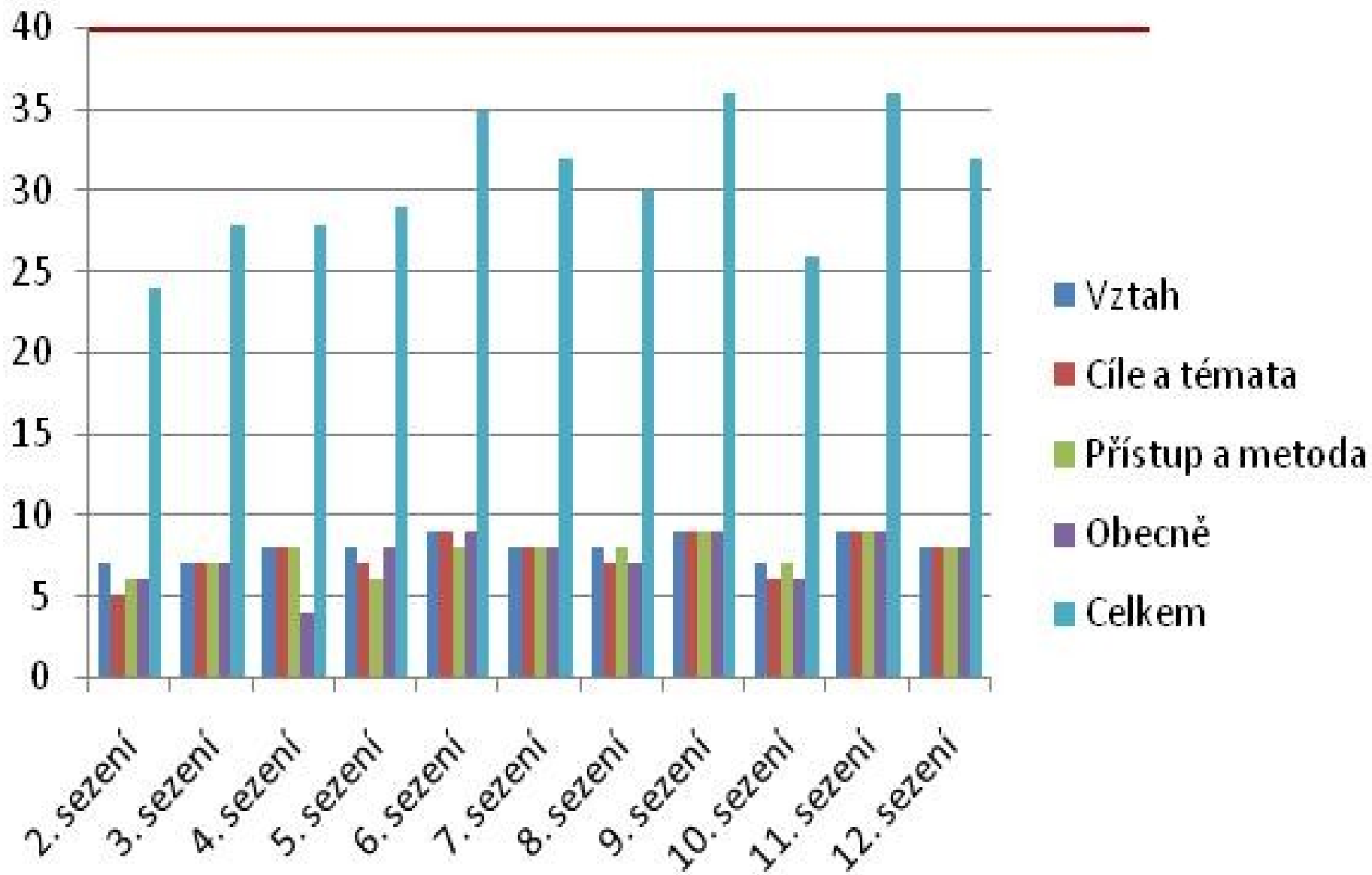
**Přístup nebo metoda**

Přístup terapeuta a jeho metody mi vyhovují. **10**

Na dnešním sezení mi něco chybělo. **0** ————— **10**

**Celkově**

Dnešní sezení bylo pro mě celkově v pořádku. **10**





Děkuji za pozornost.