

**PSYCHOTERAPIE - PŘEDNÁŠKY**  
**18.4.2012**

**Humanistické přístupy a směry**



# HUMANISTICKÉ PŘÍSTUPY

- Předchozí dva přístupy – lidské chování a prožívání je determinováno:
- Humanisté – důraz na svobodnou volbu, vůli, sebeurčení, tendenci člověka růst
- Obvykle nepřiliš jasně strukturované postupy – důraz na jedinečnost klienta; „terapie na míru“
- Terapeut spíše průvodcem než odborníkem (odborníkem je klient)



# EXISTENCIÁLNÍ SMĚRY

## EVROPSKÁ ŠKOLA

### Daseinsanalýza – L. **Binswanger** a M. **Boss**

- Navazuje na Huserlovu filozofii – fenomenologie
- Usiluje o pochopení existence – člověk se má stát sám sebou, najít svůj potenciál
- Terapie – dialog
- Cílem terapie často nemusí být adaptace

### Logoterapie – Viktor **Frankl**

- Lidem je vrozená „touha po smyslu“ – jejím nenaplněním vzniká *existenciální frustrace*
- Může vést až k *existenciální neuróze*
- Opět: hledání smyslu; hodnot



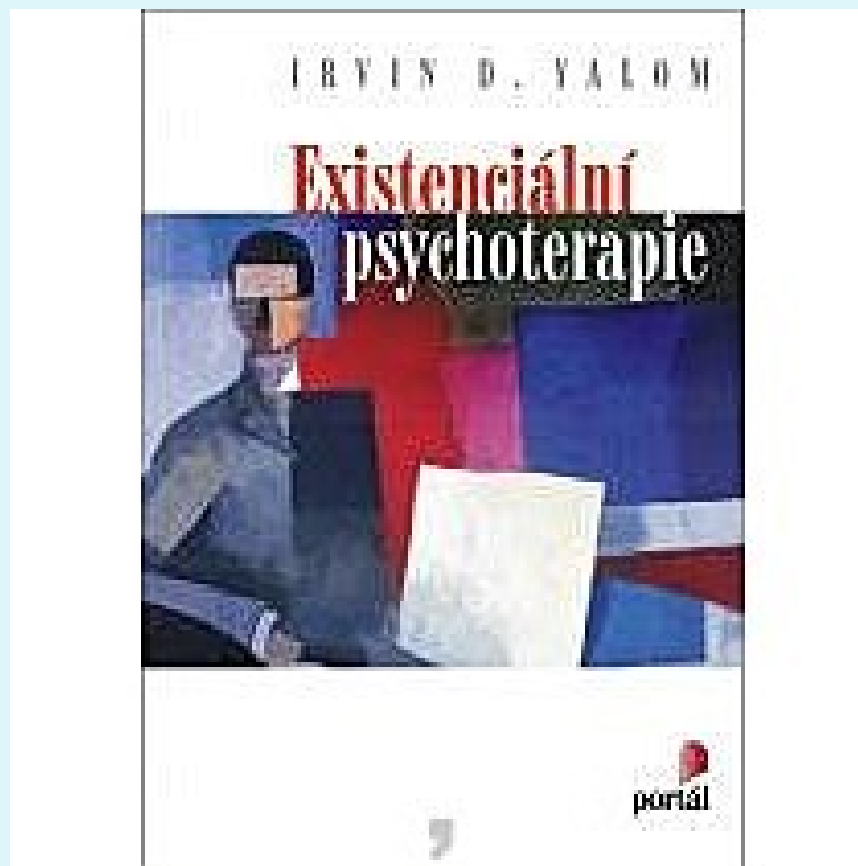
# EXISTENCIÁLNÍ SMĚRY

## AMERICKÁ ŠKOLA

- Rolo **May**; později Irvin **Yalom**
- Konflikt pramenící z konfrontace člověka s podmínkami existence – tzv. základní záležitosti
- Čtyři významné základní záležitosti:
  - Smrt
  - Svoboda a odpovědnost
  - Existenciální osamění
  - Životní smysl
- Psychoterapeut na úrovni klienta – i on prací s klientem roste a vyvíjí se



# DOPORUČENÁ LITERATURA



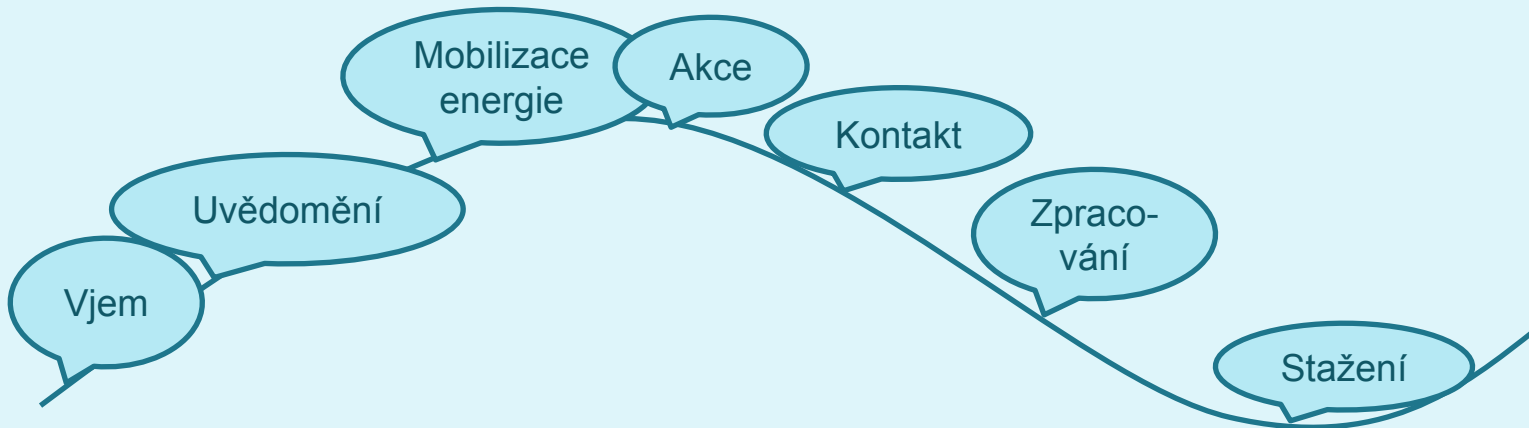
# CARL ROGERS – PSYCHOTERAPIE ZAMĚŘENÁ NA ČLOVĚKA

- Nedirektivní, zaměřená na přítomnost a budoucnost, jedinečná pro každého klienta
- Cílem je *sebeaktualizace*
- Tři nezbytné podmínky na straně terapeuta:
  - *Empatie*
  - *Bezpodmínečné přijetí/akceptace*
  - *Kongruence*
- První záznamy terapií – „odkryl tajemství“ terapeutické místnosti odborné veřejnosti
- Usilování o vědeckost – Q-sort technika
- Práce na celosvětové úrovni - mediace



# GESTALT TERAPIE

- Fritz Perls – původně PA, Reichův žák; konfrontační
- „integrativní pojetí“ – psychologické i filozofické kořeny (v mnohém podobná KBT)
- Terapie: Fixovaný gestalt (nedokončená úloha)
- Kontaktní cyklus – interakce s prostředím



# GESTALT TERAPIE

- Uvědomění (vlastně zaměření pozornosti)
  - Mysl
  - Tělo
  - Emoce
- Práce s projekcí
  - Vnitřní hlas
  - Sny
- Teorie pole
- Experimentování





# TRANSAKČNÍ ANALÝZA

- Komunikace: tři **egostavy**: dítě, dospělý, rodič



- Analýza transakcí
- Převzetí odpovědnosti
- hry

