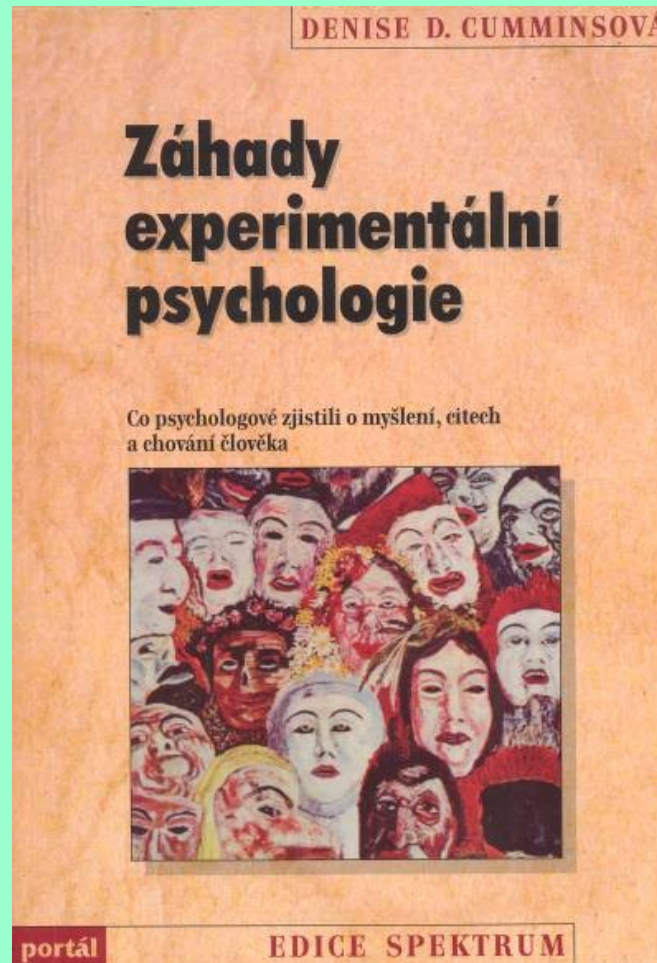


# Úvod do psychologie

11.10.2010

# Kostovčíková Petra

Cumminsová: Záhady experimentální psychologie



# Psychoterapeutické výcviky

## Čtyři základní psychoterapeutické proudy

- 1) psychoanalýza a psychodynamické směry
- 2) behaviorální, kognitivní a KBT směry
- 3) humanistické směry
- 4) systemické, narativní a rodinné směry

# Ad 1) Psychoanalýza a další psychodynamické směry

- přesvědčení o skrytých obsazích naší psychiky – **nevědomí**
- vedení klienta k sebepoznání – zmírnění napětí mezi vnitřním a vnějším světem
- terapie dlouhodobější záležitostí

# Ad 1) Psychoanalýza a další psychodynamické směry

- Tradiční/klasická psychoanalýza – Freud
- Novodobé psychoanalytické proudy – Kohut, Kernberg, Horneyová
- Jungova analytická psychologie
- Další Psychodynamické směry – Adler, Horneyová, Sullivan, Leuner, ...

## **Ad 2) Behaviorální, kognitivní a kognitivně behaviorální směry**

- menší důraz na nevědomí (n. jeho popírání), zacílení na racionální a logickou složku
- vedení klienta k odhalení nefunkčních mechanismů v chování – přeučení, osvojení nových způsobů chování, uvažování atd.
- terapie většinou krátkodobá, zacílená na konkrétní obtíže - direktivita

## **Ad 2) Behaviorální, kognitivní a kognitivně behaviorální směry**

- Behaviorální terapie – Wolpe; nácvikové techniky
- Kognitivní terapie – Ellis, Beck; změna způsobu uvažování – zpochybňování iracionálních přesvědčení
- Kognitivně behaviorální terapie (KBT) – propojení výše uvedených

# Ad 3) Humanistické směry

- Důraz na rozvoj potenciálu každého člověka
- vedení klienta k odhalení nových možností a růstu
- terapie opět spíše dlouhodobější záležitostí, nedirektivní naslouchání
- Přesvědčení o tom, že když člověku necháme prostor, dospěje k těm pro něj nejdůležitějším tématům



# Ad 3) Humanistické směry

- **Logoterapie** – Frankl; smysl existence
- **Existenciální přístup** – základní témata lidské existence
- **Přístup zaměřený na člověka** – Rogers; podporování v sebeaktualizaci, hledání „toho dobrého“ v člověku
- **Gestalt terapie** – snaha o sebepoznání a osobnostní rozvoj (pozor na rozdíl mezi *Gestalt terapií* a *tvarovou /gestalt/ psychologií*)

# Ad 4) Systemické, narativní a rodinné směry

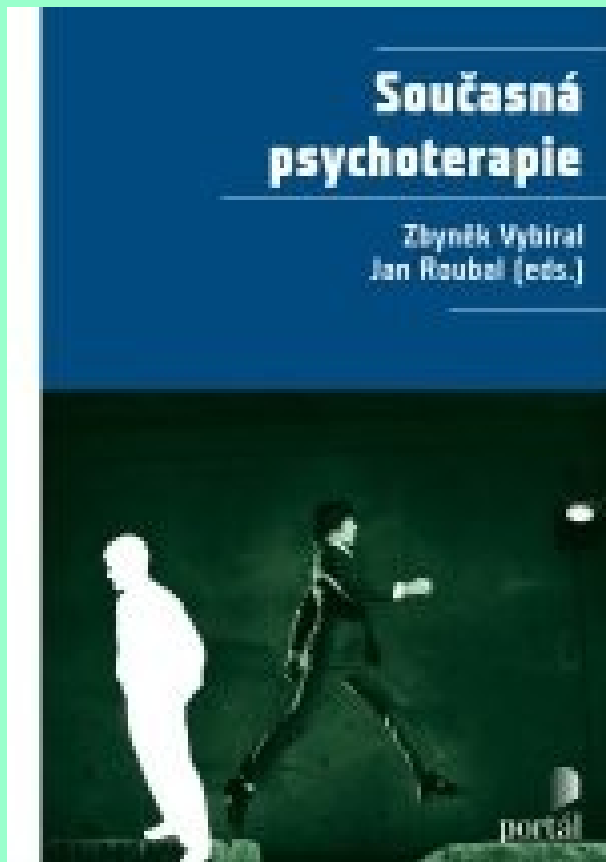
- Snaha vidět potíže jedince ve všech souvislostech – rodina, vnější prostředí
- Problém vzniká v interakcích mezi lidmi – úpravou jejich vzájemné komunikace může dojít ke změně
- terapie spíše krátkodobá, snaha najít konkrétní zákrok, který změní fungování vzájemné provázaných systémů
- Přesvědčení o subjektivním vidění světa, významy

# Ad 4) Systemické, narativní a rodinné směry

- **Rodinné terapie** – Satirová, Bowen, Minuchin; rodina jako systém
- **Paradoxní/strategické terapie** – Haley; předpis symptomu; **Ericksonovská psychoterapie**
- **Systemické přístupy** – konstruktivismus – individuální vidění světa; nabízení nových perspektiv
- **Narativní psychoterapie** – sociální konstrukcionismus; náš pohled na svět ovlivněn tím, do jakých příběhů jej uspořádáme

# Jak vybírat?

## Důkladné seznámení s teorií!!!



# Jak vybírat?

## Cena

- úvodní pohovor
- kurzovné (navyšování)
- ubytování popř. strava
- individuální terapie
- supervize
- ukončení



# Jak vybírat?

Stádo většinou postupuje rychlostí  
nejpomalejšího kusu ...





# Jak vybírat?

Osobní sympatie



# Jak vybírat?

akreditované vs. neakreditované výcviky

Česká lékařská společnost JEP

Směry akreditované pro zdravotnictví

[www.psychoterapeuti.cz](http://www.psychoterapeuti.cz)

odkaz vzdělávání/instituty