

Integrovaná psychoterapie

Ferdinand Knobloch, Iva Enachescu-Hroncová

Souhrn

Článek přináší přehled o vývoji systému integrované psychoterapie (Knobloch) a činnosti institutu INCIP.

Klíčová slova: integrovaná psychoterapie (Knobloch), skupinové schéma, sociální směna, sebepodrávající chování, psychoterapeutická komunita, ideální otec, ideální matka, psychogymnastika, interpersonální hypotéza hudby, rozbor snů pomoci IP/K, Mezinárodní středisko pro Integrovanou psychoterapii (Knobloch) a zdravý životní styl (INCIP).

1. Filosofické pozadí

Od začátku vývoje Integrované psychoterapie byla v pozadí filosofie empirismu, zejména v díle Filipa Franka a Rudolfa Carnapa. Od konce 30. let XX. století se Knobloch zabýval myšlenkou integrace psychoanalýzy a behaviorálních teorií od Pavlova ke Skinnerovi. K jeho důležitému obratu v pojetí psychoanalýzy pomohl Schultz-Hencke v roce 1940, když kritizoval Freudovo pojetí sebepodrávajícího chování, které Freud nazýval "nutkání k opakování". Schultz-Hencke místo rámce jedné osoby zavádí vysvětlení tohoto chování interpersonální interakcí dvou osob. Uvedeme jeden z příkladů z psychoterapeutické komunity v Lobči. Pacient, mladý muž, si v Lobči stěžuje, že ztrácí jedno zaměstnání za druhým a obviňuje z toho neuznalé šéfy. Brzy se však dostává do podobného konfliktu se spolupacientem, který má funkci pracovního organizátora. Popírá podobnost se svými zaměstnáními, ale třicet spolupacientů mu konečně ukáže, že on sám je příčinou svého neúspěchu. Ukazuje se, že se chová způsobem, který antagonizuje i nejtolerantnějšího šéfa. Čili, chová se jako špatný experimentátor, který si, uspořádáním pokusu, potvrzuje svou nesprávnou hypotézu. Schultz-Hencke hovoří o circulus vitiosus, bludném kruhu, který později Mowrer nazval neurotickým paradoxem, kognitivně-behaviorální terapie mluví o negativních schématech, Paul Wachtel, o třicet let později hovoří o cyklické psychodynamice. Tento příklad ukazuje výhody psychoterapeutické komunity, která je modelem skutečného denního života a umožňuje náhled na korektivní zkušenost.

2. Od Freudova rodinného tabu k rodinné psychoterapii

Freud pracoval s jednou osobou a k zesílení přenosu se vyhýbal pojmout do léčby signifikantní osoby. Naproti tomu Integrovaná psychoterapie zjistila omezenost Freudova pojetí a nezbytnost pojmout do léčby další osoby. Dle Elderkina Bella, "otce rodinné terapie", byl Knobloch jedním z průkopníků rodinné terapie. V článku se Šefrnovou (1956) uvedl Knobloch myšlenku sociální směny jako prostředek účinné psychoterapie a předběhl tím o pět let vytvoření teorie sociální směny.

3. Od mentalizmu k pojetí celého organismu

Psychoterapie se v minulosti omezovala na rozhovor s jedincem, který informoval o svých myšlenkách a citech a nevěšela si celkového chování a celkového stavu organismu. V roce 1940 upoutala Knoblochovu pozornost kniha I.H. Schultze Autogenní trénink, v níž autor vyslovuje myšlenku, že Freudův komplex nesedí jen v hlavě, ale je stavem celého organismu a projevuje se ve vegetativních reakcích a rozložení napjatých svalů. Tato skutečnost rozšiřuje pole psychoterapeutické práce a vede k otázkám, zda působení na různé části těla, může mít místo v psychoterapii. Tyto úvahy vedly Knoblocha v roce 1941 k rozvíjení techniky, kterou později nazval psychogymnastikou.

K dalšímu vývoji psychogymnastiky přispěla v roce 1956 Běla Hellerová-Smrčková, která studovala výrazový tanec u Elisabeth Duncanové, v témže roce Knobloch psychogymnastiku dotvořil a později se spolupracovníky i publikoval (Knobloch, Junová, Petrusová, Šapošnicková, 1964).

Adresa pre komunikáciu: Prof. MUDr. Ferdinand Knobloch, CSc., University of British Columbia, 4137 West 12th Avenue, Vancouver, B.C., Canada, V6R 2P5, e-mail: knobloch19@shaw.ca

4. Od terapeutické komunity k psychoterapeutické komunitě

Nejdůležitější zkušeností z Knoblochova studijního pobytu v Anglii v letech 1948-49, byla jeho návštěva Maxwella Jonese a jeho terapeutické komunity v Sutton, Surrey. Ač přivítal myšlenku terapeutické komunity s entuziasmem, nepřijal Jonesův závěr, že terapeutická komunita nemůže mít velké psychoterapeutické ambice. Jones měl však pravdu, pokud šlo o jeho velké komunity. Naproti tomu Knobloch, veden teoretickými představami o malé společenské skupině, jako základní jednotce lidské existence a později podpořen evoluční psychologii, zkonstruoval malé komunity, které pro odlišení nazývá psychoterapeutické komunity v rozsahu 30 členů. Avšak tento rozsah, vhodný pro komunitu žijící pohromadě v Lobči, je příliš velký pro denní stacionář: Horní Palatu v Praze a Day House na Universitě Britské Kolumbie (UBC) ve Vancouveru. Tyto dva stacionáře, počtem o 20 lidech, založil Knobloch na hypotéze, formulované v roce 1961, že psychoterapeutická komunita je možná i v zařízení, kde pacienti nežijí pohromadě. Day House na UBC Knoblochovi pevně potvrdil tuto domněnku. Zodpovědná práce, skutečná práce, nikoliv jen pracovní terapie, sport a zábava jsou v programu organizovány pacienti samými, průběžně probíhá kolektivní analýza činnosti, jejíž nezbytnou součástí je konfrontace. Sociální realita je rozšířena o "doplňkovou realitu" psychodramatem, divadelními improvizacemi a psychogymnastikou, užitím muzikoterapie a arteterapie. Integrovaná psychoterapie užívá též rozbor snů. Na rozdíl od Freuda, který užíval v rozboru snů volné asociace, integrovaná psychoterapie považuje za účinnější hraní rolí. Terapeuti přesunují exekutivní moc na pacienti samé a tak mohou vystupovat jako nestranní pozorovatelé v konfrontacích pacientů. Hlavními cíli přenosu se stávají pacienti sami jako autority, podřízení, souhradní a jako objekty erotického zájmu, který však není dovoleno uplatnit.

5. Od systému jedné osoby k systému malé společenské skupiny

Po prvním kroku neurotického chování, je to zpravidla nejen subjekt sám, kdo přispívá k rozvinutí vlastního neurotického chování, ale přispívají k němu i ostatní v jeho skupině: Nevědomky jej podněcují k tomu, aby pokračoval ve své dosavadní roli ve skupině. A tak se často stává, když jedinec hledá partnera, že oba jedinci nevědomky přispívají k vzájemnému výběru, jenž pak vede ke komplementárnímu neurotickému vztahu. Objektem psychoterapie musí být nikoliv samotný neurotický jedinec, ale jeho přirozené skupiny. Nejmenším systémem pro porozumění jedinci je malá společenská skupina.

6. Duševní život jako skupinový proces: Skupinové schéma

Úsporný model osobnosti, podrobně vysvětlený jinde vychází z poznání, že žijeme neustále, v bdění i ve snu, v malé společenské skupině, skutečné nebo představované, jejíž základ nazýváme skupinové schéma. Dle Knoblocha je skupinové

nové dění nepřetržitým pozadím duševního života v bdění i ve snu. Skupinové schéma je složeno z různých rolí (mužské, ženské, osob nadřazených, podřazených, souhradných, erotických a sexuálních partnerů). Vztahová vazba (attachment) je součástí skupinového schématu jako vztah mezi dvěma osobami, jako dvě role. Různé role mají různě silný etologický program. Tento program je nejsilnější ve vztahové vazbě (Bowlby, 1969) vztahu dítěte k osobě s mateřskou funkcí, což někdy nemusí být matka. Skupinové schéma (obr. 1) má tři funkce: 1. je kognitivní mapou, jež pomáhá interpretovat sociální situace, 2. je tréninkovým hřištěm sociálních vztahů a jejich řešení ve fantazii a 3. je náhradní sociální směnou, jak je například zřejmé v činnosti svědomí, jež odměňuje uspokojením nebo trestá výčitkami. Společně s využitím technik, verbálních a neverbálních (psychodrama, řízená abreakce, atd.) zahajuje náhled a proces korektivní zkušenosti, vedoucí k modifikaci osobnosti.



Obrázek 1. Skupinové schéma.

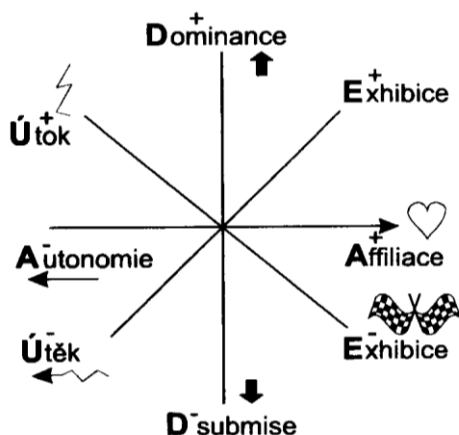
7. Sociální směna

V článku Knoblocha a Šefrnové (1954) zavedl Knobloch pojem motivační rovnováhy, týkající se směny zisků a výdajů, jež motivují lidské jednání. Terapie manželských partnerů má pomoci vytvořit rovnováhu zisků a výdajů mezi partnery, kterou oba přijímají jako spravedlivou. Za několik let po Knoblochově formulaci motivační rovnováhy došlo k rozvinutí těchto myšlenek v teorii sociální směny americkými autory C. Homansem (1958, 1961) a Thibautem a Kelleyem (1959); posledně jmenovaní dávají přednost názvu teorie vzájemné závislosti (Kelley a Thibaut, 1978). Dle Knoblocha u nás má průkopnické zásluhy na rozvíjení teorie sociální směny a jejím užití v psychoterapii a poradenství I. Enachescu-Hroncová (2006).

8. Hudební zkušenost jako interpersonální proces

Interpersonální hypotéza hudby, kterou formuloval Knobloch (v roce 1964) říká, že hudba aktivuje interpersonální tendence, které prožíváme jednak jako vlastní, jednak jako přicházející od někoho, kdo je s námi v interakci. Za bdění prožíváme tyto tendence většinou jako vlastní, ve spánku většinou, jako přicházející od druhých. Jinými slovy, hudební zkušenost je pohyb ve skupinovém schématu (obr. 2). Opakované studie v Čechách, Německu, USA a Kanadě prokázala

ly statisticky přesvědčivě, že lidé prožívají interpersonální tendence hudby shodně. Studovali jsme osm interpersonálních kategorií : dominance - submise, afiliace - distancování se, chlubení se - dovolávání se lítosti, útok a agrese - útek a strach.



Obrázek 2. Hudební circumplex.

9. Příspěvky evoluční psychologie

Etologie inspirovala Knoblochovu práci v psychotherapeutických komunitách a to vedlo k setkání s Konradem Lorenzem a Eibl-Eibesfeldtem. Později vzniklá evoluční psychologie dává za pravdu zaměření, které zvolila Integrovaná psychoterapie (Cosmides, Tooby aj.). Volba malé společenské skupiny a důraz na sociální směnu nabývá na zajímavosti, když si uvědomíme, že evoluce lidských vlastností probíhala v malých skupinách, neboť lidstvo žilo 99% doby své existence v malých skupinách kolem třiceti členů, jako lovci a sběrači (Lopreato, 1984). Jak bylo zmíněno, evoluční teoretikové soudí o sociální směně, že má základní význam v lidské evoluci a že vedla k vytvoření mozkového mechanismu, Darwinského algoritmu, modulu, zodpovědného za propočet odměn a výdajů a odhalování podvodníků snažících se získat jednostranné výhody (Cosmides, 1989).

10. Kurzy a výcvik v Integrované psychoterapii (Knobloch)

Kurzy a výcvik v Integrované psychoterapii (Knobloch) zajišťuje již 20 let výlučně Mezinárodní středisko pro Integrovanou psychoterapii (Knobloch) a zdravý životní styl – INCIP v komplexním programu, akreditovaném u České psychotherapeutické společnosti. Výcvik na kvalifikační stupeň terapeut, koterapeut a lektor IPK absolvovalo již na 1000 odborníků, jak Čechů, tak Slováků. Středisko je členem Rady mezinárodních odborných organizací, spolupracuje s Evropskou asociací pro integraci v psychoterapii EAP, členové připravili úspěšná symposia pro Mezinárodní kongresy Psychiatrické sekce Světové psychiatrické asociace WPA i české a slovenské odborné konference. Mladí odborníci v INCIPU rozvíjejí teorii IPK a její užití v různých aplikačních oblastech a věnují se kvalitativnímu a kvantitativnímu výzkumu výsledků IPK (např. P. Bernát, Š. Dořičáková, V.A. Enachescu, P. Juračková, P. Kusý, A. Jarošová-Matoušková a jiní).

Literatura

Bowlby, J.: Attachment and Loss. Vol. I. London: Hogarth, 1969.

Cosmides, L.: The logic of social exchange: Has natural selection shaped how humans reason? Studies with the Wason selection task. *Cognition*, 31, 1989, s. 187-276.

Enachescu-Hroncová, I.: Teorie sociální směny a její využití v poradenství. Brno, Masarykova universita. INCIP, 2006. www.incip.cz

Kelley, H.H., Thibaut, J.W.: Interpersonal processes. A theory of interdependence. New York: J. Wiley, 1978.

Knobloch, F., Knobloch, J.: Integrated psychotherapy. New York: Jason Aronson, 1979.

Knobloch, F., Knobloch, J.: Integrovaná psychoterapie v akci. Praha: Grada, 1999.

Kusý P.: The possibilities of Integrated Psychotherapy/Knobloch. Interpersonal Hypothesis of Music (Knobloch). Congress of WPA in Vienna 2013.

Schultz-Hencke, H.: Der Gehemmte Mensch. Leipzig: G. Thieme, 1942.

Do redakcie došlo 10.1.2014.