

HISTORIE SJEDNOCENÍ PSYCHOTERAPIE

Myšlenka, moci sjednotit psychotherapeutické přístupy, zajímala odborníky na psychické zdraví od počátku dvacátého století. Nicméně až v osmdesátých letech minulého století se integrace psychoterapie dostala do jasně vymezené oblasti zájmu. Do té doby to bylo spíše jen latentní téma, které se objevovalo v literatuře.

Tak, jak je tomu vždy, když se pokoušíme vystopovat historické kořeny nějaké současné myšlenky, nikdo si nikdy nemůže být zcela jistý tím, jaké původní myšlenky přispěly k současnému uvažování. Často jsou inovativní myšlenky na počátku ignorovány, jen aby se později zcela asimilovaly do většinového myšlení. (Barber, 1961). Tedy, bez ohledu na jejich specifické přednosti, nový nápad nás nutí zapojit i opomíjené oblasti myšlení. Stejně tak tomu je i na poli psychoterapie, některé myšlenky žijí dlouhé roky, zatímco jiným se nepodařilo projít zkouškou času. Jiné se pak ztratí hned po jejich představení, jen aby se znovu vrátily a byly znovuobjeveny, až přijde jejich správný čas. Jak uvedl BORING (1950) ve své historické analýze psychologie, „myšlenka, která se může v jistém období zdát příliš zvláštní nebo absurdní... může být později akceptována jako pravda“ (str. 3). Tento fenomén jasně ukazuje i snaha a zájem o rozvíjení přátelských vztahů napříč psychoterapiemi.

V této kapitole se zaměříme na historická úsilí o sjednocení psychoterapie, včetně práce, která byla pro to vykonána až do konce dvacátého století. Nakonec popíšeme vznik profesionální, referenční skupiny, jejímž cílem je pokračovat v tomto úsilí.

RANÉ POKUSY O SJEDNOCENÍ

Mezi první pokusy o integraci můžeme zahrnout prohlášení Frenche z roku 1932 na setkání Asociace amerických psychiatrů, kde poukázal na jisté paralely mezi psychoanalýzou a Pavlovovým podmiňováním (např. podobnosti mezi represí a zánikem). Následující rok byl text přednášky publikován, společně s komentáři původního publika (French, 1933). Jak můžeme očekávat Frenchova prezentace vyvolala nejrůznější reakce. V jedné z nejnestydatějších negativních reakcí od jednoho z členů publika, Myerson uvedl: „Byl jsem v pokušení zavolat hlasatele, aby nechal vyvolat J. B. Watsona, Ivana Pavlova a Sigmunda Freuda, zatímco doktor French četl svůj papír. Myslím, že Pavlov by vybuchl a o tom, co by se stalo Watsonovi, je skandální jen uvažovat, protože celá jeho behaviorální škola je založená jen na podmíněných

reflexech... Freud... by byl pohoršen tím, že to udělal jeden z jeho žáků.“ (French, 1933, str. 1201)

Adolph Meyer nebyl až tak nesympatický. I přesto že uvedl, že by spíše měly být podporovány jednotlivé oblasti, než se pokoušet nahrazovat jednu oblast jinou, naznačil, že si užívá podobných diskusí. (French, 1933, str. 1201) Gregory Zilboorg, který byl také v publiku, se na věc díval více příznivě, když poznamenal:

„Nevěřím, že by se tyto dva směry daly lehce přejít... Je zde snaha poukázat na to, že při řešení velmi složitých funkčních celků, ať už v laboratořích či na klinikách, je možné je zredukovat na poměrně jednoduché jevy. (French, 1933, str. 1198-1199)

Jako rozšíření Frenchových pokusů, Kubie (1934) zastává názor, že jisté aspekty samotných psychoanalytických technik lze vysvětlit termíny podmíněných reflexů. Pavlov předpokládal, že určité asociace by mohly existovat mimo jedincovo podvědomí, protože se nacházejí ve stavu inhibice. Kubie předpokládal, že volné asociace mohou sloužit k odstranění zábran a umožnit tak nevědomým asociacím se začít objevovat.

V roce 1936 Rosenzweig publikoval krátký článek, ve kterém prohlásil, že efektivita nejrozličnějších terapeutických přístupů pravděpodobně více souvisí s jejich jednotlivými prvky, více než s jejich teoretickými vysvětleními, na kterých jsou založeny. Ve svém článku, který nesl název: „Konečně Dodo řekl: Každý vyhrál a všichni musí mít cenu“, Rosenzweig navrhl tři obecné faktory: a) osobnost terapeuta má hodně do činění s efektivitou procesu změny b) interpretace jsou užitečné, protože poskytují alternativní a možná uvěřitelnější způsoby, jak porozumět problému c) i když se různé směry mohou zaměřovat na různé oblasti lidského fungování, mohou být všechny užitečné vzhledem k synergickým efektům, které může mít jedna oblast fungování na druhou.

V roce 1940 na setkání Americké psychiatrické asociace (Watson, 1940) začala malá skupinka terapeutů diskutovat o oblastech shody v psychoterapii. Diskutovali o shodných bodech (např. důležitost terapeutických interakcí), Watson bystře poznamenal, že sledování rozdílů mezi tím, co pacienti říkají a co ve skutečnosti dělají, je jasně patrnější v praxi než v teorii.

Ve své knize „Aktivní psychoterapie“, Herzberg (1945) popsal, jak systematicky zadávané „domácí úkoly“ mohou být užity v kontextu psychodynamické terapie. Na základě svých více než desetiletých zkušeností navrhl používání odstupňovaných úkolů, zejména v těch případech, kde klientovo vyhýbavé chování bylo založeno na strachu.

Woodworthův text z roku 1948 „Moderní škola psychologie“ zkoumal vývoj a věcný obsah tehdy existujících psychologických škol, jako je behaviorismus, gestap psychologie a psychoanalytická škola. A uznal, že i když každá škola zaznamenala úspěchy ve svém vlastním směru, žádná škola není dost dobrá. (str. 255) Pozorováním toho, že se psychologie rozvíjela v mnoha různých směrech, Woodwortha napadlo, zda syntéza nejrůznějších přístupů nemůže být někdy možná. (str. 10)

Stejnou myšlenkou se zabývají v historii integrace psychoterapie další práce, jmenovitě například Dollardova a Millerova klasická kniha „Osobnost a psychoterapie“ vydanou v roce 1950 a věnovanou Freudovi a Pavlovovi a jeho studentům. Důležitost této knihy v historii může být demonstrována na tom, že byla tištěna a vydávána více než dalších padesát let.

Ve své práci Dollard a Miller detailně popisují, jak psychoanalytické koncepty jako je regrese, strach, potlačení, odsunutí, mohou být pochopeny v rámci studia teorie. Povětšinou Dollard a Miller pouze překládali jeden jazykový systém do jiného. Poukazovali na některé faktory, které jsou společné pro všechny terapeutické přístupy, jako je např. terapeutova potřeba podporovat změnu projevováním empatie a zájmu.

I přesto že Dollard a Miller zůstávali velmi blízko intervencím psychoanalýzy, poukazovali také na procesy a principy, na kterých je založený behaviorismus. Takže navrhli: modelování postupů (např. sledování správné reakce může umožnit studentovi zachovat se perfektně hned na první pokus, str. 37-38), použití postupných úkolů (např. pro terapeuta je ideální stanovit sérii různých situací, kde se pacienti mohou učit, str. 350), postupné přibližování k cíli (např. jestliže je potřeba naučit se komplexní návyky, terapeut musí postupovat postupně, str. 350), princip reciproční inhibice (např. stejně jako každá jiná odpověď, i strach může být nekompatibilní, str. 74), význam posílení vlastností terapeuta (např. terapeut se snaží dobře posloužit pacientovi, str. 395), důležitost sebekontroly str. 438, léčba organických dysfunkcí prostřednictvím masturbace str. 350, důležitost alternativního prostředí pro změnu chování str. 427.

Na rozdíl od Dollarda a Millera, jejichž primární důraz byl na integraci dvou teoretických orientací, Frederick Thorne (1950) se zajímal o další pokračování ve sjednocování terapií na základě toho, co empiricky víme o tom, jak lidé fungují a jak se mění. Od dob, kdy byl studentem medicíny, Thorne byl zaujat faktem, že medicína nebyla rozčleněna na různé školy a myšlenky, ale klinickou praxi spíše provází jednotný základní princip fungování lidského těla.

Stejně jako Thorne, i Garfield se dlouho zajímal o terapeutické přístupy a v roce 1957 nastínil, co mohou být společné body napříč terapiemi. Ve svém textu Garfield zaznamenal univerzální faktory jako je chápající a podporující terapeut, příležitost k emocionální katarzi a zisk ze sebe porozumění.

V Gladově článku „Hodnoty v psychoterapii“ z roku 1959 zmínil potíže s relativní nepružností psychoterapie, když zkoušel praktikovat podle nějakého teoretického přesvědčení. Myslel si, že terapeutické přístupy jsou příliš doktrinářské a to představuje hlavní omezení. A proto doporučil, aby byli terapeuti vystavováni (pokud tak již nejsou trénováni) všem hlavním terapeutickým přístupům.

NEJNOVĚJŠÍ SMĚRY SBLÍŽENÍ

V padesátých letech publikovala hrstka terapeutů článek o terapeutickém sblížení, kde bez pochyb uznali, že žádný jiný jednotlivý směr nezaznamenal takových úspěchů jako psychoanalýza. Možná to bylo způsobeno i konzervativním sociálním a politickým klimatem padesátých let, které způsobilo, že terapeuti ztratili odvahu zpochybňovat svá paradigmat. Až v šedesátých letech, která přála uvolněnosti, se objevilo velké množství knih a článků zabývajících se sblížením terapií.

ŠEDESÁTÁ LÉTA

Nejvýraznější přínos v integraci terapie učinil na počátku šedesátých let Jerome Frank (1961) v knize „Přesvědčování a úzdava“. Tato kniha se obecně zaměřuje na lidský vliv a uzdravení. Podobné procesy změn, jak uvedl Frank, můžeme vidět v nejrůznějších metodách, jako jsou např. náboženská konverze, primitivní úzdava, vymývání mozku a placebo efekt, které se objevují v praktické medicíně.

Třicet let po vydání Frenchova článku, jeho kolega Alexandr navrhl, že psychoanalýze můžeme porozumět skrze učení se teorii. Poznamenal, že jsme svědky začátku nejslibnější integrace psychoterapie, která může vést k nepředvídaným výhodám v teorii i v praxi. (str. 448) O rok později, Marmor zapojen do stejného výzkumu, detailně popsal principy, o kterých byl přesvědčen, že tvoří základ psychoanalytické terapie (Marmor, 1964).

V té době Carl Rogers (1963) publikoval článek zabývající se aktuálním stavem psychoterapie. Poznamenal, že toto pole je ve velkém nepořádku a že teoretické orientace, ve kterých terapeuti fungují, se postupně hroubí. Podotkl, že nyní je správný čas zbavit se limitů jednotlivých

přístupů – včetně přístupu zaměřeného na klienta – a přesněji popsat, co jde napříč všemi terapiemi.

London (1964) ve své krátké, ale výstižné knize: „Režim a morálka psychoterapie“ poukázal na přirozená omezení jak psychoanalýzy, tak behaviorismu. Uvedl:

Existuje spousta prolínajících se technik z nejrůznějších škol. Prolínají se, protože respektují fakt, že lidé jsou podstatně jednodušší, než jak je vidí jednotlivé školy, ale zároveň jsou mnohem složitější, než by většina terapeutů chtěla věřit. (str. 39)

Marks a Gelder (1966) taktéž porovnávali psychoanalýzu a behaviorismus. Ačkoliv věděli, že oba přístupy mají zřejmě stejný základ, zdůraznili i jejich odlišnosti. Navrhli, že by se na tyto dva přístupy mělo spíše nahlížet, v čem si mohou přispět, spíše než aby si ve své přirozenosti byli nepřáteli.

Velmi důležitý koncept eklecticismu byl představen Arnoldem Lazarusem v roce 1967, který tvrdil, že kliničtí praktici mohou používat techniky nejrůznějších terapeutických směrů, aniž by nezbytně souhlasili s jejich teoriemi. Jeho myšlenky se staly základem multimodální terapie. (Lazarus, 1989) Se stejnými myšlenkami přišel i Patterson (1967), Whitehouse (1967), Weitzman (1967).

Brady (1968) hovořil o tom, že psychoanalýza a behaviorismus si nezbytně nemusí protiřečit, ale v určitých případech mohou být naopak kombinovány. Ve stejném duchu popsal Leventhal (1968) případ ženy, která zažívala strach ze sexu, kterou vyléčil kombinací behaviorální a psychoanalytických intervencí.

Vzhledem k výše uvedeným důvodům Bergin (1968) napsal, že terapie může být mnohem účinnější, pokud k ní připojíme terapeutovo vřelost, empatii a cílené interpretace. Bergin argumentoval, že toto zvláštní chování terapeuta je důležité, protože vyvolává emocionální odpovědi. Woody (1968) poznamenal, že integrace psychoanalýzy a behaviorismu je nezbytná v případech, které byly resistantní na dosavadní léčbu. Sloane (1969) uvedl, že obecné principy jsou shodné pro všechny tři hlavní směry. S tím souhlasil i Marmor, ovšem s tím, že doplnil, že jednoduchý S-R model nemůže sám o sobě dostatečně popsat některé složitější aspekty lidského fungování. Brammer (1969) poznamenal, že je zde již silná potřeba eklecticismu založeného na výsledcích výzkumů o efektivitě nejrůznějších léčebných přístupů.

SEDMDESÁTÁ LÉTA

V roce 1970 začal vycházet nový časopis „Behaviorální terapie“, v něm spousta autorů věnovala seriózní pozornost terapiím, které nebyly čistě behaviorální. Birk (1970) demonstroval dva klinické případy, aby názorně ilustroval výhody integrace psychoanalýzy a behaviorismu. Postřehy Bergina velmi přispěly k tomu, že mnoho behaviorálních terapeutů začalo zkoumat vliv kognitivních procedur. Vzhledem k důležitosti přátelství uvnitř behaviorálního přístupu, Truax a Mitchell poznamenali, že úspěšný proces behaviorální terapie nevznikne sám od sebe. Také si postěžovali, jak obtížné je uskutečnit seriózní výzkum terapeutických interakcí – tak jak jej učinil Rosenzweig před 35 lety – protože existují podstatné vlastnosti terapeuta, které se podílejí na změnách, bez ohledu na terapeutický přístup.

Ve stejném roce (1971) Marmor vydal článek o terapeutické integraci, ve kterém uvedl:

Výzkum terapeutických procesů, kterého jsem se zúčastnil s Franzem Alexandrem a který začal v roce 1958, mě přivedl k tomu, že psychoterapie, bez ohledu na techniky, které používá, je proces učení...Dynamické psychoterapie a behaviorální terapie jednoduše reprezentují různé techniky učení a jejich odlišnosti jsou zejména v cílech, ke kterým míří, a v nazírání psychopatologie.

Většina behaviorálních terapeutů by nyní asi souhlasila s Marmorovým klinickým zjištěním, že ne jenom jednoduché podmiňování, ale též i kognitivní učení je důležitou součástí terapie. Jako odpověď na toto Marmorovo prohlášení popsal Lazarus (1971) v „Behaviorální terapie a dál“ širokou oblast behaviorálních i nebehaviorálních technik, které může používat široké spektrum behaviorálních terapeutů. Ve stejném roce Woody (1971) publikoval knihu sjednocující behaviorální a vnitřně orientované procedury. Woody hovoří o tom, že v praxi je možné vybírat si a sjednocovat procedury z nejrůznějších přístupů.

Houts a Serber (1972) vydali knihu „Po zapnutí, co?“, ve které popsali zkušenosti sedmi výzkumníků a praktiků nejrůznějších přístupů, kteří strávili společně víkend. Všichni popsali, co viděli jako přínosy a překážky v tomto skupinovém experimentu. Jako součást většího projektu pokoušejícího se popsat budoucnost psychoterapeutických výzkumů Bergin a Strupp (1972) zkontaktovali výzkumníky po celé zemi. Mezi nimi byl i Neil Miller, který předurčil, že tak jako se behaviorální terapie začala setkávat s komplikovanějšími případy a tak jako se psychoanalýza nejvíce zaměřuje na ego-mechanismy, tak se tyto dva terapeutické přístupy začnou zajímavě prolínat.

V provokativním článku „Konec ideologie“ v behaviorální terapii London (1972) požádal své behaviorální kolegy, aby přiznali, jak to mají s jinými přístupy a aby se podívali více realisticky a pragmaticky na to, co dělají ve své klinické praxi. Ptal se: Existuje jen jedna teorie? Funguje? Na koho? Kdy? Tak proč později přišly jiné? (str. 919) Další snaha o sjednocení terapií se objevila v roce 1972 v knize Martina, která se pokusila sjednotit vyučované teorie s přístupem zaměřeným na člověka. Feather a Rhoads argumentovali, že v psychologii stejně jako v medicíně existence mnoha přístupů pravděpodobně signalizuje chudé porozumění chorobám a že žádný jednotlivý přístup není sám o sobě dostačující.

V roce 1974 vyšla celá řada článků na téma sjednocení terapie. V dopise, z roku 1974 adresovaném Americké asociaci psychiatrů, Landsman vybízí své humanisticky orientované kolegy, aby převzaly některé prvky behaviorální terapie jako je např. pozornost na detail, opatrné kvantifikování, zdrženlivost v prohlášeních, prokazatelné výsledky.

Ve své knize „Neporozumění sebe“, Raimy (1975), stejně jako Frank (1961), uvažoval o tom, že nejrůznější terapeutické přístupy se snaží o jedno – změnu klienta samotného a změnu ostatních. Všechny terapeutické směry se snaží ukázat, jak této změny mohou dosáhnout. Ve své knize orientované na proces změny, Egan (1975) modifikuje svou originální humanistickou orientaci podle znalostí Rogerse a říká, že jeho přínos je zásadní pro vytvoření terapeutického vztahu, ve kterém se může změna odehrát. S tím souhlasí i Sloane, Staples, Cristol, Yorkston a Whipple, kteří publikovali své závěry o psychodynamické a behaviorální terapii, ve kterých poukázali na to, že v obou přístupech je důležitá vřelost a úcta a že pacienti obou přístupů vykazují stejnou míru sebepoznání.

Wachtel (1977) se rozhodl popsat proces sjednocení ve své dobře známé knize: „Psychoanalýza a behaviorální terapie“, ve které zmínil, že sblížení procedur obou přístupů zvyšuje efektivitu intervencí.

Hans Strupp (1976) kritizuje psychoanalytickou terapii pro nedržení kroku s dobou a pro užívání terapeutických procedur více na základě víry, než na základě faktů. Jako praktický psychoanalytik s osobní zkušeností s humanistickými přístupy, Appelbaum (1976) navrhl, že některé metody gestalt terapie mohou doplnit tradiční psychoanalytické metody.

Wandersman, Poppen a Ricks nabídli členům všech směrů prostor k diskusi o integraci. Hunt argumentoval, že neexistuje jeden jediný přístup, který by si dokázal poradit se vším klinickým materiálem.

KONCEPČNÍ A HISTORICKÉ POHLEDY

Přiznáním toho, že existuje mnohem více přístupů, bylo na čase říci: „Je čas, aby behaviorální terapeuti přestali nazírat na sebe jako na jedinou skupinu a vstoupili do dialogu s nebehaviorálními kolegy. Mnoho kliniků ale již tak činilo. Jak upozornil Garfield a Kurtz (1976) v průměru 55 % klinických psychologů ve Spojených státech shledávali sami sebe jako eklektické. Nejčastěji používali kombinace psychodynamiky a učících přístupů. Integrace na klinické úrovni byla ukázána v několika článcích (Lambley 1976, Levay, Weissberg, Blaustein 1976, Murray 1976, Segraves a Smith 1976). V následujícím roce Lazarus (1977) po dvacetileté praxi v behaviorální terapii vznesl dotaz, zda behaviorální terapie již nedosáhla vrcholu své užitečnosti. Rozeznal potřebu transcendence. Tento přístup ocenil Žurnál humanistické psychologie, který vybízel čtenáře, aby byli otevření myšlence sjednocení.

Gurman (1978) napadl užitečnost jednotného přístupu. Zdůraznil to, na co všichni často zapomínáme, že terapie není nahlížena jako soubor procedur, nýbrž jako rozvíjející se věda. Diamond, Havens a Jones dospěli ke stejnému závěru, zdůrazňujíc potřebu eklektického přístupu, který bude použitelný ve výzkumu, v teorii a umožní vysoce individualizovanou léčbu. V reanalýze agorafobie Goldstein a Chambless (1978) poukázali na jistá omezení a jisté nedostatky v řešení problémů s použitím jen behaviorálního přístupu.

Prochaska (1979) ve své učebnici popisoval nejrozmanitější přístupy v psychoterapii a došel k závěru, když psal kapitolu o transteoretické orientaci, že to by mohl být efektivní psychoterapeutický přístup. Ve stejném roce Knobloch a Knobloch (1979) představili svou integrovanou psychoterapii.

Robertson (1979) spekoval o možných důvodech pro existenci eklekticismu, jako je např. nedostatek tlaku, jeden trénink profesních dovedností, jednotný, daný pohled a terapeutická orientace dosahující bodu, kde „květ je více než růže“. Tomu odpovídají i výsledky Mahoneyho (1979) výzkumu kognitivních a nekognitivních behaviorálních terapeutů. Mimo jiné se respondentů ptal i na současnou spokojenost s porozuměním lidského chování. Při použití sedmibodové škály Mahoney zjistil, že průměrná spokojenost byla méně než 2 body.

OSMDESÁTÁ LÉTA

V průběhu osmdesátých let učinila integrace psychoterapie významný posun, když se dostala do středu zájmu. Významně vzrostl počet publikací a prezentovaných článků na toto téma. Například Fenichel v článku o redukci strachu poznamenal:

Když se jedinec bojí, ale zažívá situace, ve kterých se strach objevuje, bez zranění, nebude této své nové zkušenosti ihned věřit, a to i přes to, že podruhé bude strach menší, potřetí ještě menší...

Ve speciálním článku „Kognitivní terapie a výzkum“ z roku 1980 terapeuti nejrůznějších směrů odpovídali na sérii otázek o tom, čemu věří, že je nejefektivnější ingrediencí v procesu terapeutické změny. Ve stejném roce Goldfried a Strupp vedli dialog o sjednocení, ve kterém souhlasili s tím, že nakonec je nejdůležitější to, co terapeuti dělají, spíše než co říkají, že dělají.

Messer a Winokur (1980) zkoumali ve svém článku zisky a ztráty sjednocení terapie a navrhli, že oba přístupy, zaměřené dovnitř člověka a zaměřené na akci, mohou být použity v kombinaci, aby pomohli pacientům přeměnit pohled do nitra v akci. Mahoney (1980) zaznamenal, že behavioristé začali nejen přijímat pozici, která akceptuje osobní myšlenky jako důležitá fakta, ale také začali dávat pozor na skrytá poznání.

Marmor a Woods (1980) vydali knihu: „Rozhraní mezi psychodynamikou a behaviorální terapií“, kde vyjádřili svůj názor, že žádný jediný přístup v terapii nemůže zvládnout všechny lidské významy. Toto obecné téma bylo zreflektováno v případové studii Cohena a Popa (1980), kde jednomu konkrétnímu klientovi pomohli dva spolupracující terapeuti, jeden behaviorální a druhý analytický. Latsonův výzkum (1980) ukázal, že i přesto že terapeuti preferují primárně jeden přístup, 65 % znalostí z jejich klinické práce obsahuje velké množství jiných terapeutických přístupů.

Ryle (1980) ukazuje na sérii historických případů, kde se integrativní kognitivně-dynamické intervence ukázaly jako efektivní. Garfield (1980) popisující nejrůznější terapeutické přístupy ve své: „Psychoterapie: Eklektický přístup“ popisuje empiricky orientovaný pohled na psychoterapii. Stejně jako Bergin před ním pokládal zavedení kognitivní proměnné do behaviorální terapie jako zvlášť důležité.

V roce 1981 velké množství autorů hovořilo o tom, že každý přístup prezentuje různé síly, které mohou být kombinovány ve více či široce užitečném přístupu. Například Arnkoff (1981) doporučil kombinaci kognitivní terapie a Gestaltovské prázdné židle ke zvýšení efektu a k vyvolání smysluplných kognicí u pacientů. Lazarusova (1981) multimodální terapie se snaží vysvětlit, že terapeutova volba technik musí být založená na faktech, ne na teoriích.

Schwarz (1981) informoval o tom, že stále větší počet terapeutů, kteří vedli skupinové terapie, směřovali čím dál častěji k „technickému a teoretickému eklekticismu“. Ve svém článku o

integrativních, koncepčních modelech popsali Landau a Goldfried (1981), jak jisté koncepty z experimentální kognitivní psychologie mohou nabídnout možnost konzistentního rámce, ve kterém kognitivní, behaviorální a psychodynamické terapie mohou fungovat společně. V roce 1981 se také objevil článek Rhoadse, který nastínil a načrtnul klinické sjednocení behaviorální a psychoanalytické terapie. Gurmanova (1981) kapitola popisovala, jak rozdílné terapeutické přístupy mohou být spojeny do mnohostranného empirického přístupu v manželské terapii. Stejně tak prezentace Searse (1981) týkající se jeho vlastních, osobních pozorování raných pokusů o spojení behaviorální a psychoanalytické terapie.

Tak jak se diskuse o terapeutické integraci stávaly všeobecně rozšířené, začalo být pro znepokojené profesionály žádoucí pořádat setkání, kde by bylo snazší pokusit se o více efektivní a smysluplnou změnu pohledu. Například v roce 1981 malá skupina kliniků s klinických výzkumníků (Garfield, Goldfried, Horowitz, Imber, Kendall, Strupp, Wachtel a Wolfe) uspořádali informační dvoudenní konferenci, aby zjistili, zda odborníci různých přístupů mohou společně hovořit o aktuálních klinických podkladech. Úkolem skupiny nebylo vytvořit nějaký konkrétní výstup, jejich primárním úkolem bylo jen vytvoření příležitosti ke společnému dialogu. V následujícím roce se diskuse mezi praktiky a výzkumníky o různorodosti terapií staly velmi rozšířeným fenoménem. Například v roce 1982 Adlerova asociace pro individuální psychologii věnovala svůj světový kongres konaný ve Vídni výměně názorů mezi zástupci mnoha hlavních terapeutických přístupů. Následující rok se mezinárodní kongres v Bogotě v Kolumbii, pořádaný Augustem Perezem Gomezem, zaměřil na výhody sbližování terapií a sdělování myšlenek napříč. Jako způsob ilustrace, jak může být sbližování implementováno, popsal Anchin (1982) postup spojení interpersonální a kognitivně behaviorální terapie. Bohart (1982) diskutoval o bodech, ve kterých se překrývají kognitivní a humanistické terapie. Dryden (1982) ukázal, jak racionálně-emozivní terapie používají techniky z nejrůznějších přístupů a Mahoney a Watchel (1982) prezentovali diskusi o aktuálních klinických podkladech.

Goldfried a Padawer (1982) prohlašovali, že aktivity psychoterapeutů z nejrůznějších směrů jsou si velice blízké a podobné, a to i přesto že jejich chápání a vnímání jednotlivých případů může být velmi odlišné. Jejich přehled literatury odhalil řadu strategií, které používá většina terapeutů. Se zaměřenými procesy terapeutické změny, které se dějí mezi jednotlivými sezeními Kazdin a Mascitelli (1982) poznamenali, že studium terapeutické praxe může poskytnout plodný prostor, ve kterém je možné nalézt společné rysy napříč všemi přístupy.

V roce 1982 získával pojem teoretické integrace stále jasnější obrysy díky vydávání velkého množství článků a knih psaných jak praktiky, tak výzkumníky. V článku „Společná témata v psychoterapii“ Goldfried (1982) vytvořil přehled článků s tématem sblížení, společně s obecným přehledem o současném stavu a budoucím směřování v integraci psychoterapie. V článku Resistance Wachtel (1982) zjišťoval názory známých terapeutů na možnost pokusu sloučení psychodynamického a behaviorálního přístupu v léčbě resistantních pacientů. V „Psychoterapie: Kognitivní integrace v teorii a praxi“ Ryle (1982) asimiloval teorie a metody mnoha přístupů do jednoho obecného jazykového systému – kognitivní psychologie. V „Manželské terapii“ se Segraves (1982), stejně jako Ryle, pokouší integrovat prvky zdánlivě nesourodých terapeutických systémů do jazyka kognitivně sociální psychologie. Užitečnost jeho sociálně kognitivní psychologické terminologie je ilustrována na přesvědčivé prezentaci konceptu interpersonálních schémat, které jsou analogické k analytickému konceptu přenosu, aby tak vysvětlil vliv významných raných vztahů jedince na vnímání svého manžela či své manželky.

V roce 1983 často kladené otázky: „Jaké terapeutické aktivity jsou nejvíce vhodné pro jaký typ problému, jakými terapeuty, pro jaký druh pacientů/klientů?“ shrnul ve své knize „Eklektická Psychoterapie“ Beutler. Tento soubor navrhl způsoby, jak maximalizovat efektivnost terapií na základě známých faktů o způsobu, jak řadit pacienty k terapeutům a jaké volit techniky.

Důkaz sblížení biologických a psychologických přístupů v terapii se objevil v práci Gevinseho (1983) a bylo to také téma setkání Asociace biologických psychiatrů v roce 1983. Následující rok Beck (1984), Beilman a Klerman (1984) přednesli svého průvodce při integraci psychoterapie a farmakoterapie.

Velká spousta autorů se začala domnívat, že by oblast psychoterapie potřebovala založení nové, vyšší teorie, která by pomohla lépe porozumět spojení mezi kognitivními, emočními a behaviorálními systémy (Beck 1984, Greenberg a Safran 1984, Mahoney 1984, Ryle 1984, Safran 1984).

Jiný rámec pro organizaci a integraci různých psychoterapeutických přístupů prezentoval Driscoll (1984) v „Pragmatické psychoterapii“. Ukázal zde metodu, kterou lze jakýkoliv problém vyřešit nejrůznějšími způsoby.

Ve sborníku „Psychoanalytická terapie a behaviorální terapie: Je integrace možná?“ Arkowitz a Messer (1984) vysvětlovali empirickou, klinickou a teoretickou otázku vážných pokusů o sblížení. Ačkoliv zde nepanovala jasná shoda, Arkowitz a Messer poskytli neocenitelnou možnost pro výměnu plodných filozofických a praktických myšlenek pro posun terapie jako celku.

Mimořádně významnou událostí v historii integrace psychoterapie bylo zformování mezinárodní organizace zaměřené na toto úsilí. Asociace pro výzkum integrace v psychoterapii vznikla v roce 1983 a byl to způsob, jak spojit a sjednotit vzrůstající počet profesionálů, kteří se o dané téma zajímali. Interdisciplinární organizace, která rostla, až se stala mezinárodní. SEPI pořádá každoroční konference, na kterých mohou aktivní kliničtí praktici a výzkumníci prezentovat svou současnou práci a kde je otevřený prostor pro sdílení a k diskusím nad nápady. Později budeme v této kapitole o SEPI ještě hovořit.

Na konci osmdesátých let hnutí pro integraci psychoterapie zaznamenalo úspěch. Stále se zvedal počet autorů, kteří aktivně přispívali k danému tématu. Aby těmto mnoha hlasům mohl být dopřán prostor, začaly vznikat nové časopisy, jejichž cílem bylo zabývat se právě jen a pouze integrací. Jedním z těch časopisů byl „Mezinárodní žurnál eklektické psychoterapie“ později v roce 1987 přejmenován na „Žurnál kognitivní a eklektické psychoterapie“. V roce 1987 vznikl i další časopis: „Žurnál kognitivní psychoterapie: mezinárodní čtvrtletník“, který otevřeně vítal články o integraci kognitivní psychoterapie s jinými modely léčby.

V roce 1985 Mahoney začal kritizovat sociálně politické poměry na akademii a začal hovořit o potřebě změny. Vehementně argumentoval, že znalost bude výhodou, pouze když bude otevřená mysl, která umožní mainstreamové uvažování. Snaha o integraci psychoterapie se ukázala jako důležitá nová oblast pro výzkum, která by měla být podporována.

V následujícím roce Messer (1986) vykreslil srovnání psychoanalytického a behaviorálního přístupu v léčbě, v čem jsou stejné a v čem se liší. Tedy, když pacienti sdělují svůj pohled na svět psychodynamickému terapeutovi, ten se bude více soustředit na přirozené pokroucení reality, behaviorální terapeut bude rychlejší, aby pacientovi pomohl začlenit se do reality. Která z těchto strategií je efektivnější. Na základě výzkumů uskutečněných do tohoto data postulovali Stiles a Shapiro a Elliott (1986), že chceme-li prokázat převahu jednoho přístupu nad druhým, musíme více pracovat na studiu procesu změny. To učinili také Goldfried a Safran (1986), kteří stanovili budoucnost výzkumného směřování v integraci psychoterapie. Uznáním toho, že proces změny s určitým komplexem klinických onemocnění vyžaduje komplexní zásah,

Chambless, Goldstein, Gallagher a Bright (1986) nastínili a ustanovili předběžný integrativní program pro léčbu agorafobie.

Jestliže posun směrem k integraci psychoterapie je způsob jak pomoc rozvoji psychoterapie jako celku, stává se životně důležitým jasné parametry takového terapeutického systému a navrhnout metody a způsoby, jak tuto terapii vyučovat a trénovat. (Halgin 1985) Důležitý sborník Norcross (1986) učinil cenné pokroky v tomto ohledu. Spousta autorů hovořila o svých koncepcích eklektické psychoterapie a dělili se o své názory, jak učit studenty drtivé množství informací potřebných pro porozumění a integraci nejrůznějších modelů. Speciální článek z „Mezinárodního žurnálu eklektické psychoterapie“ z roku 1986 byl věnován diskusi o tréninku a supervizi integrativních, eklektických psychoterapeutů. (Norcross a kol., 1986) Bylo jasné, že toto bude hrůzu nahánějící úkol, se kterým bude třeba se začít potýkat a že pokračování rozvoje bude nezbytné pro to, aby bylo možné začít nacházet uspokojivé odpovědi. Z tohoto důvodu se pozdější články ve stejné publikaci, již přejmenované na „Žurnál integrativní a eklektické psychoterapie“ zabývaly právě tématem tréninku a supervize. (Beutler a kol. 1987, Halgin 1988 a Norcross 1988)

Letmý pohled na hlavní knihy o integraci z roku 1987 nám připomene, že zájem o tuto oblast se stal celosvětovým. Z Itálie máme Guidanovu „Komplexnost já: rozvojový přístup k psychoterapii a teorii“. V anglicky hovořící části Kanady Greenberg a Safran (1987) vydali „Emoce v psychoterapii“. Ve francouzsky hovořící části Kanady vidíme LeComptovu a Castonguinovu práci „Sbližování a integrace v psychoterapii“. Ze Spojených států přišla Wachtelova (1987) „Porozumění a akce“, Beitmanova (1987) „Struktura individuální psychoterapie“ a Norcrossova (1987) „Případová kniha eklektické psychoterapie“. Wachtel (1987) prezentoval terapeutickou metodu, která je účinná pro větší sebeuvědomění, k subjektivní úlevě a objektivním terapeutickým změnám v pozorovaném chování. Beitman (1987) prezentoval svůj čtyř stupňový model, který jde napříč různými terapeutickými orientacemi a používá obecný jazyk. A Orlinsky a Howard (1987) popsali obecný model terapie založený na jejich závěrech z terapeutického výzkumu.

Článek z roku 1987 v „Žurnálu integrativní a eklektické psychoterapie“ nastínil problém překonání bariér v teoretickém jazyce, které jinak brání komunikaci a studijní spolupráci mezi kliniky a výzkumníky s rozdílným teoretickým výcvikem (Messer 1987). Množství spisovatelů vysvětlují přínos takového jazykového systému (Driscoll 1987), experimentální kognitivní

psychoterapie a sociální kognice (Goldfried 1987, Ryle 1987) a interpersonální teorie (Strong 1987).

Spolupráce na tématech nejrůznějších terapeutických orientací je potřebná pro vícerozměrnou metodu intervencí. Bergin (1988) poznamenal, že nikdo, kdo se pokouší porozumět, jak funguje lidské tělo, by nikdy nevzýval jednoduchý soubor pravidel. Například principy kapalných mechanismů jsou nezbytné pro pochopení toho, jak operovat srdce, zatímco elektrochemické principy jsou potřebné pro porozumění nervového přenosu. Skutečné sblížení terapií je potřebné, domnívá se Bergin, jestliže chceme efektivně zvládnout komplexní lidské problémy vyžadující psychoterapeutickou intervenci.

V roce 1988 Norcross a Prochaska zaktualizovali Garfieldovu a Kurtzovu (1977) studii eklektických názorů. Výsledek jasně ukázal, že absolutní většina upřednostňuje nálepku integrativní, spíše než eklektický, při popisu svého teoretického zaměření. Ačkoliv integrativní/eklektická orientace se pomalu stává orientací amerických psychoterapeutů, frekvence teoretických příspěvků se změnila. V sedmdesátých letech byla nejfrekventovanější kombinací psychoanalýza a behaviorismus, v letech osmdesátých to pak nejvíce byla kombinace kognitivní a behaviorální a pak kombinace humanistického a kognitivního přístupu.

Jiná série článků o integraci psychoterapie se objevila v „Psychiatrických ročenkách“ v roce 1988: Rhoads (1988) zveřejnil duální použití psychoterapie a psychotropní medikace, Babcock (1988) a Powell (1988) nezávisle poukázali na to, že mnoho behaviorálních intervencí vyvolává klinicky smysluplné emocionální a kognitivní vhledy. London a Palmer (1988) tvrdili, že kognitivní terapie sami o sobě představují funkční integrativní terapie jako takové. A Birk (1988) nám připomíná potřebu rozvoje integrace individuální psychoterapie a manželské a rodinné terapie.

Integrace terapeutických přístupů jako je individuální a rodinná terapie byla typickým příkladem pro práce Allena (1988), Beach a OLeary (1986), Duhl a Duhl (1980), Feldman (1979, 1989), Feldman a Pinsof (1982), Friedman (1980 a, b, 1981), Grebstein (1986), Gurman (1981), Halcher (1978), Lebow (1984), Pinsof (1983), Rosenberg (1978), Seagraves (1982), Steinfield (1980) a Wachtel a Wachtel (1986). Obecným fenoménem, který tito autoři diskutovali, byl brutální kruh, který byl výsledkem, když člen interpersonálního systému očekával a předpokládal to nejhorší od svého partnera, což vedlo k takovému chování, které vyvolávalo velmi negativní reakce partnera, což jen potvrzovalo původní dysfunkci. Jako

reakce na tento fenomén vznikla skupina se speciálním zájmem Americká asociace rodinné terapie, aby podpořila toto úsilí.

Na konci osmdesátých let sílila potřeba vzniku empirické metodologie pro studium integrativní psychoterapie (např. Goldfries a Safran 1986, Norcross a Grencavage 1989, Norcross a Thomas 1988, Safran, Greenberg a Rice 1988, Wolfe a Goldfried 1988). Jiní (Messer, Sass a Woolfolk 1988) zdůrazňovali výhody alternativních přístupů pro porozumění terapeutického procesu. Safran, Greenberg a Rice (1988) se věnovali tématu, že by se psychoterapeuti měli více učit o procesu terapie prostřednictvím studia úspěšných a neúspěšných případů, spíše než intenzivním studováním skupin klientů onálepkovaných jistou diagnózou. Andrew (1988, 1989) nabídl model změny, která zdůrazňuje důležitost sebepoznání. Glass a Arnkoff (1988) našli důkaz pro běžné i specifické faktory ve vysvětlování změn u klientů. A Omer a London (1988) došli k závěru, že nespecifické proměnné v terapii byly dlouho „hlučné“, ale dosáhli statusu „signálu“.

Dalším podtématem souvisejícím s integrací na poli empirických studií, bylo volání po lepším, unifikovanějším pojmoslovím pro psychopatologii (Arkowitz 1989, Guidano 1987, Wolfe 1989, Wolfe a Goldfried 1988).

Jeden z prvních výzkumných programů speciálně postavený na vývoj nové metodologie v rámci integrativní psychoterapie se začal objevovat od práce Goldfrieda a jeho spolupracovníků (např. Castonguay, Goldfried, Hayes a Kerr 1989, Goldfried, Newman a Hayes 1989, Goldsaint, Goldfried, Hayes a Kerr 1989, Kerr, Goldfried, Hayes a Goldsaint 1989). Tito autoři vynalezli kódový systém zakomponovaný v profesním jazyce, aby mohli porovnat stejnosti a odlišnosti ve zpětných vazbách, které svým klientům poskytují kognitivně-behaviorální a psychodynamičtí terapeuti. Jejich databázi tvoří přepisy a audionahrávky aktuálních terapeutických sezení, což pomáhá ve studiu, co jednotliví terapeuti dělají při svých konzultacích. Westensův (1988) zajímavý článek zpracoval přenos fenoménu z hlediska procesu zpracování informací, zatímco uznává i zásadní emocionální složku. Goldfried a Hayes (1989) uvádí, že – dokonce i v behaviorální terapii – terapeutické vztahy často vyvolávají ukázkou klientových nejvíce klinicky relevantních myšlenek, emocí a chování, tak jak se vztahují k sobě samému a k druhým. Newman (1989), autor vědeckého pojednání o fenoménu protipřenosu z pohledu kognitivně-behaviorálních terapeutů.

V roce 1989 Lazarus vydal revizi své vlivné knihy „Praxe multimodální terapie“, kniha Simek-Downinga (1989) „Mezinárodní psychoterapie“ bere v úvahu mezikulturní faktory při

zkoumání procesu terapie, pojmenovává prvky úspěšné interpersonální pomoci, které se zdají být univerzálními. Mahrerova „Integrativní psychoterapie“ (1989) vyjadřuje postoje k mnoha klíčovým otázkám, se kterými se integrativní terapeuti setkávají a objasňuje zodpovědnost integrativních terapeutů, učitelů, supervizorů a výzkumníků. Beitman, Goldfried a Norcross (1989) zveřejnili článek o integraci psychoterapie v „Americkém časopise psychiatrie“ a zdůraznili důležitost výzkumných nálezů, že předepsaná léčba by měla být založená primárně na pacientovo potřebě a empirických důkazech, spíše než na teoretických predispozicích. (str. 141) Počáteční práce v této oblasti přišla ze Sheffieldu v Anglii (Barham, Shapiro a Firth-Cozens 1989), kde bylo zjištěno, že kombinace intervencí, které pochází z psychodynamické až po kognitivně-behaviorální terapie, funguje více než jedna konkrétní z jednoho přístupu.

Ačkoliv nebylo původně zamýšleným plánem, že toto bude integrativní text, ve „Všeobecný manuál kognitivní terapie“ (Freeman, Simon, Beuler a Arkowitz 1989) mnoho kapitol se zdá, že utváří koncepční a technický most mezi kognitivní terapií a ostatními přístupy (např. experimentální terapií, Piagetovou teorií, behaviorální terapií, psychodynamickou terapií, Gestalt obrazy, manželskou terapií a farmakoterapií).

DEVADESÁTÁ LÉTA

Jestliže byly osmdesátá léta svědky zrodu integrace jako hnutí, pak se léta devadesátá nesou v duchu ideálů tohoto hnutí a tyto ideje začínají být rozpoznávány a přijímány širokou řadou klinických praktiků a výzkumníků. Samozřejmě se integrativní témata stala částí převažujícího ducha doby a stále více se dostávaly do mainstreamového psaní. Kromě toho Jensen, Bergin a Greaves (1990) zkoumali psychoterapeuty a zjistili, že většina z nich popisuje eklektické/integrativní formy psychoterapie.

„Interpersonální proces v integrativní terapii“ od Safrana a Segala (1990) nastínil, jak klinická efektivita kognitivní terapie může být zlepšená, když se k ní přidají principy a techniky z oblasti interpersonální teorie. Redigovaný svazek „Eklekticismus a integrace v konzultování a psychoterapii“ Drydena a Norcross (1990) zahrnul úvahu o potenciálních překážkách v integraci, stejně jako nově se objevující témata, které mohou potenciálně vést k propojení v této oblasti. Poznamenali, že integrace a eklekticismus jsou stále ve svých vývojových počátcích, jiní autoři měli jiný názor. V jiné zredigované knize „Na klienta orientovaná a experimentální psychoterapie v devadesátých letech“ (Liefaeer, Rombauts a VanBalen 1990) přispěl Bohart kapitolou, ve které přinesl integrativní přístup v na klienta orientované terapii. Ve své revizi vzrůstajícího počtu odborné literatury Grencavage a Norcross (1990) navrhl, že

faktory by mohly být klasifikovány podle charakteristik klientů, vlastností terapeutů, procesu změny, léčebné struktury a terapeutického vztahu.

Duncan, Parks a Rusk (1990) poznamenali, že ačkoliv teoretická integrace může nabídnout největší intelektuální výzvu, technický eklekticismus může být praktičtější řešením, umožňujícím klinickým praktikům nalézt spojení mezi technikami, metanázory či teoretickými východisky. Beutler a Clarkin (1990) navrhli systematickou, eklektickou terapii, která umožňovala výběr léčebného přístupu, léčebného kontextu, vztahových proměnných, terapeutických strategií a technik. Když diskutovali o své orientaci coby teoretických eklektiků, Lazarus (1990) a Beitman (1990) debatovali o svých rozdílných postojích. V rozšíření práce, která započala v osmdesátých letech, Ryle (1990) diskutoval o to, jak se kognitivně-analytická terapie může spojit s kognitivní, psychodynamickou a behaviorální terapií. Taktéž v roce 1990 Lazarus nabádal k integraci, aby mohli být studenti trénováni v jednom konkrétním přístupu v terapii, na místo toho, aby jim byly prezentovány rozdílné názory a způsoby jednotlivých přístupů.

V roce 1991 se objevily dvě význačné knihy. Jedna (Frank a Frank 1991) byla revizí klasické studie „Přesvědčování a uzdrava“ od Franka, kterou vydal o tři desetiletí dříve (Frank 1961) a druhá srovnávací analýza od Mahoneyho (1991) o procesu změny.

Zvláštní význam měla taktéž v roce 1991 Asociace pro výzkum psychoterapeutické integrace, když začala vydávat svůj vlastní časopis „Žurnál integrativní psychoterapie“. Cílem časopisu bylo nabídnout prostor pro články, které chtěly posunout hranice jednotných škol a jednotných přístupů. Většina prací z oblasti integrace byla v devadesátých letech publikována v tomto časopise,

První článek publikovaný v „Žurnálu integrativní psychoterapie“ hovořil o současném stavu a trendech v integraci psychoterapie. V dialogu mezi Lazarusem a Messerem (1991) si Lazarus stěžoval na rozštěpenost, která panovala mezi psychoterapeuty a kterou nazýval „méně teorie a více faktů“ (str. 146) Upřednostňoval technický eklekticismus, spíše než integraci, která je prostoupená výhradně teoriemi. Messer oponoval těmto argumentům tím, že všechny údaje jsou prostoupeny teoriemi, ale také zdůrazňoval, že nově příchozí techniky musí být vždy vyzkoušeny v nových kontextech a validovány mohou být pouze na základě užívání a experimentování. Při psaní o multikulturním konzultování a terapii Ramirez (1991) objevil přínosy různých přístupů. Alford (1991) volal po integraci, když hledal nejrozumnější systémy pro integraci vhodné. Poznamenal také nedostatek kritérií pro výběr prvků z jednotlivých terapií.

Horowitz (1991) navrhl hlubokou formulaci emocionality, vztahovosti, sebekontroly, které by mohly potenciálně nabídnout vstup do integrace. Wachtel (1991) stejně tak navrhl pohyb mezi jednoduchým kombinováním prvků. Myslel, že to je způsob, jak dosáhnout integrace v psychoterapii. Také podotkl, že příklady pravé syntézy se také občas objeví a je obzvláště důležité na ně dávat speciální pozor.

Goldfried (1991) navrhl výzkum, který by mohl vyzkoušet takové případy. Hledal čistou formu léčby, která by zahrnovala komparativní analýzu procesu změny. Navrhl, že zaměřením na klinické principy, které jsou společné pro všechny přístupy, bude výzkum pravděpodobněji zaměřen na důležité mechanismy změny.

Ve svém psaní z roku 1991 Schacht navrhl, že způsob, kterým se kliničtí praktici učí terapii, má vliv na schopnost zapojit integrativní koncept do terapie. Pozoroval, že integrace má jiný význam pro začínající terapeuty a jiný pro zkušené terapeuty. Navrhl, že ti, kteří trénují studenty v integrativním přístupu, musí vzít na vědomí cestu, na které se z noviců stávají experti. Ve stejném roce Mahoney a Craine uskutečnili výzkum, kterého se zúčastnilo 177 členů SEPI a Asociace pro psychoterapeutický výzkum hledajíc optimální terapeutickou praxi. Jediný rozdíl nalezený mezi teoretickými přístupy byl ten, že behavioristé shledají psychologickou změnu méně obtížnou než nebehavioristé. Zajímavým výstupem výzkumu bylo, že praktici více věří změně se vzrůstající praxí.

V roce 1992 zhodnotili Goldfried a Castonguay, že i přes vzrůstající popularitu integrativního přístupu, zůstaly tři hlavní terapeutické školy. V redigovaném sborníku „Historie psychoterapie: Století změny“ (Freedheim a Freedheim 1992) Arkowitz zveřejnil kapitolu, kde zmapoval vývoj psychoterapeutické integrace v průběhu dvacátého století. Ve stejném sborníku Arnkoff a Glass (1992) věnovali podstatnou část své kapitoly kognitivní terapii a psychoterapeutické integraci. Poznamenali, že vývoj kognitivní terapie zažehla zájem o eklektické a integrativní přístupy v terapii.

Integrace se stala přístupnou na počátku devadesátých let. Například Duncan (1992) nabídl použití integrativních technik strategické rodinné terapie, navrhl způsoby, jak strategickou terapii zlepšit, právě integrativním přístupem. Ve svém psaní ze stejného roku Norcross a Newman (1992) diskutovali o faktorech, které způsobují zvyšující se zájem o integraci. 1. Šíření myšlenek různých škol uvnitř psychoterapie, které vede k vzrůstající fragmentaci a zmatku. 2. Zjištění, že žádný teoretický přístup nebyl dost úspěšný, aby se vyrovnal se všemi klinickými

problémy 3. Vzestup řízené zdravotní péče 4. Vzdávající zájem o specifické klinické problémy a praktické způsoby, jak se s nimi vypořádat 5. Vzdávající možnost pozorovat a experimentovat s jinými klinickými přístupy, než je ten vlastní 6. Zájem o obecné faktory léčby 7. SEPI, která uskutečnila vzdělávací, klinické a vědecké fórum, na kterém pobízela k integraci.

Integrativní psychoterapie se začala více diferencovat do jednotlivých cest či subtypů, obecných faktorů a technického eklekticismu (Arkowitz 1992). Lazarus, Beutler a Norcross (1992) diskutovali o budoucnosti technického eklekticismu. Na počátku devadesátých let byl eklekticismus více promyšlený, šlo o kombinaci intervencí pocházejících z propracovaného tréninku v nejrůznějších směrech, systematické hodnocení potřeb klientů a použití dosavadních výzkumů.

První vydání „Příručky integrativní psychoterapie“ vydané Norcrossem a Goldfriedem (1992) nabídlo porovnání teorie a praxe integrativní psychoterapie, včetně historické perspektivy modelů integrativní psychoterapie, přístupu ke specifickým klinickým problémům a budoucího směřování. Navrhli, že integrativní úsilí může vést ke konsensu v intervencích, které budou vhodné pro určité klinické problémy. Volali po studiích čistých forem integrativních intervencí. Ve stejném roce Dryden (1992) vydal sborník klinických a výzkumných přínosů integrace ve Spojeném království a shrnul hodnotnou bibliografii relevantních článků, které se objevily v britských časopisech mezi lety 1966 – 1990.

V průběhu dalšího roku Stricker a Gold (1993) vydali svůj „Srovnávací manuál integrativní psychoterapie“, který zahrnoval výhody individuálních přístupů pro integraci, integraci tradičních a netradičních přístupů, integrativní psychoterapii pro specifické problémy a specifickou populaci, vyučování integrativní psychoterapie a souhrn relevantních výzkumů.

Ve stejném roce „Žurnál integrativní psychoterapie“ představil diskusi u kulatého stolu prominentních vědců a praktiků (Norcross 1993). Účastníci diskuse (Glass, Arnkoff, Lambert, Shoham, Stiles, Shapiro, Barham a Strupp) jednali o dvou centrálních vlivech v současném integračním hnutí: obecné faktory a technický eklekticismus. Pokryli empirické pátrání po terapeutických společných rysech, smysl výzkumných programů a alternativy srovnávacích plánů. Navrhli zamýšlený výzkum směřující k integraci. Jedna taková studie byla představení Jonesem a Pulosem (1993), kteří informovali o obojím, shodnosti i rozdílnosti v terapeutických metodách kognitivně-behaviorální a psychodynamické terapie. Jiné studie porovnávaly ty stejné dva přístupy s cílem vytvořit jejich alianci (Raue, Castonguay a Goldfried 1993) a klientovo prožití vlastních emocí (Wiser a Goldfried 1993). Greenberg a Korman (1993)

diskutovali o užitečnosti týkající se empirického měření emočních procesů – čistě integrativně. Castonguay (1993) upozorňoval na tendence ztotožnění nespecifických faktorů s obecnými, upozorňující na zmíněné nespecifické přínosy, zatímco později odkazoval na techniky či strategie (např. usnadnění správných zkušeností), které sdílejí různé přístupy.

Mahoney ve svém psaní, taktéž z roku 1993, zastával názor, že cílem integrace není eliminace rozdílů mezi jednotlivými přístupy v terapii, ale spojit unikátní aspekty každé terapeutické školy. Dávajíc komplexní lidskou přirozenost, navrhl, že je nezbytné a ve skutečnosti nevyhnutelné založit integrativní hnutí, které možná následovat jak obecné faktory, tak dialektickou integraci.

V samostatném článku z téhož roku (Mahoney 1993) zpětně zjišťuje teoretický rozvoj kognitivní psychologie od padesátých let. Tak jako už mnozí před ním, i on předvídal velkou snahu kognitivních terapeutů o integrační proces. Schwartz (1993) založil svou práci na sociálních kognicích a kognitivně-afektivním balancování v psychopatologii jako v integrativním konstrukt. Diskutoval o tom, že rovnováha je ideální, ústřední konstrukt pro integrativní kognitivně-dynamickou terapii a poznamenal, že Linehanova dialektická behaviorální terapie se pokouší o takovou rovnováhu, když učí své klienty jít za hranice polarit uměle vytvořených člověkem skrz dialektický proces. Bylo to také v roce 1993, když Linehan vydal svou významnou knihu o dialektické behaviorální terapii, ve které detailně popisuje, jak tento přístup může být implementován do praxe. V revidované knize „Po Carlu Rogersovi“ (Brazier 1993) Huttere diskutoval o čteném pohybu směrem k eklekticismu terapeutů trénovaných v na klienta orientovaném modelu a poznamenal, že praktici trénování v anti-dogmatickém přístupu, jako byl Rogers, mohou přirozeně nalézt integraci v efektivitě své terapie. Goldfried a Castonguay (1993) se domnívali, že tato otevřenost je charakteristická taktéž pro behaviorální terapeuty, kterým bylo ukázáno, jak spojit behaviorální metody s jinými přístupy.

V článku pro speciální vydání „Časopisu integrativní psychoterapie“ Goldfried (1993) navrhl, že výzkum psychopatologie může pomoci integrativní terapii objevením potenciálně relevantních determinant souvisejících s nejrůznějšími poruchami. Praktici poté mohou použít tyto determinanty, aby porozuměli jádru problémů, což je v terapii potřebné. Psaní o realizovatelnosti integrativního přístupu při studiu osobnosti Millon, Everly a Davis (1993) navrhli, že integrativní psychoterapie je známkou vyspělé klinické vědy, která sleduje

koherentní taxonomii osobnostních poruch. Společně s Gastonem (1995) autoři volali po integrativním modelu osobnosti.

Dutch, Lermmens, deRidder a vanLieshout diskutovali o empirických, koncepčních a lingvistických strategiích psychoterapeutické integrace. Navrhli, že tyto strategie nabízejí způsoby, jak z integrativních přístupů udělat neutrální postoj. Empirické strategie hledají obecné faktory skrze výzkum a lingvistická strategie pramení z předpokladu, že musí existovat univerzální jazyk pro všechny přístupy pro lepší porozumění psychoterapie.

Jacobson (1994) diskutoval o potenciálu integrace v současném behaviorismu a nabízel příklady některých integrativních terapií vycházejících z behaviorální orientace – Terapie akceptace a závazku (Robinson a Hayes 1997), dialektická behaviorální terapie (Linehan 1992) a funkční analytická psychoterapie (Kohlenberg a Tsai 1991). V tomto ohledu Goldfried a Davison znovu vydali a revidovali „Klinickou behaviorální terapii“ (Goldfried a Davison 1994).

Sechrest a Smith (1994) volali po integraci psychoterapie v psychologické vědě. Poznamenali, že behaviorální terapie je dobrý příklad úspěšné integrace psychoterapeutického přístupu do psychologického mainstreamu. Říkali, že úspěšná integrace psychoterapeutických přístupů do širokého pole psychologie stanoví koncepční a vědecké limity psychoterapie.

Ve stejném roce Beitman volal po změně cílů SEPI, když tvrdil, že praktici a výzkumníci zajímající se o integraci musí přestat bádát a musí začít definovat principy integrativní psychoterapie. Ve stejném roce Castonguay a Goldfried (1994) poznamenali, že hlavním problémem je nedostatek společného jazyka, tak aby odborníci z nejrůznějších směrů mohli společně komunikovat. Jako odpověď Arknoffovi Poznanski a McLennan byli zajedno, že teoretická orientace je více mnohostranná, než byla původně a je nejlepší představou, jak vytvořit čtyři prvky 1. Terapeutovo teoretické spojení 2. Terapeutovo ztotožnění s teorií 3. Teorie vzniklá pozorováním terapeutických sezení a 4. Terapeutův osobní systém hodnot

V „Srovnávací učebnici psychoterapie“ (Bongar a Beutler 1995) Beutler, Consoli a Williams (1995) nabízí strategie pro efektivní léčebný plán systematické eklektické psychoterapie. To zahrnuje 1. Pacientovo charakteristiky 2. Léčebný kontext 3. Kvality vztahu pacient-terapeut 4. Výběr klinických strategií závisících na komplexním problému a resistantním potenciálu. Weinberger (1995) kritizoval technický eklekticismus jako nedostatek teoretického základu, což Beutler vyvrátil tvrzením o absenci jednotné teorie psychopatologie. Také tvrdil, že tradiční

teorie adekvátně nepopisují mechanismus změny a že individuální teorie uvnitř většího teoretického rámce se příliš liší. Také v odpovědi Weinbergovi, Gaston (1995) poznamenal, že teoretický (ne technický) eklekticismus má schopnost plné kreativity, protože dodává terapeutům odvahu učit se obecné teoretické přístupy.

Greenberg (1995) poznamenal, že Wolfova (1995) psychopatologie může posloužit jako základ pro integrativní psychoterapii, protože obsahuje soubor integrativních léčebných postupů, jakými lze spravit nejrůznější formy patologie. Safran (1995) učinil velký přínos v integrativní léčbě depresí. Diskutoval o pravidlech pro kombinování úkolů a cílů z jednotlivých přístupů. Goldfriedova (1995) kniha „Od kognitivně behaviorální terapie k integrativní terapii: Vývoj“ zpětně odhalila vývoj kognitivně behaviorálních přístupů a její možné dopady pro integrativní terapii. Davison (1995) důležitá postava v historii kognitivně behaviorální terapie jednoduše nabídl osobní a profesní zkušenosti ze svých uplynulých dvaceti let praxe. Hovořil o výhodách širšího terapeutického přístupu a diskutoval o tom, jak by rané případy měly větší šanci na úspěch při použití tohoto stylu. Dalším důležitým přínosem v roce 1995 bylo vydání Pinsofovi publikace „Integrativní terapie orientovaná na problém“, ve které popisuje integrativní přístup vzniklý z individuálních, rodinných a biologických intervencí.

Uprostřed devadesátých let evidujeme pokračující snahu o integraci psychoterapie. Albeniz a Holmes (1996) v „Britském časopise psychiatrie“ hovoří o tom, že větší integrita v praxi nezbytně potřebuje integrativní principy na teoretické úrovni. Poznamenali, že různé přístupy mohou úzce spolupracovat a přitom si ponechat své identity.

Knihy s integrativní tematikou se dále objevovaly v roce 1996, jako bylo Goldova (1996) přezkoumání klíčových konceptů v integrativní psychoterapii a Gilbertův a Shmuklerův sborník, jak mohou být humanistické, psychodynamické a behaviorální přístupy použity v párové terapii. Ve výzkumu 268 členů SEPI Figured a Norcross (1996) zjistili, že členové SEPI se stále domnívají, že hlavním cílem SEPI by měly být diskuse o integrativních tématech. Nejčastějším doporučením pro SEPI, zvyšovat počet členů, obhajovat integraci, nabízet trénink a pořádat více výzkumů.

V roce 1997 Safran a Messer diskutovali o trendech v integrativním hnutí. Podotkli, že protože terapeutické koncepty jsou zakořeněny ve svých rámcích, nebudou nikdy dávat smysl, když je z jejich kontextu vytrhneme. Proto navrhli, že pravým cílem integrace je začít otevřený dialog mezi jednotlivými přístupy, aby se mohly zmapovat rozdíly. Patterson (1997) volal po

integrativním přístupem, který by mohl být používán v rodinné terapii. Domníval se, že to by mohlo pomoci veřejnosti lépe porozumět rodinné terapii.

Stricker (1997) diskutoval o integraci vědy a praxe a konstatoval, že integrativní model je krokem k redukci vědy a praxe. Norcross ve stejném roce (Norcross 1997) hovořil o tom, že integrace nebo eklekticismus je nejběžnější teoretickou orientací mezi psychoterapeuty. Zdůraznil potřebu výzkumu, který by stanovil efektivitu integrativní léčby pro tréninkové programy, které by posílily kompetence v integrativním přístupu a pro jasnější stanovení dalších cílů.

Lewis (1997) zdůraznil interpersonální a experimentální aspekty ve své diskusi o integrativních tématech. Alford a Beck (1997) poskytli kognitivní terapii jako integrativní paradigma pro psychoterapii, poznamenali, že se vyvinula v multidimenzionální přístup, který spojuje interpersonální, behaviorální a psychodynamické techniky. Ve Wachtelově (1997) revidované původní knize „Psychoanalýza a behaviorální terapie“ nabízí integrativní konstrukt cyklické psychodynamiky, který spojuje psychoanalytickou a behaviorální orientaci.

V poslední části desetiletí pokračuje potřeba výzkumů. Glass, Arnkoff a Rodriguez (1998) poznamenali, že empirický výzkum v integrativní psychoterapii je v širokém klinickém a teoretickém zájmu. Pozorovali, že i když jsou některé teoretické integrativní léčby založeny na výzkumu, efektivita terapeutických modelů není ještě stále prozkoumána. Zahrnuli čtyři slibné integrativní přístupy, které měly empirickou podporu: Prochaska a DiClemente (1984) transteoretický přístup, Ryle (1990) kognitivně analytická terapie, Greenberg experimentální přístup a Shapiro (1995) desenzibilizace. Nicméně jen o pár let později Schottenbauer, Glass a Arnkoff konstatovali vzrůstající počet výzkumů na poli integrativní psychoterapie.

V komentáři ve speciální sekci psychoterapeutické integrace s dětmi v „Žurnálu klinické dětské psychologie“ si stěžoval Goldfried na fakt, že integrace často nereflkuje širší historický rámec.

Na konci devadesátých let byly integrativní témata stále mezinárodní. Například Hollander a McLeod (1999) zjistili, že více než 87% konzultantů ve Velké Británii nepraktikují čistou formu některého z přístupů. Trijsburg, Colijn, Collimbien a Lietaer píšící z Nizozemí, Eagle píšící z Jižní Afriky, Carere-Comes, Giusti, Montanari a Montanarella píšící z Itálie, Christoph-

Leinke písčící z Německa a Carro písčící ze Španělska, všichni poskytují integrativní přístup z mezinárodní perspektivy.

V roce 1999 Jacobson poskytl vnější pohled na integraci psychoterapie, poznamenal, že jeho perspektiva byla vedena pesimistickým pohledem na potenciál lidské změny. Smith v roce 1999, že vzrůstající počet evidovaných léčebných postupů, může paradoxně vést k rozbití tradičních teoretických přístupů. Poznamenal, že to může být příležitost pro nový druh metateorie v terapii.

Taktéž napsáno v roce 1999 v „Mezinárodním žurnálu psychoterapie“ Sluneko ukázal svůj epistemologický přístup. Poznamenal, že psychologové musí vést neodsuzující strukturovaný dialog, aby si začali dávat pozor na rozdíly mezi jednotlivými přístupy.

I na konci devadesátých let pokračují integrativní koncepty. Budman (1999) diskutuje časovou efektivitu párové terapie za použití psychoanalytických, na řešení orientovaných a kognitivních přístupů. Také Shirk (1999) vykreslil ve své literatuře užitečnost integrativní dětské terapie.

Tímto končí naše kapitola a historický pohled na dvacáté století. Je to bod, kde se zastavíme, i když integrace psychoterapie pokračuje i nadále. V jednadvacátém století se setkáváme s inkluzí i integrací ve čtyřdílném sborníku „Srovnávací manuál psychoterapie“ (Lebow 2002).

VÝVOJ PROFESIONÁLNÍ SÍTĚ A INTEGRATIVNÍHO PROSTORU

Když rozpoznali potřebu vzniku referenční skupiny orientované na sbližování terapií, Goldfried a Strupp v roce 1979 vytvořili seznam profesionálů, kteří by se rádi zajímali o terapeutickou integraci a každému individuálně napsali pozvánku, aby se připojili do neformální, profesionální sítě. Se seznamem se stalo málo, až do roku 1982, kdy se Watchell a Goldfried rozhodli přeměnit tuto síť do potenciálního směru. S existujícím seznamem a osobními kontakty rozeslali poštou dotazník. 162 osob se zúčastnilo výzkumu. Respondenti uvedli svůj trvající zájem sbližování a nabídli své názory na to, co by mělo být dále uděláno. Jmenovitě založení časopisu a zformování organizace.

V létě roku 1983 organizační komise, ve které usedli Lee Birk, Marvin Goldfried, Jeanne Phillips, George Stricker, Paul Watchell a Barry Wolfe, se setkali, aby diskutovali nad výsledky dotazníku. Hned bylo všem jasné, že je čas něco udělat s rostoucí sítí a bylo odsouhlaseno založení novin. Skupina diskutovala o možnosti vzniku organizace i vzhledem výstupům z dotazníků. Nakonec bylo rozhodnuto, že bez organizace bude obtížné pokračovat. Jak

poznáměl Goldfried a Wachtell (1983) „Bylo jasné, že potřebujeme dosáhnout rovnováhy, formální organizace, která by usnadnila neformální kontakty svých členů. Tak byla založena Asociace pro rozvoj integrativní psychoterapie - SEPI. Členové SEPI reprezentují rozdílné přístupy a zájmy. Někteří jsou profesionálové, kteří sami sebe identifikují v obecném teoretickém rámci, ale uznávají, že jiné školy mají co nabídnout, někteří se zajímají o nalezení společných prvků terapií, jiní by rádi našli způsob, jak spojit existující přístupy, někteří by eventuálně rádi našli totálně nový přístup založený na výzkumech a někteří jsou profesionálové, kteří úplně opustili svůj původní přístup a hledají takový, který je více konzistentní s jejich vlastní praxí. Pro všechny je ale společný respekt a otevřenost k nalezení klinické efektivity.

Interdisciplinární organizace, která se stala mezinárodní, SEPI pořádá konference, na kterých celá řada praktiků a výzkumníků prezentují své současné práce a na kterých je nabízen prostor pro diskusi a výměny názorů. V roce 1991 začala vydávat svůj první oficiální časopis „Žurnál integrativní psychoterapie“. Později založila webové stránky.

Již není novinkou slyšet odborníky na mentální zdraví hovořit o integritě. Knihy na toto téma byly vydávány jedno, dvě desetiletí dozadu. Vycházeli taktéž odborné články v časopisech. Máme například „Žurnál integrativní psychoterapie“, „Integrativní psychiatrii“ a čtvrtletník „Žurnál klinické psychologie“. Jsou zde nabízeny výsledky výzkumů a nejrůznější články (např. o strachu, neplodnosti, panické poruše, odporu, terapeutické alianci). Unikátní na tom je, že to popisuje bez použití teoretického žargonu, že rozdílné přístupy se zde podílí o klinické problémy, ale také jsou zde vyhodnocovány výstupy z výzkumů pro použití v praxi.

Doufáme, že SEPI přispěje k integraci psychoterapie, dá dohromady komplexní model terapeutických intervencí a posílí klinické a výzkumné úsilí ve stále větším počtu profesionálů, kteří se budou zajímat o společný cíl. Duch doby je citlivější na integrativní úsilí, než kdy dosud byl. Integrace psychoterapie již není jen myšlenka, která je zvláštní či směšná. Je to naše naděje, že uvnitř pohostinného kontextu dojde k významnému sblížení.