

Fletcher, Ashleigh C. a Delgado, Jaime. Psychotherapists' personality traits and their influence on treatment processes and outcomes: A scoping review. Online. *Journal of clinical psychology*. 2022, roč. 78, č. 7, s. 1267-1287. ISSN 0021-9762. Dostupné z: <https://doi.org/10.1002/jclp.23310>.

Osobnostní rysy psychoterapeutů a jejich vliv na léčebný proces

Zpracovala: PhDr. Tereza Bryns, K18

Studie s názvem "Osobnostní rysy psychoterapeutů a jejich vliv na léčebný proces" je přehledem, který zkoumá, jak osobnostní rysy psychoterapeutů, zejména ty, které jsou definovány v pětifaktorovém modelu (FFM), ovlivňují různé aspekty terapeutického procesu a výsledky léčby. Tento přehled zahrnoval analýzu 27 studií s cílem porozumět souvislostem mezi osobnostními rysy terapeutů a jejich volbou terapeutické orientace, interpersonálními dovednostmi, terapeutickými kompetencemi, věrností modelu, výsledky léčby, terapeutickým spojenectvím a faktory, jako je odolnost terapeuta, stres a spokojenost s prací. Zjištění naznačují, že zatímco osobnostní rysy terapeutů jsou významně spojeny s jejich terapeutickou orientací a interpersonálními dovednostmi, důkazy o jejich vlivu na léčebné výsledky se různí. Studie poukazuje na složitý vztah mezi osobnostními rysy terapeutů a terapeutickým procesem a vyznačuje oblasti, kde je zapotřebí dalšího výzkumu.

Osobnost, jak ji definoval psycholog Allport v roce 1961, je dynamická vnitřní organizace, která utváří charakteristické chování a myšlení jedince. Toto pojetí zdůrazňuje roli stabilních osobnostních rysů při ovlivňování vzorců myšlení, cítění a chování. Raný výzkum Allporta a Odberta položil základy pro identifikaci klíčových osobnostních rysů, což vedlo k vytvoření pětifaktorového modelu (FFM) McCraem a Costou. Tento model, ověřený v různých kontextech a kulturách, rozděluje osobnost do pěti hlavních rysů: otevřenost vůči zkušenosti, svědomitost, extravertze, přívětivost a neuroticismus.

Význam těchto rysů přesahuje rámec individuálních rozdílů a ovlivňuje významné životní výsledky, jako jsou studijní a pracovní úspěchy, dlouhověkost a mezilidské vztahy. V kontextu psychoterapie je role osobnostních rysů pacientů dobře zdokumentována a vykazuje podstatný vliv na procesy a výsledky terapie. Ve výzkumech byly osobnostní rysy propojeny s různými aspekty zapojení se a účinnosti terapie, např. neuroticismus často s negativními důsledky.

Vliv osobnostních rysů terapeutů na psychoterapeutické procesy však zůstává méně prozkoumán. Některé výzkumy sice uznávají význam interpersonálních dovedností a postojů pro účinnost terapie, ale přímý vliv osobnostních rysů terapeutů, zejména v rámci FFM, nebyl ve dříve publikovaných přehledech primárním tématem. Tato mezera ve výzkumu vedla k iniciování tohoto přehledu, jehož cílem je shrnout zjištění ze studií, které konkrétně měří osobnostní rysy terapeutů a jejich souvislosti s psychoterapeutickými procesy a výsledky.

Klíčová zjištění studie jsou rozdělena do 7 rozsáhlejších témat:

1) Terapeutická orientace

Výzkumy ukázaly významné souvislosti mezi osobnostními rysy terapeutů a jejich teoretickou orientací. Vlastnosti jako vyšší svědomitost (a nižší otevřenost a neuroticismus) byly spojeny s kognitivně behaviorální orientací, zatímco vyšší otevřenost a neuroticismus (a nižší svědomitost a přívětivost) byly spojeny s psychodynamickou orientací. Humanisticky/existenciálně orientovaní terapeuti vykazovali rysy jako nižší svědomitost a vyšší otevřenost a přívětivost, ale také vyšší

neuroticismus. U systematicky orientovaných terapeutů nebyly identifikovány žádné specifické rysy, integrující či elektičtí terapeuté vykazovali vůči terapeutům s jednou teoretickou orientací nižší svědomitost.

2) Interpersonální dovednosti

Osobnostní rysy terapeutů, zejména přívětivost, extraverte a otevřenost, byly obecně spojeny s pozitivními mezilidskými dovednostmi – s vysokou empatií, opravdovostí, respektem ke klientům a věímavostí a orientací na rozmanitost. Slabá souvislost byla zjištěna také mezi těmito osobnostními rysy a tendencí terapeuta k pláči při terapii.

3) Terapeutické kompetence

Zdá se, že některé rysy, jako je otevřenost, emoční stabilita a svědomitost, posilují vnímání vlastních terapeutických kompetencí, zatímco rysy, jako je neuroticismus, mohou mít na některé aspekty těchto kompetencí negativní dopad. Např. Otevřenost vůči zkušenostem pozitivně korelovala s dobrým hodnocením vlastní kompetence terapeuta pracovat s LGB klienty. Otevřenost, emoční stabilita a svědomitost byly propojeny s dobrým sebehodnocením práce se skupinou a s úzkostnými klienty. Nižší svědomitost byla spojena s vyšším výskytem zpráv terapeutů o zhoršení stavu klientů a vyšší neuroticismus byl spojen s horším vhladem do výsledků terapie.

4) Věrnost modelu

Tato podkapitola poukazuje na složitý a někdy rozporuplný vztah mezi osobnostními rysy terapeutů a jejich lpěním na konkrétních terapeutických modelech nebo technikách. Zatímco některé studie naznačují, že rysy jako otevřenost vůči zkušenosti mohou negativně ovlivňovat věrnost modelu práce, jiné neprokazují žádné významné souvislosti, což naznačuje, že tento vztah se může lišit v závislosti na kontextu a konkrétních terapeutických modalitách. Jedna ze studií se např. zaměřovala na rozdíly mezi terapeuty s určitými osobnostními rysy a KBT technikami pro poruchy příjmu potravy (CBT-ED), které uváděli, že používají. (Extraverte byla propojena s častějším používáním základních technik CBT-ED, jako jsou deníky, kognitivní restrukturalizace a expozice, zatímco svědomitost byla spojena s kombinací expozice, schématické terapie a trávení většího množství času s klienty, když nebyly dokončené deníky.)

5) Výsledky léčby

Jedna ze zmíněných studií přináší zjištění, že podobnosti mezi osobnostními rysy terapeuta a pacienta (globální osobnostní shoda) silně souvisely se snížením symptomů po léčbě. Další studie, která zkoumala konkrétně neuroticismus terapeuta a výsledky terapeutické léčby zjistila, že neuroticismus terapeuta souvisí se snížením psychických symptomů, nicméně tento vztah byl ovlivněn emoční inteligencí terapeuta. Jiné výzkumy však souvislost mezi neuroticismem terapeuta a výsledky léčby nezjistily.

6) Terapeutické spojenectví

Bylo zjištěno, že neuroticismus, přívětivost a otevřenost terapeuta ovlivňují hodnocení terapeutického spojenectví. Vyšší neuroticismus terapeuta a nižší otevřenost byly spojeny s vyšším hodnocením terapeutického spojenectví ze strany pacientů. Naproti tomu terapeuti s vyšším neuroticismem hodnotili terapeutické spojenectví hůře než terapeuti s nižším neuroticismem. Stejně tak terapeuti s vyšší mírou přívětivosti hodnotili své terapeutické spojenectví hůře než terapeuti s nižší mírou přívětivosti. Další analýzy zaměřené na konkrétní rysy osobnosti ukázaly, že terapeuti s vyšší

neantagonistickou orientací (compliance) dostávali od pacientů horší hodnocení terapeutického spojení.

7) Odolnost terapeutů, stres a spokojenost s prací

Neuroticismus terapeuta pozitivně souvisel s vyčerpáním a cynismem, ale negativně s profesní efektivitou (efficacy). Extraverze a svědomitost vykazovaly méně cynismu a vyšší profesní efektivitu (efficacy). Terapeuti s vyšší přívětivostí také vykazovaly vyšší profesní účinnost (efficacy).

Tato přehledová studie zahrnuje více než dvě desítky studií, které zkoumaly souvislosti mezi osobnostními rysy terapeutů podle Big Five a různými aspekty procesu léčby a jejími výsledky. Mezi hlavní zjištění patří:

Osobnostní rysy terapeutů významně ovlivňují jejich terapeutickou orientaci. Vyšší svědomitost souvisí s kognitivně-behaviorální orientací, zatímco vyšší otevřenost a neuroticismus korelují s psychodynamickou orientací. Vyšší otevřenost a souhlasnost souvisí s humanistickou/existenciální orientací.

Existují důkazy, že souhlasnost, extraverze a otevřenost terapeutů přispívají k prospěšným interpersonálním dovednostem, jako je empatie a respekt.

Vztah mezi otevřeností terapeutů vůči zkušenostem a dodržováním konkrétních terapeutických modelů a postupů není konzistentní.

Objevující se důkazy naznačují, že osobnostní shoda terapeuta a pacienta může pozitivně ovlivnit terapeutické spojení a výsledky terapie, ale závěry v této oblasti jsou zatím nejisté.

Celkově zjištění této studie naznačují složitou souhru mezi osobnostními rysy terapeutů a různými aspekty terapeutického procesu. Zatímco mezi osobnostními rysy a terapeutickou orientací a interpersonálními dovednostmi byly zjištěny jasné vazby, vliv na výsledky léčby a terapeutické spojení byl méně jasný a v jednotlivých studiích poněkud nekonzistentní.

Přehled zdůraznil potřebu budoucího výzkumu, který by zkoumal interakce mezi osobnostními rysy terapeuta a pacienta. To by mohlo poskytnout hlubší vhled do dynamiky terapeutického procesu a jeho výsledků.