

**Hartl, Pavel: Komunita občanská a komunita terapeutická. Praha, sociologické nakladatelství. 1. Vyd.**

**4. kap. Výcviková komunita. Str. 191 – 210. Výtah uveřejněn s povolením autora.**

---

#### **4.1 Metodologie výzkumu**

**4.1.1 Cíl výzkumu** – zjistit vliv psychoterapeutického výcviku na osobnost účastníka. Výcvik i výzkum probíhal pod patronací Kabinetu pro vzdělávání v psychoterapii vedeného docentem Skálou.

#### **4.1.2 Hypotézy**

1. na konci výcviku budou nalezeny změny ve sledovaných osobních vlastnostech každého účastníka v porovnání se stavem zjištěným na začátku výcviku.
2. nálezy jednotlivců utříděné do skupin podle pohlaví, profese, věku a let praxe dají vzniknout meziskupinovým rozdílům.
3. Skupinové rozdíly pomohou oddělit vliv výcvikového programu od vlivu pohlaví, profese, věku a délky praxe.

#### **4.1.3 Metody** – kombinace výzkumných metod:

Deníky – analýza

NID – Nejdůležitější informace dne – denní zápis každého člena výcvikové komunity musel obsahovat jedinou, pro něho nejdůležitější informaci, její zdroj a část programu, kde byla informace získána.

Learyho dotazník interpersonálního chování (128 otázek) – „jak vidím sám sebe“ a „jak mě vidí druzí“ – standartní výsledky na 2 bipolárních škálách, kterými jsou Dominance/Submise a Lásky/Hostilita

Shostromův dotazník osobnostní orientace (POI) – 150 otázek – osobnostní, životní a sebeaktualizační orientace – 12 škál:

1. časově in/kompetentní
2. vnitřně/zvnějšku řízený
3. ne/seberealizovaný
4. flexibilní / rigidní
5. Ne/citlivý k vlastním potřebám a emocím
6. Ne/spontánní
7. S vysokou /nízkou sebeúctou
8. Ne/akceptuje sebe sama
9. Vidí člověka jako v zásadě dobrého/špatného
10. Ne/přijímá protiklady života jako smysluplné
11. Ne/přijímá vlastní agresivitu
12. Má nízkou/vysokou schopnosti intimních vztahů

Learyho dotazník a Shostromův POI byly účastníky vyplňovány v průběhu výcviku třikrát: v letech 1977, 1979 a 1981.

#### 4.2.2. Shrnutí

V průběhu pětiletého výcviku absolvoval každý z účastníků 500 hodin tréninku v tomto složení:

20 hod. rozcvičky

20 hod. AT

60 hod. speciálních skupin

80 hod. komunitních sezení

320 hod. skupinových sezení

#### 4.3 Výsledky a diskuse- malý vzorek – 24 lidí, bez kontrolní skupiny

4.3.1. Motivace výcviku – ve tvaru písmene U – úroveň motivace je vysoká na počátku výcviku, o něco nižší v jeho polovině a na konci dokonce vyšší než na začátku.

4.3.2 Analýza deníků – zápisy o změnách se začaly poprvé objevovat až během druhého roku výcviku. Nejprve byl oceňován profesionální zisk vyplývající ze znalosti většího množství technik a schopnosti lépe pracovat s pacienty či klienty. Se vzrůstající profesionalitou pociťovali menší emocionální napětí. Zdá se pravděpodobné, že probíhající učení a možnost přenosu znalostí do profesionálního i každodenního života podporuje žádoucí změny osobnosti.

#### 4.3.3 Osobnostní charakteristiky

Nejvýraznější změny v průběhu výzkumu u těch osob, jejichž celkové osobnostní charakteristiky se na počátku výzkumu nejvíce vzdalovaly od standartu – k nejvýraznějším změnám došlo tam, kde byla v době prvního měření nalezena buď extrémně nízká, nebo extrémně vysoká skóre.

Shostromův dotazník POI – průměrná skóre na většině škál se změnila pozitivně. Beze změny zůstala škála 10. Synergie, tj. přijímání života s jeho klady i zápory, č. 8. Sebeakceptování a č. 7. Sebeúcta.

Learyho dotazník interpersonálních vztahů.

Posun od submise k dominanci. Za začátku se větší část účastníků viděla jako dominantní a menší část jako submisivní. Na konce se počet těch, kteří se viděli jako dominantní, ještě zvýšil (16:4) Posun k dominanci se týkal výhradně žen.

Opačný a velmi výrazný posun byl nalezen na škále Láska/Hostilita. Na začátku se menší část účastníků nalézala v oblasti hostility a větší v oblasti lásky. Na konci se jich více nacházelo v dimenzi hostility a méně v dimenzi lásky. Dimenze hostility – posun směrem k hostilitě byl způsoben hromadným akceptováním takových rysů charakteru, jako je: samostatnost, nezávislost, sebevědomí, sebejistota, schopnost být užitečný, zdravě skeptický, praktický, přímočarý, tedy rysů, které jsou pro terapeuta žádoucí a důležité. A odmítáním rysů, jako je: snaží se být vždy přátelský, dobrosrdečný, laskavý, tedy opět rysů, které ve vyšší intenzitě nemusejí být v psychoterapii ku prospěchu. Přinejmenším pro nebezpečí brzkého vyčerpání se.

Porovnání preferencí na začátku a na konci výcviku ukazuje, že několik rysů přestali účastníci považovat za důležité (ochotný, ohleduplný, společenský) a jiné naopak stouply v ceně ( ochotný poslouchat druhé, schopný ovlivňovat druhé, schopný rozzlobit se, schopný vést, spoléhá se na sebe, je užitečný druhým).

#### 4.3.4. Muži a ženy

Nejvýraznější rozdíl mezi oběma pohlavími a největší posun od prvního do třetího měření byl nalezen na škále č. 9. , tj. pohled na člověka, v Shostromově dotazníku POI. Na počátku výcviku muži považovali člověka v zásadě za dobrého, ženy za špatného. Postoj žen se postupně měnil a v době třetího měření již na této škále dosáhli dokonce vyšší skóre než muži.

Tento náález byl posílen podobným posunem na škále č. 10. Přijímání života s jeho klady i zápory. V Shostromově dotazníku jsou tyto dvě škály (tj. č. 9 a 10) dohromady indikátorem vědomého akceptování života a dobré sebeaktualizace.

Škále č. 6 Spontaneita – původní nízká hladina spontaneity se u mužů zvyšovala a na konci výcviku se muži vyrovnali vysoké úrovni spontaneity žen.

Poslední signifikantní rozdíly byly nalezeny na škále č. 1 Časová kompetence. Obě pohlaví žila na začátku výcviku mimo přítomnost, muži více než ženy. Do konce výcviku se výsledky obou zlepšily ve stejných proporcích.

Skóre žen stouplo směrem k vyšší dominanci - růst dominance u žen je mnohem snazší než u mužů.

#### 4.3.5 Psychiatři a psychologové

Skupina psychiatrů měla na začátku signifikantně vyšší skóre na škále č. 6 Spontaneita. Skupina psychologů měla vyšší skóre na škále č. 3 Sebeaktualizace, v čase třetího měření psychiatři dosáhli vyšší skóre. Vyšší skóre měli také na škále č. 10 Synergie a č. 12 Schopnost intimních vztahů.

Na konci výcviku probíhají původně rozdílné celkové profily obou profesí paralelně a velmi blízko u sebe.

#### 4.3.6 Vedoucí a účastníci

Každý z vedoucích měl svou vlastní doménu, v níž na účastníky působil, bez ohledu na to, zda byli či nebyli členy jeho skupiny. Tento komunitní status má sociometrickou podobu. V našem případě byla jedna vedoucí hvězdou emocionální podpory, jeden vedoucí expertem přes profesionální informace, jeden poradcem v otázkách každodenního života, jedna poradkyně v otázkách rodinných problémů, jeden mistrem humoru a jedna vedoucí byla odbornicí přes ženskou samostatnost a emancipaci. Tyto osobnostní charakteristiky byly vysledovány již ze zápisů z prvního setkání a zůstaly nezměněny po celé pětileté období.

Na začátku výcviku se většina NID netýkala ani osobností účastníků, ani programu komunity..... postupně se měnily. Většina účastníků začala referovat o sobě a o programu. V posledním roce byly proporce 5:4:1 v zastoupení informací o osobnosti – programu – ostatním.

#### 4.3.7. Vztahy mezi skupinami.

V žádném měření nebyla nalezena korelace mezi úrovní sebeaktualizace a věkem. Neexistence vztahu mezi sebeaktualizací, sebeúctou nebo sebepojetím a věkem je často popisována v literatuře (Spencer a Tordoff 1983 a další). Náš výzkum tuto tezi potvrdil.

Learyho osobnostní dotazník – u členů první skupiny bylo v průběhu výcviku nalezeno signifikantně větší sblížení obou pohledů, tj. „Jak vidím sám sebe“ a „jak mě vidí druzí“. U členů druhé výcvikové skupiny jsme našli častější výskyt takových charakterových vlastností, jako je sebejistota, samostatnost, schopnost vést. U členů třetí skupiny jsme našli oba výše zmíněné faktory, ale ani jeden nepřevažoval.

#### 4.3.8 Vliv programu

Jedna skutečnost byla pro přístup účastníků k programu pravděpodobně nejdůležitější: vedení komunity zaměřilo veškeré úsilí na psychoterapeutickou praxi a teorii omezilo na minimum. Tak mohli účastníci dosáhnout velmi rychlého pokroku ve své klinické práci. Na začátku výcviku jsme v denících a NID našli silný zájem o různé psychoterapeutické techniky, jako je hraní rolí, psychodrama, hypnoterapie, muzikoterapie, arteterapie a další. To však nebyl konečný výsledek. Účastníci postupně pochopili, že techniky jsou nástrojem, zatímco klíč k úspěchu leží v osobnosti psychoterapeuta.

#### 4.4 Závěry z výzkumu

Pětiletý program psychoterapeutického výcviku se velmi lišil od běžných vzdělávacích programů pro dospělé. Výzkumné výsledky ukázaly, že pro soubor byla charakteristická počáteční nespokojenost účastníků se sebou samými. Tento vnitřní stav vyvolává úzkost a vnitřní napětí. Existují dva nejobvyklejší způsoby, jak odstranit tyto zraňující pocity: unikat mimo realitu tak často, jak je to jen možné, pomocí denního snění, drog, abúzu televize, filmů, četby apod., nebo trvalá aktivita s cílem získat hodně peněz, majetku, vysokou sociální pozici, moc.

První dva roky výcviku se ukázaly jako ne právě snadné. Osobnosti účastníků se staly více či méně dezintegrované vlivem skupinových a komunitních setkání. Zisk z naučených technik jim pomohl toto nesnadné období překonávat.

...vliv komunity se projevil v osobnostních změnách každého z účastníků. Příslušníci obou pohlaví si však podrželi svá specifika, zatímco profesní skupiny psychiatrů a psychologů se sblížily.

Lez předpokládat, že pokud by byly výcvikové skupiny pracovaly odděleně, vedoucí by v rámci naznačených tendencí ovlivnili členy svých skupin v daleko větší míře. Komunitní uspořádání a častá setkání celé komunity pomohla využít schopnosti každého z vedoucích ve prospěch všech účastníků a jednostrannost jejich učebních stylů v působení na členy vlastní skupiny omezit na minimum.

Další výhodou komunitního uspořádání je střídání skupinových a komunitních sezení. Silné a ohrožující emocionální prožitky z vystoupení, které se odehrálo před celou komunitou, mohou být uvolněny v emocionálně podpůrném skupinovém sezení. Podobný účel měl v programu i autogenní trénink. Vedoucí jednotlivce, skupiny a celé komunity jsou tři rozdílné kvality. Osobní prožitek v tomto směru zvyšuje senzitivitu v práci psychoterapeuta.

Program byl eklektický. Zahrnoval téměř vše, co je k dispozici v současné psychoterapii. Ačkoli preference jednotlivých technik a částí programu byly velmi individuální, analýza deníků a NID potvrdila velkou účinnost neverbálních technik, jako jsou všechny druhy arteterapie, muzikoterapie, psychogymnastika, pantomima aj. Z verbálních technik bylo shledáno za nejúčinnější psychodrama. Z behaviorálních technik hraní rolí.

Vedoucí skupin - největší zisk přicházel prostřednictvím zpětné vazby od kolegů, od vedoucího komunity i hlavního supervizora. Dostávali zpětnou vazbu i od účastníků, majících též dobrý vhled do lidského chování; koneckonců jsou to rovněž profesionálové