

**Pražská vysoká škola psychosociálních studií**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**2015**

**ORNELLA LEHNERTOVÁ**

# **Pražská vysoká škola psychosociálních studií**



## **Subjektivní vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na partnerské vztahy studentů PVŠPS**

Ornella Lehnertová

Vedoucí práce: Mgr. Martin Prokeš

**Praha 2015**

**Prague college of psychosocial studies**

**Students subjective perception of influence of  
psychotherapy training on partnerships at PVŠPS**

Ornella Lehnertová

The Diploma Thesis Work Supervisor: Mgr. Martin Prokeš

**Prague 2015**

*Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.*

*V Praze dne 27.4.2015*

.....

**Anotace:** Autorka této práce se snaží o zmapování a popsání možných vlivů psychoterapeutického výcviku na partnerské vztahy studentů PVŠPS. Za tímto účelem využívá kvalitativních metod. V rámci předvýzkumu realizuje ohniskovou skupinu, která slouží k získání předběžných informací o frekventanty vnímaném vlivu výcviku na jejich partnerské vztahy. Tyto výsledky následně využívá k vytvoření scénáře pro individuální rozhovory výzkumného šetření. Individuální rozhovory jsou zaměřené na vliv výcviku na vlastní roli ve vztahu, roli partnera a obecný pohled a přístup k partnerským vztahům.

**Klíčová slova:** psychoterapeutický výcvik, skupinová práce, vlivy, partnerské vztahy, IPA

**Abstract:** Author of this thesis is trying to map and describes potencial influences of psychotherapy training on PVŠPSs students partnerships. For this purpose author has selected qualitative methods. At first, for getting some information of students perceived influnces of psychotherapy training on their partnerships, author is realizing focus group as a pilot study. Results of focus group were used for creating a script of individual interviews. Individual interviews are focused on students role in partnerships, the role of their partner and general perception and attitude to partnerships.

**Key words:** psychotherapy training, groups work, influences, partnerships, IPA

# OBSAH

ÚVOD.....	4
1 PSYCHOTERAPEUTICKÝ VÝCVIK VE SKUPINOVÉ PSYCHOTERAPII.....	5
1.1 Skupinová terapie ve zkratce .....	5
1.2 Cíle a smysl psychoterapeutického výcviku.....	6
1.2.1 Osobnost frekventanta .....	6
1.2.2 Interpersonální vztahy .....	6
1.2.3 Dovednosti.....	6
1.3 Podmínky přijetí .....	7
2 KOMUNITNĚ SKUPINOVÝ VÝCVIK NA PVŠPS.....	8
2.1 Struktura .....	8
2.1.1 Výcviková komunita.....	8
2.1.2 Výcviková skupina .....	9
2.2 Program .....	9
2.3 Časové vymezení.....	10
2.4 Výcvik daseinanalytický a psychodynamický.....	10
2.4.1 Daseinanalytický výcvik.....	10
2.4.2 Psychodynamický výcvik .....	11
2.4.3 Podmínky přijetí .....	12
2.5 Specifika výcviku na PVŠPS.....	12
2.5.1 Frekvence setkávání .....	13
2.5.2 Věk frekventantů .....	13
3 PARTNERSKÉ VZTAHY .....	14
3.1 Partnerský vztah .....	14
3.2 Vznik milostného vztahu .....	14
3.3 Výběr partnera .....	15
3.4 Role v milostném vztahu .....	17
3.5 Komunikace.....	17
3.5.1 Transakční analýza .....	17
3.5.2 Sebeodhalení a otevřenost v milostném vztahu.....	18
3.5.2.1 Faktory ovlivňující sebeodhalení.....	19
3.5.2.2 Motivace pro sebeodhalení.....	20
4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	22

4.1 Cíle výzkumného šetření .....	22
4.2 Předvýzkum .....	22
4.2.1 Metoda sběru dat .....	22
4.2.1.1 Ohnisková skupina .....	22
4.2.1.2 Struktura OS .....	22
4.2.2 Soubor.....	23
4.2.2.1 Výběr souboru .....	23
4.2.2.2 Charakteristika souboru .....	24
4.2.3 Průběh OS.....	25
4.2.4 Technika vyhodnocení dat.....	26
4.2.5 Závěry OS.....	27
4.2.5.1 Milostný vztah .....	27
4.2.5.2 Vlastní role .....	28
4.2.5.3 Role partnera.....	29
4.2.5.4 Komunikace.....	29
4.2.5.5 Sdílení vztahu na skupině .....	29
4.2.6 Znění otázek .....	30
4.3 Výzkumné šetření .....	30
4.3.1 Metody výzkumného šetření .....	30
4.3.1.1 Průběh rozhovorů .....	31
4.3.2 Soubor.....	31
4.3.2.2 Charakteristika souboru .....	31
4.3.3 Interpretativní fenomenologická analýza .....	32
4.4 Výsledky.....	32
4.4.1 Analýza výsledků .....	33
4.4.1.1 Sebereflexe a sebepojetí .....	33
4.4.1.2 Komunikace.....	34
4.4.1.3 Získání vlastní hodnoty .....	35
4.4.1.4 Pohled na nevěru a nezávazný sex .....	35
4.4.1.5 Skupina jako „odraz reality“ partnerských vztahů .....	36
4.4.1.6 Sdílení partnerského vztahu na skupině .....	36
4.4.1.7 Reakce partnera na účast ve výcviku.....	37
4.4.1.8 Dojezd.....	37



4.4.1.9 Ukončení partnerského vztahu .....	38
4.4.1.10 Negativně hodnocené vlivy výcviku .....	38
4.4.1.11 Absence vlivu výcviku .....	38
4.5 Závěr výzkumného šetření .....	38
4.6 Diskuze .....	39
ZÁVĚR.....	432
LITERATURA .....	43
PŘÍLOHY .....	1
Příloha č. I .....	1
Příloha č. II .....	2
Příloha č. III.....	4

## ÚVOD

Motivací pro výběr daného tématu, je vlastní účast autorky v psychoterapeutickém výcviku a zkušenost s milostným vztahem, jehož průběh a vlastní roli v něm považuje za výcvikem ovlivněný. Také ostatní frekventanti toto téma často přinášeli na skupinu. Proměny v jejich preferencích, přístupu a způsobu vztahování v partnerském životě, byly inspirací pro zaměření výzkumného šetření na tuto problematiku. Dalším důvodem byla také nedostatečná probádanost dané oblasti a s tím spojená touha po možnosti získání nových poznatků.

Autorka nejprve představuje principy skupinové terapie, kterých využívá také psychoterapeutický výcvik. Dále se autorka věnuje samotnému psychoterapeutickému výcviku, jeho smyslu, oblastem, na které působí, časovému rozložení a v neposlední řadě také podmínkám pro přijetí.

V další kapitole autorka charakterizuje koncept komunitně skupinového výcviku a jeho jednotlivé složky, výcvikovou komunitu a výcvikovou skupinu, včetně programu. Poté představuje dva hlavní směry psychoterapeutického výcviku poskytované na PVŠPS – daseinanalytický a psychodynamický. Dále se věnuje struktuře a konceptu komunitně skupinového výcviku na PVŠPS a možným vlivům tohoto konceptu na práci ve skupině.

Autorka předkládá různá pojetí partnerského vztahu a zabývá se jeho vznikem a průběhem. Dále se věnuje způsobu výběru partnera a možným vlivům, které jej mohou ovlivnit. Také se soustředí na mezilidskou komunikaci v rámci níž představuje Berneho transakční analýzu. Opomenuta nezůstává ani oblast sebeodhalení a motivace k její realizaci.

V praktické části autorka nejprve představuje cíle výzkumného šetření a metody, které za tímto účelem využívá. Dále prezentuje výsledky předvýzkumu a v závěru kapitoly předkládá výčet předpokládaných oblastí milostného vztahu, ve kterých dle odpovědí respondentů došlo vlivem výcviku ke změně. Nakonec předkládá možné hypotézy pro další výzkumné šetření.

# 1 PSYCHOTERAPEUTICKÝ VÝCVIK VE SKUPINOVÉ PSYCHOTERAPII

## 1.1 Skupinová terapie ve zkratce

V procesu psychoterapie dle Yaloma dochází k vyjadřování emocí, které jsou následně reflektovány. Stejně je tomu i v terapii skupinové, ve které si každý člen během krátké doby vytvoří ve skupině tzv. Interpersonální roli. Tato role je svou povahou podobná té, kterou dotyčný zaujímá ve svém životě mimo skupinu. Velkou výhodou je, že toto formování probíhá v reálném čase, a tak umožňuje reflektování těchto procesů, což napomáhá dotyčnému k pochopení chování, které danou roli vytváří. Ve skupině si členové začínají uvědomovat vlastní odpovědnosti za svůj život. Přijímají svůj podíl „viny“ za nesnáze, které je v životě potkaly a také to, že pouze oni sami jsou těmi, kteří svůj život mohou změnit (Yalom, 2003).

Kratochvíl ohledně účinných faktorů skupinové psychoterapie říká, že zjištění, že sdílené problémy, které do té doby považovali členové za ojedinělé a mnohdy odsouzení hodné, nejsou vlastně tak vzácné, spolu s podporou ostatních členů funguje jako podpůrný faktor terapie. K tomuto sdílení je však neprve potřeba, aby se v prostředí skupiny vytvořil bezpečný prostor. Tento pocit bezpečí se utváří skrze emoční podporu, naslouchání, snahu porozumět, vyjadřování empatie a pochopení, absenci odsuzování a akceptaci člena takového, jaký je se všemi svými myšlenkami a pocity. Tento korektivní zážitek umožňuje členům přenést nabyté zkušenosti do života mimo skupinu (Kratochvíl, 2005) a změnit tak nevhodné vzorce chování ve vztahu k druhým lidem. Zpětné poskytování tohoto zážitku druhým dle Kratochvíla napomáhá k získání vlastní hodnoty, sebedůvěry a pocitu užitečnosti. Dosáhnout daných cílů v rámci terapie napomáhá členům skupiny možnost vidět pokroky u svých kolegů, a tak hodnotit i své vlastní cíle jako dosažitelné (Kratochvíl, 2005).

Dle Yaloma korektivní emoční zkušenost také umožňuje znovuprožití emočních situací, které nebyly v minulosti zvládnuty, v bezpečném prostředí. Tato korektivní zkušenost zbavuje minulý zážitek traumatického vlivu, protože pouze intelektuální náhled nestačí (Yalom, 2007).

Důležitým prvkem skupinové terapie je dále dle Yaloma také zpětná vazba, skrze ni se členové dozvídají, jak se jejich chování jeví druhým, jaké pocity v nich vyvolává a jak

ovlivňuje vytváření názoru ostatních na dotyčného. Tyto informace jsou důležité, protože ovlivňují sebepojetí dané osoby, které se zpětná vazba týká (Yalom, 2003).

Jako negativní vliv ohrožující skupinovou práci Yalom označuje vznik podskupiny, tedy vztahu více členů či dvojice lidí, kteří mají mezi sebou bližší vztah, nežli s ostatními členy skupiny. Jako největší problém této podskupiny vidí Yalom loyalitu. U členů podskupiny může dojít k upřednostnění důležitosti a cílů podskupiny před důležitostí a cíly skupiny. Pokud se jedná o vznik sexuálního vztahu, platí to dvojnásob. Pro milostnou dvojici se stává jejich vztah ústřední a není nic, co by před ním upřednostnila. Může tak dojít ke snížení otevřenosti, odmítání prozradit o sobě důvěrné informace, jejich projev je zatížený snahou udělat dojem na druhého a do pozadí se tak dostávají ostatní členové skupiny, terapeuti i samotná terapie. Není proto výjimkou, že jeden z páru skupinu opustí, aby byl tento stav zvrácen (Yalom, 2007).

## 1.2 Cíle a smysl psychoterapeutického výcviku

### 1.2.1 Osobnost frekventanta

Dle Kožnara by cílem výcviku měl být osobnostní růst frekventanta, zlepšení sebereflexe a jeho sebepoznání. Prohloubení sebepoznání slouží k tomu, aby případné aspekty osobnosti, které by mohly negativně ovlivňovat průběh psychoterapeutického procesu, byly poznány a zvládnuty takovým způsobem, aby ztratily svůj negativní náboj. Dále by měl výcvik optimalizovat frekventantovo prožívání, chování, postoje a názory. Měl by jej zbavit také nepříjemných zábran a bloků (Kožnar, 1987). Hort přidává snížení míry případných neurotických tendencí či dalších psychologických fenoménů (cit.dle Kožnara, 1987, s.8). Tedy zbavení se všech možných překážek pro kvalitní vykonávání praxe.

### 1.2.2 Interpersonální vztahy

K problematice interpersonálních vztahů Kožnar udává, že by výcvik měl vést k prohlubování a optimalizaci sociálních vztahů a k zpřesnění sociálního vnímání. Se kterým souvisí také zvýšení sociálního zájmu o druhé (Kožnar, 1987).

### 1.2.3 Dovednosti

Dle Plhákové dochází k osvojování a upevnění nových dovedností a znalostí skrze životní zkušenosti (Plháková, 2007), vlastní prožívání a činnost. A protože výcvik umožňuje frekventantům zážitek studovaných jevů sám na sobě, zdá se být dle Yaloma jedinečnou

formou jinak nedostupného učení těchto jevů (Yalom, 2007). Dle Urbana tato forma může vést ke zkvalitnění kompetencí psychoterapeuta (cit.dle Kožnar, 1987, s.5).

Kožnar uvádí, že díky tomu, že frekventanti mají možnost zažít základní skupinové procesy, mezilidské interakce, rozbory intrapsychické dynamiky či nácvik práce se skupinovou dynamikou, které spolu s nabytými vědomostmi a zkušenostmi ohledně aplikace psychoterapeutických technik a postupů, přispívají k lepší orientaci v oblasti skupinové a individuální terapie a k jejímu adekvátnějšímu zvládnání a řízení (Kožnar, 1987).

### 1.3 Podmínky přijetí

Podmínky k přijetí do výcviku jsou různé v závislosti na společnosti, která výcvik zařizuje. Avšak pro zájemce o vstup do výcviku je vždy dána věková hranice. Například PVŠPS nabízí výcviky pro veřejnost od 23 let (PVŠPS, 2015), svým studentům však umožňuje výcvik navštěvovat již od 19 let. Slea umožňuje nástup do svého výcviku v logoterapii a existenciální analýze zájemcům od 24 let (Slea,2015), institut pro výcvik v Gestalt terapii požaduje minimální věk zájemců dokonce 25 let (Institut pro výcvik v Gestalt terapii, 2015) a stejně tak je tomu u výcviku pořádaném společností Remedium II (Remedium Praha, 2015). Různé organizace také mohou mít požadavek na dosažené vzdělání uchazečů. Již zmíněný institut pro výcvik v Gestalt terapii vyžaduje ukončené bakalářské studium s humanitním zaměřením (Institut pro výcvik v Gestalt terapii, 2015), společnost Remedium II zase požaduje minimálně rok trvající praxi v oboru. (Remedium Praha, 2015).

## 2 KOMUNITNĚ SKUPINOVÝ VÝCVIK NA PVŠPS

Soukal uvádí, že tato forma komunitního výcviku ve skupinové psychoterapii byla realizována již od roku 1967 týmem docenta Skály v rámci České lékařské společnosti (cit.dle Kožnara, 1986, s.6). Jak název napovídá, komunitně skupinový výcvik umožňuje frekventantovi zažít nejen skupinový způsob terapeutické práce, ale také způsob práce komunitní.

Králíčková uvádí, že frekventant výcviku prochází nejprve sebezkušenostní částí, ve které má možnost dojít k lepšímu sebepoznání, získat náhled a vhled do struktury svého osobního ale i rodinného vývoje, včetně svých potencií a patologií. Také je to prostor pro osobnostní růst a zrání, posílení vlastního „já“, zlepšení svých dovedností v rámci komunikace, zvýšení sociální inteligence a posílení své odolnosti vůči sociální zátěži. Frekventant je vystaven svým symptomům a poruchám a také získává zkušenost s dalšími účinnými faktory psychoterapie (Králíčková, 2002). Následující dva roky slouží k nácviku terapeutických dovedností a členové již sami přebírají vedení skupinové práce.

Dle Růžičky tento koncept komunitně skupinového výcviku přináší také možnost porovnávání fungování v jiných skupinách, což napomáhá zjištění, jakým směrem se chce frekventant vydat a co mu více vyhovuje (Jiří Růžička, 26.2. 2015, pers. comm).

### 2.1 Struktura

#### 2.1.1 Výcviková komunita

Existenci výcvikové komunity klade Růžička jako podmínku pro vznik a následné fungování psychoterapeutické skupiny. Komunitu označuje společenstvím mající své vlastní cíle, pravidla fungování i svou vlastní kulturu. Její podoba a organizace vychází z vnitřního smyslu daného společenství. Z tohoto smyslu se dále také odvíjí pravidla a organizace setkávání jejích členů, jejich náplň, cíle, poslání, pravidla. V neposlední řadě také formuje práva a povinnosti jejích členů (Růžička, 2011). Mezi důležité hodnoty komunity také patří: *„otevřenost, respekt, přijetí sebe i druhých, péče o důstojnost, čest a toleranci.“* Cílem komunity je získat a osvojit si vědomí a praxi lidské vzájemnosti. (PVŠPS, 2015).

Růžička zmiňuje také speciální součást komunity, kterým je komunitní kuloár. Ten vzniká mimo prostor výcvikové komunity či skupiny a slouží ke sdílení osobního života a navazování neformálních vztahů. Výcviková vedoucí nebývají jeho členy. Výcviková komunita, se skládá z dvou, maximálně tří skupin a je současně komunitou studentskou. Je

zázemiím pro sebezkušenostní skupiny a studentům slouží také k supervizi praxí, realizaci seminářů, či organizaci studentských aktivit (Růžička, 2011).

Dle Růžičky díky existenci komunitního společenství mají studenti možnost aplikovat výsledky ze sebezpoznání rovnou ve vztahu s ostatními členy komunity, tedy relativně bezpečném prostředí s možností zpětné vazby (Jiří Růžička, 26.2. 2015, pers. comm).

### **2.1.2 Výcviková skupina**

Společenství skupiny, které je tvořeno 8 - 12 lidmi, je již sdíleno pouze jejími členy. Atmosféra skupin bývá intimnější nežli atmosféra komunity a i vztahy mezi členy skupiny mohou být bližší a intimnější vzhledem ke sdílení osobních událostí. Dle Zlámaného dochází v rámci skupiny k facilitaci sebezkušenosti jejích členů a k postupnému setkávání se sebou samým a současně k setkávání s druhými lidmi (Zlámaný, 2013).

Výcviková skupina se dle Růžičky zakládá na principech úplného a bezpodmínečného přijetí svých členů. Dominantními znaky jsou úcta, respekt, blízkost, důvěra a pocit bezpečí. Jejími důležitými hodnotami jsou láska, svoboda, tolerance a rovnost.

Opatření, která jsou nezbytná pro soužití ve skupině, jsou tvořena takovými podmínkami, aby každý člen skupiny měl možnost uplatnit své osobité zájmy bez narušení smysluplného života ve skupině (Růžička, 2011).

Skupinová práce, ve které se klade důraz na autentické, bezprostřední a otevřené projevy chování členů skupiny, je dle Hartla ve své podstatě psychoterapií ve skupině (Hartl, 2004).

## **2.2 Program**

Program komunitního výcviku, tedy výjezdu, kde jsou přítomny všechny skupiny komunity, může začít již ranní rozvíčkou. Následuje společná snídane a ranní komunitní setkání, neboli ranní komunita. Tato komunita slouží k sdílení zážitků či pocitů z minulého dne či noci, společně se vedou debaty na různá témata, která členy komunity nějakým způsobem aktuálně oslovují. Je zde také prostor pro řešení provozních či jakýchkoliv jiných problémů. Ranní komunita trvá 60 minut a její vedení postupně přebírají její členové komunity.

Na ranní komunitu navazuje, 2-3 krát denně, skupinový výcvikový program. Jedná se tedy o setkání pouze členů dané skupiny. Skupiny trvají 90 minut a jsou mezi nimi 30- ti minutové přestávky.

V poledne je společný oběd, po němž mají členové komunity osobní volno. Volno trvá 2 až 3 hodiny.

Program dále pokračuje zpravidla dalšími skupinovými sezeními.

Společná bývá také večeře, po které následuje klub. Klub slouží k odpočinku členů komunity, a proto je tvořen například společenskými hrami či sledováním filmů. Poté je osobní volno. Večerka nebývá stanovena.

Každé komunitní setkání je opět ukončeno závěrečnou komunitou, která slouží k uzavření výcviku. Sdílí se dojmy, pocity z výcviku či myšlenky, se kterými frekventanti nechtějí opouštět výcvik. Závěrečná komunita trvá opět 90 minut.

Dvakrát za rok se uskutečňují také pouze skupinová setkání. Jedná se tedy o výcvik dané skupiny, který se může sice konat ve stejný termín a na stejném místě, ale nejsou zde již přítomny komunitní aktivity.

## 2.3 Časové vymezení

Výcvik na PVŠPS trvá 5 let, během kterých student absolvuje nejméně 500 hodin sebezkušenosti. Je rozdělen na komunitní a skupinová setkání, která bývají rozložena do čtyř několikadenních bloků, z nichž zpravidla bývá jeden pětidenní, jeden třídní a dva dvoudenní (PVŠPS, 2015).

## 2.4 Výcvik daseinanalytický a psychodynamický

### 2.4.1 Daseinanalytický výcvik

Tento směr je fenomenologický, neboť se zde vše nechává být tím, čím to je. Nepochází tedy k žádnému převádění ani redukci odehrávaných jevů na něco jiného „v pozadí“. Daseinanalýza na člověka nahlíží jako na bytost, která se primárně řídí porozuměním vlastnímu bytí a také bytí jako takovému (PVŠPS, 2015).

Dle Růžičky spočívá podstata výcviku v procvičování autenticity vlastní existence, jež je za každých okolností vztahová. K dosažení této pravdivosti je zapotřebí upřímnosti, nepředpojatého odpovídání, poctivého a otevřeného vyjadřování k naskytlým okolnostem v průběhu výcviku (Růžička, 2011).



Dle PVŠPS se daseinsanalýza snaží o respektování a porozumění osobité jedinečnosti každého člověka. Také je zde snaha vyhnout se všemu mechanickému a manipulativnímu. Z čehož plynou značné požadavky na nasazení a konstruktivní tvořivost účastníků. Dále vede frekventanta ke konkrétnímu porozumění, které je podloženo otevřeností vůči každému životnímu příběhu, se kterým se jako terapeut může setkat. Daseinsanalytický výcvik se snaží rozvíjet schopnost frekventanta být sám sebou a zároveň být také s druhými.

Skupinový rozhovor se odehrává v rovině přirozené řeči a živé osobní zkušenosti. Všechny přítomné skupinové jevy a události spolubytí se ponechávají ve svých původních a jedinečných významech, tedy bez použití pojmových konstruktů (PVŠPS, 2015).

Ve skupině je možnost vidět projev nezralého jednání či navozování nezralých vztahů relativně brzy skrze sociální chování, vztahy, angažovanost či otevřenost. Tyto vztahy jsou poté také jako neautentické vyloženy. Růžička dodává, že se ty to vztahy: „*Ukazují nejen v sebeodhalujících či sebeobjevných výpovědích členů skupiny během terapie (což je nepochybně cenné) nebo v dodatečných rekonstrukcích odborníků (což může být návodné, ale i zavádějící), ale především ve skupinových situacích, ve kterých se nekrácený a bezprostředně skutečný stav životní (ne)připravenosti prezentuje rovnou, tak říkajíc naživo*“ (Růžička, 2011, s.243)

Spolubytí ve skupině ukazuje a zároveň vytváří vzájemnou odkázanost lidí. Jejím projevem je solidarita, soucit, ochota naslouchat, sdílet a pomáhat (Růžička, 2011).

PVŠPS uvádí, že dosavadní bilance DA výcviku nasvědčuje tomu, že absolvent není zdokonalován jednostranně a cesty k jakémukoliv dalšímu profesnímu růstu a uplatnění mu zůstávají nadále otevřené (PVŠPS, 2015).

#### **2.4.2 Psychodynamický výcvik**

Psychodynamický výcvik je dle PVŠPS zaměřen na dynamiku komunity a skupinových dějů. Zabývá se skupinovými ději aktuální povahy ale také těch, které souvisejí s dětstvím, dospíváním či jinými významnými událostmi života.

Pracuje s pojmy s psychoanalytickou povahou jako je nevědomí, obrana, přenos či protipřenos. Dalšími oblastmi, kterými se psychodynamický výcvik zabývá, jsou například psychosomatické jevy, psychotraumata, krize či sny.

Skupina pracuje se skupinovými jevy a zákonitostmi dané skupiny. Dále se zaměřuje na práci se životopisnými údaji a jejich následným psychodynamickým významem a vlivem na současné mezilidské vztahy a psychické stavy. Také se věnuje práci s přenosem a protipřenosem v procesu skupinového a komunitního dění, stejně jako práci s reálnými vztahy ve skupině a komunitě.

Skupinová práce vede k edukaci komunikačních dovedností a jejich předpokladů, jako např. akceptace, kongruence, empatie, autentičnost, zvládání komunikačně obtížných situací, asertivní chování v atmosféře respektu a sociálního bezpečí.

Komunita se využívá jako bazální společenství pro analýzu přenosu, protipřenosu a zdravého způsobu navazování a udržování vztahu, je rovněž testovacím prostředím psychoterapeutické práce ve skupině.

Během výcviku jsou také realizována setkání s psychoterapeuty v rámci seznámení důležitých psychoterapeutických technik a postupů, které se provádějí v podobných nebo odlišných psychoterapeutických školách a přístupech (PVŠPS, 2015).

### **2.4.3 Podmínky přijetí**

K přijetí do daseinanalytického či psychodynamického výcviku PVŠPS požaduje dokončené středoškolské vzdělání s maturitou, absenci zdravotních potíží a osobnostních rysů, které by mohly být překážkou pro zdárné absolvování výcviku a úspěšné ve výběrovém pohovoru (PVŠPS, 2015). Pro budoucí studenty PVŠPS je stanovena věková hranice 19-ti let.

## **2.5 Specifika výcviku na PVŠPS**

Dle Růžičky lze osobnost terapeuta považovat za „*hlavní nástroj v terapii*“ a je tedy nutno ji do hloubky poznat a také o ni pečovat. Výcvik tedy napomáhá studentům si uvědomit své kvality a omezení, aby tak mohli zodpovědně přistupovat ke své budoucí práci s klienty. A právě to je cílem prvních tří let sebezkušenosti (Jiří Růžička, 26.2. 2015, pers. comm).

Koncepce výcviku na PVŠPS se přesto setkává s kritikou. Nabízí se totiž otázky, zda toto každodenní setkávání členů výcviku negativně neovlivňuje průběh samotného výcviku, zda není ohrožen pocit bezpečí frekventantů, míra otevřenosti a možnost zachování intimity mezi studenty. Také zda není v tomto uskupení obtížné udržet hranice a zda není překážkou samotný věk studentů, který je u většiny frekventantů pod věkovou hranicí umožňující vstup do „běžných“ výcviků.

### **2.5.1 Frekvence setkávání**

V „běžně“ koncipovaném výcviku je setkávání frekventantů mimo výcvik považováno spíše za faktor, který může skupinovou práci znesnadnit.

Zlámaný na druhou stranu tvrdí, že vzhledem k častému setkávání frekventantů na přednáškách, vzájemné poznání neprobíhá pouze v rámci výcviku, ale také skrze vlastní zkušenost z každodenního života. Toto setkávání ve „skutečném světě“ vede k navazování hlubších vztahů mezi studenty a k jejich pravdivějším projevům chování. A je to právě autenticita a blízkost ve vztazích, která pozitivně působí na skupinovou a komunitní práci. Tento koncept také určitým způsobem simuluje pobyt v terapeutické komunitě, a proto tato prožitá zkušenost může být pro studenty velkým přínosem pro jejich možnou práci v komunitách (Zlámaný, 2004).

### **2.5.2 Věk frekventantů**

Ačkoliv se různé organizace ve věkové hranici umožňující účastníkům vstup do výcviku liší, žádná z nich neumožňuje účast ve výcviku lidem mladším 21 let. Na PVŠPS vstupují do výcviku studenti již od 19 ti let. Tento převážně nižší věk frekventantů má však dle Růžičky své opodstatnění.

Díky možnosti vstoupit do výcviku hned na začátku studia, nejsou frekventanti vystaveni tlaku časové náročnosti výcviku a současné potřebě již sebe či rodinu profesí psychoterapeuta živit. V případě nespokojenosti s daným směrem výcviku, mají dostatek času a prostoru pro zahájení výcviku jiného. Vzhledem k mládí, nejsou mnohdy frekventanti příliš zakotveni v životě. Nežijí v manželském svazku, nemají dům, děti a právě díky této skutečnosti, mohou být více otevřeni možnostem, které se jim nabízejí a to bez zatěžující přítomnosti výše zmíněných závazků. Vlivem výcviku vždy dojde k otřesu stávajících vztahů a to včetně vztahů partnerských. Proto jsou důsledky méně závažné v případech, kdy frekventanti nejsou zavázáni manželstvím a dětmi. Samotná možnost lépe poznat sám sebe je spojena s příležitostí také poznat své nároky pro výběr životního partnera (Jiří Růžička, 26.2. 2015, pers. comm). Dle autorky je tak šance předejít rozpadu vztahu v případě navázání milostného poměru s později nevhodným partnerem.

Autorka se dále domnívá, že čím dříve dojde ke změně struktur nefungujících vzorců chování, tím snazší je jejich změna a tím menší je množství z nich plynoucích problémů v životě frekventanta.

## 3 PARTNERSKÉ VZTAHY

### 3.1 Partnerský vztah

Partnerský vztah (dále milostný vztah) je pro účely práce definován autorkou jako: „*citový vztah mezi mužem a ženou, který není nijak časově ohraničen*“.

Willi zastává názor, že v lásce nejde o uspokojování jasně vymezených potřeb, ale o uskutečnění sebe samých. Jedná se o proces vývoje dvou lidí, kteří jsou ve vzájemném vztahu, tento vztah označuje za koevoluci. Láska dále může být také příslibem naplnění a uskutečněním těch nejhlubších tužeb. Společný rozvoj je však omezený a to vzájemným porozuměním a otevřeností milostné dvojice. V milostném vztahu se tedy jedná o: „*Boj o dorozumění a udržování naděje navzdory tomu, že nikdy nemůže být zcela naplněna*“ (Willi, 2011, s. 19).

Dle Golemana může milostný vztah sloužit ke snížení osamělosti, k získání péče a emocionálního povzbuzení, ale také povzbuzení intelektuálního či fyzického. Skrze milostný vztah lze také dojít k posílení sebeúcty a rozvinutí vlastního sebepojetí obou partnerů. Díky schopnosti navázat a udržet milostný vztah se zvyšuje u člověka pocit důstojnosti a pocitu žádanosti. Absence milostného vztahu oproti tomu může vést ke zhoršení psychického a fyzického stavu (cit. dle DeVita, 2001, s. 189).

### 3.2 Vznik milostného vztahu

Dle Williho vzniku milostného vztahu předchází milostná touha. Touha napovídá, že člověku něco schází, že potřebuje druhého, aby se cítil naplněn. Člověk touží být milován, aby se druhému mohl otevřít, aby jej partner spatřil takového, jaký doopravdy je, nebo touží být. Dále touží po bezpodmínečné lásce, přijetí, pochopení spolu s nadějí, že nový vztah vyléčí všechna zklamání ze vztahů minulých ať už partnerských či vztahů z rodiny, ve které vyrůstal.

Po nalezení vhodného partnera přichází zamilovanost, která je terapeutky pokládána za stav, při kterém dochází ke ztrátě kontaktu s realitou a k zamilovanému tak nedoléhají žádné racionální argumenty (Willi, 2011).

Zamilovanost ovšem netrvá věčně, a tak dřív nebo později dochází k určité deziluzi milostného vztahu. Willi se zmiňuje o fázi „*zklamání a osamělosti v lásce*“, kdy dohází

k získání pocitu nenaplnění svých představ o milostném partnerovi, které však nemusí nutně vést ke konci vztahu, ale spíše k jeho prověření.

V období zamilovanosti totiž dochází k idealizaci vztahu, což způsobuje popírání čehokoliv, co by mohlo pár rozdělit, a tak brání jeho vývoji. Pokud tuto fázi pár společně překoná a vzájemně akceptuje druhého takového, jaký je, nikoliv jakého si ho vysnili, spolu s jeho osobitým pojetím lásky a způsobem, jakým ji vyjadřuje, se tato fáze stane mezistupněm pro přerod zamilovanosti v lásku.

Po fázi symbiotické, typické pro období zamilovanosti, tedy přichází fáze autonomie, ve které jako zdroj vlastního vývoje a štěstí člověk již nevidí pouze svého partnera, ale také sebe samého, a tak za sebe v tomto ohledu přebírá odpovědnost. Pokud tohoto partnera schopni nejsou, dochází v této fázi k rozchodu.

Tím, že se člověk odhodlá k milostnému vztahu, ztrácí volnost a nezávislost, protože svůj vlastní vývoj poskytuje v koevolučním vzájemném vlivu také vývoji partnera. Pár tak společně vytváří společný svět, v němž jsou vázáni a ze kterého se nemohou vymanit bez zranění a bolesti (Willi, 2011).

### 3.3 Výběr partnera

Dle Williho předpokladu, že se člověk v rámci vztahu vyvíjí a milostný partner je tím, kdo mu napomáhá k rozvoji v různých oblastech osobnosti, plyne důležitost výběru dlouhodobého partnera, který bude osobnostní rozvoj vhodně podněcovat. Výběr partnera může v mladším věku také sloužit k odpoutání se od vlastní rodiny či neuspokojivých zkušeností z minulosti.

Také upozorňuje na studii Kaisera který udává, že pro generaci před rokem 1968 byla nejdůležitější partnerova blízkost s jeho původní rodinou či stejná sociální vrstva, která měla zajistit stejné postoje a názory. Velmi běžný byl taky sňatek podmíněný neplánovaným těhotenstvím. V těchto rodinách byl často daleko intenzivnější vztah mezi partnerem a jeho rodiči, nežli vztah mezi samotnými partnery, kteří si mezi sebou udržovali určitý odstup (cit.dle Williho, 2011).

Oproti tomu dnes je příležitostí k poznání partnera daleko více a výběr partnera, zdá se, není omezen ničím jiným nežli požadavky samotného člověka, který si partnera hledá.

Dle Freuda existují dva způsoby, kterými dochází k výběru partnera. Při prvním z nich se pro výběr partnera stává předlohou vlastní rodič, který byl v dětství poskytovatelem obživy, péče a ochrany. Druhým způsobem je výběr narcistický, při kterém člověk hledá v partnerovi to, co sám obdivuje na vlastní osobě (cit.dle Williho, 2001, s.107-108).

Willi upozorňuje také na rozlišení způsobu výběru partnera vytvořené Abrahamem který říká, že při neurotické endogamii jsou naše požadavky na partnera odvozené z našeho blízkého vztahu k rodiči, který vede k hledání partnera s podobnými vlastnostmi, oproti tomu při neurotické exogamii hledáme partnera, který se našemu rodiči podobá co nejméně (cit.dle Williho, 2011, s.108).

Jako nejdůležitější vliv pro výběr partnera však Willi označuje vztah k původní rodině. Výběrem partnera se může člověk vydat vlastní cestou a pokusit se tak zamezit opakování chyb ze své primární rodiny (cit.dle Williho 2011, s.108). Toto kritérium se vztahuje především k výběru partnera v mladší dospělosti. Dále důležitou roli hraje sociální status, majetek, postavení v zaměstnání, původ či minulé vztahy potenciálního partnera. Hodnotí se vzhled, povahové vlastnosti, hodnoty a cíle, ale také pocit vlastní prospěšnosti pro partnera (Willi, 2011).

K vlastnostem, které muži a ženy vyhledávají u potencionálních partnerů Buss podotýká, že každý touží po tom, aby jeho partner byl milý a laskavý, což nasvědčuje, že bude dobrým a oddaným rodičem, dále na něj musí být jako na partnera spolehnutí a také musí být inteligentní, aby dokázal řešit každodenní problémy.

V ženě musí muž vyvolávat pocit, že bude dobrým a hodným otcem jejích dětí, že bude schopen vycházet a spolupracovat s příbuznými a společnými přáteli. V neposlední řadě musí muž dokázat finančně zabezpečit rodinu a mít dobrý sociální status.

Muži oproti tomu kladou důraz na mládí a atraktivitu ženy a velice důležitá je pro ně také věrnost.

Za společná kritéria pro výběr partnera u mužů i žen je považována úspěšnost, kouzlo osobnosti, smysl pro humor a možnost snadného vycházení (Buss, 2009).

### 3.4 Role v milostném vztahu

Willi poznamenává, že podoba ženské a mužské role v milostném vztahu se změnila. Dříve odpovídal za finanční zabezpečení rodiny muž a žena měla na starost domácnost a výchovu dětí. Spolu s boji za rovnoprávnost a vzděláváním ženské populace se finanční závislost žen snížila a stejně tak i rozdílnost mezi ženskou a mužskou rolí. Dnes už není výjimkou, že ženy obětují roli matky a věnují se budování kariéry či dokonce dokáží skloubit kariéru a výchovu dětí a to bez výrazné pomoci partnera. Po mužích je tak vyžadována spoluúčast na vykonávání domácích prací, které dříve mohly být sabotovány odkazem na své pracovní vytížení.

Dle Williho poznatků se zdá, že mužská a ženská role již není pevně předepsána, a partneri si tak sami určují podobu vlastní partnerské role, stejně jako si určují podobu samotného milostného vztahu, jehož koncept již není zatížen dříve danými normami. Odpovědnost za vztah tedy přebírají oba partneri, kteří jej společně budují na základě životních pravidel, které vedou k jejich seberealizaci jak v milostném, tak rodinném životě (Willi, 2011).

### 3.5 Komunikace

Pro popsání možné komunikace v milostném vztahu autorka využívá základů mezilidské komunikace.

#### 3.5.1 Transakční analýza

Nejznámějším modelem mezilidské komunikace je Berneho transakční analýza (dále jen TA).

Z Berneho TA se odvozuje analýza komunikace a širše mezilidských vztahů.

Dle Vybírala Berneho TA rozlišuje 3 „*ego-stavy*“ – rodič, dítě a dospělí. TA předpokládá, že během komunikace s druhým, ale také i se sebou samým, se člověk nachází vždy v jednom z výše zmíněných „*ego-stavů*“.

Mezi těmito stavy navzájem a také vůči okolnímu světu, dochází k produkci komunikačních impulsů a odpovědí. Během rozhovoru může dojít k prostřídání všech ego-stavů a k jejich následnému opakování. V rámci ego-stavů člověk komunikuje také sám se sebou a to například tehdy, pakliže dochází k rozporu mezi jednotlivými složkami našeho

„já“. Může tak dojít k pokárání vlastních dětinských pocitů, které se vyskytují ve stavu „dítě“ ego-stavem „dospělý“.

Pro každý ego-stav mohou být typická určitá gesta, mimika, tón hlasu či často používaná slova. Ego-stavy mohou být charakterizovány následovně.

V ego-stavu „rodič“ může být člověk **kritický**, kdy vyčítá, monitoruje, kárá a nabádá, ale také **pečující**, kdy naopak pomáhá, je starostlivý a ochranný.

Ego-stav „dospělého“ je neemoční, konstruktivní a dbající společenských norem.

Ego-stav „dítě“ má stejně jako „rodič“ několik složek.

Může být **přízpůsobivý**, kdy se snadno podřídí, je poslušný a pociťuje strach. **Vzdorovitý** ego-stav je oproti tomu charakteristický vztekem, trucováním, urážením a bouřením se, kdežto pro **svobodný** ego-stav je typická kreativita, odvaha a dovádění. Poslední složkou je tzv. **Malý profesor**, který se chlubí a má tendence poučovat, což působí směšně.

Berne dále dle Vybírala tvrdí, že schopnost vzájemné komunikace ze všech možných poloh ego-stavů je znakem zdravě fungujícího životního partnerství a přátelství (cit.dle Vybírala, 2005, s.185-189).

### **3.5.2 Sebeodhalení a otevřenost v milostném vztahu**

Sebeodhalení lze dle DeVity brát jako typ komunikace, který slouží ke sdělení informace, která je pro partnera nová a která by za běžných okolností měla zůstat utajena. Dochází tedy, v rámci okna Johari, k přesunutí informace z oblasti skrývání do oblasti otevřenosti.



Obrázek č.1 Okno Johari (DeVito, 2001, s. 45)

	Co vím	Co nevím
Co vědí ostatní	Oblast otevřenosti	Oblast slepoty
Co nevědí ostatní	Oblast skrývání	Oblast neznámého

### 3.5.2.1 Faktory ovlivňující sebeodhalení

Faktory ovlivňující komu a jaké množství informací člověk sdělí jsou dle DeVita následující:

#### 1) Osobnost

Zde zasahuje míra extroverze daného člověka, dalo by se říci, že čím vyšší míra extroverze, tím více informací je člověk ochoten o sobě poskytnout. Roli hraje také úspěšnost, dle výzkumů se ukázalo, že míra svěřování je u úspěšných lidí vyšší, nežli u lidí méně úspěšných. Úspěšnější lidé se tak díky větší sebeúvěře nebojí čelit negativním reakcím, které jejich sebeodhalení může způsobit.

#### 2) Kultura

Míra otevřenosti člověka se napříč zeměmi liší. V některých zemích je otevřené vyjádření vlastních pocitů pokládáno za slabost, v jiných se může naopak očekávat.

#### 3) Pohlaví

DeVito mluví také o nechuti mužů sdělovat o sobě informace. Ženy se ukazují jako sdílnější ohledně svých dosavadních vztahů, názorů na kamarádky, své obavy a co nemají rády na svých partnerech. Pro ženy je ve sdílení důležitý pocit intimity, s rostoucí mírou intimity tak vzrůstá také míra sdělování informací, proto se také častěji nežli muži svěřují širšímu okruhu rodiny. U mužů v závislosti na intimitě ke změně příliš nedochází. Ukazuje se, že muži jsou sdílnější nežli ženy pouze při prvních setkáních.

#### 4) Strach

Pokud se muž či žena vyhýbá sdílení, pramení to často z obavy vzniku nežádoucího dojmu. U mužů je to taky strach ze ztráty kontroly a u žen k případnému omezení sdělování vede obava z vyvolání představy emocionální nenormálnosti a následných problému ve vztahu.

#### 5) Posluchač

Důvěrné informace se snadněji sdělují malé skupině lidí, nežli skupině velké. Nejideálnější je skupina dvou lidí, kdy jeden sdílí a druhý naslouchá, protože v takovém uskupení lze snadněji korigovat své sdělení dle zájmu či naopak nezájmu posluchače, tato schopnost se s narůstajícím množstvím posluchačů klesá.

Důležité jsou také emoce vůči posluchači. Spíše člověk sdělí důvěrné informace o sobě někomu, koho má rád a důvěřuje mu (DeVito, 2001). Také se zde objevuje vliv dyadického efektu, který vede dle Berga k tomu, že pokud se člověk druhému svěří, roste pravděpodobnost, že dojde ke svěření i druhé osoby (cit.dle DeVita, 2001, s.52).

#### 6) Téma

Otevřenost je dána také tématem, o kterém se hovoří. Osobní témata se většinou sdělují méně často nežli témata o práci či zálibách, stejně jako si lidé spíše sdělují své úspěchy, nežli prohry. (DeVito, 2001)

### **3.5.2.2 Motivace pro sebeodhalení**

Dle DeVita sebeodhalení napomáhá k dokonalejšímu poznání sama sebe i díky lepšímu a hlubšímu pochopení vlastního chování. Posiluje schopnost vypořádat se s problémy, jakou jsou například pocity viny a odsouzení hodnosti nějaké činu. Pokud dojde ke svěření daného problému a nedojde k očekávanému odsouzení, ale naopak k získání podpory druhého, tyto pocity se mohou zmírnit či dokonce vytratit.

Sebeodhalení je nutné k navázání kvalitních a hlubokých vztahů. Slouží k vyjádření důvěry, respektu a důležitosti druhému. Sebeodhalení druhého napomáhá ke komplexnějšímu pochopení jeho osobnosti, a tak usnadňuje porozumění jeho projevům chování i způsobu komunikace.

Kromě výhod s sebou sebeodhalení také může přinášet jistá rizika. Sebeodhalením se může riskovat ztráta přízně blízkého či nezískání předpokládané podpory a naopak tak může

dojít k odsouzení. Vzhledem k tomu, že sebeodhalení nelze nikdy vzít zpět, je proto potřeba jej v každém případě zvážit (DeVito, 2001).

Autorka se domnívá, že vzhledem k výše uvedeným informacím, může vzájemné sebeodhalení v milostném vztahu vedoucí k lepšímu poznání druhého a k lepšímu pochopení motivů jeho chování, také zabránit vzniku problémů, které mnohdy plynou z pouhého nedorozumění.

## 4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

### 4.1 Cíle výzkumného šetření

Cílem tohoto výzkumného šetření je zjištění, zda frekventanti vnímají vliv výcviku na své partnerské vztahy a případná specifikace oblastí, kterých se tento vliv týká. Autorka využívá nejprve v rámci předvýzkumu ohniskovou skupinu, která slouží k prvotnímu zmapování možných oblastí partnerských vztahů, které mohou být ovlivněny výcvikem, a současně také k vytvoření scénáře pro individuální rozhory. K následnému vyhodnocení získaných dat z rozhovorů dochází pomocí interpersonální fenomenologické analýzy.

### 4.2 Předvýzkum

#### 4.2.1 Metoda sběru dat

Jako výzkumnou metodu pro realizaci předvýzkumu autorka zvolila ohniskovou skupinu.

##### 4.2.1.1 Ohnisková skupina

Morgan říká, že ohnisková skupina (dále OS) je výzkumnou metodu, která slouží k získání kvalitativních dat za využití skupinové interakce v debatě, na badatelem určené téma - ohnisko, které se odvíjí od cílů a výzkumných otázek výzkumu. Účastníci OS jsou s tímto ústředním tématem diskuze seznámeni. Údaje se dále získávají prostřednictvím záznamu skupinové interakce. Ohniskem se rozumí určitá tematická oblast či obecnější fenomén, který je předmětem zájmu. Ohnisko však musí být pevně vymezené a srozumitelné pro všechny účastníky (cit.dle Miovského, 2006).

##### 4.2.1.2 Struktura OS

K získání prvotních informací o tomto tématu a současně orientaci v něm, autorka zvolila polostrukturovaný typ OS. Tato struktura dle Miovského nejen umožňuje dostatečný prostor pro získání nových informací od členů OS, ale také zajišťuje získání odpovědí od všech účastníků a současně je zde i prostor pro otázky členů skupiny (Miovský, 2006).

OS byla nahrávána na videokameru a poté doslovně přepsána, aby obsah sdělených informací byl co nejpřesnější.

K struktuře OS Miovský uvádí, že při polostrukturované OS jsou známy základní tematické okruhy i okruhy modelových otázek. Pořadí a přesné znění otázek není pro moderátora závazné, a tak jej může přizpůsobit průběhu skupiny a dané situaci. Moderátor, je

oproti nestrukturovanému typu výrazně více součástí interakcí, a proto se vyžaduje důkladná příprava strategie moderování. Musí být schopen diskuzi aktivně facilitovat a pokud je potřeba, do diskuze se přidat, či naopak stáhnout a nezasahovat do ní. Nabízí se zde dostatečný prostor nejen pro individuální vyjádření účastníků, ale také pro práci se skupinovou interakcí (Miovský, 2006).

### **4.2.1.3 Příprava OS**

Termín uskutečnění OS si prostřednictvím otevřeného hlasování na sociální síti, účastníci zvolili na první den komunitního výcviku.

Vzhledem k struktuře OS, autorka vytvořila otázky, jejichž znění prokonzultovala s prof. Tavelem, za účelem otevřenosti a správného znění s ohledem na téma, které je položenou otázkou zkoumáno a také za účelem minimalizace sugestivity.

Před zahájením OS autorka připravila ve vybrané místnosti židle do kruhu a umístila kameru tak, aby snímala všechny účastníky. Po příchodu všech účastníků byla provedena zkouška kvality zvukového záznamu, aby bylo zajištěno, že je všem členům dobře rozumět.

## **4.2.2 Soubor**

### **4.2.2.1 Výběr souboru**

Vzhledem k intimní povaze tématu autorka pro účast v OS oslovila frekventanty z vlastního výcviku, se kterými má navázaný vřelý vztah a předpokládá proto otevřenost v diskuzi. Pro užší výběr respondentů byla zvolena metoda záměrného výběru. Miovský uvádí, že dle Pattona (1990) se jedná o výběr na základě určitých vlastností, které všichni účastníci splňují (cit.dle Miovský, 2006).

Morgan je toho názoru, že aby mohl každý účastník vyjádřit své myšlenky, je důležité, aby se v daném uskupení cítil bezpečně. (Morgan, 2001)

S ohledem na tato doporučení byla pro výběr respondentů zvolena následující kritéria:

- 1) ochota účastnit se OS
- 2) absolvování 250 hodin psychoterapeutického výcviku na PVŠPS
- 3) zkušenost s milostným vztahem, který trval minimálně 6 měsíců po zahájení výcviku
- 4) ochota otevřeně diskutovat na dané téma

5) pocit bezpečí a kladné vztahy mezi všemi potencionálními členy OS včetně moderátora

#### **4.2.2.2 Charakteristika souboru**

OS se zúčastnilo celkem 11 frekventantů, 4 muži a 7 žen, z různých výcvikových skupin, kteří mají za sebou 250 hodin komunitně skupinového výcviku v daseinsanalýze.

Věk účastníků se pohybuje v rozmezí 21- 30 let.

Součástí OS byly 2 milostné dvojice.

V tabulce autorka zaznamenala zkušenosti respondentů se vztahy před začátkem výcviku i v jeho průběhu. Časové ohraničení nejdelšího, nejkratšího a také aktuálního milostného vztahu. (viz tabulka č.1)

*Tabulka č.1 – Zkušenosti respondentů s milostným vztahem (dále MV)*

Pseudonym	Počet MV před výcvikem	Počet MV během výcviku	Nejdelší milostný vztah	Nejkratší milostný vztah	Délka trvání aktuálního vztahu
Adéla	1	1	20 měsíců	10 dní	20 měsíců
Andrea	2	1	28 měsíců	2 měsíce	4 měsíce
Kamila	1	1	72 měsíců	11 měsíců	11 měsíců
Karolína	5	2	30 měsíců	2 měsíce	10 měsíců
Lenka	1	1	24 měsíců	12 měsíců	11 měsíců
Marie	4	1	40 měsíců	24 měsíců	19 měsíců
Monika	2	1	24 měsíců	3 měsíce	6 měsíců
Jonáš	4	1	24 měsíců	2 měsíce	24 měsíců
Kristian	3	1	24 měsíců	1 měsíc	24 měsíců
Kryštof	1	1	65 měsíců	11 měsíců	11 měsíců
Pavel	2	1	20 měsíců	14 dní	20 měsíců

### 4.2.3 Průběh OS

Miovský uvádí, že dle etických zásad, by měli psychologické metody používat pouze ti, kteří si je dostatečně osvojili a mají pro jejich aplikaci potřebné zkušenosti a vzdělání (Miovský, 2006). Právě z tohoto důvodu a vzhledem k nedostatku zkušeností s realizací OS a s ohledem na stanovisko Kreugera a Caseyové, kteří kladou důraz při vedení OS právě na zkušenost výzkumníka (cit.dle Miovského, 2006, s. 176), OS vedl Prof. Tavel. Smyslem tohoto uspořádání bylo zajistit získání kvalitních a validních dat.

Při realizaci OS Hendl doporučuje následující sled fází:

1. vysvětlení postupu a obecné popsání tématu
2. představení členů skupiny a „zahřátí skupiny“ (např. pomocí představení společných zájmů či hrou pro uvolnění atmosféry)
3. prezentace základního popudu, samotná diskuze a k ní případně další podnětové argumenty
4. metadiskuze (Hendl, 2005)

Toto schéma bylo pro potřeby OS využito následovně:

1. Uvítání, poděkování za ochotu, vysvětlení postupu a účel předvýzkumu. Seznámení s možností vznést vlastní otázku, neodpovědět na otázku a kdykoliv skupinu opustit. Poskytnutí informovaného souhlasu o pořízení videozáznamu, využití získaných informací pro účely bakalářské práce a zachování mlčenlivosti viz příloha I. Seznámení s předpokládanou délkou trvání OS, cca 60 min.

2. Představení jádrových témat diskuze:

- 1) vliv výcviku na milostný vztah
- 2) vliv výcviku na výběr partnera
- 3) vliv výcviku na změnu vlastní role ve vztahu
- 4) vliv sdílení svého milostného vztahu na skupině
- 5) hodnocení sdílení svého milostného vztahu na skupině

3. Metadiskuze a účastníky vznášené otázky související s tématem.

4. Ukončení OS.

5. Poděkování.

Hendlovo schéma bylo dodrženo, s výjimkou druhého bodu "vzájemné představení členů skupiny a "zahřátí skupiny"". Vzhledem k tomu, že se všichni účastníci vzájemně dobře znají a jsou zvyklí na tento způsob komunikace, nebylo třeba, aby se seznamovali ani „rozmlouvali“. Proto byl tento bod vynechán, aby spolupráce nepůsobila uměle a byla co nejpřirozenější.

#### **4.2.4 Technika vyhodnocení dat**

K vyhodnocení odpovědí OS autorka použila obsahovou analýzu, která dle Barelsona slouží k objektivnímu a systematickému kvalitativnímu popisu manifestního obsahu komunikace (Barelson, 1952).

Pro zvýšení pravděpodobnosti zachycení důležitého obsahového materiálu, byl záznam OS doslovně přepsán. Po přepsání záznamu byly výroky, označující vliv výcviku, zvýrazněny odlišnou barvou. Pro dané výroky byly následně vytvořeny kategorie, do kterých byly dle svého významu zařazovány.

Oblasti milostného vztahu, ve kterých byl zaznamenán vliv výcviku jsou následovné.

- 1) Milostný vztah
- 2) Vlastní role ve vztahu
- 3) Role partnera ve vztahu
- 4) Komunikace

Samostatná kategorie byla také vytvořena pro vliv sdílení partnerského vztahu skupině.

- 5) Sdílení vztahu na skupině



## 4.2.5 Závěry OS

Pro demonstraci kategorie jsou připojeny odpovědi některých respondentů. Pro zachování anonymity jsou jednotlivé výroky uváděny pod pseudonymem.

### 4.2.5.1 Milostný vztah

#### „Typ“ preferovaného vztahu

*„... Asi víc zvažuješ s kým jakoby jseš a takovej spíš dlouhodobější a vážnější vztah hledáš...“*

*Lenka*

*„Já za sebe to vidím, že to беру daleko víc vážněji... teďka jsem si našla přítele, který, fakt si myslím, že spolu zůstaneme, nebo bych aspoň chtěla.“* Karolína

#### Péče o vztah

*„... před výcvikem nejdelší vztah, kterej jsem do té doby měl, trval půl roku a nebyl jsem v tom dobře, že se mi to nelíbilo a že jsem se rozcházel. A teďkonc jsem už ve vztahu skoro dva roky a i když to má průběh jako normální vztah, že je tam něco dobrýho, něco špatnýho, tak cítím, že oba dva pracujem na tom, abychom to ustáli, že to není prostě jako nějaký velkej výkyv a prostě rozchod, ale že i nějaký krize jsme schopni ustát a dál se v tom posunout... a taky že jsem ochotnej tomu mnohem víc dát a víc na tom pracovat na tom vztahu. Že si ho i mnohem víc vážím, a že jsem taky mnohem víc ochotnej se měnit a přizpůsobit, než jsem bejval.“* Jonáš

*„... že si víc ho jakoby opečovávám, ten vztah.“* Karolína

#### Prověření vztahu

*„... Já když jsem šla do výcviku, tak jsem přítele už měla, měla jsem ho rok a myslím si, že ten náš vztah nebyl natolik pevný, aby udržel ten výcvik, že jsme měli nějaký problémy a ten výcvik do toho zasáhnul. Já jsem se změnila, vějška mě změnila jakoby, že se ta osobnost posunula dál a myslím si, že pokud ten vztah není pevný, tak to nedokáže udržet tu změnu velkou. Takže pokud je pevný, tak nemá vliv.“* Andrea

## **Obohacení vztahu vs oddálení**

*„...myslím si, že to může vést jak k obohacení toho vztahu, k většímu porozumění, tak zároveň se ty lidi můžou oddálit tím, že se jeden posune někam jinam osobnostně. Mám vlastně dvě zkušenosti, jednu, že moje partnerka má výcvik a tam si myslím, že to je hodně obohacující. Mám ale i zkušenost s někým, kdo nebyl ve výcviku a tam mám pocit, že přece jenom ty cesty se trochu rozešli i tím. Že to byla jedna z věcí.“ Kryštof*

## **Ukončení vztahu**

*„... u toho partnerskýho vlastního jsem to vnímala tak, že jsem měla dlouhodobej vztah a ten se mi rozpadl během výcviku a myslím si, že kdybych v tom výcviku nebyla, tak by trval mnohem dýl. Ale třeba teď mám nověj vztah a myslím si, že si sem v něm mnohem jistější v některých věcech. Že kdybych nebyla ve výcviku, tak bych ten dlouhodobej vztah táhla mnohem dýl, protože bych třeba k sobě neměla tak blízko a nedokázala bych si to srovnat v sobě. ... Že bych v tom vztahu byla dýl, jako třeba řádově let, ne jenom týdnů.“ Kamila*

### **4.2.5.2 Vlastní role**

#### **Způsob bytí ve vztahu**

*„Myslím si, že to je tak, že tím, že se tady učíme být svobodný, být sami za sebe, víc se poznávat a víc žít ten život autentičtěji, že třeba já za sebe to pak třeba i přenáším do toho partnerskýho vztahu. ... že se pak snažím žít i ten partnerskej vztah svobodněji a i se snažím dávat prostor taky tomu druhýmu.“ Adéla*

#### **Způsob vztahování se k partnerovi**

*„...Víc o tom přemýšlím a třeba , že tam kde bych se dřív nad svým jednání vůbec nepozastavila, a prostě bych to udělala, tak tady se třeba zarazím a ani to neudělám. S někým asi větším ohled na toho partnera.“ Lenka*

#### **Výběr partnera**

*„Pro mě třeba jo, protože jsem si díky výcviku ujasnila, co je pro mě v tom vztahu důležitý. A tím pádem to má i vliv na to, s kým se teďka dávám dohromady a jaký vlastnosti a hodnoty u toho člověka vyhledávám.“ Monika*

#### **4.2.5.3 Role partnera**

##### **„Dojezd“**

*„Já mám třeba pocit, že ten výcvik docela dává zabrat tomu druhému partnerovi, v tom to má vliv na ten vztah, že on by vlastně jakoby měl chápat něco, co mu je úplně skrytý a musí jakoby vydržet to, že něco neví. Že neví, čím ten druhej prochází, když mu o tom poví, tak tomu nemusí porozumět. Nebo nemusí porozumět tomu, proč se ten člověk vrací v nějakým divným stavu po tom výcviku a že třeba brečí úplně bez vysvětlení a tak. A musí vlastně i věřit tomu, že výcvik má smysl, aby prostě si dovolil chápat toho partnera a ty jeho stavy.“ Marie*

#### **4.2.5.4 Komunikace**

##### **Sdělování potřeb**

*„...i teďka v dalších vztazích se snažím víc mluvit o tom co cejtím, co potřebuju. O tom, když dojde k nějakým konfliktům, hádkám, co se jakoby v tu chvíli stalo a proč se to stalo.“ Monika*

*„Já myslím, že díky výcviku víc v tom vztahu jako potřebuju o všem mluvit a víc potřebuju mluvit o tom, co potřebuju a což bych dřív asi neměla kde se naučit. Tolik jako poslouchat svoje potřeby a říkat je tomu druhému.“ Andrea*

##### **Řešení problémů**

*„U mě má možná výcvik vliv na řešení konfliktů. ... je mi to často vyčítáno. „Teď nepsychologizuj, teď používáš zas ty svoje metody“ přítelkyni. Ale někdy to skutečně záměrně dělám, protože mám pocit, že tak líp a rychleji dojdou k nějakému řešení třeba nějakýho problému nebo tématu a někdy to je, že už mi to je tak přirozený, že ani nevnímám, že něco používám. Ale když zpětně si nad tím přemýšlím, tak si to vlastně uvědomím.“ Kristian*

#### **4.2.5.5 Sdílení vztahu na skupině**

##### **Sdílení „ano“**

*„To já jsem ve skupině řešila svůj vztah, řešila jsem, pomáhalo mi to utřídit si víc myšlenky. Proč jsem v tom vztahu, jak nám to v tom vztahu funguje, co je pro mě v tom vztahu důležitý a co ne, takže to, že jsem to vlastně nějak sdílela mi pomáhalo hodně si ujasnit vlastně to, co v tom vztahu nám nefunguje, nebo proč jsem nespokojená. A myslím si, že to mělo i vliv na to že jsme se pak s tím partnerem rozešli. Že to jakoby urychlilo ten proces, že bych se sním rozešla stejně, ale že by to trvalo delší dobu, než bychom se rozešli.“ Monika*

## **Sdílení „ne“**

*„... když byl problém, tak jsem to neřešila, protože mám partnera ve skupině.“ Kamila*

## **Hodnocení**

*„... i když jsem ho tam třeba ten současnej jako neřešil, tak mi hodně věci docvakne skrz jiný. Skrz ty ostatní co řešej, že se zamyslím, jak to mám vlastně já a když mě to třeba napadne, tak to zmíním, nebo třeba nezmíním.“ Jonáš*

### **4.2.6 Znění otázek**

Z vyhodnocených závěrů OS byl pro individuální rozhovory vytvořen seznam otázek a tzv. doplňkových otázek sloužící pro případné rozvinutí odpovědi. Přesné znění otázek viz příloha č. II.

## **4.3 Výzkumné šetření**

### **4.3.1 Metody výzkumného šetření**

Jako hlavní metodu výzkumného šetření autorka zvolila kvalitativní rozhovor pomocí návodu. Návod se dle Hendla sestává ze seznamu otázek a oblastí vztahujících se k předmětu zkoumání. Slouží pro zajištěné probrání všech témat a napomáhá k udržení záměru rozhovoru. Formulaci a pořadí otázek může tazatel volně přizpůsobit dané situaci, a tak co nejlépe využít vymezený čas k rozhovoru. Návod také zajišťuje, že získané informace od všech respondentů budou srovnatelné.

Doporučený postup pro vytvoření návodu je následující:

- 1) Vypsání všech vedlejších témat a okruhů otázek, které se vztahují k námi vybranému tématu.
- 2) Uspořádání do vhodného pořadí dle logické návaznosti a povaze témat.
- 3) Zamyšlení nad formou otázek a jejich pořadí.
- 4) Zamyšlení nad rozvíjejícími otázkami prohlubující získané informace (Hedl, 2005).

Pro zpracování informací z individuálních rozhovorů autorka použila interpretativní fenomenologickou analýzu (dále IPA). Kostínková uvádí, že IPA se využívá k prozkoumání „osobitého vnímání nebo vysvětlování si událostí, situací a zkušeností člověka“. IPA je dále také vhodná pro zkoumání oblastí, které doposud nebyly dostatečně prozkoumány

(Kostínková, 2015). A právě z těchto důvodů byla autorkou zvolena jako metoda pro vyhodnocování získaných dat.

#### **4.3.1.1 Průběh rozhovorů**

Výběr místa uskutečnění rozhovorů byl ponechán na respondentovi, aby byl zajištěný pocit bezpečí potřebný pro otevřenou komunikaci, jediným požadavkem ze strany autorky bylo minimální množství hluku, aby byla možnost získání kvalitního záznamu. Některé rozhovory tak proběhly v prostorách školy (PVŠPS), jiné v kavárně. Délka rozhovorů se pohybovala kolem 35 - 50 min.

### **4.3.2 Soubor**

#### **4.3.2.1 Výběr souboru**

Pro výběr respondentů autorka opět využila metodu záměrného výběru. Pro který byla zvolena následující kritéria:

- 1) ochota účastnit se výzkumného šetření
- 2) absolvování minimálně 200 hodin komunitně skupinového výcviku na PVŠPS
- 3) zkušenost s milostným vztahem před začátkem výcviku i v jeho průběhu

#### **4.3.2.2 Charakteristika souboru**

Individuálních rozhovorů se zúčastnilo 10 respondentů, 7 žen a 3 muži ve věku 21 - 30-ti let. Respondenti jsou frekventanty různých výcvikových komunit, 8 respondentů je členem daseinanalytického výcviku, zbylí 2 respondenti navštěvují výcvik psychodynamický.

8 respondentů bylo v době realizace rozhovorů v milostném vztahu.

4 respondenti mají zkušenost s milostným vztahem v rámci výcvikové komunity či skupiny.

Předmětem zkoumání jsou všechny milostné vztahy, které respondenti navázali před výcvikem a vztah trval určitou dobu i během výcviku či milostné vztahy, které byly navázány až v jeho průběhu. Maximální délka vztahu by však neměla být delší než 2 roky, což Matějková uvádí jako časové období zamilovanosti (Matějková, 2007) a to z toho důvodu, aby konflikty, které ve vztahu vznikly, nebyly ovlivněny koncem této fáze.

Všichni respondenti poskytli informovaný souhlas, tedy souhlasili s podmínkami výzkumného šetření viz příloha č. I.

### 4.3.3 Interpretativní fenomenologická analýza

Kostínková doporučuje při zpracovávání IPA následující postup:

- 1) udělat nahrávku rozhovoru
- 2) udělat doslovný přepis nahrávky
- 3) opakované pročitání textu
- 4) poznamenávání důležitých a zajímavých informací, ze kterých se později vytvoří klíčová slova, které se dále rozdělují do kategorií
- 5) hledání souvislostí mezi kategoriemi (Kostínková, 2015)

Toto doporučené schéma bylo autorkou dodrženo.

## 4.4 Výsledky

Získaná data autorka zanesla do tabulky č.2, viz příloha č. III.

Respondenti pociťují větší sebehodnotu, jsou si více jisti sami sebou a také jsou schopni lépe reflektovat své chování. Věnují více času nacházení vlastních potřeb a také jejich naplňování. Ve svém projevu se považují za autentičtější, dominantnější – více si stojí za svými názory a také pociťují větší svobodu ve vztahu. U respondentů, kteří byli dříve v podřízené pozici, se pozice vyrovnávají a stejně jako u těch, kteří byli dříve naopak v pozici nadřazené. Vztah ke svému partnerovi hodnotí respondenti jako otevřenější. Dále získaná data říkají, že dochází ke změně kritérií pro výběr partnera. Frekventatnti se více vcit'ují do prožívání partnera a díky tomu také uzpůsobují komunikaci s ním. Svému partnerovi poskytují větší svobodu, jsou schopni jej přijmout takového, jaký je, ale také jej mohou rozebírat více, než by sami chtěli - objevuje se zde totiž tendence k „terapeutizování“ a používání psychologických termínů. Dále respondenti vypovídají o snížení dříve pociťované závislosti na partnerovi a potřebě být ve vztahu. Také jsou více schopni kompromisu a snižuje se jejich potřeba kontroly nad věcmi.

Vlivem skupiny pociťují jistou deziluzi partnerských vztahů, také dochází ke změně pohledu na nevěru a nezávazný sex, před kterým dávají přednost dlouhodobému partnerskému vztahu. Dále mají větší potřebu otevřenosti a více si uvědomují vnášení vlastních problémů do vztahu.

Komunikace se dle respondentů zlepšila, označují ji za otevřenější. Uvádí, že více vyjadřují své pocity, potřeby a jsou také schopni verbalizovat to, co je ve vztahu trápí. Také způsob myšlení prošel změnou, řešení konfliktů považují za více konstruktivní, hledají příčiny jejich vzniku, které jsou ochotni vidět i sami u sebe, avšak objevuje se také řešení neexistujících problémů.

Někteří respondenti pociťují větší množství vnášení svých problémů do vztahu, jiní naopak snížení. Stejně tak jsou někteří ochotni více pracovat na záchraně vztahu, jiní ukončují vztah po kratší době, než dříve.

Většina respondentů sdílí svůj partnerský vztah na skupině, pokud někdo z frekventantů má zábrany, uvádí, že je to dáno přítomností partnera va skupině či komunitě. Jako důvody označují obavu z porušení mlčenlivosti členů skupiny, změnu vztahu členů skupiny s partnerem, či narušení intimity. S tím souvisí také zpětná vazba skupiny, kterou někteří díky přítomnosti partnera ve výcviku pociťují jako neautentickou. V zásadě ale většina respondentů hodnotí zpětnou vazbu jako pozitivní, díky níž jsou schopni se smířit s existencí problémů a získat na něj jiný náhled.

Respondenti mají zkušenost jak s pozitivní tak negativní odezvou partnera na výcvik. Někteří chtějí být po návratu z výcviku sami, jiní se řídí dle aktuální nálady, ve většině případů se partner jejich přání podřídí. (viz tabulka č.2)

#### **4.4.1 Analýza výsledků**

Ke každé oblasti vlivu autorka přidává pro ilustraci související odpověď respondenta. Pro zachování anonymity je odpověď označena písmenem z abecedy.

##### **4.4.1.1 Sebereflexe a sebepojetí**

Autorka práce předpokládá, že schopnost zpětné sebereflexe je pro frekventanty prostředkem k utvrzení vlastního sebepojetí a sebepřijetí, které současně napomáhá k přijetí osobnosti partnera. Stejně jako je prostředkem k uvědomění si vlastního chování a jeho vlivu na vzniklý problém.

*„...že nad sebou víc přemýšlím, jak moje chování jakoby působí na toho partnera.. třeba mi dojde, že ten problém plyne z toho mého chování a že bych měla něco změnit já.“ M.*

*„Snažím se být víc přijímající k tomu partnerovi a to samý chci i od něj.“ K*

Větší jistota v sobě samém umožňuje frekventantům větší autenticitu ve vyjadřování vlastních názorů a spolu s vciťováním se do prožívání partnera i podávání těchto informací partnerovi v lépe přijatelné podobě.

*„...Jako jsem prostě upřímná, jsem otevřená, nemusím hrát nějaký hry, nějaký dokonalý Mařky.“ Z.*

*„... asi se ty potřeby snažím sdělovat nějak stravitelnějc pro toho partnera..“ D.*

Dále sebereflexe vede u frekventantů k umírnění původně negativně hodnocené míry prosazování vlastních názorů a požadavků. Na druhé straně u lidí, kteří byli dříve v partnerském vztahu spíše v podřízené pozici, dochází k jisté emancipaci.

*„... Před tím jsem to bral hodně tak, že ten vztah jen o jednom člověku – o mně. A teďkonc už to беру tak, že jsme na to dva.“ J.*

*„...že je to partnerský ten vztah, ne podřízený, což je pro mě hodně důležitý a taky jiný. To dřív moc nebylo.“ B.*

#### **4.4.1.2 Komunikace**

Někteří frekventanti mluví o větší potřebě otevřenosti ve vztahu a to prostřednictvím otevřenější komunikace, nacházením a následným sdělováním vlastních potřeb a problémů partnerovi.

*„...chci větší otevřenost určitě.“ E..*

*„...přemýšlím o tom, který potřeby vlastně jsou fakt důležitý.“ A.*

Naopak negativní zkušenosti se zpětnou vazbou skupiny, může mít vliv na nižší míru sdělování problémů. Tato skutečnost je považována za negativní.

*„... mě to spíš změnilo k horšímu, takže jakoby ty konflikty nechci řešit.“ H.*

Právě způsob řešení problémů je dle respondentů konstruktivnější. Jako hlavní důvod označují zlepšení komunikace ve vztahu, schopnost verbalizovat problém, změnu způsobu nahlížení na problém a větší ochotu učinit kompromis.

*„Aby to bylo konstruktivní, že víc čekám nějakou domluvu, kompromis..“ M.*

*„...aspoň jsem dokázala pojmenovat to, co mě štve.“ C.*



Vzhledem ke zkušenosti se skupinovou terapií se může ukázat tendence umožnit tento zážitek také partnerovi, pokud se mu nedaří řešit své problémy.

*„... že bych chtěla, aby i on trošku řešil nějaký svoje problematický oblasti.“ M.*

#### **4.4.1.3 Získání vlastní hodnoty**

Spolu s nabytím vlastní hodnoty, se u frekventantů projevuje zvýšení nároků na partnera, včetně potřeby, aby u něj docházelo také k seberozvoji, jako je tomu u frekventantů. Obecně dochází ke změně požadovaných kvalit. Například potřeba uznání, pochopení a otevřené komunikace.

*„... začala sebe víc vážit.“ Q.*

*„...když jsem nastoupil adu výcviku, tak jsme sebevědomí měla hodně nízký.“ A.*

*„tím nějakým seberozvojem, pak chci podobně stavěného partnera mě.“ O.*

Respondenti vnímají sníženou závislost na partnerovi a partnerských vztazích jako takových, což by se také dalo přisoudit získání pocitu vlastní hodnoty. Snížení závislosti na partnerovi může vést k pocitu větší svobody ve vztahu, která může být klíčová v poskytování svobody partnerovi.

*„... předtím jsem konec vztahu brala jako konec sebe, prostě jsem bez toho druhého nějak nedokázala existovat a teď už to беру tak, že odejde jeden, přijde druhý.“ R.*

Dále však může nezávislost na partnerovi spolu s uvědoměním si partnerovy odpovědnosti za vlastní chování vést, v případě selhání při řešení problému, ke zkrácení doby, kterou jsou ochotni investovat do „záchrany vztahu“.

*„Jsem ochotná pracovat menší dobu, pokud něco nefunguje a nedaří se nám o zvládnout... pozitivní pro mě osobně.“ K.*

#### **4.4.1.4 Pohled na nevěru a nezávazný sex**

U některých frekventantů může dojít k preferenci dlouhodobého vztahu před nazávazným sexem. Také se mění pohled na nevěru, kterou by již neriskovali ztrátu dlouhodobého partnerského vztahu. Tento fakt autorka opět přisuzuje nabytí pocitu vlastní hodnoty a uvědoměním si svých priorit v partnerském vztahu.

*„... to mám tak že rozhodně jako nechci, že mi nestojí sex s nějakým blbečkem za to, přijít o vztah, takže taky změna těch hodnot.“ Ž.*

#### **4.4.1.5 Skupina jako „odraz reality“ partnerských vztahů**

Výcviková skupina také může sloužit jako prostředek k určité „deziluzi“ partnerských vztahů prostřednictvím „odrazu reality“ vztahů a napomoci tak k nacházení příčin problémů a větší ochotě pracovat na vztahu.

*„Hlavně jsem prošla takovou deziluzí“ G.*

*„... že ten obraz té reality mi i vytvořila ta skupina, že to vnímám víc reálně.“ S.*

*„... určitě jakoby bych teď pracovala víc.“ I.*

#### **4.4.1.6 Sdílení partnerského vztahu na skupině**

V oblasti sdílení partnerských problémů ve skupině, se objevuje faktor přítomnosti partnera ve výcvikové komunitě či skupině jako problémový. V tomto případě frekventanti vyjadřují sníženou míru sdílení v rámci potřeby zachování intimity vztahu, omezení autenticity ve způsobu sdílení problému, či dokonce úplné znemožnění sdílení vzhledem k obavě z porušení mlčenlivosti skupiny, ovlivnění vztahu členů skupiny k partnerovi, nebo samotného vztahu s partnerem. Ohledně zpětné vazby tyto frekventanti podotýkají, že pociťují jistou „dvojitou loajalitu“ skupiny a tím spojenou „neautenticitu“ zpětné vazby.

*„... asi mám i nějakou potřebu jako zachovat nějakou intimitu toho našeho vztahu, vzhledem k tomu, že jsme spolužáci ve třídě. ... Jako uvědomuju si, že by to bylo asi jiný, kdybych chodil s někým, kdo vůbec jako není ve třídě.“ P.*

*„... cejtím, že i pro ty lidi je určitě jiný říkat něco na člověka, s kterým věděj, že s nim choděj do té třídy, než kdyby to byl někdo úplně cizí.“ L.*

*„to bylo zvláštní, jsem si dávala velkej pozor, aby to nevyznělo nějak špatně a hrozně jsem ty věci zaobalovala, aby se nenaštval, takže to kolikrát vyznělo jinak, než mělo“ K.*

*„... nedovedu si představit, že bych řešil na výcviku naše problémy... Nikoliv ale kvůli mě - já jsem ochoten řešit vše a vždy, ale XY to vadí.“ F.*

Celkové hodnocení zpětné vazby skupiny na partnerský vztah je však pozitivní. Z odpovědí respondentů vyplývá, že skupina dokáže poskytnout potřebnou dávku odvahy a

podpory při snaze o ukončení partnerského vztahu, napomáhá k získání potřebného nadhledu a uvědomění si a smíření se s daným problémem.

*„... díky výcviku jsem se dokázala rozejít se svým bývalým partnerem.“ M.*

*„Hrozně pomohlo sdílení těch zážitků z partnerských vztahů a celkově mi pomohly ty náhledy ostatních na ten daný problém nebo událost.“ S.*

#### **4.4.1.7 Reakce partnera na účast ve výcviku**

Reakce partnerů na účast ve výcviku se ukazuje jako různorodá. V tomto ohledu mívají „výcvikové páry“ výhodu v podobě porozumění účelu a prospěšnosti výcviku. Avšak negativně hodnocena vlastní zkušenost s výcvikem může také vést k neporozumění ohledně účasti partnera ve výcviku. Někteří frekventanti se setkávají s neporozuměním, či zesměšněním výcviku, s partnerovy pocity ohrožení z možného ovlivňování frekventanta nebo s negativním vnímáním „dojezdu“.

Dojezdem autorka míní časový úsek po bezprostředním návratu frekventanta z výcviku, během kterého většinou dochází k rekapitulaci uplynulých dnů a dodatečnému zpracování prožitků z výcviku, což může být někdy spojeno také s větší citlivostí či prožívání emocí, které zcela nesouvisí s momentální situací, ve které se frekventant nachází.

*„... ten výcvik nesnášel přímo. Že jsem vždycky přijela nějaká divná, že nám tam něco hustí do hlavy.“ 4.*

*„Sama je ve výcviku, takže to vnímá pozitivně.“ P.*

*„Je určitě rád, protože vidí změnu a přeje mi to. ... On v něj „věří“ a chápe a podporuje.“ B.*

*„Výcvikem pohrdá ... nechápe, že zůstávám, ale akceptuje to.“ R.*

#### **4.4.1.8 Dojezd**

Způsob trávení dojezdu se u frekventantů může lišit. Někdo potřebuje určitý čas pro sebe, aby zpracoval nabyté dojmy z výcviku, u jiného způsob trávení „dojezdu“ závisí na aktuálním naladění. Avšak všichni partneři respondentů jsou v tomto případě ochotni se přizpůsobit potřebám frekventanta.

*„Nechci být s nikým a to si docela dost hlídám a on to respektuje.“ S.*

*„Je na to už zvyklej. Ví jak.“ B.*

*„... jako každéj máme takovej ten prostor pro sebe.“ P.*

*„Myslím, že už se to naučil a že to dokáže pochopit a nic náročnýho po mně nechce.“ M.*

#### **4.4.1.9 Ukončení partnerského vztahu**

Pokud frekventanti během výcviku ukončili partnerský vztah, byli ve všech případech těmi, kteří s tímto návrhem přišli.

#### **4.4.1.10 Negativně hodnocené vlivy výcviku**

Jako negativní můžeme označit tendenci k „terapeutizování“ v rámci vztahu, přílišné „rozebírání“ partnera a vzniklých problémů, které by se v některých případech ani řešit nemusely.

*„... že jsem byla hodně terapeutická ve vztazích“ Š.*

*„... tak jak rozpitvávám sebe, tak rozpitvávám jeho, takže to taky nevím, jestli je dobře.“ S.*

#### **4.4.1.11 Absence vlivu výcviku**

V případě nepocitování vlivu výcviku na jakoukoliv oblast partnerského vztahu, si autorka může pouze domýšlet, zda je to způsobeno pro účastníka nevyhovujícím fungováním skupiny, či absencí problémových oblastí v rámci partnerského vztahu.

*„...podle mě na mě výcvik neměl sebemenší vliv .... podle mě se vyvíjíme věkem... nikoliv skupinou.“ R.*

### **4.5 Závěr výzkumného šetření**

Změnu v rámci svého působení ve vztahu respondenti vnímají v potřebě nalézat a uspokojovat své potřeby, více také zaznívá jejich názor a své projevy chování vidí jako autentičtější. Způsob řešení problémů považují za konstruktivnější, jsou schopni uznat svou „spoluúčasť“ na jeho vzniku a současně se při řešení také ohlížejí na možné prožívání partnera. Výsledky ukazují, že dochází ke snížení potřeby být ve vztahu, a tak pokud vztah delší dobu nefunguje, zkracuje se doba, kterou jsou frekventanti ochotni věnovat jeho záchraně. Může také dojít ke změně pohledu na partnerský vztah, stejně jako se mohou změnit požadavky pro výběr partnera. Prostředí skupiny se ukazuje jako podporující, kde může frekventant získat chybějící odvalu k zamýšleným krokům, jako je například ukončení vztahu. Jako komplikace se ukazuje přítomnost partnera ve skupině či komunitě, neboť jak frekventanti sami hodnotí, jejich sdílení ohledně vztahu není zcela autentické a sníženou míru autenticity vnímají také u zpětné vazby skupiny. Všichni respondenti, kteří během výcviku ukončili vztah, byli iniciátory rozchodu.

Autorka vzhledem k výsledkům výzkumného šetření předkládá následující hypotézy.

- 1) Frekventant má větší pocit vlastní hodnoty.
- 2) Frekventant má větší potřebu otevřené komunikace.
- 3) Frekventant je schopen konstruktivněji řešit problémy.
- 4) Frekventantův pohled na milostné vztahy je více realistický.
- 5) Frekventant dává přednost spíše dlouhodobým a trvalým vztahům.
- 6) Frekventant změní svá kritéria po výběr partnera.
- 7) Frekventant v rámci vztahu více prosazuje své názory.
- 8) Frekventant klade větší důraz na naplnění svých potřeb.
- 9) Frekventant více svěřuje své problémy partnerovi.
- 10) Frekventant je méně závislý na partnerovi a milostném vztahu jako takovém.
- 11) Frekventant během prvních 2 let ukončí vztah, který započal před nástupem do výcviku.
- 12) Frekventant je tím, který dává impulz k rozchodu.
- 13) Změny chování v partnerském vztahu se také odrážejí v interpersonálních vztazích frekventanta.

## 4.6 Diskuze

Zlepšení sebereflexe a sebepoznání frekventanta, které Kožnar uvádí jako cíl výcviku (Kožnar, 1987), nabývá důležitosti také ve vztahu k přijetí partnera takového jaký je. Toto přijetí Willi považuje za nezbytné pro přerod zamilovanosti v lásku, tedy zralejší fázi vztahu (Willi, 2011). Ze získaných odpovědí vyplývá, že také vede k rozpoznání vlastního podílu na vzniklém problému.

Dalším cílem výcviku je dle Kožnara schopnost vcit'ování se do druhého (Kožnar, 1987), získané odpovědi naznačují, že frekventant tak může být schopen lépe porozumět prožívání svého partnera a díky tomu také uzpůsobit formu sdělované informace.

Dle výpovědí respondentů dochází k získání větší jistoty sám v sobě, která může vést k menší závislosti na partnerovi a vztazích jako takových. Tato skutečnost může také vést k menší ochotě setrvávat ve vztahu, který nefunguje.

U frekventantů se projevuje větší kladení důrazu na projevení svých názorů a potřeb. Zvýšenou dominantnost u žen, které absolvovaly výcvik, zaznamenal již ve svém výzkumu Hartl (Hartl, 1988), získané informace toto tvrzení podporují. Výsledky naznačují,

že k zvýšení míry prosazování svých názorů a požadavků dochází nejen u žen, ale i u mužů. Změny, které byly v této oblasti zaznamenány, jsou frekventantny hodnoceny pozitivně.

Respondenti uvádí, že se také mohou měnit kritéria dle kterých volí svého partnera. Mezi vlastnosti, na které je nově zaměřena pozornost patří schopnost otevřené komunikace, uznání, pochopení a určitým způsobem podobné smýšlení. Důraz je kladen také na partnerovu schopnost seberozvoje, což umožňuje společný rozvoj partnerů. Podobný názor zastává také Willi, který říká, že si lidé volí partnera dle jeho schopnosti podněcovat rozvoj druhého (Willi, 2011).

Zajímavým fenoménem je přítomnost partnera ve výcvikové skupině či komunitě. Z objektivního hlediska se navazování milostných vztahů v rámci skupiny nedoporučuje, protože dle Yaloma, nastává možnost uzavřenosti milostné dvojice v rámci skupiny (Yalom, 2007). Tento jev byl zaznamenán u 5 účastníků výzkumného šetření a 4 účastníků předvýzkumu. Autorka přisuzuje tento vyšší výskyt párů konceptu komunitně skupinového výcviku na PVŠPS, v rámci kterého dochází ke každodennímu setkávání studentů a také nepřítomnosti zákazu navazování milostných vztahů v rámci výcvikové komunity.

Všichni respondenti, kteří během výcviku ukončili partnerský vztah, byli ve všech případech těmi, kteří navrhli rozchod.

Za výhodu předvýzkumu autorka považuje přítomnost prof. Tavela jako moderátora OS. Protože prof. Tavela všichni účastníci OS znají jako lektora vlastního komunitního výcviku, bylo třeba zajistit, aby jeho osoba neovlivnila otevřenost odpovědí účastníků. Z tohoto důvodu jim byla dána možnost odstoupit od účasti v OS, které několik jednotlivců využilo. Díky tomu lze předpokládat, že přítomnost prof. Tavela nebyla překážkou pro získání otevřených odpovědí. Současně si však je autorka vědoma, že změna rozhodnutí o účasti v OS ovlivnila obsah získaných dat.

Za sporné v předvýzkumu autorka považuje relativně blízký vztah s respondenty. Tato skutečnost by mohla ovlivnit jak pozitivně tak negativně získaná data. Vzhledem k přítomnosti partnerských dvojic, je zde možnost zkreslení odpovědí, toto může být zapříčiněno snahou ukázat se před partnerem v lepším světle, nerozpoutat konflikt, nebo také tím, že si respondent nepřeje, aby dané informace partner věděl.

Za nevýhodu předvýzkumu i výzkumného šetření autorka pokládá nevyvážený poměr mezi mužským a ženským pohlavím, což bylo způsobeno dobrovolností. Ze stejného důvodu

autorka neovlivnila vyváženost množství respondentů z jednotlivých psychoterapeutických směrů výcviku v rámci výzkumného šetření. Vliv výcviku byl zjišťován individuálními rozhovory skrze zpětné subjektivní vnímání, jehož pravdivost mohla být zkreslena dlouhým obdobím, na které se výzkumné šetření zaměřovalo. Subjektivní vnímání jedince může být také ovlivněno aktuálním rozpoložením či zatíženo nepřesným vybavením si minulosti a dále pak schopností rozlišit jednotlivé vlivy. Kvalita získaných dat ve výzkumném šetření může být ovlivněna nedostatečnými zkušenostmi autorky s vedením rozhovoru. Tato absence zkušeností byla do jisté míry kompenzována dodatečným dialogem s jednotlivými respondenty nad jejich odpověďmi.

Vzhledem k tomu, že dle Konstínkové je interpretace výsledků pomocí IPA vždy ovlivněna osobností výzkumníka (Konstínková, 2015), se autorka rozhodla za účelem větší objektivity získaná data a jejich interpretaci prokonzultovat s Mgr. Zlámaným, Ph.D.

Dále se nabízí otázka, zda změny označené respondenty jakožto výsledek výcviku, jsou skutečně výcvikem ovlivněny, nebo se jedná pouze o změny zapříčiněné jejich vývojem. Tedy zda by došlo ke zmíněným změnám i bez účasti v psychoterapeutickém výcviku.

Toto výzkumné šetření může dále sloužit jako odrazový můstek pro další výzkumy v této oblasti. Ty by poté mohly vést k hlubšímu porozumění procesů v psychoterapeutickém výcviku a ke zjištění, jak tyto procesy dále ovlivňují milostné vztahy frekventantů. Toto šetření by také mohlo vést k vytvoření jakéhosi přehledu jeho možných vlivů na milostný vztah, což by, jak autorka předpokládá, přispělo k větší informovanosti zájemců o výcvik.

Pro další výzkum autorka doporučuje zvolit longitudiální typ výzkumu na reprezentativním souboru se stejným zastoupením frekventantů z vybraných psychoterapeutických směrů. V rámci tohoto výzkumu by respondenti průběžně hodnotili své působení ve vztahu, své preference a postoje k milostným vztahům či kritéria pro výběr partnera. Dále autorka do výzkumu navrhuje zahrnout partnery frekventantů, kteří by se také vyjádřili k tomu, zda a jaké změny v jejich vztazích vnímají. Tímto doporučením autorka předpokládá získání validních a více objektivních dat.

## ZÁVĚR

Autorka se snaží zmapovat oblasti milostných vztahů frekventantů, jenž by mohly být ovlivněny jejich účastí v psychoterapeutickém výcviku.

Jako teoretický základ autorka využívá principů fungování skupinové terapie, které jsou pro výcvik společné.

Také se věnuje struktuře komunitně skupinového výcviku, jeho programu a cílům a také popisu dvou hlavních směrů psychoterapeutického výcviku vyučovaného na PVŠPS. Speciální pozornost věnuje také odlišnému konceptu výcviku na PVŠPS a jeho možným vlivům na skupinovou práci.

Dále předkládá různá pojetí milostných vztahů, jejich vznik a průběh. Zaobírá se způsoby volby partnera a jejich proměnou v rámci několika desítek let. Soustředí se také na komunikaci v milostném vztahu, k jejíž demonstraci využívá poznatků mezilidské komunikace a transakční analýzy. Bez povšimnutí nezůstane ani otázka sebeodhalení v rámci vztahu a motivace pro její realizaci.

OS v rámci předvýzkumu slouží k předběžnému zjištění možných oblastí vlivu výcviku. Ověření těchto i dalších možných oblastí se autorka posléze věnuje v individuálních rozhovorech.

Výzkumné šetření naznačuje, že u frekventantů dochází ke změně způsobu působení ve vztahu a to hned v několika oblastech. Na důležitosti nabývá prosazování názorů a hledání a uspokojování vlastních potřeb. Respondenti přikládají větší důležitost otevřené komunikaci ve vztahu, způsob řešení problému je označován za konstruktivnější a objevuje se také uvědomění si vlastního podílu na jeho vzniku. Dále může dojít ke snížení závislosti na partnerovi, s čímž může souviset respondenty zmiňovaná větší autenticita projevů chování a menší ochota setrvat v partnerském vztahu. Také u respondentů dochází k přehodnocení kritérií pro výběr partnera a změnit se může i celkový pohled na milostný vztah. Zpětná vazba skupiny se dle výpovědí ukazuje jako podporující a frekventanty je vnímána pozitivně. Z těchto zjištění autorka vytváří možné hypotézy a následně se snaží propojit získané informace s teoretickým základem.

Pro další možný výzkum autorka doporučuje longitudiální přístup zaměřený na frekventantovy preference a postoje k milostným vztahům, volbu partnera a vlastní roli ve vztahu. Pro získání objektivních dat navrhuje také zapojení partnerů respondentů.



## LITERATURA

1. BUSS, D. *The Murderer Next Door. Why the Mind is Designed to Kill*. United States of America: Penquin Press, 2005. ISBN 0143037056.
2. FERJENČÍK, J. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. 2.vyd. Praha: Portál, 2010. s. 184. ISBN 978-80-7367-815-9.
3. DEVITO, J. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada, 2001. s. 45, 52-55, 189. ISBN 80-7169-9888-8.
4. HARTL, P.;HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 614. ISBN 80-7178-303-X .
5. HENDL, J.:*Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. s. 174-175, 182. ISBN 80-7367-040-2.
6. KOŽNAR, J. *Analýza efektů výcviku ve skupinové psychoterapii*, Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie, Bratislava, 1986. s.4? 5-9.
7. KRÁLÍČKOVÁ, T. *Analýza efektů komunitně skupinových výcviků*. Praha, 2002. Oborová práce. Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
8. KRATOCHVÍL, S. *Skupinová psychoterapie v praxi*. 3.vyd. Praha: Galén. s.158-160. ISBN 80-7262-347-8
9. MATĚJKOVÁ, E. *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada publishing, 2007. s.11.
10. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. s. 135, 175-176, 179-180. ISBN 80-247-1362-4.
11. MORGAN, D.L. *Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu*. Přel. Jana Krchová. Boskovice: Albert, 2001, s. 52 ISBN 80-85834-77-4.
12. PLHÁKOVÁ, A. *Obecná psychologie*. Praha: Academia, 2007. s. 159. ISBN 978-80-200-1499-3.
13. RŮŽIČKA, J. *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě*. Praha: Triton, 2011. s. 46, 141-143, 238 - 243. ISBN 978-80-7387-467-4.
14. VYBÍRAL, Z. *Psychologie kounikace*. Praha: Portál, 2005. s. 185-189. ISBN 80-7178-998-4
15. WILLI, J. *Psychologie lásky*. Praha: Portál, 2011. s. 19, 50-55, 104-113. ISBN 978-80-7367-895-1.
16. YALOM, I.D. *Chvála psychoterapie*. Praha: Portál, 2003. s. 138-158. ISBN 80-7178-761-2.

17. YALOM, I. D. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. 2. Vyd. Praha: Portál, 2007. s. 339-341. ISBN 978-80-7367-304-8.
18. ZLÁMANÝ, J.J. *Tabu psychoterapeutických výcviků prolomeno*, Opočno, Časopis pro psychoterapii Konfrontace č.1.(55).,15.ročník,Opočno, Nakl. Hrana 2004
19. ZLÁMANÝ, J. J. *Teorie SUR – výcviková komunita jako terciální rodina*. Praha, 2013. Disertační práce. Karlova univerzita v Praze. Filozofická fakulta. Katedra psychologie.

## Elektronické zdroje

1. Česká společnost pro psychoanalytickou psychoterapii. *Pravidla výcviku v individuální psychoanalytické psychoterapii ve výcvikovém institutu individuální sekce ČSPAP* In: cspap.cz [on-line]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.cspap.cz/Common/RulesIndiv.asp>
2. Institut pro výcvik v Gestalt terapii. *Psychoterapeutický výcvik*. In: gestalt-praha.cz [on-line]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.gestalt-praha.cz/psychoterapeuticky-vycvik>
3. Kostínková, J., Masarykova univerzita. *Interpretativní fenomenologická analýza (IPA)*. In: is.muni.cz [on-line]. [cit. 2015-4-20]. Dostupné z: [http://is.muni.cz/el/1423/jaro2010/PSY118/um/ipa\\_bc.pdf](http://is.muni.cz/el/1423/jaro2010/PSY118/um/ipa_bc.pdf)
4. Pražská vysoká škola PSYCHOSOCIÁLNÍCH STUDIÍ. *Daseinsanalytický výcvik*. In: pvspcs.cz [on-line]. [cit. 2015-2-12]. Dostupné z: <http://www.pvspcs.cz/verejnost/psychoterapeuticky-vycvik/daseinsanalyticky-vycvik/>
5. Pražská vysoká škola PSYCHOSOCIÁLNÍCH STUDIÍ. *Pravidla do roku 2012*. In: pvspcs.cz [on-line]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.pvspcs.cz/verejnost/psychoterapeuticky-vycvik/daseinsanalyticky-vycvik/pravidla-do-r-2012/>
6. Pražská vysoká škola PSYCHOSOCIÁLNÍCH STUDIÍ. *Psychodynamický výcvik*. In: pvspcs.cz [on-line]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.pvspcs.cz/verejnost/psychoterapeuticky-vycvik/psychodynamicky-vycvik/>
7. REMEDIUM Praha. *Sebezkušenostní psychoterapeutický výcvik REMEDIUM II*. In: remedium.cz [on-line]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.remedium.cz/vzdelavaci-programy/kurz-psychoterapeuticky-vycvik-remedium-ii.php>

8. Slea. *Psychoterapeutický výcvik v logoterapii a existenciální analýze*. In: slea.cz [online]. [cit. 2015-2-22]. Dostupné z: <http://www.slea.cz/index.php?page=vycvik>

# PŘÍLOHY

## Příloha č. I

### *Vzor informovaného souhlasu pro účastníky OS*

Souhlasím s účastí na předvýzkumu a s pořízením videozáznamu průběhu ohniskové skupiny. Dále souhlasím s tím, že všechny získané údaje budou anonymně zpracovány a použity pro účely výzkumu. Výsledky výzkumu mohou být anonymně publikovány. Respektuji mlčenlivost ohledně informací sdělených ostatními členy.

V Daňkovicích, dne 13.11.2014

.....

### *Vzor informovaného souhlasu pro účastníky rozhovorů*

Souhlasím s účastí ve výzkumném šetření a pořízením zvukové záznamu vzniklého rozhovoru. Dále souhlasím s tím, že všechny získané údaje budou anonymně zpracovány a použity pro účely výzkumu. Výsledky výzkumu mohou být anonymně publikovány.

V Praze, dne .....

.....

## Příloha č. II

*Znění otázek pro individuální rozhovory.*

1) Myslíte si, že výcvik změnil vaši osobnost?

- Pokud ano, odrazilo se to nějak na vašem partnerském vztahu?

2) Myslíte si, že výcvik ovlivnil váš vztah k sobě samému?

- Pokud ano, ovlivnilo to nějakým způsobem váš partnerský vztah?

3) Myslíte si, že výcvik ovlivnil, jak vnímáte sama sebe ve vašich vztazích?

4) Myslíte si, že výcvik ovlivnil váš přístup/pohled na/ k partnerským vztahům?

- Myslíte si, že výcvik ovlivnil priority ve vašem partnerském vztahu

- Myslíte si, že se díky výcviku změnila míra ochoty pracovat na partnerském vztahu?

5) Myslíte si, že ve vašem partnerském vztahu došlo ke změně v komunikaci?

- Jak byste zhodnotil svou otevřenost v partnerském vztahu?

- Jak byste zhodnotili míru sdělování svých potřeb partnerovi?

6) Myslíte si, že výcvik ovlivnil váš přístup k řešení konfliktů ve vztahu?

7) Řešili jste váš partnerský vztah na skupině?

- Pokud ano, jak byste to zhodnotila?

- Pokud ano, mělo to vliv na některá vaše rozhodnutí v rámci partnerského vztahu?

- Pokud ne, z jakého důvodu?

8) Kdybyste měla porovnat míru vnášení svých vlastních problémů do vztahu, před a během výcviku, bude stejná?

- Jak tuto změnu hodnotíte?

9) Myslíte si, že výcvik ovlivnil způsob, kterým se vztahujete k vašemu partnerovi v rámci vašeho vztahu?

10) Jak váš partner vnímá výcvik?

11) Jak váš partner reaguje na tzv. „dojezd“ když se vrátíte z výcviku?

12) Je váš partner ve výcviku?

- pokus ano, jak tuto skutečnost hodnotíte?

13) Kolik partnerských vztahů jste během výcviku navázali?

- byli jste při vstupu do výcviku v partnerském vztahu?

14) Ukončili jste během výcviku partnerský vztah?

- pokud ano, měl na to výcvik nějaký vliv?

- kdo byl iniciátorem rozchodu?

15) Ovlivnil výcvik váš partnerský vztah ještě nějakým jiným způsobem, který jsem nezmínila?

## Příloha č. III

Tabulka č. 2 – respondenty zaznamenané vlivy výcviku

Oblast vlivu	Počet respondentů									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Vztah k sobě samému</b>										
Získání vlastní hodnoty						*				
Utvrzení sám v sobě a sebezpřijetí							*			
Zpětná reflexe sám sebe	*									
Nacházení vlastních potřeb						*				
Žádný vliv	*									
<b>Vlastní role ve vztahu</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Zvýšení dominance					*					
Větší autenticita					*					
Svoboda projevit „své stanovisko“	*									
Vyrovnání pozic partnerů	*									
Větší pocit svobody ve vztahu			*							
Snížení dominance – dřívější míra hodnocena negativně	*									
Tendence k „terapeutizování“	*									
Žádný vliv	*									
<b>Vztahování se k partnerovi</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Snížení závislosti na partnerovi						*				
Větší svoboda partnerovi	*									
Akceptace osobnosti partnera		*								
Vyšší míra „rozebírání“ partnera – negativní		*								
Vyšší nároky na partnera (změn apožadovaných kvalit, potřeba uznání, pochopení, otevřené komunikace)							*			
Uvědomnění si odpovědnosti partnera za jeho chování	*									
Vciťování se do prožívání partnera				*						
Větší otevřenost k partnerovi							*			

Oblast vlivu	Počet respondentů									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Já a partnerské vztahy</b>				*						
Snížení závislosti na partnerském vztahu				*						
Schopnost kompromisu ve vztahu		*								
Snížení potřeby kontroly nad věcmi		*								
Preference dlouhodobého vztahu před nezávazným sexem		*								
Změna pohledu na nevěru	*									
Deziluze partnerských vztahů			*							
Větší potřeba otevřenosti	*									
Vědomí vnášení vlastních problémů do vztahu	*									
Žádný vliv	*									
<b>Komunikace</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Otevřenější komunikace									*	
Zlepšení vyjadřování svých prožitků		*								
„Stravitelnější“ sdělování potřeb partnerovi	*									
Zlepšení komunikace		*								
Sdělování svých potřeb							*			
Psychologizace	*									
Žádný vliv	*									
<b>ŘEŠ A MÍRA – nějak přerovnat</b>										
<b>Řešení konfliktů/problémů</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Konstruktivnější řešení						*				
Zbytečné řešení „problémů“ – potřeba omezit				*						
Schopnost verbalizace problému	*									
Snaha přicházet na příčiny problémů	*									
Změna způsobu přemýšlení nad věcmi	*									
Větší sebereflexe vlastního chování a jeho vlivu na vzniklý problém			*							
Terapie jako způsob řešení partnerovo problémů	*									



Oblast vlivu	Počet respondentů									
<b>Míra vnášení vlastních problémů do vztahu</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Zvýšení						*				
Snížení	*									
Uzavřenost v řešení problémů	*									
Žádný vliv	*									
<b>Péče o vztah</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Větší ochota pracovat na vztahu					*					
Ochota pracovat na vztahu kratší dobu, pokud se problém nedaří řešit				*						
Žádný vliv	*									
<b>Sdílení partnerského vztahu na skupině</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Ano								*		
Ano, ale současně potřeba zachování intimity vztahu	*									
Dvojí loyality skupiny – partner ve skupině či výcviku			*							
Ne, strach z porušení „mlčenlivosti“ – partner ve výcviku	*									
Snížená míra sdílení – partner ve skupině	*									
Omezení autenticity sdíleného problému – partner ve skupině či výcviku	*									
<b>Hodnocení zpětné vazby skupiny</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Pozitivní								*		
Pocit neautenticity zpětné vazby vzhledem k partnerovi ve skupině/ výcviku		*								
<b>Vliv zpětné vazby skupiny</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Urychlení rozchodu			*							
Získání jiného pohledu na problém	*									

Oblast vlivu	Počet respondentů									
Smíření se s existencí daného problému	*									
Získání nadhledu na problém		*								
Uvědomnění si existence problému	*									
Skupina jako „odraz reality“ partnerských vztahů	*									
Žádný vliv	*									
<b>Reakce partnera na výcvik</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Pozitivní hodnocení							*			
Akceptace, ale pohrdání	*									
Porozumnění výcviku a mé účasti v něm	*									
Pocit ohrožení výcvikem		*								
Neporozumnění výcviku a mé účasti v něm	*									
<b>Dojezd</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Trávení času odděleně			*							
Přizpůsobení se aktuálním potřebám					*					
Potřeba prostoru pro sebe – společné bydlení	*									
Negativní vnímání dojezdu partnerem	*									

## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

**Jméno a příjmení autora/ky:** Ornella Lehnertová

**Studijní program:** Psychologie (Bc.)

**Studijní obor:** Psychologie (Bc.)

**Název práce:** Subjektivní vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na partnerské vztahy studentů PVŠPS

**Počet stran (bez příloh):** 45

**Celkový počet stran příloh:** 7

**Počet titulů české literatury a pramenů:** 19

**Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:** 1

**Počet internetových odkazů:** 8

**Vedoucí práce:** Mgr. Martin Prokeš

**Rok dokončení práce:** 2015



**Posudek vedoucího/ópenenta bakalářské/diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Ornella Lehnertová

Obor studia: Psychologie (Bc.)

Název práce: Subjektivní vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku na partnerské vztahy studentů PVŠPS

Vedoucí práce: Mgr. Martin Prokeš

**Technické parametry práce:**

Počet stránek textu (bez příloh): 50

Počet stránek příloh: 10

Počet titulů v seznamu literatury: 26

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příleřavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		x		
--	--	---	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

		x		
--	--	---	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	x			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost  
výsledků v praxi

		x		
--	--	---	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce  
(publikace, referáty, apod.)

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1/V čem spatřujete výhody použití focus group u daného typu výzkumu?  
2/ V čem vidíte největší rizika skupinového výcviku jehož frekventy jste ve výzkumu oslovila?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Velmi kvalitně zpracovaná práce s oborově vhodným tématem, dobrá práce se zdroji i s vlastními závěry. Výzkumná část je, na poměry bakalářské práce, zpracována kromobyčejně pečlivě a s dobrými výsledky směrem k pozdějšímu rozšíření a možnosti pokračovat v tématu kvantitativními metodami.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: Výborně

Datum, podpis: 20.5.2015 Mgr. Prokeš





**Posudek oponenta bakalářské práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: Ornella Lehnertová

Obor studia: psychologie

Název práce: Subjektivní vnímání vlivu psychoterapeutického výcviku ...

Oponent práce: doc. Karel Hnilica

**Technické parametry práce:**

Počet stránek textu (bez příloh): 45

Počet stránek příloh: 7

Počet titulů v seznamu literatury: 28

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

		x		
--	--	---	--	--

Oborová příslušnost tématu

x				
---	--	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x	x		
--	---	---	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		x		
--	--	---	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x	x		
--	---	---	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

--	--	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výběrně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – nespěl/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

x				
---	--	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

x				
---	--	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Autorka si v práci klade otázku, zda má zkušenost s psychoterapeutickým výcvikem vliv na vnímání vlastních partnerských vztahů. Zaměřuje se na zkušenosti studentů PVŠPS, kteří procházejí tímto výcvikem v rámci studia.

V empirické části informuje o dvou šetřeních, jichž se zúčastnilo celkem 11 + 10 studentů PVŠPS (z práce jsem nepochopil, do jaké míry se tyto dva soubory překrývají). Mezi hlavní zjištění patří například to, že se partneři cítí být ve svých vztazích více autentičtí a že tuto změnu připisují výcviku.

Otázky do diskuse:

- 1) Je možné připisovat tuto vnímanou změnu zkušenosti s výcvikem? Neprocházejí obdobnou změnou i srovnatelní studenti, kteří výcvik neabsolvují?
- 2) Nejsou odpovědi respondentů příliš ovlivněné sugestivními otázkami?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Poznámky:

Práce je vedena upřímnou snahou najít výzkumně založenou odpověď na zajímavou otázku. Zpracování plně odpovídá požadavkům kladeným na tento typ práce.

Drobná připomínka: v seznamu literatury jsou odkazy na nějaké stránky (citované); není v souladu s normou.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně

Datum, podpis: 19. 5. 2015

