

## Oponentský posudek habilitační práce

### *„Terapie zaměřená na maladaptivní schémata: Teorie a praxe“*

Autor práce: PhDr. et. Mgr. Roman Procházka, Ph.D.

Oponent: doc. PhDr. Martin Lečbych, Ph.D.

#### **Úvodem k zaměření práce**

Habilitační práce Dr. Procházky je zasazena do prostředí kognitivně-behaviorální terapie, jednoho z tradičních a dlouhodobě se rozvíjejících psychoterapeutických směrů uznávaných ve světovém měřítku. Kognitivně-behaviorální terapie (dále jen KBT) vychází z propojování směrů behaviorálních (reprezentovaných původně dílem Josepha Wolpeho) a směrů kognitivních (reprezentovaných tradičně Aaronem Beckem a Albertem Ellisem). Od raných fází vývoje KBT se jednalo spíše o symptomatologicky orientovaný směr, spíše technicky laděný, kladoucí důraz na fakta a přímo pozorovatelné skutečnosti. Výhodou takového pojetí je snadnější naplnění představy evidence-based medicine, obvykle proto bývá preferován v prostředí akademickém a prostředí větších ústavních zařízení, kladoucí důraz na časově ohraničené a strukturované terapeutické programy. Nevýhodou takto koncipovaného směru je výrazně redukcionistické pojetí člověka a jeho duševního života, což koneckonců bývá výchozím zdrojem kritiky této koncepce a také faktem, proč v širší ambulantní praxi pozorujeme u mnoha kolegů potřebu jej doplnit dalšími odlišnými přístupy v reakci na rozmanité společenské zakázky. Je proto přirozené, že zastánci KBT usilují o rozvoj tohoto směru, jeho inovace a obohacování, které pozorujeme zejména v dílčích větvích vývoje KBT ke konci druhé poloviny minulého století.

Klinická praxe a sdílení zkušeností v průběhu času ukazuje, že aby KBT mohla být životaschopným směrem pro širší skupinu praktiků i na počátku tohoto tisíciletí, nelze se opírat pouze o modely vycházející z teorie učení a techniky práce s kognitivními procesy. Vývoj v oblasti psychoterapie dnes například klade zvýšený důraz na vztahové aspekty lidské existence, terapeutický vztah, systémové a sociální aspekty duševního zdraví, komplexnější diagnostické uchopení duševních problémů za hranice prostých klasifikací symptomů, otázky smysluplnosti existence, aspekty celoživotního vývoje člověka ve vzájemné interakci s jeho prostředím a konečně i důraz na lidskou osobnost, jako výraz integrace lidské jedinečnosti a nutnosti v jejím souladu diferencovat vlastní terapeutický přístup. Právě k poslednímu zmíněnému bodu se vztahuje „teorie schémat“ a „schéma terapie“ J. E. Younga, který dále rozpracovává úvahy A. Becka o vztahu mezi osobností člověka a jeho specifickým stylem usuzování a myšlení. Jedná se tedy svým způsobem o určitý pokus, jak k tradičnímu KBT modelu „naroubovat“ kognitivně laděnou teorii osobnosti, která bude kongruentní se stávajícím pojetím KBT. Oproti jiným směrům psychoterapie (zejména analytickým, humanistickým, existenciálním) komplexnější model osobnosti KBT po většinu jejího vývoje dosud scházel. S trochou nadsázky lze konstatovat, že KBT dospěla do bodu nutnosti „znovuobjevení“ lidské osobnosti (která na počátku behaviorálního přístupu představovala „černou skříňku“ nehodnou pozornosti) a hledá způsob, jak se vypořádat s lidskou jedinečností a v rámci této jedinečnosti tudíž i s rozličnou mírou efektivity dílčích postupů a technik intervence. Práce Dr. Procházky spadá právě do

tohoto kontextu zkoumání, dalšího rozpracovávání teorie schémat, jejího obohacování a hledání formy, která by mohla být pro KBT orientované praktiky přijatelná. Jedná se o velmi náročný úkol, při kterém autor musí důstojně proplout mezi Skyllou rozmanitosti teoretických koncepcí lidské osobnosti a Charybdou nároků psychologické praxe s odlišením podstatného od nepodstatného.

### **K obsahovým a formálním aspektům práce**

V rámci definice pojmu schéma (kap. 1) se autor obrací pochopitelně zejména ke kognitivní a socio-kognitivní perspektivě, reflektuje zde jak tradiční díla k obecným teoretickým problémům (Piaget, Kelly...), tak díla směřující k perspektivě psychotherapeutické (Ellis...). Celkově je tato kapitola zaměřena až příliš úzce, což je podle mého názoru ke škodě díla. Vyhledávání pojmu "schéma" mezi autory hlásící se ke KBT pak autora tlačí ke skutečnosti opírat se ve svém habilitačním díle o autory svépomocných příruček pro širší veřejnost (Greenberger, Padesky...). Ustálenými vzorci myšlení, budeme-li hovořit obecnou řečí bez terapeutické hantýrky, se zabírají téměř všechny majoritní terapeutické směry a dílčí srovnání a vzájemné obohacení by se přímo nabízelo nejen k systematické komparaci, ale zejména také ke kritické reflexi samotné "schéma terapie" reprezentované Youngem, který spíše působí jako pragmatický eklektik, než originální myslitel. Zejména zajímavá by mohla být komparace s propracovanými systémy psychických obran, jak je koncipuje moderní psychoanalýza (v češtině např. dílo Nancy McWilliams), samozřejmě také tradiční teorie objektivních vztahů, případně ze zcela jiného soudku narativní psychotherapie, která rozpracovává velmi blízkou koncepci "scénáře" či "osnovy" líčení příběhu (tedy i potažmo myšlení člověka odrážející se v řeči). Pohled do oblastí psychologické diagnostiky by také jistě mohl přinést cenná obohacení. Divím se, že autor nevyužil dílo Hedwig Teglasi, která koncepci schématu využívá při analýze TAT, což by měla být metoda autorovi známá. Pokud by se autor podíval na problematiku z širší perspektivy a to i s ohledem na odbornou debatu kolem kontroverze klasifikace poruch osobnosti, muselo by to nutně resultovat v kritické postoji k prezentovaným modelům základních přesvědčení u poruch osobnosti (Beck, Freeman, Davis, 1990; Praško, Možný, Šlepecký, 2007), které jsou v zásadě ryzím eklekticismem bez dostatečné teoretické syntézy, navíc vnitřně rozporuplným a značně redukcionistickým.

Při pojednání o raných maladaptivních schématech (kap. 2) seznamuje autor čtenáře podrobně a systematicky s Youngovým konceptem napříč jeho vývojem a teoretickými východisky. Při této prezentaci lze ocenit přehlednost a systematickosti autora, schopnost předložit hlavní teze srozumitelnou a jasnou formou. Ke škodě prezentace vnímám skutečnost, že autor přistoupil k Youngovu dílu až s přílišnou pokorou bez odvahy ke kritické diskusi a dostatečné reflexi sporných míst. Některé základní teze jsou přitom v přímém rozporu s jinými psychologickými poznatky. Mám na mysli zejména absolutizující teze o toxickém vlivu zkušeností z dětství (srov. poznatky spojené s konceptem resilience či traumatickým růstem, potažmo i nutností určité míry frustrace k růstu), hodnocení maladaptace od dětského věku (srov. koncepty adaptace či pokusy o adaptaci na sociálně patologické podmínky života, či funkční adaptace na minoritní způsoby života nefungující však v majoritě), neměnnost schémat (srov. poznatky o změně citové vazby vlivem dobrých vztahů mimo rodinu či v dospívání pod korektivní zkušeností). Osobně vnímám největší slabinu Youngova díla v opomíjení eko-systémových souvislostí lidského života, kdy se rozsáhle pojednává o konceptu maladjustace, ale mlčí se o attributech prostředí, na které se lidský jedinec adaptuje (nebo se apriorně předpokládá americká kultura?). V pozadí je skryta naléhavá otázka, je-li toto prostředí vůbec

kompatibilní s lidskou přirozeností a zda-li za úspěšně adaptovaného jedince není považován "zprůměrovaný" konformní a konzumní člověk bez vlastního svérázu, který za své přijal vnější hodnoty kultury v daném čase. Ve více psychoterapeutických přístupech bylo vždy určitou tradicí ctít předpoklad, že za určitých podmínek prostředí se může adaptovat i člověk s vysoce specifickými vlastnostmi, které se majoritním kulturním představám vymykají. Například Kernberg ve svém vývojovém a vlivném rozdělení organizací osobnosti i organizacím psychotickým či hraničním uznával část adaptivního fungování při určitém vnějším řádu prostředí. Koneckonců pro solidní adaptaci v džungli jsou potřebné jiné vlastnosti než pro adaptaci v akademickém kampusu. V navazující části kapitoly se autor zabývá koncepcí vztahové vazby, vývojovým traumatem, disociací a doplňuje je o neurobiologický a neuropsychologický pohled. V těchto pasážích je znát výrazná snaha rozšířit a obohatit teorii schémat a nejvíce je zde znát vlastní autorská práce na syntéze různých teoretických pohledů. Přehled, který zde autor prokazuje je velmi rozsáhlý a solidním způsobem podložený. Snad z úcty k české tradici autor vymezil zvlášť kapitolu o deprivaci (kap. 3), která však dobře zapadá do skládky předchozích koncepcí. Zvlášť vyčleněná kapitola k problematice protektivních faktorů (kap. 4) mohla být zpracována podrobněji a sloužit jako optika kritiky samotné schéma teorie. V této stručné přehledové podobě působí nevýrazně a dovoluji si odtušit, že autor si je dobře vědom skutečnosti, že pokud by ji podrobně rozpracoval, musel by se vyrovnávat s řadou nepříjemných teoretických nesrovnalostí, které by se dotýkaly základních paradigmat KBT.

Pasáž o raných maladaptivních schématech a emocionálnímu temperamentu (kap. 5) tvoří nejrozsáhlejší část celého díla. Autor zde podrobně seznamuje s jednotlivými modalitami a typy dílčích maladaptivních schémat. Zde se snaží integrovat schéma teorii do širšího psychologického kontextu, opírá se o rozmanitější zdroje z oblasti psychologie osobnosti a vývojové psychologie, dále prameny neurovědních oborů. Jedná se o zdařilou část práce zasluhující ocenění a to až do bodu prezentace přehledu jednotlivých domén, který je až nadmíru heslovitý, což by samo o sobě nevadilo, pokud by hesla nebyla jako vystřižená z popularizačních příruček ("adekvátní ostražitost", "zdravé hranice", "zdravá sebekontrola", "zdravá sebek péče"... ) a některá hesla nedávala smysl z vývojového hlediska např. asertivita či empatie řazená pod raná schémata, kdy obojí má svůj dlouhodobý (až celoživotní) vývoj vyžadující určitý stupeň dosažené zralosti (představovat si empatické a asertivní dítě předškolního věku je zajímavě bizarní představa vzhledem k vývojovému egocentrismu dětského věku, názorovému myšlení a zralosti řečového vývoje).

Závěrečná část práce (kap. 6) se věnuje aplikaci teorie pro klinickou praxi. Lze zde nalézt poměrně běžné techniky KBT i jiných směrů i méně obvyklé přístupy psychofyziologické, ve kterých je autor vysoce erudován. Schopnost přenést teoretická východiska do praktických postupů přispívá k hodnotě celého díla. Škoda jen, že autor nevyužil více kazuistik ze své praxe a dílčí postupy se nepokusil kazuisticky demonstrovat ve větším rozsahu. Kriticky lze vnímat, že autor přejal pasáže k indikacím a kontraindikacím schéma terapie bez reflexe „legislativní paranoie“ příslušné země vzniku - v prezentované odcitované formě jsou některé z nich spíše východiskem pro právní formu ochrany, než vedeny odbornými důvody či podstatou psychoterapie jako takovou. Rozličná schémata by pak přímo vybízela k úvahám nad diferenciací přístupu terapeuta k formování terapeutického vztahu, jak je například zpracováno v případě terapií vycházející z teorie citové vazby (čili pro různý typ citové vazby volit jinou strategii formování terapeutického vztahu), nicméně zatím není toto pole využito, neboť by patrně ve více případech interferovalo s představou „limitované reparentifikace“, tedy spíše autoritativně/expertně koncipovanou vztahovou nabídkou (podobně jako Sándor Ferenczi?), jakou prezentuje v díle autor v souladu s představiteli KBT.

Po formální stránce nemám k celému dílu zásadních připomínek, text je koncipován čtivě, srozumitelně, citace jsou adekvátní, používané prameny relevantní, zdroje informací rozsáhlé. Autor je dostatečně publikačně zkušený, aby se vyvaroval hrubších formálních nedostatků.

### **Podněty k rozpravě, otázky**

- a) Mohl by se autor v rámci rozpravy při obhajobě zamyslet nad kritickou reflexí Youngovy teorie? Jaké části této teorie by podle jeho názoru zasloužily nejvýraznější revize? Jak by dopadlo srovnání například se školou objektivních vztahů?
- b) Jakou roli podle autora sehrává "duch doby" v rámci marketingu jednotlivých terapeutických směrů? Dotýká se to podle něj nějak i vývoje KBT na americké půdě? Není nekritický eklekticismus bez dostatečné reflexe výchozích myšlenek ke škodě schéma teorie?
- c) Bylo by podle autora možné pohlížet na schémata optikou vývojové psychologie? Například pomocí senzitivních vývojových období či vývojových úkolů? Mohla by tím vzniknout nějaká forma hierarchie schémat či jejich návazností?
- d) Evoluční psychologové pohlíží na člověka jako na tvora nedostatečně evolučně připraveného na způsob života odpovídající naší kultuře a jejím nárokům. Přičítají tomu i původ některých duševních obtíží. Jak by se autor pokusil charakterizovat adekvátní či úspěšnou adaptaci na soudobé (technologické?) prostředí, ve kterém žijeme? Nemohla by tato adaptace mít některé rysy či trendy, které jsou v knize autora vytýkány jako patologické?
- e) Závěrem politicky nekorektní otázka. Je možné, že právě díky některým maladaptivním schématům dosahují lidé společenský úspěch? Například v politice či korporátním managementu? Pokud ano, tak podle jakých kritérií hodnotíme samu maladaptaci?

### **Závěr**

Předložená habilitační práce má význam zejména pro oblast psychoterapie a klinické psychologie, její hodnota spočívá zejména ve snaze o propracování souvislostí mezi kognitivním stylem a osobností a využitím těchto souvislostí v praktické terapeutické práci. Navzdory kriticky koncipovanému posudku je nutné konstatovat, že autor si zvolil nelehký úkol, kterého se zhostil se ctí, vědeckou poctivostí a rozhodně jeho dílu nelze upírat potenciál k obohacení oboru a cenou inspiraci do budoucnosti. Práce splňuje nároky kladené na habilitační práce a lze ji doporučit obhajobě před Vědeckou radou fakulty a využít jako východisko k udělení vědecko-pedagogického titulu docent.