

# Možnosti využití Pessó Boyden System Psychomotor v sociálních službách

Leona Křížková

---

Bakalářská práce  
2011



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2010/2011

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Leona KŘÍŽKOVÁ**  
Osobní číslo: **H08144**  
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Možnosti využití Pessu Boyden System  
Psychomotor v sociálních službách**

Zásady pro vypracování:

**Studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti pomáhajících profesí, z oblasti sociálních služeb a z oblasti psychoterapie.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace kvalitativního výzkumu prostřednictvím rozhovoru.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a přínos pro praxi.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

BELZ, H., SIEGRIST, M. Klíčové kompetence a jejich rozvíjení. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-479-6.

CULLEY, S., BOND, T. Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-452-6.

PESSO, A., BOYDEN-PESSO, D., VRTBOVSKÁ, P. Úvod do Pessa Boyden System Psychomotor. Praha: Sdružení SCAN, 2009. ISBN 80-86620-15-8.

ŠVAŘÍČEK, R., ŠEĐOVÁ, K. a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-3.

KOPŘIVA, K. Lidský vztah jako součást profese. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-318-8.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **25. ledna 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce: **6. května 2011**

Ve Zlíně dne 25. ledna 2011

prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.  
*děkan*



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.  
*ředitelka ústavu*

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně ..... 14. 2011 .....

..... Kůžková .....

<sup>1)</sup> zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací;

(1) Vysoká škola nevydělává zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

*(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

*(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

*2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

*(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

*3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

*(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

*3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

*(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

*(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce pojednává o možnostech využití osobních zkušeností s psychoterapeutickou metodou Pesso Boyden System Psychomotor (dále jen PBSP) pro práci pracovníků v sociálních službách, konkrétně pro pracovníky působící v organizacích poskytujících sociální služby lidem se zdravotním postižením. Pro pochopení náročnosti pomáhajících profesí autorka uvádí nejprve několik existujících definic pomáhajících profesí a vyjmenovává společné charakteristické rysy těchto profesí. Následně se věnuje oblastem působnosti a obecným předpokladům pro výkon pomáhajících profesí. Specifikuje a vymezuje role odborných pracovníků v sociálních službách v kontextu platné legislativy. Dalšími stěžejními tématy práce jsou kvalifikační předpoklady, odborná způsobilost a vzdělávání pracovníků v sociálních službách. Autorka se pokouší čtenáři srozumitelně a jasně vysvětlit základní pojmy a termíny, s kterými pracuje psychoterapeutická metoda PBSB a nastínit její principy a fungování v rámci psychoterapeutické skupiny. Profesní a osobnostní přínos PBSP je v práci zkoumán, na účastnících uvedené psychoterapeutické metody, formou rozhovorů.

Klíčová slova: pomáhající profese, pracovník v sociálních službách, kvalifikační předpoklady, odborná způsobilost, vzdělávání, psychoterapeutická metoda PBSP.

## **ABSTRACT**

The bachelor thesis deals with the uses of personal experience with psychoterapeutic methods Pesso Boyden System Psychomotor (furthermore, only PBSP) work for social service workers, specifically for staff working in organizations providing social services to people with disabilities. To understand the difficulty of helping professions, it puts the autor of several existing definitions of related professions and identifies common chracteristics of these professions. Subsequently, the scope and deals with general expectations for the exercise of professions. Specifies and defines the role of professionals in social services in the kontext of current legislation. Other core issues are job qualifications, kompetence and training of social services. The autor is clearly trying to readers and clearly explain the basic concepts and terms, with which it works psychoterapeutic methods PBSP to outline its principles and operation of the psychoterapy

group. Professional and personal contribution to the work of PBSP is investigated for participating in the psychotherapeutic methods, in an interview.

Keywords: helping professions, social worker services, qualifications, professional competence, education, psychotherapeutic method PBSP.

Na tomto místě bych ráda upřímně poděkovala paní Mgr. Soni Vávrové, Ph.D za odborné a laskavé vedení, za poskytnutí cenných rad, podnětů, připomínek a inspirací při zpracování předkládané bakalářské práce.

Dále děkuji přátelům a kolegům ze skupiny PBSP, kteří mi s ochotou a důvěrou poskytli v rozhovorech potřebné informace pro tuto bakalářskou práci a věnovali tomuto výzkumu svůj čas.

Moje úcta a obdiv patří i autorům PBSP Albertu Pessu a Dianě-Boyden Pessu za jedinečný přínos pro současnou psychologii a psychoterapii.

Největší dík a uznání patří mému manželovi Martinovi a našim třem dětem, Adamovi, Evě a Anežce, jakož i ostatním nejbližším rodinným příslušníkům, kteří mi svou podporou, trpělivostí a nezměrnou tolerancí pomohli dopracovat se až ke zdárnému ukončení studia.

Motto:

*„Většina lidí ví, že některé věci nejdou, a nedělají je.*

*Pak přijde někdo, kdo neví, že to nejde, a udělá to.“*

Albert Einstein



# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 POMÁHAJÍCÍ PROFESE</b> .....	<b>12</b>
1.1 VYMEZENÍ POJMU POMÁHAJÍCÍ PROFESE.....	12
1.2 OBLASTI PŮSOBNOSTI POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍ .....	13
1.3 PŘEDPOKLADY PRO VÝKON POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍ.....	14
<b>2 KVALIFIKAČNÍ PŘEDPOKLADY, ODBORNÁ ZPŮSOBILOST A VZDĚLÁVÁNÍ PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH</b> .....	<b>17</b>
2.1 ROZDĚLENÍ ODBORNÝCH PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH.....	17
2.2 ODBORNÁ ZPŮSOBILOST ODBORNÝCH PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH .....	19
2.3 DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ ODBORNÝCH PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH.....	22
<b>3 PESSO BOYDEN SYSTEM PSYCHOMOTOR</b> .....	<b>25</b>
3.1 ZAKLADATELÉ A VZNIK PBSP .....	26
3.1.1 Výcvik v PBSP .....	28
3.2 TEORETICKÝ RÁMEC A ZÁKLADNÍ POJMY V PBSP .....	28
3.2.1 Pět základních vývojových potřeb PBSP .....	29
3.3 PRINCIP FUNGOVÁNÍ A VYMEZENÍ POJMŮ PBSP .....	30
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>34</b>
<b>4 METODOLOGIE VÝZKUMU</b> .....	<b>35</b>
4.1 CÍL VÝZKUMU .....	35
4.2 VÝZKUMNÝ PROBLÉM .....	35
4.2.1 Formulování výzkumných otázek .....	35
4.3 VOLBA VÝZKUMNÉ STRATEGIE.....	36
4.4 VOLBA VÝZKUMNÝCH METOD .....	36
4.4.1 Výběr vzorku .....	36
4.4.2 Výběr metody sběru dat.....	37
4.4.3 Zajištění vstupu do terénu .....	38
<b>5 REALIZACE VÝZKUMU, ANALÝZA A INTERPRETACE DAT</b> .....	<b>40</b>
5.1 REALIZACE VÝZKUMU .....	40
5.2 PŘEDVÝZKUM.....	40
5.3 SBĚR VÝZKUMNÝCH DAT.....	41
5.4 ANALÝZA ZÍSKANÝCH DAT.....	42
5.4.1 Výzkumná strategie.....	42
5.5 INTERPRETACE DAT A SHRUTÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	44
5.5.1 Kategorie „Motivace a očekávání“ .....	44

5.5.2	Kategorie „Osobní rozvoj“ .....	45
5.5.3	Kategorie „Profesní rozvoj“ .....	46
5.5.4	Shrnutí výsledků výzkumu .....	47
5.6	PŘÍNOS PRO PRAXI .....	48
<b>ZÁVĚR .....</b>		<b>49</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>		<b>50</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>		<b>52</b>
<b>SEZNAM TABULEK.....</b>		<b>53</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>		<b>54</b>

## ÚVOD

Práce v pomáhajících profesích, zvláště v organizacích sociálních služeb pomáhajících lidem se zdravotním postižením, patří k nejnáročnějším povoláním, jak po stránce fyzické, tak psychické. U těchto pracovníků často pozorujeme únavu, obtížné zvládnutí dlouhodobých stresových situací, dochází ke komunikačním nesrovnalostem v pracovním týmu i směrem ke klientům, projevují se syndromy vyhoření, které následně provází uzavřenost a nemalé zdravotní problémy. Mnoho lidí – odborných pracovníků, po několika letech práce v této profesi odcházejí naprosto vyčerpaní. Tyto problémy výrazně snižují kvalitu péče o klienty a podílejí se na ještě větší psychické náročnosti této profese. Jak lépe zvládnout roli pečujícího? Jak účinně doplňovat a obnovovat své psychické a fyzické síly? Jak efektivně hospodařit se svou energií. Právě vzdělávání odborných pracovníků v sociálních službách v oblasti technik a přístupů, jak se cítit bezpečně a kompetentně, jak se o sebe postarat, je téma, které bývá často opomíjeno.

Na základě své šestileté pracovní zkušenosti v sociálních službách, považuji situaci na tomto poli za stále neuspokojivou. Pracovala jsem v denním stacionáři, jak s dospělými klienty s lehčí a střední formou mentálního, tělesného a kombinovaného postižení, tak s dětmi s hlubším mentálním, tělesným či kombinovaným postižením. Vždy mě překvapily postřehy klientů, jejich přesné vystižení různých situací a jejich hodnocení, třebaže byly často jednoslovná nebo i beze slov.

Ve své bakalářské práci jsem se tedy zaměřila na možný způsob, jak mohou pracovníci v sociálních službách, dosáhnout potřebných psychických, fyzických a sociálních kvalit. Cílem předkládané bakalářské práce bylo zjistit a popsat přínos psychoterapeutické metody PBSP pro práci pracovníků v sociálních službách.

Následující první část předkládané práce přináší teoretické informace o pomáhajících profesích, nejprve obecně a poté se zaměřením na profesní a osobnostní kvalitu pracovníka v sociálních službách, na jeho kvalifikační předpoklady, odbornou způsobilost a další vzdělávání. Dále uvedeme přehled zásadních teoretických pojmů a principů psychoterapeutické metody PBSP.

V praktické části přistoupíme k výzkumu, kterým odpovíme na výzkumné otázky, uvedeme přehlednou metodologii realizovaného výzkumného šetření, nastíníme možnosti využití a přínosu PBSP pro profesní a osobní rozvoj pracovníků v sociálních službách.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 POMÁHAJÍCÍ PROFESE

Většina povolání určitým způsobem slouží ku prospěchu a blahu lidí. Do kategorie pomáhajících či pečujících profesí můžeme řadit lékaře, zdravotníky, psychiatry, ale také nelékařské profese jako jsou učitelé, vychovatelé, duchovní, sociální pracovníky a všechny ostatní profese, které nějakým způsobem pomáhají lidem.

### 1.1 Vymezení pojmu pomáhající profese

V následujícím textu srovnáme několik existujících definic pomáhajících profesí a pokusíme se nalézt jejich společné, charakteristické rysy. Pro pochopení nároků pomáhajících profesí si blíže upřesníme oblasti působení pomáhajících pracovníků a jaké jsou jejich osobnostní a profesní předpoklady.

Pojem „pomáhající profese“, jako výraz převzatý z anglického „helping professions“, definuje Velký psychologický slovník jako: *„...souhrnný název pro veškeré profese, které se zaměřují na pomoc druhým; pomáhají řešit nesnáze, problémy, zdravotní potíže druhých lidí; používají k tomu metody a techniky jednotlivých profesí; patří sem lékařství, zejména psychiatrie, dále psychologie, sociální práce, speciální pedagogika, fyzioterapie, rehabilitace; společnými znaky jsou mimořádná psychická zátěž, odpovědnost a rizika pro vlastní duševní zdraví osob, které tyto profese vykonávají.“* (Hartl, Hartlová, 2010, s. 445).

Jinak pomáhající profese popisuje Slovník sociální práce, jehož autor uvádí, že pomáhající profese je: *„...profese vznikající v souvislosti se slábnoucí úlohou rodiny a jiných tradičních systémů sociální podpory. Cílem pomáhajících profesí je institucionalizované poskytování této podpory. V širokém pojetí k nim patří medicína, psychologie, pedagogika, sociální práce“* (Matoušek, 2008, s. 140).

K dalšímu vymezení pojmu pomáhající profese můžeme použít slova Jankovského (2003), který považuje pomáhající profese daleko více za službu a poslání, než za každodenní stereotypní práci.

Jako synonymum pojmu „pomáhající profese“ se v odborné literatuře používají další termíny, jako např. „povolání a práce pomáhajícího, pomáhající personál“ (Schmidbauer, 2000) nebo „profesionální pomáhání“ (Úlehla, 2005), ale také „pečující profese“ (Guggenbuhl-Craiga in Hawkins, Shohet, 2004).

Úlehla (2005) považuje profesionální pomáhání za neběžnou a neobyčejnou věc. Uvádí, že všechny pomáhající profese mají svůj smysl v pomáhání a hledají způsoby, jak podpořit prospěch, zdraví nebo pohodu druhého člověka. Jejich úkolem je tedy přispět k tomu, aby se lidem žilo lépe. Za znak profesionality autor považuje, pokud pomáhající profesionál zastává postoj, že pomáhá proto, že se mu chce pomáhat, že si to vybral a protože ho to baví.

Podle mého názoru nejvýstižněji popisuje podstatu pomáhající profese Kopřiva (1999), který uvádí, že v pomáhajících povolání má prvořadý význam kvalita lidského vztahu pracovníka ke klientovi. Klient potřebuje důvěřovat, cítit se bezpečný a přijímaný. Bez tohoto osobního vztahu se práce pomáhajícího stává jen výkonem svěřených pravomocí.

## 1.2 Oblasti působnosti pomáhajících profesí

Jak uvádí Jankovský (2003), existuje celá řada oblastí, ve kterých se pomáhající profese uplatňují, a proto je autor pro lepší orientaci a přehlednost rozčleňuje na tři základní oblasti:

- oblast zdravotnická,
- oblast výchovně-vzdělávací,
- oblast sociální.

Oproti tomu Matoušek (2003) rozděluje pomáhající profese dle typu pomoci na pomáhání prvního a druhého stupně:

- pomáhání na prvním stupni se očekává od sociálních pracovníků, psychiatrů, psychologů, manželských poradců, tedy profesionálů, kteří jsou schopni pomáhat svým klientům zvládat jejich sociální a emoční problémy;
- dále existují povolání, jejichž pracovníci také jednájí s klienty nacházejícími se v nesnázích, krizi, nemoci. Jde o policisty, probační úředníky, právníky, lékaře, zdravotní sestry, učitelé na všech stupních škol, duchovní, řádové sestry a mnoho dalších. Ideální je, pokud pomáhají svým klientům zvládat jejich problémy holisticky, tedy komplexně jako celek. Tento typ pomoci je nazýván jako pomáhání na druhém stupni.

Jak uvádí Cowen (In Matoušek, 2003) existují také pomáhání na třetím a čtvrtém stupni:

- k pomáhajícím na třetím stupni patří manažeři, vedoucí pracovníci všech stupňů, úředníci v bankách a úřadech, hasiči, ale i kadeřníci, barmani a jiné. I oni se setkávají s lidmi v nesnázích, mohou naslouchat jejich vyprávění, vyjádřit jim podporu či poskytnout radu;
- v pozici pomáhajícího na čtvrtém stupni si lze představit každého, kdo se snaží pomoci rodinnému příslušníkovi, příteli, známému nebo i cizí osobě řešit nějaký problém.

### 1.3 Předpoklady pro výkon pomáhajících profesí

Jak jsme již zmínili výše, existuje řada povolání, jejichž hlavní náplní je pomáhat lidem. Podle Kopřivy (1999) stejně jako jiná povolání má každá profese svou odbornost, tedy sumu vědomostí a dovedností, které je třeba si pro výkon daného povolání osvojit. Tuto teoretickou odbornost poskytuje studium příslušných škol. Autor dále uvádí, že na rozdíl od ostatních povolání hraje však v pomáhajících profesích velmi podstatnou roli ještě jeden prvek – lidský vztah mezi pomáhajícím pracovníkem a jeho klientem. Pacient potřebuje věřit svému lékaři, klient potřebuje cítit lidský zájem od svého ošetřovatele a žák si chce vážít svého učitele. Kopřiva (1999, s. 14) dále uvádí: *„Tato myšlenka je obsažena v rozšířeném názoru, že v těchto profesích je hlavním nástrojem pracovníka jeho osobnost.“*

Dále Kopřiva (1999) zmiňuje skutečnost, že každodenní kontakt s lidmi se odehrává i u jiných profesí např. prodavači, obchodní zástupci, pracovníci u poštovních přepážek, kosmetičky, maséři, žurnalisté. Na rozdíl od pomáhajících profesí těmto pracovníkům většinou postačí pro výkon povolání slušné chování v souladu se společenskými konvencemi. Od uvedených profesí se neočekává osobní vztah. Pomáhající pracovník se však velmi často setkává s lidmi v kritické životní či zdravotní situaci, kteří zpravidla očekávají více než pouhou slušnost. Potřebují porozumění, přijetí, spoluúčast, pochopení, pocit, že pomáhajícímu pracovníkovi nejsou na obtíž, že je pracovník nehodnotí a nesoudí.

Dle Jankovského (2003) od pomáhajících profesí očekáváme zcela spontánní prosociální jednání, ochotu pomoci druhému, schopnost sdílet problémy druhých a empatické chování. Je třeba si ale také uvědomit, že práce v pomáhajících profesích může být spojena s celou řadou obtíží, problémů a rozporů, protože služba druhým vyžaduje od těch, kteří ji chtějí poskytovat, určité osobnostní dispozice, vzdělání a častokrát i ochotu překonat své fyzické i psychické možnosti.

Podle Culleyové a Bonda (2008) by pracovník v pomáhajících profesích měl být:

- kompetentní,
- důvěryhodný,
- uctivý,
- odpovědný.

Oproti tomu Matoušek (2003) předkládá obecné předpoklady a dovednosti pro výkon povolání v sociální oblasti a člení je do následujících čtyř oblastí:

- zdatnost a inteligence,
- přitažlivost,
- důvěryhodnost,
- komunikační dovednosti.

Podle Butrymové (In Matoušek, 2003) jsou důležité tři hlavní předpoklady, na nichž je sociální práce založena. Mezi základní hodnoty profese řadí následující:

- úcta (respekt) ke klientovi,
- přesvědčení o sociální povaze lidí – člověk je jedinečnou bytostí, ovšem završení této jedinečnosti závisí na ostatních lidských bytostech, jde o vzájemnost,
- víra v to, že každý jedinec je schopen změny, růstu a sebezdokonalení.

Jiné členění předpokladů nabízí Havrdová (1999), která se zabývá mimo jiné praktickými kompetencemi pro praxi v sociální oblasti a hovoří o soustavě šesti praktických kompetencí, které uspořádala do následujících skupin:

- schopnost účinně komunikovat s jednotlivci, skupinami, rodinami i komunitami – rozvíjet účinnou komunikaci,



- schopnost se zorientovat v potřebách, možnostech a porozumění, které klient a jeho okolí má, a vymezit s nimi oblast a plán spolupráce – orientovat se a plánovat postup,
- schopnost rozeznat silné stránky a možnosti klienta a jeho okolí a podporovat jejich soběstačnost a sebeúctu – podporovat a pomáhat k soběstačnosti,
- znalost metod a systému služeb, schopnost je správně využívat ve prospěch klienta, pomáhat mu je přijmout a ukončit – zasahovat a poskytovat služby,
- přispívat k práci organizace,
- odborně růst.

V těchto souvislostech je neméně zajímavý pohled Navrátila (In Matoušek a kol., 2001), který se domnívá, že profesní výbava sociálního pracovníka se opírá jak:

- o psychologické znalosti,
- ale také o terapeutický výcvik.

Pro naše potřeby je důležitý názor již citovaného Kopřivy (1999), a to vzhledem k tomu, že hlavní roli v předkládané bakalářské práci hraje odborný pracovník v sociálních službách – konkrétně pracovník, který je v přímém kontaktu s lidmi se zdravotním postižením. Podle Kopřivy (1999) ve zdravotnictví a sociálních službách se pomáhající pracovníci setkávají s velmi těžkými osudy klientů. Pracovníci v organizacích sociálních služeb tráví své dny s těžce postiženými lidmi, na které se mnohý občan neodváží ani podívat. Mnoho těchto pomáhajících pracovníků cítí silné vyčerpání z každodenního kontaktu s mimořádně těžkými osudy (Kopřiva, 1999).

Podrobněji o rozdělení, specifických činnostech, odborné způsobilosti a vzdělávání odborných pracovníků v sociálních službách pojednává následující 2. kapitola.

## **2 KVALIFIKAČNÍ PŘEDPOKLADY, ODBORNÁ ZPŮSOBILOST A VZDĚLÁVÁNÍ PRACOVNÍKŮ V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH**

V předchozí kapitole jsme si vymezili okruhy základních předpokladů pro výkon pomáhajících profesí v sociální oblasti, a to z pohledu různých autorů. V nadcházející kapitole budeme pojednávat o kvalifikačních požadavcích a odborné způsobilosti pracovníků v sociálních službách na základě příslušné legislativy. Krátce nastíníme jakým způsobem zákon o sociální službách rozděluje odborné pracovníky v sociálních službách, jaké specifické činnosti tito odborní pracovníci vykonávají a jak má být uskutečňováno jejich další vzdělávání.

Od 1. 1. 2007 nabyl účinnosti zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a vyhláška č. 505/2006 Sb. (v příloze č. 2 této prováděcí vyhlášky jsou obsaženy „Standardy kvality sociálních služeb“), které do systému sociální péče v ČR přinesly tak dlouho očekávanou změnu.

K nejvýznamnějším změnám uvedeného zákona o sociálních službách patří např. nová typologie sociálních služeb, zavedení nové sociální dávky – příspěvku na péči, poskytování sociální péče ve třech základních formách či registrace poskytovatelů sociálních služeb. K dalším stěžejním prvkům řadíme povinnost pracovníků v sociální službách obnovovat si, upevňovat a doplňovat si svoji kvalifikaci. Z hlediska celého systému sociální péče se bezesporu jedná o povinnost, která do koncepce sociálních služeb přináší sjednocení a nastolení takové úrovně odborné způsobilosti, která odpovídá náročnosti této profese. Před účinností zmiňovaného zákona nebyly legislativně definovány žádné požadavky na kvalifikaci, odbornost či jiné předpoklady pro výkon činnosti pracovníků v sociální oblasti. V sociální službách tak mohl pracovat kdokoli, bez ohledu na odbornou kvalifikaci či osobnostní vlastnosti, což z dlouhodobého hlediska vedlo k podceňování potřebnosti a smysluplnosti práce sociálních pracovníků ve společenském povědomí.

### **2.1 Rozdělení odborných pracovníků v sociálních službách**

Pracovníci v sociálních službách se podílejí nebo sami rozhodují o závažných změnách v životě lidí či jinak výrazně působí na kvalitu života jednotlivců, rodin i skupin osob. Je zřejmé, že klíčový vliv na kvalitu a efektivitu systému poskytovaných sociálních služeb má adekvátní personální a organizační zajištění. K tomuto zajištění je nutná spolupráce širšího

spektra pracovníků v zařízeních sociální služeb, a to i těch, které jsou upraveny jinými zákony. Spolupůsobení odborných postupů a specifických činností z různých oborů je jedním z charakteristických rysů současných sociálních služeb.

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, tak nově upravuje definice a náplň profese pracovníků v sociálních službách. V § 115 odst. 1 rozděluje odborné pracovníky v sociálních službách do pěti kategorií:

- sociální pracovníci,
- pracovníci v sociálních službách,
- zdravotničtí pracovníci,
- pedagogičtí pracovníci,
- manželští a rodinní poradci a další odborníci, kteří přímo poskytují sociální služby.

Sociální pracovníci podle § 109 vykonávají sociální šetření a zabezpečují:

- sociální agendu vč. řešení sociálně právních problémů v zařízeních poskytujících služby sociální péče, sociálně právní poradenství, analytickou, metodickou a koncepční činnost v sociální oblasti, odborné činnosti v zařízeních poskytujících služby sociální prevence, depistážní činnosti, poskytování krizové pomoci, sociální poradenství a sociální rehabilitaci.

Zákonnou podmínkou výkonu činnosti sociálního pracovníka je způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost, zdravotní způsobilost a odborná způsobilost.

Pracovník v sociálních službách je ten, kdo podle § 116 odst. 1 vykonává:

- přímou obslužnou péči o osoby v ambulantních nebo pobytových zařízeních sociálních služeb spočívající v nácviku jednoduchých denních činností, pomoc při osobní hygieně a oblékání, manipulaci s přístroji, pomůckami, prádlem, udržování čistoty a osobní hygieny, podporu soběstačnosti, posilování životní aktivizace, vytváření základních sociálních a společenských kontaktů a uspokojování psychosociální potřeb;

- základní výchovnou nepedagogickou činnost spočívající v prohlubování a upevňování základních hygienických a společenských návyků, působení na vytváření a rozvíjení pracovních návyků, manuální zručnosti a pracovní aktivity, provádění volno-časových aktivit zaměřených na rozvíjení osobnosti, zájmů, znalostí a tvořivých schopností formou výtvarné, hudební a pohybové výchovy, zabezpečování zájmové a kulturní činnosti;
- pečovatelskou činnost v domácnosti osoby spočívající ve vykonávání prací spojených s přímým stykem s osobami s fyzickými a psychickými obtížemi, komplexní péče o jejich domácnost, zajišťování sociální pomoci, provádění sociálních depistáží pod vedením sociálního pracovníka, poskytování pomoci při vytváření sociálních a společenských kontaktů a psychické aktivizaci, organizační zabezpečování a komplexní koordinování pečovatelské činnosti a provádění osobní asistence;
- pod dohledem sociálního pracovníka činnosti při základním sociálním poradenství, depistážní činnosti, výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti, činnosti při zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, činnosti při poskytování pomoci při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.

Zákonnou podmínkou k výkonu povolání pracovníka v sociálních službách je způsobilost k právním úkonům, bezúhonnost, zdravotní způsobilost a odborná způsobilost. Podmínky výkonu činnosti zdravotnických a pedagogických pracovníků jsou upraveny příslušnými zdravotnickými a školskými předpisy.

## **2.2 Odborná způsobilost odborných pracovníků v sociálních službách**

Pomáhající profese se od ostatních liší především významem osobnostních vlastností. Ve všech profesích jsou důležité odborné znalosti a osvojené dovednosti. V sociální sféře však osobnostní vlastnosti determinují práci jak s uživateli služeb, tak ve vztahu ke spolupracovníkům, při vytváření týmu. Případné deficity je zde velmi obtížné kompenzovat a v zájmu uživatelů mnohé nelze kompenzovat vůbec. Výrazně určující jsou také životní zkušenosti a průběh pracovní i osobní životní dráhy. V pomáhajících profesích se

profesionální aspekty s osobnostními vzájemně ovlivňují mnohem více, než je běžné v jiných profesích. Je potřeba odlišovat osobnostní vlastnosti od odborných předpokladů a zohledňovat specifika konkrétního pracovníka na dané pracovní pozici (Ježek, Swiecicki, 2008).

Pro zajišťování kvalitních sociálních služeb ukládá zákon o sociálních službách povinnost poskytovatele přijímat do pracovního poměru zaměstnance s odpovídající kvalifikací, případně pracovníky bez kvalifikace přímé, ovšem s podmínkou jeho doplnění.

Odbornou způsobilostí pro sociálního pracovníka dle § 110 odst. 4 se rozumí:

- vyšší odborné vzdělání získané absolvováním vzdělávacího programu akreditovaného podle zvláštního právního předpisu v oborech vzdělání zaměřených na sociální práci a sociální pedagogiku, sociální a humanitární práci, sociálně-právní činnost a charitní a sociální činnost;
- vysokoškolské vzdělání získané studiem v bakalářském, magisterském nebo doktorském studijním programu zaměřeném na sociální práci, sociální politiku, sociální pedagogiku, sociální péči, sociální patologii, právo nebo speciální pedagogiku, akreditovaném podle zvláštního předpisu;
- absolvování akreditovaných vzdělávacích kurzů v oblastech uvedených výše v celkovém rozsahu nejméně 200 hodin a praxe při výkonu povolání sociálního pracovníka v trvání nejméně 5 let v případě ukončení vysokoškolského studia v jiných oblastech;
- absolvování akreditovaných vzdělávacích kurzů v oblastech uvedených výše v celkovém rozsahu nejméně 200 hodin a praxe při výkonu povolání sociálního pracovníka v trvání nejméně 10 let, za podmínky středního vzdělání s maturitní zkouškou v oboru sociálně právním, ukončeného nejpozději 31. prosince 1998.

Odbornou způsobilostí pro pracovníka v sociálních službách dle § 116 odst. 5 výše uvedeného zákona se rozumí:

- základní vzdělání nebo střední vzdělání a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu, pro pracovníky, kteří vykonávají přímou obslužnou péči o osoby v ambulantních a pobytových zařízeních; absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu se nevyžaduje u fyzických osob, které získaly podle zvláštního

předpisu způsobilost k výkonu zdravotnického povolání v oboru ošetřovatel, u fyzických osob, které získaly odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka a u fyzických osob, které získaly střední vzdělání v oboru vzdělání stanoveném prováděcím právním předpisem;

- střední vzdělání s výučním listem nebo střední vzdělání s maturitní zkouškou a absolvování kvalifikačního kurzu pro pracovníky, kteří vykonávají základní výchovnou nepedagogickou činnost; absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu se nevyžaduje u fyzických osob, které získaly podle zvláštního předpisu způsobilost k výkonu zdravotnického povolání ergoterapeut, u fyzických osob, které získaly odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka a u fyzických osob, které získaly střední vzdělání v oboru vzdělání stanoveném prováděcím právním předpisem;
- základní vzdělání, střední vzdělání, střední vzdělání s výučním listem, střední vzdělání s maturitou nebo vyšší odborné vzdělání a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu pro pracovníky, kteří vykonávají pečovatelskou činnost v domácnosti uživatele služby; absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu se nevyžaduje u fyzických osob, které získaly podle zvláštního předpisu způsobilost k výkonu zdravotnického povolání v oboru ošetřovatel, u fyzických osob, které získaly odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka a u fyzických osob, které získaly střední vzdělání v oboru vzdělání stanoveném prováděcím právním předpisem;
- základní vzdělání, střední vzdělání, střední vzdělání s výučním listem, střední vzdělání s maturitou nebo vyšší odborné vzdělání a absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu; absolvování akreditovaného kvalifikačního kurzu se nevyžaduje u fyzických osob, které získaly odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka.

Odbornou způsobilostí manželského a rodinného poradce dle § 116a odst. 1 je:

- vysokoškolské vzdělání získané řádným ukončením studia jednooborové psychologie nebo magisterského programu na vysoké škole humanitního zaměření současně s absolvováním postgraduálního výcviku v metodách manželského

poradenství a psychoterapie v rozsahu minimálně 400 hodin nebo obdobného dlouhodobého psychoterapeutického výcviku akreditovaného ve zdravotnictví.

Odbornou způsobilostí dalšího odborného pracovníka dle § 116a odst. 2 je vysokoškolské vzdělání.

### 2.3 Další vzdělávání odborných pracovníků v sociálních službách

Podle Ježka a Swiecicki (2008) by mělo být celoživotní vzdělávání v pomáhajících profesích již samozřejmostí. Pracovníci v sociálních službách potřebují ve své práci, kromě rozsáhlých znalostí získaných většinou studiem příslušných škol, postgraduálně rozvíjet takové dovednosti, které mohou získávat pouze v každodenní práci s uživateli služeb. Tito pracovníci nemohou být ve své práci dlouhodobě úspěšní bez celoživotního rozvíjení sociální a emoční inteligence, bez dalšího rozšiřování svých „měkkých schopností“, bez směřování na vlastní sebepoznávání a na seberozvoj. Potřebují si jednak rozšiřovat a prohlubovat své odborné faktografické znalosti a v každodenní praxi si osvojovat a dále rozvíjet praktické dovednosti. Bez jejich aktivního přístupu k sebevzdělávání nelze uskutečňovat potřebný profesní a osobnostní rozvoj a růst.

Jak dále uvádí Ježek a Swiecicki (2008, s. 8): *„V dalším vývoji společnosti lze oprávněně předpokládat růst významu sociálních služeb, rozšiřování rozsahu, prohlubování specializace, a hlavně měnící se podmínky, za kterých budou poskytovány. Souběžně s tím porostou požadavky na garantovanou zdravotní a sociální péči. Sociální i zdravotničtí pracovníci se budou muset naučit také dobře diferencovat mezi subjektivně vnímanými a objektivně existujícími riziky. A budou muset umět s oběma druhy rizik odpovídajícím způsobem pracovat. Budou potřebovat mnohem více faktografických znalostí a psychosociálních dovedností než v současnosti“.*

Zákon o sociálních službách vymezuje nejen odbornou způsobilost k výkonu povolání, ale hlavně ukládá povinnost zaměstnavatelům v sociálních službách zabezpečit sociálním pracovníkům a pracovníkům v sociálních službách další vzdělávání. Tato povinnost je jedním z nejvýznamnějších prvků zákona č. 206/2009 Sb., kterým se mění zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. Odborní pracovníci

mají povinnost dalšího vzdělávání v rozsahu nejméně 24 hodin za kalendářní rok, kterým si obnovují, upevňují a doplňují kvalifikaci.

Odbornost odborných pracovníků v sociálních službách nelze stavět pouze od splnění kvalifikačních předpokladů. Další vzdělávání má zajistit trvalé zvyšování odbornosti a kompetencí pracovníků a prohlubování jejich kvalifikace. Mezi formy dalšího vzdělávání patří:

- specializační vzdělávání zajišťované vysokými školami a vyššími odbornými školami navazující na získanou odbornou způsobilost k výkonu povolání sociálního pracovníka nebo pracovníka v sociálních službách,
- účast na akreditovaných kurzech,
- odborné stáže v zařízeních sociálních služeb,
- účast na školicích akcích.

Další vzdělávání ukládají pracovníkům v sociálních službách „Standardy kvality poskytování sociálních služeb“, které jsou obsahem přílohy č. 2, již zmiňované, prováděcí vyhlášky č. 505/2006 Sb. „Standardy kvality poskytování sociálních služeb“ můžeme označit jako soubor kritérií, jejichž prostřednictvím je definována úroveň kvality poskytování sociálních služeb v oblasti personálního a provozního zabezpečení sociálních služeb a v oblasti vztahů mezi poskytovatelem a uživateli služeb.

Konkrétně se jedná o standard č. 9, kterým se upravuje personální a organizační zajištění sociální služby. Pro praxi to znamená, že poskytovatel sociální služby má písemně stanovenou strukturu a počet pracovních míst, pracovní profily, kvalifikační požadavky a osobnostní předpoklady zaměstnanců. Profesionální dovednosti pracovníků a jejich další vzdělávání musí odrážet aktuální zvláštnosti v potřebách uživatelů služeb. Poskytovatel současně za účelem zkvalitňování poskytovaných sociálních služeb umožňuje nebo organizuje další vzdělávání svých zaměstnanců, a to formou seminářů a kurzů, případně exkurzí a konzultací v jiných zařízeních poskytujících sociální služby (Čámský a kol., 2008).

Druhým důležitým standardem, který se zabývá dalším vzděláváním pracovníků v sociálních službách, je standard č. 10. V rámci tohoto standardu se upravuje profesní rozvoj pracovníků. Pro praxi to znamená, že poskytovatel má písemně zpracován postup



pro pravidelné hodnocení zaměstnanců, který obsahuje zejména stanovení, vývoj a naplňování osobních profesních cílů a potřeby další odborné kvalifikace. Na pracovníka jsou v rámci jeho profese kladeny požadavky, aby sledoval nové přístupy, znalosti, postupy a aby dokázal v rámci své specializace pomáhat dobře a profesionálně. V rámci tohoto standardu je velmi důležité sladit to, co potřebuje organizace a to, co ke svému osobnímu a profesnímu rozvoji potřebuje pracovník (Čámský a kol., 2008).

### 3 PESSO BOYDEN SYSTEM PSYCHOMOTOR

*„...duše je závislá na těle a tělo je závislé na duši.“*

*C. G. Jung*

V následujících kapitolách si představíme jednu z psychoterapeutických metod, kterou lze využít ke vzdělávání, seberozvoji a růstu pracovníků v sociálních službách a k dosažení jejich potřebných psychických, fyzických a sociálních kvalit. Budeme pojednávat o zakladatelích Pesso Boyden System Psychomotor (dále jen PBSP) a jejich názorových východiscích, jakož i o základních pojmech, s kterými PBSP v praxi operuje.

PBSP je celostní psychoterapeutická metoda vytvořená manžely Albertem Pesso a Dianou-Boyden Pesso v USA v 2. pol. 20. stol. Odtud zkratka PBSP – Pesso Boyden System Psychomotor. Jedná se o komplexní terapeutickou metodu zaměřenou na tělo a pocitové prožívání.

Podle Kratochvíla (2006) je psychoterapie léčebná činnost, léčebné působení, specializovaný soubor metod, které vedou k záměrnému ovlivňování procesu sociální interakce. Je specifická tím, čím působí, na co působí, čeho má dosáhnout, co se při ní děje a kdo působí.

Jak uvádí Smith (2007, s. 7): *„Hlavním trendem v psychoterapii právě v posledních přibližně patnácti letech je zahrnout do psychoterapie i tělo.“*

Se souhlasným názorem se můžeme setkat i u již několikrát zmiňovaného Kopřivy, který říká, že pro pracovníky v pomáhajících profesích je velmi důležité rozvíjet své tělové vnímání. A to ze dvou důvodů (Kopřiva, 1999, s. 94): *„...protože tělo je důležitým nástrojem poznání a protože tělo je zdrojem energie.“*

Pomáhající profese mají mnohé specifické rysy. Mimo jiné je to práce, která může energii pracovníkovi dávat, ale zrovna tak může i energii odčerpávat. Hospodaření s energií je téma v první řadě tělesné. A tak je potřeba, aby pomáhající pracovníci věnovali pozornost svému tělu i proto, aby měli z čeho dávat a aby pomáhání mohlo být radostí, a nikoliv břemenem (Kopřiva, 1999).

Práce pracovníků v sociálních službách je činnost náročná na energii a patří bezesporu k nejnáročnějším povoláním. Více než v mnoha jiných profesích je zde třeba myslet na

hospodaření s vlastními silami a jejich obnovu. Tito pracovníci musejí být vybaveni účinnými nástroji jak efektivně doplňovat své psychické a fyzické síly.

Podle Jůna (2010) je psychický stav pracovníků přímým účastníkem psychického stavu klientů, proto je nutné věnovat velkou pozornost vzdělávání těchto odborných pracovníků, a především jejich osobnímu vývoji a růstu.

*„Pouze dobře vyškolený pracovník může aktivně a uspokojivě řešit problémové chování uživatelů služeb. Takovýto pracovník se cítí při výkonu svého povolání jistě, a může tak poskytnout lidskou a bezpečnou atmosféru pro všechny uživatele služeb“* (Odstrčil, 2005, s. 164).

### 3.1 Zakladatelé a vznik PBSP

Albert Pesso se narodil v roce 1929 v New Yorku v židovské rodině, která původně pocházela v Jugoslávie. Po vystudování Stuyvesant High School (1942-1946) navštěvoval v letech 1946-1948 taneční kurz a velmi brzy začal tanec sám vyučovat. V těchto letech se od své rodiny odstěhoval a usadil se na Manhattanu, kde se mimo jiné začal věnovat studiu S. Freuda a dalších psychoanalyticky orientovaných autorů. V tomto období také vyučoval tanec pro duševně nemocné a seznámil se s prací Marion Chace, která používala tanec v psychoterapii. V roce 1949 získal stipendium na Bennington College a seznámil se zde s Diane (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Diane Boyden-Pesso se narodila v Bostonu, taktéž v roce 1929, do rodiny protestantských umělců. Také jako Albertovi se jí podařilo získat stipendium pro studium na Bennington College a zde se spolu setkali (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Společně zůstali v New Yorku a živili se jako profesionální tanečníci a učitelé tance. Po narození první dcery Tary však jako rodina pochopili, že je na čase změnit životní styl, a usadili se ve státě Massachusetts, kde založili taneční školu. To znamenalo opustit vzrušující newyorský svět tance a rezignovat na společný sen o profesionální kariéře tanečníků. Toto období bylo pro oba velmi náročné a Albert byl nucen vyhledat pomoc psychoterapeuta. Ačkoli mu tato pomoc přišla užitečná, začal pochybovat o některých jejích aspektech a spolu s Diane o tom hodně diskutovali. Zde vznikají první zárodky PBSP, protože někdy začínají své pocity při těchto debatách vyjadřovat pohyby a zvuky (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

V roce 1961 tak společně stáli u zrodu Psychomotor Therapy (dnes PBSP) a začali ji dále rozvíjet, používat v praxi a šířit mezi odborníky. Albert se oblastí psychoterapie a psychologie intenzivně věnoval a získal psychologické vzdělání na Goddard College ve Vermontu v roce 1967 (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Souběžně s tím oba i nadále vyučovali tanec i herectví. Na základě pozorování emocionálních stavů svých žáků během nácviku citově vypjatých rolí zjistili, že někteří tanečníci nejsou schopni určité emoční výrazy pohybově předvést. Právě při jejich práci s profesionálními tanečnicemi se jasně ukázalo, že tato neschopnost předvést určité výrazové pohyby, měla často vztah k potlačeným emocím. Pessovi si jasně uvědomovali, jak rané zážitky zásadně ovlivňují pozdější chování, zajímali se o vztah pohybu a psychiky, a zároveň přišli na specifický způsob, jak tyto zážitky nechat vyplout na povrch (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Při práci v tanečním studiu Diane zjistila, že je díky emocionální pohybové a zvukové improvizaci schopna znovu prožívat a rozpomínat se na již dlouho zapomenuté děsivé zážitky. Na základě svých letitých zkušeností s choreografií, scénografií a s hlubokým porozuměním výrazům lidského prožívání v tělesných projevech, vyvinuli terapeutická cvičení, která dokázala zvědomit tyto emoce a následně umožnila s nimi léčebně zacházet. A tak se začal rýsovat základ nové psychoterapeutické metody (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

První verze Psychomotorické terapie byla neverbální, spočívala ve vyjadřování emocí prostřednictvím pohybů a zvuků. Dalším prvkem této metody bylo, že byla a stále je, ze začátku založena na skupinové práci. Je mnohem jednodušší projektovat osoby z minulosti klienta pokaždé na různé účastníky skupiny, než do jediné osoby psychoterapeuta během klasických sezení (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

V roce 1964 byl Albert vyzván, aby svoje nové vyvinuté techniky vyzkoušel s psychiatrickými pacienty v McLean Hospital. Ke spolupráci byl později přizvána i Diane a společně se oběma podařilo dosáhnout u pacientů značných zlepšení. Následovaly přednášky a workshopy v New Yorku, Atlantě, Chicagu či Philadelphii a PBSP se začala stávat uznávanou terapeutickou metodou (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Pessovi svou terapii dále propracovávali a zároveň pracovali i na metodice dvouletého výcvikového programu PBSP. V roce 1973 se Albert poprvé vydal do Evropy, protože zde

tou dobou již existovalo povědomí o PBSP a zájem o jeho osobní prezentaci. V následujících letech byli certifikováni první evropští psychoterapeuti např. v Nizozemí, Belgii, Švýcarsku, Německu, Velké Británii, Dánsku a Norsku. Od 80. let se plně rozvíjela jako komplexní terapeutická metoda (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

### 3.1.1 Výcvik v PBSP

Dnes je PBSP již celosvětově známým psychoterapeutickým přístupem, je oficiálně etablovaná v USA a v Evropě, výcviky psychoterapeutů probíhají i v Japonsku a na Taiwanu. Albert přednášel Americké asociaci psychoterapeutů a Asociaci pro humanistickou psychologii a také na Harvardské univerzitě (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Do České republiky se PBSP dostala v 90. letech. Kompletní výcvik pod vedením certifikovaných trenérů z Nizozemí a ze Švýcarska absolvovaly již dvě skupiny terapeutů. Výcvik třetí skupiny v současnosti právě probíhá a trvá čtyři roky. První rok probíhá základní výcvik, který je úvodem pro pokročilý výcvik v dalších letech. V prvním roce jsou účastníci seznámeni se základy PBSP a řadou psychomotorických cvičení, což jim umožňuje více zapojovat tělo a neverbální komunikaci při terapeutických sezeních. Celkový počet hodin je minimálně 380 nebo více; cílem je získání jak teoretických znalostí, tak praktických dovedností (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

PBSP se tak zaslouženě stává praktickou součástí psychoterapeutického prostoru také v České republice. Oprávněně proniká i do odborných předmětů lékařských fakult, jako je např. Centrum adiktologie Psychiatrické kliniky 1.lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.

## 3.2 Teoretický rámec a základní pojmy v PBSP

Jak uvádí Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská (2009, s. 37): „*Máme vrozený implicitní program o tom, co se bude během našeho biologického a psychického vývoje odehrávat, ale potřebuje se od druhých naučit, jak s tím zacházet, co a jak dělat, abychom mohli realizovat sebe sama.*“

Podle Pessa, Boyden-Pessa, Vrtbovské (2009) je první zásadní a životně důležitou potřebou a cílem „dospět“ ve zralou šťastnou lidskou bytost. Aby mohl člověk dospět, je

k tomu třeba, aby bylo naplněno pět zcela základních potřeb. Naplnění potřeb musí nastat ve správný čas, správným způsobem a správnými lidmi. Dle PBSP teorie, je možnost být v životě „šťastný“ lidem vrozena a každý člověk je prostřednictvím svých potřeb veden k tomu, aby štěstí dosáhl. Je však zcela zjevné, že dokonalé štěstí nezažívá žádný člověk a nikdo neměl své potřeby naplněny dokonale. Pokud potřeby nejsou naplněny, tak se nevytrácejí, ale naopak ovlivňují a narušují náš každodenní život, vnímání a chování.

### 3.2.1 Pět základních vývojových potřeb PBSP

Podle Pessa, Boyden-Pessa, Vrtbovské (2009) jsou součástí naší genetické výbavy tzv. „ideální očekávání“, jako by náš vrozený genetický kód věděl, co má k dispozici, ale my se potřebujeme naučit s tím žít a vědět jak s tím zacházet. Nacházíme-li to, můžeme se zdárně vyvíjet, realizovat, co je mu dáno a mít pocit, že život má smysl. Nenacházíme-li to, zůstávají v nás nenaplněná očekávání. V životě se pak ztrácíme, máme pocity chaosu, nedostatku, izolace či nesmyslnosti.

PBSP rozeznává pět základních očekávání čili vývojových potřeb:

- Potřeba místa

Každý člověk očekává, že ve světě najde své místo. Očekává, že bude mít dost prostoru v mateřském lůně, po narození v náruči rodičů, v dětské postýlce, ve svém pokoji, mezi blízkými, že jimi bude radostně vítán v celé své individualitě takový, jaký je. S touto potřebou úzce souvisí v pozdějším dospělém životě schopnost cítit se doma, přesvědčení, že tu „jsem správně“ a nejsem „mimo“.

- Potřeba ochrany

Každý člověk očekává od světa ochranu. Nejprve jej před škodlivými vlivy chrání děloha, po narození mateřská náruč a záštita. Získává-li člověk včas zkušenost, že je chráněn, pro jeho další život to znamená pocit bezpečí a schopnost žít aktivně, bez přehnaného pocitu ohrožení.

- Potřeba sycení

Každý člověk očekává péči a výživu. Míní se tím nejen jídlo a něžnost v doslovné podobě, ale i dostatek podnětů, kontaktů, vztahů. V pozdějším věku se k této potřebě řadí i

informace, vzdělání, zájmy. Kdo je v tomto smyslu „dobře živen“ má pocit plnosti, naplnění, nasycení. Netrpí přehnanými pocity prázdnoty.

- Potřeba podpory

Každý člověk očekává, že bude podporován, zcela konkrétně i symbolicky. Podpora znamená třeba být nesen, nebo moci se opřít, abych nespádl. Kdo je podporován, necítí se být na věci sám. Být podporován znamená rovněž být povzbuzován. Žít s pocitem podpory znamená snad něco jako „žít s větrem v zádech“. Lidé, kteří mají z dětství bohatou zkušenost s dostatkem podpory, si jí dokáží v dospělém životě dobře zajistit. Mají energii, elán a necítí se slabí, bezmocně vydání na pospas okolnostem.

- Potřeba limitů

Každý člověk touží být „limitován“. Být limitován znamená něco v tom smyslu jako být definován, to jest vědět, kdo jsem a kdo nejsem, odkud a kam sahá můj vliv a kde začíná vliv druhých. Mít dobře zažitý limit, znamená trochu paradoxně být schopen jít do věci naplno, moci se do nich opřít beze strachu, že tím způsobím nějakou újmu sobě či druhým. Dobrý zážitek limitu dítěti mohou poskytnout rodiče, kteří dítě zvládnou. Rodiče, kteří mají upřímnou radost z dětské živosti, rozpustilosti, spontánnosti, z dětského zkoušení síly a experimentů, zároveň jsou ale v jednání a výchově pevní a nepovolují (Siřínek, 2011).

### 3.3 Princip fungování a vymezení pojmů PBSP

Podle Pessa, Boyden-Pessa, Vrtbovské (2009) jsou naše instinktivní očekávání ideální, máme v sobě vrozený, ideální vnitřní obraz toho, co bychom rádi, avšak svět, do kterého přicházíme, je ten běžný, jak jej známe. Naše potřeby jsou tedy vždy do jisté míry frustrovány. Otázkou je však míra frustrace. Ona instinktivní, ideální očekávání, sama o sobě nevedou k tomu, abychom v souladu s nimi uměli žít v běžném životě. Abychom to dokázali, potřebujeme konkrétní životní zkušenost s konkrétními lidmi, kteří nám musí být v určitý čas k dispozici. Naše paměť vytváří úplný záznam této naší životní zkušenosti. Tento záznam neboli mapa, předurčuje, co budeme prožívat vzhledem k různým okolnostem.

Například, očekáváme-li bytostně vřelé přijetí a dostane-li se nám místo toho chladné odmítnutí, neseme si tuto zkušenost v sobě. Je-li taková zkušenost převažující, pak je pravděpodobné, že v přítomnosti a budoucnosti budeme mít sklon jednak vystavovat se odmítnutí a chápat jako odmítnutí i situace, kdy tomu tak není.

Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská (2009) o této skutečnosti mluví jako o „opakování staré mapy“, čili vnitřní vracení se k negativní zkušenosti. V tomto případě stojí naše ideální očekávání v pozadí a svou existenci nám prozrazují skrze pocit frustrace, úzkosti nebo smutku, protože nežijeme podle našich bytostných potřeb, ale podle negativních zkušeností, které jsme během života nasbírali.

Jak vyplývá z teorie, PBSP se primárně nezaměřuje na odstraňování poruch či podporu zvládnání následků minulých traumat. Zastává a prosazuje názorové východisko původního genetického základu, který dává člověku možnost žít šťastně, pokud je správně rozvinut a naplněn. Základním specifickým principem PBSP je tedy přímé využití tohoto faktu pro terapeutické působení. Jádrem tohoto působení je vytváření „proti-zážitku“ neboli „antidota“, opačného zážitku, a to pod plnou vědomou kontrolou klienta, nikoliv ve stavu regrese nebo hypnózy. Tento zážitek klient zažívá prostřednictvím uspokojivějších interakcí poskytovaných „ideálními rodiči“ či jinými „ideálními blízkými lidmi“. Ty jsou „proti-jedem“ na zkušenosti a jejich následky vzniklé v historii klienta interakcí s reálnými osobami v jeho životě. Korektivní léčivá událost je „umístěna“ do té doby, kdy se udála původní traumatická událost, a její zažití vytváří „symbolickou paměť“, která alternuje původní paměťový záznam. Událost se v PBSP „strukturuje“ odehraje tak, jak by bylo bývalo podle vrozené genetické potřeby optimální pro klientův zdravý vývoj (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Jak uvádí Šiřínek (2011): „*Zde jsme u samé podstaty Pessovy metody: cílem terapie je, aby člověk nebyl nucen opakovat „starou mapu“: PBSP usiluje o nalezení kontaktu s bytostnou potřebou, s ideálním očekáváním. V terapii se postupuje tak, že klient za terapeutovy spolupráce stopuje citlivá místa svého prožívání. Zkoumá vynořující se paměťové obrazy a hledá, co by potřeboval či co by býval potřeboval, jedná-li o dávno prožitou zkušenost, která se vynořila. Vychází se z toho, že odpověď na otázku „co bych potřeboval“ je u něho uvnitř, v jeho instinktu, v jeho tělových pocitech. Jde o pozorné hledání toho, co těmto očekáváním „sedne přesně na míru“, tedy toho momentu, kdy klient spontánně prožije „aha, to je ono“.*“



V terapii PBSP je centrálním terapeutickým prostředkem tzv. „struktura“, což představuje asi padesátiminutové sezení ve skupině, kde klient dostane možnost být plně účasten a spolupracovat na vytvoření nového záznamu ve své paměti. Ve skupině se pracuje scénicky, ostatní členové skupiny jsou k dispozici v tom smyslu, že vstupují do rolí důležitých postav a aspektů klientova prožívání. Terapeut pomáhá klientovi stavět a tvarovat scénu tak, aby co nejvíce odpovídala jeho vnitřní „staré mapě“. Cílem struktury je, aby si klient mohl v jejím průběhu objevit, vstřebat a odnést si do dalšího života novou alternativní neboli „korektivní“ zkušenost, která bude trvale a nadále ovlivňovat jeho život. Klient zažívá novou zkušenost skrze všechny smyslové kanály: vizuální, sluchový, pohybový a fyzický kontakt. Tato nová faktická zkušenost je ukládána do krátkodobé paměti. Prožitek emocionální rezonance s blízkým člověkem, jaký sám klient ve své historii nezažil, je uložen hlouběji. Tento prožitek je následně uložen do implicitní a procedurální paměti, což nahrazuje staré záznamy. Můžeme říci, že se korektivní léčivá zkušenost dostává neurobiologicky do „paměti“ a funguje tak, jako by se bývala stala doopravdy (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009).

Jak uvádí Pesso (In Smith, 1997, s. 39): *„Struktura poskytuje příležitost pro symbolické znovuzrození v dokonalém prostředí, které naplňuje jeho potřebu vyjádření a osobního růstu.“*

Podle Pessa, Boyden-Pessa, Vrtbovské (2009) pokud je správně zacházeno s hlubší genetickou strukturou potřeb, je možné do značné míry ovlivnit prožívání klienta.

PBSP terapie používá zejména na začátku, kdy klient proniká do „struktury“, speciální cvičení. Hlavní funkci v nich má pohyb a dotyk. Jde o cvičení většinou neverbální, použití slov je omezené a přesně cílené. Tyto cvičení slouží např. k rozvoji jakési řídicí funkce, tzv. „pilota“. Pojem „pilot“ používá PBSP jako přirovnání pro vědomou, koordinující a výkonnou funkci mozku. „Pilot“ dostává informace o tom, co pociťujeme, co vidíme a co slyšíme, vše shromažďuje tak, že nám je srozumitelné, co vědomě prožíváme.

Jak uvádí Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská (2009, s. 47): *„Kdybychom si pilota predstavili jako figuru, pak by měla na starosti úplný přehled o všem, co se děje, vyhodnocení těchto informací a rozhodování. Pilot má přístup do záznamů paměti, tudíž do minulosti, i když tato funkce operuje v přítomnosti. Pilot prostřednictvím vyhodnocování informací*

*z minulosti a z přítomnosti, může vyprojektovat obraz budoucnosti a rozhodnout o plánech týkajících se hypotetické budoucnosti.“*

*„Pilot je prezidentem ve „spojených státech vědomí“ (Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská, 2009, s. 47).*

Závěrem nelze opomenout, jak Pesso, Boyden-Pesso, Vrtbovská (2009) vymezují roli terapeuta a terapeutický vztahy v PBSP. Zralost a etické kvality terapeuta v PBSP jsou považovány za zásadní. Terapeut musí být schopen číst zprávy v klientových očích, výrazu tváře, pohybech těla, gestech a musí být schopen za ně mluvit. Musí hluboce rozumět psychice člověka, používat ucelený filozofický rámec a pojetí osobnosti. Musí umět poskytnout srozumitelné poučení během sezení. K dalším dovednostem patří schopnost hrát si se slovy, asociovat, používat metafory a krátkodobou paměť, vnímat všechny informace, které klient poskytuje a rozumět jim, používat zároveň znalost i intuici. Terapeutický vztah, tedy vztah mezi klientem a terapeutem, je v PBSP vztahem kvalifikovaného, citlivého průvodce a klienta na cestě otevírání nových možností.

PBSP je komplexní terapeutická metoda zaměřená na tělo a pocitové prožívání. Stejně jako jiné terapie, používá PBSP některé účinné principy a elementy společné většině směrů a škol. Zároveň má svoje specifické rysy, od ostatních systémů odlišné. Další podrobný výčet všech navazujících principů a systémů přesahuje rozsah předkládané bakalářské práce.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 METODOLOGIE VÝZKUMU

V praktické části předložené bakalářské práce se budeme zabývat nejdříve cílem výzkumu. Poté na základě formulace výzkumného problému, zvolíme vhodný druh výzkumu, výzkumnou metodu a techniku, popíšeme realizaci výzkumu s následnou analýzou, přejdeme k interpretaci dat a v závěru zhodnotíme přínos pro praxi

### 4.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bude zjistit a popsat přínos psychoterapeutické metody PBSP pro práci pracovníků v sociálních službách.

Podle Švaříčka a Šed'ové (2007) lze doporučit pro stanovení cíle výzkumu vybírat témata, která jsou nějakým způsobem spjata se zájmy a osobními zkušenostmi výzkumníka.

Toto doporučení bylo po dobu trvání výzkumu respektováno, jelikož mám vlastní zkušenosti s výše jmenovanou psychoterapeutickou metodou a do května 2010 jsem pracovala v sociálních službách.

### 4.2 Výzkumný problém

Jak uvádí Švěříček, Šed'ová (2007, s. 65): „*Výzkumný problém je proto často zaostřen na určitou konkrétní skupinu, typ či místo.*“

Při formulaci výzkumného problému se předkládaná bakalářská práce zaměřuje na možnosti využití psychoterapeutické metody PBSP pro pracovníky v sociálních službách.

#### 4.2.1 Formulování výzkumných otázek

Hlavní otázkou výzkumu, kterou jsme si položila, zněla:

Jak mohou pracovníci v zařízeních poskytujících sociální služby lidem se zdravotním postižením při své práci využít osobní zkušenosti s psychoterapeutickou metodou Pessu Boyden System Psychomotor?

Vedlejšími výzkumnými otázkami byly:

- Jak konkrétně pracovník využívá svoji osobní zkušenost s psychoterapeutickou metodou PBSP při své každodenní práci s osobami se zdravotním postižením?

- Jak pracovník hodnotí účast na skupinových setkáních psychoterapeutické metody PBSP pro svůj osobní rozvoj?
- Jaké důvody vedly pracovníka k rozhodnutí zúčastnit se skupinových setkání psychoterapeutické metody PBSP?

### 4.3 Volba výzkumné strategie

Vzhledem k tomu, že podle Švaříčka a Šed'ové (2007) základní pravidlo v metodologii, zní, že je třeba nejprve přesně definovat výzkumný problém spolu se základní výzkumnou otázkou a až poté k nim hledat vhodnou výzkumnou strategii, jsem jako odpovídající výzkumnému záměru, zvolila provedení kvalitativní výzkumné strategie.

Kvalitativní výzkum považuji na základě vydefinovaného výzkumného problému za optimální a relevantní nástroj ke zpracování zvoleného tématu.

Strauss a Corbinová ve své publikaci objasňují aplikaci kvalitativní výzkumné strategie následovně (1999, s. 11): „*Kvalitativní metody se užívají k odhalení a porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho ještě moc nevíme. Mohou být také použity k získání nových neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco víme.*“

Ucelenou definici kvalitativního výzkumu nabízí již citovaný Švaříček, Šed'ová (2007, s. 17): „*Kvalitativní výzkum je proces zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz těchto jevů založených na hloubkových datech a specifické vztahu mezi badatelem a účastníkem výzkumu.*“

### 4.4 Volba výzkumných metod

Jak uvádí Švaříček a Šed'ová (2007, s. 72): „*Rozhodnutí o metodách zahrnuje ve fázi vytváření výzkumného projektu tři klíčové body: rozhodnutí o vzorku, výběr metod sběru dat a zajištění vstupu do terénu.*“

#### 4.4.1 Výběr vzorku

Účastníci výzkumu byli vybíráni záměrně, podle stanových kritérií, tak aby odpovídali stanovenému výzkumnému cíli.

Rubin a Rubinová (In Švaříček, Šedřová, 2007) upozorňují, že účastníci výzkumu musí mít dostatek zkušeností se zkoumaným jevem.

Hlavními kritérii při výběru respondentů byly:

- osobní zkušenost s účastí na skupinových setkáních psychoterapeutické metody PBSP (dále jen „Pesso skupina“) v pozici klienta; v počtu minimálně dvou sezení během dvou let,
- zaměstnání v zařízení poskytující sociální služby lidem se zdravotním postižením,
- stejnoměrné zastoupení pohlaví (celkový počet čtyři respondenti, z toho dvě ženy a dva muži).

Kvalitativní výzkum byl realizovaný na vzorku, který je tvořen ze čtyř osob, které se osobně zúčastňují nebo se v minulosti zúčastnili setkávání „Pesso skupin“ a mají tudíž vlastní zkušenosti minimálně ze dvou setkání „Pesso skupiny“. A zároveň jsou zaměstnání v organizacích poskytujících sociální služby lidem se zdravotním postižením.

#### 4.4.2 Výběr metody sběru dat

Pro výzkumné šetření jsem použila polostrukturovaný rozhovor, který jsem zvolila jako nejvhodnější pro zvolený typ výzkumu. Polostrukturovaný rozhovor jsem využila zejména vzhledem ke skutečnosti, že výsledky výzkumu se budou opírat o názory a postoje samotných respondentů výzkumu.

*„Hlubkový rozhovor umožňuje zachytit výpovědi a slova v jejich přirozené podobě, což je jeden ze základních principů kvalitativního výzkumu“* (Lofland, 1971, Patton, 2002; in Švaříček, Šedřová, 2007, s. 160).

Realizovaná struktura otázek pro rozhovor navazuje na vydefinované výzkumné otázky. Jedná se o úvodní otázky k demografickým údajům, dále o předem připravené otevřené otázky vztahující se k motivaci, očekávání, k osobnímu a profesnímu přínosu PBSP.

Do výzkumného terénu jsem vstupovala s následující baterií otázek (viz Příloha P II), které poskytovaly dostatečně pevný rámec pro daný rozhovor a zároveň ponechaly dostatečně volný prostor pro přirozené plynutí dialogu:

- Demografické údaje: pohlaví, věk, vzdělání, zaměstnání – pracovní zařazení a jak dlouho respondent pracuje s osobami se zdravotním postižením?
- Kde a jakým způsobem jste se o „Pesso skupinách“ dozvěděl/a?
- Od kterého roku se „Pesso skupin“ účastníte?
- Kolik skupinových setkání „Pesso skupin“ jste celkem navštívil?
- Co Vás vedlo k rozhodnutí, zúčastnit se „Pesso skupiny“?
- Jaká byla Vaše očekávání od účasti na „Pesso skupině“?
- Co se Vám vybaví, když se řekne „Pesso skupina“?
- Co Vám osobně přinesla zkušenost s „Pesso skupinou“?
- Když si představíte svoji práci s osobami se zdravotním postižením před zkušeností s „Pesso skupinou“, změnil se nějakým způsobem váš přístup ke klientům?
- Změnil se nějak váš přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s „Pesso skupinou“?
- Je ještě něco o čem jsme v souvislosti s „Pesso skupinou“ nemluvili a rád/a by jste to řekl/a?

Uvedená baterie otázek je již upravená po pilotním rozhovoru (viz Příloha P I), realizovaném s respondentem R 1 (viz Příloha P III). Při pilotní rozhovoru jsem ověřovala, zda budou respondenti rozumět významu všech položených otázek. Nebyly zjištěny závažné nedostatky, avšak na základě zpětné vazby s respondenty, byla nepatrně upravena část otázek ze dvou okruhů, a to – otázky z okruhu týkající se osobního a profesního přínosu PBSP. Po dohodě s respondenty bylo v otázkách přeformulováno slovní spojení „PBSP skupina“ na zaužívanější a již výše uvedené označení „Pesso skupina“. Otázky k demografickým údajům a otázky směřující k motivaci a očekávání respondentů zůstaly zachovány (srov. Příloha P I a Příloha P II).

#### 4.4.3 Zajištění vstupu do terénu

Do terénu jsem se snažila vstupovat neutrálně. Výzkum byl prováděn jednak v prostředí, kde se „Pesso skupina“ pravidelně setkává nebo na jiném předem smluveném místě, většinou na pracovišti respondenta.

V procesu realizovaného výzkumu jsem respektovala etické zásady náležející ke každému výzkumu, a to následujícími opatřeními:

- respondenti byli seznámeni s výzkumným záměrem a ubezpečeni o anonymitě údajů tak, aby bylo zabráněno jejich možné identifikaci. Dále byli ujištěni o důvěrnosti všech údajů a o tom, že získané informace budou zveřejňovány pouze s jejich souhlasem. Účastníci byli informováni o možnosti odmítnutí participace na výzkumu či odmítnutí odpovědi na otázky, ke kterým by se případně nechtěli vyjadřovat;
- od účastníků výzkumu jsem po sdělení potřebných informací získala souhlas se spoluprací na výzkumu, se zapisováním rozhovoru či s nahráváním rozhovoru na záznamník mobilního telefonu i s použitím získaných dat.



## 5 REALIZACE VÝZKUMU, ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Po přesně definovaném cíli výzkumu, jasně formulovaném výzkumném problému a výzkumných otázkách, optimálně zvolené výzkumné strategii a adekvátní volbě výzkumné metody, jsem zahájila realizaci výzkumu, nejdříve předvýzkumem a následně sběrem výzkumných dat v terénu.

### 5.1 Realizace výzkumu

Realizace výzkumu započala v březnu 2010 vytipováním šesti potenciálních účastníků výzkumu - tří mužů a tří žen - pro případ, že by z každého pohlaví jeden účastník odmítl. Vybrané respondenty jsem osobně oslovila, informovala je o svém výzkumném záměru a požádala je o rozhovor. K odmítnutí na participaci výzkumu došlo ze strany jedno muže a poté jedné ženy, u obou se jednalo o pracovní a časové důvody. Čtyři ostatní respondenti se svou účastí na výzkumu souhlasili. Tyto čtyři respondenty jsem opětovně informovala o svém výzkumném záměru, seznámila jsem je s cílem výzkumu, průběhem výzkumného šetření a vyžádala si jejich informovaný souhlas. Všichni respondenti mně byli osobně známi z prostředí, ve kterém se „Pesso skupiny“ uskutečňují.

### 5.2 Předvýzkum

Nejprve jsem v dubnu 2010 uskutečnila první, pilotní rozhovor s respondentem R 1 (viz příloha P III), který mi umožnil následně upravit baterii otázek tak, aby byly srozumitelné, jasné a konkrétní. Při provedení orientační sondy do terénu byl použit rozhovor polostrukturovaný (viz Příloha P I), rozdělený na čtyři okruhy otázek:

- demografické údaje – pohlaví, věk, vzdělání, zaměstnání-pracovní zařazení, jak dlouho respondenti pracují s osobami se zdravotním postižením;
- motivace a očekávání od PBSP – o fungování PBSP skupiny, kde a jakým způsobem se respondenti dozvěděli o PBSP skupinách, co respondenty vedlo zúčastnit se PBSP skupin, od kdy se respondenti účastní PBSP skupin a kolik skupinových setkání celkem navštívili, jaká byla jejich očekávání od PBSP skupiny;

- přínos PBSP osobně – jak respondenti vnímají vliv PBSP na jejich život, co respondentům zkušenost s PBSP skupinou přinesla kladného a co naopak záporného;
- přínos PBSP profesně – zda-li se změnili nějakým způsobem přístup ke klientům se zdravotním postižením na základě zkušenosti s PBSP, zda-li se změnili nějakým způsobem přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s PBSP.

### 5.3 Sběr výzkumných dat

Na základě upravené baterie otázek (viz podkapitola 4.4.2) jsem přistoupila k postupné realizaci rozhovorů se čtyřmi respondenty. Respondenti mně byli osobně známi z prostředí, ve kterém „Pesso skupiny“ probíhají a všichni jsou zaměstnání v organizacích poskytujících sociální služby lidem se zdravotním postižením, převážně se jednalo o mentální a kombinované postižení. Uvedené skutečnosti a demografické údaje vzniklého výzkumného vzorku popisuje následující tabulka.

Tab. 1 Popis výzkumného vzorku

Respondent/ka	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Pracovní zařazení	Délka praxe v letech
R 1	muž	29	SŠ	vedoucí vychovatel	8
R 2	žena	55	VŠ	ředitelka	23
R 3	muž	56	VŠ	zástupce ředitele	16
R 4	žena	45	SŠ	vychovatelka	5

Zdroj: vlastní výzkum, březen 2010 – duben 2011

Sběr výzkumných dat proběhl od března 2010 do dubna 2011 v Praze, většinou v prostorách organizace, která se spolupodílí na organizaci setkávání „Pesso skupin“ nebo na předem smluvených pracovištích účastníků výzkumu.

Délka rozhovorů činila přibližně 15 - 25 minut. Dva rozhovory byly zapisovány ručně v písemné formě a dva byly nahrávány na záznamník mobilního telefonu. Následně bylo vše transkribováno do několika stran textu (viz Příloha P III – Příloha P VII). Poté byly rozhovory zpracovávány. Konkrétní popis analýzy, interpretace dat a shrnutí výzkumného šetření uvádím v následujících kapitolách.

## 5.4 Analýza získaných dat

Po sběru výzkumného materiálu jsem přistoupila k analýze získaných dat, prostřednictvím zvolené strategie, a následně k jejich interpretaci. Poté jsem se snažila nalézt odpovědi na položené výzkumné otázky.

Podle Švaříčka a Šed'ové (2007) máme na začátku procesu analýzy množství nasbíraných dat postrádajících strukturu. V této fázi výzkumu je úkolem výzkumníka tyto rozsáhlá data roztřídit a rozčlenit do datových fragmentů.

Nejprve přiblížím zvolenou výzkumnou strategii, se kterou jsem přistupovala k získaným datům.

### 5.4.1 Výzkumná strategie

K analýze získaných dat jsem se rozhodla použít techniku otevřeného kódování.

*„Postupujeme tak, že nejprve analyzovaný text (přepsaný rozhovor, záznam z pozorování, dokument) rozdělíme na jednotky. Jednotkou může být slovo, sekvence slov, věta, odstavec. Doporučujeme nevolit hranice jednotky formálně, nýbrž podle významu, to znamená, se jednotkou stává významový celek různé velikosti (jednou to může být slovo, podruhé delší souvětí. Každé takto vzniklé jednotce přidělíme nějaký kód, tedy jméno nebo označení“* (Švaříček, Šed'ová, 2007, s. 211).

Transkribované rozhovory jsem pozorně pročetla a souběžně jsem prováděla analýzu textu rozdělením na významové jednotky, kdy těmito jednotkami byly jednotlivé datové úryvky realizovaných rozhovorů. Takto vzniklým jednotkám jsem přiřazovala odpovídající kódy. Vytvořené kódy jsem řadila do kategorií. Výsledky otevřeného kódování jsou přehledně zobrazeny v následující tabulce.

Tab. 2 Přehled výsledků otevřeného kódování

KATEGORIE	KÓDY	DATOVÉ ÚRYVKY
Motivace a očekávání	Seberozvoj	seberozvoj, sama sobě pomáhat, rozhled, porozumět sobě, více přemýšlet, nové zkušenosti, zájem o psychické procesy, které v nás probíhají, vhléd do mě samotného, vhléd do jiných lidí, touha dozvědět se víc o sobě, rozšířit si obzory, vědět účinek metody, vědět do jaké míry to může být i nebezpečné nebo zavádějící nebo šarlatánské, každý může na sobě pracovat, v sobě objevovat skrytá traumata, snažit se je trochu odstraňovat, pro moje „zbudování“, to poznám jak skupina pracuje, jak se „Pessa“ vedou
	Změna	změna, zvědavost, strach, obavy zlepšit zdravotní stav
	Zdraví	zlepšit zdravotní stav
Osobní rozvoj	Psychická rovnováha	zklidnění, zklidnění emocí, pochopení svého chování, vnímat psychiku, korigovat své chování, snížily se mi prostorové fóbie, nejsem ve stresu, lépe zvládat zátěžové situace, nejsem ve věku svých emocí, sebedůvěru, asertivitu, naučil jsem se dívat na různé životní situace z nových směrů pohledu, metoda velmi přijatelná a bezpečná, i šetrná, postupuje se malými krůčky, každému z nás by to jenom prospělo, byli by jsme na tom všichni daleko lépe, bezpečí, bezpečná záležitost, bezpečný prostředí, důvěru k psychoterapeutovi, ujasnění různý, změny postojů k životu, některý ty věci zracionalizovat, odcházím s pozitivní energií, psychická únava, klid
	Osobní vztahy	zlepšil se mi vztah s blízkými, dá se lépe žít, porozumění lidem, přátele, jednat spontánně, spoustu informací, o potřebách dítěte, už jsem ji nemohl používat na své vlastní děti, používám v přístupu k lidem a dětem, fandím všem mladým, který se k tomu dostanou už dřív a mohou to používat i na své vlastní rodině, pochopila, že každý člověk má problém, že člověk není sám s problémama
	Fyzická rovnováha	cítit sebe, vnímat tělo, odpočinek, uvolnění, čas pro sebe
Profesní rozvoj	Profesní kompetence	porozumět jejich chování, porozumět projevům, rozumím jejich jednání, tolik věcí mě nerozruší, můžu jim poradit, mohu zmírnit konflikt, zlepšit principy jednání, možnost ovlivnit jejich vývoj, pomáhá mi to při řešení problémového chování, pochopení, pochopit co je příčina, odlišovat podstatné od nepodstatného, snažím se ke klientům přistupovat, tak abych je ani bezděky...jim mohl ublížit, snažím se takových situací vyvarovat, vyrovnanost, vyrovnanější, potom lepší práce, větší pochopení pro jednání, sebeochrana, větší potřeba přijít věcem na kloub, hledat příčiny vzniku situací, přemýšlím, jak se stalo, že je klient v pohodě, vědět pro příští situace
	Týmová spolupráce	předávání PBSP principů, proškolení, seznámení všech pracovníků, lépe mohu pracovat v týmu, se dověděl o nich i více informací, je lépe chápu, mám k nim blíž, přistupovat asi tolerantněj, tolerance, snaha pomoci, pozitivnější, pochopení větší, vyloženě jsem si uvědomila, že si neseme z dětství různý problémy
	Odborné znalosti	znalost 5 potřeb, zkušenosti používat v poradenství, možnost využití při práci, různé techniky zklidnění, techniky uzemění

Zdroj: vlastní výzkum, březen 2010 – duben 2011

## 5.5 Interpretace dat a shrnutí výsledků výzkumu

V následující kapitole se seznámíme s interpretací vzniklých kategorií, což nám pomůže nalézt odpovědi na vedlejší výzkumné otázky a následně také odpověď na hlavní výzkumnou otázku.

### 5.5.1 Kategorie „Motivace a očekávání“

Kategorie „Motivace a očekávání“ je vytvořena na základě pojmů popisujících motivaci k účasti a očekávání z účasti na „Pesso skupině“ a obsahuje následující kódy:

- „Seberozvoj“ - touha poznávat, neustrnout ve svém rozvoji, poznávat sebe sama, pochopení pro vlastní chování, jednání či emoce je jedním z obecných předpokladů pro výkon profese v sociálních službách. Po provedeném výzkumu se mezi respondenty tyto skutečnosti jeví jako primární motivace k účasti na „Pesso skupině“;
- „Změna“ - potřeba změny, snaha nezabřednout do rutinního výkonu práce s klienty, zvědavost a osobní zájem o nové poznatky z oblasti fungování lidské psychiky, chuť naučit se novým přístupů či metodám, které by pracovníci využili jak pro svůj osobní růst, tak při své každodenní práci, byly na základě provedeného výzkumného šetření sekundární motivací pro účast na „Pesso skupině“;
- „Zdraví“ - jako další významnou motivací se v provedeném výzkumu jeví potřeba být zdraví, být v dobré fyzické i psychické kondici, zájem uchovat si kvalitní duševní i tělesnou stabilitu. Z mnoha poznatků víme, že to co se děje v duši člověka, ovlivňuje dění v jeho těle. Je velmi důležité, aby pracovníci v sociálních službách rozvíjeli své tělesné vnímání, aby se cítili ve svém těle dobře. Protože, na druhé straně, co se děje v našem těle, ovlivňuje naši duši.

**Shrnutí:** Kategorie „Motivace a očekávání“ přináší odpověď na vedlejší výzkumnou otázku: Jaké důvody vedly pracovníka k rozhodnutí zúčastnit se skupinových setkání psychoterapeutické metody PBSP?

Hlavním důvodem, který respondenty motivoval k účasti na PBSP se po provedeném výzkumném šetření jeví potřeba seberozvoje. Stěžejním motivem byla i potřeba změny, a to změna po stránce osobní a profesní. Dalším důležitým důvodem byla potřeba zlepšit zdravotní stav.

### 5.5.2 Kategorie „Osobní rozvoj“

Kategorie „Osobní rozvoj“ je vytvořena na základě pojmů popisujících osobní přínos z účasti na „Pesso skupině“. Kategorie obsahuje následující kódy:

- „Psychická rovnováha“ - pocit duševní pohody či psychické rovnováhy je čistě individuální záležitost, ale zcela jistě významným aspektem ovlivňujícím subjektivní vnímání kvality života. Zvláště pak v pomáhajících profesích, potažmo v sociálních službách, kdy psychický stav či kondice ošetřovatele nebo pečovatele je přímým účastníkem psychického stavu osob se zdravotním postižením, je více jak nutná znalost technik a metod udržujících či zvyšujících psychickou stabilitu a odolnost vůči stresu;
- „Osobní vztahy“ - vytvářet hodnotné lidské vztahy, budovat a udržet si stále dobré funkční vztahy v rodině, žít spokojený osobní život, mít přátele, to vše je v podstatě to, pro co žijeme. V životě nás nejvíce uspokojují vzájemné dobré vztahy s blízkými lidmi. Jednou z účinných cest, jak prozkoumat osobní témata, která se mohou projevit při práci pečujícího, je dle osobních zkušeností respondentů účast na skupinových setkání psychoterapeutické metody PBSP;
- „Fyzická rovnováha“ - ošetřovatelská práce v sociálních službách je práce vyžadující často značné fyzické nasazení. Pro tyto pracovníky je nutné, aby disponovali dostatečnými možnostmi jak načerpat nové fyzické síly, jak procítit sebe a své tělo. Respondenti velmi oceňovali cvičení a relaxační techniky (v rámci „Pesso skupiny“), které přispívaly ke kvalitnímu odpočinku či uvolnění a zvyšovaly tak jejich pocit dobré fyzické kondice.

**Shrnutí:** Kategorie „Osobní rozvoj“ přináší odpověď na vedlejší výzkumnou otázku: Jak pracovník hodnotí účast na skupinových setkáních psychoterapeutické metody PBSP pro svůj osobní rozvoj?

Respondenti hodnotili účast na „Pesso skupinách“ pro svůj osobní rozvoj jednotně pozitivně a jako velmi přínosný. Přínos pro svůj osobní rozvoj spatřují zejména v oblasti vlastní psychické kondice, pozitivní změny vnímali i ve svých osobních vztazích a v neposlední řadě se po účasti na „Pesso skupině“ zlepšila také jejich fyzická kondice.

### 5.5.3 Kategorie „Profesní rozvoj“

Kategorie „Profesní rozvoj“ je vytvořena na základě pojmů popisujících profesní přínos z účasti na „Pesso skupině“ a obsahuje následující kódy:

- „Profesní kompetence“ - jmenovaný kód velmi úzce souvisí s dalším vzděláváním pracovníků v sociálních službách. Respondenti během výzkumného šetření kladli velký důraz na vlastní zážitky z účasti na „Pesso skupině“, které následně pozitivně ovlivňovaly změny v přístupu ke klientům. Zlepšení principů jednání s klienty se u pracovníků projevuje především hlubším porozuměním jejich projevům a větším pochopením pro jejich chování a jednání, jak v běžných situacích, tak hlavně při řešení konfliktů a při zvládání problémového chování klientů se zdravotním postižením. Vlastní zkušenost s „Pesso skupinou“ spolu se znalostí PBSP přístupů a principů, dle provedeného výzkumného šetření, zvyšuje profesní kompetence pracovníků a tím výrazně i pocit fyzického i psychického bezpečí při výkonu profese v zařízeních sociálních služeb;
- „Týmová spolupráce“ - péče o osoby se zdravotním postižením může být poskytována v zařízeních jednak rezidenčního typu, ale také v zařízeních s větším počtem zaměstnanců. Ať už jde o malé či velké pracovní kolektivy, často se jaksi předpokládá, že lidé pracující v těchto zařízeních jsou vybaveni pro týmovou spolupráci. V praxi se však ukazuje, že i tomuto způsobu práce se musí pracovníci učit, stejně jako znalostem odborným. Osobní neshody či nedorozumění v pracovním týmu výrazně snižují kvalitu péče o klienty. Neřešené problémy a konflikty mezi pracovníky někdy ústí až k izolaci určitého pracovníka, popřípadě k jeho odchodu ze zařízení. Osobní zkušenost s „Pesso skupinou“ respondentům, v provedeném výzkumném šetření, přinášela více tolerance, pochopení a porozumění směrem ke spolupracovníkům. Vzájemné předávání informací a principů PBSP ostatním kolegům respondenti vnímali jako zlepšení týmové spolupráce;
- „Odborné znalosti“ - z obsahů rozhovorů s respondenty provedeného výzkumného šetření vyplývá, že moderní soudobá péče o osoby se zdravotním postižením se neobejde bez vzájemného prolínání doposud známých a nejnovějších poznatků a znalostí např. z psychiky člověka. Znalost a respektování pěti základních

vývojových potřeb dle PBSP, patřila k nejvíce využívanému nástroji, který mohou pracovníci efektivně využívat k řešení různých situací či při každodenní péči o klienty se zdravotním postižením.

**Shrnutí:** Kategorie „Profesní rozvoj“ přináší odpověď na vedlejší výzkumnou otázku: Jak konkrétně pracovník využívá svoji osobní zkušenost s psychoterapeutickou metodou PBSP při své každodenní práci s osobami se zdravotním postižením?

Z provedeného výzkumného šetření vyplývá, že pracovník využívá svoji osobní zkušenost s „Pesso skupinou“ při své každodenní práci s osobami se zdravotním postižením, hlavně v podobě zvyšujících se profesních kompetencí. Což se odráží především ve větší schopnosti řešit problémy a lépe zvládat stresové a zátěžové situace, které péče o osoby se zdravotním postižením mnohdy přináší. Nemalou měrou respondenti pociťovali také zlepšení týmové spolupráce a v poměrně krátké době byli schopni zařadit do své „vybavenosti“ také informace a znalosti z PBSP, např. pět základních vývojových potřeb, které využívali při svém každodenním kontaktu s klienty.

#### 5.5.4 Shrnutí výsledků výzkumu

Nyní přistoupím ke shrnutí výsledků výzkumu a budu se snažit nalézt odpověď na hlavní otázku výzkumu, kterou jsem si na počátku výzkumného šetření položila. Hlavní výzkumná otázka zněla: Jak mohou pracovníci v zařízeních poskytujících sociální služby lidem se zdravotním postižením při své práci využít osobní zkušenosti s psychoterapeutickou metodou Pesso Boyden System Psychomotor?

Většinou si pod pojmem vzdělávání pracovníků, kteří pracují s lidmi se zdravotním postižením, představujeme získávání znalostí z oblasti speciální pedagogiky, vývojové psychologie, zdravotědy či znalost různých terapií apod. Tito pracovníci, kteří plní různé funkce od vychovatelů až po řídicí pracovníky, se podílejí na vývoji lidí se zdravotním postižením. Tento vývoj není však podporován pouze odborností zmíněných pracovníků, ale přímo odráží jejich psychické a fyzické kvality. Při jejich každodenní práci s klienty se odráží jejich vzorce chování, jak co řeší, jak jednájí, jak mluví, jak se pohybují, jak se projevuje jejich radost nebo smutek atd. Je všeobecně známo, že necítí-li se pracovník při výkonu své práce jistě, také klient snáze propadá stejným pocitům, na které potom reaguje. Právě vzdělávání pracovníků v sociálních dovednostech – schopnost sebereflexe a



osobního rozvoje, je téma, na kterém lze stále pracovat a rozvíjet jej. Na základě výsledků provedeného výzkumného šetření je zřejmé, že právě vlastní zkušenost s psychoterapeutickou metodou PBSP, pracovníkům do jejich profese přináší pozitivní využití v oblasti vlastní psychické a fyzické rovnováhy, v oblasti osobních vztahů, dále v oblasti profesních kompetencí, odborných znalostí a týmové spolupráce.

## 5.6 Přínos pro praxi

Za největší poznání, které mi zprostředkoval provedený výzkum uskutečněný v rámci předkládané bakalářské práce, považuji zjištění, týkající se účinnosti psychoterapeutické metody PBSP pro osobní a profesní rozvoj pracovníků v sociálních službách. Dle mého názoru by bylo pro zvýšení kvality poskytované péče přínosné seznámení s PBSP co nejširší spektrum pracovníků v sociálních službách. Domnívám se, že pro většinu těchto pracovníků by bylo akceptovatelné seznámení se s uvedenou psychoterapeutickou metodou, s jejími pojmy a principy, v rámci odborných seminářů či kurzů orientovaných na vzdělávání v sociálních dovednostech nebo v rámci psychosociálních výcviků pro pracovníky v sociálních službách. Obsahovou náplní uvedených vzdělávacích akcí by byly jednak teoretické bloky, které by účastníky seznamovaly se základními pojmy a principy, s kterými PBSP pracuje. A také praktické bloky, v kterých by účastníci měli možnost využít nabídky osobně si vyzkoušet některé cvičení a techniky, které PBSP používá. Využití těchto znalostí a osobní zkušenosti lze vnímat, na základě výsledků provedeného výzkumu, jako možnou cestu k osobnímu a profesnímu růstu pracovníků v sociálních službách, a to ve dvou oblastech. Na prvním místě je oblast psychohygieny pro pracovníky a druhou rovinnou je využití některých prvků PBSP ve vztahu a péči o klienty v zařízeních sociálních služeb.

## ZÁVĚR

Kvalita péče o osoby se zdravotním postižením v zařízeních sociálních služeb byla a je závislá nejen na přístupu a podpoře státní správy, ale především na osobních a profesních kvalitách odborného personálu. Dá se říci, že kvalita poskytované péče je přímo úměrná psychickým a fyzickým kvalitám pracovníků, kteří tuto péči poskytují. Při práci v sociálních službách tak platí, že chceme-li pomáhat druhým, musíme se umět postarat nejdříve sami o sebe.

Cílem bakalářské práce bylo zjistit a popsat možnosti využití psychoterapeutické metody PBSP pro pracovníky v sociálních službách. Zda-li bylo předloženou prací, prostřednictvím zodpovězení všech výzkumných otázek, stanoveného výzkumného cíle dosaženo, mi nepřísluší hodnotit. Dovolím si ale tvrdit, že bakalářská práce přináší zajímavé poznatky ke zvolenému tématu výzkumného problému. Využití těchto poznatků do praxe spatřuji hlavně v podobě seminářů či psychosociálních výcviků pro pracovníky sociálních služeb, jejichž náplní by byly teoretické i praktické bloky využívající prvky a principy psychoterapeutické metody PBSP.

V každém případě, třebaže se jednalo, dle mého názoru, prozatím o prvotní sondu do tématu, výsledek ukazuje, že psychoterapeutická metoda PBSP disponuje dosti efektivními způsoby, jak rozvíjet osobní kvality i profesionalitu pracovníků v sociálních službách.

Na závěr bych chtěla dodat, že rozvoj, podporu a péči samozřejmě nepotřebují pouze pracovníci v oblasti péče o osoby se zdravotním postižením. Ať se podíváme do jakéhokoliv pracovního odvětví, od pomáhajících profesí přes podnikatelskou sféru až po politiku, je celkově dnešní doba charakterizována rychlým tempem s velkým vypětím, které neustále provází stres. Umění komunikovat, umění předcházet stresu a bránit se mu, umění relaxovat, umění doplňovat své fyzické a psychické síly, by mělo patřit mezi základní předměty již na základní škole.

Není nad to, když člověk stojí pevně nohama na zemi, hlavu má na správném místě a otevřené srdce.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] ČÁMSKÝ, P., KRUTILOVÁ, D., SEMBDNER, J., SLADKÝ, P. *Manuál pro tvorbu a zavádění standardů kvality poskytovaných sociálních služeb*. Praha: Centrum sociálních služeb, 2008.
- [2] CULLEY, S., BOND, T. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-452-6.
- [3] HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.
- [4] HAVRDOVÁ, Z. *Kompetence v praxi sociální práce: metodická příručka pro učitele a supervizory v sociální práci*. Praha: Osmium, 1999. ISBN 80-902081-8-5.
- [5] HAWKINS, P., SHOHET, R. *Supervize v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-715-9.
- [6] JANSKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-329-6.
- [7] JEŽEK, P., SWIECICKI, J. *Vzdělávání pracovníků v sociálních službách*. Praha: Centrum sociálních služeb, 2008.
- [8] JŮN, H. *Moc, pomoc a bezmoc v sociálních službách a ve zdravotnictví*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-590-5.
- [9] KOPŘIVA, K. *Lidský vztah jako součást profese: psychosociální kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-318-8.
- [10] KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-122-0.
- [11] MATOUŠEK, O. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-368-0.
- [12] MATOUŠEK, O. a kol. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-473-7.

- [13] MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2.
- [14] ODSTRČIL, P. Sebeochrana pracovníků a řešení problémového chování u osob s mentálním postižením. In *Agresivita a prevence problémového chování u lidí s mentálním postižením*. Praha: Nakladatelství Modrý klíč, 2005. ISBN 80-86980-00-6.
- [15] PESSO, A., BOYDEN-PESSO, D., VRTBOVSKÁ, P. *Úvod do Pessu Boyden System Psychomotor*. Praha: Sdružení SCAN, 2009. ISBN 80-86620-15-8.
- [16] SCHMIDBAUER, W. *Psychická úskalí pomáhajících profesí*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-312-9.
- [17] SÍŘÍNEK, J. *PBSP – úvodní text, určený zájemcům o metodu* [on line]. 15. 4. 2009, [cit. 23. 2. 2011]. Dostupné z [www: < http://www.pbsp.cz/texty/txtsir1.htm >](http://www.pbsp.cz/texty/txtsir1.htm).
- [18] SMITH, E. W. L. *Tělo v psychoterapii*. Praha: Portál, 2006. ISBN 978-80-7367-144-0.
- [19] STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Podané ruce, 1999. ISBN 80-85834-60-X.
- [20] ŠVARŤÍČEK, R., ŠEĐOVÁ, K. a kol. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-3.
- [21] ÚLEHLA, I. *Umění pomáhat*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2005. ISBN 80-86429-36-9.
- [22] Vyhláška 505/2006 Sb.
- [23] Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

apod.	A podobně
atd.	A tak dále
č.	Číslo
ČR	Česká republika
např.	Například
PBSP	Pesso Boyden System Psychomotor
R 1	Respondent 1
R2	Respondent 2
R 3	Respondent 3
R 4	Respondent 4
s.	Strana
Sb.	Sbírky
Tab.	Tabulka
tzv.	Tak zvaná/ě

**SEZNAM TABULEK**

Tab. 1 Popis výzkumného vzorku.....	41
Tab. 2 Přehled výsledků otevřeného kódování.....	43

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Baterie otázek pro pilotní polostrukturovaný rozhovor

Příloha P II: Upravená baterie otázek pro hlavní polostrukturovaný rozhovor

Příloha P III: Přepis písemného záznamu pilotního rozhovoru s respondentem R 1

Příloha P IV: Přepis písemného záznamu doplňujících otázek k rozhovoru s respondentem R 1

Příloha P V: Přepis písemného záznamu rozhovoru s respondentem R 2

Příloha P VI: Přepis audiozáznamu rozhovoru s respondentem R 3

Příloha P VII: Přepis audiozáznamu rozhovoru s respondentem R 4

---

# **PŘÍLOHA P I: BATERIE OTÁZEK PRO PILOTNÍ POLOSTRUKTUROVANÝ ROZHOVOR**

---

## **Demografické údaje**

---

**Pohlaví:**

- Muž
- Žena

**Věk (v letech):**

**Vzdělání:**

- Základní
- Střední odborné bez maturity
- Střední odborné s maturitou
- Vysokoškolské

**Zaměstnání (pracovní zařazení):**

**Jak dlouho pracujete s osobami se zdravotním postižením (v letech)?**

---

## **Fungování PBSP (Pesso Boyden System Psychomotor) skupiny – motivace a očekávání**

---

**Kde a jakým způsobem jste se dozvěděl/-a o PBSP skupinách?**

**Co Vás vedlo k rozhodnutí zúčastnit se PBSP skupiny?**

**Od kterého roku se účastníte setkávání PBSP skupiny? Kolik skupinových setkání jste od té doby celkem navštívil/-a?**

**Jaká byla Vaše očekávání od PBSP skupiny?**

---

## **Osobní přínos PBSP (Pesso Boyden-Pesso System Psychomotor)**

---

**Ovlivnila zkušenost s PBSP skupinou nějakým způsobem Váš život? Pokud ano, jakým?**

**Co Vám zkušenost s PBSP skupinou přinesla kladného? A co naopak záporného?**

---

## **Profesní přínos PBSP (Pesso Boyden-Pesso System Psychomotor)**

---

**Změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke klientům na základě zkušenosti s PBSP?**

**Změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s PBSP?**



# PŘÍLOHA P II: UPRAVENÁ BATERIE OTÁZEK PRO HLAVNÍ POLOSTRUKTUROVANÝ ROZHOVOR

---

## Demografické údaje

---

**Pohlaví:**

- Muž
- Žena

**Věk (v letech):**

**Vzdělání:**

- Základní
- Střední odborné bez maturity
- Střední odborné s maturitou
- Vysokoškolské

**Zaměstnání (pracovní zařazení):**

**Jak dlouho pracujete s osobami se zdravotním postižením (v letech)?**

---

## Fungování PBSP (Pesso Boyden System Psychomotor) skupiny - motivace a očekávání

---

**Kde a jakým způsobem jste se o „Pesso skupinách“ dozvěděl/a?**

**Od kterého roku se „Pesso skupin“ účastníte? Kolik skupinových setkání jste celkem navštívil/-a?**

**Co Vás vedlo k rozhodnutí zúčastnit se „Pesso skupiny“?**

**Jaká byla Vaše očekávání od účasti na „Pesso skupině“?**

---

## Osobní přínos PBSP (Pesso Boyden-Pesso System Psychomotor)

---

**Co se Vám vybaví, když se řekne „Pesso skupina“?**

**Co Vám osobně přinesla zkušenost s „Pesso skupinou“?**

---

## Profesní přínos PBSP (Pesso Boyden-Pesso System Psychomotor)

---

**Když si představíte svoji práci s osobami se zdravotním postižením před zkušeností s „Pesso skupinou“, změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke klientům?**

**Změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s „Pesso skupinou“?**

# **PŘÍLOHA P III: PŘEPIS PÍSEMNÉHO ZÁZNAMU PILOTNÍHO ROZHOVORU S RESPONDENTEM R 1**

Muž  
29  
Střední odborné s maturitou  
Vedoucí vychovatel  
7 a půl let, od r. 2002

T: Petře, kde a jakým způsobem jsi se dozvěděl o PBSP skupinách?

R1: Přes kolegy v zaměstnání, kteří už byli rozhodnutí vyzkoušet PBSP skupinu a navrhli mi, pozvali mě, jestli to nechci s nimi vyzkoušet. Mnohdy jde o intuitivní záležitosti, byl to pro mě projev důvěry a já jsem souhlasil.

T: Co Tě vedlo k tomu rozhodnutí zúčastnit se PBSP skupiny tedy vedlo?

R1: No, do určité míry zvědavost, ale více snaha pochopit lépe sebe sama, porozumět sobě, to mě přivedlo na tu první, potom mě nadchlo v rámci té skupiny sdílení a ta zúčastněnost členů skupiny nebo v rámci skupiny, to je lepší.

T: Od kterého roku se účastníš setkávání PBSP skupiny? Kolik skupinových setkání jsi od té doby celkem navštívil?

R1: Od roku 2007, teď ji mám čtrnáctou.

T: Jaká byla Tvoje očekávání od PBSP skupiny?

R1: Od začátku jsem nevěděl do čeho jde, i když jsem něco tušil, vůbec jsem neměl představu. Měl jsem jenom představu o principu, ale vůbec jsem si to nedovedl představit v praxi. Možná jsem měl i strach.

T: Ovlivnila zkušenost s PBSP skupinou nějakým způsobem Tvůj život? Pokud ano, jakým?

R1: Určitě, naučil jsem se dívat na různé životní situace z nových směrů pohledu a na základě přístupu jiných lidí pochopení svého chování.

T: Co Ti zkušenost s PBSP skupinou přinesla kladného? A co naopak záporného?

R1: Do jisté míry sebedůvěru a asertivitu, nové zkušenosti, přátele. Ještě k těm nevýhodám, je to nevýhoda v uvozovkách, pro člověka je tak někdy těžší...těžší práce, přístup k lidem na základě vcit'ování, uvědomování si více možností, více přemýšlet.

T: Změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke klientům na základě zkušenosti s PBSP?

R1: Změnil se v rámci toho, že mám více pochopení pro různé situace, snažím se více pochopit co je příčina, jde mi více odlišovat podstatné od nepodstatného.

T: Změnil se nějakým způsobem Váš přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s PBSP?

R1: Určitě, stejně jako před chvílí, není to rozdíl, jak mezi klienty, tak mezi kolegy, stejný princip. Ze začátku se změnil i vztah k přátelům a pak jsem si uvědomil, že se nemůžu chovat podle stejnéhoustru ve všech situacích a že je pro mne důležité mít prostředí, ve kterém mohu beztrestně dělat chyby a jednat spontánně.

T: To byla poslední otázka, náš rozhovor je u konce, děkuji za Tvé odpovědi a za čas.

R1: Není zač.

## **PŘÍLOHA P IV: PŘEPIS PÍSEMNÉHO ZÁZNAMU DOPLŇUJÍCÍCH OTÁZEK K ROZHOVORU S RESPONDENTEM R 1**

T: Co se Ti vybaví, když se řekne „Pesso skupina“?

R1: Přátelé, čas pro sebe, klid, velká práce, únava, ano až vyčerpání...

T: Myslíš únavu fyzickou nebo psychickou?

R1: Obojí, která se překrývá, je přirozená, nakonec odcházím s pozitivní energií.

T: Když si představíš svoji práci s osobami s mentálním postižením před zkušeností s „Pesso skupinou“, změnil se nějakým způsobem Tvůj přístup ke klientům?

R1: Větší pochopení pro jednání, ale zároveň taky sebeochrana. To mi přijde dost dobrý a přesný. Možná ještě větší potřeba přijít věcem na kloub, hledat možné příčiny vzniku situací, které se s klienty vyskytují...ikdyž je klient v pohodě, přemýšlím jak to k tomu došlo...přemýšlím o nich ne jenom, když je potřeba něco řešit...na to jsem byl dřív zvyklý, že je to nejtěžší řešit krizové situace. A teď je to nový prvek...přemýšlím, jak se to stalo, že je klient v pohodě, co se všechno, třeba od rána stalo, jaké proběhli situace. Je to dobré vědět pro příští situace, kdy to může být špatné....s náladou klienta, s jeho chováním.

# PŘÍLOHA P V: PŘEPIS PÍSEMNÉHO ZÁZNAMU ROZHOVORU S RESPONDENTEM R 2

Žena

55

Vysokoškolské

Ředitelka nestátního sociálního zařízení

30 let, od 7 let mého dítěte v tomto sociálním zařízení

T: Milano, kde a jakým způsobem jsi se o „Pesso skupinách“ dozvěděla?

R2: Na individuální terapii v roce 2002, a to o metodě PBSP, a potom jsem v našem zařízení zorganizovala setkávání „Pesso skupin“

T: Od kterého roku se „Pesso skupin“ účastníš? A kolik těchto skupinových setkání jsi celkem navštívila?

R2: Od roku 2007, tedy šestnáctkrát.

T: Co Tě vedlo k rozhodnutí, zúčastnit se „Pesso skupiny“?

R2: Cíleně seberozvoj, hlavně zlepšit vztahy, principy jednání a také zdravotní stav.

T: Jaká byla Tvoje očekávání od účasti na „Pesso skupině“?

R2: Moje očekávání bylo změna, uvolnění a je totožné s tím, co mě vedlo k rozhodnutí.

T: Co Ti osobně přinesla zkušenost s „Pesso skupinou“?

R2: První věc, co mě napadá je zklidnění, zklidnění emocí, zlepšil se mi vztah s blízkými, hlavně s matkou i se synem. Začala jsem cítit sebe, protože když jsem bývala unavená, jsem ho necítila. Začala jsem více vnímat tělo, psychiku, prostorové fobie se mi snížily, nemohla jsem třeba jezdit v dopravě v metru. Teď je to v pohodě.

T: Co se Ti vybaví, co Ti jde hlavou, když se řekne „Pesso skupina“?

R2: Tak to jsem teď asi řekla...že lépe mohu pracovat v týmu, jako rozhled, přinesla mi porozumění lidem. Přinesla mi to, že na základě těchto osobních změn, mohu tyto zkušenosti používat v poradenství. Ty příběhy přináší porozumění. Zkušenost, že se dá změnit stará mapa, že se dá lépe žít. Nejsem tolik ve stresu. Naučila jsem se i sama sobě pomáhat. Možná záporného je to, že bych si mohla ještě víc rozšířit své znalosti. Jo a hlavně přináší odpočinek, ty 2 dny mám opravdu pro sebe. A předávání PBSP principů, respektování 5 potřeb je možnost využití při práci v našem zařízení a na veškerých seminářích, jako je agresivita a podobně. Proškolení, seznámení všech pracovníků s potřebami člověka dle PBSP a možnost využití při práci s klienty.

T: Když si představíš svoji práci s osobami s mentálním postižením před zkušeností s „Pesso skupinou“, změnil se nějakým způsobem tvůj přístup ke klientům? Pokud ano, můžeš popsat změny?

R2: Určitě se mi způsob změnil, mohu lépe porozumět jejich chování, projevům, hlavně znalost 5 potřeb, možnost ovlivnit jejich další vývoj. A pomáhá mi to při řešení problematického chování, že se na to dívám z hlediska toho, která potřeba není naplněna a hledáním způsobu jak deficit dosytit.

T: Změnil se nějak Tvůj přístup ke kolegům na pracovišti na základě zkušenosti s „Pesso skupinou“?

R2: No tady více rozumím jejich jednání, můžu jim poradit. Tolik věcí mě nerozruší, se mě nedotkne, když dojde ke konfliktu, mohu ho zmírnit. Nejsem ve vleku svých emocí, je rozpoznám, mohu tak lépe korigovat své chování. Jsem schopna lépe zvládat zátěžové situace.

T: To byla poslední otázka, náš rozhovor je u konce, děkuji za odpovědi a za Tvůj čas.

R2: Také děkuji.

## **PŘÍLOHA P VI: PŘEPIS AUDIOZÁZNAMU ROZHOVORU S RESPONDENTEM R 3**

Muž

56

Vysokoškolské

Zástupce ředitele

16 let

T: Honzo, vzpomeneš si, od kterého roku se těchto „Pesso skupin“ účastníš?

R3: Já myslím, že je to od roku 2007.

T: To znamená, že už těch sezení bylo...?

R3: Těch sezení, když počítám, že je řádově tři za rok, tak jich mohlo být kolem těch dvanácti asi.

T: No a jak se to stane, že je člověk na „Pesso skupině“? Jak se to stalo, že jsi na první své „Pesso skupině“?

R3: Jestli myslíš, jak jsem se o tom dověděl?

T: No, co tě vedlo k tomu, k rozhodnutí se zúčastnit?

R3: Tak k rozhodnutí mě vedlo..., dlouhodobější zájem o nějaké ty psychické procesy, které v nás probíhají. Shodou okolností, jsem se na jednom semináři dostal také vlastně k ukázce jakési formě skupinové terapie, které se, jestli se nepletu, říká rodinné konstelace, která mě velmi zaujala, například tím, že ti lidé najednou se dostali velmi hluboko ve svém prožívání, přestali, bych řek, vnímat lidi kolem jako diváky a dokonce někteří začali i plakat, nebo něco takového. Čili uvědomil jsem si, že ty metody mohou být velmi silné a že se pomocí nich člověk může dostat poměrně hluboko do sebe. Takže když jsem potom slyšel od naší kolegyně o takovéto skupinové metodě Pesso Boyden, tak mě jistě k tomu vedla zvědavost, ale jistě taky prostě i touha dozvědět se něco víc o sobě a rozšířit si obzory, dozvědět se něco víc o tom, jak to funguje v jiných lidech, jak to funguje v dětech a tím pádem, třeba potom i v našich klientech nebo něco takového.

T: A o té osobě, jak jsi mluvit, tak to byla vlastně ta osoba od které se dozvěděl o setkávání?

R3: Ano, ano od naší kolegyně v sociálních službách.

T: To bylo...takže prostřednictvím nějak účasti na jiném semináři a tam jste se o tom...?

R3: To už nevím přesně kde jsme spolu o tom mluvili, ale že se prostě změnila, že takového skupiny probíhají a ona že tam chodí, dokonce že je vlastně nějak spoluorganizuje.

T: A vzpomeneš si jaká byla očekávání na začátku?

R3: No tak očekávání, trochu jsem to teďka vyjmenoval, to znamená, zjistit do jaké míry tato metoda mně bude vyhovovat, do jaké míry na druhé straně ta metoda přinese jaksi hlubší vhled do mě samotného, abych měl vhled do jiných lidí kolem mě, to znamená, nebylo to nic konkrétního, že bych si jako řekl, aha, já teďka potřebuju, aby to...vyřešit a uvidíme jestli tato metoda do zítřka mě všeho zbaví, takhle jsem si to asi nepředstavoval, ale doufal jsem, že mně ta metoda bude vyhovovat a chtěl jsem vědět taky jaký to má účinek prostě i na jiné lidi, do jaké míry to může být třeba i bezpečné, nebo zavádějící nebo šarlatánské

T: No a co tě dneska napadne, když se řekne „Pesso skupina“, co ti jde hlavou?

R3: No tak dneska je to asi, asi to co odlišuje tu práci od jiných podobných řekněme psychoterapeutických skupinových nějakých terapií nebo prací. Myslím si, že je...či napadá mě, takové ty přístupy, kdy člověk sám se najednou dostane třeba i do svého dětství a na pomoc mu přijdou tzv. ideální rodiče, třeba. Což je podle mého to, co tuto metodu nějak odlišuje a mně se to...mně se zdá, že ta metoda je velmi účinná a líbí se mi to.

T: A co ti jako osobě přinesla zkušenost s „Pesso skupinou“?

R3: Určitě mi přinesla...spoustu informací, které jsem do té doby nevěděl, například, ač to bylo i jinde zpracováno, o potřebách dítěte jako takové, tak jak je to ta filozofie pana Boydena, jak přistupuje k těm potřebám a kategorizuje je na pět základních, tak mi to velmi vyhovuje, oslovuje, řekl bych, že to vlastně od

té doby si uvědomuju a používám to v podstatě i v přístupu k lidem a k dětem, takže to je osobní dopad. Bohužel jsem se s touto metodou seznámil až v pozdním věku, takže už jsem ji nemohl použít na své vlastní děti, ačkoliv ji docela rád, a proto fandím všem mladým, který se k tomu dostanou už dřív a mohou to použít i ve své vlastní rodině.

T: Takže jednoznačně dobrá kladná zkušenost?

R3: Ano, ano, doposud jednoznačně dobrá kladná zkušenost. Dovedu si představit, že pokud by terapeut nebyl tak skvělý, jako ten, kterého máme my, kterému velmi věřím a obdivuji a vážím si ho, tak dovedl bych si představit, že to mohlo někdy dojít, ten psychický proces, řekněme do tak drásavých zážitků, že by to člověka mohlo rozhodit, možná i vážnějším způsobem poškodit jeho psychický vývoj, ale když, pokud se to dobře drží v rukách, tak si myslím, že je to metoda velmi přijatelná a bezpečná.

T: Takže dá se říct, že ji můžeš pokládat za bezpečnou, vzhledem k tomu, že máš velkou důvěru k terapeutovi?

R3: Ano

T: Který tuhle metodu provádí?

R3: Ano, v souvislosti s tím konkrétním terapeutem, kterého já znal, tak mi připadá jako velmi bezpečná a naopak mi přijde, jako i šetrná, líbí se mi, protože nejdříve postupuje relativně malými krůčky, které by zase o to, mohly být potom trvalejší, pokud se jim dá nějaká delší doba na zpracování, vlastně tomu člověku a tak dále.

T: A když třeba představiš sebe bez zkušenosti s „Pesso skupinou“, kterou máš teď, změnil se nějakým způsobem tvůj přístup v práci ke klientům?

R3: Určitě, určitě, tak jak jsem o tom mluvil, byl bych rád, kdybych to mohl znát a už používat i ke svým vlastním dětem, ale určitě teď se snažím ke klientům přistupovat, tak abych je ani bezděky, jo, mimo, nějakým mimo...mimo vědomě, třeba, jim mohl ublížit, protože jsem se právě již s řadou těch případů, vlastně s řadou výpovědí setkal, to si člověk teprve uvědomí jak kolikrát velmi, velmi dobře to myslí, a přesto v dítěti může zanechat hluboká traumata. Tak se snažím takovýchto situací se vyvarovat i v přístupu ke klientům.

T: A nějakým způsobem změnil se tvůj přístup ke kolegům v práci?

R3: Také, také bych řekl, že určitě, některé klienty potkávám na té skup..., některé kolegy potkávám na té skupině, a tam těch pár let, samozřejmě jsem se dověděl o nich i více informací i z jejich soukromého života například a o to si myslím, že je lépe chápu a mám k nim blíž a i ke kolegům, kteří tam nechodí, tak se snažím vlastně k nim přistupovat asi tolerantněj, protože si uvědomuju, že řada našich chování a vlastně vzorců, jsou, mohou vycházet z tzv. staré mapy, kterou máme někde v sobě zakódovanou a ani o ní kolikrát nevíme, takže tam je tolerance, tolerance, eventuálně snaha k tomu člověku, nějak pomoci.

T: To byla poslední otázka, ještě mě napadá, jestli je něco o čem jsme nemluvili, co bys rád řekl?

R3: Já jenom, když o tom, tak přemýšlím, tak bych rád řekl, jsem rád, že dnešní mladí lidé mají tyto možnosti, i v mladém věku, že bych přál prakticky každému mladému člověku, aby se nějaké takové skupiny zúčastnil, protože si myslím, že každý může na sobě pracovat, každý v sobě může objevovat skrytá traumata a snažit se je trochu odstraňovat, byli by jsme všichni na to daleko lépe a i když si teda vlastně nemyslíme, že jsme psychicky narušeni, postiženi, že potřebujeme psychiatra, tak v podstatě se mi zdá, že každý, každému z nás by to jenom prospělo, kdyby se některé takové skupiny zúčastnil. Takže já fandím každému, kdo na to chodí, všem to velice přeju a jsem rád, že tyto metody už dneska ve světě fungují.

T: Můžeš to jednoznačně doporučit?

R3: Mohu. Samozřejmě za předpokladu dobrého, toho terapeuta. Za každého samozřejmě ručit nemůžu, že je všechny neznám, ale například za toho, který má nás, tak s tím jsem nesmírně spokojen.

T: Dobrá, děkuji. Děkuji za odpovědi, za čas...

R3: Rádo se stalo, snad to bude k něčemu.

## PŘÍLOHA P VII: PŘEPIS AUDIOZÁZNAMU ROZHOVORU S RESPONDENTEM R 4

Žena

45

Střední odborné s maturitou

Vychovatelka

45 let

T: Lenko, já bych se chtěla zeptat pro začátek, jestli si vzpomeneš, kde a jakým způsobem ses dozvěděla o „Pesso skupinách“?

R4: Ano, to si vzpomenu velice snadno...dozvěděla jsem se to na kurzu, to bylo vlastně v Praze v Modrém klíči a byl to kurz „Pomáhajícího rozhovoru“.

T: A od kterého tedy roku se „Pesso skupin“ účastníš?

R4: Je to vlastně dva roky, to znamená od roku...dvatisíce...

T: Dvatisícedevět?

R4: Takže dvatisícedevět.

T: O kolik těchto skupinových setkání jsi teda celkem navštívila?

R4: Zatím dvě.

T: Dobrá a když se zeptám, co tě vedlo k účasti, k tomu rozhodnutí přijít na první „Pesso skupinu“?

R4: No, co mě vedlo vlastně, za prvé jsem věděla kdo vlastně povede tady tu „Pesso skupinu“ a vzhledem k tomu, že vlastně už jsem znala vlastně toho psychoterapeuta, tak... a měla jsem k němu důvěru, tak to mě asi dovedlo k tomu...

T: Co by to ještě mohlo být, mě to teď přijde, jako že i zvědavost nebo...

R4: No tak určitě jsem byla zvědavá, vlastně paní ředitelka z Modrého klíče mi to nabídla s tím, že je to vlastně pro takové moje „zbudování“, což mně taky zaujalo, no, že je to vlastně...protože člověk vlastně, když pracuje s lidmi s mentálními postiženími, je to práce náročná, je potřeba, aby stále vlastně nějakým způsobem „budoval“, že jo, aby tam nevzniklo, třeba syndrom vyhoření nebo tak...tak to mně asi k tomu taky vedlo...no zvědavost určitě...určitě zvědavost i.

T: A tak tedy jaká byla ta očekávání od účasti na „Pesso skupině“?

R4: Očekávání...nevím, no jako...na první, vlastně první tu skupinu jsem jela se zvědavostí, možná trošku tam byly i obavy, ale vzhledem k tomu, že jsem se předtím vlastně bavila s psychoterapeutem, on říkal, že vlastně nemusím do toho poprvé vůbec vstupovat, že vlastně, jenom vlastně aktivně tam být, ale nemusím vstupovat...vystupovat se svým problémem, tak jsem...tak jako...moje očekávání byly ty, že prostě to poznám nějak, jak nějak tato skupina pracuje, něco jsem si o tom předtím přečetla, takže maličko jsem byla informovaná...zajímalo mně to, no, jak vlastně vůbec se tady ty „Pessa“ vedou.

T: No a se Ti tedy teď vybaví, když se řekne „Pesso skupina“?

R4: Vybaví se mi...první co mě úplně napadá, tak je bezpečí. To já jakoby vnímám tady při těch „Pesso skupinách“, tak že je to opravdu taková bezpečná záležitost, za prvé...že... určitě bezpečí, že i když třeba bych řešila i třeba nepříjemné, tak...je to...prostě pro mě bezpečný...prostřední, i vlastně vnímám asi důvěru k psychoterapeutovi, takže je to pro mě bezpečný, to je asi, to možná to nejdůležitější pro mě.

T: A co by se dalo říct, že Ti zkušenost s „Pesso skupinou“ přinesla osobně?

R4: Co mně přinesla osobně? Určitě jsem si třeba některý věci...zajímavé bylo, že vlastně i když jsem třeba sama nepřišla s problémem, tak jsem pochopila, že vlastně každý člověk má prostě nějaký problém, i když to není třeba vidět a že člověk prostě není sám, s...jako s problémama, asi...Ujasnění různý, změny postojů třeba a ...

T: Rozumím, jako že postojů...Tvých postojů?

R4: Mých postojů no, třeba k životu nebo ....nevím, co bych k tomu ještě řekla.

T: Já bych se teď zeptala, když si třeba představíš svoji práci, před zkušeností s „Pesso skupinou“, změnil se nějakým způsobem Tvůj přístup, třeba ve smyslu...přístupu ke klientům?

R4: Tak...

T: A jestli ano, popsala by jsi jak?

R4: No určitě, možná že jsem ...Tak, já...vždycky jsem přemýšlela vlastně nad svými klienty, vždycky jsem přemýšlela nad tím vlastně, jak pracovat a přijde mně, možná, že jsem vyrovnanější, nevím...může tam být jako větší vyrovnanost...asi...

T: Myslíš, jako tu psychickou?

R4: Jo, protože, ano může tam jakoby větší vyrovnanost, ano, osobně jakoby konkrétně, jako při práci s klienty...no tak samozřejmě, když je člověk vyrovnanější, tak i ta práce je asi potom lepší, že jo...možná, možná...protože, myslím si, že tyhle lidi hodně vnímají, oni jsou hodně vnímavý, takže, myslím si, že ten pracovník by měl být vyrovnanější, jo, že je to lepší, určitě...Co možná vnímám, že mám vlastně takové zachytnej bod, jo, že kdybych, třeba, já nevím, měla problém v práci, kromě toho, že to řeším na supervizi, co můžu mít, vlastně mám možnost vlastně i tady těch „Pesso skupin“, kde je to, vlastně, cítím tam potom takové velké ošetření.

T: Ano, tak v tom rozdíl je, že, supervize a „Pesso“?

R4: Jo, větší, je to, řekla bych, že na té „Pesso skupině“ je větší ošetření a může to jít jako víc do hloubky, je tam větší prostor, rozhodně je tam oproti supervizi, bych řekla, že je tam větší prostor, může to jít víc do hloubky...vnímám to jakoby ošetřenější, že to je...Třeba pokud bych vystoupila třeba s nějakým problémem, možná je tam i větší důvěra.

T: A změnil se tedy i nějakým způsobem přístup ke kolegům na pracovišti?

R4: Přístup ke kolegům...

T: Vnímáš nějaké změny?

R4: A taky. Je fakt, že člověk se neustále mění, takže...nevím...já se stále snažím vlastně na sobě pracovat, tak možná, že i, mohlo by to tam být, i ano trochu změna, no, snažím se být třeba i pozitivnější, nebo takového...a určitě, určitě vlastně to, že jsem třeba absolvovala ty „Pesso skupiny“, tak to k tomu napomáhá, možná, že jsem i chápavější, možná to je to slovo, chápavější, ano.

T: Mně to tak přijde, že je tam více porozumění?

R4: Ano, může to tak být...ano...jo, může, ale je to spojený, vlastně i s tím, že člověk si vlastně uvědomuje, třeba na té „Pesso skupině“ vyložení jsem si uvědomila, každý vlastně nebo každý...nevím jestli každý...ale že si neseme vlastně z dětství různé problémy a možná, že potom, když na mně někdo jakoby třeba reaguje, nějakým způsobem, tak si říkám ááá, tak je tam třeba nějaký problém z dětství a potom tam přichází ta, že...to pochopení větší, možná...

T: To byla poslední otázka, mě teď jenom napadá, jestli je třeba ještě něco o čem jsme nemluvili a chtěla by jsi to říct, ráda by jsi k tomu ještě něco dodala?

R4: Co mi třeba pomohlo...vlastně různé ty techniky...eee...že jsem se vlastně díky „Pessu“ naučila různé techniky zklidnění a tak, což si myslím, že je taky velice důležitý...

T: Jsou to určité relaxační techniky?

R4: Ano relaxační...nějaký takový to uzemění, kdy si člověk...jo. Možná mně to i pomohlo, protože jsem hodně emocionální...eee...tak mi to i pomohlo, možná díky tady těm technikám, trochu, některý ty věci zracionalizovat, což je pro mě jako by lepší. Jo, ale vlastně jak v životě, tak i v práci, si myslím.

T: Tak to je tedy docela velký přínos „Pesso skupiny“.

R4: No, taky si myslím, určitě.

T: Dobrá, fajn já myslím, že jsme u konce, takže poděkuji, za odpovědi, hlavně za čas.

R4: Prosím.

T: Taky děkuji.