PCA: přístup zaměřený na člověka

Carl R. Rogers • Person-Centred Approach

Respektující vztah pomáhá člověku porozumět vlastnímu prožívání
a hledat vlastní možnosti řešení.

EMPATIE	Porozumět zkušenosti ženy a ověřovat své porozumění.
PŘIJETÍ	Respektovat ženu bez hodnocení a podmiňování její hodnoty.
KONGRUENCE	Být opravdová a vnitřně souladná v profesních hranicích.

V práci PA: naslouchání, parafráze, reflexe pocitů a prostor pro volbu.

„Připadá vám, že jste selhala. Co pro vás selhání znamená?“

Podpůrný rozhovor PA využívá principy PCA. Psychoterapie vyžaduje další kvalifikaci.

PCA v praxi PA: podpůrné reakce

Příklady vět pro rozhovor se ženou

Otevření rozhovoru	„O čem byste teď potřebovala mluvit?“
Parafráze obsahu	„Chybělo vám vysvětlení, co se děje.“
Reflexe pocitů	„Zdá se mi, že vás ta nejistota děsí. Je to tak?“
Ověření porozumění	„Rozumím vám správně, nebo je to jinak?“
Přijetí prožívání	„Můžete mluvit i o pocitech, které se těžko vyslovují.“
Prostor a ticho	„Nemusíte spěchat. Můžeme chvíli zůstat potichu.“
Podpora autonomie	„Co by vám teď nejvíc pomohlo?“
Nabídka informací	„Chcete, abych vám vysvětlila, jaké jsou možnosti?“
Další krok	„Na čem se spolu domluvíme pro tuto chvíli?“

Věty jsou inspirací. PA navazuje na slova ženy a nechává ji své porozumění opravit.

NURSE: empatická reakce na emoce

Komunikační pomůcka pro PA, která pomáhá vyjádřit porozumění a podporu.

N Naming Pojmenování emoce	„Zdá se mi, že vás ta nejistota děsí. Je to tak?“
U Understanding Vyjádření porozumění	„Nevěděla jste, co se děje s dcerou. Bylo to pro vás těžké.“
R Respecting Respekt a uznání	„Děkuji, že mluvíte i o tom, co se těžko vyslovuje.“
S Supporting Nabídka podpory	„Mohu s vámi domluvit rozhovor o průběhu porodu.“
E Exploring Prozkoumání zkušenosti	„Co pro vás bylo v té chvíli nejtěžší?“

Reakce volíme podle situace. Emoce ověřujeme a nabízíme pouze uskutečnitelnou podporu.

PCA v praxi PA: kdy přístup využít

Když žena potřebuje porozumění, přijetí a prostor pro vlastní rozhodování.

Strach a nejistota	Obavy v těhotenství, před porodem nebo vyšetřením.
Obtížný zážitek porodu	Zklamání, pocit selhání nebo ztráty kontroly.
Protichůdné pocity	Radost i obavy, ambivalence k těhotenství a mateřství.
Přetížení v šestinedělí	Únava, osamělost, pochybnosti a tlak okolí.
Rozhodování o péči	Vyjasnění potřeb, hodnot a preferencí ženy.

Úloha PA: naslouchat, ověřovat porozumění a podle potřeby nabídnout informace či další podporu.

PCA v praxi PA: kdy samotná nestačí

Empatický kontakt zachováváme i při zajišťování potřebné péče.

Akutní zdravotní stav	Přednost má neodkladná péče a jasné instrukce.
Bezprostřední ohrožení	Zajistit bezpečí ženy i dítěte a přivolat pomoc.
Psychóza či zmatenost	Zajistit bezodkladné odborné posouzení.
Závažné psychické obtíže	Podpůrný rozhovor doplnit odborným vyšetřením.
Potřeba informací	Vysvětlit postup, rizika a možnosti srozumitelně.

Podpůrný rozhovor PA nenahrazuje potřebnou léčbu ani psychoterapeutickou kvalifikaci.

PCA a NURSE: literatura a zdroje

Základní teorie, výzkumy a komunikační pomůcky pro práci PA

Rogers (1957)	Vysvětluje vztahové podmínky změny: empatii, přijetí a kongruenci.
Elliott et al. (2018)	Shrnuje výzkumy souvislosti empatie s lepšími výsledky psychoterapie.
Barkham et al. (2021)	Porovnává PCET a CBT u deprese. Ve 12 měsících vychází lépe CBT.
Ardern et al. (2025)	Zkoumá, zda časné zlepšení napovídá konečný výsledek léčby deprese.
Malins et al. (2026)	Sleduje souvislost komunikace při prvním sezení s výsledkem léčby.
Odiase et al. (2025)	Shrnuje zkušenosti žen s porodní péčí, komunikací a autonomií.
WHO et al. (2025)	Nabízí podklady k péči založené na důstojnosti a informované volbě.
VitalTalk (bez data)	Představuje pět způsobů, jak empaticky reagovat na emoce pacienta.

U zdrojů jsou stručné anotace. Plné bibliografické citace a odkazy najdete na dalším slidu

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of Consulting Psychology, 21(2), 95–103. https://doi.org/10.1037/h0045357

Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Murphy, D. (2018). Therapist empathy and client outcome: An updated meta-analysis. Psychotherapy, 55(4), 399–410. https://doi.org/10.1037/pst0000175

Barkham, M., et al. (2021). Person-centred experiential therapy versus cognitive behavioural therapy delivered in the English Improving Access to Psychological Therapies service for the treatment of moderate or severe depression (PRaCTICED): a pragmatic, randomised, non-inferiority trial. The Lancet Psychiatry, 8(6), 487–499. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00083-3

Ardern, K., Baldwin, S. A., Saxon, D., Lorimer, B., Hardy, G. E., & Barkham, M. (2025). Differential effect of early response on outcomes in person-centered experiential therapy and cognitive behavioral therapy for the treatment of adult moderate or severe depression. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 93(5), 344–356. https://doi.org/10.1037/ccp0000948

Malins, S., et al. (2026). Predicting patient outcomes from initial in-session interactions within cognitive behavioral therapy and person-centered experiential therapy for severe depression. Behaviour Research and Therapy, 205, 105152. https://doi.org/10.1016/j.brat.2026.105152

Odiase, O. J., Smith, K., Ogunfunmi, G., & Afulani, P. A. (2025). Assessment of the person-centered maternity care scale: a global systematic review. EClinicalMedicine, 82, 103145. https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2025.103145

WHO et al. (2025). Compendium on respectful maternal and newborn care. https://www.who.int/publications/i/item/9789240110939

VitalTalk. (bez data). Responding to Emotion: Respecting. https://vitaltalk.org/responding-to-emotion-respecting/