# Psychodynamický přístup

Rodina psychoterapeutických přístupů vycházejících z psychoanalýzy Sigmunda Freuda. Zkoumá, co ovlivňuje naše pocity, chování a vztahy.

Část těchto vlivů si neuvědomujeme. Můžeme například současně toužit po blízkosti a obávat se odmítnutí. Vzniká vnitřní napětí.

Dřívější zkušenosti mohou ovlivňovat dnešní vztahy.
Před nepříjemnými pocity nás mohou chránit obranné mechanismy.

**Cíl terapie: lépe rozumět sobě, rozpoznávat opakující se vzorce a získávat větší volnost v prožívání a jednání.**

V práci PA: podnět k porozumění ženě a reflexi vlastních reakcí.
Konkrétní příčiny ověřujeme, psychologický výklad ženě nevnucujeme.

# Psychoanalýza: co přinesli její představitelé

Nevědomé procesy, obrany a význam raných vztahů

| Představitel | Jak jeho přínosu rozumět |
|---|---|
| **Sigmund Freud** | Člověka mohou ovlivňovat přání a konflikty, které si neuvědomuje.<br>Ve vztahu k terapeutovi se mohou opakovat starší vztahová očekávání. |
| **Anna Freud** | Popsala, jak se psychika brání úzkosti, například popřením.<br>Obrany mohou chránit před zahlcením, ale také omezovat vnímání reality. |
| **Melanie Klein** | Zkoumala, jak dítě prožívá blízké osoby a vytváří si jejich vnitřní obrazy.<br>Hru používala k porozumění dětským pocitům a nevědomým fantaziím. |
| **Donald W. Winnicott** | Dítě potřebuje spolehlivou péči, nemusí však mít dokonalou matku.<br>„Dost dobrá“ péče mu pomáhá cítit bezpečí a postupně se osamostatňovat. |
| **Heinz Kohut** | Zajímal se o to, jak člověk získává stabilní pocit vlastní hodnoty.<br>Zdůraznil význam empatické odezvy druhých pro utváření sebe sama. |

Pro PA: vnímat emoce a vztahové potřeby ženy a reflektovat vlastní reakce.
Konkrétní chování samo neprokazuje nevědomou příčinu.

# Další představitelé a navazující směry

Odloučení, bezpečí ve vztazích a rozvoj osobnosti

| Představitel | Jak jeho přínosu rozumět |
|---|---|
| **Otto Rank** | Narození chápal jako první odloučení a předlohu pozdější úzkosti. Jde o historickou hypotézu. Věnoval se také samostatnosti a vlastní vůli. |
| **John Bowlby** | Dítě při strachu hledá blízkost dostupné pečující osoby. Bezpečná citová vazba mu pomáhá uklidnit se a poznávat okolí. |
| **Michael Balint** | Ukázal význam vztahu zdravotníka a pacienta pro průběh péče. Bálintovské skupiny pomáhají zdravotníkům porozumět obtížným vztahům. |
| **Carl G. Jung*** | Založil analytickou psychologii. Zkoumal symboly a opakující se psychické vzorce, tzv. archetypy. Individuace znamená rozvoj vlastní osobnosti. |
| **Alfred Adler*** | Založil individuální psychologii. Zajímal se o pocity méněcennosti a snahu je překonat. Zdůrazňoval spolupráci a pocit sounáležitosti. |

* Jung a Adler vytvořili samostatné směry. Teorie vazby přesahuje psychoanalýzu.
Rankovo „trauma narození“ se liší od dnešního pojetí traumatu ženy po porodu.

# Obranné mechanismy v praxi PA

Převážně nevědomé způsoby, jak psychika zmírňuje úzkost a vnitřní napětí.
Krátkodobě mohou pomáhat. Při strnulém používání mohou ztěžovat zvládání situace.

| Typ | Co znamená | Modelový příklad z praxe |
|---|---|---|
| **Popření** | Nepřipuštění ohrožující skutečnosti. | Přes vysvětlený nález: „Žádná komplikace není.“ |
| **Racionalizace** | Přijatelné zdůvodnění zakrývá obtížný motiv. | Ze studu za neúčast: „Příprava je stejně zbytečná.“ |
| **Intelektualizace** | Rozbor faktů vytváří odstup od emocí. | Místo hovoru o strachu žena rozebírá jen statistiky. |
| **Projekce** | Vlastní nepřijatelný pocit připisuji druhým. | Vlastní hněv vnímá jako hněv PA: „Zlobíte se na mě.“ |
| **Přesunutí** | Emoce míří na jiný, dostupnější cíl. | Po konfliktu s partnerem si vybije vztek na PA. |
| **Sublimace** | Obtížný impulz získá konstruktivní podobu. | PA zpracuje agresivní napětí sportovní aktivitou. |

**Pro PA: z jedné věty obranu neurčujeme. Ověřujeme potřeby a emoce, respektujeme nesouhlas a nevnucujeme ženě psychologický výklad.**

Vybrané typy • příklady jsou ilustrativní, nikoli diagnostické • zdroje v poznámkách

# Přenos a protipřenos v práci PA

## PŘENOS: žena vůči PA

Dřívější vztahové zkušenosti a očekávání mohou ovlivňovat vztah k současné PA.

Příklad: žena po zkušenostech s odmítáním očekává, že ji PA také opustí.
„Vy mě tu určitě necháte samotnou.“

Reakce PA: ověřit obavu, vysvětlit předání péče a domluvit dostupnou podporu.
„Čeho se teď nejvíc obáváte?“

## PROTIPŘENOS: PA vůči ženě

Emoční reakce PA na ženu, které mohou souviset i s vlastními zkušenostmi PA.

Příklad: žena PA připomíná vlastní dceru. PA cítí silnou potřebu ji chránit a chce rozhodovat za ni.

Postup PA: všimnout si vlastní reakce, udržet hranice a podpořit autonomii ženy. Pomáhá konzultace nebo supervize.

**Jde o možné souvislosti. Nejprve ověřujeme reálnou situaci a kvalitu péče.**
**Stížnost ženy ani emoce PA samy o sobě přenos či protipřenos nedokládají.**

# Jak psychoanalytik pracuje s klientem

Pomáhá porozumět pocitům, nevědomým konfliktům a opakujícím se vztahům.

| Metoda | Co se děje při rozhovoru |
|---|---|
| **Volné asociace** | Klient říká, co ho napadá, i když to působí nesouvisle či nepříjemně.<br>Terapeut sleduje souvislosti a témata, která se vracejí. |
| **Práce se sny a fantaziemi** | Zkoumají, co sen nebo představa znamená právě pro klienta.<br>Význam hledají z jeho asociací, nikoli ze „slovníku symbolů“. |
| **Zkoumání obran a odporu** | Všímají si, jak se klient chrání před obtížnými pocity a tématy.<br>Terapeut citlivě zjišťuje, co mu například změna tématu pomáhá zvládnout. |
| **Práce s přenosem** | Zkoumají, jak se starší vztahová očekávání objevují vůči terapeutovi.<br>Například zda klient očekává odmítnutí i v tomto vztahu. |
| **Interpretace a propracování** | Terapeut nabízí možnou souvislost, klient ji může přijmout či opravit.<br>K tématu se opakovaně vracejí a hledají jeho podobu v běžném životě. |

**Rámec: pravidelná setkání, naslouchání, prostor pro ticho a reflexe vztahu.**
**PA využívá podpůrné naslouchání. Hlubší interpretace patří do psychoterapie.**

# Psychodynamický přístup: hranice role PA

PA využívá porozumění emocím a vztahu v rámci své kvalifikace a role.

| PA v podpůrném rozhovoru | Kvalifikovaný psychoterapeut |
|---|---|
| Naslouchá a ověřuje současné pocity a potřeby.<br>Připouští ambivalenci, například radost i strach. | Systematicky zkoumá nevědomé konflikty<br>a jejich souvislosti s životní historií. |
| Vnímá možné obrany bez nálepkování ženy.<br>Nabízí bezpečnou a předvídatelnou péči. | Cíleně pracuje s obranami a přenosem.<br>Nabízí a ověřuje hlubší interpretace. |
| Reflektuje vlastní reakce, využívá supervizi.<br>O porodu mluví, pokud si to žena přeje. | Provádí psychoterapeutickou léčbu.<br>Trauma zpracovává s odpovídajícím výcvikem. |

## Odborné posouzení

Výrazné, přetrvávající či fungování narušující obtíže: klinický psycholog, kvalifikovaný psychoterapeut, podle stavu psychiatr. Při závažných obtížích nečekat.

**Akutně: zmatenost, halucinace, bludy nebo bezprostřední ohrožení ženy či dítěte. Zajistit bezpečí a okamžitou lékařskou či psychiatrickou pomoc dle pracoviště.**

Podpůrný rozhovor pokračuje i při zajišťování další péče • zdroje a příklad v poznámkách

# Literatura: české přehledové knihy

**KRATOCHVÍL, S. (2017). Základy psychoterapie.**
**7. vyd. Praha: Portál.**

Základní orientace ve směrech a metodách psychoterapie.
Pro studentky: úvod k psychoanalytickým a dynamickým přístupům.

**VYMĚTAL, J. (2010). Úvod do psychoterapie.**
**3., aktualizované a doplněné vyd. Praha: Grada.**

Vysvětluje psychoterapii, terapeutický vztah a možnosti jejího využití.
Pomáhá zasadit psychodynamický přístup do širšího kontextu.

**McWILLIAMS, N. (2015). Psychoanalytická diagnóza.**
**Praha: Portál.**

Podrobnější porozumění osobnosti a obranným mechanismům.
Pro vyučující a zájemkyně o hlubší studium, nikoli k diagnostice rodiček.

Bibliografické údaje a odkazy v poznámkách • ověřeno 1. 11. 2026

# Literatura: Rank a psychodynamické pojmy

**RANK, O. (1924). Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse. Internationaler Psychoanalytischer Verlag.**

Historický zdroj teorie narození a odloučení.
Jeho hypotézu odlišujeme od dnešního pojetí PTSD po porodu.

**LUBORSKY, L. a BARRETT, M. S. (2006). The History and Empirical Status of Key Psychoanalytic Concepts. Annu. Rev. Clin. Psychol., 2, 1–19.**

Přehled nevědomí, obran, přenosu a protipřenosu.
Rozlišuje historii pojmů a výzkumnou oporu jednotlivých tvrzení.

**DI GIUSEPPE, M. a PERRY, J. C. (2021). The Hierarchy of Defense Mechanisms: Assessing Defensive Functioning With the DMRS-Q.**

Odborný přehled obranných mechanismů a jejich hodnocení.
Ukazuje, že obrany mají různé funkce a míru adaptivity.

Bibliografické údaje a odkazy v poznámkách • ověřeno 1. 11. 2026

# Literatura: aplikace do porodní péče

**WHO (2018). WHO recommendations: intrapartum care for a positive childbirth experience. Geneva: WHO.**

Respektující komunikace, informovaná volba a podpora při porodu.
Podklad pro praxi PA, nikoli důkaz Rankovy teorie.

**NICE. Antenatal and postnatal mental health: clinical management and service guidance. CG192.**

Podpora žen po traumatickém porodu a rozpoznání potřeby další péče.
Odděluje podpůrný rozhovor od odborné léčby PTSD.

**NICE. Post-traumatic stress disorder. NG116.**

Doporučené postupy při posttraumatických obtížích.
Upozorňuje, že rutinní psychologický debriefing se nedoporučuje.

Bibliografické údaje a odkazy v poznámkách • ověřeno 1. 11. 2026