Psychoterapeutické metody v práci porodní asistentky

Návrh sylabu pro 3. ročník bakalářského studia porodní asistence

Anotace a cíl předmětu

Předmět seznamuje studentky s hlavními psychoterapeutickými směry a vybranými metodami a rozvíjí jejich schopnost vést podpůrný rozhovor se ženou a jejími blízkými v těhotenství, při porodu a v šestinedělí. Teoretická orientace je propojena se zážitkovými aktivitami, modelovými situacemi a reflexí. Důraz je kladen na respektující vztah, podporu autonomie, práci s emocemi a zdroji a rozpoznání potřeby odborné pomoci.

Výuka rozvíjí podpůrné dovednosti využitelné v porodní asistenci; nepředstavuje psychoterapeutický výcvik ani přípravu k samostatné léčbě psychických poruch.

Organizace výuky

Zimní semestr: 7 setkání v čase 14:00–16:20. Celkem 980 rozvrhových minut včetně případných přestávek. Letní semestr: 8 setkání po 2 vyučovacích hodinách, celkem 16 vyučovacích hodin. Formální hodinovou dotaci ZS je třeba sladit s akreditovaným studijním plánem; rozvrhový čas není automaticky čistým časem výuky.

Výuka má podobu interaktivního semináře s krátkými výklady, demonstracemi, nácviky ve dvojicích a trojicích a strukturovanou zpětnou vazbou. Podpůrný rozhovor se procvičuje při každém setkání. Předpokládá se základní orientace v psychologii a komunikaci ve zdravotnictví.

Výsledky učení

- Studentka charakterizuje hlavní psychoterapeutické přístupy a vysvětlí jejich možné přínosy i omezení v PA.
- Naváže kontakt, dohodne téma a cíl podpůrného rozhovoru, používá otevřené otázky, parafrázi, reflexi emocí a shrnutí a rozhovor srozumitelně uzavře.
- Reaguje na strach, hněv, smutek a pocity viny bez zlehčování, moralizování a předčasného poskytování rad.
- Nabídne jednoduchou podpůrnou aktivitu s ohledem na souhlas, potřeby, kulturní kontext a aktuální stav ženy.
- Rozliší podpůrnou péči od psychoterapeutické intervence, rozpozná varovné projevy závažných obtíží a vysvětlí postup zajištění další pomoci.
- Reflektuje vlastní reakce, hranice a potřebu konzultace nebo supervize.

Obsah zimního semestru

Společná osa: vytvoření bezpečného vztahu a postupné osvojování dovedností podpůrného rozhovoru.

1 Pomáhající vztah a základy rozhovoru

Psychoterapie, poradenství a podpůrná péče; mapa hlavních směrů; etika, souhlas, důvěrnost a hranice role PA. Prakticky: navázání kontaktu, otevřené otázky, zjišťování potřeb a dohoda o cíli. Modelová situace: žena přichází s obavami z porodu.

2 Humanistický přístup a PCA

Carl R. Rogers; empatie, bezpodmínečné přijetí a kongruence. Prakticky: aktivní naslouchání, parafráze, reflexe emocí, ticho a ověřování porozumění. Modelová situace: žena se cítí jako selhávající matka.

3 Psychodynamické přístupy a Otto Rank

Nevědomé procesy, obranné mechanismy, přenos a protipřenos; význam raných vztahů. Rankova teorie porodního traumatu v historickém kontextu a její odlišení od současného pojetí traumaticky prožitého porodu. Prakticky: reflexe vlastních reakcí na odmítání a nedůvěru; bez interpretace nevědomých motivů ženy.

4 Transakční analýza

Eric Berne; egostavy Rodič, Dospělý a Dítě, transakce, životní pozice a komunikační hry. Prakticky: rozpoznání poučování, záchranářství, vzdoru a podřízenosti; nácvik respektující komunikace z Dospělého. Modelová situace: konflikt při domlouvání péče.

5 Behaviorální a kognitivně behaviorální přístupy

Učení, vztah situace, myšlenek, emocí, tělesných reakcí a chování; vyhýbání a zvládání. Prakticky: citlivé zkoumání obav, rozlišení skutečnosti a předpokladu, hledání zvládnutelného kroku. Modelová situace: strach z vyšetření nebo z porodu.

6 Systemické a na řešení zaměřené přístupy

Rodinný a vztahový kontext, cirkularita, zdroje, výjimky a škálovací otázky; úvod do narativního přístupu. Prakticky: hledání toho, co již pomáhá, a společného dalšího kroku. Modelová situace: rozdílné potřeby ženy a partnera.

7 Existenciální přístupy a logoterapie

Viktor E. Frankl; smysl, hodnoty, odpovědnost, nejistota a omezení. Prakticky: naslouchání obtížným otázkám a podpora vlastních hodnot ženy bez vnucování smyslu utrpení. Integrovaný nácvik rozhovoru a reflexe zimního semestru.

Obsah letního semestru

Společná osa: prožitkové a expresivní přístupy, podpora v náročných situacích a samostatné vedení rozhovoru.

1 Prohloubení podpůrného rozhovoru

Opakování a integrace dovedností: kontakt, zakázka, prozkoumání prožívání a potřeb, zdroje, dohoda a uzavření. Souvislý nácvik se zpětnou vazbou.

2 Gestalt a prožitkové přístupy

Uvědomování, kontakt, přítomný okamžik, emoce a potřeby. Prakticky: popis pozorovaného bez hodnocení a citlivé otázky na aktuální prožívání. Bez vyvolávání intenzivních osobních procesů.

3 Expresivní terapie a výtvarné vyjádření

Přehled arteterapie a práce s obrazem, symbolem a metaforou. Prakticky: jednoduché tvořivé vyjádření potřeb a zdrojů, následný podpůrný rozhovor. Význam obrazu určuje jeho autorka; obrázky se diagnosticky neinterpretují.

4 Další expresivní přístupy

Seznámení s muzikoterapií, dramaterapií, biblioterapií a tanečně pohybovou terapií. Prakticky: ukázky práce s hudbou, hlasem, příběhem a pohybem; rozdíl mezi podpůrnou aktivitou a odbornou terapií.

5 Tělesně orientované přístupy a relaxace

Vztah tělesného prožívání a emocí; orientační seznámení s PBSP. Prakticky: nabídka orientace v přítomném prostředí, tělesné opory a jednoduchého uvolnění podle preference ženy; souhlas, respekt k tělesným hranicím a možnost přerušení.

6 Krizová podpora a traumaticky prožitý porod

Principy psychologické první pomoci a péče zohledňující trauma; orientační přehled EMDR a KBT zaměřené na trauma. Podpora bezpečí a volby, naslouchání bez nucení k podrobnému převyprávění. Perinatální ztráta; rozpoznání závažné deprese, suicidálního ohrožení či příznaků psychózy a zajištění neodkladné odborné pomoci.

7 Integrované modelové situace

Rozhovory zaměřené na strach, hněv, vinu, obtíže s kojením, komplikovaný porod, partnerské napětí a ztrátu. Střídání rolí PA, ženy a pozorovatelky. Volba postupu podle potřeb ženy a hranic kompetence.

8 Závěrečný nácvik a profesní reflexe

Samostatné vedení podpůrného rozhovoru v modelové situaci, zdůvodnění postupu a strukturovaná zpětná vazba. Hranice pomáhání, prevence přetížení, kolegiální podpora a supervize.

Metody výuky a hodnocení

Výuka využívá krátké výklady, demonstrace, případové studie, zážitkové aktivity, nácvik rozhovorů a sebereflexi. Osobní sdílení je dobrovolné; lze pracovat s modelovou situací nebo zaujmout pozorovatelskou roli. Kazuistiky z praxe musí být anonymizované. Skupina není terapeutickou skupinou.

Navržené podmínky zakončení

ZS: aktivní zapojení do nácviků a krátká písemná reflexe jednoho modelového rozhovoru. LS: vedení závěrečného modelového podpůrného rozhovoru v délce přibližně 8–10 minut a jeho sebereflexe. Konkrétní docházku a formu zakončení stanoví vyučující v souladu s pravidly studijního programu.

Kritéria praktického hodnocení: respekt a souhlas, navázání kontaktu, naslouchání a práce s emocemi, porozumění potřebám, přiměřenost nabídky pomoci, dohoda o dalším kroku, uzavření a respektování hranic role PA.

Základní literatura

PROCHASKA, James O. a John C. NORCROSS. 2024. Psychoterapeutické systémy: základní přehled přístupů. Praha: Portál. Hlavní přehledová učebnice; vybrané kapitoly podle témat.

TAKÁCS, Lea, Daniela SOBOTKOVÁ, Lenka ŠULOVÁ a kol. 2015. Psychologie v perinatální péči: praktické otázky a náročné situace. Praha: Grada. Aplikace do PA, komunikace, náročné situace a profesní podpora.

ROGERS, Carl R. 2014. Způsob bytí. Praha: Portál. Vybrané části k empatii, přijetí a pomáhajícímu vztahu.

Doporučená literatura a odborná doporučení

KRATOCHVÍL, Stanislav. 2017. Základy psychoterapie. 7. vyd. Praha: Portál.

ŠPATENKOVÁ, Naděžda a kol. 2017. Krize a krizová intervence. Praha: Grada.

MALCHIODI, Cathy A., ed. 2023. Handbook of Expressive Arts Therapy. New York: Guilford Press.

RANK, Otto. 1924. Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse. Leipzig: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. Historická doplňková četba; nikoli současný klinický návod.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, WAR TRAUMA FOUNDATION a WORLD VISION INTERNATIONAL. 2011. Psychological first aid: Guide for field workers. Geneva: WHO. https://www.who.int/publications/i/item/9789241548205

NICE. 2014. Antenatal and postnatal mental health: clinical management and service guidance. CG192, průběžně aktualizované online znění. https://www.nice.org.uk/guidance/cg192

NICE. 2018. Post-traumatic stress disorder. NG116, online znění. https://www.nice.org.uk/guidance/ng116

Literatura se zadává výběrově podle témat, nikoli k přečtení všech uvedených knih. Historické koncepce se odlišují od současných doporučení. Online zdroje ověřeny 18. 10. 2026.