

Český psychoterapeutický den

Jak psychoterapie odráží a uchopuje dnešní svět - Šťavnatá inspirativní mozaika

29. března 2025

Emauzy, Vyšehradská 49/320, 128 00 Praha, Nové Město

3. INFORMACE

Milé kolegyně, milí kolegové,

srdečně vás zveme na **Český psychoterapeutický den**, který už brzy nabídne inspirativní prostor pro sdílení zkušeností, nové pohledy a společné hledání odpovědí na výzvy, které před nás staví dynamika dnešního světa.

Téma **Jak psychoterapie odráží a uchopuje dnešní svět** se dotýká nás všech – terapeutů, supervizorů i klientů. Letošní program přinese pohledy z různých oblastí psychoterapie – od psychedeliky asistované psychoterapie a virtuální reality po práci s transgeneračním traumatem, hypnózu, mindfulness, k integrativním přístupům.

Přijďte sdílet své postřehy, načerpat nové inspirace a prohloubit své porozumění v přátelské atmosféře mezi kolegy napříč modalitami. Konference nabídne nejen přednášky a diskuse, ale také praktické workshopy.

Těšíme se na společné setkání a podnětné diskuse!

Ján Praško

Předseda České psychoterapeutické společnosti ČLS JEP

Pořádá

ČESKÁ PSYCHOTERAPEUTICKÁ SPOLEČNOST ČLS JEP

<https://www.psychoterapeuti.cz/spolecnost-cpts/aktuality/191-psychoterapeuticky-den-29-3-2024>

Organizační zajištění:

Sananim

Webové stránky pro přihlášení na konferenci:

<https://www.sananim.cz/jak-psychoterapie-odrazi-a-uchopuje-dnesni-svet/>

Aktivní účast:

V případě zájmu o aktivní účast kontaktujte magdalena.frouzova@email.cz

Plenární přednášky:

Filip Tyliš: Psychedeliky asistovaná psychoterapie v klinické praxi

Iveta Fajnerová: Virtuální realita a její využití v psychoterapii duševních poruch

Ján Praško, Marie Ocisková, Jan Pásztor, Zdeněk Maté: Přepis v imaginaci u transgeneračního traumatu u pacientů s hraniční poruchou osobnosti

Jan Benda: Jak všímavost mění vnímání světa: Konstruktivisticko-fenomenologická perspektiva v psychoterapii

Přednášky:

Jana Fojtíčková: Muzikoterapie jako léčba vzájemným naladěním

Magdalena Frouzová: Snahy o integraci v psychoterapii v posledních letech

Marie Pečená: Hypnotické výlety s deskou na hlavě. Kazuistika

Šárka Bezvodová: Hypnóza a Simontova metoda pro onkologické pacienty.

Zdeněk Maté, Jan Pásztor, Draga Čermáková, Marina Jermařová, Ján Praško: Integrace muzikoterapie do schéma terapie u hraniční poruchy osobnosti: teoretická východiska a klinická zkušenost

Světлана Žuchová: Mindfulness a mentalizace v psychoterapiích poruch osobnosti

Hana Pašteková – Rupertová: Práce s drogově závislými: bludný kruh KBT v barvách

Ján Praško a Marie Ocisková: On-line psychoedukační program Mindwell a jeho efektivita

Workshopy:

Marie Pečená: Psychosomatická léčba sterility. Workshop.

Ján Praško, Jan Pásztor, Zdeněk Maté, Marie Ocisková: Mentalizace druhé strany – schéma terapeutický nácvik komunikace u pacientů s Hraniční poruchou osobnosti. Workshop.

Program Českého psychoterapeutického dne, Emauzy, Praha 29. března 2025			
VELKÝ SÁL		VEDLEJŠÍ SÁL	
7:00-8:00	REGISTRACE ÚČASTNÍKŮ		
8:00-9:00	Moderátor: Ján Praško Tyliš: Psychedeliky asistovaná psychoterapie v klinické praxi	8:00-9:00	REGISTRACE ÚČASTNÍKŮ
9:00 – 10:00	Moderátor: Magda Frouzová Fajnerová: Virtuální realita a její využití v psychoterapii duševních poruch	9:00 – 10:00	Moderátor: Ján Praško Praško a kol: Přepis v imaginaci u transgeneračního traumatu u pacientů s hraniční poruchou osobnosti
10:00 -10:30	PŘESTÁVKA NÁ KÁVU		
10:30-11:30	Moderátor: Magda Frouzová Benda: Jak všímavost mění vnímání světa: Konstruktivisticko-fenomenologická perspektiva v psychoterapii	10:30-11:30	Moderátor: Kamil Kalina Fojtíčková: Muzikoterapie jako léčba vzájemným naladěním Maté a kol: Integrace muzikoterapie do schéma terapie u hraniční poruchy osobnosti: teoretická východiska a klinická zkušenost
11:30-12:30	Moderátor: Majka Pečená Bezvodová: Hypnóza a Simontova metoda pro onkologické pacienty Pečená: Hypnotické výlety s deskou na hlavě. Kazuistika	11:30-12:30	Moderátor: Ján Praško Žuchová: Mindfulness a mentalizace v psychoterapiích poruch osobnosti Pašteková – Rupertová: Práce s drogově závislými: bludný kruh v KBT barvách
12:30-14:00	PŘESTÁVKA NA OBĚD		
14:00–15:30	Moderátor: Majka Pečená Pečená: Psychosomatická léčba sterility. Workshop	14:00–15:30	Moderátor: Ján Praško Praško a kol.: Mentalizace druhé strany – schéma terapeutický nácvik komunikace u pacientů s Hraniční poruchou osobnosti. Workshop.
15:30-16:00	PŘESTÁVKA NÁ KÁVU		
16:00-17:30	Moderátor: Ján Praško Frouzová: Snahy o integraci v psychoterapii v posledních letech Praško a Ocisková: Efektivita online KBT u úzkostných a depresivních poruch		
17:30-18:00	Diskuze k psychoterapeutickému dni a zakončení		

Abstrakta a medailonky:

Filip Tylš: Psychedeliky asistovaná psychoterapie v klinické praxi

Psychedeliky asistovaná psychoterapie (PAP) je inovativní léčebný přístup, který kombinuje farmakologické účinky psychedelik, jako je psilocybin, LSD, MDMA, ketamin a další, s psychoterapeutickým procesem. Sdělení obeznámí posluchače s metodikou PAP a zaměří se na jednu z jejích variant, ketaminem asistovanou psychoterapii (KAP). KAP je off-label léčbou již zdaleka nejenom pro onemocnění zahrnující depresivní syndrom. Jako první v ní v České republice působí klinika Psyon, která nedávno dosáhla milníku 1000 provedených léčeb a v současnosti vznikají další pracoviště zaměřená na KAP. Symposium představí metodiku léčby a výsledky této průlomové léčby a nastíní též potenciální mechanismy léčebné změny.

Medailonek:

MUDr. Filip Tylš, PhD



Je odborným garantem a spoluzakladatelem Psychedelické kliniky Psyon (www.psyon.cz). Zde se věnuje jako psychiatr a psychoterapeut především psychedeliky-asistované psychoterapii (PAP). Dále se věnuje výzkumu psychedelik v rámci klinických studií v NÚDZ a výuce na 3. LF UK (asistent kliniky psychiatrie). V roce 2015 spoluzaložil [Českou psychedelickou společnost](#) (CZEPS) a od roku 2017 pomáhá lidem v rámci [PsyCare týmu](#) zvládnout obtížné psychedelické zkušenosti.

Absolvoval 1. LF UK (2012) a navázal dokorandským studiem neurověd na 3. LF UK (2017). Absolvoval výcvik v gestalt psychoterapii (IVGT Praha, 2014 2020), vzdělání v kalifornském výcviku na CIIS “Psychedelic-Assisted Therapies and Research Certificate Program” (2018) výcvik v MDMA-asistované psychoterapii (MAPS USA, 2019).

Iveta Fajnerová: Virtuální realita a její využití v psychoterapii duševních poruch

Iveta Fajnerová, MSc MA, PhD.

Head of the research center

Virtual reality in mental health and Neurosciences National Institute of Mental Health, Czech Republic
Topolová 748, 250 67 Klecany

Email: iveta.fajnerova@nudz.cz

www.nudz.cz

Abstrakt:

Virtuální realita má v péči o duševní zdraví bohaté uplatnění. Vzbuzuje nemalý zájem ze stran výzkumníků i kliniků díky působivým simulacím a hernímu stylu, který může u klientů zvyšovat motivaci k podstoupení mnohdy náročné terapie. Z pohledu psychoterapie je však daleko důležitějším faktorem schopnost virtuální reality vytvářet věrohodné simulace prostředí, podnětů i komplexních situací, které mají potenciál vyvolat emoční reakci u klienta. V rámci přednášky budou představeny a diskutovány hlavní principy a způsoby využití virtuální reality v psychoterapii, spolu s praktickými ukázkami a výsledky dosavadních studií realizovaných na půdě Národního ústavu duševního zdraví. Zaměříme se zejména na využití expozičních a relaxačních technik využívajících virtuální prostředí v terapii úzkostných poruch s důrazem na různorodé fobie, generalizovanou úzkostnou poruchu a obsedantně-kompulzivní poruchu.

Medailonek:

Mgr. et Mgr. Iveta Fajnerová, PhD., psycholožka a neurovědkyně, které působí v Národním ústavu duševního zdraví jako vedoucí pracovnice výzkumného Centra Virtuální reality v duševním zdraví a neurovědách. Zde se dlouhodobě věnuje klinickému využití virtuální reality a vývoji terapeutických nástrojů s využitím této technologie. Má zkušenosti s využitím VR metod zejména u pacientů s úzkostnými poruchami, obsedantně-kompulzivní poruchou ale také u osob s kognitivním deficitem. Věnuje se ale také využití VR ve výuce psychopatologie v rámci Kliniky psychiatrie a lékařské psychologie 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy a NUDZ.

Jan Benda: "Jak všímavost mění vnímání světa: Konstruktivisticko-fenomenologická perspektiva v psychoterapii".

Abstrakt:

Věříte automaticky každé myšlence, která vás napadne? A zkoušeli jste někdy přestat přemýšlet a místo toho si všimat, jaké procesy se právě teď odehrávají ve vašem těle a mysli? Rozvíjení všímavosti (angl. mindfulness) vám může pomoci objevit, že nejen váš analytický rozum, ale i vaše pocity pro vás mají důležitá poselství. Díky všímavosti můžete pozorovat, jak vaše nálady či stavy mysli ovlivňují vaše vnímání a interpretaci skutečnosti. A postupně můžete zjistit, že váš postoj k tomu, co prožíváte, mění samotné prožívání – a že akceptace je v tomto směru prospěšnější než averze nebo vyhýbání se. Získáte tak ovšem zcela nový pohled na sebe sama, svět kolem vás i vaše vztahy.

Na přednášce si ukážeme, že všímavost není jen nějaká módní relaxační technika, ale nově objevená schopnost, jejíž rozvíjení nám umožňuje prohlubovat sebepoznání a zlepšovat naše duševní zdraví i pohodu. Představíme si všímavost jako univerzální, transdiagnostický faktor a klíčový hybatel psychoterapeutické změny. A odhalíme, že to, jak vnímáme a prožíváme svět, je dáno nejen tím, jaký svět objektivně je, ale také tím, jak se ke světu kolem nás stavíme, jak na tento svět reagujeme. Přijďte si poslechnout, jak všímavost mění moderní psychoterapii a jak může změnit také váš pohled na svět.

Medailonek:

PhDr. Jan Benda, Ph.D. je psycholog, psychoterapeut a trenér měkkých dovedností s více než dvacetiletou zkušeností s využíváním všímavosti v psychoterapii i v managementu a leadershipu. Prošel výcvikem satiterapie, Pesso Boyden psychomotorické terapie, terapie zaměřené na emoce a výcvikem pro práci se změněnými stavy vědomí. Nějakou dobu žil i jako buddhistický mnich na Srí Lance. Je autorem knih *Všímavost a soucit se sebou* (Portál, 2019) a *Všímavost a Já* (Portál, 2024).

Jana Fojtíčková, Mgr. Enstrom: Muzikoterapie jako léčba vzájemným naladěním

V příspěvku projdeme následující čtyři různé úrovně prolnutí verbální psychoterapie a hudební zkušenosti dle Kennetha E. Brusci.

- Verbální psychoterapie s použitím hudby (Verbal psychotherapy and music)
- Hudba v psychoterapii (Music in psychotherapy)
- Psychoterapie se zaměřením na hudební zkušenost (Music-centred psychotherapy)
- Hudba jako terapie (Music as psychotherapy)

V každém z těchto přesahů zazní kazuistiky spolu s ukázkou hudby klientů, nejvíce se však budeme věnovat samotné hudbě jako hybateli v terapii a terapeutickém vztahu, přesahu hudební zkušenosti do empatie, vzájemného naladění, bytí v přítomnosti, autenticitě a hudbě jako řeči.

Medailonek

Mgr. et Mgr. Jana Fojtíčková pracuje jako psychoterapeutka, muzikoterapeutka a sociální pracovnice. Pracovala patnáct let jako muzikoterapeutka u lidí se zkušeností s duševním onemocněním, z toho 5 let v Psychiatrické nemocnici v Dobřanech a 5 let ve Fakultní nemocnici v Plzni. Věnuje se muzikoterapii zaměřené na zdroje vycházející z principu zotavení a daseinsanalytické psychoterapii. Pořádá kurzy muzikoterapie zaměřené na zdroje. V současnosti vede muzikoterapeutický sebezkušenostní výcvik při magisterském studiu muzikoterapie na Pedagogické fakultě University Palackého v Olomouci na Ústavu speciálně pedagogických studií. Má profesní členství v CZMTA (Česká muzikoterapeutická asociace) a je členkou rady CZMTA a členkou ČAP.

Praško, Ján: Přepis transgeneračního traumatu u pacientů s hraniční poruchou osobnosti: Využití imaginace a práce se židlemi ve schématerapii

Rescripting Transgenerational Trauma in Patients with Borderline Personality Disorder

¹⁻⁴ Ján Prasko, ^{1,2} Marie Ocisková, ^{1,2} Jan Pasztor, ¹ Zdeněk Maté

¹ Centrum duševní rehabilitace, Jessenia, Rehabilitační nemocnice Beroun

² Univerzita Palackého v Olomouci, Lékařská fakulta a Fakultní nemocnice Olomouc, Klinika psychiatrie

Transgenerační přenos traumatu označuje proces, při němž se psychické následky traumatických událostí přenášejí mezi generacemi. Tento fenomén je často pozorován u pacientů s hraniční poruchou osobnosti (HPO), kteří se potýkají s výraznými problémy v emoční regulaci, interpersonálních vztazích a sebedůvěře. Trauma, které se odehrálo v předchozích generacích, se může přenášet prostřednictvím narušených vztahových vzorců, rodičovských postojů či emoční nestability v rodině.

Schéma terapie nabízí účinné nástroje pro zpracování transgeneračně přeneseného traumatu, především prostřednictvím přepisu v imaginaci (imagery rescripting) a práce se židlemi (chairwork).

Tyto metody umožňují pacientům emočně přepracovat traumatické zážitky předků, přerušit maladaptivní schémata a podpořit vznik zdravějších vztahových a emočních vzorců.

Cílem přednášky je představit využití imaginace a práce se židlemi při zpracování transgeneračního traumatu u pacientů s HPO. Přepis v imaginaci umožňuje pacientovi vstoupit do vizualizované scény spojené s traumatem předků, kde má možnost převzít aktivní roli – například jako podpůrná postava poskytující bezpečí a pochopení traumatizovanému předkovi. Tento proces pacientům pomáhá zpracovat hluboce zakořeněné pocity viny, studu či hněvu, které často nejsou spojeny s jejich vlastními životními zkušenostmi, ale jsou důsledkem přenesených rodinných vzorců.

Práce se židlemi umožňuje pacientům symbolicky zaujmout roli traumatu zasaženého předka a prostřednictvím dialogu s jinými částmi self (např. zraněné dítě, kritik, zdravý dospělý) získat nové porozumění a emoční úlevu. Tímto způsobem se podporuje integrace nového pohledu na rodinné dědictví, čímž se snižuje emoční zátěž a posiluje zdravější identita.

Empirické poznatky a klinická praxe ukazují, že kombinace přepisu v imaginaci a práce se židlemi může vést ke snížení intenzity hraničních symptomů, zlepšení emoční regulace a přerušení maladaptivních rodinných vzorců.

Klíčová slova: transgenerační přenos traumatu, hraniční porucha osobnosti, přepis v imaginaci, práce se židlemi, emoční regulace, schéma terapie, trauma předků

Praško, Ján: Efektivnost online KBT v léčbě úzkostných a depresivních poruch **1-3 Ján Praško, 1-3 Marie Ocisková, 3 Kryštof Kantor, 1-3 Jan Pásztor**

¹Centrum duševní rehabilitace, Jessenia, Rehabilitační nemocnice Beroun

²Univerzita Palackého v Olomouci, Lékařská fakulta a Fakultní nemocnice Olomouc, Klinika psychiatrie

³Mindwalk, s.r.o. Praha

Online psychoterapeutické a psychoedukační programy se stávají nedílnou součástí moderní péče o duševní zdraví díky své snadné dostupnosti a prokázané účinnosti. Za posledních 30 let řada studií a meta-analýz potvrdila efektivitu internetové kognitivně-behaviorální terapie (iKBT) při léčbě úzkostných a depresivních poruch. V České republice je platforma Mindwell implementována jako internetový KBT program zaměřený na zmírnění příznaků generalizované úzkosti (GAD) a deprese prostřednictvím strukturovaných psychoedukačních modulů a interaktivních cvičení.

Cílem přednášky je představit efektivitu online KBT programu Mindwell u dvou skupin pacientů – s příznaky generalizované úzkosti (GAD) a deprese – a reflektovat širší dopad internetové terapie na dostupnost péče o duševní zdraví.

Do programu Mindwell vstoupilo mezi 1. lednem a 30. květnem 2024 celkem **209 pacientů** s úzkostnými příznaky a **117 pacientů** s depresivní symptomatologií na základě doporučení psychiatrů. Účastníci hodnotili své příznaky prostřednictvím škál **GAD-7** a **PHQ-9** před zahájením terapie a následně každý týden v průběhu léčby. Program obsahuje **11–12 modulů** zaměřených na redukci příznaků a prevenci relapsu.

Účinnost programu byla potvrzena u obou skupin. U pacientů s GAD bylo zaznamenáno statisticky významné snížení úzkostných příznaků (**GAD-7**, $t = 9,470$; $df = 117$; $p < 0,001$) a depresivních příznaků (**PHQ-9**, $t = 9,671$; $df = 117$; $p < 0,001$), s efektovou velikostí **$d = 0,89$** . U pacientů s depresí bylo

dosaženo výrazného snížení příznaků deprese (**PHQ-9**, $t = 5,816$; $df = 63$; $p < 0,001$) i úzkosti (**GAD-7**, $t = 5,273$; $df = 63$; $p < 0,001$), s efektovou velikostí **d = 1,39**.

Mindwell je efektivní a dostupná alternativa k tradiční KBT pro pacienty s mírnými až středně závažnými příznaky úzkosti a deprese. Program přispívá k překonání bariér v přístupu k péči o duševní zdraví a jeho účinnost je srovnatelná s individuální terapií tváří v tvář. Budoucí výzvou zůstává širší integrace do zdravotnických systémů a využití umělé inteligence k personalizaci terapeutických plánů.

Klíčová slova: online psychoterapie, kognitivně-behaviorální terapie, Mindwell, digitální intervence, úzkost, deprese, dostupnost péče, globální výzvy v oblasti duševního zdraví

Praško, Ján: Mentalizace a schéma terapeutický nácvik komunikace u pacientů s hraniční poruchou osobnosti. Workshop.

Ján Praško, ^{1,2} Jan Pásztor, ^{1,2} Zdeněk Maté, ¹⁻³ Marie Ocisková,

¹ Jessenia, a.s. - Rehabilitační nemocnice Beroun, AKESO holding, Beroun

² Klinika psychiatrie, Lékařská fakulta, Univerzita Palackého v Olomouci

³ Mindwalk, s.r.o., Praha

⁴ Katedra psychologických věd, Fakulta sociálních věd a zdravotnictva, Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Slovenská republika

⁵ Katedra psychoterapie, IPVZ Praha

Komunikace není jen o slovech – je o porozumění sobě i druhým. U pacientů s hraniční poruchou osobnosti (HPO) však bývá narušená schopnost mentalizace, emoční regulace a vyjadřování potřeb, což může vést ke konfliktům, nedorozuměním a intenzivním emočním reakcím.

Tento interaktivní workshop představí způsob, jak nácvik komunikace probíhá v rámci skupinové schéma terapie a nabídne účastníkům praktické strategie pro efektivní práci s pacienty s HPO. Zaměříme se na klíčové aspekty komunikace v terapii i v běžném životě pacientů, které ovlivňují jejich vztahy s druhými.

V terapii se často setkáváme se dvěma extrémními strategiemi v komunikaci – agresivní prosazování vlastních potřeb bez ohledu na druhé, nebo naopak úplné podřízení se a přizpůsobení, aby si pacient zachoval vztah. Tyto vzorce vycházejí z raných maladaptivních schémat a jejich pochopení je klíčové pro změnu.

- **V rámci workshopu se zaměříme na:**
- **Jak u pacientů s HPO rozpoznat maladaptivní komunikační vzorce a jejich kořeny v raných schématech**
- **Nácvik mentalizace – porozumění emocím, myšlenkám a potřebám druhé strany v komunikaci**
- **Praktické strategie pro zvládání emoční reaktivity a podporu zdravější komunikace**
- **Využití modalit v nácviku komunikace – práce se Zranitelným dítětem, Rozzlobeným dítětem i Trestajícím kritikem.**
- **Jak podpořit vývoj Zdravého dospělého jako prostředníka v konfliktních interakcích**

Účastníci si osvojí praktické techniky nácviku komunikace používané v individuální i skupinové schéma terapii u pacientů s HPO. Budeme pracovat s modelovými situacemi, interaktivními cvičeními a konkrétními kazuistikami, abychom ukázali, jak efektivně učit pacienty komunikovat jasně, empaticky a s respektem ke svým i druhým potřebám.

5 Ján Praško, 1,2 Jan Pásztor, 1,2 Zdeněk Maté, 1-3 Marie Ocisková: Mentalizace a schéma terapeutický nácvik komunikace u pacientů s hraniční poruchou osobnosti Workshop

¹ Jessenia, a.s. - Rehabilitační nemocnice Beroun, AKESO holding, Beroun

² Klinika psychiatrie, Lékařská fakulta, Univerzita Palackého v Olomouci

³ Mindwalk, s.r.o., Praha

⁴ Katedra psychologických věd, Fakulta sociálních věd a zdravotnictví, Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Slovenská republika

⁵ Katedra psychoterapie, IPVZ Praha

Komunikace není jen o slovech – je o porozumění sobě i druhým. U pacientů s hraniční poruchou osobnosti (HPO) však bývá narušená schopnost mentalizace, emoční regulace a vyjadřování potřeb, což může vést ke konfliktům, nedorozuměním a intenzivním emočním reakcím.

Tento interaktivní workshop představí způsob, jak nácvik komunikace probíhá v rámci skupinové schéma terapie a nabídne účastníkům praktické strategie pro efektivní práci s pacienty s HPO. Zaměříme se na klíčové aspekty komunikace v terapii i v běžném životě pacientů, které ovlivňují jejich vztahy s druhými.

V terapii se často setkáváme se dvěma extrémními strategiemi v komunikaci – agresivní prosazování vlastních potřeb bez ohledu na druhé, nebo naopak úplné podřízení se a přizpůsobení, aby si pacient zachoval vztah. Tyto vzorce vycházejí z raných maladaptivních schémat a jejich pochopení je klíčové pro změnu.

- **V rámci workshopu se zaměříme na:**
- **Jak u pacientů s HPO rozpoznat maladaptivní komunikační vzorce a jejich kořeny v raných schématech**
- **Nácvik mentalizace – porozumění emocím, myšlenkám a potřebám druhé strany v komunikaci**
- **Praktické strategie pro zvládání emoční reaktivity a podporu zdravější komunikace**
- **Využití modalit v nácviku komunikace – práce se Zranitelným dítětem, Rozzlobeným dítětem i Trestajícím kritikem.**
- **Jak podpořit vývoj Zdravého dospělého jako prostředníka v konfliktních interakcích**

Účastníci si osvojí praktické techniky nácviku komunikace používané v individuální i skupinové schéma terapii u pacientů s HPO. Budeme pracovat s modelovými situacemi, interaktivními cvičeními a konkrétními kazuistikami, abychom ukázali, jak efektivně učit pacienty komunikovat jasně, empaticky a s respektem ke svým i druhým potřebám.

Medailonek:



Profesor Ján Praško je přední český psychiatr a psychoterapeut, který zasvětil svůj profesní život pomoci lidem s psychickými obtížemi.

Psychiatrie ho přitahovala už od mládí – fascinovala ho lidská mysl a její komplexita. Po

promoci na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v roce 1982 začal pracovat na psychiatrickém oddělení v Ostrově, kde získal první klinické zkušenosti. Od roku 1987 působil ve Výzkumném ústavu psychiatrickém v Praze, kde se zaměřil na výzkum afektivních a úzkostných poruch, obsedantně-kompulzivní poruchy a poruch osobnosti.

Od roku 2008 do roku 2018 vedl Psychiatrickou kliniku Lékařské fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, kde nejen zlepšil kvalitu klinické péče, ale také rozvíjel vědeckou činnost a podporoval vzdělávání budoucích psychiatrů a psychologů. Ján Praško je jedním z průkopníků kognitivně-behaviorální terapie (KBT) v České republice. Od roku 1990 vede psychoterapeutické výcviky a od roku 1994 působí jako supervizor. Jeho odborný přínos sahá za hranice České republiky – vede výcviky v KBT na Slovensku, v Litvě, Lotyšsku a Polsku a je garantem a lektorem výcviků v supervizi. Jeho odborná vědecká práce zahrnuje více než 80 monografií a 406 anglických publikací na Web of Science, Celkový počet citací v zahraniční odborné literatuře je 3703, H-index 31.



V posledních letech se také podílí na tvorbě digitálních psychoedukačních programů Mindwell, které zpřístupňují KBT intervence široké veřejnosti. V roce 2022 začal spolupracovat s Centrem duševní rehabilitace v Berouně, kde se s týmem kolegů snaží vytvořit inovativní prostor pro komplexní psychiatrickou péči.

Rád lyžuje, jezdí na plachetnici a věnuje se turistice.

Profesor Praško je nejen respektovaným odborníkem, ale také laskavým člověkem, který se v každém pacientovi vidí jedinečnou osobnost. Věřící, že i malé kroky mohou vést k velkým změnám v životě. Jeho hluboký závazek k pomoci lidem a zlepšování kvality života ho řadí mezi nejvýznamnější osobnosti české psychiatrie a psychoterapie.



Magdalena Frouzová: Snahy o integraci v psychoterapii v posledních letech.

Abstrakt:

Různost pohledů na psychiku jedince a její možné opravy pomocí psychoterapie se čím dál více ocitá ve vzájemném dialogu spíše než ve vzájemném soupeření o vlastní psychoterapeutický směr. Autorka ukazuje stručně různé koncepce s jejich prioritami týkající se vhodných přístupů s ohledem na problém či intenzitu programu a s ohledem na psychoterapeutovu převládající praxi.

V druhé části referuje o některých aktivitách, které z tohoto hnutí v současné době výrazně vystupují a podílejí se na vytváření základní orientace při výcviku v integrativní psychoterapii.

Medailonek:



PhDr. Magdalena Frouzová

Klinický psycholog, manželský a předmanželský poradce, psychoterapeut, adiktolog, supervizor-mentor, garant výcvikových komunit 1-18 ve Skálově institutu. Přednáší na katedře psychologie FFUK "Integrativní psychoterapii" a v IPVZ.

Členka výboru Psychoterapeutické společnosti České lékařské společnosti JEP a komise pro schvalování psychoterapeutických výcviků, členka AKP a ČAP, členka sborovny Českého institutu pro supervizi, členka SEPI (Society for exploration of psychotherapy integration).

Marie Pečená: Hypnotické výlety s deskou na hlavě

Příběh 22 leté ženy, VŠ studentky, která v protrahované rozvodové situaci rodičů cítila stále větší zátěž a bezmoc. Přišla před půl rokem vyčerpaná, skleslá a zmatená se zvláštními poruchami vidění a dalšími psychosomatickými projevy. Přála si zbavit se těchto potíží a najít východisko z této „zakleté“ situace.

Chtěla být k oběma rodičům spravedlivá a objektivní, což se pro jejich výrazný antagonismus nedařilo zvládnout. Nedokázala rozumět postupům otce, které pro ni byly nepochopitelné, tvrdé a zcela paralyzující jakékoliv vyjednávání. Dosud empatická matka byla stále více hysterická a zachraňovala jí tak, že jí vtahovala do svého boje s jejím otcem. Nemohla ani k ní ani k otci. Zcela jí to zatarasilo uprostřed.

Psychická zátěž: úzkosti, deprese, poruchy spánku a soustředění, neklid.

Fyzická zátěž: nejvýraznější byly bolesti hlavy, poruchy vidění (mlžilo se jí okolí při pohledu dopředu a hůře viděla i do stran – oční vyšetření v pořádku) a narůstala poměrně strmě tělesná hmotnost.

Sociální zátěž: osobní izolace, nedokázala se napojit na **ostatní** studenty, připadala si společensky nemotorná a prožívala stud za své tělo a svou neschopnost tomu všemu čelit. Hovořila o tom,

JAKO BY JI NĚCO ZE SHORA TLAČILO K ZEMI. Souvislost bio-psycho-sociální je skoro viditelná.

Chci ukázat, jak postupné kroky – výlety v hypnoterapii s metaforou zátěže „desky na hlavě“, postupně ženu odlehčovaly. Umožnily jí nezávislý, bezbolestný pohyb mentální i fyzický. Tlak na hlavu z výšky autorit rodičů slábl a ona si dovolila vykročit do svobodného prostoru.

Klíčová slova:

Zakletí, tlak, deska na hlavě, svoboda

Marie Pečená: Psychosomatická léčba sterility

Cílem workshopu je:

1. Seznámení s prací v psychosomatické laboratoři
2. Metody a pravidla, které se dají při práci s psychosomatickým pacientem uplatnit
3. Multidisciplinární přístup, jak pracovat s dilematy – cvičení
4. Ukázky skupinové relaxace a hypnózy zaměřené na podporu početí a přirozený porod.

Psychosomatická laboratoř, která vznikla v r. 1989 v ÚPMD v Praze 4, byla nevyčerpatelným zdrojem zkušeností, metod, přístupů a hledání cest pro řešení problémů našich patientek. Byly k nám posílány ženy zejména s nejednoznačnou diagnózou, neobvyklým průběhem standardních nemocí, obtížně emočně reagující a prožívající. Také ženy s kombinovanými somatickými nemocemi, které blokovaly nebo znesnadňovaly reprodukční funkci, psychiatrickými onemocněními a onkologickou problematikou. Náročné rizikové situace v těhotenství, při porodu a po porodu.

Velkým úkolem byla i preventivně osvětová činnost, zavádění otců u porodu, propracovaná sexuální výchova a vzdělávání na mnoha úrovních. Veřejnost, studenti, zdravotníci, pedagogové a týmy.

Nedílnou součástí práce laboratoře byla i výzkumná činnost.

Metody klasické medicíny a psychosomaticky zaměřeného odborníka se mohou významně lišit. Jak si s touto odlišností poradit ve prospěch patientek si zaslouží průběžnou ochotu k hledání společného cíle a respekt k odlišnosti přístupů. Jak vytvořit toto společné pole, jak budovat důvěru. Co se osvědčilo a jaké metody se ukázaly jako užitečné. Psychosomatický dotazník, který pomůže zmapovat důležité momenty, které se mohou podílet na idiopatické sterilitě.

Nabídneme několik fází prožívání bezdětnosti. Budeme pracovat ve skupinách a každá rozpracuje jednu fázi. Zajímavý bude rozdílný přístup odborníků a hledání užitečných pravidel při zachování individuality pacientky, či pac. páru, nespolupracující pacient, úzkostný pacient, depresivní pacient i agresivní pacient a další možnosti dle přání auditoria.

Jako sjednocující prvek chci na závěr nabídnout ukázkou skupinové relaxace a hypnózy na podporu početí.

Proč se hypnóza osvědčila jako ústřední metoda v psychosomatice oboru gynekologicko-porodnickém a co jsou její přednosti.

Přínosem workshopu je informace, sebezkušenost a emoční prožitek.

Medailonek:

PhDr. Marie Pečená

Klinická psycholožka, psychoterapeutka, supervizorka, lektorka a koučka



Vzdělání FF UK Praha jednooborová psychologie, atestace z klinické psychologie a funkční specializace z psychoterapie. Již 40 let praxe ve zdravotnictví, kde pracuji především jako individuální a skupinová psychoterapeutka pro dospělé.

Absolvovala jsem tyto výcviky: SUR sebezkušenostní psychodynamický výcvik 89 – 93, Systematický psychoterapeutický výcvik v Gestalt IGAP (Multi-Di-Mens a Norsk Gestalt institut) 93 – 97, Hypnóza a relaxační techniky (III stupně) 1985 – 1995, Integrovaný supervizní výcvik MŠTCH, Psychosomatická problematika - spoluzakladatelka

psychosomatické laboratoře.

Specializuji se na psychosomatiku, zejména na gynekologicko, porodnickou a sexuální tematiku. Emoční zranitelnost v této oblasti mě zavedla do hlubinných partnerských a rodinných problémů, kde uplatňuji kombinaci všech osvojených dovedností. Jsem také lektorka a supervizorka různých výcvikových institutů. SUR, Hypnóza a relaxační techniky, Gestalt rozvojové skupiny. Dlouhá léta jsem lektorkou ve vzdělávání organizací a firem. Jsem i v pozici koučky a výcvikové lektorky v Cílevědomém koučinku. Celou svou psychoterapeutickou praxi dělám osvětovou a supervizní činností.

Mé koníčky jsou toulky přírodou, mám ráda stromy lidi a zvířata, zejména psy. Baví mě zajímavé projekty, kde výsledkem je konkrétní pomoc.

Šárka Bezvodová: Hypnóza a Simontonova metoda pro onkologické pacienty

Soukromá psychologická ordinace, Praha 2

V léčbě rakoviny jsou používány tři základní lékařské metody; chirurgická, chemoterapie a radioterapie. Výzkumy potvrzují důležitost psychického stavu nejen na zvládání průvodních jevů v terapii nemoci, ale hlavně na prevenci recidivy. Obava z návratu nemoci se často stává významným stresorem po vyléčení, a tak může k nežádoucímu procesu přispět.

Předložená kazuistika demonstrovuje hypnoterapii u pacientky, která započala léčbu v době, kdy došlo k návratu nádorového onemocnění. Vyhledala terapii s jasnou zakázkou. "Vrátila

se mi rakovina a já to chci pochopit a udělat potřebnou změnu. Jsem dost silná." Její odhodlání a kreativita utvářely styl psychoterapie. Podnětem se stala Simontonova metoda, kterou v roce 1973 schválila Komora amerických chirurgů jako účinnou při léčbě rakoviny. Nabízí autosugestivní a sebeřídící postupy, které jsou věnovány jednotlivým fázím onemocnění; od přijetí diagnózy, přes proces léčení až k prevenci návratu nemoci. Hypnóza byla zpočátku zaměřena zejména na nechutenství, později pak na regeneraci buněk a obranyschopnost. Nedílnou součástí se staly sugesce zacílené na kvalitu života. Sezení významně doplňovaly autosugestivní postupy, které pacientka kreativně vytvářela a hlavně denně praktikovala. Jelikož u pacientky probíhá paliativní léčba metastáz, které jsou neoperabilní, je její pozitivní přístup k životu a aktivita velkou inspirací nejen pro onkologické pacienty, ale i pro jiné závažně nemocné.

Klíčová slova:

onkologie, hypnóza, autosugesce

Medailonek:

Mgr. et Mgr. Šárka Bezvodová je klinická psycholožka, psychoterapeutka, hypnoterapeutka a lektorka postgraduálního psychoterapeutického vzdělávání. Pracovala na státních a soukromých klinikách, posledních 17 let provozuje privátní ordinaci klinické psychologie v Praze.

Je autorkou řady workshopů a odborných kurzů z oblasti hypnózy, autohypnózy, práce se sny, zvládání stresu, skupinové psychoterapie. Její aktivity ve výboru Sekce pro hypnózu Psychiatrické společnosti ČLS JEP jsou zacíleny na to, aby se hypnóza stala v ČR respektovanou psychoterapeutickou metodou.

Jako spoluzakladatelka Hypnosekce CR z. s. bude s kolegy-hypnoterapeuty otevírat na jaře roku 2026 pětiletý sebezkušenostní psychoterapeutický výcvik v hypnoticko-imaginativním směru. V publikaci „Hypnoterapie v kazuistikách“ přibližuje hypnoterapii jak odborníkům z pomáhajících profesí, tak i běžné publikaci.

Zdeněk Maté: Integrace muzikoterapie do schéma terapie u hraniční poruchy osobnosti: teoretická východiska a klinická zkušenost

^{1,2} Zdeněk Maté, ¹ Jan Pásztor, ² Draga Čermáková, ¹ Marina Jermařová, ¹⁻⁴ Ján Praško

¹ Centrum duševní rehabilitace, Jessenia, Rehabilitační nemocnice Beroun

² Univerzita Palackého v Olomouci, Lékařská fakulta a Fakultní nemocnice Olomouc, Klinika psychiatrie

³ Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Fakulta sociálních věd a zdravotnictva, Katedra psychologických věd, Slovensko

⁴ Katedra psychoterapie, IPVZ Praha

Abstrakt:

Přednáška se zaměří na možnosti integrace muzikoterapie do schéma terapie u pacientů s hraniční poruchou osobnosti (BPD) v individuálním i skupinovém kontextu. Muzikoterapie jako prožitková modalita přináší specifické nástroje pro práci s módy, zejména v oblastech zvládání vnitřního Kritika, ošetření Zranitelného dítěte a rozvoje Laskavého rodiče. V rámci přednášky budou prezentovány teoretické východisky propojení obou terapeutických přístupů a konkrétní klinické zkušenosti z praxe. Na základě kazuistik a reflexí pacientů budou diskutovány přínosy této integrace, včetně hlubšího

emočního prožívání, usnadnění přístupu k nevědomým schémátům a posílení terapeutického vztahu. Zároveň se zaměříme na možné výzvy, limity a doporučení pro další výzkum a terapeutickou praxi.

Klíčová slova: Muzikoterapie, schéma terapie, hraniční porucha osobnosti, terapeutický vztah, prožitková práce, Laskavý rodič, Zranitelné dítě, Kritický rodič

Svetlana Žuchová: Mindfulness a mentalizace v psychoterapiích poruch osobnosti

ambulance Národního ústavu duševního zdraví

Abstrakt:

Vzhledem k nárůstu symptomů disharmonického vývoje osobnosti a osobnostních poruch představuje hledání účinných terapeutických strategií aktuální výzvu. Psychoterapie je zde o to důležitější, že tyto symptomy jsou farmakologicky ovlivnitelné minimálně. Mezi terapeutické směry s nejlepšími výsledky patří jednak dialektická behaviorální terapie (DBT), jednak terapie založená na mentalizaci a psychoterapie zaměřená na přenos. Každá z nich sice vychází z jiných teoretických modelů, ale při bližším pohledu vidíme, že některé prvky sdílí. Ve svém příspěvku bych ráda porovнала mindfulness jako zásadní stavební kámen DBT a mentalizaci, která tvoří základ na mentalizaci založené psychoterapie.

Medailonek:

Psychiatrička a psychoterapeutka, absolventka výcviku v gestalt psychoterapii. Pracuje jako vedoucí všeobecné psychiatrické ambulance v NÚDZ.

Hana Pašteková Rupertová: Práce s drogově závislými: bludný kruh v KBT barvcích

Můj příspěvek je o tom, Jak pomáhám závislým vnímat, přijímat a regulovat emoce negativní, naslouchat tělu, pracovat s myšlenkami a to tak, aby nepřijali léčbu jen formálně a pracovali na změnách v životě s přesvědčením.

Drogově závislí mají za sebou zážitky překračujících běžnou životní zkušenost (což mnohdy bylo motivací k užití) – zpočátku barvitých a pestrých na konci negativních: pády, krachy, život na ulici nebo vězení.

Ale touha po zážitcích zůstává – proto je třeba režimovou léčbu v rámci nemocnice obohatit různorodé aktivity, o což se snaží celý tým oddělení pro léčbu závislostí Mandala v PNKM.

Vycházím z vlastní zkušenosti při práci se závislými: rozšíření technik KBT při práci s bludným kruhem – tak, aby z něj dokázali vyjít i nejen změnou myšlení a chování, ale i pomocí expresivních technik, práce s tělem, uvědoměním si vlastní identity a zvýšením sebehodnoty.

Medailonek:

PaedDr. Mgr. Hana Pašteková Rupertová, klinický psycholog, (vystudovala jsem psychologii, sociologii, pedagogiku).

Psychiatrická nemocnice Kroměříž, za tým oddělení Mandala (Otevřené koedukované (muži i ženy) oddělení s principy terapeutické komunity určené pro léčbu závislosti na nealkoholových drogách, případně nealkoholové drogy v kombinaci s alkoholem.)

Po dlouhodobějším pobytu v zahraničí pracuji 16 let v psychiatrické nemocnici Kroměříž – aktuálně na akutním oddělení pro ženy, pracovala jsem i se závislými pacienty (gambling, alkohol), vedu skupiny i na oddělení pro závislé na nelegálních drogách Mandala. Ambulantně se věnuji dětským pacientům.

Kromě KBT ráda využívám i hypnózu, imaginace a výtvarné techniky, vedu workshopy zaměřené na práci se stresem a syndromem vyhoření.