

Martina Kosová a kol. *Logoterapie. Existenciální analýza jako hledání cest.*

Praha: Grada, 2014. 208 stran.

Recenzovaná kniha Martiny Kosové poutavým způsobem zve do světa logoterapie a existenciální analýzy. Publikace se na první pohled může jevit jako text učebnicového charakteru, avšak svým čtenářům nabízí mnohem více než jen orientaci v základních tématech logoterapie. Kniha je především zdrojem inspirace. A to nejenom pro práci s klienty, ale také pro život každého z nás.

Jednotlivé oddíly a kapitoly rozdělují publikaci na dvě hlavní části – část teoretickou a praktickou. Ačkoli kniha obsahuje příspěvky několika autorů, jako celek působí jednotně. Kapitoly, které mají být zaměřeny prvotně na teorii, jsou bohatě doplněny poznámkami z praxe, které vykládanou problematiku vysvětlují na konkrétních případech. Tyto poznámky, které prostupují celou publikací, propojují a stmelují celý text. Sama autorka v úvodu vyslovuje názor, že „*Teorie a praxe jsou dvě strany téže mince.*“ (str. 11). Možná i proto o striktním dělení na teorii a praxi nemůže být v souvislosti s touto publikací řeč. Obojí se zde prolíná a tvoří jeden celek. Jistě i díky tomu kniha nabývá na zajímavosti, čtenář má chuť číst dál a dovědět se víc.

Začátek knihy je věnován poměrně obsáhlému výkladu filozofie konečnosti. Tato kapitola nás vrací ke kořenům filozofické tradice hledání odpovědi na otázku po smyslu života. Připomenuty jsou nejenom filozofické zdroje, ze kterých vycházel V. E. Frankl jakožto zakladatel logoterapie, ale také prameny, ze kterých sama logoterapie sice nevychází, ale které se nějakým způsobem rovněž otázkami smyslu, konečnosti a existence zabývaly. Díky tomuto výkladu má čtenář možnost lépe se zorientovat v tom, jaké místo zastává logoterapie v existenciálním způsobu myšlení. Připomenuty jsou práce takových autorů, jako je na příklad Nietzsche, Heidegger, Sartre a další. Čtenáři tak na mysl vyvstane, kolik různých významů vlastně „smysl“ může mít. „(...) když se ptáme na smysl života, stojí před námi úkol, zodpovědět celý soubor otázek.“ (str. 19). A právě těmito otázkami nás kniha postupně provází.

Jako velmi přínosnou hodnotím následující kapitolu Vladimíra Smékala, který se hned několikrát osobně potkal s Franklem. Smékal zde líčí tato setkání a doplňuje je o části osobitých dialogů. Díky tomuto vyprávění máme možnost nahlédnout na V. E. Frankla nejenom jako na zakladatele logoterapie, ale především jako na jedinečného člověka. I tato kapitola čtenáři pomáhá porozumět kořenům logoterapeutického myšlení.

V dalších oddílech se autorka věnuje zejména otázkám spojeným s tím, co je to vlastně smysl v životě člověka, co smysl do života přináší a co mu naopak brání. Představeny jsou základní koncepty logoterapeutického přístupu, jako na příklad hodnoty, svědomí, sebedistance, sebetranscendence aj. V části zvané *Techniky logoterapie* se v krátkosti seznamujeme s tím, jak lze pomocí paradoxní intence, dereflexe či změnou postoje objevit vlastní zdroj síly potřebný k překonání krize. Citována je zde zejména Franklova žačka Elizabeth Lucasová, u které sama autorka získala vzdělání v logoterapii. Čtenář se tak tímto prostřednictvím může s dílem Lucasové blíže seznámit. Vzhledem k rozsahu knihy jsou tyto pasáže sice vyloženy jen v krátkosti, ale i přes to jsou cenným odkazem k dalšímu studiu pro ty, koho daná problematika zajímá.

Následují kapitoly věnované životnímu příběhu z pohledu logoterapie a existenciální analýzy. Autorka zde postupně prochází jednotlivá stádia lidského života a představuje možné otázky, se kterými se v daných údobích mohou potýkat nejenom klienti, ale i naši blízcí, přátelé a v neposlední řadě také my sami. Kapitoly citlivě poukazují na důležité životní etapy a obtíže s nimi spojené. Tuto část knihy vnímám jako velký vklad, avšak je pro mě trochu matoucí její zařazení mezi techniky logoterapie. Spíše než o techniky se možná jedná o zdůraznění určitých bodů v životě člověka, které by neměly být opomenuty. Autorka velmi citlivě poukazuje na to, co se v různém věku může jevit jako nejdůležitější a jaké téma se tedy může objevit při práci s klientem. Tato část by si dle mého zasloužila samostatný oddíl, avšak k lítosti čtenáře se jedná pouze o kratší kapitoly, které spíše než vyčerpávající informace předkládají inspiraci k zamyšlení.

Oddíl knihy s názvem *Utrpení, vina a smrt – součást každého života* je naplněn nejtěžšími otázkami a příběhy, se kterými se v psychotherapeutické praxi, ale i v životě jako takovém, můžeme setkat. Co stránka, to podnět k zamyšlení. Nejednou má čtenář potřebu knihu odložit a otázky si sám pro sebe zodpovědět. Utrpení, vina a smrt podle logoterapie představují tragickou triádu přítomnou v životě každého člověka. Lidská schopnost přetvořit tyto negativní zážitky tak, aby i přes to život stál za to žít a vést ho k naplňování smysluplných hodnot, to je ústředním tématem této části knihy. „*Logoterapie objevuje přínos utrpení pro člověka.*“ (str. 89). V jaké podobě může takový přínos do života přicházet, se dozvídáme díky citlivě zpracovaným příběhům, které jsou nedílnou součástí i této části knihy.

Druhá polovina knihy nesoucí název *Logoterapie v praxi* představuje ještě větší orientaci na praktickou rovinu terapeutické práce s klientem. Jednotlivé kapitoly se věnují práci s úzkostí či problematice těžké nemoci v rodině. Největší prostor je věnován části *Etická výchova jako porozumění vlastní existenci*. Popsán je zde projekt etické výchovy, jenž vznikl v osmdesátých letech minulého století a který má sloužit jako výchozí rámec vedoucí k ovlivňování prosociálního chování dítěte ze strany učitele či rodiče. Tento projekt se stal povinnou součástí Rámcového výchovně vzdělávacího plánu pro základní školy a jeho cílem je orientace žáků v mravních hodnotách a vytváření hodnotového systému dětí. Kapitola postupně představuje jednotlivá témata, která se k tomuto programu váží a předkládá i praktické ukázky. Vzhledem k zaměření okolních kapitol (úzkost, těžká nemoc v rodině), se čtenáři může zařazení kapitoly o etické výchově jevit jako jisté tematické vybočení. Ačkoli téma do praktického využití logoterapeutického přístupu zcela jistě patří, zasadila bych tuto kapitolu na jiné místo. Oproti ostatním kapitolám je tato i o dost rozsáhlejší (kapitola o etické výchově zabírá 15 stran textu, naproti tomu na příklad část věnovaná celému vývoji z pohledu logoterapie, je rozvržena na pouhých 7 stran), což rovněž může u čtenáře vzbuzovat otázky, proč je právě tomuto tématu věnováno tolik pozornosti. Na druhou stranu je nutno podotknout, že kapitolu jistě ocení pedagogové i rodiče.

Závěrečnou část publikace autorka věnuje tématu supervize, přehledu diagnostických nástrojů logoterapie a výsledkům z oblasti výzkumu. Dále je předložen přehled vzdělávacích možností v logoterapii a existenciální analýze v České republice, na Slovensku i ve světě. Tyto informace vřele přivítají všichni zájemci o další vzdělávání. Kapitola shrnující diagnostické metody je potom cenným přehledem, ke kterému se budou opakovaně vracet nejenom studenti, ale také velká část těch, kteří se již věnují přímé práci s klienty a hledají vhodné metody, které doplní jejich terapeutickou práci. Metody jsou prezentovány přehledně a zmíněny jsou vždy výhody i nevýhody postupů. Myslím, že čtenáře šíře diagnostických metod překvapí a takto vypracovaný přehled je rovněž skvělým přínosem publikace.

I přes drobné výhrady k členění textu, které jsem zmínila výše, publikaci Martiny Kosové a kolektivu autorů vřele doporučuji. Jedná se o podnětnou, inspirující a obohacující četbu, kterou ocení všichni, pro něž je důležitý duchovní rozměr života.

PhDr. Daniela Haubertová
Katedra psychologie, FF UK
Kontakt: danielahaubertova@seznam.cz

Haubertová, D. (2014). Logoterapie. Existenciální analýza jako hledání cest [recenze]. *E-psychologie* [online], 8, 4, 38-40 [cit. vložít datum citování]. Dostupný z WWW: <<http://e-psycholog.eu/pdf/haubertova-rec.pdf>>. ISSN 1802-8853.