

Posudek na diplomovou práci

Autorka: Bc. Karolína Čermáková

Název práce: Terapie přijetí a odhodlání z terapeutické perspektivy

Diplomová práce studentky K. Čermákové se zaměřuje na nově se rozvíjející psychoterapeutický směr s názvem Terapie přijetí a odhodlání (ACT), který patří do čtvrté vlny KBT směrů. Cílem práce bylo zmapovat využití ACTu v praxi a změřit se na náhled na využití tohoto směru od samotných terapeutů a jejich vlastní zkušenosti. Cílem bylo zmapovat limity a přínosy tohoto rozvíjejícího se směru. Práce je originální a je zaměřena na nejnovější trendy v psychoterapeutickém vzdělávání mezi které ACT bezpochyby patří. Ten v rámci KBT směrů spadá v současné době mezi velmi vlivný a dynamicky se rozvíjející směr, který stejně jako např. schématerapie či DBT, čerpá nejen ze třetí vlny KBT, ale i z ostatních psychoterapeutických směrů včetně mindfulness.

Práce je tradičně dělena na část teoretickou, praktickou a diskuzi, zaměření práce je kvalitativní. Cílem je zmapovat perspektivu samotných psychoterapeutů, kteří s ACTem pracují v rámci své klinické praxe. Teoretická část popisuje historii ACTu a jeho základní charakteristiky, porovnává jej s klasickým KBT a zabývá se i výzkumnými trendy. Následně přináší základní terapeutické prvky ACTu (jádrové procesy a settingy). Cílem práce je prozkoumat a analyzovat subjektivní pohledy odborníků na přínos a limity terapeutických směrů a komparovat je s ACTem. Práce s literaturou a užívání citací a parafází je v práci na dobré úrovni.

V praktické části si studentka zvolila čtyři výzkumné otázky. Zde se mi zdá pouze lehce redundantní otázka týkající se komparace ACTu s KBT vzhledem k tomu, že se jedná o příbuzné směry a směry ze sebe navzájem vycházející. Volba sběru dat pomocí polostrukturovaného rozhovoru je dobrá. Rozhovory jsou kvalitně vedené, výtku bych měla pouze u toho, že některé z nich byly prováděny on-line formou, která neumožňuje takovou citlivost jako při běžném rozhovoru a může docházet jejich vlivem k určitému zkreslení. Pozitivně hodnotím naopak souhrnné a přehledné informace o respondentech a jejich výcviku a vzdělání. Vzhledem k tomu, že ACT je teprve rozvíjející se směr, jehož vzdělávací část se také rozvíjí, tak je běžné se v praxi setkávat s psychoterapeuty, kteří s jeho metodikou pracují aniž by absolvovaly výcvik ACTu. Ten v současné době poskytuje jeden vzdělávací institut a je míněn jako nástavbový výcvik doplňující některý ze základních komplexních psychoterapeutických výcviků. Z toho důvodu je tedy běžné, že ne všichni psychoterapeuti, kteří metody ACTu využívají, nemají stejné terapeutické zázemí, což může ovlivňovat i jejich pohled na směr. Toto studentka velmi dobře postihla a umožnila tuto oblast perfektně zmapovat.

Analýzu dat provádí pomocí kategoriálního kódování, které se pro tento typ práce hodí. Následně studentka člení výsledky výzkumu do několika kategorií, které jsou přehledné a podrobné. Jako důležitý bod práce vnímám, že zmiňuje, že v ACTu se (na rozdíl od většiny psychotherapeutických směrů) normalizuje lidské utrpení, což je velký inovační krok ACTu, se kterým se dá hluboce pracovat. Dále studentka zmiňuje, že jako další přínosy je od psychotherapeutů vnímán způsob práce s hodnotami jako motivy, zaměření na srozumitelný jazyk a edukace pomocí prožitku. Pro samotné psychotherapeuty jsou benefity vnímány také, což je důležitý bod práce. Dále se studentka věnuje i percipovaným limitům ACTu.

Diskuse je dostačující, nicméně vzhledem k zajímavosti a podnětnosti tématu by si jistě zasloužila více zdrojů, byť si dovedu představit, že stejných studií ještě nebude v současné chvíli tolik. S literárními zdroji studentka pracuje adekvátně. Celkově je práce přehledná, výsledky jsou zobrazeny v tabulce, což zjednodušuje orientaci a čtivost. Tomu napomáhá i seznam používaných zkratk, který studentka do práce zahrнула. Nejvíce oceňuji úvahu, kterou má studentka v závěru, a to o dvou způsobech pohledu na odlišení ACTu od KBT, který přináší do práce zajímavou a podnětnou myšlenkovou dynamiku. Celkově lze práci hodnotit jako kvalitní a aktuální k současným psychotherapeutickým trendům.

Otázky k obhajobě:

1. Které ze zjištění vnímáte jako nejdůležitější pro praxi?
2. Zkuste navrhnout kasuistiku pacienta, pro kterého by byl způsob práce pomocí ACTu vhodný a kasuistiku pacienta, pro kterého by naopak vhodný nebyl.
3. Jak vnímáte pohled samotných psychotherapeutů a jejich aktuální příklon k ACTu?

Závěr: práce splňuje náležitosti diplomových prací. Výzkumný cíl se podařilo naplnit a práce přináší zajímavé podněty týkající se psychotherapeutických směrů a jejich vývoje.

V Praze dne 27. 12. 2023

PhDr. Ivana Líbalová, Ph.D.