

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

**PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

**Ústav pedagogiky a sociálních studií**

**Bakalářská práce**

Mgr. Pavel Šíma

**Smysl života jako možný nástroj sociální práce**

Olomouc 2017

vedoucí práce: Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně jen s pomocí zde uvedených zdrojů a literatury.

V Olomouci dne:

Pavel Šíma

Tímto bych rád poděkoval vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Darmar Pitnerové, Ph.D., za uvedení do problematiky sociální práce, za nadšení pro tuto práci, které s námi studenty sdílela, a v posledu za odborné vedení, spolupráci, trpělivost a velmi cenné rady, které mi poskytovala v průběhu vypracování mé bakalářské práce. Dále chci poděkovat své rodině za jejich podporu a trpělivost při studiu.

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Pavel Šíma
<b>Katedra:</b>	Ústav pedagogiky a sociálních studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2017

<b>Název práce:</b>	Smysl života jako možný nástroj sociální práce
<b>Název v angličtině:</b>	The Meaning of life as a possible tool of social work
<b>Anotace práce:</b>	Bakalářská práce se zaměřuje na otázku po možném využití tématu smyslu života v sociální práci. Nejprve pojednává o smyslu života obecně a v pohledu do minulosti. Pak se zaměřuji na uchopení smyslu života v teoriích významných psychologů, zvláště Viktora Frankla. Čtvrtá část je věnována významu a povaze komunikace v sociální práci, má-li užívat smyslu života jako nástroje. Pátá kapitola pojednává o existenciálně citlivé sociální práci se zaměřením na seniory a umírající, o roli spirituality jako faktoru smyslu a o aplikaci logoterapie v práci s těmito cílovými skupinami.
<b>Klíčová slova:</b>	Smysl života, logoterapie, komunikace, sociální práce.
<b>Anotace v angličtině:</b>	The thesis focuses on the matter of possible use of meaning of life in social work. First it deals with a meaning of life in general and how it was reflected in the past. Then I concentrate on the way significant psychologists approached meaning of life in their theories especially Viktor Frankl. The fourth part devotes to the meaning and the way of communication in social work if the meaning of life is supposed to be used as a tool. The fifth chapter deals with an existentially sensitive social work focused on seniors and those who are dying, with a role of spirituality as a factor of meaning and with an application of logotherapy when working with these target groups.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Meaning of life, logotherapy, communication, social work
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	0
<b>Rozsah práce:</b>	90
<b>Jazyk práce:</b>	Český jazyk

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>7</b>
<b>1 SMYSL ŽIVOTA – VELKÁ OTÁZKA</b> .....	<b>8</b>
1.1 POHLED TEOLOGA .....	9
1.2 POHLED FILOSOFY .....	10
1.3 POHLED PSYCHOLOGA .....	12
1.3.1 Smysl jako antropologická konstanta? .....	13
<b>2 OD GILGÁMEŠE PO ZÁPADNÍ FRONTU</b> .....	<b>16</b>
<b>3 SMYSL ŽIVOTA V POJETÍ PSYCHOLOGIE</b> .....	<b>23</b>
3.1 ALFRED ADLER (1870 – 1937) .....	25
3.2 CARL GUSTAV JUNG (1875 – 1961) .....	26
3.3 ERICH FROMM (1900 – 1980) .....	26
3.4 ABRAHAM MASLOW (1908 – 1970) .....	27
3.5 IRVIN D. YALOM (* 1931) .....	28
3.6 VIKTOR E. FRANKL (1905 – 1997) .....	29
3.6.1 Logoterapie .....	31
3.6.1.1 Vůle ke smyslu a existenciální frustrace .....	33
3.6.1.2 Smysl života .....	35
3.6.1.3 Hodnoty .....	36
3.6.2 Techniky logoterapie .....	38
3.6.2.1 Dereflexe .....	38
3.6.2.2 Paradoxní intence .....	39
3.6.2.3 Změna postoje .....	39
3.6.3 Následovníci a pokračovatelé .....	40
3.6.3.1 Elisabeth Lukasová (* 1942) .....	40
3.6.3.2 Alfried Längle (* 1951) .....	41
3.6.3.3 Pokračovatelé v České republice .....	42
3.6.4 Osobní pohled na Viktora Frankla a logoterapii .....	45
<b>4 SMYSL ŽIVOTA A KOMUNIKACE V SOCIÁLNÍ PRÁCI</b> .....	<b>46</b>
4.1 VÝZNAM KOMUNIKACE V SOCIÁLNÍ PRÁCI .....	46
4.2 CO VŠECHNO ZNAMENÁ KOMUNIKOVAT? .....	48
4.2.1 Komunikující jako produkt komunikace .....	49
4.2.2 Co nás vede ke komunikaci? .....	50
4.2.3 Slyšet a naslouchat .....	51
4.2.4 Role předporozumění v komunikaci .....	54
4.2.5 Úskalí komunikace v pomáhajících profesích .....	57
4.2.5.1 Hodnocení .....	58
4.2.5.2 Problém moci .....	60
<b>5 SMYSL ŽIVOTA NÁSTROJEM SOCIÁLNÍ PRÁCE</b> .....	<b>62</b>
5.1 EXISTENCIÁLNĚ CITLIVÁ SOCIÁLNÍ PRÁCE .....	64
5.1.1 Smysl života jako nástroj sociální práce se seniory .....	66
5.1.2 Smysl života jako nástroj sociální práce s umírajícími .....	68
5.1.2.1 Náboženství a spiritualita jako smyslutvorný faktor .....	72
5.1.3 Logoterapie v sociální práci se seniory a umírajícími .....	78
<b>6 ZÁVĚR</b> .....	<b>83</b>

<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A ZDROJŮ .....</b>	<b>85</b>
---	-----------

## ÚVOD

K tématu této práce mne přivedly mé dosavadní životní zkušenosti a otázky, které z nich vyplynuly. Od doby svého studia teologie v druhé polovině 90. let jsem se zajímal o oblast tzv. pastorační péče. Vedl jsem rozhovory s lidmi v různých životních situacích. S lidmi bojujícími s těžkou nemocí, se seniory, kteří byli v terminální fázi nemoci, s lidmi prožívajícími neblahý vliv nefunkčních rodin a nenaplněných vztahů. Setkal jsem se s rodinou rozvrácenou patologickým hráčstvím manžela a otce. V posledních pěti letech se denně setkávám s rozpadlými nebo ne zcela fungujícími rodinami ohroženými bezdomovectvím a s dětmi vyrůstajícími v sociálně vyloučených lokalitách. Při rozhovorech s těmito lidmi jsem už několikrát zažil volání „K čemu to všechno je?“, „Jaký má můj život vlastně smysl?“. A s nimi jsem se ptal sám sebe i já. Přemýšlel jsem, jak je povzbudit a podpořit v jejich úsilí o změnu. A stále jsem žasl nad tím, jak člověk dokáže se svou tíživou a někdy i tragickou situací zno-va a znova zápasit.

Všechny tyto dosavadní zkušenosti mne během studia sociální práce přivedly k otázce, zda a v jakém smyslu se nástrojem sociální práce s cílem pozitivně působit na změnu v životě člověka, může stát to, co vyjadřuje (na první pohled významově velmi široký) pojem smysl života.

Ve své práci tedy nejprve obecně uchopím pojem smysl života a to z pohledu teologa, filosofa a psychologa. V druhé kapitole na několika příkladech přiblížím výskyt otázky po smyslu života v minulých staletích. Třetí část práce je věnována postavení pojmu smysl života v teoriích významných psychologů, přičemž důraz kapitoly je i rozsahem položen na pojetí Viktora Frankla a jeho pokračovatelů. Ve čtvrté části se věnuji hlavnímu prostředku sociální práce, a to komunikaci, s důrazem na specifika komunikace v pomáhajících profesích. Pátá část práce je pak věnována možnostem využití tématu smyslu života v sociální práci se seniory a s umírajícími, a to i v souvislosti s rolí náboženství a spirituality v životě člověka. V závěrečné šesté části shrnu podstatné poznatky a závěry plynoucí ze zkoumaného tématu, ke kterým jsem dospěl.

## 1 SMYSL ŽIVOTA – VELKÁ OTÁZKA

Ptát se po smyslu života znamená klást si velkou otázku. A znamená to zároveň klást si několik otázek najednou. Když se sám zamyslím nad tím, jak různě mohou této otázce rozumět, napadají mne možnosti jako „k jakému cíli směřuji?“, „jaký je účel či význam mého života?“, „Co je naděje mého života?“, „Je život hoden žití?“, „Jakou má život hodnotu?“. Rovněž americký psychoterapeut Yalom konstatuje, že otázka po smyslu života může nabývat různých podob: *Jaký je smysl života? Jaký je smysl mého života? Proč žijeme? Proč jsme se zde ocitli? Kvůli čemu žijeme? Podle čeho máme žít? Jestliže musíme zemřít, jestliže nic netrvá věčně, tak jaký je vůbec smysl toho všeho?*<sup>1</sup> Ptát se po smyslu v kontextu těchto dalších otázek znamená ptát se po „odkud a kam?“ lidské existence. Je to slovy rakouského filosofa *stará, nikdy neumlkající otázka lidstva. Žijeme a pracujeme, neseme břemena a starosti, prožíváme radosti a bolesti, úspěch a neúspěch, snahu a selhání; stárneme a víme, že na konci je smrt. Nevíme ani jak, ani kdy; ale víme, že jdeme vstříc ukončení života, že naše lidské bytí ve světě je poznačeno smrtí. K čemu to všechno?...Co je smyslem našeho bytí?*<sup>2</sup>

Takto položená otázka nám však o sobě prozrazuje více než jen to, že tazatel něco neví a proto se ptá. Sděluje nám, že tazatel ví, že neví, a proto má potřebu se ptát. Otázka tak vypovídá něco o tazateli samotném. A za druhé nám tato otázka prozrazuje, že tazatel už vlastně něco přeci jen o předmětu svého zájmu ví, a proto se na něj může obrátit se svou otázkou. Tento postřeh se ve filosofické literatuře zabývající se hermeneutikou nazývá *předsudek, předporozumění nebo předchápání*<sup>3</sup>. A říká se jím, že před procesem porozumění, který začíná položením otázky, už je tu přítomno určité skryté před-porozumění, které se projevuje v tom, že položená otázka míří k určitému cíli a naznačuje zájem, který ji vyvolal.

---

<sup>1</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 424.

<sup>2</sup> CORETH, Emerich. *Co je člověk?: Základy filosofické antropologie*. Praha: České katolické nakladatelství ZVON, 1994. S. 181.

<sup>3</sup> Tak např. SKALICKÝ, Karel. *Hermeneutika a její proměny*. Praha: JEŽEK, 1997. S. 39.



Při tak hluboké otázce, jakou je otázka po smyslu života, bude hrát předporozumění tazajícího při hledání odpovědi bezpochyby velkou roli, protože jak se k této otázce člověk staví, záleží na různých kontextech, ve kterých se on sám vyskytuje. Postoj člověka je podmíněn dobou, ve které žije; kulturou ve které vyrostl a byl vychován; filosoficko-náboženským kontextem; zvnitřněnými hodnotami. Dá se tedy předpokládat, že odpovědi na otázku po smyslu života se budou lišit u člověka žijícího v kultuře stojící na řecké filosofii, židovsko-křesťanské tradici a novověkém sekularismu od toho, který vyrostl v kultuře formované např. Tao te tingem.

## 1.1 Pohled teologa

Míra tázání se po smyslu je individuální. Klást otázku po smyslu života si může člověk velmi intenzivně a naléhavě, nebo třeba vůbec ne (což nevylučuje, že se projevují podvědomě). S možnou klasifikací přístupu k smyslu života či jsoucna přišel v roce 1998 protestantský teolog a religionista Jan Heller. Rozpoznával zde tři možné roviny<sup>4</sup>:

1. Rovina senzuálně animální (rovina zážitku) – *v ní živé bytosti prožívají svůj život bezprostředně, otázka smyslu je jakoby v latenci, buď se ještě nevyonořila (jako u zvířat) nebo je kompenzována či zablokována zážitkem, který na ni jakoby odpovídá, ovšem jen v krátké časové perspektivě.*
2. Rovina analyticko-strukturální (rovina racionality) - *člověk, který na ní stannul, se snaží utřídit nestrukturovaný svět kolem sebe tak, aby se stal kosmem – řádem, strukturou, něčím smysluplným.* Příklad takového přístupu vidí Heller v řecké filosofii.
3. Rovina synteticko-personální (rovina transcendence) – *v ní je otázka smyslu vnímána nejen horizontálně, nýbrž i vertikálně...Je pro ni příznačné rozpoznání, že jsem smysl jsoucna sám nevytvořil a nevytvářím, nýbrž jsem se s ním*

---

<sup>4</sup> HELLER, Jan. Průhled k cíli. *Křesťanská revue*. 1998, 65(2), 36-38.

*setkal, byl mi odhalen, byl jsem jím zasažen. ...já sám jej mohu jen přijmout nebo odmítnout, uskutečňovat ho jako svůj úkol nebo se mu vzepřít.<sup>5</sup>*

Z uvedeného členění vyplývá, že otázka po smyslu života není vůbec samozřejmou, že předpokládá u tazatele určitou míru reflexe a sebereflexe. A předpokládá i porozumění samotné otázce, tedy že tazatel si je vědom, jak a proč rozumí pojmu smysl.

## 1.2 Pohled filosofa

V případě pojmu smysl života se setkáváme s určitou vágností jeho obsahu, tedy nemožností jej jednoznačně definovat. Intuitivně asi každý tuší, co se jím chce říci, jak konstatuje Emerich Coreth *jeho význam je každému jasný, ale je obtížné ho pojmově vystihnout a vykazuje zvláštní mnohvrstevnatost<sup>6</sup>*. Sám pak význam pojmu smysl definuje takto:

*Smysl je to, čím je něco srozumitelné. Jestliže výpověď shledávám smysluplnou, pak ji mohu přijmout v jejím smyslu. Smysl je zde to, čím je něco přijatelné, ale je to něco více než pouhé porozumění. Když používám nějaký nástroj, chápu, co je a k čemu je. Rozumím jeho smyslu, a to za smysluplné souvislosti mezi jednáním a cílem. Jeho smyslem je tedy to, čím je užitečný, účelný pro nějaký cíl. A shledám-li ten cíl smysluplným, stává se pro mne i jednání smysluplným. Smyslem je nyní to, čím je něco uskutečnitelné, co ukazuje jednání jako něco, co „stojí za námahu.“ Obecně můžeme tedy říci, že smysl je to, skrze co je něco srozumitelné a přijatelné – pro teoretické poznání. V tom pak je důvod toho, že něco je žádoucí a proveditelné – pro praktické chtění a jednání<sup>7</sup>.*

---

<sup>5</sup> HELLER, Jan. Průhled k cíli. *Křesťanská revue*. 1998, **65**(2), s. 37-38.

<sup>6</sup> CORETH, Emerich. *Co je člověk?: Základy filosofické antropologie*. Praha: České katolické nakladatelství ZVON, 1994. S. 183.

<sup>7</sup> CORETH, Emerich. *Co je člověk?: Základy filosofické antropologie*. Praha: České katolické nakladatelství ZVON, 1994. S. 183.

Vyjdeme-li z předposlední věty, nabízí Coreth pojetí pojmu smysl jako porozumění věci/jevu a akceptaci, přijetí, souhlasu či ztotožnění se.

Pohled na otázku smyslu života z hlediska analytické filosofie přibližuje Petr Sojka<sup>8</sup>. I dle něj je této otázce nějak intuitivně rozumíme, ale přesně artikulovat, co se jí míní, samozřejmě být vůbec nemusí. Proto je dobré se zamyslet, co se touto otázkou vlastně míní. Sám jí rozumí ve smyslu otázky „o čem je život?“ Odpověď na tuto otázku, je pak podávána různými příběhy (světonázory), neboť jak připomíná, lidé myslí v příbězích, což znamená, že *hledají kontext, ve kterém by mohli svůj život interpretovat a podle této interpretace žít*<sup>9</sup>. Odpověď na otázku po smyslu života, resp. o čem je život má podle Sojky dvě hlavní funkce. *Jednou funkcí je explikace, která uspokojuje tázání po tom, proč existuje život nebo proč je spíše něco nežli nic. Druhá funkce odpovědi je normativní – ptáme se, co bychom měli udělat, aby náš život byl smysluplný.*<sup>10</sup>

Sojka dospívá ke stejnému závěru jako jiní, a to, že otázka po smyslu života je vlastně souborem více otázek, např. po účelu, hodnotě nebo důvodu existence. Odpovědi na tyto otázky, které přinášejí různé světonázorové příběhy, rozděluje dle Sojky analytická filozofie do těchto čtyř typů

- supranaturalismus – smysl života existuje a jeho garantem je Bůh. Zde patří náboženské systémy a ve filozofii např. Augustin, Akvinský, Pascal nebo Kierkegaard.
- objektivní naturalismus – smysl života je v přirozeném světě. Zde bývá řazen Viktor Frankl.

---

<sup>8</sup> SOJKA, Petr. Filozofie konečnosti. In: KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 18-37.

<sup>9</sup> SOJKA, Petr. Filozofie konečnosti. In: KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 19.

<sup>10</sup> SOJKA, Petr. Filozofie konečnosti. In: KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 19.

- subjektivní naturalismus – určení smyslu života je čistě individuální záležitostí. Představitelem tohoto typu je např. Friedrich Nietzsche.
- pesimistický naturalismus (nihilismus) – život nemá žádný smysl. K nihilismu se řadí Jean-Paul Sartre a Albert Camus<sup>11</sup>.

### 1.3 Pohled psychologa

Otázkou jak chápat pojem smysl se zabýval i Jaro Křivohlavý<sup>12</sup>, který mu (odhlédnuto od jeho používání v technické oblasti a ve významu smyslů jako funkcí smyslových orgánů) rozumí v této významové šíři. Smysl může být myšlenkový obsah určitého výrazu, slova či věty; důležitost dějinné události; vyjádření účelu, důvodu jednání; chápání a pochopení; celkové zaměření lidské existence. Rovněž v případě otázky „*Jaký to má smysl?*“ Křivohlavý uvádí, že odhlédnuto od anatomického či technického významu slova může mít tato otázka dvojí interpretaci. *Smysl jako význam – např. slova, určité události, myšlenky. A zde řadí i ten význam, kde se slovem smysl chce vyjádřit hodnota a důležitost určité věci. Smysl jako vyjádření účelu, záměru, směru, intence určité činnosti, určitého dění.*<sup>13</sup>

Slovenský psycholog Peter Halama ve své podrobné práci o smyslu života z pohledu psychologie uvádí dva základní (zastřešující i další) významy slova smysl, jak jsou v psychologii používány. První přístup nazývá elementární a znamená *vyjadrenie štruktúrného elementu poznania a činnosti, ktorý sa viaže ku konkrétnej kategorizácii a interpretácii komunikácie, situácií a objektov*. Druhým je přístup ontologický. Zde se *zmysel chápe ako najvyššia integrujúca zá-*

---

<sup>11</sup> Srov. SOJKA, Petr. Filozofie konečnosti. In: KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 19 – 20.

<sup>12</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 41nn.

<sup>13</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 42.

*kladňa osobnosti, tj. jako základná životná orientácia, životná úloha, svetonázor, interpretácia sveta a života vo všeobecnosti.*<sup>14</sup>

Z tohoto stručného nastínění možných přístupů a způsobů, jak je pojem smysl života uchopen teologem, filosofy a psychology, vyplývá pro praktickou práci s tímto tématem poznatek, že jeho vnímání a užívání mezi lidmi může být velmi různé. Někdy reflektované, někdy čistě intuitivní, vždy ale ovlivněné kulturním a sociálním kontextem daného člověka, jeho životními zkušenostmi, vzděláním, rozhledem apod. Jak uvádí Křivohlavý, *pro pojetí smysluplnosti života neexistuje obecně přijatelná definice – tak, jako obdobně neexistuje „matematicky přesná“ definice života, vědomí či celé duševní činnosti.*<sup>15</sup> S odkazem na výše uvedené Hellerovo rozlišení je třeba počítat i s různou mírou reflexe tématu smyslu života a s více možnostmi verbálního uchopení tohoto tématu. Z nepřítomnosti slov „smysl života“ v projevu daného člověka tedy ještě není možné vyvozovat, že toto téma nijak nereflektuje a neprožívá. Může se skrytě objevovat v mnoha jiných otázkách.

### 1.3.1 Smysl jako antropologická konstanta?

Téma smyslu života (či některé jiné otázky tomuto tématu blízké) se objevují snad ve všech kulturách a dobách. Je to *stará, nikdy neumlkající otázka lidstva*, říká výše citovaný Emerich Coreth. Konstatováním, že *otázka smyslu života provází lidstvo po celou dobu jeho existence*<sup>16</sup>, začíná svou knihu o smyslu života i slovenský psycholog zabývající se otázkou smysluplnosti Peter Tavel. Patří ale opravdu tato otázka bytostně k člověku? A pokud ano, proč vlastně? Odpověď na tuto otázku z oblasti, která moc s otázkou smyslu života spojována není, z oblasti neurovědy, přináší Irvin Yalom. Ten uvádí, že stálá přítomnost otázky po smyslu

---

<sup>14</sup> HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychológie*. Bratislava: Slovac academic press, 2007. S. 8.

<sup>15</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 50.

<sup>16</sup> TAVEL, Peter. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2007. S. 11

života u člověka souvisí, laicky řečeno, s činností příslušných mozkových funkcí. S odkazem na dosavadní výzkumy v oblasti neurovědy Yalom uvádí, že *naše percepční neuropsychologická soustava funguje tak, že příchozí náhodné podněty okamžitě strukturujeme*<sup>17</sup>. Jako názornou ilustraci uvádí zaslechnutí divného (neznámého) zvuku v noci, nebo člověka hledícího na zmeř bodů na stěně, který si z nich vytváří figury a pozadí. Zrakový či sluchový orgán zachytí příslušný signál, který přenáší do mozku, který z těchto vstupních dat vytváří „*mysl*“ tím, že je *vměstná do známého explanačního rámce*. To, co je neznámé, je tedy zpracováno tak, že je vytvořen na základě dosavadní zkušenosti srozumitelný, smysluplný obraz. Podobně by se dal uvést i známý příklad se souhvězdími. Technicky (či astronomicky) vzato, z povrchu Země vidíme různé body-hvězdy, které jsou od nás různé vzdálené (a nejsou v jedné rovině, jak si představovali ve starověku). A z těchto vzájemně nijak nesouvisejících bodů vytvořila lidská mysl smysluplné tvary postav, věcí, zvířat.

O tomto způsobu fungování lidského mozku, o vytváření smysluplnosti jevu či děje (i zpětně) hovoří i další autoři, jako např. neuropsychologové Mark Solms a Oliver Turnbull v knize *Mozek a vnitřní svět* (pacienti si při určitém pokusu vytvářejí *plausibilní dodatečnou motivaci na ospravedlnění chování, které bylo ve skutečnosti motivováno něčím úplně jiným*<sup>18</sup>). O tom, jak lidský mozek podvědomě vytváří (a v oblasti, kde mu chybí vnější data i dotváří) smysluplnou reprezentaci vnější reality pojednává i významný indický neurolog V. S. Ramachandran<sup>19</sup>.

A právě tuto vlastnost mozku při zpracovávání vnějších podnětů (přičítat něčemu smysl, vnášet smysl, řád, strukturu do chaotických jevů) a vytváření men-

---

<sup>17</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. s. 467

<sup>18</sup> SOLMS, Mark a TURNBULL, Oliver. *Mozek a vnitřní svět: úvod do neurovědy subjektivní zkušenosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2014. S. 230.

<sup>19</sup> Např. RAMACHANDRAN, V. S. *Mozek a jeho tajemství, aneb, Pátrání neurovědců po tom, co nás činí lidmi*. Vyd. 1. Praha: Dybbuk, 2013. 414 s. ISBN 978-80-7438-080-8 nebo INGRAM, Jay. *Divadlo mysli: pohled za oponu vědomí*. Vyd. 1. Praha: Dybbuk, 2010. 285 s. ISBN 978-80-7438-028-0.

tální reprezentace vnější reality vztahuje Yalom i na hledání smyslu života. *Stejným způsobem, jakým získáváme a zpracováváme náhodné podněty a události v našem každodenním světě, také přistupujeme k naší existenciální situaci. Tváří v tvář lhostejnému, nestrukturovanému světu prožíváme dysforii a hledáme vzorce, vysvětlení a smysl existence.*<sup>20</sup> Tázání se po smyslu života by tedy v tomto pojetí bylo projevem procesů zodpovědných za vytváření smysluplného obrazu našeho života, které jsou přirozenou a mimo vědomí probíhající činností mozku. Touha po prožívání smysluplnosti života by tak byla projevem fungování mechanismů na biologické rovině, přítomná u každého člověka, tedy jakousi antropologickou konstantou.

---

<sup>20</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. s. 467.

## 2 OD GILGÁMEŠE PO ZÁPADNÍ FRONTU.

Jak moc starou je vlastně otázka po smyslu života? Vyskytovala se skutečně v každé dějinné epoše? Tato otázka by si vyžadovala samostatný hluboký průzkum písemných pramenů minulosti, pro který zde není prostor. Mým cílem je vytýčit aspoň několik milníků v dějinách lidského myšlení, které otázku po smyslu života dosvědčují.

Písemné památky starověku nám nabízí několik dokladů o faktu, že velká otázka po smyslu života nebyla v dané době ničím neznámým. Nacházíme ji v mýtech, v příbězích, které se nikdy nestaly, ale které vyjadřovaly stále platné principy. V příbězích o vzniku světa, o přemožení sil chaosu, vzniku a určení člověka, o posvátných časech a místech, o věčném koloběhu dění. Jedním z nejznámějších příběhů, který byl populární po několik století je **epos o Gilgámešovi** vzniklý v Sumeru již v 25. – 21. století př. n. l.<sup>21</sup>. Příběh vyprávějící o přátelství Gilgámeše a Enkidua, o jejich cestě a příhodách je *oslavou přátelství a hrdinské odvahy, výrazem úzkosti před konečností lidského života a touhy po dosažení nesmrtelnosti, hledání odpovědi na otázku po smyslu života a její nalezení v uskutečněných činech, jež přetrvají smrtelnou lidskou existenci.*<sup>22</sup>

Dodnes jsou působivá slova Gilgámeše:

*Přítele mého, jehož jsem nadevše miloval, jenž se mnou podstoupil všechny strasti, Enkidua, jehož jsem nadevše miloval, jenž se mnou podstoupil všechny strasti, postihl osud lidstva.*

*Šest dní a sedm nocí jsem pro něho plakal, ani pohřbít jsem jej dát nechtěl, až červ napadl jeho tvář. Ze strachu před smrtí utíkám na step, neb událost s Enkiduem, přítelem mým, těžce dolehla na mne. ...*

---

<sup>21</sup> HELLER, Jan et al. *Encyklopedie starověkého Předního východu*. 1. vyd. Praha: Libri, 1999. S. 106.

<sup>22</sup> HELLER, Jan et al. *Encyklopedie starověkého Předního východu*. 1. vyd. Praha: Libri, 1999. S. 107.



*I mluví šenkýřka k němu, ke Gilgamešovi: „Kam běžíš, Gilgameši? Život, jež hledáš, nenalezneš! Když bozi stvořili lidstvo, smrt lidstvu dali v úděl, život však do svých rukou si vzali. Ty, Gilgameši, žaludek si naplň, ve dne i v noci buď stále vesel!”<sup>23</sup>*

Co můžeme všechno zaslechnout z tohoto úryvku? Zármutek ze ztráty blízkého přítele, úzkost ze smrti, osudová vrženost člověka do života směřujícího ke smrti a nakonec rada, které se Gilgamešovi dostane: „carpe diem, carpe noctem. Žij a užívej života, dokud trvá“. Jakoby příběh Gilgameše od dnešního člověka ani nedělilo 45 staletí.

Velmi známé a dodnes oslovující jsou také perly hebrejské mudroslovné literatury, **knihy Jób** a Kazatel. Kniha Jób<sup>24</sup> je rozsáhlá báseň v narativním rámci, vyprávějící o smyslu lidského utrpení, které hlavní hrdina vnímá jako nespravedlivé, o pokoře a trpělivosti, o ztrátě všech dosavadních jistot a trýznivém duchovním hledání. Už jméno hlavního hrdiny, Hijjob, což česky znamená „nepřátelstvím ohrožený“<sup>25</sup>, vyjadřuje to, čemu se v moderní době říká existenciální úzkost. Výše zmiňovaný religionista a teolog Jan Heller shrnul poselství knihy Job slovy *odmítané utrpení ničí, přijímané proměňuje*.<sup>26</sup>

Odhlédneme-li od květnatého stylu projevu, charakteristického pro orientální vyjadřování, uslyšíme i zde myšlenky, které nám nejsou neznámé.

*Člověk narozený z ženy, má krátký věk, avšak nepokoje do sytosti.*

*Jako květ vzejde a zvadne, prchá jako stín a neobstojí.*

*Job 14, 1-2*

---

<sup>23</sup> *Epos o Gilgamešovi*. 3. doplněné a přepracované vydání. Praha: Československý spisovatel, 1976. S. 79.

<sup>24</sup> Ze starověku známe i knize Job podobné texty, jako je sumerský Nářek člověka k bohu, babylónský Dialog trpícího s přítelem a egyptský Dialog zoufalce s vlastní duší. Viz HŘEBÍK, Josef. *Speciální úvod do Starého zákona II* [online]. [cit. 2017-03-05]. Dostupné z: [http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec\\_uvod\\_2.html](http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec_uvod_2.html)

<sup>25</sup> HELLER, Jan et al. *Encyklopedie starověkého Předního východu*. 1. vyd. Praha: Libri, 1999. S. 164.

<sup>26</sup> HELLER, Jan. Job - tajemství utrpení. *Zpravodaj Společnosti křesťanů a Židů*. 2001, (43), s. 17.

*Stromu zbývá aspoň naděje, že i když podřít, začne rašit znovu a že jeho výhonky růst nepřestanou, byť odumřel jeho kořen v zemi a na prach ztrouchnivěl jeho pařez...zemře-li muž, rozpadne se. Zhyne-li člověk, kam se poděl?*

*Job 14, 7-10*

Druhou knihou hebrejské literatury, která se stala součástí jak židovské, tak křesťanské Bible je **Kazatel**. *Kniha, v níž se otázka po smyslu života klade snad ještě vyhroceněji a klopotněji než v Jobovi*<sup>27</sup>, která hovoří o pomíjivosti všeho pozemského a klade otázku čtenáři, co má vlastně na tomto světě smysl.

*Pomíjivost, samá pomíjivost, řekl Kazatel, Pomíjivost, samá pomíjivost, všechno pomíjí.*

*Jaký užitek má člověk ze všeho svého pachtění, z toho, jak se pod sluncem pachtí?*

*Pokolení přichází, pokolení odchází, ale země stále trvá.*

*Kazatel 1, 1-4*

Otázkami po povaze lidského života, jeho směřování a naplnění se zabývali i filosofové antického Řecka. Úvahy o smyslu života můžeme vidět už v hledání „arché“, nejhlubšího základu či původu člověka u Thaléta Milétského, Anaximandra, Herakleita či Parmenida<sup>28</sup>. Ke směrům, které se cíleně zabývaly otázkou lidského života, jeho naplnění a smyslu, pak můžeme zařadit hédonismus, kynismus, epikureismus a stoicismus. Poslední směr, myšlení stoiků<sup>29</sup>, které bylo charakteristické těmito tématy

- nejvyšší blaho spočívá ve ctnosti
- žít život v souladu s přírodou

---

<sup>27</sup> HŘEBÍK, Josef. *Speciální úvod do Starého zákona II* [online]. [cit. 2017-03-05]. Dostupné z: [http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec\\_uvod\\_2.html](http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec_uvod_2.html)

<sup>28</sup> Srov. CORETH, Emerich. *Co je člověk?: Základy filosofické antropologie*. Praha: České katolické nakladatelství ZVON, 1994, S. 22.

<sup>29</sup> Srov. BLECHA, Ivan et al. *Filosofický slovník; [Ivan Blecha]*. 1. vyd. Olomouc: FIN, 1995. S. 390.

- cílem moudrého života je dosáhnout rovnováhy mezi rozumností, statečností, uměřeností a spravedlností

pak ovlivnilo i další myšlenkové systémy, včetně křesťanství. To se pak stalo faktorem, který ovlivnil evropské myšlení na příští staletí. Jakožto víra v Boha Stvořitele a Ježíše z Nazareta jako Spasitele vytvořilo křesťanství jakýsi baldachýn smysluplnosti, který se rozprostřel nad celým životem člověka, od narození až do smrti. Život člověka není ušetřen bolesti a utrpení, ale všechny lidské radosti i bolesti se odehrávají v Bohem daném a jím garantovaném rámci smysluplnosti. Jeden z velkých teologů a filosofů 4. – 5. století, Aurelius Augustinus v prvních větách svých *Confessiones* hovoří o situaci člověka takto:

*Veliký jsi Hospodine, a vši chvály hodný, velikost tvá je nevýstižna a moudrost Tvá nemůže býti změřena. A Tebe chváliti chce člověk, tak malá část Tvého stvoření! Ty povzbuzuješ člověka, aby Tě s radostí chválil, neboť stvořil jsi nás pro sebe a nepokojné jest srdce naše, dokud nespočine v Tobě!*<sup>30</sup> Rozumím mu tak, že člověk má v sobě určitý nepokoj (napětí, úzkost, nezodpovězené existenciální otázky), který lze utišit jen v cíli lidského života, v obecenství s Bohem.

V křesťanství vznikly různé v církevní praxi se užívající texty vyjadřující podstatu víry. Jedním z nich je i v protestantském prostředí dodnes používaný **Heidelberský katechismus** z roku 1563. Ten začíná otázkou (a odpovědí) po nejhlubším zdroji lidské naděje a radosti:

*V čem jest jediné tvé potěšení v životě i v smrti?*

*Jediné mé potěšení jest v tom, že živ jsa i umíraje nejsem sám svůj, nýbrž tělem i duší jsem svého věrného spasitele Jezukrista.*<sup>31</sup>

Sdílené náboženské přesvědčení poskytovalo (a dodnes poskytuje) lidem pocit bezpečí a zakotvení, určovalo jejich místo ve světě a dávalo naději i za horizont

---

<sup>30</sup> AUGUSTIN, KARFÍKOVÁ, Lenka, ed. a VENTURA, Václav, ed. *Vyznání*. 3. vyd. Praha: Evangelické nakladatelství, 1992. S. 10.

<sup>31</sup> URSINUS, Zachariáš, Kašpar OLEVIÁN a J. B. JESCHKE. *Katechismus nebo křesťanské učení*. Českobratrské nakladatelství v Brně, 1949. S. 4.

smrti. Z tohoto hlediska se dá konstatovat, že náboženská víra odpovídala a dodnes odpovídá na stále se vyskytující otázku po smyslu života.

Výše uvedeným stručným přehledem jsem chtěl ukázat na výskyt tematiky smyslu života v minulých staletích. Je však nutné uvést že až do novověku jsou tyto témata kladena v jiném světonázorovém rámci. Náboženské či filosofické přesvědčení od starověku až po novověk vytvářelo obraz světa, který byl smysluplný a na naléhavé otázky dával odpovědi. Tato situace se však mění nejpozději ke konci 19. století, kdy *se zborcením starého řádu... dochází i k vymizení životních jistot a člověk se začíná ptát po smyslu svého života*<sup>32</sup>. Otázky možná zůstávají stejné, ale mění se kontext, ve kterém jsou kladeny. Člověk už sám sebe nevnímá jako součást Božího stvoření, řádu, smyslu, kterým je objat a obklopen od narození do smrti. Obraz světa se změnil, proměnila se i naléhavost otázky po smyslu života.

V novodobých dějinách lidského myšlení se téma smysluplnosti života objevilo v myšlenkovém proudu 20. století, který dostal název **existencialismus**. Už z tohoto označení je patrné, že v hledáčku pozornosti se ocitlo téma samotné existence člověka.

V existencialismu jde o *filozofování, které radikálně vyzývá, abychom opravdově existovali... člověk je volán ze svého sebezapomenutí v každodenním bytí na světě a je konfrontován se svou odpovědností jako svobodná existence... Existencialisté rozhánějí mlhu každodennosti, konzumní mentality a průměrné bezmyšlenkovitosti, která zahaluje existenci, a bezohledně odkrývají problematiku smyslu lidského bytí*<sup>33</sup>. Kořeny existencialismu a jeho zdroje se hledají u dánského křesťanského myslitele Sorena Kierkegaarda (1813 - 1855). Ten obrací pozornost filozofování od velkých problémů života, od smyslu života obecně, ke konkrétnímu člověku a k praktickým konkrétním otázkám. *Otázka nezní, zda máme, obecně vzato, konat to či ono, nýbrž zda já, tento konkrétní člověk v této okamžité a určité situaci,*

---

<sup>32</sup> KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 18.

<sup>33</sup> ANZENBACHER, Arno. *Úvod do filozofie*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. S. 51.

*mám konat to či ono. Takové problémy nazývá Kierkegaard „existenciálními“<sup>34</sup>. S Kierkegaardem a dalšími představiteli existencialismu Gabrielem Marcelem, Albertem Camusem, J. P. Sartrem, Karlem Jaspersem a dalšími autory z oblasti literatury se tématem filosofie 20. století stává svoboda, odpovědnost, samota, absurdita a úzkost člověka<sup>35</sup>.*

Tento myšlenkový směr se ale neobjevil sám od sebe, bez vlivu vnějších okolností. Jeho podnětem na počátku 20. století se stala událost, která ve všech možných oblastech ovlivnila další vývoj lidstva. Světová válka, později nazvána první, přinesla do té doby nevídaně rozsáhlý konflikt. Ovlivnila životy miliónů lidí, kteří se proměnili v pouhé součástky neosobních mašinérií ideologických systémů a politických zájmů. Promítla se do umění, filosofie, teologie, politiky. Udává se, že jedna z největších a nejznámějších bitev války, která proběhla u města Verdun, přinesla smrt asi 700 000 vojáků. Svědectví o nepochopitelné krutosti války a otázky po hodnotě a smyslu lidského života nacházíme u různých autorů. Jedním z těch, kteří přežili dosud nevídané válečné běsnění, byl i Erich Maria Remarque. Jeho vzpomínky vtělené do románu *Na západní frontě klid* dávají nahlédnout do nitra mladého člověka, který se stal očitým svědkem tohoto probuzení „divokého zvířete“<sup>36</sup> ve společnosti i jednotlivci. Těžko lze číst stránky tohoto románu a nepředstavit si, že ti, co toto prožili a přežili, si s naléhavostí dosud nevídanou kladli zcela radikálně otázku po smyslu svého života.

*Jsem mlád, je mi dvacet let, ale ze života znám jenom zoufalství, smrt, strach a skálopevnou alianci nejnesmyslnější povrchnosti a propasti utrpení. Vidím, jak národy jsou štvány navzájem proti sobě a mlčky, nevědomě, pošetile, poslušně, nevinně se pobíjejí. Vidím, jak nejchytřejší mozky světa vynalézají zbraně a slova, aby se to dělalo ještě rafinovaněji a ještě déle. A spolu se mnou to vidí všichni lidé mého stáří tady i tam, po celém světě, spolu se mnou to prožívá má generace. Co budou*

---

<sup>34</sup> STÖRIG, Hans Joachim. *Malé dějiny filozofie*. 2. rozšířené vyd. Praha: Zvon, 1992. S. 377.

<sup>35</sup> STÖRIG, Hans Joachim. *Malé dějiny filozofie*. 2. rozšířené vyd. Praha: Zvon, 1992. S. 379.

<sup>36</sup> Srov. *Velká válka 1914 - 1918 a západní civilizace* [online]. PETRÁČEK, Tomáš. [cit. 2017-03-08]. Dostupné z: <http://www.pastorace.cz/Knihovna/Dopady-Velke-Valky.html>

*dělat naši otcové, a jednou vstaneme a předstoupíme před ně a budeme žádat počet? Co od nás očekávají, až přijde doba, kdy nebude války? Po celá léta bylo naším zaměstnáním zabíjení – bylo to naše první povolání, naše vědění o životě se omezuje na smrt. Co se má po tomhleto ještě dít. A co se stane z nás?*<sup>37</sup>

Období 19. a 20. století přineslo velký rozvoj průmyslu a přírodních věd. S tím souvisely i změny ve společnosti. Náboženství přestávalo hrát roli jakéhosi všezaštrěšujícího baldachýnu smysluplnosti, který chránil člověka od narození do smrti před vnitřní nejistotou a dával odpovědi na všechny otázky. Mnoho lidí se přesunulo z oblasti zemědělství do průmyslových továren. Obraz člověka, který žije rytmem střídajících se ročních období, nahradil obraz výstižně vyjádřený filmem Ch. Chaplina *Moderní doba*. Nejen děsivá zkušenost 1. světové války, ale i změny života celé společnosti přispěly k rozvoji pocitu mnoha lidí, pocitu ztráty životního smyslu. Irvin Yalom v souvislosti s faktory, které přispívají ke ztrátě životního smyslu, uvádí i faktor času<sup>38</sup>. Lidé předprůmyslové doby byli mnohem více *zaměstnání uspokojovat jiné, základnější potřeb pro přežití, jako například potravu a přístřeší, že si nemohli dovolit luxus zkoumat svou potřebu smyslu...Absence smyslu je nevyhnutelně spjata s volným časem a neangažovaností: čím více je člověk zapojen do každodenního procesu žití a přežívání, tím méně tento problém vyvstává*. To, co dříve dávalo smysl, každodenní (namáhavá) práce, sepětí s přírodou, sounáležitost s rodinou a církevní komunitou, se už dle Yaloma vytratilo. Dnešní člověk je vytržen z bezpečí a jistoty řádu světa garantovaného Bohem a *musí čelit životu bez nábožensky podloženého kosmického významového systému a odříznutí od spojení s přírodním světem a elementárním řetězcem života. Máme čas, příliš mnoho času, klást zneklidňující otázky*<sup>39</sup>.

---

<sup>37</sup> REMARQUE, Erich Maria. *Na západní frontě klid*. Vyd. v NV 1. Praha: Naše vojsko, 1967. S. 150.

<sup>38</sup> Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 451-452.

<sup>39</sup> Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 452.

### 3 SMYSL ŽIVOTA V POJETÍ PSYCHOLOGIE

Po staletí bylo téma smyslu života doménou filosofů, teologů, básníků a spisovatelů. Když v druhé polovině 19. století došlo ke vzniku psychologie, bylo nasnadě, že právě psychologové budou další, kdo se jej chopí. Pokud vyjdeme z jedné ze současných definic psychologie jako *vědy o prožívání, chování a psychologických aspektech produktů činnosti*<sup>40</sup>, je zřejmé, že téma prožívání smysluplnosti života spadá do jejího rámce. Trvalo však delší dobu, než se psychologie tohoto tématu ujala<sup>41</sup>. Důvodem bylo v dané době převažující pozitivistické nastavení psychologie, které otázce subjektivních pocitů (mezi něž spadá i smysluplnost života) nepřikládalo tolik pozornosti.

Halama uvádí, že na začátku se někteří psychologové pokoušeli uchopit toto téma podobně jako filosofové a teologové a hledali odpověď na všeobecnou otázku po smyslu lidského života. Postupně ale psychologické bádání přešlo od hledání pravého smyslu života, které zůstává vyhrazeno spíše filosofii a teologii, k otázce, která jí je vlastní a pro kterou disponuje i příslušnou metodologií, k *objasneniu dôležitej úlohy, ktorú má životná zmysluplnosť v psychickou zdraví, pri zvládaní záťaže, či k analýze podmienok, v ktorých sa môže zmysel života prežívať a rozvíjať*<sup>42</sup>.

Tématika smyslu života se objevuje v teoriích několika významných psychologů minulého století, a sice u Adolfa Adlera, Carla G. Junga, Ericha Fromma, Abraha Maslowa, Irvinga Yaloma a hlavně Viktora E. Frankla. V jeho osobě a díle vidím dosavadní vrchol zpracování tématu smyslu života.

---

<sup>40</sup> NAKONEČNÝ, Milan. *Obecná psychologie*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2015. S. 17.

<sup>41</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 5.

<sup>42</sup> HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 5.

V současnosti se smyslem života pracují mnozí psychologové a psychoterapeuti, neboť se jedná, jak uvádí Halama, o problematiku, se kterou za nimi přichází jejich pacienti<sup>43</sup>. Chtějí-li je brát vážně, nemohou se tomuto tématu nevěnovat.

O spojení různých přístupů k práci se smyslem života v rámci psychologického poradenství se na konci devadesátých let pokusil kanadský psycholog čínského původu Paul T. P. Wong (\* 1937), dnes emeritní profesor na University Trent v Kanadě. Tento integrující přístup nazval na smysl zaměřené poradenství (meaning-centered counseling). Jak uvádí Halama, nejedná se o samostatný terapeutický systém, ale o konceptuální model, který zdůrazňuje ústřední roli smyslu života v procesu adaptace a osobního růstu. Přičemž základním předpokladem je, že osobní růst primárně souvisí s pochopením a přijetím smyslu osobní situace, vlastní existence a snahy o naplnění hodnotných životních cílů<sup>44</sup>. V úvodu svého pojednání *From Logotherapy to Meaning-centered Counseling and Therapy* o vzniku tohoto přístupu Wong píše:

*Hledání smyslu představuje nejen základní vnitřní motivaci k životnímu rozvoji ale také silnou schopnost osobní přeměny. Kognitivní a existenciální teorie zdůrazňují, že jsme, co si myslíme; přesněji řečeno jsme takoví, jak chápeme sami sebe a naše místo ve světě. Zdravé vnímání vlastní identity a svého poslání v životě je podstatné pro spokojený život. Smysl je také stěžejní koncept při chápání složitých a krizových situací v životě stejně tak i při formování víry a spirituality. Není divu, že smysl je základní součástí všech významných psychoterapeutických škol<sup>45</sup>.*

---

<sup>43</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovac academic press, 2007. S. 188.

<sup>44</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovac academic press, 2007. S. 1892.

<sup>45</sup> *The quest for meaning represents not only a primary intrinsic motivation for life expansion but also a powerful capacity for personal transformation. Cognitive and existential therapies both emphasize that we are what we think; more precisely, we are how we make sense of ourselves and our place in the world. Having a healthy sense of self-identity and of one's mission in life is essential for well-being. Meaning is also a pivotal concept in understanding the complexity and predicaments of life as well as in developing faith and spirituality. It is no wonder that meaning is an essential component to all major schools of psychotherapy.* WONG, Paul T.P. *From Logotherapy to Meaning-centered Counseling and Therapy* [online]. , 1 - 29 [cit. 2017-04-05]. Dostupné z: <http://www.drpaulwong.com/documents/HQM2-chapter28.pdf> (vlastní překlad)



### 3.1 Alfred Adler (1870 – 1937)<sup>46</sup>

Byl zakladatel směru individuální psychologie, která kladla důraz na interakci člověka a společnosti. Ze začátku své kariéry byl příznivec Sigmunda Freuda, stal se i předsedou Vídeňské psychoanalytické společnosti, později se však od Freuda oddělil. Oproti jeho pojetí byl přesvědčen, že rozhodující silou v lidském životě je životní cíl, který je určen potřebou se začlenit do společnosti (touha po sounáležitosti) a potřebou se v ní uplatnit (touha po moci, sebeuplatnění). Tématice smyslu života se věnoval hlavně v díle *Smysl života*<sup>47</sup>. Za důležité považoval, jak člověk vnímá (co je pro něj) smysl života, neboť to určuje jeho myšlení a jednání<sup>48</sup>. Smysl života viděl v souvislosti životního stylu a životního cíle. Životní styl a s ním i smysl života pro něj bylo *celkové zameranie človeka, dlohodobá orientácia človeka počas celého jeho života, vzťahujúca sa na chápanie seba, druhých a svojich životných cieľov*<sup>49</sup>. Velkou roli v životě jedince přikládal ranému období, ve kterém se utvářely počátky životního smyslu a životního stylu. Překladač Adlerova díla *Smysl života* psycholog Zbyněk Vybíral, se v doslovu knihy<sup>50</sup> zamýšlí nad Adlerovým odkazem dnešku. Adler podle něj patří k bezpochyby nesmazatelným osobnostem, ovšem jeho pojetí smyslu života vidí z dnešního hlediska jen velmi mlhavě rozpracované. Jeho přínos v této oblasti byl hlavně v tom, že na tuto otázku vůbec poukázal.

---

<sup>46</sup> Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 32-35.

<sup>47</sup> ADLER, Alfred. *Smysl života*. 1. čes. vyd. Praha: Práh, 1995. 146 s. Individuální psychologie; 3. ISBN 80-85809-34-6.

<sup>48</sup> HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 12-14.

<sup>49</sup> HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 13.

<sup>50</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. Co zbylo z Adlera? In: ADLER, Alfred. *Smysl života*. Práh, 1995, s. 144-146.

### 3.2 Carl Gustav Jung<sup>51</sup> (1875 – 1961)

Byl světoznámý tvůrce a představitel psychoanalýzy. Ve svých dílech se dotkl i otázky smyslu života, i když k této otázce nevytvořil žádnou ucelenou teorii. Podle Halamy je pro Junga smysl života něco, co se člověk snaží svému životu určit, přisoudit. Potřeba smyslu života pramení z hlubší potřeby po zkušenosti jednoty života a smyslu. Podobně jako později u jiných autorů říká Jung, že otázku po smyslu života klade člověku sám život a člověk na ni musí nějak reagovat. Při poznávání smyslu života hrají svou roli tzv. archetypy, *pravzory pocitů a poznání a pravzor lidské existence vůbec*<sup>52</sup>, zvláště pak archetyp smyslu, který se ozývá v kritických situacích života.

### 3.3 Erich Fromm (1900 – 1980)<sup>53</sup>

Byl psycholog, filosof a sociolog, bývá řazen<sup>54</sup> do proudu tzv. kulturní psychoanalýzy. U člověka vidí vedle potřeb fyziologických i potřeby existenciální, mezi které patří potřeba vztahovat se k něčemu, potřeba transcendence, potřeba zakořenění, potřeba prožívání identity a potřeba orientačního rámce. Ta znamená, že *sa člověk potrebuje vzťahovať k nejakému systému, ktorý mu umožní dať jeho svetu zmysel, poriadok, cieľ a účel*<sup>55</sup>. Důležité přitom není, co tento rámeček obsahově tvoří (jaké náboženství, filosofie apod.), ale že člověku poskytuje smysluplné vysvětlení sebe sama a okolního světa. Tuto existenciální potřebu po smysluplnosti vidí Fromm potvrzenou faktem, že *nenajdeme ani jedinou kulturu, která by neměla takový orientač-*

---

<sup>51</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 14 – 15 a KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 36 – 39.

<sup>52</sup> KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 37.

<sup>53</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 15 – 17.

<sup>54</sup> KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 40.

<sup>55</sup> HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 15.

*ní rámeček. A nechybí ani u žádného jedince. Často chce někdo popřít, že má takový obecný světový názor, a domnívá se, že reaguje od případu k případu tak, jak ho vede jeho nezaujatý úsudek. Vždy se dá snadno dokázat, že takový člověk jen pokládá svou vlastní filosofii za něco naprosto samozřejmého, protože se pro něj prostě rovná zdravému lidskému rozumu a neuvědomuje si, že všechny jeho myšlenky spočívají na určitém všeobecně přijímaném vztahovém rámci<sup>56</sup>.*

Toto Frommovo pojetí potřeby vnímat kolem sebe smysluplný řád věcí přítomné u každého člověka mi koresponduje s výše uvedeným Yalomovým pojetím otázky smyslu života jako antropologické konstanty vycházející z mechanismu fungování lidského mozku. A skutečnost, že už i starověký člověk měl tuto potřebu, můžeme vidět i ve starořeckém označení pro vesmír *ho kosmos*, což znamenalo něco uspořádaného, krásného, označovalo např. šperk.

### **3.4 Abraham Maslow (1908 – 1970)<sup>57</sup>**

Byl představitel humanistické psychologie a holistického přístupu ke studiu osobnosti. Je známý svou hierarchizovanou (pyramidální) strukturou lidských potřeb, které rozdělil na potřeby fyziologické; potřebu jistoty a bezpečí; potřebu někam patřit a být milován; potřebu ocenění druhými a kladného sebehodnocení (tyto potřeby označil jako nedostatkové, D-potřeby od Deficiency, nedostatek); potřebu sebeaktualizace (tuto potřebu označil jako růstovou, neboť nesměřuje k odstranění nějakého nedostatku, ale k sebezpřesahu, B-potřeba od being, bytí).

Mezi růstové potřeby, nebo také hodnoty, Maslow zařadil např. celistvost, dokonalost, spravedlnost, krásu, dobrotu, pravdu. Pod vlivem diskusí s Franklem mezi

---

<sup>56</sup> FROMM, Erich. *Anatomie lidské destruktivity: můžeme ovlivnit její podstatu a následky?*. Praha: Aurora, 2007. S. 232.

<sup>57</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 20-21 a KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 92 – 93.

ně posléze zařadil i smysluplnost<sup>58</sup>. Ta se pak v případě, že nižší potřeby jsou uspokojeny, stává významnou motivační silou člověka. Smysl však neleží vně člověka. Smysluplnost vnímá jako vnitřní vlastnost člověka, kterou si každý člověk individuálně naplňuje konkrétním obsahem<sup>59</sup>.

### 3.5 Irvin D. Yalom (\* 1931)<sup>60</sup>

Je americký psychiatr a psychoterapeut, představitel eklektického směru ve skupinové psychoterapii. Tématice smyslu života se nejvíce věnoval v knize Existenciální terapie z roku 1980 (česky 2006) a Máma a smysl života z roku 1999 (česky 2001).

Podle Yaloma každý člověk ve svém životě čelí čtyřem existenciálním danostem, čtyřem základním skutečnostem existence, kterými jsou smrt, izolace, svoboda a bezsmyslnost. Uvědomění si těchto daností vede člověka k existenciální úzkosti, na kterou reaguje různými obrannými mechanismy. V případě bezsmyslnosti je to vytváření smyslu. *Význam smyslu je, že je to tisící prostředek na úzkost; vzniká, aby ulevil úzkosti, která pochází z toho, že člověk čelí životu bez ustanovené, utěšující struktury*<sup>61</sup>. Hledání smyslu života je tedy obranným mechanismem, který má umenšit úzkost z konfrontace s existenciálními danostmi. Yalom konstatuje, že *smysl života je důležitý psychologický konstrukt, který se prima facie (zjevně) hluboce dotýká nás všech*<sup>62</sup>. Za svou praxi se s touto otázkou setkal u mnoha svých pacientů a úlohu te-

---

<sup>58</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 21.

<sup>59</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 96.

<sup>60</sup> Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 246-247 a HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 22 – 23.

<sup>61</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 468.

<sup>62</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 466.

rapeuta vidí právě v zabývání se zásadními otázkami svých pacientů. Takže *ta nejvíc komplikovaná a neřešitelná otázka ze všech, se nesmí v terapii popírat*<sup>63</sup>.

Lidské tázání po smyslu života vidí ve dvou rovinách. První tvoří otázka „jaký je smysl života“, která je dotazem po kosmickém smyslu života. Tedy po životu obecně a po smysluplném rámci, do kterého by lidský život zapadal. Kosmický smysl implikuje něco mimo člověka a v západní kultuře je představitelem tohoto smyslu židovsko-křesťanská tradice. Druhou rovinu vidí v otázce „jaký je smysl mého života“. Ta míří na pozemský smysl, který vidí jako účel, funkci či cíl, o který je možno usilovat a naplnit jej v životě<sup>64</sup>.

Kosmický smysl, který Yalom spojuje hlavně s náboženstvími, byl dominantní do doby osvícenství a jeho přijetí pak bylo čím dál tím těžší. Ovšem i sekulární člověk dle Yaloma nějaký smysl potřebuje, když říká, že *významové systémy se nedají opustit bez nějaké náhrady. Možná se můžeme zřici otázky: „Proč žijeme?“, ale není snadné odložit stranou otázku: „Jak máme žít?“ Současní sekulární lidé mají před sebou úkol najít nějaký životní směr bez pomoci vnějšího majáku*<sup>65</sup>.

### 3.6 Viktor E. Frankl (1905 – 1997)

Nepovažuji za nijak přehnané vnímat Viktora Frankla za *toho* představitele psychologie, který téma smyslu života uchoopil způsobem, jakým nikdo před ním. Způsobem nejhlubším a systematickým.

Přínos a význam Viktora Frankla v této oblasti nelze pochopit bez jeho autobiografických souvislostí<sup>66</sup>. Viktor Frankl se narodil ve Vídni 26. 3 1905 do rodiny vídeňských židů, kteří měli své kořeny v Čechách i na Moravě. Ve své autobiografii uvádí vzpomínku na dětství, kdy jej asi ve čtyřech letech děsila myšlenka, že jednou

---

<sup>63</sup> Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 426.

<sup>64</sup> Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 428.

<sup>65</sup> YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 431.

<sup>66</sup> Srov. TAVEL, Peter. Osobnost a myšlenkový vývoj Viktora E. Frankla. In: FRANKL, Viktor E. *Utrpení z nesmyslnosti života: Psychoterapie pro dnešní dobu*. Praha: Portál, 2016, s. 105-107. a BATTHYANY, Alexander. Viktor E. Frankl – Život a dílo. In: FRANKL, Viktor Emil a LAPIDE, Pinchas. *Bůh a člověk hledající smysl*. 1. vyd. Brno: Cesta, 2011. S. 7 – 14.

musí umřít. Strach ze smrti se později vytratil, ale zůstala myšlenka, zdali pomíjivost života neničí jeho smysl. Ve Vídni vystudoval medicínu a stal se neurologem a psychiatrem. Z počátku byl příznivec Freuda, od kterého přešel ke směru Alfreda Adlera, se kterým se však také po čase rozešel. V roce 1926 má v Akademickém spolku lékařské psychologie ve Vídni přednášku, kde poprvé hovoří o pojmu logoterapie a o sedm let později na stejné půdě hovoří o existenciální analýze. Za doby hospodářské krize se zabývá pacienty, kteří přišli o práci a rovněž o smysl svého života<sup>67</sup>. V roce 1927 je vyloučen ze spolku individuální psychologie a s Adlerovým směrem se rozchází. Věnuje se nadále psychiatrické a psychoterapeutické praxi, kde sbírá podněty pro svou logoterapii. V roce 1930 ukončuje studium na lékařské fakultě. Od roku 1937 pracoval ve vlastní psychiatrické ordinaci. Po zabrání Rakouska nacistickým Německem odmítl zemi opustit. V roce 1941 se oženil s židovkou Tilly Grosser. V tomtéž roce má ještě možnost díky konzulátu USA opustit Evropu, ale pouze sám, bez rodiny, načež se rozhodne zůstat. V roce 1942 je s manželkou zatčen a oba jsou odesláni do koncentračního tábora. Frankl se stal číslem 119 104 a prošel tábory Terezín, Osvětim, Kaufering a Turkheim III. Do Osvětimi si přináší v kabátě ukrytý rukopis své vědecké práce nazvané Lékařská péče o duši. Ve vzpomínce na tuto událost uvádí rozhovor s jedním starším vězněm:

*„Chtěl bych si tento rukopis ponechat a nějak jej zachránit, protože obsahuje mé celoživotní dílo. Chápeš mě?“ Ano, začíná chápat. Šklebí se na celé kolo, nejprve soucitně, potom obveseleně, posměšně, potupně, až nakonec zařve jako odpověď jediné slovo, patřící k jazykovému pokladu táborového vězně a které jsem od té doby slyšel stále a stále: „Nasrat!“ Ted' vím, jak se věci mají. Dospívám k vrcholu prvního údobí psychologických reakcí, který záleží v tom, že dělám čáru pod sloupec svého dosavadního života.<sup>68</sup>*

Doba strávená v koncentračních táborech pro něj byla skutečně přelomovou zkušeností, zkušeností odlidštění člověka, ze kterého se stalo pouhé číslo, ale záro-

---

<sup>67</sup> Srov. POLÁKOVÁ, Jolana. ..vždyť se mnou jsi Ty: Viktor Emanuel Frankl. *Teologické texty*. 1995, 1995(3), 108.

<sup>68</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 16.

veň zkušeností potvrzující mu jeho teorii o důležitosti smyslu života. Během pobytu v táborech učinil zkušenost, že lidé, kteří před sebou měli nějaký úkol nebo vnímali nějaký smysl svého života, byli fyzicky i psychicky více odolní vůči všudypřítomnému utrpení a smrti.

Po osvobození se vrací zpátky do Vídně, kde se dovídá o smrti své ženy a ostatních rodinných příslušníků. V tomtéž roce během devíti dní napíše knihu *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*. Znovu sepisuje knihu *Lékařské péče o duši* a představuje tak logoterapii a existenciální analýzu jako nový svébytný psychotherapeutický směr, který *staví do popředí otázky smyslu, svobody, důstojnosti a odpovědnosti člověka*<sup>69</sup>. V roce 1946 se stává na dalších 25 let přednostou Vídeňské neurologické polikliniky. V 50. a 60. letech napíše několik knih o logoterapii a existenciální analýze, celkem jich za svůj život publikuje 32. V roce 1955 se stává profesorem na vídeňské univerzitě a hostuje po různých univerzitách ve světě. V roce 1970 se na univerzitě v San Diegu stává profesorem logoterapie. Po listopadu 1989 navštíví i Československo, resp. Českou republiku, kde v březnu 1994 obdrží zlatou medaili Masarykovy univerzity a v dubnu pak čestný doktorát Univerzity Karlovy. Umírá 2. září 1997 ve věku 92 let.

### 3.6.1 Logoterapie

Frankl nazval svůj terapeutický systém logoterapie. Vyšel z řecké filosofické a teologické termínu *logos*, který znamená rozum, řád, slovo, a rovněž smysl. Pro své úvahy o smyslu života a terapii smyslem nachází inspiraci v existenciální a fenomenologické filosofii, zvláště u Kierkegaarda, Jasperse, Bubera, Sartra, Schelera a Heideggera<sup>70</sup>. Kratochvíl uvádí, že *Frankl postavil vedle Freudovy touhy po slasti“ a Adlerovy „touhy po moci“ třetí základní lidskou potřebu, kterou označil jako touhu po smyslu*<sup>71</sup>.

---

<sup>69</sup> BATTHYANY, Alexander. Viktor E. Frankl – Život a dílo. In: FRANKL, Viktor Emil a LAPIDE, Pinchas. *Bůh a člověk hledající smysl*. 1. vyd. Brno: Cesta, 2011. S. 12.

<sup>70</sup> Srov. TAVEL, Peter. Filozoficko-antropologická východiska Franklovy teorie. In: FRANKL, Viktor E. *Utrpení z nesmyslnosti života: Psychoterapie pro dnešní dobu*. Praha: Portál, 2016, s. 107-117.

<sup>71</sup> KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 90.

Logoterapie jako systém stojí na třech pilířích<sup>72</sup>, kterými jsou svoboda vůle, vůle ke smyslu a smysl utrpení. Frankl kladl důraz na odpovědnost každého člověka. Formuloval i svůj kategorický imperativ logoterapie, který zní „Žij tak, jako by jsi žil podruhé, a jako by jsi byl v prvním životě jednal tak nesprávně, jak hodláš jednat právě nyní!“<sup>73</sup> Cílem logoterapie je přivést člověka k plnému vědomí odpovědnosti a proto mu ponechává naprostou svobodu v určení si, komu a čemu je odpovědný.

Pozici logoterapeuta Frankl přirovnal k očnímu lékaři, ten na rozdíl od malíře, který předkládá svůj obraz reality, se pokouší rozšířit zorné pole pacienta, aby mohl spatřit a uvědomit si celé spektrum významů a hodnot<sup>74</sup>. Kratochvíl v této souvislosti hovoří o heterotelickém (heteros – druhý, jiný, telos – konec, cíl) zaměření logoterapie k dosahování vyšších cílů a hodnot, oproti autotelickému, zaměřenému na vlastní uspokojení<sup>75</sup>.

Frankl sám definoval logoterapii jako směr, který *se soustřeďuje na smysl lidské existence i na lidské hledání tohoto smyslu*. Podle něj je lidská touha nalézt smysl vlastního života prvořadou motivační silou v člověku. A odtud pramení další základní pojem logoterapie, *der Wille zum Sinn*, vůle ke smyslu, kterou staví do protikladu k vůli ke slasti Freudovy psychoanalýzy a do protikladu k vůli k moci, jak ji pojímal Alfréd Adler.

Český následovník Viktora Frankla, prof. Vladimír Smékal, ve svém výkladu logoterapie odkazuje na význam slova *logos* „slovo“ (se substantivem *logos* souvisí *verbum legere*, které znamená hovořit), neboť se dle něj jedná o psychotherapeutický přístup, který je založen na citlivé práci se slovem, je to, jak sám říká, vlastně taková

---

<sup>72</sup> Srov. TAVEL, Peter. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2007. S. 150.

<sup>73</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 72.

<sup>74</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 72.

<sup>75</sup> Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 91.



„terapie rozhovorem“<sup>76</sup>. Za důležité v této psychoterapii považuje, aby pacient *uslyšel „volání smyslu“ k němuž logoterapie přivádí*<sup>77</sup>. Cesta k tomuto cíli vede *rozpoznáním vůdčích hodnot, zkvalitňováním schopnosti volby a rozhodování, probuzením dovednosti rozpoznat rizikové a protektivní faktory vlastního života a orientovat se na pozitivní transcendující smysl, hierarchizovat své cíle a i plány jednání*<sup>78</sup>. Souhrnem Smékal logoterapii vnímá jako *moderní účinnou metodou terapie a ochrany duševního zdraví člověka cestou „seshora“, obnovením smyslu života a orientací na transcendující hodnoty, které posilují vůli k životu a pomáhají reintegrovat osobnost*<sup>79</sup>.

### 3.6.1.1 *Vůle ke smyslu a existenciální frustrace*

Celá teorie logoterapie je založena na pojmu „Wille zum Sinn.“ V českých překladech Franklových knih se setkáváme s doslovným překladem, vůle ke smyslu, ale také s termíny jako „touha po smyslu“, „orientace ke smyslu“, „potřeba smyslu“. Koncept vůle ke smyslu je pro Frankla zásadním poznatkem o lidské motivaci. Hledání smyslu života vidí jako primární sílu lidského života. Zároveň odmítá, že by šlo jen o sekundární racionalizaci pudových sil, nebo o obranné mechanismy, reaktivní formace a sublimace<sup>80</sup>. Dle Tavela je motivem vůle ke smyslu vyrovnání napětí mezi tím, co člověk je, a tím, čím by se chtěl stát, napětí mezi realitou a ideály. Toto napětí

---

<sup>76</sup> Srov. SMÉKAL, Vladimír. Duchovně orientovaná psychoterapie – naléhavý úkol dneška. In: FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1996. S. 232 – 235.

<sup>77</sup> SMÉKAL, Vladimír. Duchovně orientovaná psychoterapie – naléhavý úkol dneška. In: FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1996. S. 232.

<sup>78</sup> SMÉKAL, Vladimír. Duchovně orientovaná psychoterapie – naléhavý úkol dneška. In: FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1996. S. 232.

<sup>79</sup> SMÉKAL, Vladimír. Duchovně orientovaná psychoterapie – naléhavý úkol dneška. In: FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1996. S. 233.

<sup>80</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 66.

je člověku vlastní, je v jeho podstatě<sup>81</sup>. Nedojde-li k tomuto vyrovnání napětí, k naplnění touhy či potřeby smyslu, neobjeví-li člověk hodnotný smysl pro svůj život, nastane stav, který Frankl nazývá existenciální frustrace nebo existenciální vakuum.

Frustrace (z latinského frustra – marně) je, jak uvádí Nakonečný<sup>82</sup>, označením situace a psychického stavu z ní plynoucího. Znamená překážku v uspokojování nějaké potřeby. Pokud není překážka zdolána, dostaví se jako reakce na trvající frustraci tzv. ego-obranné mechanismy. Jako typické ego-obranné mechanismy Nakonečný uvádí racionalizaci („odvysvětlení“ neúspěchu přesunutím odpovědnosti na jinou osobu); substituci (nedosažitelný objekt je nahrazen jiným) a kompenzaci (místo frustrované činnosti nastoupí jiná) a další.

Existenciální frustrace v pojetí Viktora Frankla je tedy stav, kdy člověk žije bez vědomí smysluplnosti svého života, jenž ho nenechává klidným, a který může vyvolat tělesné i duševní onemocnění. Existenciální frustrace se může za určitých okolností stát patologickou a vést k neuróze nebo depresi se sebevražednými sklony. Tuto neurózu Frankl nazývá noogenní neuróza nebo existenciální neuróza, a je přímým projevem nepřítomnosti životního smyslu<sup>83</sup>.

Existenční vakuum považuje Frankl za jev rozšířený ve 20. století a projevující se hlavně stavem nudy<sup>84</sup>. Situaci člověka vidí tak, že už dávno ztratil některé pudy, které určují chování zvířat, a je postaven před nutnost volby. Ovšem není zde žádný instinkt nebo tradice, která by mu napovídala, co a jak učinit. Stav vnitřní prázdnoty, stav vnitřní nudy, souvisí i s množstvím času, který má Franklův současník k dispozici. Jako příklad uvádí tzv. „nedělní neurózu“, což je *druh deprese, posti-hující jedince, kteří si uvědomují nedostatek obsahu svého života, jakmile ustal shon*

---

<sup>81</sup> Srov. TAVEL, Peter. Základní myšlenky Viktora E. Frankla. In: FRANKL, Viktor E. *Utrpení z nesmyslnosti života: Psychoterapie pro dnešní dobu*. Praha: Portál, 2016, s. 120.

<sup>82</sup> Srov. NAKONEČNÝ, Milan. *Obecná psychologie*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2015. S. 528.

<sup>83</sup> Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 90 a BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, 39(2), 127 - 141.

<sup>84</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 70.

rušného týdne a jejich vnitřní prázdnota se stává zřejmou<sup>85</sup>. Situace, kdy člověk nemůže (není schopen) uspokojit svou potřebu po smyslu, kdy je jeho vůle ke smyslu zmařena, vede dle Frankla k frustraci, k situaci existenční prázdnoty, do které nastupují ego-obranné reakce spočívající ve vůli k moci, penězům, vůli k libidu (sexuální kompenzace)<sup>86</sup>.

### 3.6.1.2 *Smysl života*

Jak rozumí Frankl smyslu života? Smysl života je pro něj tou nejlidštější ze všech lidských potřeb<sup>87</sup>. Nedá se druhému člověku poskytnout, vytvořit, natož pak vnútit. Smysl života musí člověk najít<sup>88</sup>. Nejen musí, ale i může, a to díky svědomí, které Frankl nazývá orgánem smyslu<sup>89</sup>, orgánem, který je schopen *vycit'ovat onen jedinečný a neopakovatelný smysl, který ukrývá každá situace*<sup>90</sup>. Smyslem Frankl nemyslí něco obecného, něco metafyzického nebo to, co Yalom nazývá kosmický smysl. Pro Frankla je smysl vždy konkrétní situace, je to výzva dané konkrétní chvíle, která je adresována konkrétnímu člověku<sup>91</sup>. A jestliže je to výzva dané chvíle, tak z toho vyplývá, že smysl je něco proměnlivého, co se mění s každým dnem. Mění se od situace k situaci, od člověka k člověku. Smysl je proměnlivý, ale všudypřítomný. Existuje pro každého člověka a pro každou životní situaci<sup>92</sup>. Klasické pořadí otázky,

---

<sup>85</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 70.

<sup>86</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 70.

<sup>87</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2007. S. 37.

<sup>88</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Utrpení z nesmyslnosti života: psychoterapie pro dnešní dobu*. Vydání první. Praha: Portál, 2016. S. 24.

<sup>89</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Utrpení z nesmyslnosti života: psychoterapie pro dnešní dobu*. Vydání první. Praha: Portál, 2016. S. 25.

<sup>90</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Utrpení z nesmyslnosti života: psychoterapie pro dnešní dobu*. Vydání první. Praha: Portál, 2016. S. 25.

<sup>91</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Utrpení z nesmyslnosti života: psychoterapie pro dnešní dobu*. Vydání první. Praha: Portál, 2016. S. 27.

<sup>92</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Utrpení z nesmyslnosti života: psychoterapie pro dnešní dobu*. Vydání první. Praha: Portál, 2016. S. 27.

tedy že člověk se ptá po smyslu, však Frankl obrací. Již se nemáme ptát, co očekáváme od života my, ale co život očekává od nás. Život sám nám klade otázku po smyslu a úkolem člověka je na tuto otázku dát odpověď. Slovy Frankla *každý den a každou hodinu zakoušíme výzvy a otázky života, na něž můžeme a máme správně odpovědět nikoli hloubáním a mluvením, nýbrž odpovědným jednáním. Život vposledku neznamena nic jiného, než právě odpovědnost za správnou životní odpověď na otázky, kladené nám životem v podobě úkolů, které máme splnit, v podobě hodiny, jíž máme lidsky čestně obstát*<sup>93</sup>.

### 3.6.1.3 Hodnoty

V koncepci logoterapie mají důležité postavení hodnoty. Když vyjdeme z českého výrazu „hodnota“, říká nám, že jde o něco, co má pro člověka nějakou cenu, význam, pro co je člověk se ochoten a schopen obětovat (věnovat tomu svůj čas, peníze), co je pro člověka důležité. Říkám-li, že má pro mě něco hodnotu, sděluji tím, že určitá věc, jev, osoba má pro mě určitou subjektivní míru důležitosti a ocenění.

Hodnoty mohou být čistě osobní, nebo i celospolečenské. Hodnoty jsou jevem, kterým se zabývají různé obory, kromě psychologie také ekonomie, pedagogika, etika, filosofie, náboženství (resp. teologie). Dr. Gulová ve své studii o výchově k hodnotám vyjadřuje význam slova hodnota slovy *hodnota je slovo mnoha významů, vnímáme jeho veskrze pozitivní zvuk a důležitost pro náš život. Hodnoty jsou v obecném slova smyslu požadovány za nutné pro orientaci člověka, obzvláště v kontextu komplikovaného světa, ve kterém se velmi složitě pohybují mnozí dospělí lidé, natož pak dospívající mládež a děti. V podstatě lze říci, že mnozí z nás neustále tápeme a hledáme smysl života a právě téma hodnot, vlastního hodnotového vidění světa v konfrontaci s hodnotami lidí kolem nás, nám může pomoci v poznání toho, co*

---

<sup>93</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 53.

*je pro nás důležité, co nás motivuje a podle čeho bychom se eventuálně mohli (a měli) orientovat*<sup>94</sup>.

Křivohlavý uvádí, že *hodnoty (jako psychologický konstrukt) byly definovány jako „váhy cílů našeho snažení“*<sup>95</sup> a rozděluje hodnoty na cílové, které jsou vázány na cíle, k nimž v životě směřujeme a instrumentální, které se týkají způsobu života. Obecně se hodnoty v psychologii definují jako určité principy, standardy, cíle či směrnice, které člověk považuje za důležité a kterými řídí svůj život<sup>96</sup>.

Pro Frankla jsou hodnoty obsahovou stránkou smyslu života. Objevování smyslu je objevováním hodnot v daných chvílích a situacích života.<sup>97</sup> Frankl hodnoty rozdělil na<sup>98</sup> zážitkové, tvůrčí a postojové. Uskutečňovat **zážitkové hodnoty** znamená prožívat životně významné vztahy a zážitky. Prismaticem těchto hodnot je smysluplný život takový, ve kterém člověk něco (přírodu, umělecké dílo apod.) či někoho opravdově prožije a prožít někoho v jeho jedinečnosti a jedinství znamená milovat ho<sup>99</sup>. **Hodnoty tvůrčí** vycházejí z talentů, dovedností a schopností člověka. Smysluplný život je takový, ve kterém člověk něco sám vytváří a rozumí smyslu toho, co vytváří. Místem pro objevování těchto hodnot je hlavně práce. Kosová, jako ilustraci smyslu založeném na tvůrčích hodnotách, zmiňuje příběh o třech dělnících na stavbě vykonávajících stejnou práci. Jeden na otázku, co dělá, odpoví, že k sobě lepší cihly, druhý že pracuje, aby vydělal peníze a až ten třetí odpoví, že staví katedrálu. Posledním typem jsou **hodnoty postojové**. Uskutečňovat tyto hodnoty znamená postavit se realitě, kterou člověk nemůže nijak změnit. *Hodnoty postoje spočívají v přitakání*

---

<sup>94</sup> GULOVÁ, Lenka. Výchova k hodnotám a hodnotová orientace současné mládeže. In: STŘELEČEK, Stanislav, ed. *Studie z teorie a metodiky výchovy II*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005. S. 36 – 44.

<sup>95</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 106.

<sup>96</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 59.

<sup>97</sup> Srov. HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychologie*. Bratislava: Slovak academic press, 2007. S. 61.

<sup>98</sup> Srov. KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 48 – 49

<sup>99</sup> Srov. BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), s. 134.

*životu v nejtěžších chvílích zkoušek, utrpení a ztrát. Tento „výkon“ je darem a příkladem pro druhé<sup>100</sup>.*

### 3.6.2 Techniky logoterapie

Ačkoli logoterapie přistupuje ke každému člověku a jeho problémům specificky a individuálně, mohl Frankl na základě podobných okolností a podobných problémů vytvořit určité techniky, které bylo možné aplikovat obecně. Jsou jimi dereflexe, paradoxní intence a změna postoje.

#### 3.6.2.1 Dereflexe

Podstata této techniky spočívá v odklonění pozornosti (reflexe) od vlastní osoby (od vlastního problému) a zaměření k jinému cíli. Používá se v případech, kdy člověk chce něčeho velmi, až přehnaně, dosáhnout. Balcar uvádí, že mnozí pacienti trpí následujícími problémy. Hyperreflexí, tedy že přehnaně sami sebe pozorují, sledují se, což vede k různým negativním symptomům. Hyperdiskusí, tedy že o svém prožívání přehnaně hovoří a hyperintencí, tedy že zcela přehnaně usilují o dosažení nějakého cílového stavu (štěstí, slasti apod.), čímž dochází ke zcela opačnému efektu<sup>101</sup>.

Na tyto patogenní deflexe, říká Balcar, směřuje dereflexe s cílem, aby se člověk přestal zaměřovat na své já, na své potřeby a touhy, a aby začal skutečně jednat a objevil smysluplné cíle ležící mimo něj a na ně zaměřil své úsilí.<sup>102</sup> *Dereflexe spočívá v obnovení zdravého vnitřního odstupu od soběstředných cílů a v přesměrování záměrů pacienta – jeho myšlení, jednání a hodnocení – k cílům jeho osobu přesahu-*

---

<sup>100</sup> KOSOVIÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 49.

<sup>101</sup> Srov. BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), 127 - 141.

<sup>102</sup> Srov. BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), 127 - 141.

*jícím. Podstatou dereflexe je umění přehlížet („zapomenout“) sebe, včetně svých obtíží a příznaků, ve prospěch smysluplných vnějších cílů.<sup>103</sup>“*

### 3.6.2.2 Paradoxní intence

Pro přiblížení této techniky nabízí Frankl příkad anticipační úzkosti, jenž je charakteristická strachem pacienta, který přivodí paradoxně právě to, čeho se pacient bojí. Frankl v této souvislosti připomíná rčení „přání je otcem myšlenky“ a obměňuje jej na „strach je matkou události“. Podstatou paradoxní intence pak je, že se pacient zaměří právě na to, čeho se bojí. Strach je nahrazen, paradoxně, přáním. Tato technika předpokládá u pacienta schopnost odstoupit od sebe, přestat brát sám sebe smrtelně vážně a zaujmout k sobě objektivní postoj, který je vlastní smyslu pro humor<sup>104</sup>. Tato technika učí prostřednictvím humoru se podívat symptomu do tváře<sup>105</sup> a takto jej depotencovat, zbavit jej jeho svazující síly. Dle Balcara byla tato technika převzata i dalšími psychoterapeutickými směry a její účinnost byla prokázána u různých příznaků (s výjimkou sebevražedného jednání u melancholiků)<sup>106</sup>.

### 3.6.2.3 Změna postoje

Tato technika vyjadřuje celkové zaměření logoterapie, a sice změnu v zacílení života, změnu v přístupu ke svému životu, k problémům. Zásadním předpokladem je, že postoj člověka k jeho problémům může buď napomáhat, nebo bránit jejich léčbě. *Zdravý postoj spočívá v tom, e se člověk považuje za tvůrce svého života, i když si*

---

<sup>103</sup> BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), s. 137.

<sup>104</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. S. 78 – 80.

<sup>105</sup> Srov. KOSOVIÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 57.

<sup>106</sup> Srov. BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), 137 – 138.

*uvědomuje své vnitřní i vnější hranice. Nezdravý postoj je vždy nějakým způsobem spojen s pasivní rolí oběti, rezignací, zoufalstvím, stagnací a lhostejností<sup>107</sup>.*

### 3.6.3 Následovníci a pokračovatelé

Dílo Viktora Frankla došlo už za jeho života širokého ohlasu, jeho knihy byly přeloženy do mnoha jazyků a systém logoterapie se stal cestou pro mnoho terapeutů.

Ještě za Franklova života se objevily dva rozdílné přístupy k logoterapii, z nichž se později vytvořily dva samostatné směry, jejichž představitelé jsou Elisabeth Lukasová a Alfred Längle.

#### 3.6.3.1 Elisabeth Lukasová (\* 1942)

Je rakouská psycholožka, přímá žákyně Viktora Frankla. Do r. 2003 vedla Jihočeský institut pro logoterapii ve Fürstenfeldbrucku nedaleko Mnichova. Dnes působí v Rakousku ve Vzdělávacím institutu pro logoterapii a existenciální analýzu. Principy logoterapie aplikuje i mimo rámec psychoterapie do různých oblastí života. Její pojetí smyslu života odpovídá Franklovu pojetí, že smysl života musí lidský život přesahovat. Její pojetí smyslu života, které uvedla ve své knize *Auch dein Leben hat sinn* z roku 1981, uvádí Jaro Křivohlavý: *Kdyby byl cíl života dosažitelný v průběhu života, bylo by nesmyslné dále pokračovat poté, co bylo tohoto cíle dosaženo. Proto smysl života nesmí být chápán ani jako dosažitelný, ani jako nedosažitelný. ... Smysl je samo lidské snažení a lidský životní boj. Smysl je projekcí lidského hledání a lidské vůle<sup>108</sup>.* Pro účely zkoumání životního smyslu vytvořila Lukasová kvalitativní Logo-test<sup>109</sup>. V českém překladu vyšly její knihy *Logoterapie ve výchově* (1997) a *I tvoje utrpení má smysl* (1998).

---

<sup>107</sup> KOSOVI, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 61.

<sup>108</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 116.

<sup>109</sup> Srov. KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. S. 92.



### 3.6.3.2 *Alfried Längle (\* 1951)*

Je rakouský psycholog a lékař. V letech 1976 – 1983 prošel výcvikem u Frankla a v roce 1985 spoluzaložil Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu v Rakousku. V roce 1991 se kvůli svému rozpracování logoterapie názorově s Franklem rozchází. Ve svém pojetí se zaměřil na otázky smysluplného jednání v různých životních situacích<sup>110</sup>. Tázání po smyslu života je pro něj hluboce lidskou otázkou<sup>111</sup>, která může vystupovat na povrch pod jinými jmény či otázkami. Vždy jde ale o stejné téma, *to, co je míněno smyslem, má pro život člověka ústřední význam*<sup>112</sup>. Důležitost otázky po smyslu mu vyplývá ze tří základních zkušeností člověka, kterými jsou zkušenost svobodné volby; zkušenost, že člověk rozhoduje o různých hodnotách a proto není jedno, jak zvolí; a zkušenost, že situace člověka se neustále mění<sup>113</sup>.

Smysl života nepojímá v obecné rovině (kosmický, absolutní smysl), ale chápe jej vždy jako konkrétně uchopitelnou a uskutečnitelnou možnost<sup>114</sup>, jako *určitý způsob utváření situace*<sup>115</sup>. Žít smysluplný život pak znamená, *že se člověk se svými vlohami a schopnostmi, se svým cítěním a chtěním věnuje tomu, co mu právě přítomná chvíle nabízí. Tvořivě se s tím vyrovnává jako ten, kdo přijímá i dává. Smysl spočívá v angažovanosti, v bezprostřední zúčastněnosti „na věci“*<sup>116</sup>. Smyslem je rovněž vystihnoutí a uskutečnění toho nejlepšího z okolností a možnosti dané přítomné situace<sup>117</sup> nebo jinými slovy, je to ta nejlepší, daným okolnostem odpovídající cesta, kterou

---

<sup>110</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 115.

<sup>111</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 8.

<sup>112</sup> LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 8.

<sup>113</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 8.

<sup>114</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 40.

<sup>115</sup> LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 7.

<sup>116</sup> LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 7.

<sup>117</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 23.

člověk objeví a vydá se po ní.<sup>118</sup> Smysl je přítomný vždy a všude. *At' je život jakkoli nevypočitatelný a nepředvídatelný, obsahuje v každém případě a v každé situaci možnost smyslu<sup>119</sup>. Smysl nelze dát ani nařídít – musí být rozpoznán, nalezen. Vše, co se má stát smyslem, musí projít „uchem jehly“ osobního poznání. Smysl, který lze vydobýt z bezvýhodných situací, spočívá v onom „jak“ se s nimi vyrovnáváme a v onom „pro co“ je snášíme<sup>120</sup>. Smysl je životní směr pro určité časové období. Při jeho sledování člověk na sebe bere cestu za tím, pro co „stojí za to žít“<sup>121</sup>.*

### 3.6.3.3 Pokračovatelé v České republice

Téma smyslu života má své příznivce i v České republice. Mezi přední reprezentanty logoterapie a existenciální analýzy u nás patří prof. Vladimír Smékal (\* 1935), doc. Karel Balcar (\*1939), který pořídil mnohé překlady Franklových knih do češtiny a prof. Jaro Křivohlavý (1925 – 2014). Ten se tématu smysluplnosti věnoval v knize *Mít pro co žít* (1994, 2. rozšířené vydání 2010) a v odbornější publikaci *Psychologie smysluplnosti existence* (2006). Zde uvedl i svou vlastní definici smysluplnosti: *Tam, kde je lidské vědomé jednání a rozhodování o něm zaměřeno k určitému, pro daného člověka hodnotnému cíli, tj. tam, kde je toto jednání z úmyslu a vůle daného člověka cílevědomé, tam je možné hovořit o účelné a smysluplné činnosti<sup>122</sup>.* V článku z roku 2007 Křivohlavý konstatuje, že v posledních letech ve svém oboru registruje zvýšený zájem o otázky smysluplnosti. Rovněž uvádí, že smysluplnost života má úzký vztah k problematice psychologie zdraví. Konstatuje, že *těžko by-*

---

<sup>118</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 24.

<sup>119</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 33.

<sup>120</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 35.

<sup>121</sup> Srov. LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta, 2002. S. 38.

<sup>122</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. S. 51.

chom mohli hovořit o „duševně zdravém“ ale naprosto nesmyslném životě.<sup>123</sup> Dále, dle mého soudu jako velmi přínosné a hodné k zamyšlení, uvádí několik důvodů, proč se vlastně tématem smysluplnosti života v současnosti zabývat. Tento souhrn důvodů vidím jako relevantní pro všechny typy pomáhajících profesí, protože téma smyslu života jimi prostupuje. Křivohlavý tedy na otázku, proč je dnes důležité se tématem smyslu života zabývat, uvádí následujících devět tezí:

1. *Protože zaměření našeho jednání je směřování k tomu, co bude – k budoucnosti, k cílům, které si stavíme, k tomu, co očekáváme, na co se těšíme, oč se snažíme, a jsou to právě cíle našich snah, které dávají našemu jednání smysluplnost.*
2. *Protože problematika smysluplnosti života je v pozadí naší motivace – toho, oč nám v životě jde a oč nám nejde, toho, co nás povzbuzuje k tomu o něco se snažit a o něco usilovat, i toho nač si v životě troufneme (našich aspirací).*
3. *Protože se ukazuje, že to, co se rozumí smysluplností života, má vliv na to, jak je náš život kvalitní, jaký je náš zdravotní stav, a to nejen naše psychické, ale i fyzické zdraví.*
4. *Protože to, jaké je pojetí našeho vlastního života má vliv na to, zda nám je nebo není dobře, i na to, jak jsme v životě spokojeni nebo nespokojeni, zda prožíváme v životě radost nebo její opak, štěstí nebo neštěstí. (feeling of well-being).*
5. *Protože problematika smysluplnosti života se podílí na tom, jak zvládáme stresy, jak moc se zlobíme, hněváme, případně i na to, jak jsme klidní nebo naopak agresivní.*
6. *Protože to, jaké je naše pojetí smysluplnosti života má vliv na tvorbu naší hierarchie hodnot (toho, kterým hodnotám dáváme přednost před jinými) i na změny našeho žebříčku životních hodnot.*

---

<sup>123</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Problematika smysluplnosti života v psychologii. In: *Www.jaro.krivohlavy.cz* [online]. 2007 [cit. 2017-04-01]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>

7. *Protože otázky smysluplnosti života hrají klíčovou roli v průběhu celého života při tvorbě a udržování pojetí naší vlastní identity (hledání odpovědi na otázku “kdo vlastně jsem?”)*
8. *Protože smysluplnost našeho bytí povzbuzuje a posiluje pojetí soudržnosti (Sense of coherence) v chápání našeho života.*
9. *Protože smysluplnost života má své místo i v pojetí celoživotního vývoje osobnosti (life-span – development), zvláště pak růstu a zrání osobnosti, stárnutí a adaptace na změny či zvládání životních obtíží, tj. na tom, co se vlivem přerůzných událostí, těžkostí a změn prostředí v průběhu života v naší osobnosti mění.<sup>124</sup>*

Souhrn těchto tezí by se dal vyjádřit slovy, že téma smysluplnosti života prokazatelně ovlivňuje kvalitu života člověka, jeho sebepojetí, jeho zdraví, jeho vztahy k okolí a jeho jednání s ním. Svými důsledky sahá do oblastí jako je zdravotnictví, a tedy i financí a ekonomie a tím pádem i do politiky, neboť společnost je souhrn jednotlivců prožívajících nějak (ne)smysluplnost svého života, kteří ovlivňují hospodářské i společenské dění. Téma smysluplnosti života tedy není redundantním nebo čistě teoretickým. Týká se každého člověka a promítá se do mnoha, ne-li všech oblastí společnosti.

V roce 1999 u nás vznikla Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu<sup>125</sup>, která pořádá vzdělávací aktivity v oblasti logoterapie a existenciální analýzy a rovněž psychoterapeutický výcvik v této metodě. V Olomouci sídlí Institut pro integrativní psychoterapii a psychologické poradenství, s.r.o.<sup>126</sup> nabízející rovněž logoterapeutický výcvik.

---

<sup>124</sup> KRÍVOHLAVÝ, Jaro. Problematika smysluplnosti života v psychologii. In: *Www.jaro.krivohlavy.cz* [online]. 2007 [cit. 2017-04-01]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>

<sup>125</sup> Srov. [www.slea.cz](http://www.slea.cz)

<sup>126</sup> Srov. [www.ipipapp.cz](http://www.ipipapp.cz)

### 3.6.4 Osobní pohled na Viktora Frankla a logoterapii

Můj pohled na život a dílo Viktora Frankla byl formován třemi událostmi, kterými byly v časovém sledu – před několika lety návštěva Osvětimi, poté četba knihy *Člověk hledá smysl* (zkušenost z koncentračního tábora, vyšlo také od názvem *A přesto říci životu ano*), a následně možnost podrobného rozhovoru se dvěma českými Židy, kteří rovněž přežili Osvětim (a s Franklem se dost možná i setkali). Být v Osvětimi, na místě, kde koncentrace pro mě nepochopitelné lidské krutosti dosahuje tak závratné výše, byl prožitek opravdu existenciální. Ač ještě neovlivněn Franklovými otázkami a způsobem jeho přemýšlení, kladl jsem sám sobě otázku po smyslu lidského života, po smyslu utrpení, otázku, jak bylo něco takového jako Osvětim vůbec možné. Franklův příběh o jeho životě v mezních situacích pro mě byl naprosto překvapivým nahlédnutím světla v naprosté temnotě. Naděje a dokonce smysluplnost na místě, které kolem sebe vyzařovalo jen pach absurdní, bezesmyšlové krutosti a utrpení. Sám na sobě jsem mohl zakusit pravdivost Frankových myšlenek, že člověk je tvor toužící po smyslu. Franklovy myšlenky a teze ve mně rezonovaly a daly mi verbální vyjádření myšlenkám, pro které jsem sám v sobě hledal slova. Důraz na prožívání smysluplnosti a radosti v každém okamžiku existence, nacházet a prožívat smysluplnost a potěšení v kreativě, v zážitcích úžasu nad přírodou a lásky k ženě a dětem, považuji za Franklův obrovský přínos společnosti 20. i 21. století, který jsem mohl a stále mohu osobně prožívat. Franklův systém logoterapie považuji za velmi užitečný, pomáhající člověku v orientaci ve světě a skutečný, ve smyslu Jungova *wirklich ist, was wirkt*.

## 4 SMYSL ŽIVOTA A KOMUNIKACE V SOCIÁLNÍ PRÁCI

### 4.1 Význam komunikace v sociální práci

V pomáhajících profesích není možné roli komunikace, její zásady a význam, přecenit. Tento druh práce s lidmi stojí a padá s úrovní komunikace. Pominu-li určitou administrativní část práce sociálního pracovníka, souvisí jeho veškerá další práce s komunikací, a to nejen v obecném smyslu, ale že způsob, kvalita a úspěch či neúspěch jeho práce jsou v přímé souvislosti s kvalitou komunikace.

Význam komunikace v sociální práci nám vyplyne, podíváme-li se, jak je sociální práce vlastně definována, co se od ní očekává, jak a na koho má směřovat.

Oldřich Matoušek definuje sociální práci jako společenskovední disciplínu i oblast praktické činnosti, *jejímž cílem je odhalování, vysvětlování, zmírňování a řešení sociálních problémů ... sociální pracovníci pomáhají jednotlivcům, rodinám, skupinám i komunitám dosáhnout způsobilosti k sociálnímu uplatnění nebo ji získat zpět.*<sup>127</sup> Dle Mühlpachra je sociální práce v užším slova smyslu charakterizována *přímým, záměrným a připraveným kontaktem sociálního pracovníka s klientem (skupinou, komunitou) za účelem stanovení sociální diagnózy a provádění sociální terapie. Ta spočívá v sociálně výchovném působení a ovlivnění či usměrnění klientů ke změně postojů a své sociální situace*<sup>128</sup>. Pavel Navrátil předkládá ve své publikaci tři paradigmatu v pojetí sociální práce, a sice paradigma poradenské, reformní a terapeutické. V terapeutickém pojetí je sociální práce *chápána jako pomoc prováděná zejména formou psychoterapie (individuální, skupinové). Zastánci tohoto přístupu spatřují cíl sociální práce ve snaze pomoci zabezpečit jednotlivcům, skupinám i komunitám psychickou a následně také sociální pohodu. ... Prostředkem k obnově duševního zdraví nebo vnitřní rovnováhy osobnosti je v rámci tohoto paradigmatu podpora rozvoje a uskutečnění osobnosti klienta. Principiální důraz je přitom kladen na*

---

<sup>127</sup> MATOUŠEK, Oldřich a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. S. 11.

<sup>128</sup> MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální práce*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. S. 27.

*komunikaci a vztah.... Důraz na komunikaci a vztah patří vůbec k základním premi-  
sám sociální práce.<sup>129</sup>*

Sociální práce jako práce s jednotlivcem, s členy rodiny, se skupinou či celou komunitou, za účelem ovlivňování klientů ke změně postojů. Obsah těchto slov si nelze představit jinak, než v úzké souvislosti s určitým stylem a kvalitou komunikace. Výše uvedené i jiné definice sociální práce v sobě implicitně obsahují komunikaci jako prostředek k dosažení svého cíle. Mezilidskou komunikaci tedy zcela právem můžeme považovat za zásadní součást, resp. předpoklad odborné sociální práce.

Význam komunikace nám rovněž plyne z každodenně zakoušeného faktu, že slovo má svou sílu. Slyšet či naslouchat neznamena jen neutrálně vnímat, ale být ovlivňován, reagovat na slyšené.

Obecnou důležitost komunikace bych ještě o to více zdůraznil v souvislosti s tématem smyslu života. Tato existenciální tematika je obrazně řečeno velmi „křehká a může se snadno „rozbít“ o různá nedorozumění, nereflektované předporozumění, stereotypy ve vnímání apod. S tématem smyslu života se dotýkáme něčeho subjektivního a rovněž intimního, o čem člověk nehovoří každý den a před každým. Proto pokud má sociální pracovník uchopit toto téma jako nástroj, musí o to více dbát na úroveň a kvalitu komunikace tohoto tématu. Fakt, že zvolený (nebo nevědomě aplikovaný) způsob komunikace má dalekosáhlé důsledky, pojednává rovněž psycholog Zbyněk Vybíral, který uvádí, že komunikace s pacientem, *jeho promlouvání i neverbální působení léčí. Anebo skromněji řečeno, odborník může svou komunikací podstatně ovlivnit psychické zdraví a celkovou pacientovu pohodu. Už svými dotazy, tím, čemu sám přikládá větší a čemu menší význam, pomáhá konstruovat význam nemoci a potíží v mysli druhých lidí. Některá sdělení může ignorovat, jiná bagatelizovat, nad dalšími se může „významně podívat“.* Může psychický a zdravotní stav jak zlepšovat, tak zhoršit<sup>130</sup>. V pomáhající profesi jakou je sociální práce proto není jedno, jak se komunikuje. A pokud má být v komunikaci uchopeno téma smyslu života, je třeba klást na úroveň komunikace ještě větší nároky. Proto se ve zbylé části kapitoly zamě-

<sup>129</sup> NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. S. 14 – 15.

<sup>130</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 259.

řím na to, co považuji za podstatné v případě, že nástrojem sociální práce má být smysluplnost života.

## 4.2 Co všechno znamená komunikovat?

„Není možné nekomunikovat“, zní první věta teorie sociální komunikace, uvádí Křivohlavý a dodává možná banální, možná překvapivý fakt, že *ke sdělování dochází všude tam, kde se lidé setkají. ... při setkání dvou lidí dochází vždy a všude k výměně zpráv mezi nimi. I tam, kde druhému nic neřekneme, sdělujeme mu právě to, že mu nechceme nic oznámit*<sup>131</sup>. Komunikace tedy není jen schopnost, ale i vlastnost člověka, kterou nelze odložit. Není možné z procesu komunikace vystoupit. I samotný člověk na ostrově může komunikovat sám se sebou, může být sám se sebou v rozhovoru.

Komunikovat znamená něco někomu sdělovat. České slovo komunikovat má původ v latinském substantivu *communicatio* a slovese *communicare*. *Communicatio*, česky „sdělení, sdílení“ znamenalo „vespolné účastnění“ a *communicare* „činit něco společným, společně něco sdílet“<sup>132</sup>. K pochopení etymologie slova Křivohlavý ještě přidává<sup>133</sup>, že latinským ekvivalentem pro „*communicare*“ je sloveso „*participare*“, což znamená „spolupodílet se s někým na něčem, mít podíl na něčem, spoluúčastnit se“.

Na komunikaci jako fenoménu je zajímavé, že ji nikdy nemůžeme popsat zcela objektivně či nezávisle. Jak uvádí Vybíral, *na naší komunikaci s druhými lidmi je pozoruhodné, že ji vždy spoluvytváříme a ovlivňujeme, přispíváme k ní a zároveň jsme její součástí. Bývá proto obtížné porozumět komunikační výměně, když se na ní*

---

<sup>131</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1988. S. 14.

<sup>132</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 25

<sup>133</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1988. S. 19.



ve stejnou chvíli podílíme<sup>134</sup>. S nadsázkou by se dalo říci, že komunikace je něco jako kvantový jev, a aktivita pozorovatele ovlivňuje stav pozorovaného jevu.

Co je předmětem či obsahem komunikace bylo v teorii již mnohokrát vystiženo. Křivohlavý uvádí, že do výčtu toho, co si navzájem sdělujeme, patří zprávy a informace; jak chápat to, co říkáme; svůj postoj k věci, o níž hovoříme; svůj postoj k posluchači, tzv. „tebe-pojetí“; své sebe-pojetí; kvalitu našeho vztahu; vzájemná „pravidla hry“; co požadujeme<sup>135</sup>.

Známým je i model Friedemanna Schulze von Thuna, který komunikaci rozdělil na<sup>136</sup> věcný obsah – o čem druhého zpravuji; sebe-projev – co sděluji o sobě; vztah – co si o druhém myslím a výzvu – k čemu chci druhého pobídnout. Této čtveřici pak odpovídá na straně příjemce i čtverý způsob vnímání sdělovaného, tedy slovy Schulze von Thuna „čtvero uší“, ucho věcné, vztahové, sebe-projevové a výzvové<sup>137</sup>.

Křivohlavý, Schulz von Thun a další teoretici komunikace nám sdělují, že jedno a totéž sdělení v sobě obsahuje zároveň mnoho poselství, že hovoříme „několika jazyky“ a nasloucháme „několika ušima“. Jak sám Schulz von Thun přiznává, bylo pro něj toto zjištění fascinujícím objevem<sup>138</sup>. A jeho důsledky je třeba brát v komunikaci v pomáhajících profesích velmi vážně, protože (dle Schulz von Thunova modelu) jen pokud se setká např. „věcný jazyk“ s „věcným uchem“, dochází k porozumění. Všechny ostatní možnosti znamenají neporozumění.

#### 4.2.1 Komunikující jako produkt komunikace

V souvislosti s výše zmíněným tématem síly a působení slova považuji za důležité uvést ještě poznatek Zbyňka Vybírala, že člověk je nejen produktor komunika-

---

<sup>134</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 26.

<sup>135</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1988. S. 15-17.

<sup>136</sup> Srov. SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 19 – 23.

<sup>137</sup> SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 35 – 43.

<sup>138</sup> SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 19.

ce, tedy ten, kdo proces komunikace vytváří, ale zároveň i *produkt komunikování*, tedy tím, kdo je procesem komunikace utvářen. Vybíral uvádí, že *komunikace pozměňuje naše myšlení, postoje a emoce. Jazyk, který využíváme k vyjádření, není jen odrazem reality s účelem skutečnost popsat. Je i prostředkem, kterým tuto realitu měníme – v myslích komunikujících. Volba konkrétního popisu je velmi mocný prostředek utváření vztahů: vztahů mezi lidmi i vztahů člověka k událostem a ke světu*<sup>139</sup>. Tento poznatek je třeba vzít v potaz v souvislosti s úskalími komunikace v sociální práci, neboť může ovlivnit náš vztah ke klientovi a vést k tomu, že jeho pojetí smysluplnosti života bude de facto naším, které jsme svým stylem a obsahem komunikace klientovi nevědomě vnutili.

#### 4.2.2 Co nás vede ke komunikaci?

Chtít vědomě komunikovat záleží na motivaci, a tu má dle Vybírala každý člověk, ale v různé intenzitě, která není stálá a závisí na různých faktorech<sup>140</sup>. V souvislosti s tématem smysluplnosti života v sociální práci bude nutné mít na zřeteli, že toto téma nebude určitě patřit mezi první, které bude sociální pracovník s klientem otvírat. V případě práce s klientem by měl sociální pracovník citlivě vnímat a rozpoznávat, zda má vnitřní motivaci otevřít se existenciálním otázkám, otázce hodnot a cílů svého života. Vybíral uvádí několik druhů možných motivací, které vedou člověka k tomu, že komunikuje. Hovoří např. o<sup>141</sup> motivaci kognitivní, chceme-li sdělit něco o sobě, o světě; motivaci sdružovací, chceme-li navázat vztah; motivaci sebezpotvrzovací – v komunikaci s druhým zažívám potvrzení, že pro něj mám cenu. Zcela samostatně pak uvádí motivaci existenciální, kterou vnímá jako ostatním druhům motivace nadřazený pojem, který je v sobě zahrnuje. Existenciální motivace ke komunikaci znamená, že *komunikací člověk uspokojuje smysl života – proto má zájem komunikovat. Je-li výsledkem uspokojivé komunikace životní spokojenost, naplňuje své bytí na tomto světě, životní úkol. ... Naše existence by bez komunikace dost*

---

<sup>139</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 29.

<sup>140</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 33.

<sup>141</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 33 – 35.

*dobře nebyla možná. Bez ní bychom jen přežívali, pravděpodobně bychom nezažívali prožitky opravdového bytí. Život dostává smysl právě tím, že s někým vyměňujeme a sdílíme myšlenky, vzpomínky, prožitky, že o nich hovoříme, že je sdílíme beze slov i slovy. Zaplašujeme pocity bezesmyslnosti; už to, že nám někdo naslouchá, trpělivě a povzbudivě s námi mluví, může být prevencí proti depresi nebo melancholii. Komunikujeme, abychom se udržovali psychicky zdraví a lidsky celiství.*<sup>142</sup>

Z výše uvedeného vyplývá, že nejen až obsah komunikace zaměřený na téma smysluplnosti života, ale už samotný akt komunikace je něčím, co dává člověku zažít pocit smysluplnosti. Tedy pokud je to opravdu komunikace ve smyslu původního *communicatio*, nebo jak to vyjadřuje Křivohlavý, že komunikovat v *nejhlubším smyslu slova znamená otevírat nitro jeden druhému...s někým se z něčeho společně radovat, druhému něco předávat...dávat i přijímat, tj. navzájem se sdílet*<sup>143</sup>. V tomto smyslu komunikovat znamená zažívat, že nejsem sám, že mám svou hodnotu jako člověk, že jsem přijímán, že se spolupodílím na životě druhých. Tedy to, co bychom asi ve výčtu životních pocitů mnoha klientů a uživatelů sociálních služeb hledali marně.

### 4.2.3 Slyšet a naslouchat

Ve verbální komunikaci, pokud má být úspěšná, jde nejen o kvalitní srozumitelné vyjadřování, ale rovněž o naslouchání. Křivohlavý říká, že *naslouchání druhému člověku je první a nejdůležitější fází osobního rozhovoru*<sup>144</sup>. Naslouchání však Křivohlavý odlišuje od pouhého slyšení, neboť dle něj hrají v interpersonálním kontaktu rozdílnou roli. Křivohlavý uvádí, že co se slyšení týče, slyšíme spoustu zvuků a nijak na ně vědomě nereagujeme. Kdežto naslouchání je něco kvalitativně jiného, naslouchání vychází z porozumění a nikdy neprobíhá automaticky. Naslouchání je vědomý akt vůle, rozhodnutí věnovat někomu čas a pozornost. Slyšení je záležitost

---

<sup>142</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 35.

<sup>143</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1988. S. 20.

<sup>144</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. S. 12.

fyziologická, naslouchání je záležitost psychologická, ve které jde o pochopení a porozumění slyšeného<sup>145</sup>.

V oblasti komunikace v sociální práci jde jednoznačně o naslouchání, a to o naslouchání aktivní. Pasivní naslouchání přirovnává Křivohlavý k záznamu na diktafon, který registruje vše vyřčené, ale zcela pasivně. Pro kvalitní komunikaci v sociální práci, obzvláště pokud se tématem komunikace stanou otázky smyslu života, životních hodnot a cílů, vyrovnání se se závažnou nepříznivou životní situací, hraje aktivní naslouchání klientovi zcela zásadní roli. A není snad autora, který by ve svém pojednání o komunikaci aktivnímu naslouchání nevěnoval, což jen podtrhuje jeho význam.

Podle Křivohlavého se aktivní naslouchání vyznačuje určitou iniciativou. *Není jen slyšením, ale i viděním. Není jen příjmem informací, ale i pokusem o jejich zpracování do určitého přehledu a smysluplného obrazu. Není jen lhostejným záznamem emocí, ale empatickým (soucítěním proniklým) souzněním. Není jen zachycováním všeho, co partner řekl, ale zároveň i pokusem o vedení partnera k hlubším a podstatnějším věcem, případně k většímu nadhledu a rozhodnutí.*<sup>146</sup> Takto pojaté aktivní naslouchání pak Křivohlavý dělí na část reflexivní, kdy naslouchám, zvažuji a zpracovávám to, co druhý říká; část empatickou, kdy naslouchám a snažím se o souznění citů, které druhý prožívá a nakonec část zvanou „rozhodnutí“, kdy se snažím druhého dovést k jeho vlastnímu rozhodnutí.<sup>147</sup>

Autor několika knih o komunikaci, Joseph A. DeVito pojímá naslouchání jako specializovaný typ vnímání<sup>148</sup>. O naslouchání hovoří jako o efektivním a aktivním. Efektivní naslouchání je takové, které se vyznačuje těmito pěti vlastnostmi. Za prvé umožňuje se něčemu naučit, získat poznatky o druhých, o sobě i o světě kolem. Za druhé umožňuje navazovat a udržovat vztahy s druhými lidmi. Za třetí umožní

---

<sup>145</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. S. 12 – 15.

<sup>146</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. S. 53.

<sup>147</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. S. 53 – 54.

<sup>148</sup> Srov. DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. S. 81.

ovlivňovat chování a postoje druhých lidí. Za čtvrté umožní rozpoznat, kdy se zapojit do komunikace jako hry a naslouchat uvolněně. A za páté, efektivní naslouchání umožňuje druhým lépe pomáhat, neboť díky němu více slyšíme a hlouběji můžeme druhému porozumět<sup>149</sup>. Při efektivním naslouchání dle DeVita se snažíme být empatičtí a zároveň objektivní; otevření novým věcem, ale zároveň kritičtí a citliví pro hloubkové naslouchání, tedy pro různé významové roviny řečeného.<sup>150</sup> Pro účely aktivního naslouchání jako zvláštní techniky, která vede k efektivnímu naslouchání, slouží dle DeVita několik technik, které je vhodné v rozhovoru uplatnit. Jedná se o parafrázi myšlenek mluvčího, vyjádření pochopení pocitů mluvčího a pokládání zpětných otázek, které vedou ke stimulaci rozhovoru a potvrzují zájem o mluvčího.<sup>151</sup>

Jako základní dovednost v poradenství uvádějí naslouchání Sue Culley a Tim Bond, autoři knihy o integrativním poradenství<sup>152</sup>. Naslouchání je podle nich *složitá činnost a dovednost, jež probíhá na mnoha úrovních. Zahrnuje sledování, přijímání a pochopení zpráv, které klienti posílají jednak tím, co říkají, jednak tím, co dělají.*<sup>153</sup> A pro definování aktivního naslouchání použili autoři názorného obrazu. Poradce, nebo sociální pracovník, není *houbou, která vstřebává informace bez jakéhokoli třídnění*<sup>154</sup>. Je to stejný důraz, jako výše u Křivohlavého. Pomáhající profese v komunikaci s klientem není pasivním diktafonem, zachycujícím vše vyřčené. Autoři dále svůj obraz vysvětlují slovy: *množství předávaných informací bude příliš velké na to, abyste mohli zaznamenat a zareagovat na každý podnět. Tudiž budete dělat*

---

<sup>149</sup> Srov. Srov. DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. S. 81 – 82.

<sup>150</sup> Srov. Srov. DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. S. 86 – 89.

<sup>151</sup> Srov. Srov. DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. S. 91.

<sup>152</sup> Srov. CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2008. S. 37.

<sup>153</sup> <sup>153</sup> CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2008. S. 37.

<sup>154</sup> CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2008. S. 37.

*několik věcí: budete informace třídit a rozhodovat se, na co budete reagovat; budete formulovat hypotézy o tom, co tyto informace říkají, i o tom, co ponechávají stranou; a budete hledat vysvětlení pro to, co je nejasné. Jinými slovy budete „aktivně“ naslouchat. „Aktivní naslouchání“ znamená, že posloucháte s nějakým cílem a zároveň sdělujete, že jste naslouchali<sup>155</sup>.*

Komunikace v oblasti sociální práce dle mého soudu znamená hlavně tento aktivní, na určitý cíl nasměrovaný přístup, jak jej vyjádřili zmínění autoři. V mezilidské komunikaci se ovšem setkáváme s určitými jevy, které mohou proces porozumění ztížit. V souvislosti s nasloucháním v poradenství se jich už dotkli autoři Culley a Bond, když uvedli, že člověk není houba, která by do sebe vstřebávala všechny možné informace bez jakéhokoli třídění, čímž říkají, že v procesu porozumění jsou ve hře další faktory, které ovlivňují výsledek komunikace.

V sociální práci, zvláště pokud by měla pracovat s „křehkým“ tématem smyslu života, životních hodnot a cílů, se s těmito obtížemi, které bych shrnul pod téma role předporozumění, musí počítat. Sociální pracovník si jich musí být vědom, protože jen tak s nimi dokáže pracovat a jejich rušivý vliv aspoň částečně eliminovat.

#### **4.2.4 Role předporozumění v komunikaci**

Otázkou porozumění se odedávna zabývala filosofie, resp. její oblast zvaná od 18. století hermeneutika. Filozofové Fridrich Schleiermacher, Wilhelm Dilthey a ve 20. století zvláště Hans-Georg Gadamer objasnili význam předporozumění v procesu poznávání. Jejich přínos můžeme shrnout do konstatování, že k jakémukoli objektu zájmu, ať už je to text, umělecké dílo, dějinná událost, nebo i druhý člověk, nepřístupujeme objektivně ve smyslu nepředpojatě a bez předsudků. Právě naopak. Gadamer v návaznosti na předchozí myslitele konstatuje<sup>156</sup>, že aby si člověk mohl

---

<sup>155</sup> CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2008. S. 37.

<sup>156</sup> Srov. GADAMER, Hans-Georg. *Pravda a metoda I: nárys filosofické hermeneutiky*. Vyd. 1. Praha: Triáda, 2010. S. 236 – 256. Zvláště kapitola Předsudky jako podmínky porozumění, s. 245 – 255.

vůbec položit nějakou otázku, musí mít o cíli otázky nějaké předběžné porozumění, nějakou předběžnou představu, která je v daném momentu výchozím bodem jeho poznávání. Toto předporozumění se pak vlivem nových poznatků mění, posunuje se na vyšší úroveň a s novou otázkou se opět obrací k dosud neznámému cíli. Člověk se v procesu poznávání dostává do tzv. hermeneutického kruhu. Velký důraz je položen na řeč, na řečovou povahu našeho světa, tedy že svět a lidi poznáváme skrze strukturu řeči. Z tohoto blízkého sepětí člověka a řeči není možné vystoupit, protože ve veškerém našem myšlení a poznávání jsme už určováni řečovým výkladem světa<sup>157</sup>. Aplikováno do oblasti mezilidské komunikace to znamená, že v interpersonálním kontaktu nejsme nikdy „nepopsaným listem“ nebo „bílou tabulí“. Že ke světu kolem nás, a samozřejmě i k lidem, přistupujeme s určitým, často nevědomým předporozuměním.

Filosofické téma řečovosti světa a předporozumění se stalo i tématem psychologie a kognitivních věd. V psychologii komunikace nazývá Zbyněk Vybíral tento jev schémata. Vybíral uvádí<sup>158</sup>, že při interpersonálním setkání člověk vyhodnocuje dvojí signály. Jedny zvenčí, např. od komunikujícího člověka. Druhé zevnitř, *z emočních center mozku... ze somatických oblastí...z volních, řídicích center mozkových hemisfér...ale také z méně uvědomovaných center kognitivních „skladů“ schémat a vzorců, uložených instrukcí, jak se zachovat, a dokonce jak se cítit.*<sup>159</sup> Tyto oblasti se nazývají oblastí mentálních reprezentací, tedy reprezentací vnějšího světa v naší mysli. Výše zmíněná schémata pak jsou *mentální reprezentace, které mají zřetelnou strukturu*<sup>160</sup>, což znamená, že *schematizován můžeme mít ve své mysli a svém podvědomí obraz o druhém člověku, o rodině ze sousedství, o vlastnostech přítele nebo matky, o typickém průběhu Vánoc.*<sup>161</sup> Tyto schémata o druhých lidech a různých událostech pak podle Vybírala vytváří naše před-komunikační nastavení

---

<sup>157</sup> Srov. Srov. GADAMER, Hans-Georg. *Pravda a metoda I: nárys filosofické hermeneutiky*. Vyd. 1. Praha: Triáda, 2010. S. 236 – 256. Zvláště kapitola Předsudky jako podmínky porozumění, s. 329 – 402. Zvláště kapitola Řeč jako médium hermeneutické zkušenosti.

<sup>158</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 68 – 73.

<sup>159</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 68 – 69.

<sup>160</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 72.

<sup>161</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 72.

(filtry pro vnímání), tedy to, co Gadamer a jeho předchůdci nazvali předporozuměním, které určuje další porozumění. Tato schémata nejsou jen tím, co ovlivňuje naše poznávání, ale vytváří to, co nazýváme poznávání. Hlavní funkcí schémat je dle Vybírala<sup>162</sup> interpretovat informace. Schémata dále ovlivňují výběr informací, jejich hodnocení, případně i dotvářejí informace chybějící. *Schéma řídí naše chování k objektu posuzování. Schémata zaměřují pozornost na informace, které jsou konzistentní s vytvořeným schématem...Ovlivňují naše vybavování*<sup>163</sup>. Všechny tyto činnosti schémat probíhají na předvědomé úrovni, nejsme si jich tedy během komunikace vědomi. Vědomými je můžeme učinit s pomocí pozorné sebereflexe a schopnosti vhledu do vlastního myšlení<sup>164</sup>.

Tyto dvě dovednosti by měly tvořit součást schopností pomáhajících profesí. Zkoumat své vlastní předporozumění, uvědomovat si jej, rozpoznávat jaká schémata hrají roli v mé komunikaci s klientem či uživatelem sociální služby, jsou jedinou cestou, jak eliminovat aspoň zčásti jejich případný negativní vliv.

Autor modelu čtyř uší, Friedemann Schulz von Thun, se ve své publikaci rovněž zabývá otázkou předporozumění a dokonce na základě vlastní zkušenosti přiznává: *až časem jsem přišel na to, že často vůbec nereaguji na druhé lidi podle toho, jací jsou, nýbrž na představy, které si o nich dělám*<sup>165</sup>. Jeho doporučením pro zlepšení komunikace je neusilovat o odstranění našich představ, našeho předporozumění či schémat, protože to ani není možné. Snahu a úsilí naopak máme zaměřit na to, že si naše představy budeme uvědomovat. Že si uvědomíme, že se jedná o *naše* představy, které mohou odpovídat nebo neodpovídat skutečnosti. Nereflektovat svá schémata, předporozumění, předsudky, znamená zůstat *izolován ve, vlastním příčiněním zhotovené kleci těchto představ*<sup>166</sup>. Pro zacházení s představami v komunikaci

---

<sup>162</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 73.

<sup>163</sup> VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 73.

<sup>164</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 73.

<sup>165</sup> SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 55.

<sup>166</sup> SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 55.



pak dodává ještě jednu zásadu: *jen druhý dokáže posoudit, zda mé představy odpovídají skutečnosti. Já nejsem odborníkem na jeho nitro, nemohu vědět, co „doopravdy“ cítí a „doopravdy“ chce. Každé poselství typu „já vím lépe než ty, jak na tom jsi“ škodí komunikaci*<sup>167</sup>.

Souhrnem k otázce předporozumění v komunikaci konstatuji, že pro účely kvalitní, efektivní komunikace je třeba si zvláště v pomáhajících profesích uvědomovat tyto předpoklady, se kterými ke komunikaci přistupujeme a rovněž to, že vytváří v komunikaci překážky a působí neporozumění.

#### 4.2.5 Úskalí komunikace v pomáhajících profesích

Je naší každodenní zkušeností, že běžná komunikace mezi lidmi není bezproblémová. Snažíme se vzájemně si porozumět, ale do procesu komunikace vstupují různé faktory, které komunikaci narušují a porozumění brání. V dějinách filosofického uvažování o řeči a rozumění dokonce vyvstala otázka, co je základnější lidskou zkušeností, zda to, že si rozumíme, nebo naopak zkušenost neporozumění.<sup>168</sup> Není tedy snad člověka, který by nezažil komunikační problém a množství knih zaměřených na komunikační dovednosti a pravidla ukazuje, že to je stále aktuální problematika. Je-li toto zkušenost z běžného života, o to víc je třeba se zaměřit na případná úskalí v komunikaci v oblasti pomáhajících profesí. Neboť zde je kvalita komunikace součástí určitého terapeutického procesu, ve kterém jsou obsah i forma komunikace velmi důležité.

Autoři Culley a Bond v souvislosti s předchozím tématem předporozumění hovoří o tzv. naslouchacích filtrech, o strukturách, které používáme při organizaci infor-

---

<sup>167</sup> SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnází při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. S. 57. Zvýraznění textu dle Schulz von Thuna.

<sup>168</sup> Friedrich Schleiermacher oproti svým starším předchůdcům zastává jím názor, že k porozumění dochází samo od sebe, razil tezi, že samo od sebe nastává jen neporozumění, kdežto porozumění musí být hledáno a chtěno. Srov. GRONDIN, Jean. *Úvod do hermeneutiky*. 1. vyd. Praha: Oikoymenh, 1997. S. 96.

mací od klientů, a které nám mohou být překážkou pro aktivní naslouchání. Jako hlavní překážky uvádí<sup>169</sup>

- Vlastní kulturu, protože při komunikaci s člověkem z jiné kultury je obtížné se vymanit z vlastních kulturních norem a hodnot.
- Vlastní hodnoty. Ty má každý člověk a poradce, terapeut by se měl vyvarovat skrytého vnucování svého systému hodnot klientovi.
- Aktuální život. V každé chvíli nás ovlivňuje to, co aktuálně prožíváme. Naše problémy či stres ovlivňují náš projev a naše vnímání klienta.
- Nenaslouchání, tedy že během toho, co klient hovoří, si už připravujeme naši odpověď.
- Z klientových slov vybíráme to, co potvrzuje naše hypotézy a ignorujeme to, co je s nimi v rozporu.

Z uvedeného výčtu je patrné, že se jedná o oblasti, které nemáme stále pod vědomou kontrolou, ale že probíhají a působí v podvědomí. O to důležitější je třeba s těmito komunikačními filtry počítat. V souvislosti s Franklovým důrazem na to, že smysl života se nedá definovat zvenčí, ale je třeba jej rozpoznat a přijmout, považují za velmi významnou problematiku hodnocení a moci v pomáhající komunikaci.

#### 4.2.5.1 *Hodnocení*

Jako vážný problém v komunikaci vidí odborníci buď předčasné hodnocení klienta<sup>170</sup>, nebo jeho hodnocení vůbec. V tomto duchu cituje Křivohlavý i známého psychologa Carla Rogerse (bez udání zdroje), který říká, že *největší překážkou naší sociální komunikace je naše vrozená tendence neustále hodnotit a soudit, vyjadřovat*

---

<sup>169</sup> Srov. CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. S. 40.

<sup>170</sup> *Konečné hodnocení odložte, pokud plně neporozumíte účelu a obsahu sdělení. Naslouchejte sdělením v jejich celé úplnosti...* DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. S. 88.

*se ke všemu buď souhlasně, nebo nesouhlasně. Přitom hodnotíme na základě našich vlastních měřítek a v rámci našeho vlastního pojetí. Namyšleně se domníváme, že to, jak my vidíme situaci, je jediné správné. Důsledkem toho pak je, že se nechápeme a že si nerozumíme.*<sup>171</sup>

Problematice hodnocení v pomáhajících profesích se věnuje i Karel Kopřiva. Podstatu problému vidí v tom, že pomáhající pracovník nebere dostatečně vážně vnitřní svět klienta. V úvodu kapitoly Vnitřní svět druhého člověka, o které říká, že je z celého jeho knihy nejdůležitější, uvádí, že *v komunikaci s klientem nemá vnitřní svět pracovníka – včetně jeho obrazu o klientovi – právo na status nějakého objektivního hodnocení, nýbrž je zase jen subjektivním pohledem. Chceme-li klientovi porozumět, musíme se v první řadě zajímat o to, jak věci vidí a prožívá on.*<sup>172</sup> Problém pomáhajících profesí v přístupu ke svým klientům je, že porozumění mohou nahradit hodnocením<sup>173</sup>. Tedy že se pomáhající pracovník de facto nezajímá, jak vidí, cítí, prožívá a hodnotí svět klient, ale předkládá mu, co by měl prožívat, cítit a myslet ti. V souvislosti s tématem smysluplnosti života jako nástroje v sociální práci zde vystává riziko, že sociální pracovník nepovede klienta k tomu, aby on sám ve svém životě svůj smysl objevil, ale že mu předkládá a na základě své psychologické převahy, moci, nutit, co má jako smysluplné vnímat. Tedy že nastane přesně opačná situace, než jak o smysluplnosti života hovořil např. Viktor Frankl nebo Alfred Längle, tedy že smysl života není na předpis<sup>174</sup>, že se nedá nadiktovat ani vnutit, že musí být objeven. Přístupovat takto ke svému klientovi předpokládá vysokou míru vnitřní sebekontroly a teoretické povědomí o této tendenci k hodnocení.

---

<sup>171</sup> KRÍVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. S. 75.

<sup>172</sup> KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese: psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1997. S. 29.

<sup>173</sup> Srov. KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese: psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1997. S. 35.

<sup>174</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Ces-  
ta, 2007. S. 69.

#### 4.2.5.2 *Problém moci*

Touto otázkou se zabývá ve své knize *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích* jungiánský psychoterapeut a psycholog Adolf Guggenbühl-Craig (1923 – 2008). Možná schválně a provokativně přirovnává sociální práci k inkvizici, protože, jak uvádí, i sociální pracovníci častou lidem vnucují určitou životní koncepci<sup>175</sup> a myslí to s klienty vždy dobře. Podstata věci, kterou ale chce ukázat je, že *nakládat s druhými lidmi proti jejich vůli, i když se to z našeho pohledu jeví jako zcela správné, může být problematické. Nikdy zcela přesně nevíme, v čem tkví smysl jednotlivého lidského života*<sup>176</sup>. Zde vystihuje podstatu úskalí komunikace v pomáhajících profesích, v sociální práci, která chce pracovat se smyslem života, s vnitřním světem klienta. A do něj nemá sociální pracovník žádný jiný přístup, než skrze sdělení klienta. Proto musí být v této práci kladen tak velký důraz na kvalitu komunikaci a proto by mělo patřit do odborné výbavy sociálního pracovníka povědomí o tom, co všechno vstupuje v případě mezilidské komunikace do hry a jak tato komunikace ovlivňuje jej samotného. Že pracovník není jen účastník komunikace, ale také produktem komunikace, která mění jeho myšlení, emoce, postoje<sup>177</sup>. Autor uvádí svou zkušenost z analytické práce se sociálními pracovníky, kdy ho *opakovaně napadalo, že když se něco muselo prosazovat násilně, nevědomé a zčásti vědomé motivy dotčeného pracovníka se mnohdy jeví jako velmi mnohovrstevné. V pozadí se začaly objevovat nepříjemné mocenské choutky. Ve snovém dění a částečně ve fantazii se ukazovaly motivace, které by si člověk raději nepřiznával*<sup>178</sup>. Ve své knize se věnuje i otázce hledání životního smyslu, resp. jeho zneužití. Definuje problém podobně jako Frankl a další, tedy že smysl svého života a konkrétních situací už nebude nacházet klient sám, ale budeme mu vnucovat to, co jako smysl pro něj budeme vnímat my. Varuje před tendencí hrát si na vševědoucího, který ve všem dění spatřuje smysl (hovoří o

---

<sup>175</sup> Srov. GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 12.

<sup>176</sup> GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 12.

<sup>177</sup> Srov. VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. S. 29.

<sup>178</sup> GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 13.

roli šarlatána a falešného proroka)<sup>179</sup>. Jako příklad temného fenoménu touhy po moci v sociální péči uvádí příklad „vševědoucího lékaře“ a „ubohého pacienta“.<sup>180</sup> Svou knihu končí varováním, že všechny pomáhající profese jsou vystaveny nebezpečí pokušení uplatňování moci vůči svým klientům. *Všichni ti, kteří se domnívají, že chtějí pomáhat lidem, si musí být vědomi toho, že silný zájem o neštěstí, sociální selhání, nevědomost, nemoc atd. může v dotyčném konstelovat velmi závažné psychologické problémy.*<sup>181</sup>

Souhrnem by se daly výše uvedené poznatky formulovat tak, že hlavním problémem komunikace v pomáhajících profesích je to, co je zároveň i zdrojem pomáhajícího efektu, lidský vztah a samotná osobnost pomáhajícího pracovníka. Charakteristikou této práce je setkávání dvou vnitřních světů, dvou (různě odlišných) obrazů světa. Odtud pramení jak léčivý a pomáhající aspekt, tak jeho překážky. A tedy i význam a role komunikace v sociální práci jsou dvojí. Ten, o který vědomě usilujeme, je léčivý a pomáhající. Ten, se kterým musíme také počítat je rušící a vedoucí k nepochopení. Ve vzájemné komunikaci v pomáhajících profesích jsou vždy ve hře různé faktory, o kterých by měl pracovník vědět. A jak dodává v závěru své knihy Adolf Guggenbühl, *nemělo by se už stávat, že dobře vzdělaní sociální pracovníci se vši vážností věří, že mohou své povolání vykonávat jako inženýři čistě technicky a objektivně.*<sup>182</sup>

---

<sup>179</sup> Srov. GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 58 – 59.

<sup>180</sup> Srov. GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 62.

<sup>181</sup> GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 112.

<sup>182</sup> GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 112.

## 5 SMYSL ŽIVOTA NÁSTROJEM SOCIÁLNÍ PRÁCE

První tři kapitoly byly věnovány smyslu života jako lidskému fenoménu, jeho výskytu v dějinách, pojetí v teoriích psychologů a mohou být brány jako odpověď na otázku „CO?“. Čtvrtá kapitola věnovaná komunikaci jakožto hlavnímu médiu pomáhajících profesí může být pojata jako odpověď na otázku „JAK?“. Nyní stojíme před otázkou, zda můžeme učinit téma smyslu života, uchopené nap. důrazy a technikami logoterapie, nástrojem sociální práce?

Odpověď na tuto otázku vychází dle mého názoru z toho, jak v posledu chápeme téma smysluplnosti života a jak rozumíme oboru sociální práce.

U různých autorů zabývajících se otázkou smysluplnosti života nacházíme stejné nebo velmi podobné vyjádření znějící: smysl života je obecně lidskou otázkou, která se apriori nikomu nevyhýbá a která se s větší či menší intenzitou objevuje v průběhu celého života. Jaro Křivohlavý ve svém souhrnu důvodů, proč je třeba se tématu smyslu života dnes věnovat, vlastně říká, s čím vším téma smysluplnosti života souvisí. A tím je naše motivace, to, oč nám v životě jde; je to kvalita života ve smyslu fyzického a duševního zdraví; je to naše schopnost zvládat stresy, hierarchie našich hodnot, otázka naší vlastní identity<sup>183</sup>.

Souhrnem řečeno, oblasti související s otázkou smysluplnosti života jsou oblasti a témata týkající se života každého člověka, a které jsou obecně hodnoceny jako pozitivní a hodné lidského úsilí. Téma smysluplnosti života, jeho cílů a hodnot, podle kterých se žije, je proto možné pokládat za oblast, se kterou každý člověk (ve věku minimálně od adolescence) již měl nebo bude mít vědomou zkušenost.

Druhá část odpovědi souvisí s pojetím sociální práce. Jak říká samotný název, sociální práce souvisí se societas, se společností. Zkratkou by se dalo říci, že se jedná o práci se společností, pro společnost a vycházející z podmínek a požadavků společ-

---

<sup>183</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Problematika smysluplnosti života v psychologii. In: *Www.jaro.krivohlavy.cz* [online]. 2007 [cit. 2017-04-01]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>

nosti. Pavel Navrátil při vymezení rámce sociální práce uvádí, že *sociální práce existuje ve společenském kontextu, který ji do značné míry ovlivňuje a utváří. Společenská situace tak formuje dějiště, v jehož prostoru sociální práce hledá své místo a reaguje na potřeby těch, kteří v dané historicko-společenské etapě zažívají obtíže a nezvládají z různých důvodů nároky života*<sup>184</sup>. Předkládá rovněž tři různá paradigma sociální práce. Poradenské, zaměřené na poskytování informací, poradenství a mediaci další pomoci a služeb; společensky reformní spočívající ve zmocňování klientů sociálních služeb, aby se mohli podílet na tvorbě a změnách institucí; terapeutické, ve kterém je cílem sociální práce zajištění duševní a následně sociální pohody jednotlivci, skupinám i komunitám.<sup>185</sup> Oldřich Matoušek vnímá sociální práci jako činnost zaměřenou na *odhalování, vysvětlování, zmírňování a řešení sociálních problémů*.<sup>186</sup> Dle Mühlpachra spočívá sociální práce v *provádění sociální terapie. Ta spočívá v sociálně výchovném působení a ovlivnění či usměrnění klientů ke změně postojů a své sociální situace*<sup>187</sup>. Podle Etického kodexu sociálních pracovníků ČR je sociální práce *profese a akademická disciplína, která podporuje sociální změnu, sociální rozvoj, řešení problémů v mezilidských vztazích, sociální rovnost, posílení a zmocnění osob v nepříznivé sociální situaci*<sup>188</sup>.

Vlastními slovy bych výše uvedené definice shrnul tak, že sociální práci rozumím jako specifické oblasti práce s lidmi (specifické pomáhající profese), která je zaměřená na informační i faktickou pomoc v nejrůznějších oblastech problémů, které ale všechny primárně souvisí se vztahem daného člověka k okolní společnosti a obráceně a sekundárně s vnitřním duševním stavem člověka.

---

<sup>184</sup> NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), s. 124.

<sup>185</sup> NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. S. 14 – 15.

<sup>186</sup> MATOUŠEK, Oldřich a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. S. 11.

<sup>187</sup> MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální práce*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. S. 27.

<sup>188</sup> *Etický kodex sociálního pracovníka České republiky* [online]. In: . [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: [http://www.apsscr.cz/ckfinder/userfiles/files/Etick%C3%BD%20kodex\\_Profesn%C3%AD%20svaz\\_v erII.pdf](http://www.apsscr.cz/ckfinder/userfiles/files/Etick%C3%BD%20kodex_Profesn%C3%AD%20svaz_v erII.pdf)

A v tomto duchu, vycházejí z toho, že téma smysluplnosti života je tématem obecně lidským (řečeno s Yalomem je důležitým psychologickým konstruktem, který se hluboce dotýká nás všech<sup>189</sup>), které se projevuje v mnoha dalších oblastech lidského života a slouží jako zdroj motivace, je zcela přirozené a legitimní, že obor, který se zaměřuje na dosažení pozitivní změny u lidí, kteří zažívají obtíže a z různých důvodů nezvládají nároky života, chce využít jako nástroj vedoucí k této změně i tento obecně lidský jev uchopený v psychologické teorii a technikách. Právě proto, že tázání po smyslu života (prožívání existenciální krize) je obecně lidský jev, je možné jej uplatnit v pomáhající práci v menší či větší míře u každého člověka, který je schopen porozumět verbálnímu projevu pracovníka.

### 5.1 Existenciálně citlivá sociální práce

Kdy, v jaké situaci, je ze strany sociálního pracovníka na místě aplikovat téma smyslu života? Je-li jedním z úkolů sociálního pracovníka pečlivě naslouchat klientovi, měl by být schopen sociální pracovník rozpoznat, že jeho klient je konfrontován s existenciálními tématy, jako je např. smrt, svoboda, izolace, nepřítomnost smyslu života, životní nuda). Měl by umět rozpoznat příznaky existenciální úzkosti, která přispívá k nemožnosti aktivně se zapojit do změny své sociální situace. A v případě, že tento stav rozpozná, je legitimní a přímo žádoucí, aby v práci s tímto klientem bylo užito teorie i technik na smysl života zaměřeného poradenství. To ovšem předpokládá, že sociální práce, jak je v praxi vykonávána, bude na tyto existenciální aspekty života klienta citlivá. Tímto tématem se na základě společenských změn reflektovaných autory jako Giddens, Bauman, Ferguson, Musil a Keller ve své studii zabývá i Pavel Navrátil, který uvádí, že *sociální práce stojí dnes před zcela novým obrazem společenské situace, která podněcuje sociální práci k revizi svých východisek i postupů. Více než kdy jindy totiž sociální právě ve své profesionalizované podobě musí hledat způsob, jak reagovat na naléhavé existenciální otázky, které*

---

<sup>189</sup> Srov. YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. S. 466.



se vynořují jako základní charakteristika potřeb klientů.<sup>190</sup> S odvoláním na autory z oblasti sociologie hovoří Navrátil o individualizaci, rozpadu moderních institucí, transformaci postavení rodiny a krizi identity jako charakteristice postmoderní doby. Identita člověka už není pevně dána a tradována, ale je utvářena jako individuální reflexivní projekt. Realizace takovéto identity pak vede k existenciálním otázkám jako „Kým jsem?“, „Co je cílem mého života?“, „Jak mám žít?“.<sup>191</sup> S odvoláním na Harry Fergusona, profesora sociální práce na University of Nottingham ve Velké Británii, uvádí, že *hledání nové úlohy sociální práce souvisí s otázkou, zda a jak může být sociální práce prostorem, v němž dochází k reflexi morálních a existenciálních témat, na jejímž základě si člověk utváří postoj k životu a smrti a zvažuje životní cíle a plány*. Existenciálně citlivá sociální práce je zaměřená na pomoc lidem *v sebereflexi a reflexi životních podmínek, v odhalování významů, které pro ně prožívaná životní situace může mít, v podpoře při porozumění, jak životní situace i její interpretace na sebe vzájemně působí, a v podpoře při rozhodování a utváření reflexivních životních trajektorií s důrazem na hodnoty, které člověk poznal jako cenné a nosné pro svůj život*<sup>192</sup>. V závěru své studie Navrátil uvádí, že podmínkou existenciálně citlivé sociální práce vycházející z charakteristiky postmoderní společnosti je i zvýšení důrazu na existenciální problematiku při vzdělávání sociálních pracovníků, aby pak byli schopni adekvátně reagovat na existenciální témata svých klientů.<sup>193</sup>

V životě nastávají situace a období, kdy je člověk s existenciálními otázkami konfrontován intenzivněji než obvykle. Tímto obdobím, a tedy i prostorem pro vhodnou a účelnou aplikaci existenciálně citlivého přístupu, je bezpochyby období stáří a situace, kdy je člověk (mladší či starší) konfrontován s pomíjivostí života, neboť *uvědomění si vlastní smrtelnosti je základním existenciálním prožitkem a*

---

<sup>190</sup> NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), 124.

<sup>191</sup> Srov. NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), 125.

<sup>192</sup> NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), s. 133.

<sup>193</sup> Srov. NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), s. 133.

vyrovnání se s touto skutečností je nepochybně jedním z nejzávažnějších úkolů lidského života<sup>194</sup>.

Jako naléhavou vidí otázku po smyslu života ve stáří i Ondrušová<sup>195</sup>, která stoupající zájem o smysl života v posledních letech vidí v souvislosti s rostoucím důrazem na kvalitu života a s rychlým demografickým stárnutím populace. Jinými slovy řečeno, čím více jsou ve složení populace zastoupení senioři, tím více se setkáváme a budeme setkávat se zájmem o existenciální otázky a s potřebou po nalezení smyslu. Samotný fakt stáří však není důvodem setkání seniora se sociální prací. Jak podotýká Janečková, *potřeba sociální práce se starými lidmi se objevuje až v mimořádných situacích způsobených sociálními či zdravotními faktory*<sup>196</sup>.

Závěrem shrnuto, existenciální sociální práce reaguje citlivě, s hlubokým lidským přístupem a empatií, na projevy existenciálních otázek a potřeb klientů či uživatelů sociálních služeb. Za účelem naplnění poslání sociální práce sociální pracovník může a má dle konkrétní situace přistoupit k použití tématu smyslu života jako nástroje ke zlepšení stavu svého klienta.

### 5.1.1 Smysl života jako nástroj sociální práce se seniory

Vágnerová rozděluje stáří na období raného stáří 60 – 75 let a období pravého stáří, od 75 let výše<sup>197</sup>. Tato období života jsou spojena s významnými tělesnými, psychickými a sociálními změnami. Fyzické možnosti se snižují, nastávají psychické změny, které jsou buď vlastním projevem stárnutí, nebo následkem nemoci, a mění se sociální role. Největší změnou bývá odchod do důchodu, opuštění role pracujícího profesionála. Se všemi uvedenými oblastmi souvisí nízký sociální status stáří a nízké nebo přímo negativní hodnocení ze strany společnosti (tzv. ageismus).

---

<sup>194</sup> VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 198.

<sup>195</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 150.

<sup>196</sup> JANEČKOVÁ, Hana. Sociální práce se seniory. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 163.

<sup>197</sup> Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 443 – 509.

Vojtíšek a kol. uvádějí, že z pohledu dnešní společnosti *starý člověk už není vnímán jako ten zkušený, který nám má co říci o životě. Stáří ztrácí i svou estetiku, starý člověk již není vnímán jako krásný, všem jde o to nevypadat na svůj věk. To vše v lidech vyvolává hlubší odpor k stárnutí. Starý člověk se proto často cítí zbytečný, osamělý a ztrácí smysl života*<sup>198</sup>. Na tento ve společnosti se vyskytující negativní pohled reaguje i Vágnerová, která poukazuje na specifický význam stáří s odkazem na vývojovou teorii Erika Eriksona, podle které *je hlavním vývojovým úkolem stáří dosáhnout integrity v pojetí vlastního života*.<sup>199</sup> Toto dosažení integrity se dle Vágnerové *projevuje přijetím svého života jako celku a pochopením jeho smyslu. Starý člověk potřebuje hodnotit svůj život pozitivně, jako ukončené dílo, aby mohl přijmout i jeho konec. Vyrovnání se s vlastním životem usnadňuje i vyrovnání se se smrtí jako jeho nevyhnutelným důsledkem*<sup>200</sup>. Pozitivní pohled na stáří a seniory přináší Franklova pokračovatelka Elisabeth Lukasová, která hovoří o darech stáří, kterými jsou *duchovní akcent ujasněné životní filozofie a hojná orientace na smysl, která už bouře mladistvých zápalů a omyly konkrétních pokusů v utváření smyslu zpracovala, zušlechtila a zestylovala, jisté spočinutí v bezpečí hodnotové struktury, která byla osobně vybudována a přijata, a zpětný pohled na úrodu bohatého a přece svým způsobem jedinečného života, to je to štěstí pozdních let, které bohužel dnes tak často zaniká ve falešném a nezdravém postoji ke stáří*<sup>201</sup>. Z výše uvedeného vyplývá, že v období stáří se otázka po smyslu (současného, dalšího) života stává navýsost aktuální a jeho přítomnost má pozitivní vliv na duševní i fyzické zdraví seniorů. Lukasová dále uvádí<sup>202</sup>, že v práci se seniory už nejde o hledání nějakých vzdálených cílů, neboť již většinu cílů ve svém životě dosáhli. V práci se seniory je podstatné *zprůhlednit klien-*

---

<sup>198</sup> VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 198.

<sup>199</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 444.

<sup>200</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 444.

<sup>201</sup> LUKAS, Elisabeth S. *I tvoje utrpení má smysl: logoterapeutická útěcha v krizi*. Brno: Cesta, 1998. S. 83.

<sup>202</sup> Srov. LUKAS, Elisabeth S. *I tvoje utrpení má smysl: logoterapeutická útěcha v krizi*. Brno: Cesta, 1998. S. 83.

tovi ve vnitřním nazírání to, co už zde v duchovním rozměru implicitně je, aby se mu podařilo odvrátit pohled od tělesného úpadku a poklesu psychických funkcí (jako paměť, chápání, flexibilita myšlení nebo zpracování nových dojmů z okolí) a nasměrovat pozornost k duchovní rovině, ve které ještě může učinit další kroky, jen bude-li chtít. ... Starší pacienti se musí v psychoterapeutické poradně dozvědět, že mají ještě mnoho co dát, a není žádná hanba, když terapeut poradou obrátí a sám poprosí pacienta o radu v nějaké záležitosti; někdy to stačí už k tomu, aby se smysl stáří osvětlil a tím se zmírnilo jeho utrpení. Formulaci „osvětlení smyslu stáří“ rozumím tak, že úkolem terapeuta či sociálního pracovníka je pomoci seniorovi vytvořit mu kolem svého života a speciálně kolem životní etapy, ve které se právě nachází osmyslující rámec, kontext smyslu, který mu dá znova pocit hodnoty svého života v dané etapě. V tomto duchu vidí úkol existenciální sociální práce se seniory i Navrátil, který v této souvislosti píše o problému redefinice smyslu života: *smysl vlastní existence, tak jak jej člověk zažíval, může být zkušeností stárnutí narušen a může potřebovat redefinici. Významnou složkou existenciální sociální práce je tedy to, že pomáhá klientovi při hledání smyslu své existence. Sociální pracovník pracuje s prožitkem destrukce pocitu hodnoty, který u starších lidí často souvisí s nechtěným odchodem do penze, s nízkým hodnocením svého přínosu pro rodinu, s pocitem neužitečnosti, s nemocí atp<sup>203</sup>.*

### 5.1.2 Smysl života jako nástroj sociální práce s umírajícími

Člověk je zřejmě jediným tvorem na Zemi, který si uvědomuje, že byla doba, kdy nebyl, a že bude doba, kdy nebude. Vědomí pomíjitelnosti života je tak bezpochyby prožitkem, který každého konfrontuje s otázkou smyslu jeho života. Vágnerová uvádí, že *hledání smyslu smrti je stejně náročné jako hledání smyslu života.*<sup>204</sup> A tak jako je jedinečný každý lidský život, tak je i *smrt každého člověka zcela osobní a*

---

<sup>203</sup> NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. S. 59.

<sup>204</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007. S. 433.

*jedinečná*<sup>205</sup>, jak uvádí MUDr. Marie Svatošová, zakladatelka a propagátorka hospiců u nás. Známy autor duchovní literatury benediktýnský mnich Anselm Grün přirovnává smrt k největšímu loučení, které v sobě zahrnuje všechna loučení, jimž se v průběhu života učíme<sup>206</sup>. Ve společnosti, kde jedna z jejích charakteristik je touha být stále mladý, není téma umírání právě populární. Přesto se tomuto tématu nikdo nevyhne, a toho, kdo si uvědomuje, že jednou zestárne a zemře, vidí Grün jako skutečně moudrého. *Ve stáří si uvědomujeme hodnotu svého života. Náš život se svým zcela jedinečným příběhem je jedinečný a neopakovatelný. A proto je nutné se s tímto jedinečným příběhem smířit. Když litujeme sami sebe a toho, jak náš život proběhl, znehodnocujeme svůj životní příběh.*<sup>207</sup> Lékařka Elisabeth Kübler-Ross (první dáma umírání a smrti, jak ji nazvala Helena Haškovcová<sup>208</sup>), která se dlouhodobě zabývala tématem smrti a umírání, uvádí, že moderní doba sebou přinesla osamělé a neosobní umírání<sup>209</sup>. Napravit tento trend a zlidštit proces lidského umírání se snaží od 60. let 20. století hospice, které jsou místem důstojného závěru života. O potřebách umírajících a oboustranné povaze služby hospice Svatošová píše: *Každý před smrtí bilancuje. Každý v této fázi svého života potřebuje lásku a úctu druhých. Potřebuje být doprovázen. Základem doprovázení je společně hledání smyslu a přijetí celého života. Doprovázet znamená pomáhat druhému žít (!) v období umírání. Znamená to jít kus cesty spolu s ním. ... Tato služba nikdy není jednostranná. Jde tu o oboustranné obdarování. Jde o to navázat s umírajícím upřímný vztah, umožnit mu, aby lidsky zrál a přitom růst a zrást současně s ním... Pomoci pochopit smysl utrpení může být*

---

<sup>205</sup> SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 196.

<sup>206</sup> Srov. GRÜN, Anselm. *Život je teď: umění stárnout*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2010. S. 118.

<sup>207</sup> GRÜN, Anselm. *Život je teď: umění stárnout*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2010. S. 130.

<sup>208</sup> HAŠKOVCOVÁ, Helena. První dáma umírání a smrti – stručně o životě a díle Elisabeth Kübler-Rossové. In: KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 301 – 306.

<sup>209</sup> KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 17.

*někdy největší pomocí poskytnutou nemocnému a jeho rodině.*<sup>210</sup> Doprovázet umírajícího může znamenat doprovázet i členy rodiny touto bolestnou a pro všechny tajemnou kapitolou lidského života. Kübler-Ross na základě svých poznatků provedla zobecnění reakcí, se kterými se setkala a vytvořila jednotlivé fáze procesu umírání, kterými pomáhající pracovník umírajícího doprovází. Je to 1. stadium – popírání a izolace, 2. stadium – zlost, 3. stadium – smlouvání, 4. stadium – deprese/zármutek a 5. stadium – akceptace<sup>211</sup>. O těchto adaptačních nástrojích, které umožňují se vyrovnávat s obtížnou situací, dále píše, že mohou působit různě dlouhou dobu; jedna fáze může střídát druhou nebo mohou po nějaký čas existovat vedle sebe, co však přetrvávalo přes všechna stadia, byla naděje<sup>212</sup>. Píše, že na ni mimořádně zapůsobilo, že i ti smrtelně nemocní pacienti, kteří byli nejvíce smířeni se svou situací, *si stále ponechávají prostor pro možnost, že se najde nějaká léčba, že se podaří objevit nějaký nový lek...Právě tento záblesk naděje jim pomáhá přestát dny, týdny nebo měsíce jejich utrpení. Je to pocit, že to všechno musí mít nějaký význam, že prožité trápení nakonec přinese své ovoce...Pro někoho může být takový postoj v jistém smyslu racionalizací jeho utrpení, pro jiného je formou dočasného, ale potřebného popírání. Ať už tomu ale budeme říkat jakkoli, zjistili jsme, že všichni naši pacienti si alespoň střípek takového pocitu ve svém nitru uchovávají a čerpají z něj sílu ve zvláště těžkých chvílích*<sup>213</sup>.

Význam doprovázení podtrhuje i Křivohlavý. Rolí doprovázejícího je být na blízku; spíše než mluvit, tak naslouchat; projevit nefalšovaný soucit; napomoci ve smíření se s blízkými<sup>214</sup>.

---

<sup>210</sup> SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 196.

<sup>211</sup> Srov. KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 51 – 153.

<sup>212</sup> Srov. KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 154.

<sup>213</sup> KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 155 – 156.

<sup>214</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Poslední úsek cesty*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 1995. S. 25 – 34.

Vojtíšek a kol. v souvislosti s doprovázením umírajících nabízejí využít přínosu narativní psychologie. Východiskem jim je teze<sup>215</sup>, že pokud se chce člověk s něčím vyrovnat, musí tomu nějakým způsobem porozumět. A to platí i pro otázku smrti. A při pohledu do minulosti vidíme, že nejvíce využívaným prostředkem, kterým smrt nabývala smyslu, byly příběhy. *Člověk vypráví příběhy patrně od té doby, co je člověkem. Příběhy ho učí, upevňují sociální role a zachovávají historii rodu, společenství i lidstva. ... Postupně se také učíme vyprávět svůj příběh, čímž konstruueme svou vlastní minulost. Jednotlivé události naplňujeme smyslem a tak utváříme i svou identitu*<sup>216</sup>. Poukazují na přínos narativní psychologie, která zdůraznila potřebu člověka vnímat život jako smysluplný celek. Osobní příběh člověka pak lze vyprávět z různých perspektiv, může se měnit hodnocení některých událostí oproti jiným. Nejtěžší pak je zařadit do takového smysluplného životního příběhu smutné či tragické události, nebo i otázku smrti. Proto autoři doporučují pomáhajícím profesím *pracovat na tom, aby i smrt měla smysl ve světle životního příběhu. Tento příběh může být i smutný, ale měl by mít smysl.*<sup>217</sup> Metafory příběhu se drží i Pavel Říčan v úvaze nad osmým stadiem Eriksonovy vývojové teorie, stadiem integrity, ve kterém se téma smyslu života stává pro starého člověka velmi významným. *Starý člověk žije vzpomínkami nejen proto, že jeho současnost je ochuzena, ale i proto, aby pochopil celý svůj příběh. Často nově porozumí rodičům i dětem, i život celého rodu se pro něj stává smysluplným příběhem*<sup>218</sup>.

Z výše uvedeného je patrné, že práce sociálního pracovníka s umírajícími je velmi náročná a vyžaduje jak hluboké osobnostní kvality, tak vysoké profesní předpoklady. K úkolům, které při této práci před ním stojí, Svatošová řadí zhodnocení emočních, sociálních, praktických a finančních potřeb pacienta a jeho rodiny; umět posoudit schopnost a sílu pacienta situaci zvládat; vytvoření optimálních podmínek

---

<sup>215</sup> Srov. VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 202.

<sup>216</sup> VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 202.

<sup>217</sup> VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 203.

<sup>218</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 251.

pro vyjádření emocí; chápat náboženské vlivy a tedy i spirituální potřeby pacienta nebo jeho rodiny; pomáhat překonávat komunikační obtíže a dobře využít času, který pacientovi zbývá; pomoci se přizpůsobit nové a měnící se situaci atd<sup>219</sup>.

Sociální práci s umírajícími, jejich doprovázení na cestě bolesti, smutku, zlosti, ale i smíření a přijetí, a rovněž i práce s jejich rodinami, to vše považuji za jednu z nejnáročnějších oblastí sociální práce vůbec, protože i pro samotného sociálního pracovníka je tato práce částí jeho osobního setkání a setkávání s existenciální otázkou po smyslu života a smrti. V této práci může sám sociální pracovník projít existenciální krizí, ale zároveň v ní může být obohacen o rozměr nepřenositelné zkušenosti. Tento zážitek vnitřního obohacení a prožití smyslu života na mne čiší z posledních vět, kterými Elisabeth Kübler-Ross končí svou slavnou knihu:

*Lidé, kteří v sobě mají tu sílu a lásku a zůstanou s umírajícím sedět v hlubokém tichu, jež se vymyká slovům, poznají, že ten okamžik ve skutečnosti není ani strašný, ani bolestný; že je to chvíle, kdy se tiše zastaví chod lidského těla. Sledovat klidnou a pokojnou smrt člověka je jako sledovat padající hvězdu: Jedno z milionů světél v ohromném prostoru oblohy na krátký okamžik jasně zazáří, a pak se navždy ztratí v nekonečné noci. Možnost být terapeutem umírajícímu nás vede k tomu, abychom si uvědomili jedinečnost každého člověka v ohromném moři lidstva. Vede nás k tomu, abychom si uvědomili vlastní pomíjivost, ohraničenost lidského života. Málokdo z nás žije déle než sedmdesát let, a přesto v tom krátkém čase, který je nám vyměřen, většina z nás vytvoří a prožije jedinečný a neopakovatelný příběh, jehož prostřednictvím jsme navždy vetkáni do přediva lidských dějin<sup>220</sup>.*

### 5.1.2.1 Náboženství a spiritualita jako smyslutvorný faktor

Na tomto místě považuji za účelné přiblížit, v návaznosti na sociální práci se seniory a s umírajícími, jak se na roli náboženství a spirituality jako faktorů, které

---

<sup>219</sup> SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 206.

<sup>220</sup> KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. S. 300.



mohou významně přispívat k vytváření smysluplnosti života, umírání i smrti, dává několik současných odborníků.

Pod pojmem náboženství budu rozumět vymezení sociologicko-religionistické, tedy příslušnost člověka k určité skupině spojenou s vnitřní identifikací hodnot dané skupiny. Pod pojmem spiritualita, který má svou historii a bývá definován různě<sup>221</sup>, se přikláním k pojetí Vojtíška, Duška a Motla, kteří pod spiritualitou vidí *složku osobnosti, která se vytváří vnímáním posvátnosti, rozvíjí se ve vztahu posvátnému a různými způsoby tento vztah projevuje*, a dále uvádí, že *při používání pojmu „spiritualita“ myslíme především na jednotlivého člověka (na jeho osobní „duchovní“ život)...* Odkazují rovněž na Pavla Říčana, který předpokládá, že *spiritualita tvoří – alespoň u některých jedinců – integrující centrum motivů, postojů a citů i kognitivní orientace, jádro osobní identity a smyslu života*<sup>222</sup> (zvýraznění PŠ). Pavel Říčan ve své Psychologii náboženství a spirituality také uvádí v souvislosti s hierarchií potřeb Abrahama Maslowa, že v méně známé poslední verzi, uveřejněné v roce 1969, je na vrcholu této pyramidy *potřeba transcendence, přesahu, hlubokého prožití toho, že člověk je součástí většího celku – lidstva, přírody, Země, a nakonec celého vesmíru*<sup>223</sup>, což jsou všechno pojmy vyskytující se v jazyce náboženství a spirituality. To potvrzuje i Říčan, když uvádí, že *Maslow si byl dobře vědom, že to, o čem mluví, se obvykle nazývá náboženstvím*<sup>224</sup>. V pojednání o Franklovi nazývá Říčan potřebu smyslu bytostně spirituální potřebou. *Tato potřeba, individuálně různě výrazná a u každého jedince individuálně strukturovaná a propojená s dalšími motivačními, kognitivními a emočními komponentami osobnosti, může být chápána jako jeden z dominantních integračních faktorů psychiky...Poznání spirituality a práce*

---

<sup>221</sup> Srov. VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 10 – 12. O historii pojmu spiritualita a jeho pojetí v rámci psychologie srov. také ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 33 – 65.

<sup>222</sup> VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. S. 13.

<sup>223</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 233.

<sup>224</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 234.

*s touto komponentou osobnosti budou proto hrát v psychoterapii stále významnější roli.*<sup>225</sup> (zvýraznění PŠ).

Vrátím-li se ještě přímo k Viktoru Franklovi, je na místě uvést, že duchovní rozměr člověka byl jedním z jeho základních předpokladů. Ve svém pojednání o vztahu logoterapie a teologie píše, že cíle psychoterapie a teologie jsou odlišné (v prvním případě duševní uzdravení, v druhém spása duše), přesto má náboženství i psychotherapeutické účinky. *Ačkoliv se náboženství ve svém prvotním záměru může jen velmi málo snažit pečovat o zdravení a prevenci nemocí, přece jen ve svých důsledcích – tedy nikoliv ve svém záměru – působí psychohygienicky a psychotherapeuticky. To se děje tam, kde náboženství lidem ve zvláštní míře umožňuje prožít bezpečí a zakotvení, které by nikde jinde nenašli; bezpečí a zakotvení v transcendenci, v absolutnu.*<sup>226</sup> Jako naprosto legitimní spatřuje<sup>227</sup>, pokud se psychoterapie (a já bych zobecnil, že vlastně každá pomáhající profese) zabývá vírou v širším významu jako vírou ve smysl. Odvolává se v tomto i na Alberta Einsteina, pro kterého být náboženský znamenalo pokládat otázky po smyslu života, a cituje významného protestantského teologa 20. století Paula Tillicha: *být náboženský znamená vášnivě klást otázku po smyslu naší existence*<sup>228</sup>. Svou úvahu Frankl uzavírá tím, že logoterapie se má samozřejmě zabývat otázkou vůle ke smyslu, ale *také vůlí k poslednímu smyslu, k nadmyslu...A náboženská víra je víra v nadmysl – důvěra v tento nadmysl.*<sup>229</sup>

Slovenský psycholog zabývající se náboženstvím a spiritualitou, Michal Stríženec, uvádí ve svém pojednání o pohledu předních psychologů na vztah osobnosti člověka a religiozity/spirituality i významného polského pedagoga a psychologa

---

<sup>225</sup> ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. S. 61.

<sup>226</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 49.

<sup>227</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 52.

<sup>228</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 52.

<sup>229</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 52.

Zdzisława Chlewinského (\* 1929), který na začátku 80. let minulého století shrnul podrobně a výstižně pozitivní funkce náboženství v osobnosti člověka takto:

- *Zmysel života – náboženstvo odpovedá na základné existenciálne otázky a uspokojuje základnú potrebu transcencie. Umožňuje prijať skrytý zmysel udalostí, ba i ťažkostí a nešťastia, aj keď im v danej konkrétnej situácii človek nevie porozumieť;*
- *Systém hodnot – poskytuje základ najmä morálnych hodnot, prináša kritériá výberu určitých alternatív konania a vyznačuje smer úsilia človeka v zhode s jednotlivými hodnotami.*
- *Bezpečnosť a dôvera – súvisia s potrebou zachovania života, pocitom vlastnej identity, psychickej integrity;*
- *Sebaidentifikácia – náboženstvo umožňuje človeku odpovedať si na otázku „čím som“;*
- *Identifikácia so skupinou – uspokojuje potrebu medziludských kontaktov, vytvára tzv. skupinovú jednotu, dáva jej iný rozmer vzhľadom na transcendentno;*
- *Psychoterapia seba – náboženstvo, dávajúc zmysel života človeka, odstraňuje zdroj neurotických napätí, umožňuje rozlišovať podstatné od nepodstatného. Oslobodzuje jednotlivca od viny a ponúka mu na to príslušné rituálne spodoby<sup>230</sup>.*

Marie Vágnerová vidí spiritualitu jako vyjádření lidské potřeby po smyslu života a jeho přesahu. Vzrůst religiozity u seniorů vnímá jako důsledek různých zátěží, ztrát a vědomí blížící se smrti. Zdůrazňuje, že pro seniory má velký význam nejen jejich víra a duchovní hodnoty, ale také (v případě křesťanství) dané církevní společen-

---

<sup>230</sup> STRÍŽENEC, Michal. Názory popredných psychologov na vzťah osobnosti a religiozity/spirituality. In: HALAMA, Peter. *Religiozita, spiritualita a osobnosť: vybrané kapitoly z psychológie náboženstva*. Bratislava: SAV, 2006, 5 - 11.

ství<sup>231</sup>. Jako svou osobní zkušenost z působení v církevním prostředí bych uvedl, že v tomto prostoru mohou senioři ještě stále zakoušet pocit úcty, hodnoty a prožívat intenzivní mezigenerační vztahy. V církevním společenství se kromě bohoslužeb konají i další aktivity, které dávají seniorům možnost pěstovat podnětné sociální kontakty a dané společenství se tak stává součástí seniorovy sociální identity. Rovněž Vágnerová uvádí, že tyto různé církevní aktivity poskytují seniorům intelektuální podněty a smysluplnou náplň jejich života<sup>232</sup>. O náboženské víře soudí, že *může přispět k vyrovnanému postoji k vlastnímu stáří a s ním spojených problémů. Ve stáří, kdy se mnohé životní hodnoty ztrácejí, je důležitá jistota Boží existence, jistota zakotvení, které není vázáno jen na dobu tělesného života. Víra v Boha tedy má podle Vágnerové pro seniory jednoznačně pozitivní dopady. V době úbytku kompetencí a zvýšeného rizika různých ztrát je pro starého člověka oporou pocit jistoty Božího vedení, která mu pomáhá zvládnout situaci. ... Zážitek Boha určujícího náš život dává i negativním událostem nějaký smysl a možnost smysluplného vyústění. Umožňuje mu přijímat ztráty jako projevy Boží vůle, které mohou mít nějaký vyšší smysl<sup>233</sup>. O tomto neznámém vyšším smyslu v souvislosti s nepochopitelným utrpením pojednává i Frankl svým příměrem o utrpení opice<sup>234</sup>, která dostává bolestivé injekce, aby se vyzkoušela účinnost léku, který může zachránit lidem život. Pokusná opice ze své perspektivy, ze své dimenze, není schopna porozumět smyslu své bolesti. Ten je v dimenzi, která ji přesahuje. A Frankl se ptá, nemůže-li to být s člověkem podobně. *Neměli bychom spíše přijmout skutečnost, že lidský svět je sám ze své strany převyššen světem, který je člověku nepřístupný a ve kterém by člověk našel smysl svého utrpení?*<sup>235</sup> V této souvislosti chci ještě odkázat na biblickou knihu Jób, zmíněnou*

---

<sup>231</sup> Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 507.

<sup>232</sup> Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 507.

<sup>233</sup> VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. S. 508.

<sup>234</sup> Srov. FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 70 – 71.

<sup>235</sup> FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. S. 71.

v druhé kapitole. K již mnohokrát formulovanému poselství této knihy, patří i nevy-slovené sdělení, že hlavní, trpící, hrdina Jób se v příběhu nikdy nedozví příčinu své-ho utrpení. Ta zůstává mimo jeho obzor. O té ví jen čtenář z úvodní „nebeské scény“, takže zároveň ví, že pokud by on sám procházel jobovským údělem, bude zůstávat otázka o příčině či smyslu jeho vlastního utrpení mimo jeho obzor, ale může ve víře spoléhat na to, že nějaký vyšší smysl má.

Otázkou spirituality a religiozity z psychologického hlediska se zabýval i Jaro Křivohlavý. Podobně jako Vágnerová uvádí, že empirickými studii byla zjištěna vyšší míra religiozity a spirituality starších lidí, což se vysvětluje tím, že ve starším věku si člověk začíná více klást existenciální otázky po smyslu života<sup>236</sup>. Spirituality vnímá jako *to, oč danému člověku jde, kam to má v životě zaměřeno, co má pro něho nejvyšší hodnotu – obecně jaký je smysl jeho života (co dává smysluplnost jeho živo-tu). Klademe-li si takové otázky, hovoříme o spiritualitě...a tu má každý z nás, bez výjimky.*<sup>237</sup> Spirituality a religiozitu považuje za antropologickou konstantu. *To zna-mená, že patří do genetického vybavení člověka...V určité formě je definována jako hledání toho, co je v životě tím nejdůležitějším, nejhodnotnějším, nejpodstatnějším, nejposvátnějším, co je zakořeněno v samém nitru člověka a přesto to překračuje běž-né hranice – obecněji: hledání toho, co je člověku tak cenné, že to je pro něho „po-svátné“. Zaměření k tomuto cíli dává člověku smysl jeho života*<sup>238</sup>. Pojednává také o vztahu spirituality a zdraví, psychiky a zvládání těžkých životních situací (tzv. co-pingu). S odkazem na americké psychology Christophera Petersona a Martina Selig-mana uvádí, že *religiózní momenty „dávají lidem jasný morální rámec pro jejich chování, pomáhají lidem strukturovat smysluplnost jejich jednání a dávají jim jistotu, že to, co mají dělat, má svůj dobrý účel. Dodávají účastníkům smysluplný optimismus*

---

<sup>236</sup> Srov. KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. S. 115.

<sup>237</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Spirituality a religiozita pacienta. In: *Www.jarokrivohlavy.cz* [online]. [cit. 2017-04-09]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/node/90>

<sup>238</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Spirituality a religiozita pacienta. In: *Www.jarokrivohlavy.cz* [online]. [cit. 2017-04-09]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/node/90>

*a emocionální oporu. Poskytují rámcová pojetí života, která jsou konzistentní a kulturně smysluplná.*<sup>239</sup>

Co z toho všeho plyne pro možnost užití smyslu života jako nástroje v sociální práci? Má-li sociální pracovník pracovat se smyslem života, musí si být vědom toho, jak významnou roli mohou hrát náboženství a spiritualita jeho klientů. Ač se třeba s přesvědčením svých klientů neztotožňuje, měl by jim v tomto rozumět, jinak se bude naprosto míjet s velmi významnou částí osobnosti svého klienta. Rovněž by měl vnímat velký význam církevního společenství pro sociální vazby a kontakty seniorů, a neváhat jej využít pro případnou duševní aktivizaci klienta. Měl by rozumět roli duchovního (kněze, faráře) ve vztahu ke svému klientovi a sám by, zvláště v případě umírajících, v rámci dosažení pokud možno nejvyššího stavu vnitřní pohody měl iniciovat kontakt s tímto duchovním. I z psychologického hlediska je nezanedbatelná role rituálů (v teologii a praxi římskokatolické církve např. vysluhování svátostí), které propojují v teologickém smyslu věřícího s minulostí i budoucností a dávají mu zakusit skrze symbolické úkony bližší obecnství s Bohem a v psychologické rovině dávají pocit bezpečí, jistoty a řádu.

### 5.1.3 Logoterapie v sociální práci se seniory a umírajícími

Možnost aplikace logoterapie v oblasti sociální práce je i u nás zájmem různých odborníků. Na brněnské Fakultě sociálních studií působící doc. Pavel Navrátil uvádí, že úkolem logoterapie v sociální práci je umožnit klientovi nahlédnout smysl jeho konkrétní životní situace<sup>240</sup>. Význam logoterapie v sociální práci pak shledává v tom, že *zvláštní a pomáhající charisma logoterapeuta spočívá v jeho východisku, že každá situace v životě každého člověka má nějaký smysl*<sup>241</sup>. Na stejné fakultě působící teoložka a sociální pracovnice Dipl.-Theol. Univ. Stanislava Ševčíková, Ph.D.,

---

<sup>239</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. S. 121.

<sup>240</sup> Srov. NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. S. 62.

<sup>241</sup> NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. S. 62.

ve svém pojednání k aplikaci logoterapie v sociální práci<sup>242</sup> uvádí, že jako velmi vhodný pro sociální práci, ať pojatou terapeuticky, poradensky či kurativně, považuje model čtyř základních existenciálních motivací Franklova následovníka Alfrieda Längleho (rovina rozumová, rovina emocí, rovina identity a rovina osobně-existenciální). Dle Ševčíkové *znalost této koncepce dává sociálnímu pracovníkovi do ruky nástroj, jak pomoci klientům překonat svá omezení. Znalosti a význam emočního prožívání mu umožní pokoušet se pomoci klientovi motivovat ho k úsilí o změnu a sebezpřesah...Tento pohled umožňuje rozumět člověku a jeho nejvnitřnějším (k podstatě samé existence dosahujícím) otázkám, se kterými se klient potýká*<sup>243</sup>.

O aplikaci metod logoterapie v prostředí hospiců referuje Marie Svatošová<sup>244</sup>. Uvádí, že mnoha pacientům pomáhá ve zvládnání jejich situace víra v Boha a mnohým i nepochybně soucit a pochopení nejbližšího okolí. Jak ale pomoci těm, ptá se, kteří nemají jedno i druhé? *Z psychoterapeutických metod se jeví právě u těchto nemocných velmi přínosnou a velmi nadějnou logoterapie*<sup>245</sup>. S odkazem na knihu Franklovy pokračovatelky Elisabeth Lukasové *I tvoje utrpení má smysl*, jmenuje Svatošová dvě techniky, *kterými je možné pomoci nemocnému přijmout nezměnitelné (nikoli rezignovat – to je velký rozdíl!) a nakonec umírat klidně a důstojně nejen bez fyzické bolesti, ale dokonce ve fázi smíření, akceptace*<sup>246</sup>. Těmito technikami je dereflexe a změna postoje, kdy v dereflexi jde o to pomoci nemocnému zapomenout na sebe a zaměřit se na nějaký jiný cíl. Ve změně postoje jde, jak již bylo řečeno výše, pomoci pacientovi změnit jeho postoj ke své nezměnitelné situaci.

---

<sup>242</sup> ŠEVČÍKOVÁ, Stanislava. Logoterapie v sociální práci. *Psychologie dnes : psychologie, psychoterapie, životní styl*. 2006, **12**(1), 30-32. ISSN 1212-9607.

<sup>243</sup> ŠEVČÍKOVÁ, Stanislava. Logoterapie v sociální práci. *Psychologie dnes : psychologie, psychoterapie, životní styl*. 2006, **12**(1), 32.

<sup>244</sup> Srov. SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 200.

<sup>245</sup> SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 200.

<sup>246</sup> Srov. SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 200.

Na Husitské teologické fakultě UK je vyučován předmět Logoterapeutické principy v sociální práci, který vede gerontoložka MUDr. Jiřina Ondrušová, Ph.D, autorka publikace *Stáří a smysl života*. V ní pojímá smysl života jako významný salutogenní (zdravítvorný) faktor, který má vliv na kvalitu života a zdravotní (fyzický i psychický) stav člověka. *Autorem pojmu salutogeneze je...izraelský sociolog A. Antonovsky, který se zaměřil na problematiku faktorů, jejichž zásluhou člověk zůstává zdravý a které mu pomáhají přežít v nejtěžších situacích...Na rozdíl od patogenetického přístupu klasické medicíny...salutogenetický postoj směřuje k objevování těch faktorů, které posilují zdraví a stimulují pozitivní prvky nejen v organismu, ale i v prostředí člověka*<sup>247</sup>. Ve své publikaci dále rozvíjí možnosti aplikace logoterapie v práci se seniory a to v realizaci tvůrčích, prožitkových a postojových hodnot. Roli logoterapie v práci se seniory hodnotí takto: *Využití logoterapie představuje jednu z možností, jak rozpoznat a pozitivně ovlivňovat míru životní naplněnosti a spokojenosti ve stáří. Pomáhá a doprovází při hledání smyslu života, zabývá se ale i otázkami utrpení, viny a vyrovnání se smrti. Na rozdíl od některých jiných psychoterapeutických metod ani před stářím nekapituluje. Může mírnit tíseň a poskytovat podporu nejen samotným seniorům, ale i těm, kdo o ně pečují*<sup>248</sup>.

V závěru své práce Ondrušová shrnuje faktory, které dle různých současných autorů, chrání seniory před ztrátou smyslu života ve stáří. Mezi ně patří *tvůrčivost, dobré mezilidské vztahy, zdraví, potěšení, pocit užitečnosti a potřebnosti pro druhé, ale i religiozita. Velký význam je přisuzován konstruktivní práci se vzpomínkami, která pomáhá pochopit vlastní život ve smysluplném kontextu*<sup>249</sup>. Podíváme-li se na tento výčet optikou Franklovy logoterapie, lze s Ondrušovou konstatovat, že se jedná o realizaci triády hodnot, ve kterých člověk může zažívat smysl. O hodnoty tvůrčí, prožitkové a postojové. Tvůrčí hodnoty<sup>250</sup> jsou realizovány v různých rezidenčních zařízeních pro seniory formou ergoterapie, kdy klienti posilují svou schopnost sebe-

---

<sup>247</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 97-98.

<sup>248</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 100.

<sup>249</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 150.

<sup>250</sup> Srov. ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 103.



obsluhy. Účastní se aktivit v různých dílnách, pečou cukroví, dělají různé ruční práce, případně se starají o zahrádku. Při těchto činnostech jsou lidé pospolu, komunikují spolu, vytvářejí se bližší vztahy. Zážitkové hodnoty jsou realizovány v prožívání něčeho krásného. *Zahrnují setkávání s druhými lidmi, dobré vztahy, lásku, ale i vnímání přírody, krásy, umění, schopnost radovat se z maličkostí.* Senioři se účastní různých koncertů, divadelních představení, besed. Sami zakládají pěvecké soubory či amatérská divadla. Účastní se taneční terapie nebo canisterapie. Největším zdrojem prožitkových hodnot však dle Ondrušové jsou setkávání s nejbližšími a cituje slova jedné klientky domova pro seniory: *Návštěva, to je pohlázení po duši.*

Realizace postojových hodnot nastává v domovech pro seniory často v okamžiku, kdy vzhledem ke zdravotnímu stavu a fyzickým možnostem je již realizace předchozích dvou hodnot mimo možnosti seniora. Přesto zbývá svoboda zvolit si postoj, jaký senior k dané situaci zaujme. *Zodpovídání otázek „Proč se mi to stalo?“ zpravidla příliš nepomůže a vysvětlení obvykle ani nenajdeme. Můžeme ale spolu s ním hledat odpovědi na otázku: „Co s tím Ty uděláš? Jak se k tomu postavíš?“<sup>251</sup>* S postojovými hodnotami souvisí logoterapeutická technika změna postoje, kdy se člověk nezaměřuje na to, co jej trápí a bolí, ale na to, co v něm ještě zůstalo zdravé, co mu činí radost. Tímto, uvádí Ondrušová, se vlastně podporují salutogenní prvky v jeho životě.<sup>252</sup>

Celkově hodnotí Ondrušová roli logoterapie v práci se seniory velmi pozitivně. *Žít navzdory, „a přesto říci životu ano“, to je ústřední poselství logoterapie<sup>253</sup>.* Logoterapeutický přístup napomáhá zaměřit se na „obyčejné“ věci všedního dne a nalézat v nich radost a smysl. Napomáhá v potřebných případech změnit dosavadní perspektivu tak, aby měl stárnoucí člověk před sebou neustále nějaké „mít, pro co žít“. Logoterapii vidí jako zdravý způsob života. *Logoterapie neučí především zacházet s nemocnou částí lidského života, ale hlavně jak využít tu zdravou část. Je posta-*

---

<sup>251</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 104.

<sup>252</sup> Srov. ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 106.

<sup>253</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 106.

*vena na dialogu, zaměřuje se k úkolům, které má člověk v životě splnit. I v těžké situaci může člověk životu smysl dát. Ne tím, že trpí, ale svým postojem k utrpení<sup>254</sup>.*

Osobně vidím v logoterapii a celkově v poradenství zaměřeném na smysl velký potenciál. Důraz na smysl života vzešel z Franklova prožitku života v koncentračních táborech a není mu tedy možné vyčítat, že utrpení a bolest nebere dostatečně vážně. Právě naopak. Ale zároveň říká, že bolest a utrpení není (nemá být) tím jediným, co má určovat život člověka. Proto jej povzbuzuje k hledání smyslu, s předpokladem, že každá chvíle našeho života smysl má. A o toto je možné se opřít i ve chvílích, kdy život již není na první pohled krásný, veselý a smysluplný. A tomu všemu navzdory se učít nalézat krásu, radost a smysluplnost v každodenních maličkostech. Franklův život a jeho dílo dalo pomáhajícím profesím do rukou velký nástroj, učít klienty, pacienty, všechny potřebné, jak říct životu ano.

---

<sup>254</sup> ONDRUŠOVÁ, Jiřina. *Stáří a smysl života*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. S. 151.

## 6 ZÁVĚR

V této teoreticky zaměřené práci jsem se zaměřil na prozkoumání tématu smyslu života a jeho případnou aplikaci jako nástroje sociální práce. K tématu bylo přistoupeno nejprve obecným zkoumáním povahy otázky po smyslu života, a to prostřednictvím pohledu teologa, filosofa a psychologa. Dále jako příklad obecné přítomnosti existenciální tematiky v dějinách bylo uvedeno několik písemných památek minulosti od 3. tisíciletí př. n. l. až po 20. století, na kterých je vidět, že tvrzení autorů o odvěké lidské otázce je opodstatněné. Stěžejní částí je pojednání o smyslu života v teoriích psychologů 20. století, mezi kterými zvláště pojetí Viktora Frankla, prezentované v jeho systému logoterapie, dosáhlo dle mého názoru zatím nepřekonaného vrcholu ve zpracování otázky smyslu života jako nástroje v práci pomáhajících profesí. Psychologie otázku smyslu života uchopila z hlediska jejího působení na duševní stav člověka se závěrem, že se jedná o významný salutogenní faktor, kterému je třeba v terapii věnovat pozornost. Toto téma je živé i mezi odborníky v České republice, kdy zvláště dílo Jaro Křivohlavého ukazuje souvislosti tématu smyslu života se zdravím a s kvalitou života, a tak se promítá do dalších oblastí života společnosti, což jej činí opět pozornosti hodným. Způsob, jakým psychologové uchopili téma smyslu života a odsud vzešlé terapeutické techniky jsou bohatým zdrojem, ze kterého může sociální práce čerpat.

Jelikož jsem dovedl ze současných definic sociální práce, že stěžejní roli v sociální práci hraje komunikace sociálního pracovníka, zaměřil jsem dále na to, jak charakterizují různí odborníci povahu komunikace, speciálně s přihlédnutím k existenciální tematice smyslu života. Z diskuse odborníků jsem vyčlenil roli předporozumění a aktivního naslouchání, jakož i hlavní překážky, kterými jsou hodnocení a problém moci v pomáhajícím vztahu se závěrem, že pozitivní i negativní aspekty komunikace pomáhajících profesí souvisí s osobností samotného pracovníka. Takže má-li být jeho činnost úspěšná, musí o této povaze komunikace vědět a s pozitivy i negativy pracovat.

V další úvaze jsem vyšel z pohledu, že odpověď na otázku, zda je smysl života možné aplikovat jako nástroj sociální práce, lze odpovědět z rozboru odpovědí na to, jak v posledu chápeme téma smysluplnosti života a úkol a cíl sociální práce. Z něko-

lika současných definic sociální práce jsem vyvodil, že aplikovat existenciální tematiku lze legitimně všude tam, kde se s ní sociální pracovník v kontaktu s klientem setká, protože tímto přímo reaguje na jeho nejzákladnější potřebu. Názory odborníků jsou za jednou v tom, že nejčastěji se existenciálními otázkami zabývají senioři a lidé umírající. V jejich případě je na místě, aby sociální pracovník měl dostatečné profesní kompetence i k práci se spiritualitou a religiozitou klientů, které jsou odborníky shodně považovány za významný faktor smyslu života. Zkušenosti odborníků z oblasti práce se seniory a umírajícími ukazují na oprávněné užívání metod logoterapie, která se zaměřuje na hledání smyslu života v každém životním okamžiku.

Za přínos práce považuji obecné zpracování tématu smyslu života, které ukazuje jeho všudypřítomnost v lidských dějinách; podmínky, jaké musí mít pomáhající pracovník na zřeteli, chce-li uchopit téma smyslu života jako nástroje ve své práci a souhrn odborné reflexe užití smyslu života v práci se seniory a umírajícími.

Práce otvírá otázky nad možností aplikace smyslu života jako nástroje sociální práce s dalšími cílovými skupinami.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A ZDROJŮ

ANZENBACHER, Arno. *Úvod do filozofie*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. 304 s. ISBN 80-04-25414-4.

AUGUSTIN, KARFÍKOVÁ, Lenka, ed. a VENTURA, Václav, ed. *Vyznání*. 3. vyd. Praha: Evangelické nakladatelství, 1992. 562 s. Studijní texty. ISBN 80-7017-480-3.

BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995, **39**(2), 127 - 141.

BATTHYANY, Alexander. Viktor E. Frankl – Život a dílo. In: FRANKL, Viktor Emil a LAPIDE, Pinchas. *Bůh a člověk hledající smysl*. 1. vyd. Brno: Cesta, 2011. S. 7 - 14.

*Bible: písmo svaté Starého a Nového zákona: český ekumenický překlad*. 16. vyd. Praha: Česká biblická společnost, 2006, ©1985. 863, 287 s. ISBN 80-85810-44-1.

BLECHA, Ivan et al. *Filosofický slovník; [Ivan Blecha]*. 1. vyd. Olomouc: FIN, 1995. 479 s. ISBN 80-7182-014-8.

CORETH, Emerich. *Co je člověk?: Základy filosofické antropologie*. Praha: České katolické nakladatelství ZVON, 1994, 212 s. ISBN 80-7113-098-2.

CULLEY, Sue a BOND, Tim. *Integrativní přístup v poradenství a psychoterapii: dovednosti a strategie pro zvyšování kompetence v pomáhajících profesích*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2008. 222 s. Spektrum; 60. ISBN 978-80-7367-452-6.

DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. 420 s. Expert. ISBN 80-7169-988-8.

*Epos o Gilgamešovi*. 3. doplněné a přepracované vydání. Praha: Československý spisovatel, 1976. 143 stran, 28 nečíslovaných stran obrazových příloh. Klub přátel poezie. Výběrová řada.

*Etický kodex sociálního pracovníka České republiky* [online]. In: . [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: [http://www.apsscr.cz/ckfinder/userfiles/files/Etick%C3%BD%20kodex\\_Profesn%C3%AD%20svaz\\_verII.pdf](http://www.apsscr.cz/ckfinder/userfiles/files/Etick%C3%BD%20kodex_Profesn%C3%AD%20svaz_verII.pdf)

FRANKL, Viktor Emil. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. 88 s. Psychoterapie; Sv. 5. ISBN 80-901601-4-X.

FRANKL, Viktor Emil. *Vůle ke smyslu: Vybrané předn. o logoterapii. S příspěvkem E.S. Lukasové*. Brno: Cesta, 1994. 212 s. Prameny. ISBN 80-85139-29-2.

FRANKL, Viktor Emil. *Psychoterapie a náboženství: Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2006. 87 s. ISBN 80-7295-088-6.

FROMM, Erich. *Anatomie lidské destruktivity: můžeme ovlivnit její podstatu a následky?*. Praha: Aurora, 2007. 514 s. ISBN 978-80-7299-089-4.

GADAMER, Hans-Georg. *Pravda a metoda I: nárys filosofické hermeneutiky*. Vyd. 1. Praha: Triáda, 2010. 415 s. Paprsek; sv. 18. ISBN 978-80-87256-04-6.

GRONDIN, Jean. *Úvod do hermeneutiky*. 1. vyd. Praha: Oikoyomenh, 1997. 247 s. Oikúmené. ISBN 80-86005-43-7.

GRÜN, Anselm. *Život je teď: umění stárnout*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2010. 132 s. ISBN 978-80-7367-749-7.

GUGGENBÜHL-CRAIG, Adolf. *Nebezpečí moci v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. 113 s. Spektrum; 57. ISBN 978-80-7367-302-4

GULOVÁ, Lenka. *Výchova k hodnotám a hodnotová orientace současné mládeže*. In: STŘELEČEK, Stanislav, ed. *Studie z teorie a metodiky výchovy II*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2005. S. 36 – 44.

HALAMA, Peter. *Zmysel života z pohľadu psychológie*. Bratislava: Slovac academic press, 2007. 222 s. ISBN 978-80-8095-023-1.

HALAMA, Peter. *Religiozita, spiritualita a osobnosť: vybrané kapitoly z psychológie náboženstva*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV, 2006. 165 s. ISBN 80-88910-22-6.

HELLER, Jan. Průhled k cíli. *Křesťanská revue*. 1998, **65**(2), 36-38.

HELLER, Jan et al. *Encyklopedie starověkého Předního východu*. 1. vyd. Praha: Libri, 1999. 447 s., obr. příl. ISBN 80-85983-58-3.

HELLER, Jan. Job - tajemství utrpení. *Zpravodaj Společnosti křesťanů a Židů*. 2001, (43), 15-17.

HŘEBÍK, Josef. *Speciální úvod do Starého zákona II* [online]. [cit. 2017-03-05]. Dostupné z: [http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec\\_uvod\\_2.html](http://ktf.cuni.cz/~hrebik/spec_uvod_2.html)

JANEČKOVÁ, Hana. Sociální práce se seniory. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 163 – 193.

KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. 208 s. Psyché. ISBN 978-80-247-4346-2.

KOPŘIVA, Karel. *Lidský vztah jako součást profese: psychoterapeutické kapitoly pro sociální, pedagogické a zdravotnické profese*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1997. 147 s. ISBN 80-7178-150-9.

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 5., přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. 383 s. ISBN 80-7367-122-0

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. 1. vyd. Praha: Svoboda, 1988. 235 s. Členská knihnice.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej - naslouchám*. 1. vyd. Praha: Návrat, 1993. 105 s. ISBN 80-85495-18-X.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Poslední úsek cesty*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 1995. 93 s. ISBN 80-85495-43-0.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. 204 s. Psyché. ISBN 80-247-1370-5.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Problematika smysluplnosti života v psychologii. In: [www.jaro.krivohlavy.cz](http://www.jaro.krivohlavy.cz) [online]. 2007 [cit. 2017-04-01]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/problematika-smysluplnosti-zivota-v-psychologii>

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Spiritualita a religioznost pacienta. In: [www.jarokrivohlavy.cz](http://www.jarokrivohlavy.cz) [online]. [cit. 2017-04-09]. Dostupné z: <http://jaro.krivohlavy.cz/node/90>

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. 141 s. Psyché. ISBN 978-80-247-3604-4.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *O smrti a umírání: co by se lidé měli naučit od umírajících*. Vydání druhé, přepracované, v Portále první. Praha: Portál, 2015. 316 stran. ISBN 978-80-262-0911-9.

LUKAS, Elisabeth S. *I tvoje utrpení má smysl: logoterapeutická útěcha v krizi*. Brno: Cesta, 1998. 191 s. ISBN 80-85319-79-9.

MATOUŠEK, Oldřich a kol. *Metody a řízení sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. 384 s. ISBN 80-7178-548-2.

MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. 351 s. ISBN 978-80-7367-818-0.

MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální práce*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2004. 100 s. ISBN 80-210-3323-1.

NAKONEČNÝ, Milan. *Obecná psychologie*. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2015. 662 stran. ISBN 978-80-7387-929-7.

NAVRÁTIL, Pavel, NAVRÁTILOVÁ, Jitka. Posmodernita jako prostor pro existenciálně citlivou sociální práci. *Sociální práce*. 2008, (4), 124-136.

NAVRÁTIL, Pavel. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. 168 s. ISBN 80-903070-0-0.

POLÁKOVÁ, Jolana. ..vždyť se mnou jsi Ty: Viktor Emanuel Frankl. *Teologické texty*. 1995, **1995**(3), 108.

REMARQUE, Erich Maria. *Na západní frontě klid*. Vyd. v NV 1. Praha: Naše vojsko, 1967. 173 s. Máj; sv. 93.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. 326 s. ISBN 978-80-7367-312-3.

SCHULZ VON THUN, Friedemann. *Jak spolu komunikujeme?: překonávání nesnáží při dorozumívání*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005. 197 s. Psyché. ISBN 80-247-0832-9

SKALICKÝ, Karel. *Hermeneutika a její proměny*. Praha: JEŽEK, 1997, 60 s. ISBN 80-8599-6-09-X.



SMÉKAL, Vladimír. Duchovně orientovaná psychoterapie – naléhavý úkol dneška. In: FRANKL, Viktor Emil. *Lékařská péče o duši: základy logoterapie a existenciální analýzy*. Brno: Cesta, 1996. S. 232 – 235.

SOJKA, Petr. Filozofie konečnosti. In: KOSOVÁ, Martina a kol. *Logoterapie: existenciální analýza jako hledání cest*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014. S. 18-37

SOLMS, Mark a TURNBULL, Oliver. *Mozek a vnitřní svět: úvod do neurovědy subjektivní zkušenosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2014. 309 s. ISBN 978-80-262-0592-0.

STÖRIG, Hans Joachim. *Malé dějiny filozofie*. Praha: Zvon, 1991. 510 s. ISBN 80-7113-041-9.

STRÍŽENEC, Michal. Názory popředních psychologů na vztah osobnosti a religiozity/spirituality. In: HALAMA, Peter. *Religiozita, spiritualita a osobnost: vybrané kapitoly z psychologie náboženstva*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV, 2006, 5 - 11. ISBN 80-88910-22-6.

SVATOŠOVÁ, Marie. Sociální práce s lidmi umírajícími v hospici. In: MATOUŠEK, Oldřich, ed., KODYMOVÁ, Pavla, ed. a KOLÁČKOVÁ, Jana, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2010. S. 195 – 210.

ŠEVČÍKOVÁ, Stanislava. Logoterapie v sociální práci. *Psychologie dnes : psychologie, psychoterapie, životní styl*. 2006, **12**(1), 30-32. ISSN 1212-9607.

TAVEL, Peter. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla: potřeba smyslu života, přínos Viktora E. Frankla k otázce smyslu života*. Vyd. 1. Praha: Triton, 2007. 303 s. Psyché; sv. č. 48. ISBN 978-80-7254-915-3.

TAVEL, Peter. Osobnost a myšlenkový vývoj Viktora E. Frankla. In: FRANKL, Viktor E. *Utrpení z nesmyslnosti života: Psychoterapie pro dnešní dobu*. Praha: Portál, 2016, s. 105-107. ISBN 978-80-262-1038-2.

TAVEL, Peter. Filozoficko-antropologická východiska Franklovy teorie. In: FRANKL, Viktor E. *Utrpení z nesmyslnosti života: Psychoterapie pro dnešní dobu*. Praha: Portál, 2016, s. 107-117.

URSINUS, Zachariáš, Kašpar OLEVIÁN a J. B. JESCHKE. *Katechismus nebo křesťanské učení*. Českobratrské nakladatelství v Brně, 1949.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

*Velká válka 1914 - 1918 a západní civilizace* [online]. PETRÁČEK, Tomáš. [cit. 2017-03-08]. Dostupné z: <http://www.pastorace.cz/Knihovna/Dopady-Velkevalky.html>

VOJTÍŠEK, Zdeněk, DUŠEK, Pavel a MOTL, Jiří. *Spiritualita v pomáhajících profesích*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2012. 231 s. ISBN 978-80-262-0088-8.

VYBÍRAL, Zbyněk. Co zbylo z Adlera? In: ADLER, Alfred. *Smysl života*. Práh, 1995, s. 144-146.

VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. 319 s. ISBN 978-80-7367-387-1.

YALOM, Irvin D. *Existenciální psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. 527 s. ISBN 80-7367-147-6.

WONG, Paul T.P. *From Logotherapy to Meaning-centered Counseling and Therapy* [online]. , 1 - 29 [cit. 2017-04-05]. Dostupné z: <http://www.drpaulwong.com/documents/HQM2-chapter28.pdf>