

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra kulturních a náboženských studií

Náboženská víra jako faktor ovlivňující duševní zdraví

Bakalářská práce

Autor: Petra Novotná
Studijní program: B-7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Náboženská výchova
Vedoucí práce: ThLic. David Bouma, Th.D.
Oponent práce: Mgr. Bc. Miloš Zapletal, Ph.D.



Zadání bakalářské práce

Autor: Petra Novotná

Studium: P16K0387

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Náboženská výchova

Název bakalářské práce: Náboženská víra jako faktor ovlivňující duševní zdraví

Název bakalářské práce AJ: Religious beliefs as a factor influencing mental state

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se věnuje psychologii zdraví zejména v souvislosti s náboženskou vírou. Cílem práce je představit současný pohled psychologie a psychoterapie na případnou roli náboženské víry v utváření a posilování duševního zdraví. Pojednává se o náboženskou víru i jako eventuální rizikový faktor lidské normality a zralosti. Finální kapitola bude věnována teologické reflexi lidského zdraví a zralosti a psychoterapii z teologické perspektivy. Kvalifikační práce se zaměří zejména na český kontext a literaturu a bude doplněna kvalitativním výzkumem.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. Psychologie zdraví. Vyd. 3. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4.

ŘÍČAN, Pavel. Psychologie náboženství a spirituality. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-312-

3. OPATRŇÝ, Aleš. Cesty pastorační v pluralitní společnosti. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 80-7192-930-1.

Garantující pracoviště: Katedra kulturních a náboženských studií,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: ThLic. David Bouma, Th.D.

Oponent: Mgr. Bc. Miloš Zapletal, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 6.10.2017

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Mladé Boleslavi dne 25.6. 2019

.....

Petra Novotná

Poděkování

Děkuji ThLic. Davidu Boumovi, Th.D., za odborné vedení práce, poskytování rad, trpělivost i nadšení pro dané téma. Dále upřímné poděkování patří všem psychologům, díky nimž jsem mohla dokončit kvalitativní výzkum a kteří byli ochotni podělit se o své cenné zkušenosti z praxe. Jmenovitě jde o PhDr. Jeronýma Klimeše a PhDr. Darju Kocábovou, kterým velmi děkuji za milé přijetí. Panu Jeronýmu Klimešovi patří dík speciálně za čas, který si pro mne i při své vytíženosti udělal. A milé paní Darje Kocábové děkuji vřele za možnost naslouchat jejím pracovním i životním zkušenostem, obdivovat se její silné paměti a ocenit ochotu ve svých 87 letech věnovat čas někomu zcela cizímu.

Anotace

NOVOTNÁ, Petra. *Náboženská víra jako faktor ovlivňující duševní zdraví*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2019. 49 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se věnuje psychologii zdraví v souvislosti s náboženskou vírou. Teoretická část představuje základní pojmy, jako jsou psychologie, psychoterapie, náboženská víra a další oblasti nutné k pochopení tématu.

První kapitola se zaměřuje na pojem psychologie zdraví a zabývá se historií psychologie jako oboru vycházejícího z teologie. Další kapitola pojednává o roli náboženské víry při utváření a posilování duševního zdraví, nastíní nám její historii i současnost. Třetí oddíl této práce nás provede tématem náboženské víry jako eventuálního rizikového faktoru lidské normality a zralosti a ukáže nám možná rizika. Čtvrtá kapitola uvádí pohled teologie na lidské zdraví a psychoterapii. Poslední část této bakalářské práce prezentuje výsledky kvalitativního výzkumu a jeho závěr.

Cílem práce je představit současný pohled psychologie a psychoterapie na případnou roli náboženské víry v utváření a posilování duševního zdraví. Záměrem je ukázat, jakým způsobem dnešní psychoterapeuti používají případný zdroj náboženské víry k uzdravení klienta. Kvalifikační práce je zaměřena na český kontext a literaturu a používá výzkumnou metodu nazývanou interpretativní fenomenologická analýza.

Klíčová slova: duševní zdraví, náboženská víra, psychologie, psychoterapie, teologie, terapie, klient, nábožensky věřící

Annotation

NOVOTNÁ, Petra. *Religious beliefs a factor influencing mental state*. Hradec Králové: Pedagogical Faculty / Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2019. 49 pp. Bachelor Degree Thesis.

The bachelor thesis deals with the psychology of health in connection with religious belief. The theoretical part introduces basic concepts such as psychology, psychotherapy, religious belief, and other areas necessary for understanding the subject. The first chapter is aimed at a concept of psychology of health and deals with history of psychology as a field based on theology. The next chapter deals with a role of religious belief for the formation and strengthening mental health, outlines its history and the present. The third section of this thesis will guide us through the issue of religious belief as a potential risk factor of human normality and maturity and will show us possible risks. The fourth chapter provides a look at human health and psychotherapy from the point of view of theology. The last part of this bachelor thesis presents the results of qualitative research and its conclusion. The thesis is focused on a contemporary view of psychology and psychotherapy and its influence on the possible role of religious belief for the formation and strengthening of mental health. The intention is to show how contemporary psychotherapists use a potential source of religious belief to heal the client. The thesis is focused on the Czech context and literature and uses a research method of interpretative phenomenological analysis.

Keywords: mental health, religious belief, psychology, psychotherapy, theology, therapy, client, religious believers

Obsah

SEZNAM OBRÁZKŮ	8
ÚVOD.....	9
1 CO JE PSYCHOLOGIE?	11
1.1 CO JE PSYCHOHYGIENA, TJ. PSYCHOLOGIE ZDRAVÍ A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ ČLOVĚKA?	13
1.2 CO JE PSYCHOTERAPIE?	15
2 NÁBOŽENSKÁ VÍRA – JEJÍ HISTORIE I SOUČASNOST	17
2.1 ROLE NÁBOŽENSKÉ VÍRY V UTVÁŘENÍ A POSILOVÁNÍ DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ	19
2.2 BIBLE A JEJÍ VYUŽITÍ PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ ČLOVĚKA	21
3 NÁBOŽENSKÁ VÍRA JAKO EVENTUÁLNÍ RIZIKOVÝ FAKTOR LIDSKÉ NORMALITY A ZRALOSTI	24
3.1 SIGMUND FREUD A NÁBOŽENSTVÍ.....	27
4 POHLED TEOLOGIE NA LIDSKÉ ZDRAVÍ A PSYCHOTERAPII	29
4.1 MORÁLKA A MORÁLNÍ TEOLOGIE.....	29
4.2 HAGIOTERAPIE.....	31
4.3 PASTORAČNÍ TERAPIE	32
5 PRAKTICKÁ ČÁST – VÝZKUM	33
5.1 CÍL VÝZKUMU	33
5.2 KVALITATIVNÍ VÝZKUM – METODA SBĚRU DAT IPA.....	33
5.3 PŘÍPRAVA VÝZKUMU	35
5.4 OTÁZKY KLADENÉ VE VÝZKUMU	36
5.5 ANALÝZA VÝZKUMU.....	38
5.6 VÝZKUMNÝ SOUBOR JEDNOTLIVÝCH ZODPOVĚZENÝCH OTÁZEK	40
5.7 OMEZENÍ KVALITATIVNÍHO VÝZKUMU.....	43
ZÁVĚR	44
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	46

Seznam obrázků

Obrázek č. 1 Skladba obyvatel při sčítání lidu dle víry v roce 2011	18
Obrázek č. 2 Účast psychologů ve výzkumu	35
Obrázek č. 3 Počet respondentů ateistů a teistů ve výzkumu	39
Obrázek č. 4 Počet psychologů, kteří se ve své praxi setkávají s věřícími klienty.....	40
Obrázek č. 5 Odpovědi na otázku, zda může být náboženská víra prevencí před některou duševní chorobou.....	41
Obrázek č. 6 Psychologové uvedení počet nábožensky věřících klientů v % v populaci .	42

Úvod

Zvolené téma bakalářské práce je Náboženská víra jako faktor ovlivňující duševní zdraví. K tomuto tématu mne přivedl zájem o Bibli a zároveň o psychologii. Již několik let pracuji jako terapeut a o různé psychoterapeutické směry se zajímám hlavně kvůli svým klientům. Proto jsem považovala příležitost hlouběji prozkoumat možnosti ovlivnění duševního stavu člověka náboženskou vírou za zajímavou. Opakovaně jsem uvažovala o tom, jak s faktorem náboženské víry, a to jakékoliv, nakládají dnešní vystudovaní psychologové. Domnívám se, že reflektovat přístup dnešních psychologů k náboženské víře je velmi zajímavé, jak se ostatně ukázalo při rozhovorech se sedmi psychology, kteří odpovídali na 12 otázek kvalitativního výzkumu této bakalářské práce. Výzkumnou otázkou je: „Jaká je zkušenost dnešních psychologů s nábožensky založenými klienty?“ O této problematice pojednává kapitola č. 5, kde je výzkum představen.

Z průzkumu při celostátním sčítání lidu z roku 2011 je patrné, že se považujeme spíše za národ ateistů. V dnešní době se setkávám více s lidmi, kteří nevěří v nic, případně hledají a (často povrchně) se zajímají se o nejrůznější náboženské směry. Těch, kdo se otevřeně hlásí k náboženské víře a praktikují ji, potkávám málo. Začala jsem si všimnout rozdílů v postojích k životu mezi věřícími a nevěřícími klienty i lidmi v běžné populaci. Ukázalo se zcela jasně, že nábožensky věřící lidé jsou mnohem více ukotveni v životě, mají jasné priority a jejich etická a morální hlediska jsou více oproštěna od znaků sobectví a bezohlednosti. V dnešní době je společnost prostoupena egoismem, který jde ruku v ruce s individualismem – snahou být jiný než ostatní, vybočovat a nebát se, dívat se hlavně na svůj prospěch. Toto se však u nábožensky založených lidí – zdá se mi – v takové míře neprojevuje. Rozdíly v postojích nábožensky věřících a nevěřících mne přivedly k tématu bakalářské práce. Nutno však zmínit ještě jeden faktor, který byl rozhodující při mém rozhodování, a tím je profesní zkušenost s klienty, které naopak jejich víra natolik spoutala v oblasti představ o vztazích a sexu, že se jim začal hroutit jejich manželský život. Zde jsem si uvědomila výhody, ale i možné nevýhody náboženské víry. Postoje takového klienta se těžko mění a důvěra v terapeutický proces je značně nižší než u ateistů. Tato zkušenost byla pro mne dalším impulzem k hlubšímu pronikání do tématu víry a teologie na jedné straně a psychologie a psychoterapie na straně druhé. Spolupráce obou lidských i intelektuálních dynamik skýtá nedoceňované možnosti. V postojích respondentů níže

uvedeného výzkumu se však ukazovalo, že pro některé z nich jsou psychologické a teologické přístupy dvěma naprosto odlišnými světy. Toto zjištění je pro mne dalším zajímavým a otevřeným tématem.

V první kapitole se věnuji vysvětlení stěžejních pojmů této bakalářské práce, jako jsou psychologie, psychologie zdraví, duševní zdraví a psychoterapie. Druhá kapitola chce přiblížit pojem náboženská víra v její historii a současnosti. Poukážeme na souvislost psychologie zdraví s náboženskou vírou, přiblížíme základní pojmy a nastíníme historii vztahů náboženství a psychologie. Druhá kapitola naznačí též možnou roli náboženské víry při utváření a posilování duševního zdraví člověka a zmíní i potenciál biblických textů v tomto ohledu. Třetí kapitola se zabývá náboženskou vírou jako eventuálním rizikovým faktorem lidské normality a zralosti, jelikož náboženství vzhledem ke své strukturální ambivalenci může rozvoj a integritu jedince (a samozřejmě i společnosti) v některých svých verzích spíše ohrožovat. Čtvrtá kapitola se věnuje pohledu teologie na lidské zdraví a psychoterapii. Zmíníme odlišnost teologického a psychoterapeutického pohledu na člověka i možnosti případné spolupráce. Poslední kapitola je věnována kvalitativnímu výzkumu, který chce být vlastním přínosem této bakalářské práce. Kvalitativní výzkum byl provedený u sedmi respondentů – psychologů a měl za úkol objasnit odpověď na výzkumnou otázku: „Jaká je zkušenost dnešních psychologů s nábožensky věřícími klienty?“

1 Co je psychologie?

Než se začneme zabývat pojmem psychologie zdraví, je důležité zmínit několik faktů o samotné psychologii. Psychologie (z řeckého psyché = duše, logia = věda)¹ je vědní obor, který se zabývá lidským chováním, studiem mentálních procesů člověka, vztahů, vzájemné interakce se sociálním prostředím a dalších psychických jevů. V 16. století se objevil první název publikace Psychologia, kterou uveřejnil R. Goclenius.² Psychologie je poměrně mladou vědou, oddělila se od filozofie teprve v polovině 19. století³ a nutno podotknout, že její začátky byly poměrně těžké, její postavení bylo spíše v opozici k teologii. Snažila se o oddělení zavádějících prekonceptů poznání lidské duše od přírodních věd. Tento postoj je zachován do dnešních dnů. Psychologie jako věda o prožívání a chování se programově distancuje od náboženství.

Toto distancování je do určité míry pochopitelné, na druhou stranu zarážející. Uveďme, že psychologie by se bez náboženství těžko vyvinula do podoby, jak ji známe dnes. Její počátky sahají hluboko do historie lidstva, první zmínky můžeme rozpoznat v teologii a filozofii. Dlouhá staletí byla psychologie doménou filozofů – za první představitele považujeme např. Sokrata, Aristotela, Platóna, Hippokrata.⁴ Mezi první psychology bychom mohli zařadit i rabíny a kněze, kteří poskytovali lidem duševní útěchu při jejich životních starostech a obtížích. Výstižně k dějinám psychologie poznamenal H. Ebbinghaus v roce 1908, když řekl, že psychologie má dlouhou minulost, ale krátkou historii.⁵ Mezi pohany byli vyhledávání pro útěchu a radu šamani či kouzelníci, ale také učitelé životní moudrosti a duchovní rádci. Jejich rady se převážně opíraly o náboženské knihy, ve kterých nacházeli odpovědi na otázky přicházejících věřících.

Psychologie je dnes jako věda rozvinutá do několika disciplín. Uveďme například biologickou psychologii, kognitivní psychologii, vývojovou psychologii,

¹ Srov. *Slovník cizích slov*. Praha: Ottovo nakladatelství, 2000, s. 567. ISBN 80-7181-376-1.

² Srov. VACÍNOVÁ, Marie a Marta LANGOVÁ. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: Československý spisovatel, 2011, s. 17. ISBN 978-80-7459-014-6.

³ Srov. NAKONEČNÝ, Milan. *Lexikon psychologie*. 2., podstatně rozš. vyd. Praha: Vodnář, 2013. ISBN 978-80-7439-056-2.

⁴ Srov. NOLEN-HOEKSEMA, Susan. *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. 3., přeprac. vyd. Přeložila Hana ANTONÍNOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0083-3.

⁵ Srov. HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 473. ISBN 80-7178-303-X.

psychologii osobnosti a sociální psychologii, klinickou a poradenskou psychologii, pedagogickou a školní psychologii, psychologii organizace práce.

Nejen tímto výčtem oborů se ukazuje, že psychologie má ve společnosti dnes již nepostradatelné místo a je hojně využívána nejen ateisty, ale i věřícími, kteří z jakéhokoliv důvodu nenacházejí pomoc u svých zpovědníků.

Nutno zmínit souvislost rozmachu psychologie se sekularizací, která dopomohla psychologii k větší popularitě hlavně mezi ateisty, ale postupně i mezi věřícími se stává vyhledávanou možností, jak vyřešit problémy duševního zdraví. Sekularizací nemíníme v této souvislosti jen konfliktní vztahování církve a státu a postupné nahrazování církevních služeb státními institucemi, ale též z hlediska teologie pozitivní proces, který umožňuje synergii mezi světským a náboženským, včetně námi probíraných přístupů k člověku a jeho zdraví: „... jako teologický pojem se musí přesně rozlišovat od historicko-právní sekularizace jako zbavení církevního majetku státem. Sekularizace neznamena ani zesvětštění náboženských hodnot nebo jejich vypuzení z veřejnosti, ale uznání – na základě víry – samostatnosti a účelnosti světa jako takového (J. B. Metz). Teologicky zdůvodněná sekularizace se obrací proti náboženskému přisvojení profánních dějin; službu křesťana společnosti a jeho přínos k výstavbě lidštějšího světa počítá mezi jeho nejvlastnější povinnosti. Společensko-politická služba světu proto křesťana neodcizuje jeho nejvlastnější poslání, ale přivádí je historickým zprostředkováním ke konkrétní názornosti.“⁶

Tuto kapitolu zakončím výrokem C. G. Junga, který naznačuje, že špatně pojímaná sekularita (tzv. sekularismus), utopická víra v pokrok, pseudonáboženské uctívání vědy a racionality, může vést k povážlivé jednostrannosti, dokonce může ohrožovat člověka v jeho integrálním rozvoji. Na otázku, zda myslí, že věda má negativní vliv na moderního člověka, C. G. Jung odpověděl provokativně: „Věda je jenom jeden zdroj zla. Vedle vědy je tu technologie, náboženství, filosofie, umění. Moderní umění káže tutěž fatalitu. Vinu má i ničivá úloha intelektu, racionalismu, nejen vědy. Zodpovědné je vše, co by mělo představovat iracionálno a nečiní tak. La Déesse raison a ses raisons.“ (Překlad – bohyně rozumu má své vlastní důvody).⁷

⁶ RAHNER, Karl a Herbert VORGRIMLER. *Teologický slovník*. Přeložil František JIRSA, přeložil Jan SOKOL, přeložil Jan KRANÁT. Praha: Vyšehrad, 2009, s. 350. Teologie (Vyšehrad). ISBN 9788070219348.

⁷ McGUIRE, William a R. F. C. HULL (eds). *Rozhovory s C. G. Jungem*. Praha: Portál, 2015, s. 106. ISBN 978-80-262-0914-0.

Je evidentní, že pokud tu Jung mluví o náboženství a filozofii a umění, má na mysli ty jeho podoby, jež nezohledňují a nereagují na hlubinné dimenze v člověku, tak jak jim rozuměl švýcarský velikán.

1.1 Co je psychohygienu, tj. psychologie zdraví a duševní zdraví člověka?

Mezi psychologické disciplíny patří i psychologie zdraví neboli psychohygienu (psychologická zdravověda). Ta se zabývá mnohými aspekty zdravého lidského života. Jak praví psychologický slovník: „*Psychohygienu – mentální hygienu je obor, který se zabývá rozvojem a podporou duševního zdraví, prevencí duševních poruch a nemocí. Pomáhá k tomu soubor opatření a postupů, jak těchto cílů dosáhnout. K hlavním patří životospráva, zdravotní výchova, poradenství.*“⁸ Jinými slovy – psychohygienu je systematická péče o duševní zdraví, duševní stabilitu, pohodu a vyrovnanost. Můžeme využít různé techniky i způsoby. Někomu bude stačit vykonávat svou oblíbenou činnost, u které si odpočine a zrelaxuje, např. bude chodit na pravidelné procházky na čerstvém vzduchu, někdo další bude preferovat sport a někdo bude v pravidelných intervalech navštěvovat psychologa či psychoterapeuta. I takto bychom mohli porozumět psychologii zdraví neboli psychohygieně.

O duševním zdraví píše M. Nakonečný ve své knize: „*Duševní zdraví umožňuje bezporuchové fungování člověka v podmínkách jeho společenského, soukromého i veřejného života, a je spojeno s osvobozením od pocitů úzkosti a s pozitivními postoji vůči sobě samému (sebeakceptování) a vůči ostatním (akceptování druhých), pokud tyto pro jedince nepředstavují nějakou objektivní hrozbu.*“⁹

Vraťme se k psychohygieně neboli psychologii zdraví a pozastavme se u její historie. Psychologie zdraví je poměrně mladou disciplínou, jež se začala plně rozvíjet ke konci 20. století. V čele s Josephem Matarazzem v roce 1977 Americká psychologická asociace – APA (American Psychological Association) – přidala divizi věnovanou zdravotní psychologii. Na první divizní konferenci pronesl Matarazzo projev, který sehrál důležitou roli při definování psychologie zdraví.¹⁰ Definoval nové

⁸ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 199. ISBN 807178303x.

⁹ NAKONEČNÝ, Milan. *Encyklopedie obecné psychologie*. 2., rozš. vyd., v Akademii vyd. 1. (1. vyd. V nakl. Vodňář pod náz. Lexikon psychologie). Praha: Academia, 1997, s. 254. ISBN 80-200-0625-7.

¹⁰ Srov. *American Psychological Association* [online]. 2019 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: <https://www.apa.org>

pole psychologie tímto způsobem: „Zdravotní psychologie je souhrnem specifických výchovných, vědeckých a odborných příspěvků oboru psychologie, sloužících k podpoře a udržování zdraví, prevenci a léčbě onemocnění, identifikaci diagnostických a etiologických korelátů zdraví, nemocí a souvisejících dysfunkcí a analýzou zlepšení systému zdravotní péče a tvorby zdravotní politiky.“¹¹

Psychologie zdraví zkoumá např. zákonitosti vlivu psychických dispozic, vznik a rozvoj nemocí s možnostmi jejich terapie, rehabilitace a prevence. Také aplikuje psychologické poznatky do oblasti zdraví, nemoci a do systému zdravotní péče. V 80. letech minulého století byly divize zdravotní psychologie založeny i v Evropě. Podobné organizace byly zřízeny také v jiných zemích, včetně Austrálie a Japonska.¹² Univerzity začaly rozvíjet programy vzdělávání v oblasti psychologie zdraví.

V České republice byla první konference psychologů zabývajících se psychologií zdraví uspořádána v roce 1988. Záhy se řady psychologů v sekci Psychologie zdraví při ČMPS (Českomoravské psychologické společnosti) zajímajících se o tento obor rozrostly. Cíl psychologie zdraví je: „Budovat teorii zdravého jednání a chování člověka a získávat solidní poznatky z oblasti psychologie – na jedné straně o tom, co naše zdraví posiluje, a na druhé straně o tom, co našemu zdraví škodí.“¹³

Pojem zdraví se v průběhu staletí mění. Zatímco dříve bylo zdraví spojené převážně s fyzickou nemocí, postupem času se pojem zdraví mění v komplexnější pojem, který zahrnuje nejen fyzickou, ale i duševní kondici včetně kvality sociálních vazeb. I v běžné populaci můžeme vnímat trend, který nabádá člověka k hledání psycho-sociálních příčin nemocí, zdravotních potíží i úrazů.

¹¹ MATARAZZO, Joseph D. Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*. 1980, 35(9), 807–818.

¹² Srov. WEINER, Irving B., FREEDHEIM, Donald K., John A. SCHINKA a Wayne F. VELICER. *Handbook of psychology*. New York: Wiley, 2003, s. 457. ISBN 0-471-17669-9.

¹³ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001, s. 26. ISBN 80-7178-551-2.

1.2 Co je psychoterapie?

V Psychologickém slovníku najdeme toto vysvětlení pojmu psychoterapie: „... *léčení duš. chorob a hraničních stavů psycholog. prostředky, tj. slovem, gestem, mimikou, mlčením, příp. úpravou prostředí; je jedním z účinných způsobů psychické pomoci, plánované, promyšlené a prováděné odborníky, vyžaduje talent, schopnost improvizace a intuici, je vždy úsilím k odpovědnosti, snahou rozšířit subjektivní svět pacientových hodnot.*“¹⁴

Mezi obecně nejznámější terapeuty patří Sigmund Freud a C. G. Jung. Jejich jednotlivé práce týkající se psychoterapie, psychoanalýzy a psychologie patří k základům každého studenta psychologie a psychoterapie. Z jejich přístupů dodnes psychologie vychází a mnoho současných významných psychologů se k pracím těchto dvou velikánů vrací. Najdou se rovněž tací, kteří hovoří o překonání některých tezí těchto zakladatelů psychologie.

V dnešní době kolem sebe vidíme psychoterapií více než kdy předtím, rozvoj terapeutických přístupů se rozšířil zejména po roce 1989. Nabídek na internetu ohledně různých psychoterapeutických nebo terapeutických přístupů je nespočetné množství. Stále větší oblibu si získávají terapie z oblasti transpersonální psychologie, kde lidé nacházejí spíše spirituální a transcendentální zážitky. Asi neznámějším představitelem je český rodák Stanislav Grof. Zájem o tyto přístupy si můžeme vysvětlit tím, že lidé hledají různé možnosti, jak žít šťastnější život, jak se cítit vyrovnaněji či jak překonat těžké životní situace. Vzhledem k rozšířenému ateismu v České republice není překvapivé, že zájem o kryptoreligiózní směry poskytující hledajícímu člověku pomoc a odpovědi na životní otázky roste. Z neznámějších můžeme uvést např. Sylvovu metodu, kraniosakrální terapii, homeopatika, feng-shui, EFT (Emotional freedom techniques), systémy Reiki nebo koučink. Nabízí se otázka, zda je důvodem stále zvyšujícího se zájmu o tyto směry upadající náboženská víra. V tom případě je pochopitelné, že lidé bez náboženské víry mají větší potřebu ukotvit se, najít smysl života, pochopit, co nás přesahuje – tedy najít většího člověka v nás.

Zajímavou skutečností je také fakt, že psychoterapeutem se stane ten, kdo prošel pěti- nebo šestiletým psychoterapeutickým výcvikem, k němuž se může přihlásit každý, kdo má ukončené vysokoškolské vzdělání v humanitním oboru. Používat název

¹⁴ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 488. ISBN 80-7178-303-X.

psychoterapeut může však úplně každý, neboť legislativou tento pojem není blíže ošetřen. Víme, že v dnešní době je nabídka různých psychoterapeutů velká, je tedy nezbytné být opatrný při jejich výběru. Pokud někdo používá slovo psychoterapeut a není jím, není to trestné. Dobře si tedy vybírejme.

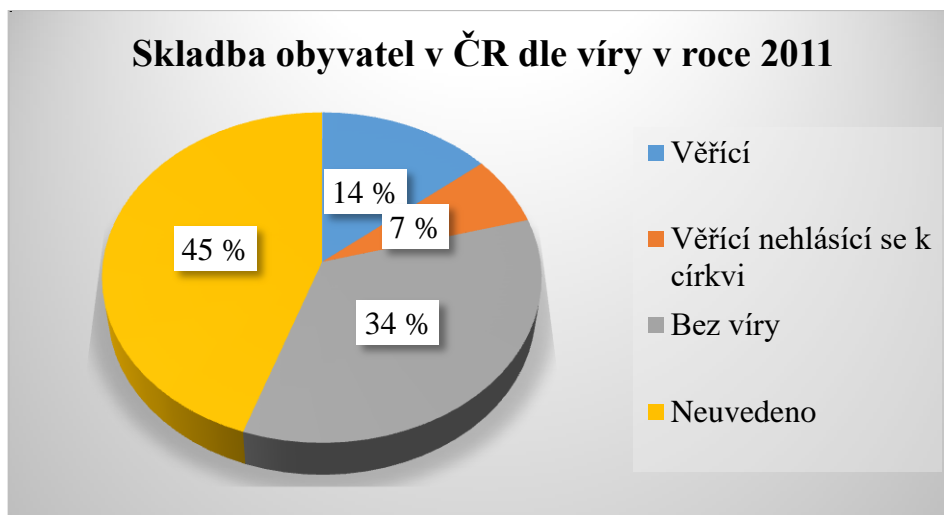
2 Náboženská víra – její historie i současnost

Spojení náboženská víra nejprve rozdělíme na dvě slova, na náboženství a víru. Pojdme si v úvodu tyto pojmy přiblížit. Pod pojmem náboženství najdeme v psychologickém slovníku slovo religious – religiozita,¹⁵ což znamená „*Zbožnost, víra v pravost a pravdivost náboženství, nábožnost, síla víry; náb. přesvědčení, jeho různá míra a jeho odraz v chování a každodenní praxi člověka*“.¹⁶

Jinými slovy – náboženství je termín teologický, je souhrnem rituálů, zvyků, chování, přístupů, symbolů, jež dávají konkrétnímu náboženství svůj typický ráz. Přijetím těchto atributů se člověk může stát součástí daného společenství. V dnešní době je mnoho lidí, kteří jsou příznivci jistého náboženství a dodržují dané rituály, ale v náboženské organizaci se nijak neangažují. Náboženské instituce jsou zpravidla organizované a myšlenkově dané, v mnoha zemích i právně zaštitěné a jsou oficiálně úředně platnými sdruženími. Tento stav mnohým věřícím nevyhovuje a zůstávají tak raději mimo společenství, což potvrzuje průzkum Českého statistického úřadu z roku 2011. V České republice se při posledním sčítání lidu ukázal stále klesající počet věřících (viz obrázek), například v katolické církvi od posledního sčítání klesl počet věřících o více než jeden a půl milionu, více podrobností o výsledcích průzkumu lze nalézt na <https://www.czso.cz/csu/czso/0b005170c8>. Je možné se domnívat, že jedním z důvodů odlivu věřících je rozšíření kultu materialismu, kultu new age, který nabízí směs mnoha náboženství, esoteriky a okultismu či kult novopohanství, které je zaměřeno zejména na uctívání přírodních sil a ochranu životního prostředí.

¹⁵ Srov. HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 338. ISBN 80-7178-303-X.

¹⁶ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 505. ISBN 80-7178-303-X.



Obrázek č. 1 Skladba obyvatel při sčítání lidu dle víry v roce 2011¹⁷

Nyní se zaměříme na pojem náboženství z pohledu sociobiologie. Ta uvádí pojem náboženskost jako geneticky podmíněnou vlastnost lidské psychiky. Touhu po víře má každá bytost ve svém nitru, a tak hranice mezi náboženstvím a ateismem není zcela jasná. Většina ateistů v něco věří, avšak nenazývají to něco Bohem. Podle tohoto tvrzení lze říci, že slovo ateista není zcela přesné a dalo by se nahradit slovy momentálně nevěřící, neboť slovo ateista znamená někoho, kdo popírá existenci Boha nebo odmítá oficiální náboženský kult.

Objasněme si také pojem víra dle psychologického slovníku: „(belief, faith) přesvědčení, postoj, zpravidla emočně silně podmíněné, o existenci a pravdivosti urč. jevu, kt. jednoznačnými a jasnými důkazy nelze potvrdit ani vyvrátit; předmětem v. nejčastěji to, co přesahuje možnosti lidského poznání; častá motivace lidské činnosti, součást hodnotové orientace“.¹⁸

Z obecného hlediska bychom mohli o víře uvést, že je filozofickým pojmem, který nemusí být vždy spojován s náboženstvím. V širším smyslu je víra důvěrou v něco, co očekáváme, že se stane. Je tedy součástí našeho přesvědčení. Víru může mít člověk v cokoli, čemu přikládá důležitost – od běžných věcí až po Boha. Víra je tedy v rámci definice spíše otevřená, víru si člověk stanovuje sám. Jedinec je ovlivněn i externími vlivy – prostředím, ve kterém vyrůstá. Z tohoto vyplývá, že víra je ryze osobní věc, tedy pokud je v souladu se zákony země, ve které se nachází. „I ateista musí uznat, že víra v širokém slova smyslu patří neodmyslitelně k lidskému poznání

¹⁷ Český statistický úřad. Věřících hlásících se k církvím výrazně ubylo. *Czso.cz* [online]. 2011. Poslední aktualizace 20. 12. 2014 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/0b005170c8>

¹⁸ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 671. ISBN 80-7178-303-X.

a existenci. Věříme více, než si uvědomujeme. Věříme některým informacím z médií, věříme konstruktérům budovy, do které vstupujeme, věříme svým smyslům. Tuto víru nazýváme „lidskou“ nebo rovněž „filozofickou“ vírou, abychom ji odlišili od „božské“, tj. „teologické víry, která je založena na slově Božím.“¹⁹ Zajímavé je nahlédnutí do významu slova „víra“ v jiných jazycích, kdy hebrejsky víra v překladu znamená *Aman* – být pevný, spolehlivý, osvědčený. Řecky je *Piستهúein* – důvěřovat. Latinsky *Credere* = cor dare – srdečně důvěřovat. Německy *Galauben* – učinit si něco milým, důvěrným.²⁰ Zde je patrné, že každá kultura vnímá slovo „víra“ jiným způsobem.

Nás však zajímá náboženská víra – tedy víra spjatá přímo s Bohem. Ve výzkumu nebudeme radikálně rozlišovat, o jaké konkrétní náboženství se jedná, a to i přestože se většina účastníků výzkumu řadí ke křesťanskému náboženství. I v některých pasážích této práce bude fokus zaměřen na křesťanství, které je ve střední Evropě nejrozšířenějším náboženstvím. Mnoho uznávaných odborníků se shoduje na tom, že všechna náboženství jsou rovnocenně dobrá, což může znamenat, že jsou stejně tak všechna nesprávná.²¹ „Každé náboženství je ze své podstaty přesvědčeno o své pravdivosti a nadřazenosti nad jinými, nad všemi ostatními.“²² Pro naše poznání, zda náboženská víra ovlivňuje duševní zdraví, ale druh náboženské víry nerozhoduje.

Náboženská víra historicky začíná u pohanských vyznání. Je obecně známo, že náboženství provázela lidstvo od nepaměti. Jejich stopy nalezneme např. v malbách, kulturních ritech či rituálních pohřbech po celém světě. Mezi náboženství, která významně ovlivnila lidskou populaci, můžeme bezpochyby zařadit egyptské, římské, řecké a indické. Náboženská víra nás tedy provází po celou lidskou historii a pravděpodobně tu i přes rostoucí sekularizaci bude i nadále. Je součástí našich životů a dotýká se více či méně každého z nás.

2.1 Role náboženské víry v utváření a posilování duševního zdraví

Carl Gustav Jung řekl kdysi anglickým lékařům: „*Není to hra se slovy, nazýváme-li náboženství psychoterapeutickým systémem. Je to nejpropracovanější*

¹⁹ BOUMA, David. *Zjevení, víra, církev: teologické skici k úvodu do křesťanství*. Ostrava: Moravapress, 2013. ISBN 9788087853085.

²⁰ Srov. BEINERT, Wolfgang. *Slovník katolické dogmatiky*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1994, s. 422.

²¹ Srov. POSPÍŠIL, Ctirad Václav. *Hermeneutika mystéria: struktury myšlení v dogmatické teologii*. 2. vyd. Praha: Krystal OP, 2010, s. 236. Teologie (Karmelitánské nakladatelství: Krystal OP). ISBN 978-80-7195-478-1.

²² PETRÁČEK, Tomáš. *Člověk, hodnoty a dynamika středověké společnosti: antropologické koncepty středověku v transkulturní perspektivě*. Ostrava: Moravapress, 2014, s. 70. ISBN 9788087853139.

system a je za ním velká praktická pravda. Mám rozsáhlou klientelu a tam, kde žiji, jsme prakticky obklopeni katolíky, ale během posledních 30 let jsem neměl mezi svými pacienty více než asi 6 praktikujících katolíků. Naprostá většina byli protestanti a židé... Katolická církev, zejména se svým přísným systémem zpovědi a svým usměrňováním svědomí, je terapeutická instituce. Měl jsem několik pacientů, kteří po mé analýze vstoupili do katolické církve, stejně jako jsem měl některé pacienty, kteří teď chodí do takzvaného Hnutí oxfordských skupin – s mým požehnáním. Myslím, že je naprosto správné užívat těchto terapeutických institucí, které nám dala historie...“²³

Náboženství jako instituce ještě před vznikem psychologie jako vědy byla pro mnohé nábožensky věřící velkou psychickou oporou. S trochou nadsázky můžeme považovat první kněze za první psychoterapeuty. Můžeme se tedy domnívat, že náboženská víra byla a snad i je faktorem, který ovlivňuje a posiluje duševní zdraví. Mnozí psychologové jistě mohou namítat, že není možné, aby kněz suploval roli psychoterapeuta, neboť většina z nich nemá psychoterapeutické vzdělání. Ovšem nemůžeme popřít fakt, že mnohdy je kněz jediným člověkem, ke kterému má věřící důvěru a který může svým postojem věřícímu v jeho těžké životní situaci pomoci. Je však nutné také zmínit, že i kněz je jen člověkem, a tedy nemusí být vždy tou správnou podporou v těžkých chvílích věřícího člověka.

Je třeba mít na paměti, že vliv psychoterapie na duchovní život může mít i neblahé účinky.²⁴ Některé křesťanské církve nabádají své věřící k opatrnosti při návštěvě psychoterapeuta a ti pak hledají pouze věřícího odborníka, kterých však není mnoho. V dnešní době se vyskytuje spíše vzácně psychoterapeut, který má v lepším případě vystudovanou teologickou fakultu, v horším případě disponuje alespoň ucházející znalostí Bible či teologických otázek. Právě proto je volba správného psychoterapeuta pro věřícího člověka důležitá.

V 19. století na teologických fakultách vznikla psychologie náboženství, bohužel nebyla ani vítaná, ani zatracovaná. Snad proto byla málo studována. Snahu o uplatňování psychologie v praxi ve výcviku duchovních pastýřů se ani od té doby nepodařilo prosadit.²⁵ Osobně se domnívám, že tato skutečnost zasluhuje více pozornosti, než je jí dnes věnováno. Průzkumy ukazují na nárůst pacientů v oblasti

²³ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 299. ISBN 9788073673123.

²⁴ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 302. ISBN 9788073673123.

²⁵ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 302. ISBN 9788073673123.

psychologických poraden, který se rok od roku zvyšuje. Např. podle výsledků šetření EHIS trpělo depresí v České republice v posledních 12 měsících celkem 3,9 % osob, ženy (5,4 %) častěji než muži (2,2 %). Ve srovnání s ostatními sledovanými zeměmi se jedná spíše o údaj nadprůměrný.²⁶ Tyto průzkumy naznačují, že celý fakt o nedostatku psychologicky vzdělaných farářů a teologicky vzdělaných psychoterapeutů je společností podceňován, jak naznačuje i kvalitativní výzkum uvedený v závěru této bakalářské práce.

Celá naše kultura je ovlivněna a protkána náboženstvím, a to mnohem více, než si běžný ateista dokáže uvědomit. Uvedme soulad náboženství s naším humanismem. Ve společnosti je kladně hodnocen důraz na rodinu, na solidaritu a pomoc druhým, na princip rovnocennosti žen a mužů, na odpovědnost za své skutky, principy lásky. Tyto principy byly v minulosti přejaty společností z náboženského prostředí. V tomto ohledu je jasné, že náboženská víra je faktorem ovlivňujícím duševní zdraví člověka – lidstva pozitivním směrem.

2.2 Bible a její využití pro duševní zdraví člověka

V této kapitole se budeme opírat o Bibli. „*Nejstarší doklady o užívání Bible k psychoterapeutickým účelům pochází ze starověku. Otcové pouště, egyptští a syrští poustevníci ze 3. až 5. století n. l. vypracovali strategii boje proti zhoubným emočním stavům, kterou řecky označovali antirhesis, doslova odmlouvání. Tato metoda spočívala v tom, že při náporu ovládacích emocí, s nimiž si člověk nevěděl rady, se mu nabízela pomoc, která spočívala v ponoření se do určitých textů Bible.*“²⁷

Příkladem použití Bible v dnešní době, který může posilovat duševní zdraví, je například modlitba za uzdravení, která je v církvích stále běžná. Mnohdy se tyto modlitby stávají důležitým opěrným bodem pro věřícího člověka v jeho naději na uzdravení. V Novém zákoně se můžeme dočíst o síle víry hned v devíti verších.

Matouš 9,22 *Ježíš se obrátil a spatřiv ji řekl: „Bud' dobré mysli, dcero, tvá víra tě zachránila.“ A od té hodiny byla ta žena zdráva.*

Matouš 15,28 *Tu jí Ježíš řekl: „Ženo, tvá víra je veliká; staň se ti tak, jak chceš.“ A od té hodiny byla její dcera zdráva.*

²⁶ DAŇKOVÁ, Šárka. Analýza EHIS. In: *Demografie.info* [online]. 24. 10. 2011 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku=&artclID=781

²⁷ REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*, Jirí Sušanka: Pompei, 2013, s. 21. ISBN 978-80-905580-0-7.

Marek 5,34 A on jí řekl: „Dcero, tvá víra tě zachránila. Odejdi v pokoji, uzdravena ze svého trápení!“

Marek 10,52 Ježíš mu řekl: „Jdi, tvá víra tě zachránila.“ Hned prohlédl a šel tou cestou za ním.

Lukáš 7,50 A řekl ženě: „Tvá víra tě zachránila, jdi v pokoji!“

Lukáš 8,48 A on jí řekl: „Dcero, tvá víra tě zachránila, jdi v pokoji.“

Lukáš 17,19 Řekl mu: „Vstaň a jdi, tvá víra tě zachránila.“

Lukáš 18,42 Ježíš mu řekl: „Prohlédni! Tvá víra tě uzdravila.“

Lukáš 22,32 Já jsem však za tebe prosil, aby tvá víra neselhala; a ty, až se obrátíš, buď posilou svým bratřím.“

Není tedy divu, že pro mnohé věřící může být modlitba za uzdravení velkou oporou a že jejich naděje se můžou ubírat jen tímto směrem. Z výše zmíněného lze odvozovat, že role náboženské víry v utváření a posilování duševního zdraví provází člověka již stovky let. A je v některých případech prokazatelnou pomocí při emocionálně vypjatých stavech v životě člověka.

V dnešní době se Bible k psychoterapii již tak hojně nevyužívá, její způsob použití se mění. Uvedme dva nejznámější přístupy užití Bible. První pochází ze Spojených států a je směsí kognitivně behaviorální terapie a fundamentalistického křesťanství – nazývané *biblické poradenství*. Zde je Písmo vnímáno jako učebnice o člověku, která pojednává o každodenních starostech běžného člověka tak, jak se těmito tématy zabývá psychologie. Například termín „dysfunkční chování“ je v Bibli chápán pod názvem „hřích“. Význam však zůstává stejný – tedy špatně smýšlíš, proto se špatně cítíš, až poznáš své nezdravé (dysfunkční) chování, změň ho. Druhý způsob využití Bible, který je používán spíše v evropské oblasti, se nazývá *hlubinně analytický přístup* – takzvané „zrcadlo“, které poprvé rozvinul německý psycholog a teolog Eugen Drewermann ve svém díle *Hlubinná psychologie a exegeze*. Tento terapeutický přístup pracuje s tzv. předporozuměním, kdy terapeut předpokládá, že člověk má své vlastní předporozumění, tzn. způsob vnímání a zažívání sebe samého a světa.²⁸

Také v dnešní křesťanské náboženské praxi se můžeme potkávat s technikou používanou věřícími v těžkých životních situacích, např. při středních problémech v partnerských vztazích či při problémech v práci, v rodině apod. (nehovoříme zde

²⁸ Srov. REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*, Jirí Sušanka: Pompei, 2013, s. 21–22. ISBN 978-80-905580-0-7.

o patologii), a tou je technika „odevzdání“. Techniku „odevzdání Bohu“ mohou věřící použít například při trémě či při příchodu situace, která není člověku příjemná. Tíhu této situace může věřící odevzdat do rukou Božích s důvěrou, že Bůh ví, proč tak koná. Toto může velmi pomoci při napětí a vzpouzení se dané nepříjemné situaci. „*Plnit, Bože můj, tvou vůli je mým přáním, tvůj zákon mám ve svém nitru*“ (Ž 40, 9). „*Na Hospodina slož svoji starost, postará se o tebe a nedopustí, aby se kdy spravedlivý zhroutil*“ (Ž 55, 23).

Katechismus katolické církve k tomuto uvádí: „*Bůh může zjevit budoucnost svým prorokům nebo jiným světcům. Nicméně správný postoj křesťana spočívá v tom, že se, pokud jde o jeho budoucnost, odevzdá s důvěrou do rukou Prozřetelnosti a vyhýbá se ve vztahu k budoucnosti každé nezdravé zvědavosti. Nepředvídatost může být nedostatkem odpovědnosti.*“²⁹

V knize Pavla Říčana *Psychologie náboženství a spirituality* je popsáno deset způsobů psychoterapeutických přístupů, které se velmi podobají přístupům praktikovaným v náboženské praxi. Z mnoha příkladů uveďme jeden. „*Skupinová psychoterapie: Podobně postižení pacienti sdílejí své problémy a zkušenosti, navzájem si poskytují emoční podporu, učí se vyššímu i spontánnějšímu jednání v různých sociálních situacích atd. V křesťanských komunitách vznikají spontánně i řízeně takzvané domácí skupinky, které se setkávají obvykle jednou týdně a následně se podobají terapeutickým skupinám s tím rozdílem, že jde o skutečný, nikoli pouze cvičný život. Jejich poslání je formulováno jako realizace Kristovy lásky a společného tvrzení ve světle. V moderní skupinové psychoterapii lze vidět napodobení skupinek, jejichž činnost v různých probuzeneckých komunitách je mnohem staršího data než psychoterapie.*“³⁰

Z tohoto je patrné, že psychoterapie má základy v náboženské praxi a že bez náboženství a jeho systému by se psychoterapie těžko vyvíjela.

²⁹ *Katechismus katolické církve*. Praha: Zvon, 1995, s. 524. ISBN 80-7113-132-6.

³⁰ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 304. ISBN 9788073673123.

3 Náboženská víra jako eventuální rizikový faktor lidské normality a zralosti

V této kapitole se podíváme na možná úskalí vlivu náboženské víry na duševní zdraví. V některých případech může být náboženská víra rizikovým faktorem spouštějícím psychickou nevyrovnanost. Na tomto poznatku se shodují všichni mnou dotazovaní psychologové. Kontroverzní je téma náboženství a sexuality. V této oblasti se vedou bouřlivé debaty o ovlivňování lidské sexuality náboženskou vírou. Míra její škodlivosti či prospěchu je sporná. Jsou tací, kteří téma sexuality tak, jak je podáváno dnes věřícím, vnímají kladně. Jiní jsou toho názoru, že je nutno mnohé upravit s ohledem na vývoj společnosti. Nový vítr vane také od papeže Františka: „*Malý krůček uprostřed velkých lidských omezení může být Bohu milejší než zvnějšku korektní život toho, který prožívá své dny, aniž by čelil vážným těžkostem. Všem se musí dostat útěchy a povzbuzení spásonosné Boží lásky, která tajemně působí v každém člověku, navzdory jeho nedostatkům a pádům.*“³¹

Uvedme příklad dnešního mladého člověka, který žije v dlouholetém vztahu. Před desítkami let bylo běžné, že mladí lidé uzavírali sňatek okolo dvacátého roku života. Bylo tedy pro ně jednodušší dodržet zásady své víry, například přikázání č. 6 – Nesesmilniš. V dnešní době se sňatek posunul k věkové hranici 30 let a pro mladého věřícího člověka, který nežije ve vztahu, je mnohem složitější dostát své víře. Osobně se domnívám, že zde může náboženská víra způsobit mladému člověku přinejmenším mravní dilema. Takovou situaci můžeme pokládat za rizikový faktor, který může ovlivnit lidskou normalitu a zralost. Pro mladého člověka, který se potýká s vymoženostmi moderního světa, je mravní maximalismus víry v tomto případě spíše na škodu. Uvažme, že v okamžiku, kdy nemá důvěru k nikomu ve svém okolí a je na celou situaci sám, nemusí si umět poradit. Zde je pak na místě pomoc odborníka. „*V praxi to znamená odsunout otázky sexu na druhé místo a zdůrazňovat jiné aspekty partnerského života, zejména partnerskou vztahovou kázeň.*“³²

A i zde platí: „*Duo cum faciunt idem, non est idem*“ (když dva dělají totéž, není to totéž). Právě v takovýchto situacích se ukáže moudrost zpovědníka stejně jako moudrost psychologa či psychoterapeuta. Obávám se však, že mnozí mladí lidé

³¹ *Evangelii gaudium: Radost evangelia: apoštolská exhortace papeže Františka o hlásání evangelia v současném světě.* Praha: Paulínky, 2014, s. 34, odst. 44. ISBN 9788074501180.

³² KLIMEŠ, Jeroným. *Křesťanství, vztahy a sex: na útěku od sebe k tobě a od tebe k sobě.* Praha: Novela bohemia, 2016, s. 11. ISBN 9788087683576.

u zpovědi toto téma raději neotvírají, pokud nejsou tázaní. A sami psychologové také nenavštíví, i přestože jim z jakéhokoliv důvodu může hrozit i rozpad vztahu. A tak se se sexuálním životem vyrovnávají po svém – tedy provozují předmanželský sex.

O příkladech z praxe propojení psychoterapie a pastorační péče mluví také kniha Darji Kocábové – *V tichu*. V té se uvádí: „*Předání klienta do pastorační péče nebyvalo ovšem zdaleka tak jednoduché, jak by se mohlo zdát. Nejenže bylo třeba rozlišit, kdy už psychoterapeutická pomoc nedostačuje, ale hlavně bylo třeba nalézt duchovního, který by problematice duchovní cesty u duševně nemocného člověka porozuměl a věděl si rady s jeho dalším vedením, které muselo být s ohledem na specifčnost jeho onemocnění velmi individuální, opřené o znalost jeho problematiky. A nebylo to lehké, na to nebyli tehdy čeští duchovní ve většině případů připraveni.*“³³ Tyto zkušenosti ukazují, že v psychologické praxi jsou momenty, kdy je spolupráce psychologa a faráře, pastora pro klienta velmi důležitá.

Náboženská víra většinou vyžaduje dodržování jistých zásad a poukazuje na to, že nedodržování příkazů Boha je hřích. Podle křesťanské a židovské teologie je hřích totožný s pojmem *disobedience* = *neposlušnost vůle boží*.³⁴ Od nepaměti se lidé báli nějaké autority, a to nejen mocenské v podobě strážců zákona, ale i nadřazené, je přesahující autority. Proto strach z hříchu je pro některé stresujícím faktorem, a tak buď nehřeší, nebo hřeší a bojují se svým svědomím. Po čase někteří mohou nabýt dojmu, že i s hříchem se dá žít a není potřeba jej významně řešit. Pokud věřící neustále bojuje se svým svědomím, může vzniknout rizikový faktor, který negativně ovlivní psychiku daného člověka, neboť o pomoc si každý říci neumí. V takovém případě by měla zafungovat zpověď, jež by měla aktuální stav psychiky přinejmenším odhalit a navrhnout řešení. Právě v takových situacích by zpovědníkovo psychologické vzdělání bylo na místě.

Vraťme se k problematice dobra a zla, která je přítomna v náboženství. Zlo je nám dáno stejně jako zvířatům. Zvířata se v mnoha případech chovají k příslušníku vlastního druhu sobecky i agresivně. Agresivními projevy zvířat se zabýval Konrad Lorenz, který se proslavil svými studiemi zvířat. Jeho objevy ovlivnily nejen etologii, ale i přírodovědu a humanitní obory převážně sociologii a etiku. Pro Lorenze agrese není pouze reakcí na podněty z vnějšku, ale vnitřním stavem organismu

³³ KOCÁBOVÁ, Darja. *V tichu: eseje o přítomné minulosti*. Praha: Kalich, 2010, s. 104. Přemítání. ISBN 9788070171431.

³⁴ FROMM, Erich. *Mít nebo být?* Praha: Naše vojsko, 1992, s. 95. ISBN 80-206-0181-3. s. 95

a nahromaděnou energii, kterou zvíře nebo člověk potřebuje uvolnit. Ve své knize *Takzvané zlo* uvádí: „Každé pravé instinktivní jednání, jemuž je odepřena příležitost se odreagovat, v podstatě uvádí zvíře jako celek do neklidu a nutí je hledat vyvolávací podněty, které by toto jednání podnítily. Toto hledání, které spočívá v nejjednodušších případech v bezcílném pobíhání, poletování nebo plavání a které ve složitějších případech může zahrnovat i všechny druhy chování na základě učení a chápání, Craig označuje jako *apetenčí chování – apotence*.“³⁵ Nahromadění agrese u člověka Lorenz popisuje na příkladu fenoménu polární psychózy (expedičního šílenství), která se projevuje zejména u menší skupiny mužů, kteří se velmi dobře znají a po dlouhé době, kdy jsou v kontaktu jen sami se sebou, vše, co druhý dělá – jak jí, jak se dívá – prožívají s obrovskou intenzitou. „Pochopení fyziologické zákonitosti tohoto pochopitelně nanejvýš trýznivého fenoménu zabrání sice vraždě přítele, nepřispěje však vůbec ke zmírnění trýzně. Chápe-li postižený svou situaci, najde konečně východisko: spočívá v tom, že se tiše vyplíží ze stanice (stanu nebo iglú) a roztříská na kusy nějaký nepřiliš drahý, ale pokud možná velký rámus dělající předmět. Trochu to pomůže. V odborné řeči fyziologie chování se tomuto jednání říká *přeorientované nebo nově orientované chování – redirected activity podle Tinbergena*.“³⁶ Lorenz ve svých knihách často zmiňuje problematiku místa člověka v přírodě. Studium chování zvířat ho přivedlo k myšlenkám lásky a důvěry, ale také k otázkám agrese a nenávisti v lidském chování. Jedním z poselství prací K. Lorenze je pochopení, že člověk disponuje svobodnou vůlí a je zodpovědný za své chování. To, co je podstatné a co nás odlišuje od pudového zvířecího zla, je rozum. Uvědomování si sebe sama, svého okolí, své přítomnosti a budoucnosti i minulosti, to vše nám pomáhá rozlišovat zlo a dobro. Z tohoto vyplývá, že v etických kategoriích se dobro a zlo netýká zvířat, ale pouze člověka. Zlo bychom mohli definovat jako nedostatek dobra.³⁷ Potřeba chovat se dobře je pro věřícího klíčová. Je to jeden z důvodů, proč chodí ke zpovědi. Svědomí věřícího je poháněno myšlenkou konat dobro a zlému chování se vyhýbat. Když se potřeba konat dobro vymkne kontrole, může být rizikovým faktorem, a to v případě, kdy se člověk nedokáže smířit s tím, že je hříšný a koná zlo. Tento neustálý pocit sebekontroly a kárání se za každý špatný čin může vést k poruchám nejen sebevědomí, ale hlavně k poruchám

³⁵ LORENZ, Konrad. *Takzvané zlo*. Praha: Mladá fronta, 1992, s. 52. Kolumbus. ISBN 80-204-0264-0.

³⁶ LORENZ, Konrad. *Takzvané zlo*. Praha: Mladá fronta, 1992, s. 54, 55. Kolumbus. ISBN 80-204-0264-0.

³⁷ Srov. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007, s. 105. ISBN 9788073673123.

osobnosti, které si vyžadují pravidelnou péči psychologa, psychoterapeuta i psychiatra. Věřící se trestá a obviňuje za své nedostatky a cítí se méněcenný, pokud nejedná správně podle své víry. Může se stranit kolektivu, aby nemohl svým chováním ublížit ostatním – avšak je známo, že každá separace po určitém čase vede k úzkostem. I zde by měl při zpovědi zasáhnout zpovědník a přemíru naléhání na dokonalost věřícího jedince usměrnit, aby se pro věřícího stala víra potěšením, nikoli břemenem a tíhou. Tak jak k tomu nabádá KKC: „*Přičitatelnost a odpovědnost za nějaké jednání může být snížena, a dokonce potlačena neznalostí, roztržitostí, násilím, strachem, návyky, bezuzdnými vášněmi a jinými psychickými nebo sociálními činiteli.*“³⁸

3.1 Sigmund Freud a náboženství

V souvislosti s předchozí kapitolou nemůžeme nezmínit postoj známého psychoanalytika Sigmunda Freuda, který je proslulý svým přístupem k náboženství, o němž tvrdí, že je iluzí a dětskou neurózou. Ve své eseji *Budoucnost jedné iluze* (1927) se vyjadřuje k náboženství jako k představám, které jsou dle něj „*poučky, výpovědi o skutečnostech a poměrech vnější (nebo vnitřní) reality, které sdělují něco, co jsme sami neobjevili, a které žádají, abychom jim věřili. Protože nás poučují o tom, co je pro nás v životě nejdůležitější a nejzajímavější, jsou obzvláště ceněny. Kdo o nich nic neví, je velice nevědomý; kdo je přejal do svého vědění, může se domnívat, že se velmi obohatil.*“³⁹ Jeho celkový postoj k náboženství je spíše skeptický. Připomeňme si jeho známé výroky o Bohu jako otci, o náboženství jako neuróze a o totemu a tabu. Boha vnímá jako otce, respektive jako dětskou nenaplněnou touhu po otci. Tuto touhu jsme vytěsnili, a proto si nejsme vědomi psychologického základu touhy věřit v Boha. Dle Freuda tíhneme přirozeně k otci jako malé dítě pro jeho všemocné schopnosti. Náboženství přirovnával k neuróze zejména pro podobnost s obsedantností, kdy má každý neurotik nutkavou potřebu dodržovat své rituály, aby unikl svým úzkostem. Zde shledával podobnost s náboženskými rituály. Také svoji teorii totemu a tabu spojoval s křesťanstvím. Měl za to, že v kmenech synové zabili a rituálně snědli svého otce a pro vyrovnání se s tímto činem postavili totem, který měl znázorňovat a uctívat otce. Zabili jej kvůli harému a snědli proto, aby jeho síla vstoupila do jejich těl. Freud toto chování nachází v křesťanské eucharistii. „*V křesťanské nauce se tedy lidstvo nejotevřeněji přiznává k pravěké vině, poněvadž v sebeobětování jediného syna pro ni našlo*

³⁸ *Katechismus katolické církve*. Praha: Zvon, 1995, s. 442 odst. 1735. ISBN 80-7113-132-6.

³⁹ FREUD, Sigmund. *Budoucnost jedné iluze*. Praha: Volná myšlenka, 1929, s. 25.

nejúčinnější pokání. Usmíření s otcem je o to důkladnější, protože paralelně s touto obětí dochází k úplnému zřeknutí se ženy, kvůli níž ke vzpouře proti otci došlo. Nyní se však i psychologická osudovost ambivalence hlásí o svá práva. Stejným činem, jímž syn nabízí nejvyšší pokání, splňuje též svou touhu vyrovnat se otci. Stává se rovněž bohem vedle otce, či spíše místo něho. Náboženství syna vystřídalo náboženství otce. Na znamení této náhrady znovu ožívá stará totemická hostina jako přijímání, při němž nyní bratři požívají tělo a krev syna, nikoliv otce, a touto hostinou se posvěcují a ztotožňují se synem. Sledujeme-li v průběhu věků totožnost totemické hostiny se zvířecí obětí, theantropickou lidskou obětí a s křesťanskou eucharistií, poznáváme ve všech těchto slavnostních obřadech následný vliv onoho zločinu, který lidstvo tak skličoval, ale na který přece muselo být i hrdé.⁴⁰ Religionisté tuto Freudovu teorii odmítli jako – snad geniální – nevědeckou fantazii. Poslední Freudovou teorií spojenou s náboženstvím, o které se zmíníme, je tabu. Tabu je typické pro náboženství, jsou určitá jednání a myšlenky, o kterých se nemluví – jsou tedy tabu. Tuto tradici příkládá Freud k historii kmenů, které uctívaly totemy a vytvořily zároveň tabu endogamie (uzavírání sňatků mezi muži a ženami uvnitř určitého společenství) a tabu zabít totemové zvíře. Tato tradice dle Freuda přetrvala a přenesla se do náboženství, kde některá tabu nemají zcela racionální důvod.

Další zajímavou kapitolou je hodnocení Boha Freudem v souvislosti s morálkou. Teologická morálka je vyvozována z Bible, a to jak ze Starého, tak z Nového zákona. Jako příklad můžeme uvést ze Starého zákona Desatero, které jednoznačně připomíná doporučení na dodržování morálky. Freud však je podobného názoru jako K. Marx, a to, že pravé lidskosti, humanity lze dosáhnout až po vyloučení Boha ze života člověka.⁴¹ Tato myšlenka je pozoruhodná právě proto, že v dnešní populaci morálka upadá. Je to dáno zřejmě sekularizací, ateismem a historií České republiky, kdy náboženství negativně poznamenaly obě světové války, vývoj prvorepublikové ideologie a také komunistický režim. Ukazuje se, že lidská morálka, tedy morálka nastavená pouze člověkem má své hranice a jeví se v dnešní společnosti jako nedostatečná. Příkladem může být dění na dnešní politické scéně napříč zeměmi.

Právě díky Freudovi můžeme vidět, jak velmi náboženská víra ovlivňovala vývoj psychoterapie. Někteří již považují Freudovy teorie za zastaralé a velmi

⁴⁰ FREUD, Sigmund. *Totem a tabu: o podobnostech v duševním životě divocha a neurotika*. Přeložil Ludvík HOŠEK. Praha: Portál, 2017, s. 131. Klasici. ISBN 9788026212492.

⁴¹ Srov. WEBER, Helmut. *Všeobecná morální teologie*. Praha: Zvon, 1998, s. 13. Theologica (Zvon). ISBN 80-7021-292-6.

překonané. Jeho spisy a díla však stále zajímají nejen současné psychology, ale jsou i nadále předmětem mnoha diskuzí.

4 Pohled teologie na lidské zdraví a psychoterapii

Jistý pohled teologie na psychologii a psychoterapii jsme již naznačili v předchozích kapitolách. Psychologie a psychoterapie nebyla příliš přijímána a její začátky byly náročné. K dobrému nahlížení na psychologii z pohledu náboženství nepomohl ani postoj jednoho z nejznámějších psychoanalytiků S. Freuda, který náboženství vnímal jako iluzi, jak je patrné z předchozí kapitoly. Můžeme říci, že jeho postoje napomohly k větší separaci teologie od psychologie.

4.1 Morálka a morální teologie

Nesporně je důležité zmínit i morálku. Mohlo by se na první pohled zdát, že morálka nemá s duševním zdravím člověka nic společného. Domnívám se, že opak je pravdou. Stačí se rozhlédnout kolem sebe a pozorovat lidi věřící a ateisty. Větší část věřících žije spíše vyrovnanějším životem než ateistická část. Věřící mají své pevné zásady a normy, v momentě těžkých životních situací se opírají o víru. Jak s ní konkrétně pracují, nastíníme v další části této práce, kde si ukážeme terapeutickou práci Bible. Nyní se vraťme k morálce. „*Morálka (morals) je soubor principů posuzovaných z hlediska dobra a zla a řídicích chování a jednání lidí dané společnosti, mravní kodex; lze chápat jako a) vnitřní víru, přesvědčení, b) vnější principy vyžadované společností (hřích, super ego, úsudek morální)*“.⁴² Zde nás poté slovník odkazuje ke slovu mravný – mravy (morals), tj. „*chování, které lze posuzovat z hlediska dobra a zla; zatímco morálka je určitou abstrakcí, mravy jsou jejím konkrétním projevem*“.⁴³ Zde je patrné, že morálka není nikterak spojována s Bohem. Morálku, která je propojena s Bohem, nazýváme morální teologie. O morální teologii teologický slovník říká, že „*je nauka spočívající na Božím zjevení a pojednávající o správném jednání člověka, jak je od něho vyžaduje Bůh. Jejím zdrojem a normou je Boží zjevení v Ježíši Kristu, ve kterém je člověk ukazován tak, jak má být, a v kterém Bůh odhaluje člověku svou vlastní tvář.*

⁴² HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 183. ISBN 807178303x.; OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 327. ISBN 80 71925578. s. 327

⁴³ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 183. ISBN 807178303x.; OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 329. ISBN 8071925578.

*Je nutno morální teologii odlišovat od transcendentální filozofické etiky, i když používá její pojmový aparát a její poznatky. Tato filozofická etika stanoví formální strukturu člověka, jaká skutečně existuje a jaká má být svobodným jednáním člověka respektována, ale otázku svobodného Božího řízení bytosti vůči němu otevřeně a otázku vzdálenosti nebo blízkosti vůči Bohu ponechává otevřenou. Svým obsahem, zdroji a metodou je morální teologie součástí křesťanské dogmatiky, má tedy normy a prameny, tj. Písmo svaté, tradice, učitelský úřad církve, a předpokládá a rozvíjí dogmatickou antropologii a odvozuje z ní systematicky normy chování člověka jako křesťana.*⁴⁴ Z tohoto je patrné, že opět má víra vliv na duševní zdraví člověka. Pokud se chovám morálně, je větší předpoklad, že ve svém životě budu eliminovat situace, které mne mohou duševně oslabit. Ateisté jsou toho názoru, že morálka nepotřebuje Boha, neboť je dána přirozeně člověku – tedy chápáno z antropologického hlediska – záleží na každém člověku, jak morální ve svém chování je.

I když některé jeho myšlenky jsou již dávno překonané, řekněme to slovy ateisty S. Freuda: „*Myslíme si, že jsou záповědi zrušeny a že je tedy nyní možno vybrat si za objekt každou ženu, která se nám zalíbí, že smíme bez rozmyšlení zabít svého soka, ucházejícího se o tutéž ženu, anebo kohokoliv jiného, kdo by nám stál nějak v cestě, že je dovoleno odnit jinému kterýkoliv z jeho statků a nepotřebovat se ho ani ptát o dovození, jak krásný, opravdu, by byl potom život, jakou by byl nepřetržitou řadou uspokojení! Ale narazíme ovšem brzo na malé obtíže. Každý jiný má zrovna tatáž přání jako já a nebude se mnou jednat o nic šetrněji než já s ním. Jen jediný člověk může se tedy stát takovým zrušením kulturních omezení neomezeně šťastným, to je tyran, diktátor, jenž se zmocnil všech mocenských prostředků, i ten musí přát, aby ostatní lidé zachovali alespoň jeden příkaz kultury: Nezapíjej!*“⁴⁵

I zde je propojení morální teologie a morálky a je patrné, že náboženská morálka jednoznačně ovlivňuje chování ateistů. Je tedy s politováním, že sekularizace nedovoluje náboženskou morálku více plošně rozšířit mezi lid. Není dost dobře možné, aby lidem, pro které je Bible běžnou knihou, byla právě ta předkládána jako zdroj morálky.⁴⁶

⁴⁴ RAHNER, Karl a Herbert VORGRIMLER. *Teologický slovník*. Přeložil František JIRSA, přeložil Jan SOKOL, přeložil Jan KRANÁT. Praha: Vyšehrad, 2009, s. 230. Teologie (Vyšehrad). ISBN 978-80-7021-934-8.

⁴⁵ FREUD, Sigmund. *Budoucnost jedné iluze*. Praha: Volná myšlenka, 1929, s. 19.

⁴⁶ Srov. WEBER, Helmut. *Všeobecná morální teologie*. Praha: Zvon, 1998, s. 16. Theologica (Zvon). ISBN 80-7021-292-6.

4.2 Hagioterapie

Ani v dnešní době není stav věci lepší. Je jen málo odborníků zabývajících se teologií i psychologií zároveň – ale najdou se. Jedním z přístupů propojujících psychologii a Bibli je přístup hagioterapie. Jedním z nejznámějších představitelů v Čechách je MUDr. et Mgr. Prokop Remeš. Název hagioterapie je odvozen od řeckého slova hagios = svatý a therapy = léčení tělesných a duševních poruch a poruch chování. Psychologický slovník o hagioterapii říká: „*Léčení nemocných zaklínáním, modlitbou, uctívání ostatků; 2. Psychoterapeutická metoda založená na pracích R. L. Selmana, J. W. Fowlera a L. Kohlberga; Ze sociobiologie vyvozuje víru v náboženskost, jako jednu z nejmocnějších sil lidské psychiky, je evolučně výhodnou pro přežití lidského druhu. Využívá zkušenosti křesťanské spirituality a zaměřuje se na osobnostní struktury hodnotové, morální a numinozní. Na rozdíl od terapie pastorační se nepředpokládá víra v Boha, ale pouze v existenci náboženských dispozic v lidech, prostředkem jsou skupinové meditace nad biblickými texty a jejich prostřednictvím úprava a zpevnění narušených morálně hodnotových obsahů účastníků skupin. Stávají se jimi drogově závislí, osoby s neurotickou symptomatologií, ztrátou smyslu života a dalšími poruchami osobnosti.*“⁴⁷

Hagioterapie se vyvinula z pastorační terapie a z duchovního poradenství. Její historie v Čechách je mnoholetá, jako terapeutická technika se provozovala ještě v době komunismu v podzemních sktrukturách katolické církve. Rozkvět zaznamenala v roce 1989, kdy se stala oficiálně používanou metodou v psychiatrické léčebně v Bohnicích. Při práci se jednoznačně opírá o Bibli. Hledá propojení mezi jednotlivými příběhy a životem člověka. Nachází v nich rozřešení, ponaučení, uvědomění pro současný stav klienta. Příběh klient reflektuje a poté je rozebíráno, jak se klient v příběhu vidí. To, jak se klient spatří, závisí na jeho odvaze jít do nitra sebe samotného a na jeho imaginaci. Záleží vždy na klientovi, jak je sebekritický a jak je schopen vnímat existenciální hloubku příběhu. Bible je zrcadlo člověka, tedy i daný příběh je zrcadlem člověka. Cílem je nový pohled na životní situace, nalezení nového potenciálu v biblických příbězích a na nález transcendentna v člověku. Tato metoda je vhodná pro kohokoliv – tedy i pro ateisty. Výsledky práce hagioterapie potvrzují, že víra má vliv na vývoj

⁴⁷ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 183. ISBN 807178303x.; OPATRŇÝ, Aleš. *Pastorace v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 183. ISBN 80 71925578.

duševního zdraví člověka. MUDr. et Mgr. Prokop Remeš ve svém rozhovoru pro Českou televizi uvádí, že náboženství může být velkým přínosem pro psychoterapii.

4.3 Pastorační terapie

Další pohled na lidské zdraví nám umožní pastorační terapie. Tento přístup se objevuje převážně v katolické církvi. Slovo pastorační je odvozeno od slova pastor – někdo, kdo vede ty, již jsou mu svěřeni. V náboženství se slovem pastor označuje většinou kněží, může to však být každý věřící, který svým slovem a životem hlásá evangelium. O pastorační napsal A. Opatrný: „*Dobrý pastorační přístup bychom tedy mohli charakterizovat jako osobní přístup, který vede ke komunitnímu životu víry (tedy k životu víry v církvi), a jako podporu sdílení víry, nevylučující a nenahrazující individuální péči o osobní ztvárnění života jedince. Prakticky to znamená, že pastorační pracovník by měl mít sám silnou zkušenost víry a jejího růstu jak osobního, tak ve společenství, neměl by ale tuto svou osobní zkušenost zevšeobecňovat, natož ji bez rozlišení ordinovat každému, kdo se k němu přiblíží.*“⁴⁸

Pastorační terapie je upravenou podobou pastorační, o níž psychologický slovník uvádí: „*(pastoral therapy) je forma pastorační, která využívá prostředky a postupy křesťanského duchovního vedení k psychologickým účelům, tedy k úpravě nebo zlepšení duševního zdraví.*“⁴⁹ V pastorační terapii jde však ještě o něco jiného než o spásu duše, a to o primární zájem uzdravení duše klienta, tedy o výrazné zlepšení jeho psychického stavu. Pastorační terapie je určena nejen pro věřící klienty, ale i pro ateisty a pohany. Její funkce se v mnohém podobá psychologické sezení, kde se rozebírá daný problém klienta se všemi důsledky i emocemi. Je-li pastorační terapie určena opět také pro ateisty, můžeme znovu dojít k závěru, že náboženská víra může být faktorem, který pozitivně ovlivňuje duševní zdraví.

⁴⁸ OPATRNÝ, Aleš. *Cesty pastorační v pluralitní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 189, 190. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 80-7192-930-1.

⁴⁹ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 183. ISBN 807178303x.; OPATRNÝ, Aleš. *Pastorační v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 613. ISBN 8071925578.

5 Praktická část – výzkum

5.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bylo zjistit, jaká je zkušenost dnešních psychologů s věřícími klienty. V počátku bylo zásadní položit si výzkumnou otázku, která zní: „Jaká je zkušenost dnešních psychologů s věřícími klienty?“ Dále bylo zjišťováno, zda dnešní psychologové pracují i s věřícími klienty, a pokud ano, jak se konkrétně jejich práce liší od klientů nevěřících. Sledována byla také propojenost dnešní psychologie s teologií. Předmětem sledování bylo, zda tyto obory psychologové ve své praxi propojují. Výzkum také nabízí zprostředkování jejich názorů a postojů na spolupráci psychoterapie a teologie. Dalším cílem tohoto výzkumu bylo rozvířít debatu o věřících klientech docházejících na psychoterapii a zprostředkovat zkušenosti psychoterapeutů s využitím případné víry klienta pro zdárný průběh i konec terapie. Ukázalo se, že o některých otázkách někteří psychoterapeuti nepřemýšleli – více v kapitole 5.6 Výzkumný soubor jednotlivých zodpovězených otázek.

5.2 Kvalitativní výzkum – metoda sběru dat IPA

Pro svou bakalářskou práci jsem zvolila kvalitativní metodu, jejímž úkolem je vytvoření holistického obrazu zkoumaného předmětu, zachycení toho, jak účastníci procesů situace popisují, a zachycení interpretací těchto výpovědí. Prostředkem se stala interpretativní fenomenologická analýza (*interpretative phenomenological analysis*), dále jen IPA. Pomáhá nám detailně prozkoumat žitou skutečnost člověka a umožňuje nám porozumět dané situaci, procesu, události nebo fenoménu. „*IPA představuje původní psychologický kvalitativní přístup k datům, jenž je rozvíjen od devadesátých let minulého století Jonathanem A. Smithem. Její počátky byly spojeny s psychologií zdraví, v současné době je však také aplikována na různá výzkumná témata z oblasti psychoterapie, klinické psychologie atd.*“⁵⁰

Kvalitativní výzkum byl v minulosti (v 70. letech minulého století) přehlížen většinou vědecké obce. V poslední době si však své místo vydobyl a je již považován za validní. Pravdou ale je, že se mnohdy ještě doplňuje výzkumem kvantitativním. Je to dáno z velké míry skutečností, že kvalitativní výzkum skrývá mnoho přístupů zkoumání

⁵⁰ ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita, 2013, s. 9. ISBN 9788021063822.

reality, které je odlišné nejen obor od oboru, ale také výzkumníkem samotným i uvnitř stejného oboru. Jinými slovy – každý výzkumník vytváří komplexní holistický obraz, analyzuje různé typy textů, dále informuje o subjektivních názorech respondentů výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách. Kvalitativní výzkum je možné chápat jako nenumerné šetření a interpretace sociální reality.⁵¹

Tuto metodu jsem si zvolila pro její autentičnost, ve které hraje důležitou roli bezprostřední kontakt s dotazovaným, pozorování jeho nonverbálních reakcí na dané otázky, především ale možnost porozumění zkušenostem v průběhu interakcí. Výhodou je také možnost rozšíření otázek, doptávání se a také sdělení dalších zkušeností respondentů a tím většího porozumění tématu. Dalším důvodem byla skutečnost jejího používání v odborných výzkumech na téma duševní zdraví člověka. Polostrukturovaný rozhovor poskytuje respondentovi volnost při odpovídání a zároveň může výzkumník v reálném čase sledovat také velmi důležité nonverbální projevy respondenta, případně co je dále v rozhovoru významné. Tyto nonverbální projevy pomohly při zachycení celkové atmosféry rozhovoru a byly nedílnou součástí při rozboru jednotlivých rozhovorů. Respondentům nebyly poskytnuty kopie otázek ještě před rozhovorem. Každý rozhovor byl následně po ukončení přepsán a byla provedena analýza opakovaným čtením, komentáři a rozbořem.

Pro validní průběh výzkumu bylo důležité zvolit homogenitu vzorku respondentů. Řadu z nich tvořili vystudovaní psychologové z oblasti Mladé Boleslavi a Prahy. Vybrání byli náhodně dle dostupných kontaktů na webových stránkách psychologů: https://www.odbskmb.cz/poradenstvi/Psychologicka_pomoc_v_MB.pdf.

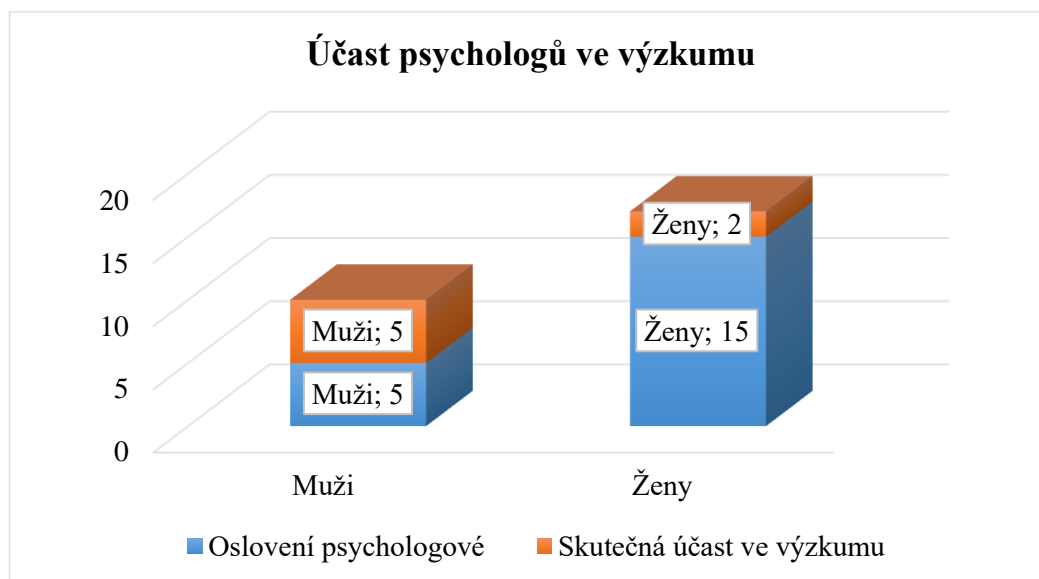
O účast na výzkumu byli požádáni e-mailem nebo telefonicky. Z dvaceti oslovených psychologů jich na setkání přistoupilo sedm. Dva byli doporučení kolegy, kteří výzkum absolvovali, a zaujal je. Všichni respondenti měli několikaletou praxi ve svém oboru. Až na výjimky studovali na stejné vysoké škole. Věkové rozmezí je od 30 do 87 let. Výzkum byl realizován na skupině 4 psychologů do 40 let věku a 3 psychologů ve věku nad 40 let.

Počet respondentů, se kterými jsem se osobně sešla, je sedm. Setkání trvala jednu až tři hodiny. Respondentům bylo položeno 12 stejných otázek. Pro jejich zpracování byla použita metoda sběru dat v IPA, která se nazývá polostrukturovaný rozhovor. Pro lepší přehled a pro zachování anonymity jsou respondenti označeni dle

⁵¹ Srov. LINDEROVÁ, Ivica, Petr SCHOLZ a Michal MUNDUCH. *Úvod do metodiky výzkumu*. Jihlava: Vysoká škola polytechnická Jihlava, 2016. ISBN 9788088064237.

abecedy, tj. A, B, C, D, E, F, G. Na průzkumu jsem začala pracovat v dubnu 2018 a tato práce trvala do října 2018. S prvním respondentem jsem se sešla v květnu 2018 a s posledním v říjnu 2018. V průběhu měsíce dubna jsem potenciálním respondentům telefonovala nebo jim zaslala e-mail, případně oboje. Zajímavé bylo zjištění, že většina oslovených o toto téma neměla vůbec zájem s odůvodněním, že se o víru nezajímají jak v osobním životě, tak ani v životě profesním. O tom vypovídá počet souhlasících respondentů – z 20 oslovených telefonem pouze 5 bylo ochotno se sejit díky zajímavému předloženému tématu. Za poznámku jistě stojí fakt, že odmítnutí bylo převážně od psychologů s dlouholetou praxí, tedy žen ve starším věku (věk dostupný z informací na webových stránkách či odhadnutý z fotografií a zabarvení hlasu při telefonickém rozhovoru).

Po setkání jsem respondentům předala svůj telefonní kontakt pro případné otázky či doplnění. Někteří mne po rozhovoru kontaktovali a ještě své postoje či odpovědi doplňovali a o problematice diskutovali. Dva z nich zaujalo téma natolik, že mne požádali o konečnou verzi této bakalářské práce. Celé originální zápisy rozhovorů a jeden hlasový záznam jsou uloženy v archivu autora.



Obrázek č. 2 Účast psychologů ve výzkumu

5.3 Příprava výzkumu

Po zvolení metody interpretativní fenomenologické analýzy a ujasnění si jejího významu, přínosu, vhodnosti a podmínek a po stanovení hlavní výzkumné otázky zbývalo připravit otázky pro kvalitativní rozhovor. Předcházelo tomu několik fází. Bylo

nutné si uvědomit důležité oblasti výzkumu – co chci zjistit, poté klást otázky srozumitelně a věcně, aby odpověď byla jednoznačná. Toto se ukázalo jako klíčové, neboť při reálných rozhovorech několik psychologů některé otázky chtělo doplnit a doptávalo se, jak je otázka myšlena. Všechny otázky kromě jedné uzavřené jsou otevřené, dávají tak respondentům velký prostor k široké odpovědi. Formulování otázek jsem konzultovala s ThLic. Davidem Boumou, Th.D. Příliš úprav po konzultaci nenastalo. Po upřesnění jsem sestavila konečné znění dvanácti otázek, viz níže v kapitole 5.4. Po skončení celého výzkumu se ukázalo, že některé otázky nebyly vhodně položené a byly si na první pohled významově podobné, např. otázky 9 a 12. Přesto obě otázky poskytly širokou škálu odpovědi, a to tak, že otázka č. 12 u některých respondentů byla velmi široce zodpovězena.

5.4 Otázky kladené ve výzkumu

Otázky pro tvorbu dotazníku jsem vybírala na základě volby tématu, dostupné literatury a na základě své profesní zkušenosti.

Byly vybrány tyto otázky:

1. Jak pracuje současná psychologie s náboženskou vírou v praxi?

Zajímalo mne, jakým způsobem se psychologové zajímají o klienta v oblasti jeho víry, zda využívají případný zdroj, o který se může klient díky své víře v průběhu procesu uzdravování opírat.

2. Mohla by být náboženská víra prevencí před některou duševní chorobou?

Dále jsem se ptala na názor, zda psychologové mají zkušenost s věřícími klienty, kteří dodržují některé ze svých morálních a etických náboženských zásad, zda je tyto zásady posilují v překonání těžkých životních situací a zda tak mohou být duševně stabilnější, a tedy méně náchylní k duševním chorobám, např. k depresím.

3. Jak ovlivňuje náboženská víra duševně nemocného člověka?

V rámci této otázky jsem se zaměřila na možné pozitivní, ale i negativní ovlivnění klienta náboženskou vírou. Pozitivní v morálních a etických zásadách, v možnosti porozumět základním lidským otázkám po smyslu života. Víra také může dodat pocit ukotvení a stability. Negativní může být z pohledu přísného až nezdravého dodržování některých zásad.

4. *Jsou v praxi případy, kdy náboženská víra doplňuje péči psychologa?*

Zde mne zajímala odpověď, zda psycholog spolupracuje se zdrojem náboženské víry, zda využívá některé silné a podpůrné body víry pro duševní posílení klienta, aby mu pomohly překonat těžkou životní situaci.

5. *Jaký je rozdíl mezi věřícím a nevěřícím pacientem v přístupu k léčbě?*

Ptala jsem se, zda se psychologové ve své praxi setkali s jasně patrnými rozdíly mezi ateistou a klientem věřícím, zda je rozdíl v odhodlání věci změnit, či zda je u některých z nich větší pokora k situaci, kterou řeší, případně zda někteří jsou opatrnější v důvěře v psychologii, nebo mají větší pocit, že věci nemohou změnit.

6. *Kolik klientů je věřících – procentuálně?*

Dá se v procentech vyjádřit počet věřících klientů? Zjišťují tuto skutečnost psychologové?

7. *Jsou případy, kdy je prokázána souvislost duševní nemoci s náboženskou vírou?*

Zajímalo mne, zda jsou známy případy, kdy je prokazatelné, že duševní nemoc úzce souvisí s náboženskou vírou klienta; zda se při důsledném až ortodoxním dodržování pravidel náboženské víry nestává, že se lidé nelehko začleňují do současné společnosti; zda pak vyčlenění nemůže být spouštěčem psychických poruch – duševních nemocí (např. deprese). Je možné, že silné dodržování náboženských zásad vede klienty k duševní nemoci? Je možné, že získají pokřivený pohled na svět? Je možné, že je přísné dodržování víry vyčleňuje ze života v běžné populaci, že je tato skutečnost v nějaké míře asociuje (případně sekty)?

8. *Jakou roli má náboženská víra v utváření a posilování duševního zdraví člověka?*

Dotazovala jsem se, zda psychologové vnímají pozitivní vliv náboženské víry na duševní zdraví člověka, zda chápou víru jako zdroj, který pomáhá v duševní stabilitě. Je východiskem z krize, nabízí smysl života, pomáhá při překonání běžných životních krizových situací – dodává při nich sílu?

9. Jaký je Váš postoj k náboženské víře?

Chtěla jsem vědět, jak se jednotliví psychologové staví k náboženské víře. Zda jsou sami věřící, a pokud ano, v co nebo koho věří? Znamenalo to pro mne předpoklad, že pokud psycholog věří, sám může více porozumět věřícímu klientovi, více využít zdroj náboženské víry pro překonání těžké životní situace.

10. Jsou psychologové ve výuce na VŠ připravováni na věřící klienty?

Jakým způsobem vysoká škola připravuje studenty na práci s věřícími klienty a zda vůbec se tomuto tématu na vysokých školách věnují, v jaké míře?

11. Jak se psycholog připravuje na práci před terapií s věřícím člověkem?

Chtěla jsem se dozvědět, jakým způsobem se psycholog připravuje na práci s věřícím klientem, zda si o jeho víře zjišťuje nějaké alespoň základní informace, nebo zda se na práci s věřícím klientem nepřipravuje vůbec, protože s tímto faktem při terapii nepracuje a není pro něj důležitý.

12. Jak má v sobě psycholog srovnánu víru v Boha?

Zde mne zajímalo, jaký je pohled daného psychologa na náboženskou víru. Zda je pro něj něčím nepodstatným nebo zda ji respektuje či k ní má úctu, jak oni sami mají zpracované důležité životní otázky, jako např. otázku smyslu života.

5.5 Analýza výzkumu

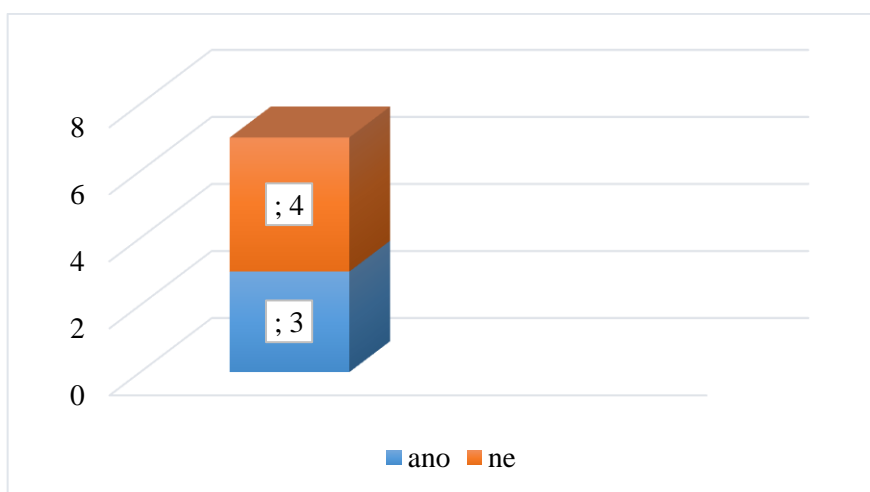
Kvalitativní výzkum probíhal na základě osobního rozhovoru. Po každém ukončení rozhovoru s psychologem bylo nutné provést analýzu odpovědí a vypíchnout důležité poznatky. Analýza byla poměrně obtížná, protože jsem kromě jednoho případu neměla k dispozici nahrávky z rozhovorů. Vše jsem zapisovala na místě. Bylo tedy důležité provést analýzu ihned po ukončení rozhovoru. Z textu totiž nelze zcela přesně postihnout emoční pomlky, důraz na jistá slova, tón hlasu či případné zamyšlení.

Analýzu rozhovoru jsem rozdělila do tří hlavních částí:

1. Celkový postoj a přístup psychologa k tématu víry.
2. Zkušenosti daného psychologa s vírou v praxi.
3. Jakou důležitost dává psycholog propojení své práce s vírou klienta.

Při výzkumu byly patrné rozdíly odpovědí dle zkušeností a věku respondentů. Pro některé mladé psychology byly otázky jim položené nové a skýtaly mnoho prostoru k přemýšlení, zatímco zkušenější psychologové vnímali tyto otázky jako téměř všední a mnohokrát zodpovězené.

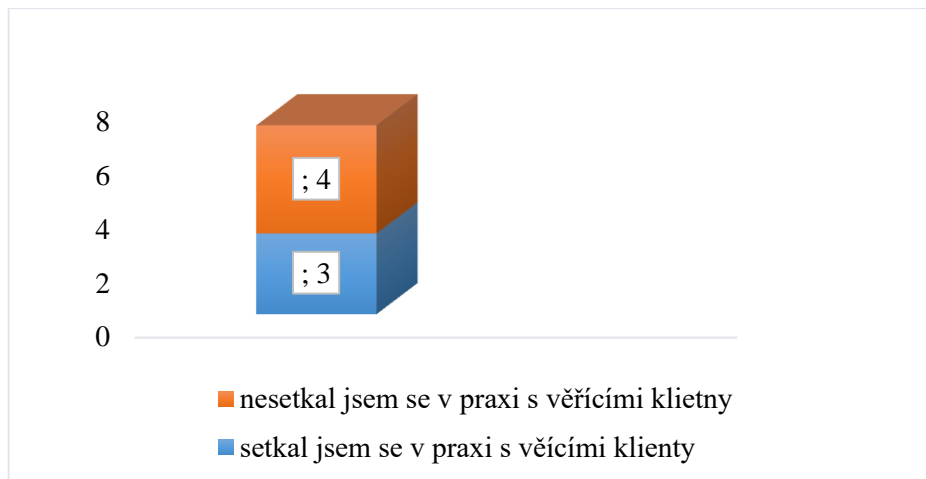
První část, tj. celkový postoj a přístup psychologa k tématu víry se týkal převážně otázek č. 9, 10, 11, 12. Tyto odpovědi ukazují na respekt psychologů k víře. Respektují víru klienta i víru jako takovou. Z výzkumu vychází velké procento psychologů teistů, pouze jeden ateista.



Obrázek č. 3 Počet respondentů ateistů a teistů ve výzkumu

Část druhou, tj. zkušenosti daného psychologa s vírou v praxi jsem rozebírala v otázkách č. 1, 2, 3. Hledala jsem konkrétní povědomí o spolupráci psychologie a náboženské víry. Zajímalo mne, jakým způsobem je možné s klientem pracovat, jaké jsou možnosti. Ukázalo se, že převážná část psychologů nezjišťuje, zda je klient věřící.

Třetí část svého rozboru jsem věnovala tomu, jakou důležitost přikládá psycholog propojení své práce s vírou klienta. Zde mne zajímaly hlavně odpovědi na otázky č. 4, 5, 6, 7, 8. Zjišťovala jsem, jaké jsou jejich osobní postřehy, postoje a zážitky s věřícími pacienty. Výzkum poukazuje na většinu psychologů, kteří se s věřícím klientem ve své praxi nesetkali, a to převážně z důvodu, že primárně víru klienta nezjišťují.

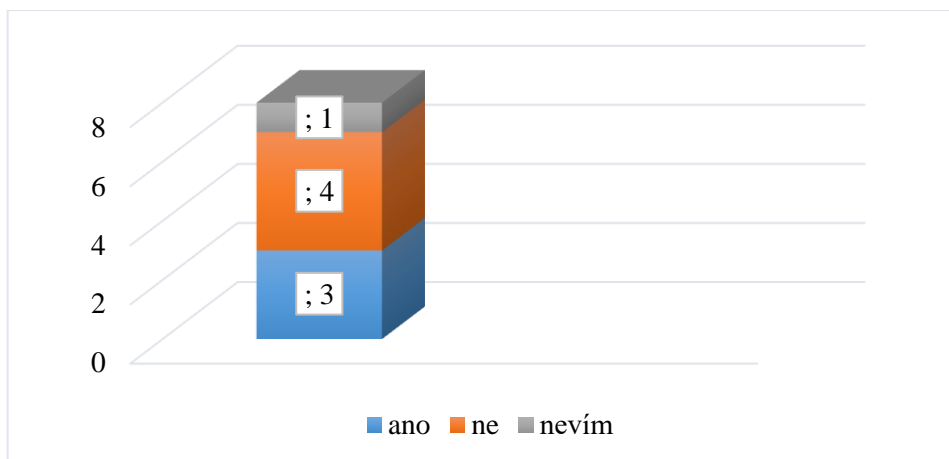


Obrázek č. 4 Počet psychologů, kteří se ve své praxi setkávají s věřícími klienty

5.6 Výzkumný soubor jednotlivých zodpovězených otázek

Otázka č. 1: „*Jak pracuje současná psychologie s náboženskou vírou v praxi?*“ Odpovědi lze shrnout do dvou okruhů. První okruh vypovídá o nezačlenění práce náboženské víry do psychologie a psychoterapie. Bylo uvedeno, že psychologie a náboženská víra jsou dva světy, které se nemísí. V odpovědích se vyskytl názor, že by psychologové museli být zároveň teologové a naopak. Druhý okruh vypovídá o vlastní iniciativě každého zúčastněného psychologa, o vlastních postupech, které by do terapie začlenili, pokud by se s věřícím klientem setkali.

Otázka č. 2: „*Mohla by být náboženská víra prevencí před některou duševní chorobou?*“ I zde se v odpovědích ukazují rozdílné přístupy. První poukazuje na jednoznačnou souvislost mezi náboženskou vírou a duševní chorobou. Druhý přístup je negativní a souvislost nepřipouští. Třetí varianta odpovědi je – nevím.



Obrázek č. 5 Odpovědi na otázku, zda může být náboženská víra prevencí před některou duševní chorobou

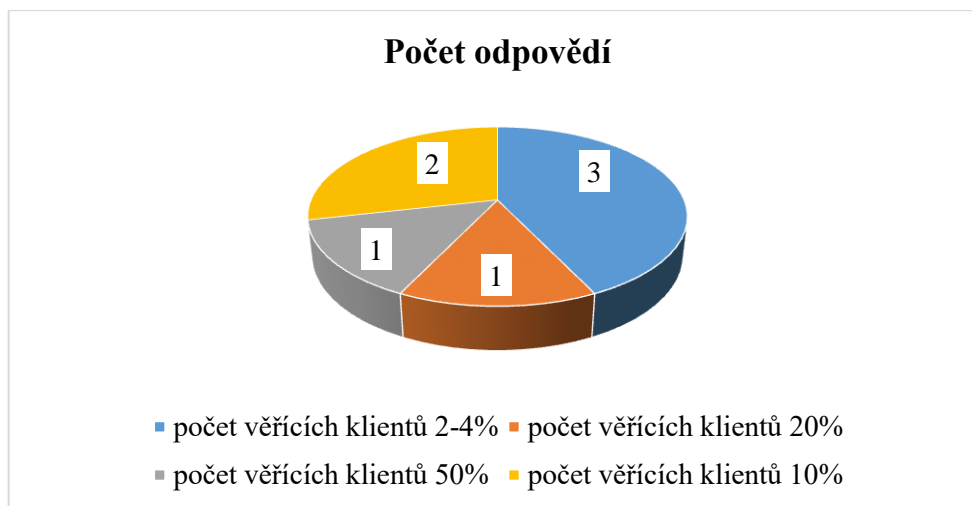
Otázka č. 3: „*Jak ovlivňuje náboženská víra duševně nemocného člověka?*“

V odpovědích na tuto otázku se respondenti neshodují. Odpověď je závislá na zkušenostech psychologů s věřícími klienty ve své praxi. Ti, kteří se s nimi setkávají, uvádějí několik příkladů, kdy se setkali s náboženskou vírou, jež negativně ovlivnila klienta, např. schizofrenii, demenci, deprese až po patologické uchopení náboženské víry (klient se cítil být Ježíšem). Skupina psychologů, kteří náboženskou víru při terapiích nezjišťují, odpovídali spíše váhavě, např.: Ovlivňuje, ale podle charakteru víry. Ovlivňuje kladně i záporně. U každého ovlivňuje jinak. Nevím.

Otázka č. 4: „*Jsou v praxi případy, kdy náboženská víra doplňuje péči psychologa?*“ Při této odpovědi se 5 respondentů shoduje na odpovědi ano nebo spíše ano. Uváděna je Bible jako zdroj posilujících postojů stejně jako dobrá mše.

Otázka č. 5: „*Jaký je rozdíl mezi věřícím a nevěřícím klientem v přístupu k léčbě?*“ Opět se zde ukazuje míra ovlivnění psychologů dle jejich zkušeností s nábožensky věřícími klienty. Ti, kteří s nimi pracují, uvádějí, že rozdíl v přístupu je, a to hlavně v míře jejich provinění, kdy jejich prohřešky jsou o poznání menší než u ateistických klientů. Dále se zmiňují, že věřící klient je více nedůvěřivý v procesu terapie a raději by vše ponechal Bohu. Na druhou stranu ti psychologové, již se s nábožensky věřícími klienty nesetkávají, respektive náboženskou víru u svých klientů nezjišťují, odpovídají negativně, tj. že rozdíl mezi nimi nevidí.

Otázka č. 6: „*Kolik klientů je věřících procentuálně?*“ Zde se odpovědi liší jen mírně, viz obrázek níže. Každý z respondentů ze svých zkušeností uvedl počet nábožensky věřících klientů ve své praxi.



Obrázek č. 6 Psychology uvedeny počet nábožensky věřících klientů v % v populaci

Otázka č. 7: „*Jsou případy, kdy je zaznamenána souvislost duševní nemoci s náboženskou vírou?*“ Také v těchto odpovědích jsou značné rozdíly, pravděpodobně opět zapříčiněné zkušenostmi psychologů z praxe. Ve dvou případech se objevuje zmínka o sektách, kterým psychologové připisují možné narušení identity. Další uvádí psychotické nemoci související s náboženskou vírou. Ostatní se s takovým tvrzením nesetkali a ani si jej nepřipouští.

Otázka č. 8: „*Jakou roli má náboženská víra v utváření a posilování duševního zdraví člověka?*“ V těchto odpovědích panuje vzácná shoda, zde všichni respondenti uvádějí, ač každý jinými slovy, že náboženská víra může mít v posilování duševního zdraví člověka roli kladnou i zápornou – je to individuální. Za zmínku stojí také postoj několika respondentů k Bibli. Tu veskrze přijímají bez výhrad. Opačně je na tom postoj k církvi.

Otázka č. 9: „*Jaký je Váš postoj k náboženské víře?*“ V odpovědích na tuto otázku se objevuje jednoznačně kladný vztah, který se liší pouze v jeho hloubce. Teisté považují víru jednoznačně za neodlučitelnou součást svého života. Ostatní mají k víře respekt či jsou hledajícími.

Otázka č. 10: „*Jsou psychologové ve výuce na VŠ připravováni na věřící pacienty?*“ V tomto případě se ve všech odpovědích objevuje jednoznačné „ne“ s doplněním, že je možné navštívit volitelné semináře na téma náboženství. Případně se s tématem náboženská víra seznámí v rámci cílených psychologických výcviků, které si psycholog volí sám ze své iniciativy většinou po ukončení studia.

Otázka č. 11: „*Jak se psycholog připravuje na práci před terapií s věřícím klientem?*“ Ukázalo se, že přípravu volí pouze dva psychologové, a to opět teisté.

Ostatních pět psychologů přípravu na nábožensky věřícího člověka nedělá vůbec, většina z nich to nepovažuje za důležité.

Otázka č. 12: „*Jak má v sobě psycholog – terapeut srovnánu víru v Boha?*“ Je patrné, že každého respondenta oslovila. Odpovědi jsou nezvykle dlouhé u respondentů, kteří se řadí do skupiny pohanů. Mnohdy bylo znát hluboké zamyšlení a vnímala jsem právě probíhající proces uvědomění si, urovnávání si postojů a zamýšlení se nad touto otázkou. Většinu z nich tato úvaha vedla k závěru, že v něco věří. Někteří uvedli například víru v přesah.

5.7 Omezení kvalitativního výzkumu

Mezi hlavní limity prezentovaného výzkumu patří malý vzorek respondentů. Pro taxativní závěr tohoto výzkumu by bylo vhodné více zúčastněných psychologů.

Závěr

Cílem této práce bylo poukázat na možnosti, které skýtá spolupráce psychologie a náboženské víry, chceme-li teologie a psychoterapie. Chtěli jsme zjistit, jak velké jsou možnosti propojení těchto dvou odvětví, jak lze náboženskou víru použít pro úspěšnější uzdravující proces klienta.

Ústřední částí naší kvalifikační práce se stal kvalitativní výzkum mezi psychology v otázce možné synergie i potenciálního napětí mezi náboženskou vírou a duševním zdravím. Zpočátku nebylo snadné domluvit si schůzky s psychology. Zdálo se, že na téma náboženská víra většina z nich nechce komunikovat. Mohu se jen domnívat, jaké důvody vedly k neuskutečnění setkání, zda to byla jistá obava otevírat osobní otázku víry, nebo zkušenost z praxe, kde s náboženskou vírou skutečně nepracují, či nedostatek času či neochota. Vysoké procento odřeknutí však bylo překvapující skutečností. Nakonec se podařilo realizovat 7 plnohodnotných setkání s psychology, kteří pomohli nahlédnout do celé problematiky.

V teoretické části této bakalářské práce jsem se snažila o vystižení několika základních pojmů, kterým je třeba rozumět, abychom mohli lépe pochopit souvislosti celého tématu. Načrtávám někdy snad až příliš elementární pojmy, jako jsou psychologie, psychohygienu, psychoterapie a velkou část věnuji tématu náboženské víry. Posléze se více zabývám možnostmi podporovat duševní zdraví pomocí náboženské víry a věnuji se psychohygienickému a psychoterapeutickému potenciálu Bible. Na ozdravné účinky některých technik čtení Bible či biblické meditace poukazují i některé odpovědi respondentů, kteří o tomto jevu mluví jako o faktu, vyplývajícím z jejich mnohaleté praxe. Nutno však podotknout, že tito respondenti jsou věřící. Tímto se opět dostávám k praktické části, kde představuji čtenáři výsledky kvalitativního výzkumu pomocí interpretativní fenomenologické analýzy. Snažila jsem se mimo jiné poukázat na různorodost přístupu psychologů k věřícím pacientům. Vyhodnocuji jednotlivé otázky, které zjišťují, jak se daní psychologové staví k otázkám náboženské víry u svých pacientů, zda a jak s touto skutečností pracují.

Odpověď na výzkumnou otázku, která zní – „Jaká je zkušenost dnešních psychologů s věřícími klienty?“ – není jednoznačná. Z výsledku výzkumu lze předpokládat, že přístup psychologů k náboženské víře svých klientů ovlivňuje jejich mnohaletá praxe a samozřejmě i osobní naladění v tomto směru. Zdá se, že pokud terapeut umí zapojit do psychoterapeutického procesu klientovu víru, může se ukázat

její mocný blahodárny vliv. Výzkum však také naznačuje, že s potenciálem náboženské víry jakožto podpurným faktorem ovlivňujícím duševní zdraví člověka mnoho profesionálů nepracuje nebo pracovat neumí. Dotazovaní psychologové v převážné většině nevyužívají terapeutickou příležitost, kterou náboženská víra poskytuje. Relevanci našich výpovědí však pochopitelně snižuje malý vzorek respondentů.

Dále výzkum poukázal na skutečnost, že pro mnohé psychology je téma náboženské víry klienta ještě zdaleka neobjevené. Z rozhovorů také vyplývá, že tématu není zatím přikládána patřičná důležitost při psychologické práci s klientem. Někteří respondenti také uvedli, že nad několika otázkami v rozhovoru ještě nepřemýšleli. Z několika pozitivních reakcí lze usuzovat, že v tomto tématu je ještě mnohé nevyřčené a ukazuje se tu prostor pro otevření diskuze na toto téma, jak naznačují zkušenosti služebně starších a nábožensky založených psychologů. Věřím a doufám, že se téma náboženské víry ve vztahu k psychohygieně, sebepoznání, osobnostnímu zrání i překonávání krizí bude více na vysokých školách objevovat na programu přednášek pro budoucí psychology. Současně věřím, že se téma psychologie bude s větším důrazem přednášet na školách teologických. Přes specifické cíle obou činností jde dle mého názoru oběma do značné míry o totéž, jímž je komplexní zdraví člověka včetně jeho psychiky.

Seznam použité literatury

Prameny:

- *Bible: Písmo svaté Starého a Nového zákona (včetně deuterokanonických knih): český ekumenický překlad.* 16., (7. opr.) vyd. Přeložil Miloš BIČ, přeložil Josef Bohumil SOUČEK, přeložil Jindřich MÁNEK. Praha: Česká biblická společnost, 2008. ISBN 978-80-85810-81-3.
- *Evangelii gaudium: Radost evangelia: apoštolská exhortace papeže Františka o hlásání evangelia v současném světě.* Praha: Paulínky, 2014. ISBN 9788074501180.
- *Katechismus katolické církve.* Praha: Zvon, 1995. ISBN 80-7113-132-6.

Slovníky:

- BEINERT, Wolfgang. *Slovník katolické dogmatiky.* Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1994.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník.* Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X.
- RAHNER, Karl a Herbert VORGRIMLER. *Teologický slovník.* Přeložil František JIRSA, přeložil Jan SOKOL, přeložil Jan KRANÁT. Praha: Vyšehrad, 2009. Teologie (Vyšehrad). ISBN 9788070219348.
- *Slovník cizích slov.* Praha: Ottovo nakladatelství, 2000. ISBN 80-7181-376-1.

Sekundární literatura:

- BOUMA, David. *Zjevení, víra, církve: teologické skici k úvodu do křesťanství.* Ostrava: Moravapress, 2013. ISBN 9788087853085.
- FREUD, Sigmund. *Budoucnost jedné iluze.* Praha: Volná myšlenka, 1929.
- FROMM, Erich. *Mít nebo být?* Praha: Naše vojsko, 1992. ISBN 80-206-0181-3.
- FREUD, Sigmund. *Totem a tabu: o podobnostech v duševním životě divocha a neurotika.* Přeložil Ludvík HOŠEK. Praha: Portál, 2017. Klasici. ISBN 9788026212492.
- KLIMEŠ, Jeroným. *Křesťanství, vztahy a sex: na útěku od sebe k tobě a od tebe k sobě.* Praha: Novela bohemia, 2016. ISBN 9788087683576.
- KOCÁBOVÁ, Darja. *V tichu: eseje o přítomné minulosti.* Praha: Kalich, 2010. Přemítání. ISBN 9788070171431.

- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2.
- LINDEROVÁ, Ivica, Petr SCHOLZ a Michal MUNDUCH. *Úvod do metodiky výzkumu*. Jihlava: Vysoká škola polytechnická Jihlava, 2016. ISBN 9788088064237.
- LORENZ, Konrad. *Takzvané zlo*. Praha: Mladá fronta, 1992. Kolumbus. ISBN 80-204-0264-0.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Encyklopedie obecné psychologie*. 2., rozš. vyd., v Academii vyd. 1. (1. vyd. v nakl. Vodnář pod náz. Lexikon psychologie). Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Lexikon psychologie*. 2., podstatně rozš. vyd. Praha: Vodnář, 2013. ISBN 978-80-7439-056-2.
- McGUIRE, William a R. F. C. HULL (eds). *Rozhovory s C. G. Jungem*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0914-0.
- NOLEN-HOEKSEMA, Susan. *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. 3., přeprac. vyd. Přeložila Hana ANTONÍNOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0083-3.
- OPATRNÝ, Aleš. *Cesty pastorační v pluralitní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. Orientace (Karmelitánské nakladatelství). ISBN 80-7192-930-1.
- OPATRNÝ, Aleš. *Pastorační v postmoderní společnosti*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 8071925578.
- PETRÁČEK, Tomáš. *Člověk, hodnoty a dynamika středověké společnosti: antropologické koncepty středověku v transkulturní perspektivě*. Ostrava: Moravapress, 2014. ISBN 9788087853139.
- POSPÍŠIL, Ctirad Václav. *Hermeneutika mystéria: struktury myšlení v dogmatické teologii*. 2. vyd. Praha: Krystal OP, 2010. Teologie (Karmelitánské nakladatelství: Krystal OP). ISBN 978-80-7195-478-1.
- REMEŠ, Prokop a Alena HALAMOVÁ. *Nahá žena na střeše: Bible a psychoterapie*, Jiří Sušanka: Pompei, 2013. ISBN 978-80-905580-0-7.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. Praha: Portál, 2007. ISBN 9788073673123.

- ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 9788021063822.
- VACÍNOVÁ, Marie a Marta LANGOVÁ. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: Československý spisovatel, 2011. ISBN 978-80-7459-014-6.
- WEBER, Helmut. *Všeobecná morální teologie*. Praha: Zvon, 1998. Theologica (Zvon). ISBN 80-7021-292-6.
- WEINER, Irving B., FREEDHEIM, Donald K., John A. SCHINKA a Wayne F. VELICER. *Handbook of psychology*. New York: Wiley, 2003. ISBN 0-471-17669-9.

Odborný článek:

- MATARAZZO, Joseph D. Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*. 1980, 35(9), 807–818.

Internetové zdroje:

- *American Psychological Association* [online]. 2019 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: <https://www.apa.org>
- Český statistický úřad. Věřících hlásících se k církvím výrazně ubylo. *Czso.cz* [online]. 2011. Poslední aktualizace 20. 12. 2014 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/0b005170c8>
- DAŇKOVÁ, Šárka. Analýza EHIS. In: *Demografie.info* [online]. 24. 10. 2011 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku=&artclID=781
- Střední odborná škola a Střední odborné učiliště. Psychologové, psychoterapeuti a poradenství v Mladé Boleslavi. *Odbskmb.cz* [online]. 2018 [cit. 2018-10-13]. Dostupné z: https://www.odbskmb.cz/poradenstvi/Psychologicka_pomoc_v_MB.pdf