

## SMYSL ŽIVOTA A ZÁVISLOST NA ALKOHOLU

Martin Slabý

### Abstrakt

Cílem naší práce bylo zjistit, jaký je vztah mezi mírou konzumace alkoholu a prožíváním smysluplnosti v kontextu celého života u vybraných pacientů v Psychiatrické léčebně v Kroměříži na oddělení 20. Za tím účelem jsme u šesti respondentů provedli v září 2009 kvalitativní analýzu polostrukturovaných rozhovorů a využili jsme data získaná numerickými posuzovacími škálami a standardizovanými diagnostickými metodami Existenciální škály a Dotazníku závislosti AUDIT.

Zjistili jsme, že všichni respondenti výzkumu vnímají bohatou šíři hodnot důležitých v jejich životě, jako např. různou podobu vztahů mezi lidmi, význam práce nebo pomoci ostatním lidem. Celkově respondenti vnímají svůj život jako smysluplný a stejně naplňující v porovnání s ostatními lidmi. Na druhé straně všichni respondenti popisovali vnitřní prázdnotu a pocit bezsmysluplnosti v důsledku pro ně vysoké míry konzumace alkoholu. Dva respondenti k tomu uvedli, že malé množství alkoholu jim pomáhalo, aby byl jejich život smysluplnější.

Závěrem lze konstatovat, že u většiny respondentů byla shoda mezi výpovědí ve formě polostrukturovaného rozhovoru, vlastním posouzením na numerické posuzovací škále a výpovědí zachycenou standardizovanými diagnostickými metodami Existenciální škály a Dotazníku závislosti AUDIT.

**Klíčová slova:** závislost na alkoholu, smysl života, existenciální analýza

## MEANING OF LIFE AND ALCOHOL ADDICTION

### Abstract

*The objective of our research was to find out what is the relation between the level of alcohol consumption and the meaning of life experience in the whole life context among chosen patients at the Mental Hospital Kroměříž, Department 20. For this purpose, we made qualitative analyses of half-structured interviews of six respondents and used the data gained by numerical assessment scales and standardized diagnostic methods of Existential scale and the AUDIT questionnaire.*

*We found out that all respondents perceive values as important in their lives (for example different forms of relationships between people, meaning of work or helping others). Generally, the respondents perceive their lives as meaningful and replenishing as other people. On the other hand, all respondents described inner vacancy and feeling of meaninglessness as a result of high level (as they felt it) alcohol consumption. Two respondents stated that a small amount of alcohol helped them feel life more meaningful.*

*In conclusion we can state that most respondents agreed in a statement in half-structured interview, a self-assessment at the numeric assessment scale and statements captured by standardized diagnostic methods of Existential scale and the AUDIT questionnaire.*

**Key words:** *dependence on alcohol, the meaning of life, existential analysis*

*Došlo do redakce: 7. 8. 2012*

*Schváleno k publikaci: 20. 3. 2013*

## Úvod

V roce 2009 jsem obhájil rigorózní práci na katedře psychologie Filozofické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci (Slabý, 2009). V teoretické části jsem se zabýval závislostí na alkoholu z pohledu existenciální analýzy a vybraných systemických směrů (narativní terapie a krátké terapie orientované na řešení). Realizovaný výzkum v září 2009 je předmětem tohoto článku. Aktuálně na tento výzkum navazuje další zkoumání v rámci doktorandského studia se zaměřením na vztah mezi zvýšenou konzumací alkoholu, prožíváním smysluplnosti a osobní nezdolností podle konceptu A. Antonovského.

## Teoretické východisko

Teoreticky vycházíme z existenciálního pojetí životního smyslu Alfrieda Längleho (2002), který bezprostředně čerpá z logoterapie V. E. Frankla. Na vzniku závislosti na psychoaktivních látkách se výrazně podílí v pojetí Frankla (1999) existenciální prázdnota, v této souvislosti odkazuje na výzkum Annemarie von Forstmayerové. Ta zjistila, že 90 % těžkých alkoholiků prožívá hluboký pocit bezsmyslnosti. Lidé rovněž sahají k návykovým látkám jako k prostředku k dosažení libých pocitů, které tak zaměňují za skutečný pocit štěstí. Podle Gutha (in: Längle, 2000) takováto snaha odpovídá Franklem popsané neurotické motivaci vznikající následkem neuspokojení vůle ke smyslu. Štěstí není možné touto cestou dosáhnout, protože samo vzniká až jako následek naplnění smysluplných cílů. Prožívání libých pocitů tak naopak zatemňuje a omezuje realizování smysluplných možností. Člověk následně prožívá svůj život jako smysluprázdný, smyslu zbavený a nesnesitelný. Není schopen vnímat hodnoty kolem sebe, které by měl uskutečňovat. Další příčinou závislosti je časté napětí mezi tím, co je, a tím, co by mělo být. Člověk není schopen snášet tento emoční stav, a proto sahá k návykovým látkám, aby mu ulevily.

Závislost v existenciálně analytickém pohledu spočívá také ve ztrátě svobody a jejích následcích. Člověk, který není schopen bytí v duchovní rovině, nemůže svůj život ani smysluplně utvářet. Podle Längleho (1997) je podstatné pro vznik závislosti kromě osobnostních vlastností také jednání vytvářející závislost (pasivita v uskutečňování přání a vyvarování se utrpení) a dále přítomnost existenciálních nedostatkových syndromů (nedostatek a ztráta smyslu, přítomnost závislosti jako neautentické a nejisté základní hodnoty).

Längle (1993) se domnívá, že se člověk v současném světě postupně odcizuje sám sobě. Závislost v tomto pohledu vzniká jako následek dynamické interakce mezi společností, jednotlivcem a účinkem látky a projevuje se nejasností vlastního chtění a neosobním chováním. Dále je přítomen strach ze snížení kvality života, pokud by si dotyčný drogu odepřel. Vzniká tak začarovaný kruh neustálého opakování konzumace látky. Následkem je naprostá bezmoc postavit se tomuto stavu, což může vyústit až v suicidální pokus. U osob se závislostí na alkoholu se podle Gutha (in: Längle, 2000) vyskytují 8x až 75x vyšší sebevražedné tendence než u ostatního obyvatelstva.

V posledních padesáti letech bylo provedeno několik výzkumů prožívání smysluplnosti u osob se závislostí na návykové látce. Výzkumy pomocí Existenciální škály realizované Rainerem (in: Längle, 1997) a Slabým (2007) potvrdily existenciální hypotézu, že osoby léčící se ze závislosti na alkoholu prožívají oproti standardizovaným normám nižší míru prožívání smysluplnosti. Konkrétně ve výzkumu Slabého se potvrdil předpoklad, že čím vyšší je subjektivní míra závislosti na alkoholu, tím nižší je podle vlastního sebezposouzení schopnost smysluplně utvářet vlastní existenci. Výzkumy pomocí LOGO-testu realizovali Štěpánková (1995), Kubáčková (2007) a Halama s Timuřákem (2004) a zjistili, že probandi prožívali smysl života méně intenzivně v porovnání s normami běžné populace.

Výzkumy Pazderové (2000), Bolka (2001), Tumpachové (2005) a Kavenské (2007) poukázaly na vyšší míru prožívání smysluplnosti na konci léčby než na jejím počátku. Naopak Doležalová (2006) a Samková (2012) došly k výsledku, že většina respondentů léčící se ze závislosti na alkoholu má průměrné až velmi dobré naplnění smyslu života. Samková také uvádí, že zvýšenou možnost existenciální neurózy a zhoršení smyslu lze najít u alkoholiků s jinou přidruženou závislostí.

### **Cíl výzkumu**

Cílem výzkumu bylo porozumět vztahu mezi smysluplností (existenciální pojetí A. Längleho) a mírou závislosti alkoholu v kontextu celého života u šesti respondentů léčících se v Psychiatrické léčebně v Kroměříži pouze ze závislosti na alkoholu. Zajímalo nás, zda se potvrdí výzkumné závěry M. Slabého (2007). U 53 respondentů léčících se ze závislosti na alkoholu v PL Kroměříž a PL Šternberk se projevilo narušení zejména v rovině svobody a odpovědnosti v porovnání s hodnotami dosaženými u běžné populace. S rostoucí subjektivní mírou závislosti na alkoholu klesala míra prožívání smysluplnosti. Osoby s nařízenou ústavní formou léčby dosahovaly nižší míry prožívání smysluplnosti v porovnání s ostatními klienty léčícími se ze závislosti na alkoholu.

### **Výzkumné otázky**

1. Stanovili jsme si tuto hlavní výzkumnou otázku: Jaký je vztah mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti? Dále jsme si zformulovali následující dílčí výzkumné otázky:
2. Co znamená pro respondenta pojem hodnota a smysluplnost?
3. Jaký má respondent hodnotový systém?
4. Jak se respondentovi daří zvolené hodnoty uskutečňovat a naplňovat svůj život smysluplností?
5. Jaký je vztah mezi životními obdobími, konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti a zda se mění to, co považuje proband za hodnotné?
6. Jaký je vztah mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti?
7. Jaká je míra prožívání smysluplnosti v porovnání s ostatními lidmi?
8. Jak by se daly výsledky výzkumu využít v psychoterapii?

### **Výzkumný soubor**

Výzkumný soubor tvoří 6 respondentů dobrovolně hospitalizovaných pouze s diagnózou závislosti na alkoholu na oddělení 20 Psychiatrické léčebny v Kroměříži. Jedná se o otevřené rehabilitační oddělení pro muže, které je zaměřené zejména na pacienty s dlouhodobě probíhající schizofrenií, lehkou mentální retardací, lehkými organickými psychickými poruchami a chronicky probíhající závislostí na alkoholu.

**Tabulka č. 1: Stručná charakteristika respondentů<sup>1</sup>**

	Pan Oldřich	Pan Michal	Pan Petr	Pan Karel	Pan Lukáš	Pan Milan
Věk	59 let	55 let	60 let	60 let	49 let	56 let
Vzdělání	SŠ bez m.	SŠ bez m.	SŠ bez m.	SŠ bez m.	SŠ bez m.	SŠ bez m.
Hospitalizace	1.	1.	7.	5.	6.	1.
Týden v PLKM	12.	4.	6.	3.	3.	4.

**Legenda:**

Věk – dosažený věk

Hospitalizace – kolikátá hospitalizace v léčebně

Vzdělání – nejvyšší dosažené vzdělání

Týden v PLKM – aktuální týden hospitalizace v PLKM

Při celkovém počtu 59 lůžek bylo hospitalizováno v termínu provádění výzkumu (25. 8. – 10. 9. 2009) 56 mužů. Z nich se léčilo pro závislost na alkoholu 13 pacientů. U sedmi pacientů bylo shledáno kromě závislosti na alkoholu další psychiatrické onemocnění. Nejčastěji se jednalo o reziduální schizofrenii. Tito pacienti nebyli do výzkumu zahrnuti, protože další diagnostikované onemocnění by představovalo proměnnou, kterou jsme s ohledem na téma rigorózní práce již nechtěli do výzkumu zahrnovat. Oslovili jsme tedy zbylých 6 pacientů. Všichni byli ochotni zúčastnit se tohoto výzkumu.

Nikdo z probandů nebyl hospitalizován na základě nařízené ústavní léčby. Do výzkumu byli zahrnuti pouze pacienti, kteří byli hospitalizováni v psychiatrické léčebně minimálně tři týdny. Předpokládáme, že během této doby si již alespoň částečně zvykli na nové prostředí. Často snížené explorační a orientační schopnosti pacientů na počátku léčby vlivem detoxikační fáze nejsou již tolik patrné.

**Výzkumný design a použité metody**

Pro potřeby výzkumu jsme zvolili kvalitativní design formou případových studií. Pro sběr dat jsme použili metodu záměrného (účelového) výběru prostřednictvím instituce. Na úvod výzkumu jsme použili modifikaci techniky „čáry života“ (Blatný, Čermák a kol., 2004). Podle instrukcí nakreslil každý respondent svou čáru života, do které vyznačil současnost a důležité životní události, o nichž volně vyprávěl. Poté následoval polostrukturovaný rozhovor nad předem připravenými otevřenými otázkami. Naším záměrem bylo, aby na ně respondenti odpovídali v kontextu celého života a důležitých životních událostí, jak o nich hovořili na začátku setkání. Následně jsme využili numerické posuzovací stupnice. Nejprve na škále od 0 do 10 respondent vyznačil číslicí, jak se mu daří uskutečňovat nejdůležitější hodnoty ve svém životě. Na další škále vyznačil, do jaké míry se mu daří smysluplně žít. Na třetí škále vyznačil, do jaké míry podle něho souvisí míra konzumace alkoholu s celkovým pocitem smysluplnosti. O všech odpovědích respondent dále hovořil. Ve druhé části výzkumu byla data získána pomocí standardizovaných diagnostických metod Dotazníku závislosti AUDIT (Babor a kol., 2001), zjišťujících podle subjektivní výpovědi respondenta míru jeho závislosti na alkoholu, a Existenciální škály Alfrieda Längleho (2001), uchopující odpovědi podle

<sup>1</sup> Jména respondentů ve výzkumu byla pro zachování jejich anonymity změněna.

existenciálního konceptu smysluplnosti a podle tohoto konceptu zjišťující míru jeho naplnění smysluplností.

Data získaná těmito různými metodami dávají nahlédnout do subjektivního světa respondentů z různých perspektiv a nabízejí i možnost vzájemného srovnání.

### **Zpracování a analýza výzkumných dat**

Výzkumná data jsme fixovali pomocí audio záznamu a v průběhu rozhovoru jsme si zapisovali poznámky z pozorování. Dále jsme provedli transkripci, kterou jsme získaná data přepsali z digitální nahrávky do textové podoby. Redukcí prvního řádu jsme text očistili od zvuků a výrazů nenesoucích důležité informace v souvislosti s předmětem výzkumu. Pomocí kódování dat a barvení textu jsme data připravili k analýze.

Z dílčích postupů analýzy kvalitativních dat uvedených Miovským (2006) jsme využili metodu vytváření trsů. Na základě především tematické podobnosti jsme seskupili jednotlivé výroky do skupin. Ty nám pomohly odpovědět na stanovené dílčí i hlavní výzkumnou otázku.

Při hledání odpovědí na výzkumné otázky nám pomáhaly vlastní poznámky, které byly součástí pozorování a souvisely s tématem výzkumné práce. Další poznatky vznikaly při opakovaném čtení textu a pomohly příběhům lépe porozumět. Na základě důkladného rozpracování odpovědí na jednotlivé otázky jsme vytvořili syntézu celkového příběhu, jak je mu možné rozumět v perspektivě naplňování hodnot, prožívání smysluplnosti a konzumace alkoholu. Interpretační analýzu jsme provedli pro každý jednotlivý příběh zvlášť a poté i v rovině konkrétního tématu u všech účastníků výzkumu. Výsledky výzkumu zachycují, jak konkrétní rozpracování jednotlivých témat, tak interpretační komentář.

### **Výsledky výzkumu**

V rámci výzkumu se nám podařilo odpovědět na tyto dílčí výzkumné otázky:

#### **I. Co znamená pro respondenta pojem hodnota a smysluplnost**

Většina respondentů uvedla, že za hodnotu považují něco, co je pro ně důležité a co by chtěli uskutečnit. Smysluplnost vnímá většina shodně jako určitou činnost, kdy je kladen důraz na proces i výsledek, uvědomění si významu činnosti a pocitu smysluplnosti.

Pan Lukáš k tomu uvedl: *„Život pro něco ... pro člověka, aby žil ... pro dva lidi, aby byli spolu v partnerském vztahu ... že to je ideální ... vztah v manželství. To je pro mě smysluplnost. Že mám pro koho žít. Aby mi nebylo smutno po druhém člověku. Muž si hledá pořád ženu, aby ji našel.“*

#### **II. Jaký má respondent hodnotový systém**

Nejčastěji uváděnými hodnotami byly vztahy (pan Oldřich, pan Petr, pan Lukáš a pan Milan). Pan Petr k tomu např. uvedl: *„To byla rodina ... a to velmi. Protože jsem se úplně jinak cítil, úplně jinak jsem vnímal svět, když jsem měl rodinu a měl pro koho dělat, o koho se starat, jak když jsem zůstal sám. Nechcu říct, že bych chodil nějaký zarostený nebo špinavý nebo otrhaný nebo něco takového. Ale už to vědomí, že se nemám o koho starat vůbec, tak to je takové ponižující pro mě.“*

Další hodnotou bylo zdraví (pan Oldřich, pan Petr a pan Karel), pomoc druhým (pan Lukáš a pan Milan) a peníze (pan Karel a pan Lukáš). Další hodnoty se vyskytly pouze u konkrétního respondenta (zapojení se do normálního života, obyčejné a nevýstřední chování, svoboda, pocit bezpečí, práce, soběstačnost, pravdomluvnost, náboženství, životní zkušenosti, stavba). Každý z respondentů uvedl vlastní důvod, proč jsou pro něj konkrétní hodnoty důležité.

Existenciální analýza předpokládá, že osoby se závislostí trpí nedostatkem hodnot. Ty by neměl pociťovat vůbec nebo pouze povrchně. Celkově by se měla u této skupiny vyskytovat hodnotová deprivace. Jejím následkem by měl člověk prožívat svůj život jako smyslu prázdný, smyslu zbavený a nesnesitelný. Všichni respondenti výzkumu naproti tomu vnímají bohatou šíři hodnot důležitých v jejich životě.

### **III. Jak se respondenti daří zvolené hodnoty uskutečňovat a naplňovat svůj život smysluplností**

U této otázky jsme porovnávali výpovědi ve formě polostrukturovaného rozhovoru, numerické posuzovací škály a Existenciální škály. Překvapilo nás, že se u všech respondentů objevuje většinou shoda ve všech třech forem odpovědí na tuto otázku. Pan Oldřich a pan Milan vyjádřili v polostrukturovaném rozhovoru i na numerické posuzovací škále celkovou spokojenost s naplňováním svých hodnot i s mírou prožívání smysluplnosti (z 10 bodů pan Oldřich 8, pan Milan 9), což odpovídalo i vzrůstajícímu skóru v Existenciální škále (pan Oldřich 187 bodů, pan Milan 163 bodů – obě dosahují střední hodnoty standardizačního souboru. Naproti tomu pan Petr a pan Lukáš v polostrukturovaném rozhovoru vyslovili „pouze“ naději v lepší život bez alkoholu, což odpovídalo i hodnotám na numerické posuzovací škále (pan Petr i Lukáš 5 bodů) i bodovému hodnocení v Existenciální škále (pan Petr 131 bodů, pan Lukáš 148 bodů). Pan Karel zdůraznil naději v opětovné navázání vztahu se ženou a získal vyšší počet bodů v Existenciální škále (197 bodů), což je i v souladu s výpovědí na numerické posuzovací škále (9 bodů). Pouze pan Milan vyjádřil spokojenost se svým životem a zároveň získal hraniční výsledky v Existenciální škále (163 bodů) i na numerické posuzovací škále (7 bodů).

### **IV. Jaký je vztah mezi životními obdobími, konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti a zda se mění to, co považuje proband za hodnotné**

Zvýšenou konzumaci alkoholu dávali respondenti zejména do souvislosti se zhoršováním vztahů s manželkou, které vyvrcholilo rozvodem (pan Oldřich, pan Petr, pan Karel a pan Lukáš), a dále v kontextu pití s ostatními spolupracovníky na pracovišti (pan Michal, pan Lukáš a pan Milan). Pan Karel např. uvedl: *„Pokud jsem byl v manželství šťastný, tak by se to tak dalo říct. ... Měl jsem to pro koho dělat. Dělal jsem za první, za druhé. ... Mohl jsem se věnovat. To by se tak dalo říct. Že můžu něco někomu dát.“*

Všichni respondenti si dokázali rozpomenout na smysluplnější období ve svém životě. Pan Petr, pan Karel a pan Lukáš považovali za smysluplnější období, když žili v manželství. Zodpovědnost a starost o nejbližší jim přinášela pocit smysluplnosti. Pan Oldřich a pan Michal hodnotili všechny období svého života za stejně smysluplné. Pan Oldřich to zdůvodnil tím, že si vždy našel svůj způsob pomoci ostatním. O pomoci druhým, zejména dětem a rodičům, také hovořil pan Milan. Další dvě smysluplná období představovala práce v zemědělství (pan Lukáš) a období vyučení (pan Milan). Společným znakem pro většinu respondentů byla tedy pomoc druhému, která jim dávala pocit smysluplnosti. Toto zjištění je v souladu s existenciální teorií smysluplnosti. Podle ní je jedním z předpokladů smysluplného života schopnost sebeodstupu a sebezpřesahu. Právě v pomoci někomu druhému se obě dvě schopnosti setkávají.

Všichni respondenti považují uváděné hodnoty za neměnné v celém jejich životě. V souvislosti s konzumací alkoholu zdůraznil pan Milan, že na tom, co považuje za hodnotné, nic nezměnilo ani jeho pití – „*Ne já si myslím, že ne. Je to pořád stejné. Ten alkohol na tom nic nezměnil.*“

#### V. Jaký je vztah mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti

Odpověď na tuto otázku jsme získali pomocí polostrukturovaného rozhovoru, numerické posuzovací škály a výsledků v Existenciální škále a Dotazníku závislosti AUDIT.

V **polostrukturovaném rozhovoru** se vyskytly tři typy odpovědí na tuto otázku:

1. Čím větší míra konzumace alkoholu, tím je život prázdnější.  
Takto přímo odpověděl pan Oldřich a pan Milan. Pan Michal a pan Lukáš nespécifikovali míru konzumace alkoholu a pouze uvedli, že když pili, byl jejich život prázdnější. Důležité v této souvislosti bylo sdělení pana Lukáše, že mu alkohol zabraňoval žít pro něj důležité hodnoty: „*Já si myslím, že člověk o tento pocit přijde ... o ten smysl v životě. Pořád sedí u piva a vykládá blbosti. Kdybych byl doma a dělal nějakou práci nebo se třeba i pomiloval s manželkou, tak udělám daleko lepší věc tam v hospodě a bumbat pivo.*“
2. Konzumace alkoholu v malém množství činí život smysluplnější.  
Takto vnímá předmětný vztah pan Petr i pan Oldřich. Pan Petr k tomu ještě vypověděl, že pokud hodně pil, tak byl jeho život úplně prázdný, protože jeho bytí bylo omezeno pouze na jídlo, alkohol a společnost a ostatní pro něj důležité věci ztratily v tu chvíli na významu.
3. Čím větší míra konzumace alkoholu, tím je život smysluplnější.  
Tato odpověď se vyskytla pouze u pana Karla. Pro něj alkohol představoval hodnotu, která mu umožnila aktuálně zapomenout na problémy a žít šťastný, radostný život. Zpětně ovšem vnímá, že to bylo pouze zdání, iluze smysluplného života. To, že žil v určitém alternativním světě, nevyřešilo jeho problémy, ba spíš je ještě vyhrotilo: „*Právě když jsem vypil víc, tak jsem se právě cítil opačně, než Vy říkáte. Člověk ledasco hodil za hlavu ... to nespěchá, to počká. Spíš ten opačný pocit, než Vy říkáte.... Alkohol mi dával hodnotu.*“

Na **numerické posuzovací škále** v rozmezí 0 až 10 bodů vyjádřili všichni respondenti poměrně vysokou míru vztahu mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti v rozmezí 6 bodů (pan Milan a pan Karel), 8 bodů (pan Lukáš a pan Milan) a 10 bodů (pan Oldřich a pan Petr). Všichni kromě pana Karla k tomu uvedli, že čím více pili, tím byl jejich život méně naplňující a prázdnější. Toto konstatování je opět plně v souladu s existenciálně analytickými předpoklady.

V **Existenciální škále** získali všichni respondenti v porovnání s normami standardizačního souboru (střední hodnota 214 bodů, směrodatná odchylka 33 bodů) nižší skóre. V pásmu směrodatné odchylky střední hodnoty se umístili pouze pan Karel (197 bodů) a pan Oldřich (187 bodů). Ostatní respondenti výzkumu se umístili buď v pásmu nízkého skóre: pan Petr (131 bodů) a pan Lukáš (148 bodů), nebo v hraničním pásmu: pan Michal (175 bodů) a pan Milan (163 bodů).

Dále jsme **porovnávali data** zjištěná pomocí Existenciální škály a Dotazníku závislosti AUDIT s existenciálně analytickým konceptem smysluplnosti. Výsledek dvou respondentů (pana Petra a pana Lukáše) byl v souladu s existenciálně analytickým konceptem (nízký skór v ESK a vysoký skór

v AUDITU), u dvou respondentů (pana Oldřicha a pana Karla) se tento koncept nepotvrdil (vzrůstající skóre v ESK a vysoký skóre v AUDITU) a výsledky dvou respondentů (pana Michala a pana Milana) nepotvrdily, ale také ani nevyvrátily existenciální předpoklady (hraniční skóre v ESK i AUDITU).

#### **VI. Jaká je míra prožívání smysluplnosti v porovnání s ostatními lidmi**

Všichni respondenti vnímají svůj život v porovnání s ostatními lidmi jako stejně smysluplný. Pouze pan Oldřich a pan Karel na tuto otázku nedokázali odpovědět, protože se nemohou srovnávat s lidmi, které neznají. Pan Oldřich uvedl: „Každý člověk je taky jináčí svým způsobem ... takže ono vybírat si toho nebo onoho. ... Nedá se to srovnávat. Ten člověk navenek vypadá dobře smysluplně a doma je to třeba něco jináčího.“ Naproti tomu podle získaných bodů v Existenciální škále pouze posledně dva jmenovaní, pan Oldřich (187 bodů) a pan Karel (197 bodů), prožívají podobnou míru smysluplnosti jako ostatní lidé.

#### **Diskuse**

Výzkum jsme se rozhodli zrealizovat na oddělení 20 Psychiatrické léčebny v Kroměříži, kde jeden člen výzkumného týmu pracuje jako psycholog na poloviční úvazek. Jsme si vědomi toho, že tato skutečnost ovlivnila průběh i výsledky výzkumu. Při setkání s respondenty se protuly dvě roviny, a to pozice výzkumníka a zároveň psychologa, který je členem zdravotního týmu tohoto oddělení a se kterým se budou i nadále setkávat v jiném kontextu. Očekávali jsme, že by někteří respondenti mohli svůj životní příběh záměrně přikrášlit, aby se „ukázali“ v lepším světle, nebo naopak zhoršit, aby se déle „udrželi“ na oddělení. V průběhu výzkumu jsme nezaznamenali nic, co by tomuto předpokladu nasvědčovalo.

Oslovili jsme šest respondentů, z nichž všichni byli ochotni zúčastnit se předmětného výzkumu. Tato situace může vést k otázkám, jak tento pozitivní postoj respondentů může ovlivňovat průběh výzkumu i jeho závěry. Neměli jsme pocit, že by respondenti odpovídali žádoucím způsobem podle toho, co si myslí, že bychom chtěli slyšet.

Dále je možné se zamyslet, jak se na výpovědích projevuje případný vliv účasti na individuální či skupinové psychoterapii. Na důkladné zodpovězení této otázky by bylo nutno provést samostatný výzkum. Při pohledu na srovnání doby hospitalizace, účasti na individuální či skupinové psychoterapii a získaných bodů v Existenciální škále a v Dotazníku závislosti AUDIT u jednotlivých respondentů nelze podle našeho názoru vyvozovat konkrétní závěry. Účast respondentů na psychoterapii byla velice nízká a navíc sami respondenti o této formě pomoci nehovořili. Pouze pan Lukáš vypověděl, že mu obě dvě formy setkání pomohly, což se mohlo pozitivně projevit v prožívání smysluplnosti.



**Tabulka č. 2: Porovnání doby hospitalizace, účasti na individuální nebo skupinové psychoterapii získané body v Existenciální škále a v Dotazníku závislosti AUDIT**

	Oldřich	Michal	Petr	Karel	Lukáš	Milan
Hospitalizace	12	3	6	3	3	4
S	5	1	-	-	1	2
I	-	-	-	-	2	-
ESK	187	175	131	197	148	163
AUDIT	22	15	32	17	18	15

Legenda:

Hospitalizace – aktuální týden v PLKM

I – individuální psychoterapie

AUDIT – Dotazník závislosti AUDIT

S – skupinová psychoterapie

ESK – Existenciální škála

Realizovaným výzkumem jsme se snažili najít odpověď na tyto položené dílčí otázky:

### I. Co znamená pro respondenta pojem hodnota a smysluplnost

Tyto otázky jsme pokládali proto, abychom zvýšili validitu výzkumu. Chtěli jsme zjistit, co si respondenti představují pod pojmy hodnota a smysluplnost. Toto vyjasnění si pojmů je důležité proto, aby nedošlo k vzájemnému nedorozumění ve významech. Tím by mohlo dojít ke zkreslení celého výzkumu.

Překvapilo nás, že většina respondentů vnímá pojem hodnota i smysluplnost podobně. I přestože na toto téma před tím takto nepřemýšleli, dokázali si vytvořit vlastní definice. Je tedy patrné, že respondenti jsou schopni rozlišovat, co je pro ně hodnotné a co smysluplné a co by naopak těmito slovy nepojmenovali.

Protože všichni respondenti vnímali pojmy hodnota i smysluplnost přibližně podobně, bylo možné srovnat i jejich odpovědi.

### II. Jaký má respondent hodnotový systém

Existenciální analýza předpokládá, že osoby se závislostí trpí nedostatkem hodnot. Ty by neměly pociťovat vůbec nebo pouze povrchně. Celkově se údajně u této skupiny vyskytuje hodnotová deprivace. Jejím následkem by měl člověk prožívat svůj život jako smyslu prázdný, smyslu zbavený a nesnesitelný. Všichni respondenti výzkumu naproti tomu vnímají bohatou šíři hodnot důležitých v jejich životě, jako např. různou podobu vztahů, význam práce nebo pomoci ostatním lidem. Toto zjištění není podle našeho názoru v souladu s těmito existenciálními předpoklady. Domníváme se, že respondenti jsou schopni obecně vnímat hodnoty kolem sebe, které by chtěli uskutečňovat. Otázkou ovšem zůstává, do jaké míry jsou toho schopni.

K podobným výsledkům dospěly také Doležalová (2006) a Samková (2012), které zjistily, že většina respondentů léčících se ze závislosti na alkoholu má hodnotový systém a prožívání životního smyslu nastaveny podobně jako ostatní lidé. Jak je to možné? Domníváme se, že zde platí narativní předpoklad, že všichni lidé potřebují žít ve smysluplném světě, potřebují rozumět sobě samému i okolnímu světu. Minulost se vzpomínáním neaktivuje, ale neustále se vytváří v přítomnosti tím, že různým zkušenostem přiřazujeme významy. Každý člověk je tak schopen najít hodnoty, které v životě realizoval, a odpovědět si i na otázku Proč žít? Domníváme se také, že není možné zobecňovat jakékoliv zjištění na všechny osoby, protože se vždy najdou výjimky vymykající se zjištěným tvrzením.

### **III. Jak se respondenti daří zvolené hodnoty uskutečňovat a naplňovat svůj život smysluplností**

U této otázky jsme porovnávali výpovědi ve formě polostrukturovaného rozhovoru, numerické posuzovací škály a Existenciální škály. Překvapilo nás, že je u všech respondentů většinou shoda ve všech třech formách odpovědí na tuto otázku. Domníváme se, že tato konzistence v různých formách výpovědí je projevem upřímnosti respondentů a snad i opravdového žití vyřčených příběhů. Z našeho pohledu je zajímavá shoda mezi vlastní výpovědí, ve které respondent sám hodnotí svůj život, a hodnocením respondenta podle existenciálně analytického konceptu. Myslíme si, že v této souvislosti je tento koncept v souladu s prožíváním konkrétních respondentů. Nejedná se tak o pouhý konstrukt, který by byl vzdálen skutečnému bytí dotazovaných.

Na druhou stranu se podle našeho názoru nepotvrdil v této souvislosti existenciální předpoklad, že osoby se závislostí na alkoholu prožívají obecně v každé situaci, i když nekonzumují alkohol, svůj život jako méně smysluplný, ve kterém by měly dominovat pocity vnitřní prázdnoty, bezcílnosti a nudy.

### **IV. Jaký je vztah mezi životními obdobími, konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti a zda se mění to, co považuje proband za hodnotné**

Zvýšenou konzumaci alkoholu dávali respondenti zejména do souvislosti se zhoršováním vztahů s manželkou, které vyvrcholilo rozvodem (pan Oldřich, pan Petr, pan Karel a pan Lukáš), a dále v kontextu pití s ostatními spolupracovníky na pracovišti (pan Michal, pan Lukáš a pan Milan).

Je otázkou, zda konzumace alkoholu byla příčinou vzniku problémů v manželství, nebo jako následek vyhocené situace. Bylo by jistě zajímavé se tomuto problému podrobněji věnovat, stejně jako tématu, zda existenciální prázdnota je příčinou vzniku závislosti, nebo jejím následkem. Nepodařilo se nám najít výzkumy, které by se touto otázkou zabývaly. Domníváme, že není možné přesně vymezit příčinu a následek. Spíše se podle nás jedná o cirkulární spirálu. Pití alkoholu získává na intenzitě s přibývajícími problémy a kvůli alkoholu dotyčný řeší problémy útekem do jiného světa, což zpětně problémy jenom zhoršuje.

Pití v kolektivu pracovníků podle nás souvisí se zvýšenou potřebou přijetí v kolektivu a se strachem z odmítnutí ostatních. Pan Michal např. uvedl, že pil s ostatními, aby je neurazil a měl s nimi dobrý vztah. Kdyby nepil, co by si o něj ostatní asi pomysleli? Vzniklý pocit sounáležitosti s ostatními je následně živnou půdou pro rozvoj závislosti.

Všichni respondenti si dokázali rozpomenout na smysluplnější období v jejich životě. Společným znakem pro většinu respondentů byla pomoc druhému, která jim dávala pocit smysluplnosti. Toto zjištění je v souladu s existenciální teorií smysluplnosti. Podle ní je jedním z předpokladů smysluplného života schopnost sebeodstupu a sebepřesahu. Právě v pomoci někomu druhému se obě dvě schopnosti setkávají.

Zajímavé bylo zjištění, že všichni respondenti považují uváděné hodnoty za neměnné v celém jejich životě. S tím by se dalo podle našeho názoru polemizovat. Hodnotový systém si člověk neustále vytváří v průběhu celého života. Domníváme se, že význam konkrétní hodnoty se dostává do popředí zejména v okamžiku, kdy ji člověk ztratí nebo hledá cestu změny ve svém životě. Právě o důležitosti rodiny mluví ti, kteří se rozvedli. V souvislosti s konzumací alkoholu zdůraznil pan Milan, že na tom, co považuje za hodnotné, nic nezměnilo ani jeho pití. Z tohoto je patrné, že hodnoty jsou pro něj hodně důležité a že je má výrazně zvnitřněné.

### **V. Jaký je vztah mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti**

Odpověď na tuto otázku jsme získali pomocí polostrukturovaného rozhovoru, numerické posuzovací škály a výsledků v Existenciální škále a Dotazníku závislosti AUDIT.

Veškeré **odpovědi v polostrukturovaném rozhovoru** jsou plně v souladu s existenciálně analytickou teorií. Všichni respondenti (počítaje v to i pana Karla, který si uvědomil, že alkohol mu dával pouze zdání smysluplnosti) popisují vnitřní prázdnotu a pocit bezsmyslnosti, které zažívali v důsledku pro ně vysoké míry konzumace alkoholu. Alkohol tak znemožňoval uskutečňovat a naplňovat důležité hodnoty a způsoboval, že konzumenti mu vše v životě podřizovali. O těchto pocitech také hovoří Halama a Timuřák (2004) ve svém výzkumu. Potvrdil se rovněž Längleho (1997) názor, že závislým jde především o příjemný účinek látky na sobě. Do popředí se tak dostávají pouze příjemné pocity dotyčného a ostatní pro něj důležité lidi v tu chvíli ztrácejí na významu. Při konzumaci alkoholu vidí pouze sám sebe a své příjemné pocity.

**Na numerické posuzovací škále** vyjádřili všichni respondenti poměrně vysokou míru vztahu mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti v rozmezí 6 až 10 bodů. Toto konstatování je opět plně v souladu s existenciálně analytickými předpoklady. Tento výzkum tak potvrdil, že tyto dvě roviny spolu úzce souvisí.

**V Existenciální škále** získali všichni respondenti v porovnání s normami standardizačního souboru nižší skóre. Tyto výsledky jsou podobné výsledkům ve výzkumu Slabého (2007), jehož se zúčastnilo celkem 53 respondentů. Je zajímavé, že respondenti obou dvou výzkumů získali daleko vyšší skóre v porovnání s výzkumem Rainera (in: Längle, 1997). Zde činila střední hodnota výzkumného vzorku pouze 135 bodů oproti 175 bodům Slabého (2007). Domníváme se, že rozdílné výsledky mohou být dány jednak rozdílnou populací (výzkum Rainera v USA a výzkumy Slabého v České republice), odlišností času výzkumu (výzkum Rainera v roce 1997 a výzkumy Slabého v roce 2007), ale i jinou osobou výzkumníka.

Dále jsme **porovnávali data** zjištěná pomocí Existenciální škály a Dotazníku závislosti AUDIT. Překvapilo nás, že se existenciální koncept potvrdil pouze u dvou respondentů (nízký skóre v ESK a vysoký skóre v AUDITU), u dvou respondentů se nepotvrdil (vzrůstají skóre v ESK a vysoký skóre v AUDITU) a výsledky dvou respondentů nepotvrdily, ale také ani nevyvrátily existenciální předpoklady (hraniční skóre v ESK i AUDITU). Domníváme se, že tato nejednoznačnost otevírá prostor dalším výzkumům, které by mohly např. na větším vzorku přinést zajímavá nová zjištění a dále zkoumat platnost a využitelnost existenciálního konceptu.

## **VI. Jaká je míra prožívání smysluplnosti v porovnání s ostatními lidmi**

Zajímavé bylo srovnání, zda se liší vlastní vnímání smysluplnosti v porovnání s ostatními lidmi oproti hodnocení této otázky podle existenciálně analytického konceptu. Všichni respondenti kromě pana Oldřicha a pana Karla, kteří toto nechtěli hodnotit, vnímali svůj život v porovnání s ostatními lidmi jako stejně smysluplný. Naproti tomu podle výsledků v Existenciální škále všichni respondenti – právě kromě pana Oldřicha a pana Karla – prožívají nižší míru smysluplnosti než ostatní lidé.

Původně jsme nečekali, že bude mezi těmito dvěma pohledy takový velký rozdíl. Zaujal nás názor pana Oldřicha a pana Karla, že se těžko mohou srovnávat s lidmi, které neznají. Tento názor zastáváme také. Prožitek vlastní smysluplnosti je podle našeho názoru natolik individuální, niterný, že je obtížné je mezi sebou srovnávat a zároveň s jistotou obecně říkat, že někdo prožívá svůj život jako méně smysluplný, protože získal méně bodů v jedné diagnostické metodě, anebo proto, že jej někdo zahlédl smutně sedět s „lahváčem“ před nádražím. Jakékoliv srovnání je tak podle nás relativní a má omezenou vypovídající hodnotu. Dva lidé mohou prožívat stejnou situaci (např. existenciální frustraci nebo závislost na alkoholu), přesto ji každý nemusí stejně hodnotit.

## VII. Jak by se daly výsledky výzkumu využít v psychoterapii

Podle našeho názoru není možné dopředu říci, že člověk závislý na alkoholu automaticky trpí nedostatkem hodnot, vnitřní prázdnotou, bezcílností a sníženým pocitem smysluplnosti. Pokud se rozhodneme s těmito existenciálními předpoklady psychoterapeuticky pracovat, domnívám se, že je užitečné vzít je pouze jako předpoklad a spolu s klientem hledat, jak on sám prožívá v životě např. rovinu svobody, odpovědnosti, sebeodstupu, sebezpřesahu v kontextu zvýšené konzumace alkoholu. Dále se můžeme např. klienta ptát, jaké hodnoty jsou pro něj důležité, do jaké míry se mu je daří v životě naplňovat nebo zda se v jeho životě vyskytují pocity prázdnoty a nenaplněnosti a jak případně souvisí s konzumací alkoholu. V neposlední řadě můžeme také s klienty hledat možnosti rozšiřování jejich hodnot, aby mohli častěji zažívat prožitek naplnění a pocity, že jejich život má i přes všechny útrapy a problémy smysl.

Domníváme se, že shora uvedené odpovědi na dílčí výzkumné otázky dávají do značné míry odpověď na hlavní výzkumnou otázku: **Jaký je vztah mezi konzumací alkoholu a prožíváním smysluplnosti?** Zjistili jsme, že všichni respondenti výzkumu vnímají bohatou šíři hodnot důležitých v jejich životě, jako např. různou podobu vztahů mezi lidmi, význam práce nebo pomoci ostatním

lidem. Celkově respondenti vnímají svůj život jako smysluplný a stejně naplňující v porovnání s ostatními lidmi. Na druhé straně všichni respondenti popisovali vnitřní prázdnotu a pocit bezsmysluplnosti v důsledku pro ně vysoké míry konzumace alkoholu. Dva respondenti k tomu uvedli, že malé množství alkoholu jim pomáhalo, aby byl jejich život smysluplnější.

Nejnáročnější na celém výzkumu pro nás byla v rámci přípravy dat pro analýzu fáze transkripce. Bylo pro nás velice náročné zachytit každé slovo z audio záznamu do textové podoby. Některým slovům jsme porozuměli až po opakovaném poslechu. S každým dalším poslechem se přepis zpřesňoval. Byli jsme překvapeni, že konečná podoba se příliš neshodovala s první verzí. Uvědomili jsme si, že často jsme si vytvářeli slova již pouze z prvních slabik, někdy i dokonce sousloví, které neodpovídaly původnímu znění.

Když jsme analyzovali získaná data, přemýšleli jsme dlouhou dobu, co bychom mohli pro příště udělat lépe a jakých případných chyb jsme se při výzkumu mohli dopustit. Další výzkum bychom se zřejmě pokusili uskutečnit na jiném místě, nikoli na vlastním pracovišti, aby se nekřížila role výzkumníka a zaměstnance zařízení. S odstupem času vnímáme tento aspekt jako hlavní nevýhodu výzkumu. Respondenti výzkumu byli tímto zcela jistě ovlivněni a někteří možná zaskočeni. Až v průběhu výzkumu jsme si uvědomili, že je pro nás náročné změnit kontext setkání. Znenadání jsme nevystupovali jako psychologové, ale jako výzkumníci, kteří sledují svoje vlastní cíle a nezabývají se tím, co respondent-pacient v daný okamžik sám nejvíce potřebuje.

Dále jsme si vědomi slabé stránky tohoto výzkumu, a sice, že vycházíme pouze z českých výzkumů a opomíjíme zahraniční zjištění výzkumníků. Bylo by zajímavé porovnat mezinárodní výzkumy s českými. Předpokládáme, že tento nedostatek napravíme v našem příštím příspěvku.

Bylo by jistě zajímavé pokusit se v případném dalším výzkumu najít odpovědi na některé otázky, které se tímto zkoumáním otevřely:

4. Co konkrétně respondenta přivedlo k tomu, že začal více pít?
5. Jak se na problémovém pití spolupodílely vztahy s nejbližšími lidmi v okolí?
6. Jak se respondentovi podařilo překonat v určitých chvílích chuť se zase napít?
7. Co konkrétně respondentovi alkohol dával i bral?

8. Jak se na stávající respondentově situaci podílí širší kultura, ve které žije?
9. Liší se prožívání smysluplnosti před začátkem a na konci léčby?
10. Liší se prožívání smysluplnosti u mužů a žen?

I přes výše uvedené nedostatky věříme, že realizovaný výzkum je přínosný zejména pro využití kvalitativních i kvantitativních metod, hlubší kvalitativní analýzu individuálního prožívání smysluplnosti respondentů a upozornění, že ne všechny zažité psychologické předpoklady musí platit u všech lidí v každé situaci.

### Závěr

Ve srovnání s uvedenými existenciálními předpoklady všichni respondenti výzkumu vnímali bohatou šíři hodnot důležitých v jejich životě, jako např. různou podobu vztahů mezi lidmi, význam práce nebo pomoci ostatním lidem. Celkově vnímali svůj život jako smysluplný a stejně naplňující v porovnání s ostatními lidmi. Jak je to možné? Domníváme se, že zde platí narativní předpoklad, že životu, resp. svému příběhu, může dát jeho autor vždy smysl. Začleňování prožité zkušenosti

do časových posloupností v podobě příběhů dodává lidem pocit kontinuity a smyslu v životě. Lidé se tak snaží získat soudržný popis sebe sama i okolního prostředí (Freedman, 2009). Vždy je tak možné vytvořit alternativní příběh, který více odpovídá prožité zkušenosti a je založen na vlastních preferovaných hodnotách. Toto potvrzuje i zjištění, že všichni respondenti si dokázali vzpomenout na smysluplné období ve svém životě a dokázali o něm vyprávět dlouhé příběhy. Na druhé straně všichni respondenti popisovali vnitřní prázdnotu a pocit bezsmyslnosti v důsledku pro ně vysoké míry konzumace alkoholu (existenciální předpoklad).

Ve výzkumu jsme se snažili najít odpověď na hlavní i dílčí výzkumné otázky pomocí analýzy polostrukturovaného rozhovoru s využitím numerické posuzovací škály a standardizovaných diagnostických metod Existenciální škály a Dotazníku závislosti AUDIT. V čem může být kombinace těchto metod sběru dat užitečná? Domníváme se, že diagnostické metody mohou poskytnout cenné informace o prožívání dotyčných respondentů. Zároveň je ovšem velice důležité nespoléhat se pouze na tyto výsledky. Máme za to, že pokud se již rozhodneme diagnostické metody používat, tak je důležité vzít jejich závěry jako hypotézy, které je ovšem nutno ověřovat v rozhovoru s dotyčným člověkem. Ani sebelepší metoda nedokáže dokonale zachytit jedinečnost prožívání konkrétního člověka, protože zkoumané jevy jsou redukovány a je na ně nahlíženo pouze z pohledu určitého konceptu. Proto je tak důležité vycházet především z toho, co konkrétní člověk říká a co cítí, a nedívat se na lidi pouze „optikou“ určité teorie. Myslíme si, že pokud člověk začne své předpoklady brát jako neotřesitelné pravdy, které platí za všech okolností a u všech lidí, může to způsobit daleko větší škody než užitek.

### Literatura

Babor, T., F, Higgins-Biddle, J. C., Saunders, J. B., & Monteiro, M. G. (2001). *AUDIT, The Alcohol Use Disorders Identification Test, Guidelines for Use in Primary Care*. Second Edition. World Health Organization [online], [cit. 2009-08-08]. Dostupný z WWW:

<[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67205/1/WHO\\_MSD\\_MSB\\_01.6a.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67205/1/WHO_MSD_MSB_01.6a.pdf)>.

Blatný, M., & Čermák, I. a kol. (2004). *Manuál Brněnského výzkumu celoživotního vývoje člověka. Zprávy – Psychologický ústav AV ČR*. Roč. 10, č. 4.

- Bolek, T. (2001). *Vývoj smysluplnosti života klientů v terapeutické komunitě pro drogově závislé*. Brno: Filozofická fakulta MU.
- Doležalová, P. (2006). Kvalita života drogově závislých v terapeutických komunitách. *Adiktologie*, 6, 1, 13-25.
- Frankl, V. E. (1990). Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie*, 34, č. 6.
- Freedman, J. a kol. (2009). *Narativní psychoterapie*. Praha: Portál.
- Halama, P., & Timuňák, L. (2004). *Zmeny zmyslu života v resocializácii drogově závislých z pohľadu klientov. Logoterapie. Človek při hľadání seba samého – logoteoretický přístup*. Zborník príspevkov z 2. vedeckej konferencie s medzinárodnou účasťou. Trnava, s. 137-147.
- Kavenská, V. (2007). *Existenciální kontext závislosti na alkoholu*. Olomouc: Filozofická fakulta UP.
- Kubáčková, E. (2007). *Možnosti využití principů logoterapie a existenciální analýzy při sociální a terapeutické práci s drogově závislými klienty Psychiatrické léčebny Kroměříž*. Brno, Filozofická fakulta MU.
- Längle, A. (1993). *Personale Existenzanalyse, in Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge*. Wien: GLE-Verlag.
- Längle, A. (1997). *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten*. Wien, Facultas Universitätsverlag.
- Längle, A. (2000). *Die existentielle Wirklichkeit. Ein existenzanalytisches Verständnis fundamentalen Bezogenseins. Fazekas T (Hg) Die Wirklichkeit der Psychotherapie. Beiträge zum Wirklichkeitsbegriff*. Klagenfurt: Kitab.
- Längle, A. (2001). *ESK – Existenciální škála*. Praha: Testcentrum.
- Längle, A. (2002). *Smysluplně žít: Aplikovaná existenciální analýza*. Brno: Cesta.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha, Grada.
- Pazderová, M. (2000). *Psychologické aspekty závislosti*. Olomouc: Filozofická fakulta UP.
- Samková, D. (2012). *Smysl života u závislých na alkoholu*. Olomouc: Filozofická fakulta UP.
- Slabý, M. (2007). *Smysl života a závislost na alkoholu v kontextu adiktologie v pojetí existenciální analýzy Alfrieda Längleho*. Brno: Fakulta sociálních studií MU.
- Slabý, M. (2009). *Systemický přístup a existenciální analýza v kontextu adiktologie*. Olomouc: Filozofická fakulta UP.
- Štěpánková, M. (1995). *Analýza smyslu života u pacientů závislých na alkoholu*. Brno: Filozofická fakulta MU.
- Tumpachová, N. N. (2005). Hodnocení smyslu života v průběhu psychoterapie osob závislých na návykových látkách. *Adiktologie*, 5(4), 504-515.

#### **O autorovi**

PhDr. Martin Slabý pracuje jako psycholog v Psychiatrické léčebně v Kroměříži na rehabilitačním otevřeném mužském oddělení a na oddělení pro léčbu neuróz. Profesionálně se věnuje využití expresivních technik při skupinové psychoterapii.

#### **Kontaktní údaje**

Psychiatrická léčebna v Kroměříži, Havlíčkova 1265, 767 40 Kroměříž  
E-mailová adresa: slaby@centrum.cz