

## **ABSTRAKT**

### **Název práce:**

Vliv Schultzova autogenního tréninku na změny bolesti a afektů u klientů s degenerativními změnami bederní páteře.

### **Title:**

The influence of Schulz's autogenous training upon changes of pain and affects in clients with degenerative changes of lumbar spine.

### **Cíl práce:**

Cílem práce je posoudit vliv Schultzova autogenního tréninku na změny bolesti a afektů u klientů s degenerativními změnami bederní páteře.

### **Metoda:**

Práce ověřuje předpoklad, že terapie metodou Schultzova autogenního tréninku povede k ústupu bolesti, strachu z bolesti, úzkosti, zlosti a deprese. Sledovali jsme dva muže s diagnózou onemocnění lumbálních a jiných meziobratlových plotének, kteří byli zařazeni do tříměsíční terapie metodou Schultzova autogenního tréninku, která probíhala dvakrát týdně individuálně. Na počátku a na konci výzkumu byl proveden rozhovor a orientační kineziologický rozbor. Dále byly aplikovány vizuální analogové škály VAS\_I, VAS\_U, VAS\_S a testy strachu z bolesti, úzkosti, zlosti a deprese. V průběhu studie byli klienti testováni vizuálními analogovými škálami vždy před začátkem a po skončení terapie metodou Schultzova autogenního tréninku a na konci každého měsíce testy strachu z bolesti, úzkosti, zlosti a deprese. Anamnestické údaje a průběžné hodnoty ukazatelů bolesti a afektů jsou prezentované v tabulkách a diagramech.

Analýza dat je převážně kvalitativní.

### **Výsledky:**

Vlivem terapie metodou Schultzova autogenního tréninku došlo u probanda A k ústupu generalizovaného pocitu nespecifického životního utrpení, dále k poklesu strachu z bolesti a poklesu stavu deprese.

Vlivem terapie metodou Schultzova autogenního tréninku došlo u probanda B k poklesu intenzity bolesti, k poklesu nepříjemnosti bolesti a k poklesu stavu úzkosti.

**Klíčová slova:**

chronická bolest, afekty, degenerativní změny, Schultzův autogenní trénink

**Key words:**

Chronic pain, affects, structural changes, Schultz's Autogenic Training