

## **Posudek rigorózní práce**

**Mgr. Ing. Eva Musílková**

### **Pohybové aktivity jako součást léčby dlouhodobých uživatelů návykových látek – série případových studií a ohniskové skupiny klientů terapeutické komunity**

Univerzita Karlova v Praze. Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha 2017.

Předložená rigorózní práce se zabývá velmi aktuální a společensky důležitou problematikou – problematikou návykových látek v populaci České republiky. Cílem bylo zdůraznit význam pohybových aktivit, které u závislých osob (pacientů) propagoval a zařazoval do režimu léčby již známý odborník na tuto oblast – doc. MUDr. Jaroslav Skála, CSc, dlouholetý vedoucí oddělení léčby závislostí (dnešní Klinika Adiktologie 1. LF UK) u tzv. „Apolináře.“

Autorka zdůrazňuje význam pohybových aktivit, které lze zahrnout do procesu celkové úzdravy (nacházení individuálních hranic a fyzických limitů, práce s vlastní motivací, interakční působení a vliv skupinové dynamiky na vlastní fyzické výkony se odvíjí od průběhu rekonvalescence klienta, tedy stabilizace jeho duševního i fyzického zdraví v čase abstinence) pacientů. Zdůrazňuje, že dlouhodobé užívání návykových látek má zásadní vliv na fyzickou zdatnost uživatelů a na ne zcela nekomplikované komorbidity psychického i somatického charakteru.

Autorka se zaměřila na poměrně náročnou oblast, kde se v sériích případových studií a jedné ohniskové skupiny věnovala významu pohybových aktivit pacientů. Data byla sbírána prostřednictvím polostrukturovaných interview. Součástí setkání s jednotlivými respondenty byla i tvorba situační křivky a komentář k ní.

Výzkumný soubor tvořilo 6 klientů. Autorka vycházela z předpokladu, že výsledný účinek pohybových a sportovních aktivit u uživatelů návykových látek může částečně substituovat neurobiochemický efekt užívání návykových látek a že fyzická aktivita do jisté míry může potlačovat craving a objektivně napomáhá zabraňovat relapsům v užívání návykových látek.

Rigorózní práce má rozsah 108 stran textu + přílohy (32 stran). V teoretické části (38 stran textu) se autorka zaměřila na vymezení sledované problematiky a na základní pojmy ve vztahu k sledované problematice (úvod do problematiky závislostí, obecné aspekty pohybové aktivity, pohyb jako psychosociální fenomén, pohybová terapie v léčbě duševních poruch, léčba v terapeutické komunitě). Teoretická část rigorózní práce je velmi pečlivě vypracovaná s odkazem a správnou citací na aktuální (domácí i zahraniční) literární zdroje (111 citací + 7 odkazů na internetové zdroje). Text je navíc doplněn o přehledné a srozumitelné grafy a obrázky. Cenné rovněž bylo, že autorka věnuje pozornost i tzv. duálním diagnózám (či komorbiditě), což u závislých jedinců na psychoaktivních látkách bývá poměrně častý jev.

V praktické (experimentální) části práce (70 stran textu) se autorka snažila zjistit a prokázat možnou souvislost mezi pohybovou terapií a tělesnou (fyzickou i psychickou) rekonvalescencí. Použitou metodou byl semistrukturovaný rozhovor a situační křivka. Experimentální část práce byla (se stejnou pečlivostí, podobně jako teoretická část) pečlivě zpracovaná, což ukazuje na hlubší odborné znalosti dané problematiky.

Záměrem rigorózní práce bylo popsat individuální případy proměn fyzického zdravotního stavu (kondice) u dlouhodobých uživatelů návykových látek léčených v terapeutické komunitě. Prostřednictvím šesti klientských příběhů (kazuistik) a ohniskové skupiny pacientů, autorka zkoumala proces fyzické i psychické rekonvalescence s odkazem na pohybové a sportovní aktivity probíhající v průběhu léčby. Kvalitativní výzkum vlivu psychomotorické terapie na proces zotavování po dlouhodobém užívání návykových látek může mít ambici nalézání efektivnějších a účinnějších způsobů terapie pohybem i s ohledem na rozdílné spektrum fyzických možností jednotlivých členů komunity a využívání týmového ducha a skupinové dynamiky.

Pro dosažení cíle formulovala následné výzkumné otázky:

- 1) Jak ovlivňuje pohybová terapie v TK fyzickou a psychickou kondici?
- 2) Lze kvalitativně/semi-kvantitativně postihnout proces zlepšování zdravotní (psychické i fyzické) kondice v čase abstinence v TK?
- 3) Jakým způsobem ovlivňuje skupina jednotlivce při pohybové terapii?

Výzkumný soubor tvořilo 6 klientů terapeutické komunity, kteří započali léčbu v období října 2016 až dubna 2017 a kteří měli diagnostikovanou závislost na více návykových látkách. Všichni respondenti měli souběžnou psychiatrickou diagnózu (porucha osobnosti, reziduální toxická psychóza apod.).

Plánovaným záměrem bylo vytvořit časovou osu vývoje změn fyzického a psychického stavu v souvislosti s účastí klientů v pohybových a sportovních aktivitách komunity, vliv tělesné pohybové aktivity na klientovy projevy a prožitky cravingu a pokusit se zachytit vliv dynamiky a vlastností skupiny<sup>1</sup> na výkony respondentů a spokojenost s nimi.

Autorka si kladla přiměřené cíle práce a vytýčila si tři výzkumné otázky, na které se snažila nalézt odpovědi.

Výzkumný soubor tvořilo (jak již bylo uvedeno) 6 probandů (3 muži a 3 ženy) ve věkovém rozmezí 18-39 roků. Zajímavé (ne však překvapující) bylo zjištění, že z tohoto počtu byli i vrcholoví sportovci (reprezentantka v ploutvovém plavání a hokejista).

Autorka použila pro zjišťování dat semistrukturovaný rozhovor a situační křivku + anamnestická data jednotlivých klientů. Jednotliví klienti byli následně v rozboru případových studií vyhodnoceni v závěrečném souhrnu jednotlivých kazuistik.

Výsledky šetření autorka dokumentuje v deseti přehledných tabulkách. V kapitole Shrnutí výsledků podle výzkumných otázek (str. 87) a uvádí, že dopad pohybových aktivit na obecnou kondici je rozmanitý, ale že pohyb má celkově pozitivní vliv a význam.

---

Cenné jsou i poznatky vtahující se k genderovým rolím (str.88). Neopomenutí délky i četnost léčby (hospitalizací) je rovněž významné a autorka se v této kapitole se tomu dostatečně věnuje, podobně i relaxačním metodám. Vliv skupiny na jednotlivé členy může mít velký význam (nejen u pacientů se závislostí na návykových látkách).

V diskusi (5 stran) autorka konstatuje, že vycházela především z klinických metod (rozhovor a observace) a opakovaných stáží v terapeutických komunitách. Svoje zkušenosti a výsledky v této části práce srovnává s podobnými pracemi v zahraničí. Zdůrazňuje, že pacienti či klienti terapeutických komunit, resp. komunity, kde autorka svoje šetření realizovala, je dostatek pohybových aktivit, ale potíží je spíše ve vybavenosti a přístupu sportovišť. Také častá absence odborných terapeutů, může být velkým problémem. Pohybová aktivita je prováděna často bez dozoru sportovního terapeuta (profesionála vyškoleného v oblasti sportu a pohybových aktivit). Nesprávné provádění cviků na posilovacích strojích bez patřičného osvětlení provádění cviků může vést k poškození zdraví a působit spíše než pohybově – terapeuticky, zcela kontraproduktivně.

Rovněž důraz na skupinovou kohezi je významným socializačním a terapeutickým prvkem, včetně zodpovědnosti za vývěr a realizaci pohybových aktivit (str.95).

Menší počet respondentů o kterém se autorka v závěru své práce zmiňuje je diskutabilní, ale na druhou stranu, není v takto koncipovaném (kvalitativním) šetření kontraproduktivní. Cenné rovněž je, že autorka si je limitů práce vědoma a kriticky se k nim v závěru práce, vyjadřuje.

### **Hodnocení:**

Rigorózní práce se zabývá aktuálním tématem, které má pro kinantropologii, psychologii, adiktologii, psychiatrii a další příbuzné obory, značný význam. Autorka posuzované téma velmi pečlivě a kvalitně zpracovala s přehledem relevantní literatury a jasným formulováním cílů práce. Použité metody jsou výstižně popsány. Výsledky jsou zpracovány v sérii správně popsaných grafů, obrázků a tabulek. Pozitivně hodnotím rovněž i obsažený přehled aktuální a správně citované domácí a cizojazyčné literatury (111 + + 7 odkazů na internetové zdroje).

### **Otázky pro obhajobu:**

Jak může fyzická aktivita do jisté míry muže potlačovat craving ?

Uvádíte, že u klinicky depresivních pacientů se ukázal větší efekt u pacientů s většími obtížemi. V jaké intenzitě depresivního prožívání byste doporučila zařadit do programu pohybové aktivity?

Uvádíte, že souvislost mezi kognicí a pohybovými aktivitami má efektem na reakční dobu, paměť a logické myšlení. To je pravda. Věděla byste vysvětlit na který druh paměti (dlouhodobá, krátkodobá) má větší efekt a proč?

Uvádíte, že psychologické vyšetření u pacientů je zaměřené na osobnosti i výkonové schopnosti pacienta. Na jaké výkonové schopnosti a proč?

Uvádíte, že obecně platí, že nabídka sportovního vyžití a kinezioterapeutických programů je větší v terapeutických komunitách, než v léčebnách nemocničního typu. Z čeho tak usuzujete?

Uvádíte, že klienti mezi sebou v průběhu léčby poznávají individualitu každého člena a učí se jí respektovat a využívat poznání k prohlubování a větší efektivitě spolupráce. Jak se řeší případný konflikt?

Komorbidita (duální diagnóza) – co byste navrhovala v situaci depresivního pacienta se suicidálními tendencemi a závislostí na návykových látkách?

**Závěr:** Předložená rigorózní práce splňuje všechny náležitosti kladené na tento typ práce, včetně správně citované literatury. Proto doporučuji, aby po úspěšné obhajobě byl Mgr., Ing. Evě Musílkové, udělen titul PhDr.

Praha 28.12.2017

PhDr. PaedDr. Pavel Harsa, Ph.D