

DOI: <https://doi.org/10.54937/2026.9788056112410.101-107>

HODNOTOVÉ TRHLINY A MOSTY – HODNOTY JAKO KOMPAS KOMUNIKACE: PSYCHODYNAMICKÁ PRÁCE S HODNOTOVÝM PROSTOREM V RODINNÉM SYSTÉMU

VALUE FRACTURES AND BRIDGES – VALUES AS A COMPASS OF COMMUNICATION: PSYCHODYNAMIC WORK WITH VALUE SPACE IN THE FAMILY SYSTEM

OLGA KUČEROVÁ

University of Presov, Slovakia / Vodičkova 699/28, 110 00 Praha 1, Czech Republic
Email: kucera.olga@gmail.com
ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0005-6144-0362>

ABSTRAKT

Současný společenský kontext je charakterizován narůstající hodnotovou pluralitou, fragmentací a ztrátou sdílených jistot. Tyto procesy se promítají do individuální i skupinové psychodynamiky a zásadně ovlivňují kvalitu mezilidské komunikace. Příspěvek věnovaný hodnotovým trhlinám a mostům, hodnotám jako kompasu komunikace, prezentuje psychodynamický koučovací přístup, který je využíván k práci s pozitivními životními a spirituálními hodnotami, jako s prostředkem obnovy vnitřní integrity a harmonizace vztahových vazeb. Psychodynamická práce vychází z předpokladu, že komunikační dysfunkce, konflikty a odcizení mezi lidmi mají často původ v tzv. hodnotových trhlinách, tedy v nesouladu mezi osobními, interpersonálními a kulturně sdílenými hodnotami. Cílená reflexe těchto trhlin prostřednictvím řízeného dialogu, symbolické práce a psychodynamických technik umožňuje účastníkům uvědomit si vlastní hodnotové struktury, transformovat vnitřní napětí a obnovit schopnost empatie a porozumění. V teoretické rovině příspěvek vychází z psychodynamických konceptů vztahové vazby. V příspěvku je uvedena odpovídající psychodynamická podpora vztahů. Cílem příspěvku je ukázat, že vědomá práce s hodnotami může fungovat jako integrující prvek v komunikaci a také nástroj obnovy vzájemné důvěry. Hodnoty zde nejsou pojímány jako normativní systém, ale jako dynamický kompas, který umožňuje orientaci v mezilidských vztazích a přispívá k jejich uzdravování.

Klíčová slova: klient, psychodynamická skupinová práce, mezilidské vztahy, hodnoty, komunikace

ABSTRACT

The contemporary social context is marked by increasing value pluralism, fragmentation, and the loss of shared certainties. These processes are reflected in individual and group psychodynamics and profoundly affect the quality of interpersonal communication. The paper devoted to value fissures and bridges, values as a compass for communication presents a psychodynamic therapy that employs work with positive life and spiritual values as a means of restoring inner integrity and harmonizing relational bonds. The psychodynamic therapy rests on the premise that communication dysfunctions, conflicts, and

alienation often originate in so-called value fissures, misalignments between personal, interpersonal, and culturally shared values. Targeted reflection on these fissures through guided dialogue, symbolic work, and psychodynamic techniques enables participants to become aware of their own value structures, transform inner tensions, and renew their capacity for empathy and understanding. On a theoretical level, the contribution is based on psychodynamic concepts of relational attachment. The contribution presents the corresponding psychodynamic therapy. The aim of the contribution is to show that conscious work with values can function as an integrating element in communication and also a tool for restoring mutual trust. Values are not conceived here as a normative system, but as a dynamic compass that allows orientation in interpersonal relationships and contributes to their healing.

Keywords: *client, psychodynamic group therapy, interpersonal relationships, values, communication*

ÚVOD

Současná doba prináša do mezilidskej komunikácie zvýšenú mieru nejistoty, zrýchlenie a hodnotové neukotvenosti. Spoločnosť, rodiny i jednotlivci sa ocitajú v priestore, kde tradičné jistoty strácajú svoju stabilitu a kde sú vzťahy stále častejšie formované skôr výkonom a očakávaním než hlbokou zručnosťou vzájomnosti. V tomto kontexte sa otvára otázka: Aké hodnoty dnes skutočne riadia našu komunikáciu a ktoré v nej chýbajú? Príspevok predstavuje psychodynamický prístup, ktorý sa zameriava na hodnoty ako vedomo deklarované postoje či morálne normy v mezilidskej komunikácii. Vychádza z predpokladu, že hodnoty nie sú len vedomé postoje či morálne kategórie, ale predovšetkým vzťahové energie uložené v podvedomí, formované životnými zručnosťami a interpersonálnymi vzorci. Tam, kde v systéme určité hodnoty chýbajú alebo sú dlhodobé potlačované, vznikajú tzv. hodnotové trhliny, teda miesta napätia, neporozumenia a emocionálneho odčinenia.

Cieľom príspevku je ukázať, ako sa pomocou psychodynamických techník práce s hodnotovým priestorom tieto trhliny identifikujú, spracovávajú a transformujú. Predstavený prípad rodiny s jedným dieťaťom slúži ako modelový príklad, na ktorom je demonštrované, ako sa prostredníctvom vizualizačnej práce s pozitívnymi hodnotami obnoviť vnútornú rovnováhu, posilniť komunikáciu a vytvoriť nové vzťahové vzorce. Zvláštnu pozornosť je venovaná tomu, ako sa zmena hodnotového priestoru dospelých prenáša na dieťa a ovplyvňuje jeho správanie, učenie, sociálnu interakciu i rozvoj emocionálnej inteligencie.

TEORETICKÁ VÝCHODISKA

Psychodynamický prístup chápe človeka ako bytosť formovanú nevedomými procesmi, v ktorých sa prepojuje minulosť, prítomnosť i vzťahová zručnosť. Hodnoty nie sú len kognitívnymi konštrukciami, ale súčasťou emocionálno-pamätového systému osobnosti. Každá hodnota je spojená s určitým vzťahom, ktorý ju vytváral, teda s pocitom bezpečia, prijatia, uznania či odmietnutia.

Hodnotový priestor je možné chápať ako vnútornú pamäť človeka, v ktorej sú uložené základné životné princípy: dôvera, rešpekt, radosť, zodpovednosť, sloboda, láska. Ak sú niektoré z nich dlhodobé oslabované, vznikajú „hodnotové trhliny“, ktoré narušujú rovnováhu medzi emocionálnymi a racionálnymi zložkami osobnosti. Tieto trhliny sa prejavujú v komunikácii formou obranných reakcií, nedôvery či snahy o kontrolu. Psychodynamická práca s hodnotami sa tak pohybuje na hranici psychológie, spirituality a vzťahovej etiky. Opiera sa o koncepty C. G. Junga, ktorý Jung popisuje nevedomí ako „symbolický ekosystém“, kde sa hodnoty ukládajú v obrazoch a afektách. Transformácia prebieha, keď sa nevedomý obsah vtiera do vedomia skrz imagináciu a symbol [1]. D. Winnicott ukazuje, že „držiaci prostredie“ (holding) vytvára prechodový priestor, kde sa rodí tvorivosť, symbolická hra a schopnosť vzťahu. Hodnoty nie sú len pravidlá, ale „žité kvality“ vznikajúce v poli bezpečia (potenciálny priestor pre tvorivosť) [2] a V. E. Frankla, ktorý ukazuje, že ľudská „vôľa ke smyslu“ je ústrednou motivačnou silou a hodnoty sa aktivujú práve, keď je človek existenciálne oslovený úkolem či vzťahom. Konflikty v rodine vyhasínajú, keď sa komunikácia opiera o zmysel a osobnú zodpovednosť (hodnotové zakotvenie, nie mocenské prosadenie) [3]. Základnou predpokladom je, že **vedomá práca s hodnotami môže aktivovať integračný proces**, ktorý vedie k uzdraveniu vzťahov i osobnému rastu [4]. E. Fromm rozlišuje orientáciu „mít“ a „byť“: vzťahy založené na kontrole, súťaži a výkone devastujú ľudskú blízkosť, zatiaľ čo hodnoty bytia (láska, starosť, rešpekt, zodpovednosť) obnovujú osobnú i spoločenskú integritu [5].

HODNOTY JAKO DYNAMICKÉ VZTAHOVÉ STRUKTURY

Hodnoty zde nechápeme jako čistě kognitivní normy, ale jako emočně ukotvené orientační síly. Vznikají spojením zkušeností, vztahů a významů; ukládají se do implicitní paměti a řídí vnímání, afekt i akci [6]. M. Nakonečný systematicky propojuje motivaci, hodnoty a strukturu osobnosti. Hodnoty jsou chápány jako stabilizační prvky se silným emočním nábojem, které řídí volbu cílů a chování. V rodině se přenáší interakčně, implicitně přes tzv. vztahový tón [7].

Psychodynamické pozadí je možné představit jako:

- Nevědomí a symbol (Jung): transformace probíhá, když je nevědomý obsah symbolicky prožít a integrován do vědomí.
- Přečlovkový prostor (Winnicott): bezpečné „mezi-místo“ pro hru a tvořivost, kde lze přepsat rigidní vzorce.
- Smysl a hodnota (Frankl): hodnota je zdroj orientace; aktivuje se skrze setkání s úkolem/odpovědností.
- Modus, být versus mít (Fromm): vztahy založené na bytí (péče, respekt) zvyšují integritu systému.
- Osobnost a motivace (Nakonečný): hodnoty jako emočně zbarvené stabilizátory volby a chování.
- Opravná emoční zkušenost (Kratochvíl): změna vzorců skrze novou, bezpečnou relaci.

HODNOTOVÉ TRHLINY A MÍSTA

Hodnotová trhlina je místo v systému, kde chybí prožitek klíčové hodnoty; projevuje se kontrolováním, soutěžením, úzkostí, aj.

Hodnotové místo je vědomě uložený prožitek hodnoty (např. důvěra), který stabilizuje komunikaci a činí ji pozitivně přínosnou. Systemické pojetí koučinku zdůrazňuje vztahový kontext, cirkulární kauzalitu; význam komunikačních vzorců je chápán jako jev vznikající v interakci mezi členy systému [8].

METODOLOGIE A PRINCIPY TECHNIKY

Metoda práce s hodnotovým prostorem zahrnuje čtyři představené navazující fáze:

1. **Diagnostická fáze** – identifikace negativních hodnot, které v systému působí destruktivně. Klient formuluje pět hodnot nebo postojů, jež vnímá jako zdroj konfliktu.
2. **Fáze pozitivního kontrapunktu** – klient se zaměřuje na představu, jaké hodnoty by se objevily, kdyby konflikt byl vyřešen. Dochází k formulaci nových, pozitivních principů.
3. **Vizualizační integrace** – klient každé pozitivní hodnotě přiřazuje tři smyslové modalities (barvu, zvuk, tělesný pocit) a vkládá je do mentálního obrazu konfliktu. Tento krok umožňuje přepis nevědomých vzorců.
4. **Reflexe a ukotvení** – integrace získaného prožitku do reálného života prostřednictvím vědomého rozhodování, změny komunikace a vytváření nových rituálů v rodině

Metoda je facilitována koučem, který dbá na bezpečí, neverbální signály a tempo procesu. Klíčové je, že hodnoty nejsou vkládány zvenčí, ale **jsou rozpoznávány jako latentní kvality v podvědomí klienta**, připravené k obnově.

CÍL A PRINCIPY

Cílem je zvědomit a re-aktivovat chybějící hodnoty v podvědomém prostoru klienta/rodiny. Principy: (a) bezpečí a autonomie, (b) smyslová konkretizace (barva – zvuk – dotek), (c) symbolická práce s obrazem konfliktu, (d) přenos do chování, (e) minimální impozice (kouč hodnoty „nevnucuje“, klient je objevuje).

POSTUP (4 FÁZE)

F1 Diagnostika trhlín: klient pojmenuje 5 destruktivních hodnot (stínové kvality), zkoumá jejich původ a tělesný prožitek (kde v těle je cítí).

F2 Pozitivní kontrapunkt: otázka „Co by se objevilo, kdyby byl konflikt vyřešen?“ vyvolá spontánní **pozitivní hodnoty**.

F3 Vizualizační integrace: každá hodnota dostane **barvu, zvuk, dotek/pohyb**; klient je **vkládá do obrazu konfliktu**, sleduje změny v těle a vztahové scéně.

F4 Ukotvení a plán: převod do základních návyků (jazyk, rituály, rozhodování), měření (škály, krátké behaviorální indikátory, aj.) [9].

ETIKA A KONTRAINDIKACE

Těmito entitami rozumíme:

- Etika: informovaný souhlas, právo zastavit sezení, spisovný jazyk ve formě pozitivního vyjadřování, neimprovizovat.
- Kontraindikace: akutní krize, těžká deprese/psychóza (nutná léčba), nespolehlivé hranice bezpečí v páru (nejprve stabilizace).

Kazuistika: ukázka psychodynamické rodinné intervence ve vztazích psychodynamickým koučem – rodina Novotných

Rodina Novotných je složena s Marka (40 let), projektový manažer, jeho manželky Bány (38 let), dětská psycholožka, a jejich osmileté dcery Klárky, jež představuje běžný rodinný systém střední třídy. Konflikt vznikl při rozhodování, jakým způsobem by se měla dcera učit na hudební nástroj. Z malé neshody se postupně stalo napětí, které ovlivňovalo atmosféru celé rodiny.

Fáze identifikace negativních hodnot

Na prvním sezení Bára pod vedením kouče pojmenovala pět hodnot, které v situaci působí destruktivně: **perfekcionismus, kontrola, soutěživost, strach z odmítnutí a ztráta důvěry**. Kouč vysvětlil, že tyto hodnoty nejsou „špatné“, ale že se z nich vytratila původní vitalita. Staly se ztuhlými vzorci chování, které kdysi měly chránit, ale nyní brání růstu.

Fáze pozitivního kontrapunktu

V dalším rozhovoru byla klientka vedena k tomu, aby si představila, jak by vypadala situace, kdyby konflikt byl uzdraven. Spontánně se objevily hodnoty **respekt, důvěra, radost, pokora a láska**. Každá z nich představovala transformovanou podobu původního stínu (např. respekt místo kontroly, důvěra místo strachu).

Fáze vizualizační integrace

V řízené imaginaci byla Bára vyzvána, aby každé hodnotě přiřadila tři smyslové modalitty:

- **Důvěra** – barva zlatá, zvuk klidného dýchání, dotek hedvábí.
- **Respekt** – barva modrá, zvuk ticha mezi slovy, dotek hladkého kamene.
- **Radost** – barva žlutá, zvuk smíchu dítěte, dotek lehkého vánku.

Tyto kvality postupně vkládala do mentálního obrazu místnosti, kde se dříve hádali. S každým obrazem se atmosféra měnila – napětí se rozplývalo, objevoval se klid, úsměv a pocit spojení. Tímto procesem došlo k přepisu emoční paměti situace: konflikt byl v podvědomí nahrazen zkušeností spolupráce.

Fáze reflexe a ukotvení

V závěrečném rozhovoru Bára popsala, že se změnilo její tělesné vnímání, a to místo sevření cítila lehkost. V dalších dnech zaznamenala, že dokáže s Markem mluvit klidněji, méně reaguje obranou a více naslouchá. Marek reagoval podobně: jeho potřeba mít pravdu ustoupila, objevil se zájem o společné řešení. Dcera Klárka spontánně začala znovu hrát na harmoniku, kterou dříve odložila. Učitelka si všimla její větší uvolněnosti a radosti z hudby.

REFLEXE A PŘENOS DO ŠIRŠÍCH KONTEXTŮ

Vliv na dítě

Změna hodnotového prostoru rodičů se promítla do výchovného stylu i emoční atmosféry rodiny. Dítě reagovalo zvýšenou otevřeností, sebestjistotou a zvědavostí. Začalo se projevovat s menším strachem z hodnocení a lépe spolupracovalo v kolektivu. Z psychodynamického hlediska lze říci, že došlo k přepisování implicitní paměti a dítě už nereagovalo na latentní napětí mezi rodiči, ale na jejich nově vytvořenou důvěru a respekt.

Vliv na sociální prostředí

V pracovních i přátelských vztazích Bára popisovala větší schopnost udržet klid a autenticitu i v konfliktních situacích. Proměna hodnotové dynamiky se tak přirozeně přenášela do dalších vrstev sociálního života. Psychodynamická práce s hodnotami tedy nepůsobí jen intrapsychicky, ale má systémový dopad, tedy mění kvalitu komunikace napříč prostředím, protože **změna vnitřního postoje mění způsob, jakým člověk vnímá i vysílá informace** [10].

Vnitřní proměna jednotlivých členů

U Báry se projevila vyšší míra sebereflexe, trpělivosti a empatie. Marek si uvědomil, že výkon nemusí být jediným měřítkem hodnoty, a začal se více zajímat o vnitřní spokojenost rodiny. Klárka si z nového prostředí odnáší zkušenost, že konflikt může být bezpečný, že láska trvá i v různorodosti. Tyto proměny společně vytvářejí **nový vztahový tón**, který se stává základem dlouhodobé stability rodiny [11].

Limity, rizika a jak s nimi pracovat

- **Rychlý „wow efekt“ bez ukotvení:** riziko vyprchání – nutný plán získávání postupných návyků a follow-up.
- **Impozice hodnot:** kouč nenavrhuje „správné“ hodnoty; pracuje s tím, co klient sám objeví.
- **Záměna vizualizace za realitu:** vizualizace je katalyzátor, ne cílový stav – nutný behaviorální transfer.
- **Nerovnováha moci v páru:** u výrazné asymetrie je nejprve nutná práce na hranicích (bezpečí).
- **Kontraindikace:** akutní trauma bez stabilizace; těžká deprese; aktivní závislost vyžadují specializovanou péči.

Etický rámec pro práci s hodnotami

- **Autonomie a informovaný souhlas:** klient rozhoduje o hloubce i tempu.
- **Bezpečí:** jasné hranice, s možností „stop“.
- **Důstojnost a jazyk:** problém je signál, ne identita.
- **Citlivost ke spiritualitě:** spirituální hodnoty (pokora, láska, naděje, aj.) mohou být přítomné; kouč je respektuje, nevnučuje.
- **Diskrétnost:** práce s rodinou vyžaduje domluvu, co se sdílí a co zůstává uvnitř systému.

Implikace pro sociální práci, vzdělávání a koučink

- **Sociální práce:** metoda je krátká, srozumitelná, dobře přenositelná do case-work (diagnostika → malé intervence → evaluace).
- **Školství:** hodnotová práce jako součást třídnických hodin; rozvoj emoční gramotnosti skrze smyslové modalizace (barva, zvuk, pohyb, aj.).
- **Koučink:** využitelné v rodičovském, párovém i týmovém koučinku; hodnotové rituály jako součást společenské kultury v různých oblastech či v případové konferenci.
- **Organizace:** z hodnotových trhlín (nedůvěra, izolace) lze tvořit hodnotová místa (psychologická bezpečnost, respekt, spolupráce).

S. Kratochvíl přehledně mapuje psychodynamické směry a ukazuje, že jádrem změny je práce se vztahem, přenosem a opravnou emoční zkušeností. Rodinné a párové intervence cílí na skryté normy a hodnoty, které strukturovaly komunikaci [12].

METODICKÁ DOPORUČENÍ PRO PRAKTICKÁ VYUŽITÍ

Koučovací techniku práce s hodnotovým prostorem lze shrnout do několika klíčových principů:

1. **Podvědomí jako prostor hodnot** – hodnoty existují ve formě emočních stop; kouč pomáhá klientovi je rozpoznat.
2. **Smyslová konkretizace** – barva, zvuk a dotek aktivují různé vrstvy mozku, čímž posilují integraci zážitku.
3. **Symbolická transformace** – vizualizace umožňuje přepis původního konfliktu do nového prožitku bezpečí.
4. **Systémový přenos** – změna jednoho člena ovlivňuje celý rodinný systém.
5. **Etický rámec** – proces probíhá s respektem k autonomii klienta a s vědomím, že hodnoty nejsou vnucovány, ale objevovány.

Psychodynamické techniky řešení konfliktů ve vztazích jsou využitelné nejen v koučovací praxi, ale i v pedagogice, v sociální práci, dalších pomáhajících profesích, nezdravotních profesích pečujících o duševní a emocionální zdraví a každé organizační kultuře, tedy všude tam, kde je třeba obnovit **komunikační rovnováhu a vnitřní integritu**, jak u jednotlivce, v komunitě, tak i ve společnosti.

ZÁVĚR

Psychodynamická práce s hodnotovým prostorem ukazuje, že proměna komunikace nezačíná v jazyku, ale v podvědomí. Teprve tehdy, když si jednatelce dovolí nahlédnout do svých vztahových vzorců a odhalit chybějící či deformované hodnoty, může dojít ke skutečné změně dynamiky vztahů. Proces, který začíná introspekci jednoho člena rodiny, se postupně přenáší do celého systému skrze emocionální rezonanci, nové formy projevu, tělesné uvolnění i jemné změny tónu komunikace. Obnova tří základních hodnot, tedy důvěry, respektu a radosti, dokáže proměnit atmosféru rodiny z prostoru kontroly a soutěživosti na prostor bezpečí a spolupráce. Tyto hodnoty se následně stávají vzorovým kódem chování v procesu socializace dítěte, které se přirozeně učí, že konflikt není hrozbou, ale příležitostí k růstu a vzájemnému porozumění.

Z širší perspektivy tato technika potvrzuje, že práce s hodnotami přesahuje hranice individuálního vnímání a zkušeností a dotýká se i etiky komunikace, vzdělávání a kultivace společenských vztahů. Tam, kde vznikla hodnotová trhlina, může skrze vědomou práci, prožitek a symbolickou imaginaci vzniknout hodnotové místo, tedy prostor, kde se setkává lidská zkušenost s možností proměny. Psychodynamická technika práce s hodnotami tak představuje most mezi psychologii, spiritualitou a každodenní praxí života, tedy cestu, jak znovu oživit lidskost v komunikaci a zprostředkovat ji dalším generacím.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] JUNG, Carl, Gustav. (2017). *Člověk a jeho symboly*. – Praha: Portál, ISBN 978-80-262-1259-1, 344 s.
- [2] WINNICOTT, Donald, Woods. (2005). *Hra a realita*. – Praha: Portál, ISBN 978-80-262-1307-9 230 s.
- [3] FRANKL, Viktor, Emil. (2019). *Vůle ke smyslu: vybrané přednášky o logoterapii*. – Praha: Portál, ISBN 978-80-85139-29-2, 230 s.
- [4] VYBÍRAL, Zbyněk, ROUBAL, Jan (eds.). (2010). *Současná psychoterapie*. – Praha: Portál, ISBN 978-80-7367-682-7, 744 s.
- [5] FROMM, Erich. (2016). *Mít, nebo být?* – Praha: Naše vojsko, ISBN 978-80-262-1646-9, 312 s.
- [6] FREDERICKSON, John. (2020). *Psychodynamická psychoterapie*. – Praha: Triton, ISBN 978-80-7254-414-1, 296 s.
- [7] NAKONEČNÝ, Milan. (2009). *Psychologie osobnosti*. – Praha: Academia, ISBN 978-80-7553-886-4, 327 s.

- [8] SÝKOROVÁ, Eliška. (2025). *Techniky systemické psychoterapie*. – Terapie.cz [Online]. Dostupné z: <https://www.terapie.cz/blog/techniky-systemicke-psychoterapie>, [cit. 28. 1. 2026].
- [9] O'HARA, Denis, SCHIRMER, Jim, ELLWOOD, Michael, WITTEVEEN, Kate. (2025). *The Practice of Counselling and Psychotherapy*. [Online]. – Brisbane: The University of Queensland, eISBN: 978-1-74272-406-5. <https://doi.org/10.14264/109db44>, 199 pp. [Cit. 2026-01-28].
- [10] VARGHESE, Mathew, KIRPEKAR, Vivek, LOGANATHAN, Santosh. (2020). Family Interventions: Basic Principles and Techniques. [Online]. *Indian Journal of Psychiatry*, 62 (Suppl 2), pp. S192-S200. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7001353/> https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_770_19, [Cit. 2026-01-28].
- [11] MINFUL GUIDES THERAPY CENTER. (2025). *How Psychodynamic Therapy Explores Family Dynamics and Their Lasting Impact*. [Online]. Available from: <https://www.sandiegotherapy.com/psychodynamic-therapy-family-dynamics-impact/>, [Cit. 2026-01-28].
- [12] KRATOCHVÍL, Stanislav. (2012). *Základy psychoterapie*. – Praha: Portál, ISBN 978-80-262-1227-0, 366 s.