



# Ženské skupiny

**PhDr. Iveta Jonášová, Ph.D**

**Mgr. Hana Brachová**

# Průzkum ♂: „Co si myslíte o strukturovaném programu ŽS?“



www.ipsycholog.info

- „Han party“ - nebo-li „slepičí tlachání“  
*Martin, 30l., filozofující psycholog, sdělení e-mailem*
- „Útok proti mužům, chcete je nabulíkovat proti nám.“  
*Josef, 38l., nezaměstnaný, restaurační zařízení Železná Sparta*
- „Čarodějnické seanse – iracionální nesmysly.“  
*Tomáš, 28l., IT expert, osobní sdělení*
- „Zbytečně vyhozené peníze a ještě to odvádí od rodiny.“  
*Jan, 45l., dělník v Blanických strojírnách; sdělení po jeho ženě*
- „Sjezd nespokojených hysterek.“  
*Petr, 48l., zaměstnaní neznámé, restaurační zařízení Hospoda na Břežance*
- „Nevím, co si mám o tom myslet.“  
*Petr, 59l., univerzitní profesor, osobní sdělení*



# ♀ vs. ♂ principy



www.ipsycholog.info

♂:

- Řešení
- Efektivita
- Výkon

♀:

- \* Povídání
- \* Sdílení

Ženské potřeby (S. Kratochvíl, 2000):

- POPO (posedět, popovídat)
- DUPO (duševní porozumění)
- VYPO (vycítit, co žena potřebuje)
- VYCE (vyjadřovat lásku celým svým životem)

*Proč vnímám ženskou skupinu jako důležitou?*



# Kavárna vs. ŽS



www.ippsycholog.info

- \* Bezpečí
- \* Možnost přemýšlet, uvědomit si a mluvit, o pro ženy důležitých věcech bez výsměchu a bagatelizace
- \* Podpora a sdílení
- \* Zkušený lektor posouvá, provází procesem

Výběr žen do ŽS:

(dynamická sk. vs. sdílečí sk.)

- ochránit sk., nebo podat adekvátní pomoc (pokud boříč sk.)
- objevení traumatické události (zpracování nebo retraumatizace)



# Různé formy a přístupy



Mgr. Barbara Ernest ([www.terraweb.cz](http://www.terraweb.cz))  
- gestalt přístup

PhDr. Yvonna Lucká ([yvoluk@gmail.com](mailto:yvoluk@gmail.com))  
- vývojové a antropologické hledisko

PhDr. Iveta Jonášová, Ph.D.; Mgr. Hana Brachová  
([www.ipsycholog.info](http://www.ipsycholog.info))  
- využívá dynamiku skupinu a NVB



# Kazuistiky



www.ipsycholog.info

- **Vlasta (46 l.):** pracuje jako lesnice, přivdala se ve 20l. Do rodičovského domu svého manžela, kde bydlí s tchýní, tchánem a nejmladším synem (9 l.).  
- v zimě zač. trpět depresí, nechtělo se jí ani vstát z postele
- **Lucie (26 l.):** VŠ vzdělaná, ekonomka. V rodině se kladl velký důraz na vzdělání dětí, úspěchy se považovaly za samozřejmost a za neúspěchy nadávky. Nejvyšší hodnota je svatba, největší prohřešek rozvod – netoleruje se.  
- v únoru se pokusila o sebevraždu kvůli partnerskému rozchodu
- **Iva (56 l.):** od 6l. podporovala matku, když ji opustil manžel, naučila se být silná a všechno zvládnout, vyřešit vše za své blízké. Pokračovala v tom dál, i když její dvě děti zač. užívat drogy, což bylo kontraproduktivní.  
- po 10 letech. nespavost, pocity strachu a úzkosti

**DOPORUČUJI ŽENSKOU SKUPINU!**





[www.ipsycholog.info](http://www.ipsycholog.info)

**Děkuji za pozornost**

[www.ipsycholog.info](http://www.ipsycholog.info)

