

VÝROČNÍ ZPRÁVA

za rok 2021 | Český institut biosyntézy, z. ú.

OBSAH

- 5 Slovo úvodem aneb rok 2021
- 7 Naše poslání
- 8 Naše aktivity v roce 2021
- 27 Další aktivity v průběhu roku 2021
- 28 Přehled hospodaření
- 30 Plán na rok 2022
- 31 Český institut biosyntézy v médiích
- 32 Vedení Českého institutu biosyntézy, z.ú.



SLOVO ÚVODEM ANEB ROK 2021

Milí přátelé,

rok 2021 byl pro nás všechny dalším rokem plným výzev. Fungovali jsme až do května kvůli pokračujícím pandemickým opatřením v online režimu, nicméně jsme se opět, i díky pohledu biosyntetické psychoterapie, snažili vzít si z náročné situace to nejlepší a hledat možné nové cesty.

Jak víme, krize nakonec vyprodukuje i dobré věci a v našem případě tak vznikla iniciativa zMůžeš víc. Ve spolupráci se Sociální klinikou a Centrem Locika jsme sestavili „šest bodů proti bezmoci“ z proticovidových opatření, které měly za cíl povzbudit a pomoci překlenout složitou dobu. Nejdůležitějším bodem byla výzva k tomu udělat něco pro druhé a zvýraznit přínos vzájemné pomoci.

Rok 2021 jsme pojali jako rok naděje. Doufali jsme, že opět naplno obnovíme osobní setkávání, která jsou nejen pro psychoterapeutickou komunitu a práci s klienty ta nejprínosnější.

Děkujeme vám za přízeň a přejeme vám, abyste neustávali v hledání těch nejlepších možných cest. K sobě, ostatním i ke světu.

Správní rada Českého institutu biosyntézy



NAŠE POSLÁNÍ

Posláním Českého institutu biosyntézy (ČIBu) je udržet kvalitu biosyntetické psychoterapie v ČR jako mezinárodně akreditované psychotherapeutické metody a rozvíjet její další možnosti. ČIB je jedním z pouhých dvou pracovišť v ČR s akreditací Evropské asociace pro psychoterapii, a to od roku 2014. Patří tak mezi Evropské certifikované psychotherapeutické vzdělávací instituty (EAPTI – European Accredited Psychotherapy Training Institute) s právem udělovat Evropský certifikát psychotherapeuta (ECP).

Hlavní činností ČIBu je organizace a garance komplexního psychotherapeutického výcviku v biosyntetické psychotherapii akreditovaného dle evropských standardů EAPTI a aplikace biosyntetické psychotherapie do vzdělávání odborníků i široké veřejnosti.

ČIB se dále věnuje:

- vzdělávání a supervizi terapeutů, práci s výcvikovými terapeuty,
- organizování vzdělávacích cyklů a workshopů pro odbornou i laickou veřejnost,
- projektům usilujícím o zapojení biosyntetické psychotherapie do dalších oblastí, jako jsou školství, sociální práce, zdravotnictví,
- shromažďování literatury a dalších studijních materiálů, překladům textů a publikací týkajících se biosyntetické psychotherapie a příbuzných metod a jejich vydávání,
- šíření povědomí o biosyntetické psychotherapii na odborných konferencích a seminářích, jeho členové pravidelně přednáší o metodě na významných oborových akcích,
- podpoře mezinárodní spolupráce na poli biosyntetické psychotherapie.

NAŠE AKTIVITY V ROCE 2021

TERAPEUTICKÝ VÝCVIK

- Výcviková skupina VIII (osmý běh výcviku) zahájila v lednu 2021.
- Výcviková skupina VII (sedmý běh výcviku) vstoupila do třetího ročníku první části výcviku.
- Výcviková skupina VI (šestý běh výcviku) ukončila druhou část výcviku.



PRAVIDELNÉ WORKSHOPY A VZDĚLÁVÁNÍ



I v roce 2021 tradičně proběhly dobře známé workshopy **Setkání s biosyntézou**¹, které jsou zařazeny do systému celoživotního vzdělávání klinických psychologů. Workshop probíhal i v Brně, kde máme partnerské centrum Therapies. Obsahem workshopu je základní seznámení s metodou biosyntetické psychoterapie, jejími teoretickými východisky a koncepty. Důraz je kladen na sebezkušenostní část, kde účastníci mají možnost prostřednictvím práce s tělem zažít tuto metodu v praxi. Workshop je určen širokému spektru účastníků, tedy nejen zájemcům z řad odborníků. Kurz má akreditaci AKP ČR.

Proběhl i workshop **Biosyntetická příprava**², jehož absolvování je, **stejně jako absolvování workshopu Setkání s biosyntézou, jednou z podmínek pro vstup do výcviku**. Cyklus tří navazujících setkání prohlubuje zkušenost účastníků se sebou samými a biosyntetickou psychoterapií. Kurz je určen všem, kteří se zajímají o psychosomatiku, tělovou psychoterapii a osobní rozvoj, pro ty, kdo chtějí lépe vnímat své pocity a tělo a uvést je do rovnováhy se svou myslí. Je důležitým prvním krokem pro všechny zájemce o psychoterapeutický výcvik v biosyntetické psychoterapii. Workshop je vhodný i pro úplné laiky, kteří se chtějí s metodou biosyntetické psychoterapie jen seznámit.

Byl realizován také dalších běh programu **Psychoterapeutické minimum**, který doplňuje bazální rámec pregraduálního vzdělání v teorii psychoterapie, psychopatologie a zásadních psychologických poznatků pro budoucí terapeuty, kteří nemají psychologické či lékařské vzdělání v souladu s požadavky EAP.

¹ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy - terapeuti, z. s.

² bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy - terapeuti, z. s.

WORKSHOPY A VZDĚLÁVACÍ CYKLY PROBĚHLÉ ONLINE

V období, kdy institut musel být uzavřen z důvodu nařízení vlády (vzhledem k pandemii covidu-19), se nám podařilo u níže uvedených workshopů a vzdělávacích cyklů pokračovat online formou.



Vzdělávací cyklus Biosyntéza pro pomáhající osoby a profese – ochutnávka 3

Požadavky, vyplývající z poslání pomáhajících osob a profesí, zahrnují vysokou míru angažovanosti, empatie, naslouchání a porozumění. Workshop pracoval s nahlédnutím a reflexí vlastních potřeb. Odhalil přínosy, pasti a důležité milníky typické v péči o druhé a přispěl k uvědomění toho, jak je důležité neustále pracovat na svém rozvoji.

Kurz má akreditaci MPSV.

Martina Chmelová
Svatava Drlíčková



Biosyntéza jako inspirace pro učitele

Jak může filozofie a přístup biosyntetické psychoterapie podpořit učitele v jejich práci? Jak může obohatit jejich péči o sebe i vztah k žákům? Jak prohlubovat kontakt s vnitřními i vnějšími zdroji? Jak využít potenciál vědomého kontaktu s tělem? Jak ze sebe dostávat stres? A jak dovnitř pouštět to dobré?

Tento workshop byl náhledem i malou přípravou pro vzdělávací cyklus Biosyntéza pro učitele a školní psychology (viz dále).

Martin Hofman

Workshop Tělo jako zdroj

Workshop určený pro ty, co chtějí hledat a posilovat sílu v sobě. Vlastní tělo je tím nejspolehlivějším zdrojem. Jak prohlubovat svou přítomnost v těle? Jak vnímat tělo jako zdroj informací pro své každodenní volby? Jak se cítit dobře ve svém těle? Jak ze sebe dostávat stres? A jak dovnitř pouštět to dobré?

Martin Hofman



Důvěra ve změnu – trauma v kontextu biosyntézy³

Workshop byl určen všem, kteří se chtějí více dozvědět o traumatu. Věnoval se otázkám, jak trauma rozeznat, jak vzniká, jak se projevuje, jaké kroky jsou na místě a kterým se vyhnout. Workshop nabídl podporu těm, kteří v různých pozicích pracují s dětmi i dospělými a občas se vyskytují v náročných situacích. Poskytl i pohled na to, jak se v těchto pozicích chránit a jak o sebe pečovat.

Kurz má akreditaci AKP ČR.

Barbora Janečková
Yvonna Lucká



³ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy – terapeuti, z. s.



Biosyntéza pro práci s dětmi II. – 3. setkání

Deprese, úzkosti, poruchy chování či vážnější psychické potíže zdaleka nejsou jen „výsadou“ dospělých, ale stále častěji se s nimi potýkají děti a dospívající. Zároveň jsou psychika a emoce mladého člověka natolik specifické, že vyžadují také specifický přístup v terapeutické práci. Speciální vzdělávací cyklus pro všechny odborníky, kteří se ve své terapeutické práci setkávají s dětmi a mladistvými, představil koncepty, jejichž osvojení dál pomáhá v každodenní praxi. Jejich zdrojem je biosyntetická psychoterapie jako mezinárodně certifikovaná psychoterapeutická metoda, která na člověka pohlíží jako na celek složený ze tří základních částí: těla, mysli a emocí.

Kurz byl rozdělen do tří třídních setkání, kde se postupně věnoval následujícím tématům:

- Life streams (životní proudy) – vytváření charakteru a osobnosti v mládí, rozpoznání charakteristik individuální osobnosti a práce s nimi
- Life fields – životní pole a vzorce chování
- Genealogický strom – důležitost rodinných kořenů a práce s nimi
- Meditace pro mladé – práce s meditací, vědomím těla a energetickými centry
- Vnitřní zakotvení – budování sebevědomí a kontaktu s vnitřními zdroji
- Základní psychopatologie v mládí: ADHD, deprese, panické ataky, krize identity
- Energetická nerovnováha v mládí – pulzace jako vyrovnávání dechových struktur a motorických polí
- Relaxace – seberegulace
- Základní emoce – kanály emočního vyjádření a upozornění na sebe sama
- Základní potřeby – od základních potřeb až po seberealizaci

Vzdělávací program má akreditaci MŠMT.

Martin Hofman

Biosyntéza jako inspirace pro terapeutickou práci s dospívajícími

Jak vás může filozofie a přístup biosyntetické psychoterapie podpořit jako terapeuta v práci s dospívajícími? Jaký je čas adolescence pohledem biosyntézy? Jak prohlubovat kontakt s vnitřními i vnějšími zdroji u sebe i klientů? Jak využít potenciál vědomého kontaktu s tělem? Jak ze sebe dostávat stres? A jak dovnitř pouštět to dobré? Workshop byl určený pro širokou veřejnost.

Martin Hofman



Párová terapie – práce se zdravou vazbou a zdravou sexualitou

Párová terapie v kontextu biosyntetické psychoterapie včetně sexuality. Spojení západní a východní moudrosti.

Témata základní části kurzu:

- Archetypy. Lásky a intimity
- Bondingové styly. Hranice, manželská dohoda, přechody
- Utváření sexuality
- Sexuální biografie
- Propojení klinické sexuologie, tantry a taoismu

Maria del Mar Cegarra Cervantes





Kotvy v těle (pro nejisté časy)

Dvoudenní workshop byl zaměřen na pozornost především k našemu tělu, k napětí, které v něm hromadíme. Pomocí dechu, doteku a pohybu jsme se pokoušeli toto napětí zmírnit a umožnit, abychom se ve svém těle cítili o něco lépe a aby nám pomohlo projít dobře nejen tímto časem, ale i přes překážky, se kterými se v každodenním životě setkáváme. Společně jsme objevovali, jak můžeme získat dobré ukotvení ve svém těle, pokud to právě potřebujeme.

Workshop čerpal z konceptu biosyntetické psychoterapie – psychoterapeutické metody, která pohlíží na člověka v jeho celistvosti a snaží se objevovat vzájemnou propojenost těla, mysli a emocí.

Pro koho byl kurz určen:

- Pro všechny, kteří si chtějí v dnešní době udržet nadhled a dobrou fyzickou i psychickou pohodu.
- Pro všechny bez rozdílu věku, kteří mají chuť se více dozvědět o svém těle a zvýšit svoji všímavost k němu.
- Pro všechny, kteří chtějí ochutnat něco málo z biosyntézy a jsou zvědaví, jak se dá pracovat s tělem online.

Veronika Sailerová

Epigenetika v psychosomatickém procesu nemoci – část 1

Epigenetika je moderní vědecký směr zabývající se studiem dědičných změn.

Každá nemoc je psychosomatická. Všechno, co se děje v naší mysli, odehrává se i v našem těle (soma). Tělo má biologickou inteligenci, která nám umožňuje převádět emoce a myšlenky do somatických projevů. Z těchto projevů se skutečně někdy stanou nemoci.

Podobně jako naše emoce a myšlenky mohou vyvolat onemocnění, mohou mu i předejít, ale také podpořit regeneraci a vyrovnanost těla. Epigenetika je jedním ze způsobů, jak vysvětlit některé z těchto jevů, které se v nás odehrávají.

Na tomto semináři se pozornost věnovala příčinám těchto psychosomatických procesů, abychom porozuměli vlivu našich rozhodnutí na naše zdraví a dokázali zachytit zprávy, které nám tělo posílá. Věnovali jsme se jak teorii, tak praktickým cvičením.

Třídenní workshop určený pro všechny, kteří se zajímají o psychosomatiku a moderní neurovědecké poznatky z epigenetiky a neurověd, se zabýval provázaností epigenetiky a psychosomatiky.

První část byla věnována zejména těmto oblastem:

- Psychosomatické procesy
- Vliv stresu a zánětu
- Vliv prostředí (vnější/ inter a vnitřní/ intra)
- Epigenetické procesy
- Metylace vs. mutace
- Transgenerační dědičnost?
- Buněčná membrána

Tatiana Neves





Psychosomatika v biosyntéze II. – téma tělové rezonance a typických vzorců držení těla⁴

Biosyntetická psychoterapie je integrativní psychoterapeutická metoda, která propojuje práci s emocemi, myslí, tělem s kvalitou individuální tvořivosti. Workshop se zaměřil na držení těla, které se v čase vytváří jako živá historie naplňování našich vývojových potřeb a případných deficitů. Rovněž se zabývá proměnami těla a jeho potřeb v kontextu běhu života. Během workshopu byl kladen důraz na individuální prožitkovou zkušenost a její ukotvení v teorii neurobiologie a zároveň aplikaci v praxi.

Pro koho byl kurz určen:

- pracovníkům ve zdravotnictví, lékařům, fyzioterapeutům, paliatrům
- psychologům, psychoterapeutům a příznivcům psychosomatiky

Kurz má akreditaci AKP ČR.

Alena Večeřová Procházková
Veronika Sailerová



Co je to biosyntéza⁵

Úvodní workshop byl určen pro ty, kteří metodu biosyntézy znají zatím jen z doslechu a rádi by ji potkali osobně. Jednoduché a srozumitelné představení základních pojmů a ochutnávka biosyntézy i prostřednictvím jednoduché a bezpečné práce s tělem – tělovými cvičeními.

Martin Hofman

Důvěra ve změnu – aspekty práce s vývojovým traumatem v dětství a dospělosti

Jaké jsou možnosti péče o děti zasažené traumatickou událostí a jak je důležitá prevence takových zkušeností?

Dalším tématem byla péče o dospělé klienty, kteří byli traumatizováni v dětském věku, nyní vyhledávají pomoc a jejichž terapie vyžaduje specifické formy kontraktu.

Tento workshop volně navázal na workshop Důvěra ve změnu – trauma v kontextu biosyntézy. Byl určen zájemcům, kteří pracují s klienty a potkávají se s touto problematikou.

Kurz má akreditaci AKP ČR.

Barbora Janečková
Yvonna Lucká



Zdravá sebedopora a sebeděče pro učitele v časech výzvy

Jak se sebou pracovat? Jak se z toho „nezbláznit“? Jak neztrácet dobrou mysl? Jak se podpořit a hledat vnitřní i vnější zdroje?

Workshop nabídl inspiraci a konkrétní tipy, jak vnímat své tělo jako zdroj: prohloubené vnímání těla, vědomé dýchání, uvolňování se, protahování a spontánní pohyb. Účastníci se seznámili s tradičními postupy i moderními aplikacemi zaměřenými na meditaci, relaxaci a koncentraci a jak je dobře využívat pro sebe.

Martin Hofman



⁴ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy – terapeuti, z. s.

⁵ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy – terapeuti, z. s.



Meditativní tanec⁶

Meditativní tanec je spontánní tanec a každý jej může pojmout dle svého. Umožňuje přeměnu vnitřních obrazů a pocitů do fyzického pohybu.

Biosyntetický meditatívni tanec je o naladění se na vnitřní impulzy, je to proces skládající se z krátké meditace, práce s tělem a z vlastního „tance“. Během tance se člověk může pohybovat v prostoru nebo může zůstat navenek v klidu a „tančit“ jen v představě. Meditativní tanec je způsob, jak nechat promluvit své emoce a tělové impulzy, uvolnit bloky a nechat odejít to, co už nám neslouží.

Barbora Janečková
Martin Hofman



Biosyntéza pro práci s dětmi II.

Dokončení zbývajících dvou dnů vzdělávacího cyklu v offline režimu.

Tatiana Neves

Krizová intervence pro praxi Brno – 1.–3. setkání⁷

Jak se na náročné životní situace můžeme podívat skrz integrativní psychoterapeutický směr biosyntetické psychoterapie? Co můžeme pro klienty a pro sebe udělat v krizovém období? Projevují se krize v životě muže a ženy stejně? Kurz byl určen všem, kteří se setkávají s klienty v těžkých životních situacích. Například zdravotníci, psychologové, fyzioterapeuté, porodní asistentky, učitelé zejména na speciálních školách, pracovníci v sociálních službách apod. Dále všem, co se zajímají o psychosomatiku, tělovou psychoterapii a osobní rozvoj.

- akreditace ČLK celoživotního vzdělávání lékařů s ohodnocením 42 kredity
- akreditace AKP ČR v rámci systému celoživotního vzdělávání klinických psychologů s ohodnocením 25 kredity
- akreditace MPSV v rámci systému dalšího profesního vzdělávání sociálních pracovníků

Tereza Kimplová
Marta Beníčková



⁶ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy - terapeuti, z. s.

⁷ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy - terapeuti, z. s.



Life Fields II. – Cesta k sobě – 1. a 2. setkání

Komplexní sebezážitekový cyklus Life Fields – Cesta k sobě je určen všem bez ohledu na věk a profesi, kteří chtějí najít efektivnější cestu ke zvládnutí každodenních výzev, hledají bezpečný prostor pro nalezení vnitřní rovnováhy a sebe sama. Celý cyklus klade důraz na vlastní zkušenost člověka tak, aby získané poznatky mohl použít ve svém každodenním životě. Výhodou je kontinuální seberozvoj, stabilní komunita podobně smýšlejících lidí a zejména bezpečný prostor pro sebe sama a své potřeby.

Cyklus čerpá z biosyntetické psychoterapie – certifikované psychoterapeutické metody v somatické psychoterapii.

Pro koho je cyklus určen:

- pro každého bez omezení věku a profesního zaměření, kdo na sobě touží pracovat, více se poznat a posunout se dál
- pro každého, kdo na sobě pozoruje příznaky soustavného tlaku či vyhoření, potřebuje novou motivaci a inspiraci
- pro každého, komu záleží na jeho dobré psychické i fyzické kondici
- pro každého, kdo se chce seznámit s biosyntetickou psychoterapií

Témata setkání:

Objevování možností osvobozením pohybů

Jeden z nejdůležitějších základů biosyntetické psychoterapie je vyjádřen větou: dokud klient dýchá, je naděje. Dech je naší vnitřní osou, tím, o co se můžeme ve složitých i radostných chvílích opřít, a to, co nám může pomoci uvolnit náš tělesný, potažmo mentální projev. Jak moc jsme si ho vědomi? Umíme s dechem pracovat? Naučíme se, jak být s touto naší důležitou součástí sebe sama v kontaktu a naplno ji využít.

Cesta k vnitřní rovnováze a kreativité

Uvědomujeme si, že do tělové paměti se nám ukládá vše, co jsme zažili, včetně emočních prožitků? Pokud se s touto pamětí těla neumíme propojit, pohybujeme se mimo vnitřní rytmus. Tento nesoulad nám nikdy neumožní rozvinout naplno náš potenciál. Naučme se, jak se propojit s moudrostí našeho těla a vyjádříme naplno svou hravost, zvědavost a tvořivost.

Rozvíjení vnitřní i vnější síly skrze hranice

Osobní síla a schopnost být s ní v kontaktu je jedním z důležitých aspektů duševního zdraví. Schopnost dát své síle dobré hranice, nevyčerpávat se, ale ani nepotlačovat svou energii v projevu, je uměním dobrého života.

Umění kontaktu a rezonance ve vztazích

Vztahy jsou podstatou našeho bytí. Vztahujeme se k sobě samým, k lidem kolem nás, i ke světu jako celku. Jak to děláme? Žijeme vztahy ze srdce? Workshop nám pomůže propojit se hlouběji s kvalitami a podstatou našeho srdce, srdečnosti, důvěry a lásky, a to k sobě samým, lidem i světu.

Osvobození vnitřního hlasu – od represe k expresi

Svobodně projevový zvuk a slova jsou základem sebevyjádření naší osobnosti. Stydíte se někdy zpívat či křičet? Naslouchání a sdílení pak tvoří naše vztahy. Umíme to? Workshop zaměřený na rozvíjení jasnosti a čistoty komunikace nám pomůže lépe vyjadřovat myšlenky, pocity i potřeby, a být tak zdravěji propojen se světem i sebou samým.

Realizovat svou vizi – od toho, co můžeš vidět, k tomu, co můžeš být

Domorodí obyvatelé Ameriky říkají, že kde není vize, tam není nic. Dokážeme vidět a vnímat čistě, zřít? Diváme se směrem, kterým chceme jít? Dokážeme čelit překážkám? Workshop nás podpoří v kontaktu s naší vizí, zdravými a kreativními vnitřními obrazy, jasném a čistém vnímání světa očima i intuicí, čelení skutečnosti i zdravém propojení s fantazií a tvořivostí.

Barbora Janečková

Martin Hofman



Biosyntéza pro učitele – 1.–4. setkání

Celý vzdělávací cyklus vychází z principů biosyntetické psychoterapie – psychoterapeutické metody, kterou založil a rozvinul David Boadella – původní profesí učitel. Práce s dětmi a jejich traumaty ho inspirovala k definování základního biosyntetického přístupu. Ten vnímá člověka jako celistvé individuum složené ze tří základních stavebních kamenů: těla, mysli a citů. Stejně jako pro pochopení světa kolem nás nemůžeme uvažovat ve škatulkách jednotlivých školních předmětů, tak neporozumíme člověku – a dítěti obzvlášť – pokud ho omezíme pouze na objekt určité rozumové nebo tělesné kapacity a schopností. Jen vnímáním všech tří částí můžeme dostat celistvý obraz žáka a lépe tak pochopit a odhadnout jeho potřeby a možnosti. Ty vlastní nevyjímaje.

Co vzdělávací cyklus učí?

- lépe chápat vzájemné provázání a signály tělesných, rozumových a emocionálních reakcí dětí i svých,
- lépe odhadnout, co každé dítě ovlivňuje, proniknout do individuálních potřeb a možností žáka,
- lépe pracovat s komplexní osobností dítěte,
- většímu porozumění jak pro děti, tak pro své vlastní reakce a pocity,
- lépe zvládat stres a předejít syndromu vyhoření,
- odhalit zdroje své vnitřní autority při práci s dětmi

Vzdělávací program je akreditován MŠMT. Workshop může být částečně hrazen také z tzv. šablon/komplexních grantů na vzdělávání učitelů, konkrétně se zaměřením na osobnostně-sociální rozvoj učitelů.

Martin Hofman

Mužská skupina – 1.–3. setkání

Večerní sebezvojevové setkání v jedinečnosti mužského kruhu. Hlubší porozumění biosyntetické psychoterapii a sobě samým hlouběji, se záměrem rozvíjení celistvosti své mužské části, a to skrze tělová cvičení, meditace, relaxace a sdílení.

Setkání pomáhá ujasnit si priority pro další cestu a nacházet sílu pro změnu. Sdílením ve skupině zjistíte, že ostatní muži řeší podobné otázky, že v tom nejste sami.

Témata:

- grounding a spiritualita: přechody, změny, rituály,
- ke zdrojům energie a pulzace: síla a eros,
- život v přítomnosti a držení života,
- vize, svět a já

Martin Hofman

Důvěra ve změnu – trauma v kontextu biosyntézy

Jak vzniká trauma, jak se projevuje a jak je možné ho léčit? Kombinace teorie, cvičení a prvků biosyntetické terapie. Seminář pro všechny, kteří se chtějí o traumatu dozvědět více.

Kurz nabídl dobrou podporu všem, kteří v různých pozicích pracují s dětmi i dospělými a občas se vyskytují v náročných situacích. Nabídl i pohled na to, jak se v těchto pozicích chránit a jak o sebe pečovat.

Kurz má akreditaci AKP ČR.

Barbora Janečková
Yvonna Lucká





Psychosomatika v biosyntéze III. – Esence, životní pole, zdroje a emoční imunita⁸

Biosyntetická psychoterapie je integrativní psychoterapeutický přístup, podporující celistvost organismu v propojení mysli, těla, emocí a kvality sebevyjádření spojeného se soucitem k sobě i k druhým. Na pozadí embryologického modelu biosyntetické psychoterapie se představuje neurobiologický koncept emocionální autoregulace a koregulace a biosyntetický princip esence a životních zdrojů. Využíváme diagram životních polí jako nástroj pro práci s klientem. V rámci zážitkových technik zkoumáme symboliku těla ve vztahu k emoční imunitě. Individuální prožitek směřujeme k rozšíření pohledu terapeuta na klienta a k rozšíření palety nástrojů psychosomatické terapie v praxi.

Pro koho byl kurz určen:

- pracovníkům ve zdravotnictví, lékařům, fyzioterapeutům, paliatrům
- psychologům, psychoterapeutům a příznivcům psychosomatiky

Kurz má akreditaci AKP ČR.

Alena Večeřová Procházková
Veronika Sailerová

Biosyntéza pro práci s dětmi III. – 1. setkání

Deprese, úzkosti, poruchy chování či vážnější psychické potíže zdaleka nejsou jen „výsadou“ dospělých, ale stále častěji se s nimi potýkají děti a dospívající. Zároveň jsou psychika a emoce mladého člověka natolik specifické, že vyžadují specifický přístup v terapeutické práci. Nabídli jsme speciální vzdělávací cyklus pro všechny odborníky, kteří se ve své terapeutické práci setkávají s dětmi a mladistvými. Program Biosyntéza pro práci s dětmi představil koncepty, jejichž osvojení dál pomáhá v každodenní praxi. Jejich zdrojem je biosyntéza jako mezinárodně certifikovaná psychoterapeutická metoda, která na člověka pohlíží jako na celek složený ze tří základních částí: těla, mysli a emocí.

Kurz byl rozdělen do tří třídních setkání, která se postupně věnovala tématům:

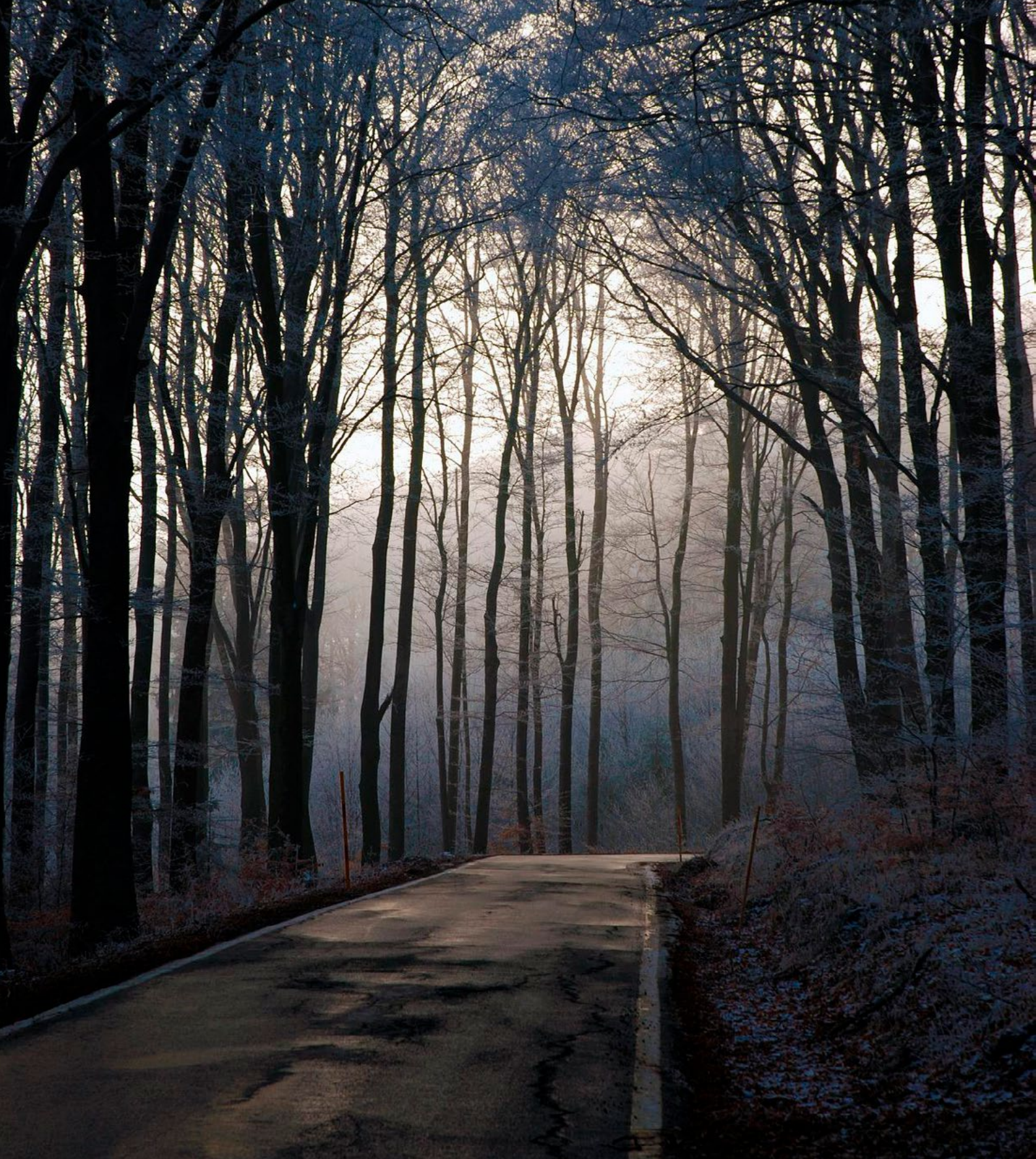
- Life streams (životní proudy) – vytváření charakteru a osobnosti v mládí, rozpoznání charakteristik individuální osobnosti a práce s nimi
- Life fields – životní pole a vzorce chování
- Genealogický strom – důležitost rodinných kořenů a práce s nimi
- Meditace pro mladé – práce s meditací, vědomím těla a energetickými centry
- Vnitřní zakotvení – budování sebevědomí a kontaktu s vnitřními zdroji
- Základní psychopatologie v mládí: ADHD, deprese, panické ataky, krize identity
- Energetická nerovnováha v mládí – pulzace jako vyrovňování dechových struktur a motorických polí
- Relaxace – seberegulace
- Základní emoce – kanály emočního vyjádření a upozornění na sebe sama
- Základní potřeby – od základních potřeb až po seberealizaci

Vzdělávací program má akreditaci MŠMT.

Martin Hofman
Tatiana Neves



⁸ bylo organizováno ve spolupráci s Českým institutem biosyntézy – terapeuti, z. s.



DALŠÍ AKTIVITY V PRŮBĚHU ROKU 2021

- Ukončili jsme druhý ročník výcviku pro interní supervizory metody biosyntetické psychoterapie. Máme nové interní supervizory (Andrea Hanzlová – supervizor, Iva Abramčuková, Martin Hofman, Veronika Sailerová, Markéta Charvátová – supervizoři pro frekventanty výcviku).
- Zúčastnili jsme se **setkávání národních i mezinárodních odborných institucí** – EAP, ČAP apod.
- **Komunitní den** – akce pro komunitu terapeutů. Na programu bylo shrnutí aktuálního dění na poli psychoterapie, biosyntetické psychoterapie, zejména z Českého institutu biosyntézy a Sociální kliniky. Prezentace závěrečných prací a slavnostní předání certifikátů těm, kteří úspěšně zakončili SPV V., a účastníků minima. Komunitní den byl zakončen workshopem muzikoterapeutické práce s rytmem, melodií a harmonií, který vedla Svatava Drličková.
- **Iniciativa zMůžeš víc** – společnou iniciativou, kterou jsme vytvořili se Sociální klinikou a Centrem Locika, jsme chtěli upozornit na psychické dopady covidového provizoria a povzbudit veřejnost k péči o sebe sama a své okolí.
- Podařilo se nám obnovit **akreditaci výcviků ve zdravotnictví**.
- **Získali jsme reakreditaci EAPTI na dalších 7 let** – tzn., že institut sám vystavuje svým absolventům certifikát ECP (European Certificate of Psychotherapy).
- **Snažíme se podporovat vzdělávání v biosyntetické psychoterapii na Moravě** (ve spolupráci s centrem Therapies v Brně).
- **Interní kolokvium** – uspořádali jsme online setkání členů ČIBu, během nějž jsme sdíleli zkušenosti z doby covidu.
- Ve druhé polovině roku vyšla **kniha Jak se z toho nezbláznit**, rozhovory s 9 osobnostmi o tom, jak žít radostně i v těžkých časech, jednou z nich je i Barbora Janečková, ředitelka ČIBu.
- **Jak psát závěrečnou práci** – uspořádali jsme nový seminář vedený Ondřejem Matějkou pro účastníky dokončující výcvik.
- **Sestavili jsme adresář biosyntetických psychoterapeutů** pro členy ČIBu za účelem interního sdílení. Terapeuti v něm naleznou název zařízení, ve kterém jejich kolegové pracují, místo jejich působení, oblast a cílovou skupinu, na kterou se ve své praxi zaměřují.
- **Dvoudenní workshop pro lékaře z oddělení ARO Krajské nemocnice Liberec v Bedřichově v říjnu 2021** – workshop vedly Alena Večeřová Procházková a Martina Chmelová. Práce se zdravotníky byla zaměřena na podporu vnímavosti a citlivosti k vlastním potřebám, relaxační a další techniky podporující prevenci syndromu vyhoření. Spolupráce bude pokračovat i v roce 2022 workshopem pro zdravotní sestry odd. ARO.
- **Mentoring** – cílem mentoringu je podpora menteeho, pomoc s orientací v jeho nové profesní roli a podpora jeho profesního vývoje. Mentor je ten, kdo má už s rolí biosyntetického terapeuta zkušenosti, působí jako průvodce, předává znalosti a vlastní zkušenosti s metodou, a doporučení z praxe. Mentor může doporučovat další kontakty a pomáhá menteeu zaměřit se na profesní pokrok a rozvoj a vytvořit síť se spolupracujícími kolegy. Tento vztah může být průběžným a referenčním bodem po celou kariéru jednotlivce. Mentoring je určen především pro začínající terapeuty, kteří se teprve usazují ve své roli terapeuta, hledají si nový způsob fungování, potřebují si osvojit nové pracovní návyky, které mohou být odlišné od jejich předchozích zkušeností. Mentoring vedly Veronika Sailerová a Alena Večeřová Procházková.

PŘEHLED HOSPODAŘENÍ

otisk podacího razítka	ROZVAHA K. 3 1 . 1 2 . 2 0 2 1 v tisíciach Kč <table border="1" style="margin: 0 auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">IČ</td> <td style="padding: 5px;">2</td> <td style="padding: 5px;">2</td> <td style="padding: 5px;">6</td> <td style="padding: 5px;">8</td> <td style="padding: 5px;">7</td> <td style="padding: 5px;">4</td> <td style="padding: 5px;">5</td> <td style="padding: 5px;">9</td> </tr> </table>	IČ	2	2	6	8	7	4	5	9	ROZVAHA dle 504/2002 Sb. ve znění pro rok 2016 Obchodní firma nebo název účetní jednotky Český institut biosyntézy z.ú. Sídlo nebo bydliště účetní jednotky
IČ	2	2	6	8	7	4	5	9			

Označ.	AKTIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
B.	Krátkodobý majetek celkem	B. I.+...+B.IV.	040	697	1 069
B. II.	Pohledávky celkem	B. II.1+...+B.II.x	051	137	234
B. II. 1.	Odběratelé	účet 311	052	11	135
4.	Poskytnuté provozní zálohy	účet 314 - f. 51	055	37	31
5.	Ostatní pohledávky	účet 315	056	37	40
8.	Daň z příjmů	účet 341	059		28
17.	Jiné pohledávky	účet 378	068	27	
18.	Dohadné účty aktivní	účet 388	069	25	
B. III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	B. III.1+...+B.III.x	071	555	826
B. III. 1.	Peněžní prostředky v pokladně	účet 211	072	86	85
3.	Peněžní prostředky na účtech	účet 221	074	469	741
B. IV.	Jiná aktiva celkem	B. IV.1+...+B.IV.x	079	5	9
B. IV. 1.	Náklady příštích období	účet 381	080	5	9
	AKTIVA CELKEM	A +R	082	697	1 069

Označ.	PASIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
A.	Vlastní zdroje celkem	A.I.+...+A.II.	001	-1	82
A. I.	Jmění celkem	A.I.1+...+A.I.x	002	5	5
A. I. 1.	Vlastní jmění	účet 901	003	5	5
A. II.	Výsledek hospodaření celkem	A.II.1+...+A.II.x	006	-6	77
A. II. 1.	Účet výsledku hospodaření	účet +/-963	007	XXXXXXXXXX	83
3.	Nerozdělený zisk, neuhrazená ztráta minulých let	účet +/-932	009	-6	-6
B.	Cizí zdroje celkem	B.I.+...+B.IV.	010	698	987
B. III.	Krátkodobé závazky celkem	B.III.1+...+B.III.x	021	472	446
B. III. 1.	Dodavatelé	účet 321	022	11	
4.	Ostatní závazky	účet 325	025	64	58
5.	Zaměstnanci	účet 331	026	60	47
7.	Závazky k institucím sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	účet 336	028	31	21
9.	Ostatní přímé daně	účet 342	030	6	2
17.	Jiné závazky	účet 379	038	300	300
22.	Dohadné účty pasivní	účet 389	043		17
B. IV.	Jiná pasiva celkem	B.IV.1+...+B.IV.x	045	226	541
2.	Výnosy přístřích období	účet 384	047	226	541
	PASIVA CELKEM	A.+B.	048	697	1 065

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY																		
VZZ dle 504/2002 Sb. ve znění pro rok 2016 Obchodní firma nebo název účetní jednotky Český institut biosyntézy z.ú. Sídlo nebo bydliště účetní jednotky																		
K. Od: 1.1.2021 3 1 . 1 2 . 2 0 2 1 Do: 31.12.2021 v tisících Kč																		
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 10%;">IČ</td> <td style="width: 10%;">2</td> <td style="width: 10%;">2</td> <td style="width: 10%;">6</td> <td style="width: 10%;">8</td> <td style="width: 10%;">7</td> <td style="width: 10%;">4</td> <td style="width: 10%;">5</td> <td style="width: 10%;">9</td> </tr> </table>										IČ	2	2	6	8	7	4	5	9
IČ	2	2	6	8	7	4	5	9										
otisk podacího razítka 																		

Označ.	VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY	číslo řádku	Běžné období		
			Hlavní	Hospodářská	Celkem
A.	Náklady	A.I.+...+A.VIII.	001	1 625	1 625
A. I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	A.I.1+...+A.I.x	002	733	733
A. I. 1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	účet 501, 502, 503	003	11	11
5.	Náklady na reprezentaci	účet 513	007	6	6
6.	Ostatní služby	účet 518	008	716	716
A. III.	Osobní náklady	A.III.1+...+A.III.x	013	849	849
A. III. 10.	Mzdové náklady	účet 521	014	667	667
11.	Zákonné sociální pojištění	účet 524	015	182	182
A. V.	Ostatní náklady	A.V.1+...+A.V.x	021	43	43
19.	Kursově ztráty	účet 545	025	2	2
20.	Dary	účet 546	026	6	6
21.	Manka a škody	účet 548	027	5	5
22.	Jiné ostatní náklady	účet 549	028	30	30
	Náklady celkem		039	1 625	1 625
B.	Výnosy		040	1 708	1 708
B. I.	Provozní dotace	B.I.1+...+B.I.x	041	250	250
B. I. 1.	Provozní dotace	účet 691	042	250	250
B. III.	Tržby za vlastní výkony a za zboží	účet 601, 602, 603	047	1 453	1 453
B. IV.	Ostatní výnosy	B.IV.1+...+B.IV.x	048	5	5
8.	Kursově zisky	účet 645	052	5	5
	Výnosy celkem		061	1 708	1 708
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	B - A.I.1+...-A.VIII.x + C. x	062	83	83
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	B - A + D. x	063	83	83

Okamžik sestavy: 20.4.2022	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky:
Právní forma účetní jednotky: ústav	
Předmět činnosti nebo účel:	

PLÁN NA ROK 2022

- V září 2022 začne výběr zájemců pro nový **Základní výcvik X**.
- Přeložit na jiné termíny programy a workshopy, které se neuskutečnily z důvodu vládních opatření v roce 2021.
- Uskutečňovat **skupinové supervize** pro frekventanty a absolventy výcviku, **workshopy v rámci dalšího vzdělávání, komunitní setkávání**.
- ČIB bude také usilovat o prohlubování zapojení v rámci **Evropské asociace pro psychoterapii (EAP)**, také v rámci **integrativního proudu**.
- Výročí **15 let existence ČIBu**.
- Interně se připravuje **dvouletý výcvik pro terapeutů** jakýchkoli směrů **pro práci s dětmi**.
- Stabilizovat workshopy pro pomáhající profese a pro učitele.
- **Znovuotevření mentoringu na podporu studentů** – mentoring je určen všem, kteří potřebují mít větší jistotu v práci s metodou biosyntetické psychoterapie.
- Přidáme **další běh workshopu Důvěra ve změnu – aspekty práce s traumatem v dětství a dospělosti**.

ČESKÝ INSTITUT BIOSYNTÉZY V MÉDIÍCH

- Proti apatii a bezmoci může pomáhat několik věcí: dobrá komunikace, pěstování odolnosti, ale třeba i obyčejné objetí– o iniciativě zMůžeš víc (Denikn.cz, 9. 3. 2021)
- Rok s covidem, rok v nových rolích, rok, kdy je normální cítit se divně. Zmůžeme víc? – o iniciativě zMůžeš víc (Heroine.cz, 10. 3. 2021)
- Vyhrajte nad pocitem bezmoci. Stačí k tomu šest kroků – o iniciativě zMůžeš víc (Zenysro.cz, 11. 3. 2021)
- Zažívat diskomfort je normální, naše kultura byla rozmazlená – rozhovor s Barborou Janečkovou (Host L. Výborné, ČRo Radiožurnál, 17. 3. 2021)
- Jak se nezbláznit z pandemie. Pomáhá příroda, rodinné aktivity i pomoc ostatním – o iniciativě zMůžeš víc (Aktualne.cz, 24. 3. 2021)
- Bojujte proti bezmoci a udělejte něco pro druhé! Prostor nabízí nový web – o iniciativě zMůžeš víc (Eduzin.cz, 25. 3. 2021)
- zMůžeš víc? Cesta z bezmoci a apatie začíná jednoduchými krůčky (Pozitivni-zpravy.cz, 28. 3. 2021)
- Dubnový pelmel – zmínka o iniciativě zMůžeš víc (S dětmi v Praze, 1. 4. 2021)
- V době covidu sílí závislost školáků na technologiích, ukázal průzkum – zmínka o iniciativě zMůžeš víc (Prazsky.denik.cz, 7. 4. 2021)
- V době pandemie sílí závislost školáků na technologiích – zmínka o iniciativě zMůžeš víc (Pražský deník, 8. 4. 2021)
- Školáky jsme hodili přes palubu. Vzdělání a volný čas nejsou prioritou, říká psycholog – rozhovor s Martinem Hofmanem (Aktualne.cz, 14. 4. 2021)
- zMůžeš víc – iniciativa proti bezmoci (Alfabet.cz, 14. 4. 2021)
- Body proti bezmoci. Objímání posílí psychiku i imunitu, říká terapeutka – o iniciativě zMůžeš víc (iDNES.cz, 16. 4. 2021)
- Dej pusinku tetičce! Když rodiče děti do doteků nutí, berou jim právo říci ne – citace Martina Hofmana (iDNES.cz, 9. 8. 2021)

VEDENÍ ČESKÉHO INSTITUTU BIOSYNTÉZY, z.ú.

STATUTÁRNÍ ORGÁN



PhDr. Barbora Janečková, Ph.D.
ředitelka

SPRÁVNÍ RADA



PhDr. Yvonna Lucká
předsedkyně správní rady



PhDr. et Mgr. Veronika Sailerová
členka správní rady



Mgr. Martin Hofman
člen správní rady



MUDr. Alena Večeřová Procházková
členka správní rady



Ing. Tomáš Janeček
člen správní rady

Český institut biosyntézy, z.ú.
IČO: 22687459
Na Míčánce 1532/32
160 00 Praha 6

www.biosyntheza.cz

www.biosynteza.cz

