

Serdülők dinamikus terápiája

Kétszemélyes, kapcsolati pszichoterápia



SE Klinikai szakpszichológus képzés, II évf.
Dr. Farkas Mária
2020.

Serdülőkor: Definíció

- A testi érés kezdetétől (12-13 év) kb. 21-25 éves korig , a belső ideálok, a lelkiismeret, a szexuális örömkészség stabilizálódásáig (Laufer)
- Jelentős idegrendszeri érési folyamatok (prefrontális ctx)
- Folyamatos érés a temperamentumbeli és kognitív belső adottságok, valamint a szociális környezet minőségéből következő tényezők hatása alatt
- 20% igényelne valamilyen segítséget

Kihívások a serdülőterápiák területén



- Ki szenved?
- Ki a páciens?
- Kivel szerződünk?
- Segít-e a diagnózis?
- Mikor van vége?
- Tünetkezelés/krízis intervenció/
fejlődéstámogatás?
- Személyes krízis és társadalmi krízis

Eset: 19 éves kamaszlány

- Probléma: kortársai között „lefagy”, tanulási nehézségek, tartósan rossz hangulat
- Család: második gyerek, testvér súlyosan sérült, elvált szülők
- Terápia(1): 12 éves korban, bolti lopást követően
- Terápia(2): 17 évesen, a fenti problémák miatt, terapeuta váltás saját kérésre

Terápia kezdete

- Első interjú az anyával: inadekvát reakciók, nehéz a fókuszt tartani, „nem ér a nevem”
- Dg: súlyos depressziós epizód
- Terápiás ülések: zavar a levegőben, töredezett kommunikáció, inkompetencia érzés, kapcsolat kialakítása fokozottan nehéz
- Narratívák: boldogtalan párkapcsolat, üres, furcsa érzelmi állapotok, passzivitás (semmi)

A serdülőkor fejlődési feladatai

- Leválás az eredeti családi kapcsolatokról
- Kortárskapcsolatok hangsúlya
- Autonómia, saját identitás kialakítása, ideálok
- Szexuális élmények, orientáció
- Képesség az önellátásra



Patológiás kamaszkor



- Fixált vagy stagnáló pusztító érzelem világ és kötődések
- Egysíkú viselkedés
- Elveszett önbecsülés, öngyűlölet
- Érett testtel kapcsolatos kétségbeesés, szemben a gyermekkor tökéletességével
- Bizalmatlanság a szociális kapcsolatokban

A szülők perspektívája: nehézségek

- Életközépi krízis (egyéni és kapcsolati válságok)
- Anyagi, megélhetési gondok
- Idős szülők ápolása, saját veszteségek élménye
- Negatív saját fantáziák
- A kamasz világa zárt és nehezen közelíthető meg
- Lezáratlan saját kamaszkor
- Lehetőséget adni a szülők számára is változó érzéseik megfogalmazására
- De: Lojalitás, titoktartás, nagy a kiugrás veszélye

A serdülőkori problematikák áttekintése



Életkorral, fejlődési feladattal összefüggő változások átélésének nehézségei
(pl. apró lopások, a szülővel való bizalmi kapcsolat megingása, gyakori konfliktusok)

Egyik-másik fejlődési területen átmeneti elakadás, terápiával jól mozdítható
(pl: átmeneti promiszkuus kapcsolatok és az intimitás keresés)

Egy vagy több fejlődési terület súlyos zavara, ödipális elakadások újraaktiválódásával tünetképzés
(pl. szociális fóbia, anorexia)

A serdülőkori krízis korábbi elakadásokkal és megoldatlan korai konfliktusokkal interferál:
súlyos patológiák
(pl. korai kötődési zavarok talaján: pszichózisok,
súlyos antiszociális viselkedés, kényszerek, addikciók stb)

A dinamikus kamaszterápiák jellegzetességei

- Gazdag módszertani repertoár bevetése (verbális, művészeti-kreatív aktivitások)
- Szemtől-szembe terápia
- Kapcsolódás és leválás folyamatos dinamikája
- Áttétel/viszontáttétel kiemelt jelentősége
- Nem adni fel a reményt!
- Empátia és tapintat(kamasz szubkultúra ismerete fontos!)




Hatékony dinamikus terápiás formák kamaszok számára

- Dinamikus egyéni rövidterápia, családterápiával kombinálva
- 4 üléses konzultáció
- Időhatáros/időhatár nélküli dinamikus egyéni terápia, szülőkonzultációval
- Dinamikus csoportterápia (kiscsoport)
- Kétszemélyes kapcsolati terápia (Delgado, 2015)

Contemporary Psychodynamic Psychotherapy for Children and Adolescents

Integrating Intersubjectivity
and Neuroscience

Sergio V. Delgado
Jeffrey R. Strawn
Ernest V. Pedapati

 Springer

Elméleti háttér

- A kapcsolatkeresés igénye központi, veleszületett
- A terapeuta és a kliens között megjelennek a koragyerekkori kapcsolati minták interszubjektív tapasztalatok formájában
- A terápiás változás az implicit, tudattalan szinten a kapcsolódás pillanataiban történik
- Új neuronális pályák kialakulása, adaptívabb interakciók

Diagnosztikus interjú (Delgado, 2015)

- Temperamentum (*könnyű, lassan felmelegedő, kevert, nehéz*)
- Kogníció (*intellektus, tanulási nehézségek, figyelem*)
- Kognitív flexibilitás (*szociális kogníció, hatóerő, theory of mind, bizonytalanság tolerálása*)
- A kötődésre vonatkozó belső munka modellek (*biztonságos, szorongó, elkerülő, dezorganizált*)

Terápiás indikáció

Kogníció	Temperamentum	Kognitív flexibilitás	A kötődés belső munka modelljei
Átlag feletti	Könnyű	Kiemelkedő	Biztonságos
Átlagos	Nehezen felmelegedő	Megfelelő	Szorongó
Átlag alatti!	Vegyes	Korlátozott!	Elkerülő
Értelmi sérülés vagy tanulási zavar!	Nehéz!	Sérült!	Dezorganizált!

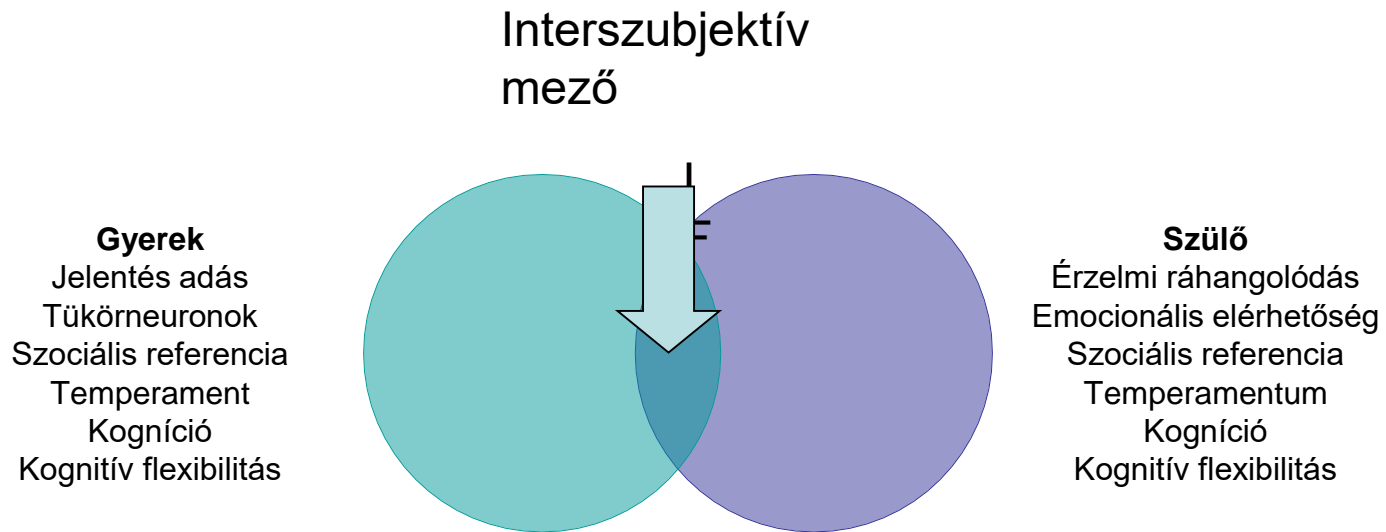
Áttekintés az eset szempontjából

Kogníció	Temperamentum	Kognitív flexibilitás	A kötődés belső munka modelljei
Átlag feletti X	Könnyű	Kiemelkedő X	Biztonságos
Átlagos	Nehezen felmelegedő X	Megfelelő	Szorongó X
Átlag alatti!	Vegyes	Korlátozott!	Elkerülő
Értelmi sérülés vagy tanulási zavar!	Nehéz!	Sérült!	Dezorganizált!

Kapcsolati terápia

- Terapeuta és a kliens aszimmetrikus interakciójára és
- Kölcsönösségre épül
- „Jelen pillanat”, „Most” pillanata, „kapcsolódás pillanata”
- Adaptívabb emocionális tapasztalatok közös létrehozása (cocreation) a kapcsolódás pillanataiban
- Az implicit kapcsolati memória átírása

Interszubjektív tapasztalatok

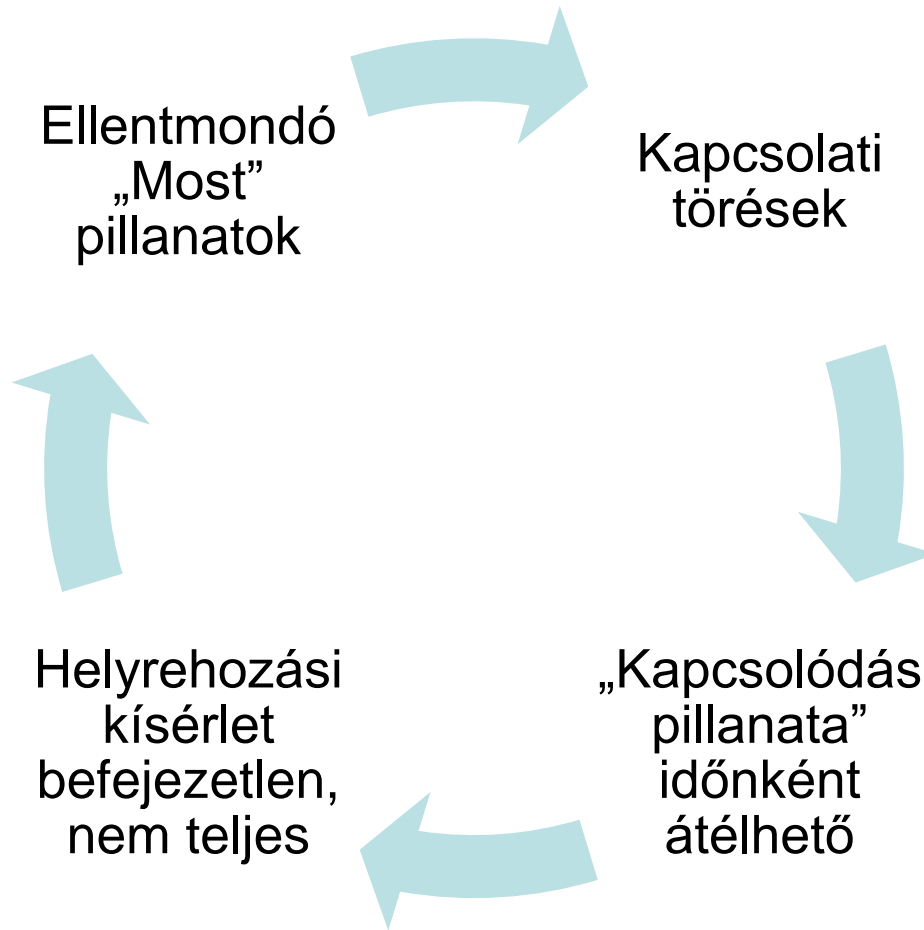


Implicit kapcsolati tudás formálódása

A kapcsolódás minőségei



Implicit kapcsolati tudás bizonytalan kötődés esetén



- „A cselekvés hangosabb, mint a szó” (szcéna, Argelander)
- Ismerős kapcsolati mintát kreál a terapeutával
- Hozzáférhet a terapeuta érzelmeihez, tudat állapotaihoz
- A terapeuta autentikus, őszinte, empatikus ráhangolódás állapota

- A terapeuta tudatosítja érzelmi állapotait, hatékonyan ráhangolódik a kliensre, és biztosítja az interszjektív mezőt
- Homályos (fuzzy) interakciók tolerálása
- Holding mind in mind
- Reparatív megoldások közös konstruálása, új érzelmi tapasztalás
- Büszkeség, öröm a szelf felé, hála, szeretet a másik felé (Isd Alexander: korrektív emocionális élmény)
- A belátás nem elég!!

Fordulópont (kapcsolódás pillanata)

- Szülőkonzultáció az anya kérésére (elköltözés veszélye) ijedt, tanácstalan, támogatásra szoruló szülő, konzultáció az autonómia irányába
- „Fuzzy” pillanat1: a kliens nem tud a beszélgetésről
- „Fuzzy pillanat”2: az anya félre értette a klienst
- Önfeltárás eredménye: beszélgetés (és imagináció)a megértés hiányáról, a „nem figyelnek rám”fájó, gyermeki érzéséről

Terápia jelenleg

- Iskolát váltott, javuló tanulmányi eredmények
- Apjához költözött
- Érzelmileg sokkal kiegyensúlyozottabb
- Jövőre vonatkozó tervek (önálló élet, egyetem, külföld)
- Szexuális kapcsolódás továbbra is problémás

A dinamikus terápia hatékonysága (N. Midgley, 2011.)

- Az átlagos hatékonyságot hasonlóan találják, mint más módszereknél
- Lassabban kialakuló, tartósabb hatás
- Internalizáló eseteknél inkább, mint externalizálóknál
- Depressziónál különösen hatékonynak találják
- Súlyosabb esetekben intenzívebb terápia hatékonyabbak
- De: serdülőknél fordított hatás is megjelenik, a terápia intenzitása növeli a stigmatizáltság érzését
- Csak a szülőkonzultációkkal együtt hatásos!!!

Köszönöm a figyelmet!

maria.farkas@kapcsolatambulancia.hu



Irodalmak, források

- I. Wise ed. (2000): Adolescence, Karnac Books
- M. Laufer (1997): Developmental Breakdown in Adolescence: Problems of Understanding and Helping
- Winnicott(2000): Az agresszió gyökerei,in: Kisgyerek, család, külvilág
- N. Midgley, E Kennedy (2011): Psychodynamic psychotherapy for children and adolescence: a critical review of the evidence base in: Journal of Child Psychotherapy
- Vikár György: Az ifjúkor válságai
- S. V. Delgado et al (2015): Contemporary Psychodynamic Psychotherapy for Children and Adolescents

Irodalmak (folyt.)

- Nemes Livia (2000): A bennünk élő gyermek
- Koller Éva, Lust Iván, K. Németh Margit írásai a Serdülő-és gyermek pszichoterápia II/2, II/3 és III/3 számaiban
- V. Satir (1972): A család együttélésének művészete Az új családműhely