

Az interperszonális pszichoterápia (IPT) alapjai

Dr. Stauder Adrienne PhD

pszichiáter, pszichoterapeuta, egyetemi docens

SE Magatartástudományi Intézet

stauder.adrienne@med.semmelweis-univ.hu

<https://semmelweis.hu/magtud>, www.eletkeszsegek.hu

Magatartástudományi Intézet

Az IPT háttere

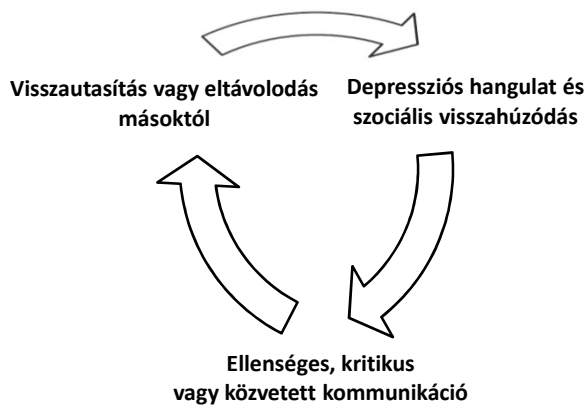
- rövid (12-20 x 45 perc) fokális pszichoterápia
- 70-as években, depresszió „kontroll” beavatkozás
- stuktúrált, manualizált
- Weissman, Klerman, Rounsaville: IPT for Depression (1984)
- Weissman, Markowitz, Klerman: The Guide to Interpersonal Psychotherapy (2018)
- Tudományos bizonyítékok +++
- Depresszió kezelési irányelvek (APA...)
- WHO Group interpersonal therapy (IPT) for depression



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Depressziós önrontó kör interperszonális megközelítése



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT célkitűzései, koncepciója

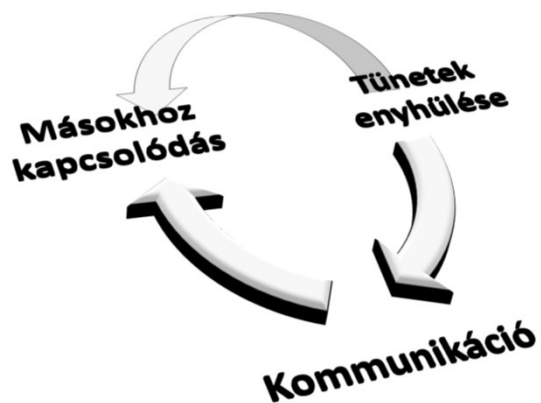
- Hangulat és szociális működés javítása
- Interperszonális problémák azonosítása, módosítása
- Társas támogatás erősítése v. kiépítése
- Gyakran gyógyszeres kezeléssel kombinálva
- Akut depresszió mellett egyéb zavarok kezelésére alkalmas



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Anti-Depresszáns folyamatok



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT jellegzetességei

- Összekapcsolja a hangulatzavart és egyéb tüneteket az életeseményekkel
- Egy érzelmileg jelentőségteljes probléma területre összpontosít
- A depressziót mint „betegséget” kezeli (betegszerep, bűntudat csökken, remény)
- Az „itt és most”-ra összpontosít
- Nem neutrális, aktív terapeuta
- Fontos a jó terápiás kapcsolat, de nem értelmezi azt



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Elméleti alapok

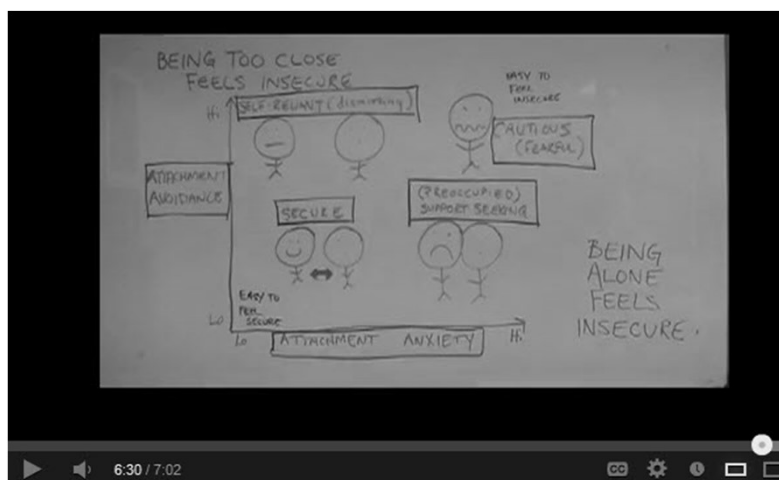
- Kötődés és kommunikációelmélet
- Áttétel/viszontáttétel: információforrás
- Mentalizáció (Fónagy)
- Szociális tanulás



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

<https://www.youtube.com/watch?v=GHHCy1IHTUc>



Maunder and Hunter: Intro to Adult Attachment

Maunder R.G., Hunter J.J.: Psychodynamic Psychiatry, 2012: 40(4) 549–574



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT területei, probléma fókuszai

- Interperszonális szerepviták (Role dispute)
- Gyász (Grief)
- Szerepváltás, szerepátmenet (Role transition)
- Interperszonális deficit
(loneliness - magányosság)
(interpersonal sensitivity –érzékenység)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Júlia 44 éves nő, akinek depressziós tünetei és öngyilkossági fantáziái vannak. A tüneteit egyre gyakorrabá váló párkapcsolati konfliktusaival hozza összefüggésbe.

Róbert 20 éves férfi, aki pánik jellegű rosszulletek miatt kereste fel orvosát. Az orvos további kérdései alapján depressziót is diagnosztizál. A tünetek röviddel a páciens édesapjának hirtelen, váratlan halála után kezdődtek.

Dóra 50 éves, elvált, kétgyermekes anya, aki kutatóként dolgozik. A közelmúltban metasztatikus daganatot diagnosztizáltak nála.

Zsuzsa 30 éves nő akinek depressziós tünetei rosszabbodtak amióta külföldről hazaköltözött, hogy támogassa az édesanyját a húga halála után.



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Az IPT (8-20 ülés) szakaszai

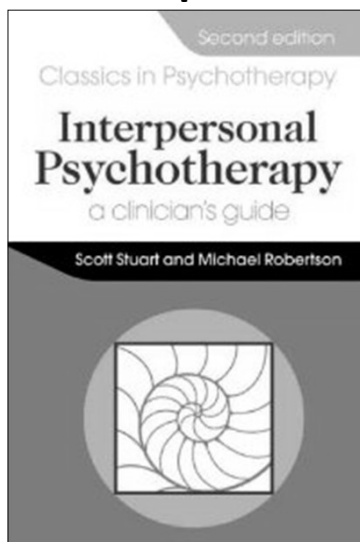
Kezdeti szakasz (2-4 ülés) gondos, alapos interjú
Középső szakasz (4-10 ülés) megtartani a fókuszt
Záró szakasz (2-4 ülés) felkészülni lezárásra
Fenntartó terápia (0-4 ülés)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Az IPT alaptechnikái



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT alaptechnikák

- Interperszonális konceptualizáció
- Kapcsolati térkép / interperszonális leltár
- Tisztázás (kapcsolatok leírása, elvárások)
- Érzelmek megfogalmazása (elmondani vkinek)
- Kommunikáció elemzés (tipikus interakció)
- Problémamegoldás (támogatás, megértés a cél)
- Szerep játék (kommunikáció fejlesztése)
- Házi feladat (társas interakció)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Kezdeti szakasz (2-4 ülés) tematikája

- IPT céljának és menetének bemutatása (pszichoeducáció)
- Interperszonális problémák azonosítása
- Tünetek és interperszonális problémák kapcsolata
- Fókusz közös meghatározása



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Pszichoszociális tényezők szerepe IPT ben

Miért most? - A tünetek és interperszonális események összekapcsolása

- A kiváltó tényezők azonosítása

'Kik' ? - Segítik vagy nehezítik a kliens életét

- Hasznos társas támogatás forrásai

Melyik interperszonális probléma terület?

- Irányítja a terápiás beszélgetést



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

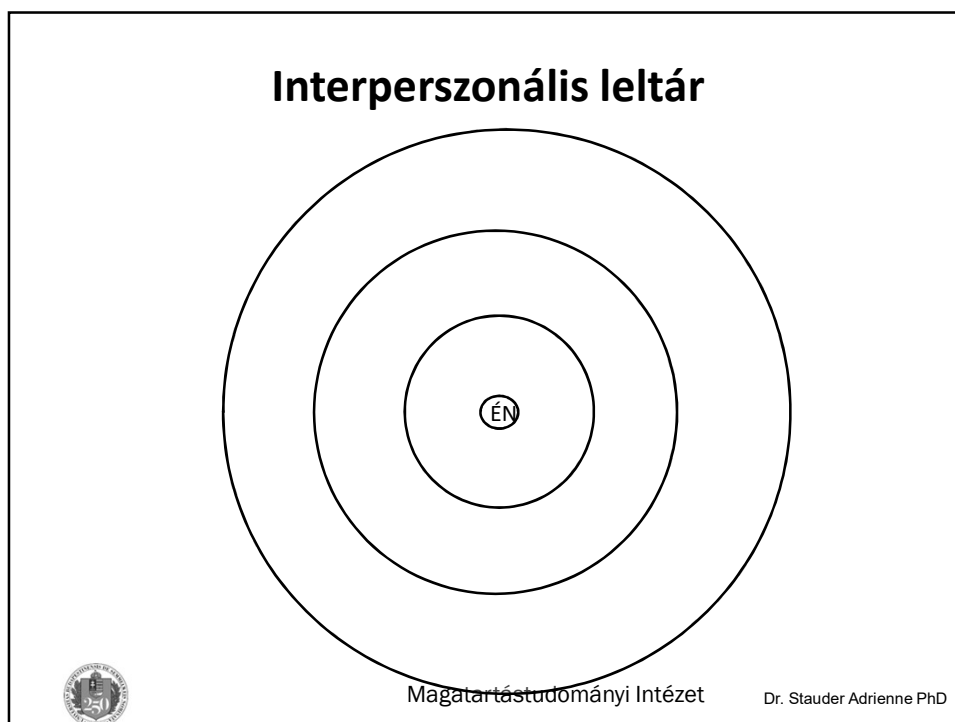
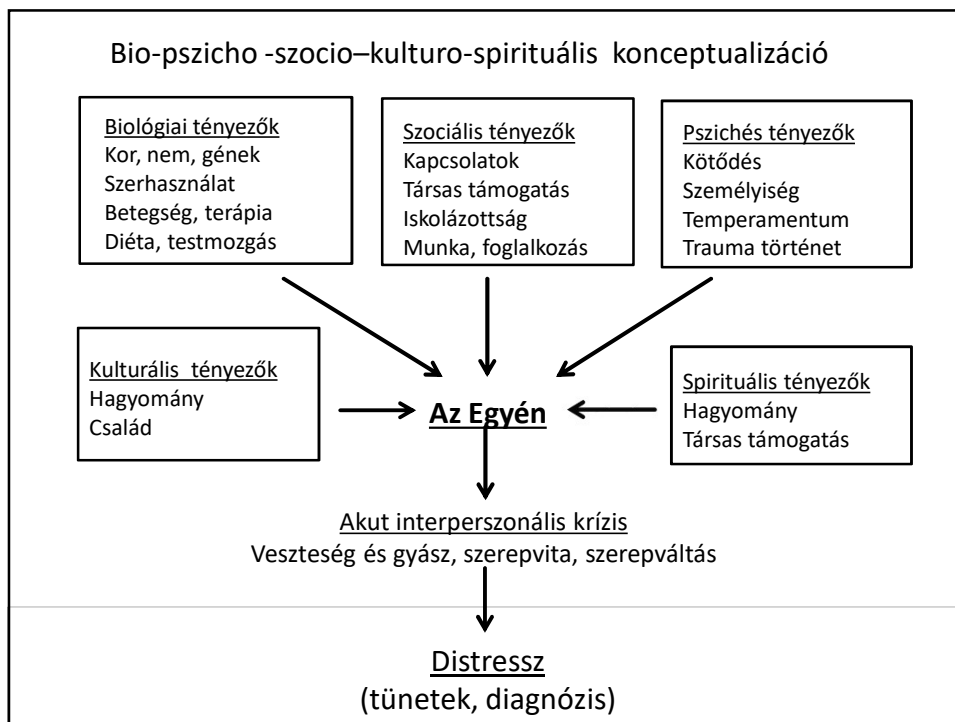
Interperszonális formuláció (konzeptualizáció)

- Predisponáló tényezők
(hogyan vált ilyenné a személy?)
- Fenntartó tényezők
(mi tartja fenn jelenleg?)
- Megoldási lehetőségek
(mit lehet tenni?)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD



Kapcsolati térkép / interperszonális leltár

- Milyen gyakran találkozik ezzel a személlyel?
- Mi az amit kedvel a személlyel való kapcsolatában?
- Mi az amit nem kedvel a kapcsolatban?
- Mi változott ebben a kapcsolatban?
- **Mi az, amit meg szeretne változtatni?**
- **Miben szeretné hogy másmilyen legyen ez a kapcsolat?**
- Milyen támogatást kap ettől a személytől?
- Milyen támogatást nyújt Ön?
- Hogyan írna le egy vitát?



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Kapcsolati térkép / interperszonális leltár

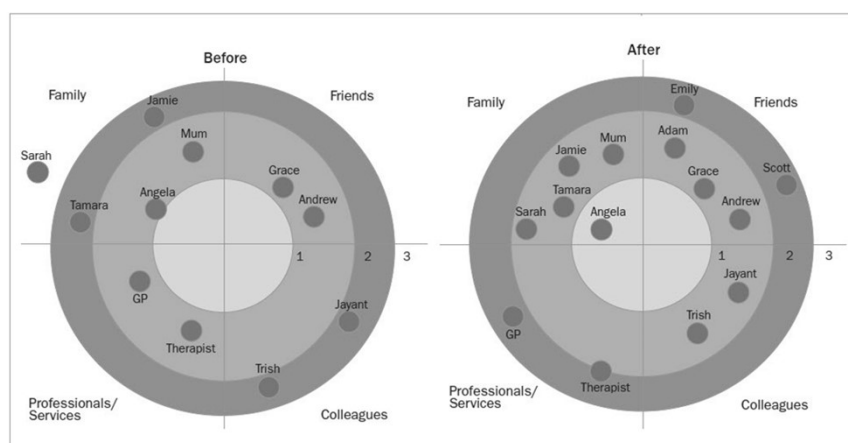


Figure 1a and b. Closeness circle: an interpersonal inventory. The closeness circle is a graphical representation of the patient's interpersonal network. Interpersonal inventory before (a, top) and after (b, bottom) interpersonal therapy. See Case scenario 1 in Box 4 for an example of how this tool can be implemented.

Wilhelm: IPT in primary care

MedicineToday | AUGUST 2017, VOLUME 18, NUMBER 8 43



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Középső szakasz (4-12 ülés) tematikája

- A terapeuta aktív, de nem direktív
- Rámutathat témákra, következtetlenségekre
- Segít tudatosítani érzelmeket, elvárásokat, kommunikációs nehézségeket
- Változtatásra bátorít, felkészít
- Elvárások átgondolása, kommunikáció javítása
- Értékelés arról, hogy mit értek el, és mi lesz még a teendő



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Tisztázás

- Megalapozza a terápiás kapcsolatot, az együttműködést, együttgondolkodást
- Segít abban, hogy a kliens tisztábban megfogalmazza érzéseit, szükségleteit, vágyait
- Direktív kérdés és aktív hallgatás kombinációja
- Érzelmi intenzitás szabályozása



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Érzelmeik megfogalmazása

- Segít átgondolni és tudatosítani az érzelmeiket
- A kliens megfogalmazza érzelmeit terapeutának
- Tapasztalatok, érzések validálás
- Hogyan kommunikálhatja érzelmeit más fontos személyeknek?



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Kommunikáció elemzés

- Konkrét példákon keresztül megérteni a páciens kommunikációjának sajátosságait
- Hogyan fejezi ki igényeit, elvárásait
- Hogyan reagál a másik kommunikációjára
- Hogyan reagál stressz helyzetben
- Hogyan kér segítséget
- Hogyan segít másoknak
- Az áttétel / viszontáttétel felhasználása



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Kommunikáció elemzés példa

	Általános kijelentés	Konkrét helyzet
Tények	Sose hallgat meg	Kedd este vacsora után veszekedtünk
Érzések	Depressziós, frusztrált	Dühös, reményvesztett



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Kérdések kommunikáció elemzéshez

- Pontosán hogyan zajlott ez a beszélgetés?
- Ön mit mondott?
- Hogyan reagált / válaszolt a másik?
- Ez milyen érzés volt Önnek? Ez hogyan hatott Önre?
- Ön hogyan válaszolt erre?
- **Mit szeretett volna megértetni a másikkal?**
- **Ő vajon mit szeretett volna megértetni Önnel?**

- (Mentalizáció)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Problémamegoldás

Segít abban, hogy a kliens változtasson a kommunikációján, viselkedésén

- Probléma részletes leírása
- Cél megfogalmazása (támogatás, megértés)
- Ötletek gyűjtése (bármilyen, kritika tilos)
- Akcióterv készítése (határidővel)
- Kipróbálás
- Eredmény értékelése
- Terv finomítása, módosítása



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Társas támogatás feltérképezése

„Ki?” kérdések, a támogatás típusai

Praktikus, gyakorlati

Mindennapi helyzetekben segít, de belsőleges problémákat nem osztana meg vele

Szociális vagy közösségi támaszok

Nem szükségszerűen közeli barátok, de adott helyzetben elérhetőek

Bizalmon alapuló kapcsolatok

Érzelmeket, személyes tapasztalatokat, problémákat meg lehet beszélni



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Szerepjáték

- Ötlebörze
- Hatékonyabb kommunikáció
- Modelltanulás: terapeuta a páciens szerepében
- Gyakorlás: páciens a saját szerepében



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Házifeladat

- Megfigyelni saját kommunikációt
- Kommunikálni valakivel
- Kellemes program valakivel



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD


Interperszonális szerepviták

- Bármely fontos személlyel kapcsolatban előfordulhat
- Partner, szülő-gyermek néhány ülés erejéig bevonható
- Nem-kölcsönös elvárások, kommunikációs nehézségek
- A változás lehetőségeinek áttekintése
- Megoldhatatlan konfliktus elfogadása, lezárása



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD



Texting Tips
Good Communication in Social Media

Do not write anything that you would not say in person
Online communication easily leads to misunderstanding, uncertainty and conflict. Because it seems more impersonal if you cannot see the other person, the inhibition threshold is often lower. Nevertheless, respect and courtesy are just as important online. Behave on the internet the way you would behave in real life.

Stay concrete
Avoid generalizations like "all" or "always" or "nobody" or "never".

Distinguish between a person and their behavior
Your criticism should describe a concrete situation. Express how you feel when others behave in a certain way. Don't attack others on a personal level.

State clearly what you want
All humans have needs. They want attention, understanding, rest or support. You shouldn't feel ashamed because of that. On the contrary, if you say what you want, you increase the likelihood of getting it.

Do not post if you are emotional
You'll probably regret it in retrospect.


Do not frighten others
Not by allusions or threats, not by presenting shocking media.

Stay with the truth
Do not spread lies or falsehoods about others. Everything you write is stored and could come out again someday. Don't try to form false impressions of yourself or present something that you are not. Trust that you are at your best when you are just yourself.

Asking instead of guessing
Misunderstandings can usually be clarified. For this it is important not to assume the worst intentions with people you communicate with. Instead, ask why someone has behaved in such a way.

Do not solve disputes online
Avoid conflicts in which other people read along. Whenever possible, clarify the matter in direct conversation, in person. Choose a protected setting for this.


Do not participate when people are lying to, deceiving, offending or bullying others
Do not engage in conversations that are offensive to others. Cleverly handle new media – it is an incredibly powerful gift. Do not abuse it.



Compiled by
Dipl.-Psych. Anne von Lucadou
Psychologische Psychotherapeutin
Maienstraße 2 · 79102 Freiburg

www.psychotherapie-lucadou.de
© Anne v. Lucadou · Nov. 2019 v3

Dr. Stauder Adrienne PhD


Social Media Tips
 Suggestions for Safe & Responsible Use of Social Media

Take good care of your experiences and relationships in the real world
It is important to maintain trusting relationships with others both online and offline. Always prioritize people and experiences in real life over those in virtual life.

You control your smartphone, your smartphone does not control you
Do not let your smartphone interrupt what you are doing. Schedule mobile-free times for example during homework, during meals and at night.

Mute your smartphone in public places
It's annoying when you are forced to listen to other people's conversations. In order not to bother others in cinemas, concerts, public transportation or in the pizzeria - switch your phone to silent!

Don't call, text or play with your smartphone when in the company of others
It's just not nice. It can make people feel unimportant or neglected. If in doubt, ASK!

Respect other people and their right to privacy
Don't expect answers to your messages right away, even if the recipient of your message appears to have been online. That only puts them under unnecessary pressure.


The internet does not forget anything
Everything you post online can be stored permanently on a server, even if you delete that content from your social media channels locally.

Supply personal information only when absolutely necessary
Don't be too trusting. It's better to discuss your problems in controlled, protected settings. Anyone can make fun of, take advantage of or exploit your weaknesses. Do not offer private information online such as addresses, phone numbers, school names, passwords or bank account numbers.

Act responsibly with your own and other people's photos and videos. Ask before you post!
Do not spread any embarrassing files over the internet. Neither yours nor those of others.

The laws of the real world also apply to social media
Infringements on copyright or data protection are punishable by law. Likewise, the distribution or presentation of forbidden symbols, incitements and insults - all can have legal consequences and penalties.

Keep lines of communication with your parents open
Talk to them about irritating news, stressful experiences on the Internet or if you experience anything that might make you feel uneasy. If you are worried about your online friendships, get support. Also, show your parents what cool things they can do with a smartphone!




Compiled by: Dipl.-Psych. Anne von Lucadou
 Psychologische Psychotherapeutin
 Mainzerstraße 2 · 79102 Freiburg

www.psychotherapie-lucadou.de
 © Anne v. Lucadou · Nov. 2019 v5-e

Dr. Stauder Adrienne PhD

Gyász

- Veszteséggel való szembenézés, mit veszett el a beteg
- Átélni a gyász fájdalmát, a személyhez kapcsolódó pozitív és negatív élmények (idealizáció, ambivalencia) felidézése, tudatosítása
- A jövőről való gondolkodás, újra kapcsolódás, új érdeklődések



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Szerepátmenet

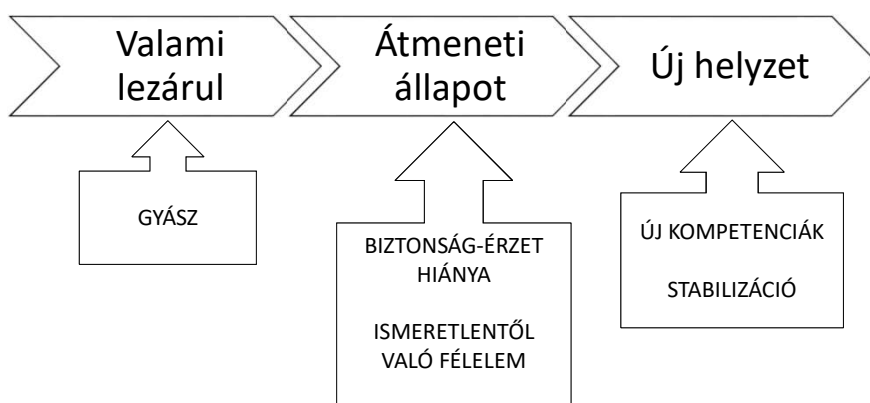
- Régi szerepek elhagyása és újak felvétele (életszakaszok)
- A régi szerep pozitív és negatív aspektusai (idealizáció, ambivalencia)
- A veszteségek „meggyászolása”
- A jövőről való gondolkodás, az új szerep pozitív és negatív aspektusai



Magatartástudományi Intézet

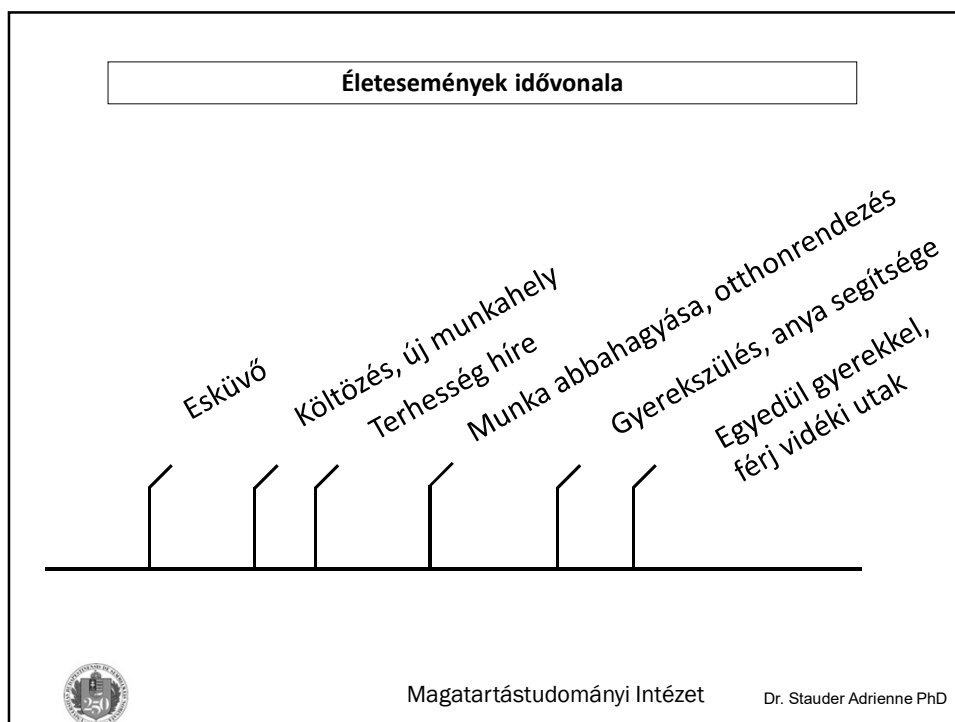
Dr. Stauder Adrienne PhD

A változás folyamata



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD



Kérdések szerepátmenet elemzéséhez

- Mi volt a jó a régi helyzetben? Mit veszített el? Ha erre gondol, milyen érzései vannak a régi helyzettel kapcsolatban?
- Mit nem szeretett, milyen esetleges hátrányai voltak a régi helyzetnek? Ha erre gondol, milyen érzései vannak a régi helyzettel kapcsolatban?
- Mit nem szeret, milyen hátrányai vannak az új helyzetnek? Ha erre gondol, milyen érzései vannak az új helyzettel kapcsolatban?
- Milyen esetleges előnyei vannak az új helyzetnek? Mi (lehet) jó az új helyzetben? Ha erre gondol, milyen érzései vannak az új helyzettel kapcsolatban?



Interperszonális deficit (érzékenység, magányosság)

- Tartós nehézségek intim kapcsolatok kialakításában
- Szociális izoláció
- Gyakori a társuló személyiségzavar
- Kommunikáció javítása szülőkkel, kortársakkal, kollégákkal



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Záró szakasz (2-4 ülés) , ritkuló ülések

- Eredmények megerősítése, visszaesés csökkentése
- Reális elvárások kialakítására kell törekedni
- A javulás hónapokkal a terápia után is folytatódik
- Páciens mindig tudja hány ülés van még hátra

- “Fenntartó” ülések: a lezárás után lehet néhány további ülés (1-3 havonta)



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT-B (Brief) 8 ülés

- Kevésbé súlyos, egyszerűbb esetek
- Limitált kapacitás
- Pl. poszt-partum depresszió



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPC Interperszonális tanácsadás

- Pszichoterápiás végzettséggel nem rendelkezők is végezhetik (szociális munkás, mentálhigiénés szakember)
- A tünetek akut életesemény kapcsán alakulnak ki (pl. betegség, munkahelyi problémák, veszteség)
- 3 ülés (alternatíva: 6 x 30')



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Az IPC üléseinek tematikája

- | | |
|----------|--|
| 1. ülés: | 1. interperszonális diagnózis, pszichoedukáció, fókusz meghatározása |
| 2. ülés | 2. fókusz kibontása, megoldási lehetőségek
IP Házifeladat |
| 3. ülés | 3. tapasztalatok megbeszélése, további terv, lezárás |



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Eset vignetta

Katalin 30 éves, a családorvosi rendelést felsőlégúti fertőzés miatt keresi fel, antibiotikumot kér.

Anamnézis felvétel: alvás problémák, energiátlanság, kedvetlenség.

Depresszió kérdőív: 19 pont (közepes-súlyos)

Pszichoszociális háttér?

beteg anyjával él, akit ápol, konfliktusos a kapcsolatuk elégedetlen a munkájával

2 hónapja halt meg a nagynénje akit nagyon szeretett (anyafigura) – ezt követően jelentkeztek tünetei,



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Esetvignetta 1.ülés

Pszichoedukáció:

Beteg szerep: depresszió gyakori betegség, testi változásokkal, negatív életesemények kiválthatják, gyógyítható (remény)

IPT fókus: ?

Közösen meghatározva – tünet, interperszonális események

2 hónapja halt meg a nagynénje akit nagyon szeretett (anyafigura) – ezt követően jelentkeztek tünetei, elégedetlen a munkájával

beteg anyjával él, akit ápol, konfliktusos a kapcsolatuk

GYÁSZ



PhD

Esetvignetta (folyt.)

- **Interperszonális leltár:**
- legközelebb álló két személy: édesanyja és az unokatestvére (az elhunyt nagynéni lánya), aki nemrég másik városba költözött;
- Egyéb támogató kapcsolat? több ember a gyülekezetéből, egy idős szomszéd, egy munkatárs



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Esetvignetta (2. ülés)

Depressziós tünetek, funkcionalitás áttekintése

- Depresszió: nincs lényeges változás
- Két támogató személlyel találkozott, pozitív élmény

Fókusz terület kibontása:

- Elhunytal való kapcsolat részletei, érzelmek megfogalmazása
- Pozitív: minden héten telefonált, verseket olvasott fel, bátorította, vendégül látta moziestre - érdekes, örömteli
- Negatív? Nincs.?! – gyakran nem teljesítette ígéreteit - rákérdezett: ráfőrdt, leszúrta és hálátlannak nevezte - nagyon erős bűntudat, igazságtalannak érezte, feszültség
- Vegyes érzelmek normalizálása – katarzis, feszültségcsökkenés „Nagyon hiányzik nagynénje, de kicsit meg is könnyebbült, hogy már nem kell foglalkoznia a kialakult feszült helyzettel”



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Esetvignetta (3. ülés)

Depressziós tünetek, funkcionalitás áttekintése

- Depresszió: 9 pont, alvás javult, energikusabb, aktívabb;
- Bűntudata csökkent

Tapasztalatok megbeszélése:

- Tudatosan szervez magának társas programokat, gyászolja nagynénjét.

További terv, lezárás:

- Gyógyszer nem szükséges, úgy gondolja meg tud birkózni a helyzettel, meglátja hogyan alakul a hangulata.
- Egy hónap múlva még egyszer eljön. Ha rosszabbul érezné magát, korábbi időpontot kérhet.



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT hatótényezői

- Kliens realizálja, hogy képes a változásra kapcsolataiban.
- Hangulat és az önértékelés javul
- Szociális aktivitás nő, strukturálatlan idő csökken
- Interperszonális stressz gyakorisága és súlyossága csökken.
- Non-specifikus terápiás tényezők:



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Az időhatáros pszichoterápia általános alapelvei és hatótényezői

- Megértés, empátia, elfogadás
- Érzelmi kapcsolat (nem csak intellektuális)
- Optimizmus
- Elméleti koncepció a probléma megértésére
- Sikerélmények a terápia keretében („mastery”).



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

IPT további előnyei

- Kötődés – fontos koncepció betegségben
- Megbirkózás és társas támogatás
- Tünetek normalizálása
- Támogató
- Rugalmas
- Könnyen megérthető, elfogadható
- Praktikus
- A jelenre fókuszál



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Alkalmazási területek

- Akut depresszió, gyász
- Serdülőkori depresszió
- Peripartum depresszió
- Krónikus depresszió, disztímia
- Bipoláris zavar
- Szociális szorongás
- Evészavarok (bulimia)
- Poszttraumás stresszavar
- Személyiségzavar
- Krónikus betegségek



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Bipoláris zavarokra: www.ipsrt.org/

IPSRT
Interpersonal and Social Rhythm Therapy

Login Register

IPSRT Background Success Stories Current Research Training

Interpersonal and Social Rhythm Therapy (IPSRT)
is designed to help people improve their moods by understanding and working with their biological and social rhythms. Originally developed as a form of psychotherapy for a single clinician and a single patient, the program has since been adapted to work in several different kinds of settings, including inpatient and outpatient groups. IPSRT is a compelling adjunctive therapy for people with mood disorders, and it emphasizes techniques to improve medication adherence, manage stressful life events, and reduce disruptions in social rhythms. IPSRT teaches patients skills that let them protect themselves against the development of future episodes.

A major goal of the IPSRT team is to expand the program's use and the resources available to clinicians wishing to learn the IPSRT model, as well as to provide additional support to clinicians already trained in IPSRT.

[Learn more >](#)

Rules for Better Sleep
The IPSRT team has developed a handout with tips for developing good sleep habits.
[Download tips>](#)

Current Research
Read about ongoing research involving IPSRT and the treatment of bipolar disorders.
[Learn more>](#)

Effective Techniques
See what people have to say about the way that IPSRT has changed the lives of patients with bipolar disorder.
[Read more>](#)

The development of the IPSRT website was supported by The National Institute of Mental Health grant R34MH091319

drienne PhD

IPT szomatikus kórképekben

- Rugalmas időpont, orvosi vizithez kapcsolódhat
- Rövid forma (IPT-B, IPC)
- Telefon / skype?
- Kihívás: átfedés a hangulatzavar és a szomatikus betegség tünetei közötti
- A szomatikus tünetek is javulhatnak
- Interperszonális leltár az anamnézis és szociális támogatás felmérésére
- A betegséghélmény, az ellátással kapcsolatos tapasztalatok és elvárások felmérése, a hiedelmek explorálása
- Családtagok esetleges bevonása



Hasznos források IPT könyvek

- Klerman, G. L., Weissman, M.M., Rounsaville, B.J. & Chevron, E.S. (1984) Interpersonal Psychotherapy of Depression. Jason Aronson Inc., Northvale, New Jersey, London.
- Klerman, G. L. & Weissman, M.M. (Eds) (1993) New Applications of Interpersonal Psychotherapy. Washington D.C., American Psychiatric Press,.
- Markowitz, J.C. (1998) Interpersonal Psychotherapy for Dysthymic Disorder. Washington DC, Am. Psychiatric Press
- Markowitz, J.C. (Ed) (1998) Interpersonal Psychotherapy. Washington DC, American Psychiatric Press Inc.
- Mufson, L., Moreau, D., Weissman, W. & Klerman, G. (1993). Interpersonal Psychotherapy for Depressed Adolescents. New York, Guilford Press.
- Stuart, S. & Robertson, M. (2003). Interpersonal Psychotherapy: A Clinician's Guide. London, Arnold
- Wilfley, D.E., MacKenzie, K.R., Welch, P.R., Ayres, V.E., Weissman, M.M. (2000). Interpersonal Psychotherapy for Group. Basic Books.
- Weissman, M.M., Markowitz, J.C., & Klerman, G.L. (2000) Comprehensive Guide to Interpersonal Psychotherapy. Basic Books.
- Wilfley, D.E., MacKenzie, K.R., Welch, P.R., Ayres, V.E., Weissman, M.M. (2000). Interpersonal Psychotherapy for Group. Basic Books.
- Markowitz, Weissman (eds): Casebook of interpersonal psychotherapy. Oxford University Press, 2012
- **Weissman, M.M., Markowitz, J.C., & Klerman, G.L. (2018) The Guide to Interpersonal Psychotherapy. Oxford.**



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD

Hasznos források

- Cikkek (Pubmed)
- Szakmai útmutatók
- Cochrane reviews
- International Society for IPT (ISIPT)
- Weboldalak:
- www.interpersonalpsychotherapy.org
- www.iptuk.org

Bipoláris zavarok pszichoterápiája:

- **Interpersonal and Social Rhythm Therapy (IPSRT)**

Ingyenes IPSRT on-line at www.ipsrt.org



Magatartástudományi Intézet

Dr. Stauder Adrienne PhD



The ISIPT is a non-profit, global organization dedicated to promoting and disseminating training and research in IPT as a means to alleviate human suffering due to mental disorders

MEMBERS BENEFITS

Network with IPT colleagues around the world, including IPT pioneers!

Access mentorship and training opportunities

Discounted fees to the ISIPT bi-annual conference including workshops

Training resources, webinars and teaching videotapes

Apply for certification as a Trainer/Supervisor with directory listing

How to Join



<http://www.interpersonalpsychotherapy.org> -

Click on "Join ISIPT"

If you have difficulty logging on or with the cost of dues, please email us at info@interpersonalpsychotherapy.org

Dues are U\$50 for students and individuals from
Low and Middle Income Countries with the option to apply for a bursary