

Základní psychoterapeutické přístupy v ordinaci dětského lékaře

Předneseno na schůzi pediatriů dne 5. 12. 2019, Lékařský dům Praha

magdalena.frouzova@email.cz

Centrum integrativní psychoterapie

Praha 6, Břevnov, Bělohorská 93

602 642 616



Základní teorie týkající se psychoterapie dětí



Terapie hrou – seberozvoj, zrání, vztahy



Vztah – důvěrný,
terapeutický



Odkrývání – dg, pocity,
nedovolené afekty a
potřeby, konflikty,
rekonstrukce zážitků



Léčba – zvládání, učení se
novému, úleva – korektivní
zážitek, řešení odporu a
obran, intervence



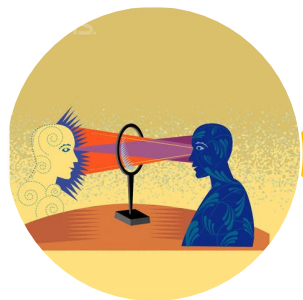
Vztahové teorie



Růstový model – cílem sebeaktualizace a sebepřijetí, Budování vřelého a empatického vztahu, provázení dítěte, reflexe jeho pocitů (tam kde chybí empatictí pečovatelé)

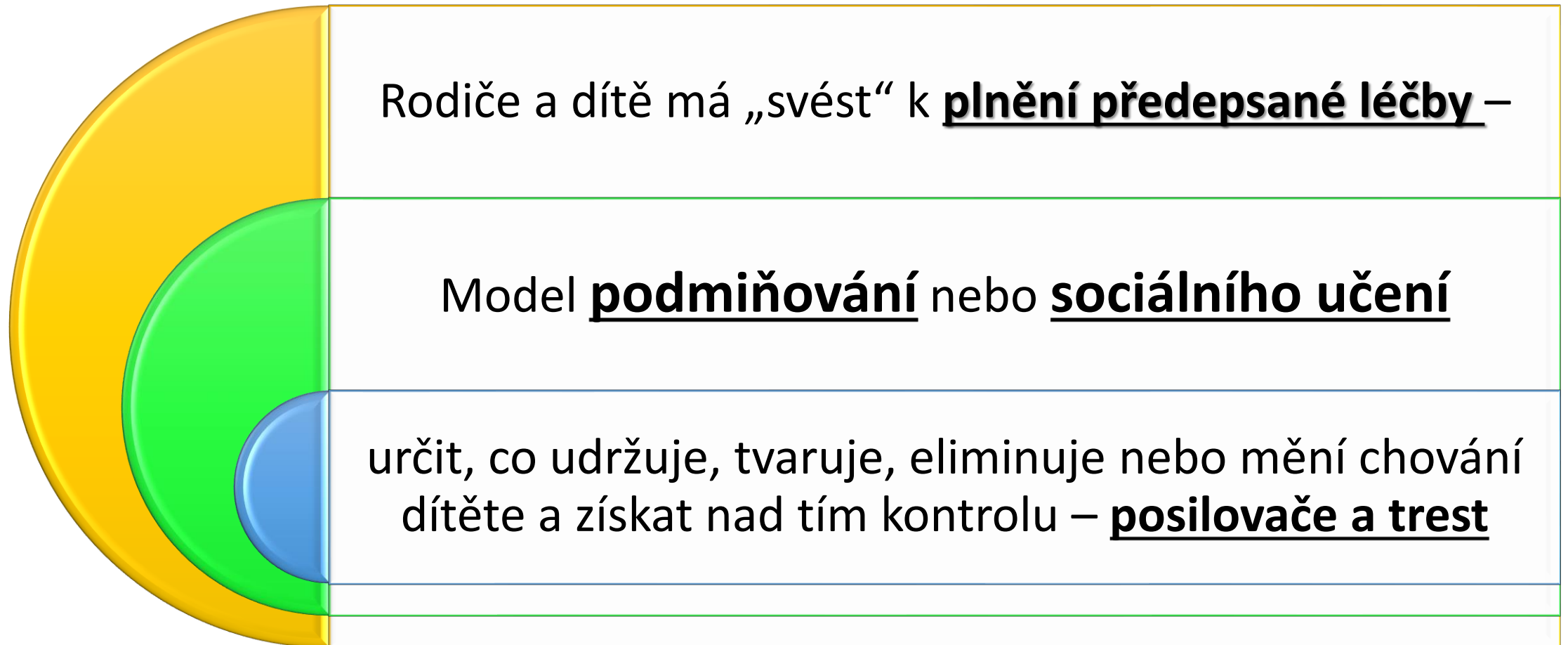


Nástroj k seznámení se se svým skutečným životním **směřováním a touhami** – potvrzení terapeutem - jeho pocity platnou a důležitou součástí jeho self – na jeho problémy existují odpovědi a má nad svým životem kontrolu – je schopno jej měnit



Způsob **komunikace mezi dítětem a terapeutem** – vztah není interpretován, nejde o vhled – podpora, realismus

Behaviorální teorie



Teorie úlevy a struktury - model **katarze**



Expresa afektu v situacích,
které připomínají skutečný život –

Hra, která vyvolá úzkost a emoční
expresi či agování – prozkoumání
problému a navázání vztahu s
dítětem

Integrativní terapeut

Přizpůsobí své strategie
intervenování konkrétním
potřebám každého
individuálního dítěte

Ochota zkoušet odlišné techniky



Behaviorální techniky

Většině chování a některým afektům a strachům jsme se naučili – ovlivnění prostředím

3 hl. přístupy k učení

- Klasické podmiňování
- Operantní podmiňování
- Sociální učení

Klasické podmiňování



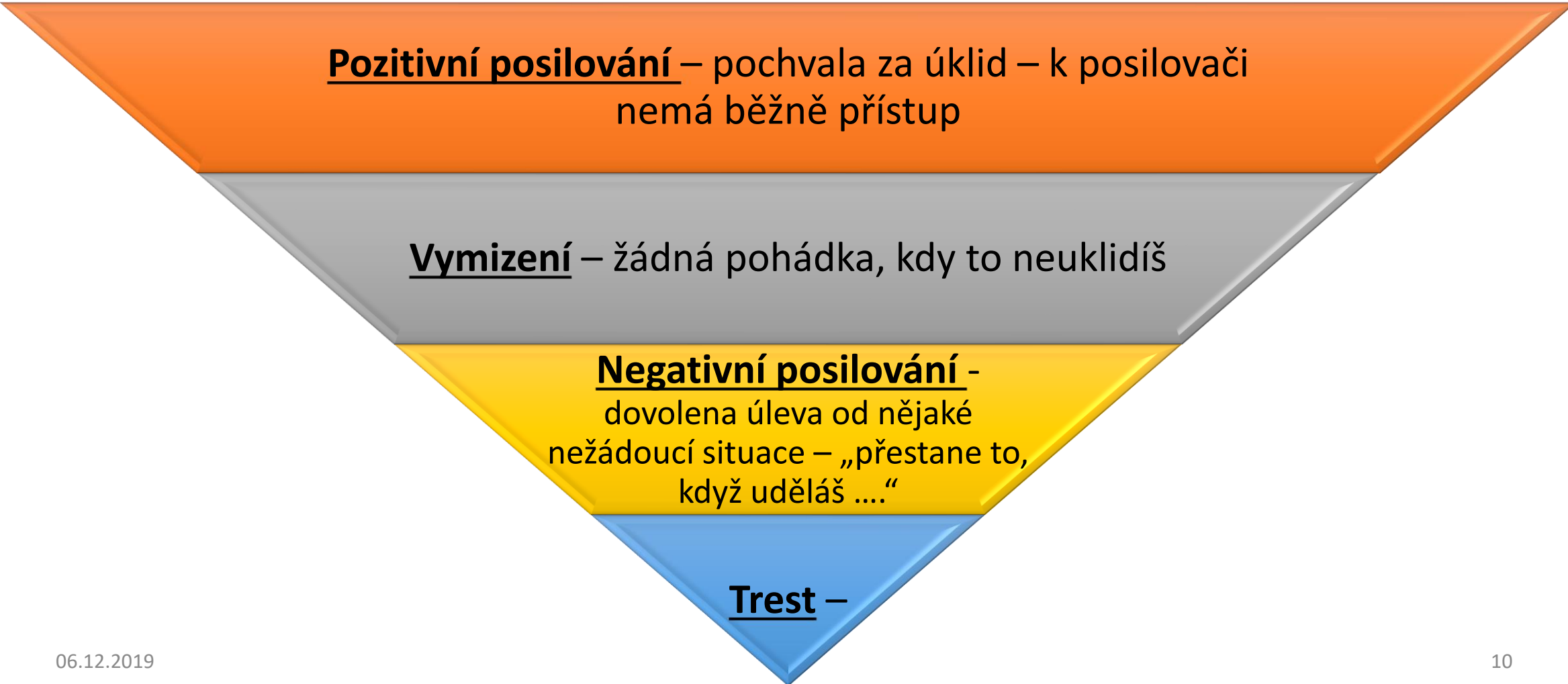
Systematická desenzitizace – např. úzkost, fobie

- **Reciproční inhibice** – protichůdné fyziologické reakce ve stejnou dobu – relaxace/vizualizace spojována se zúskostňujícím stimulem – opatrně spárování desenzitizace in vivo



Averzivní podmiňování
– averzivní stimul s
maladaptačním
chováním

Operantní podmiňování – Environmentální důsledek se stává stimulem



Pozitivní posilování – pochvala za úklid – k posilovači nemá běžně přístup

Vymizení – žádná pohádka, kdy to neuklidíš

Negativní posilování -
dovolena úleva od nějaké nežádoucí situace – „přestane to, když uděláš ...“

Trest –

Další operantní procedury

Posilování nekompatibilního chování

– eliminuje nežádoucí chování a rozvíjí požadované chování

Žetonová ekonomika –

může kombinovat pozitivní posilování, posilování nekompatibilního chování a negativní odezvu

Oddechový čas – nemá posilovat ani trestat – doba ? Kdo určí?

Tvarování – podpora postupného rozvíjení žádoucího chování

Sociální učení – zapojení rodičů i učitelů

4 procesy modelování či observačního učení

Pozornost –

Zapamatování

Napodobování

Motivace (vnitřní
a vnější pozitivní
zpětná vazba)



Strategie vycházející ze sociálního učení

- **Živé modelování** – jiní lidé
- **Symbolické** modelování – nafilmované modely – relevantní vzory chování
- **Sebemodelování** – využití nahrávky dítěte – dívá se na sebe, aproximace k cílovému chování
- **Participační** modelování - kombinuje všechny tři - v přítomnosti terapeuta imituje, dostává zpětnou vazbu, dílčí kroky ...



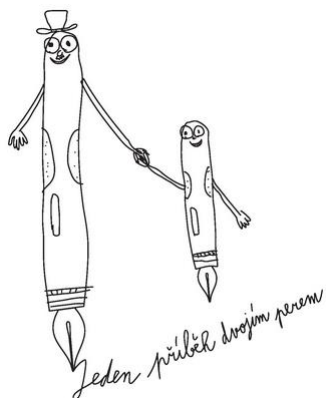
Technika vypravování příběhů - poskytování a získávání informací

Děti rády poslouchají a vymýšlejí příběhy

- předávání **kulturních** přesvědčení, hodnot a poznání
- Předávání **rodinných** tradic, hodnot a moudrosti
- **Sdělování sebe sama** –
 - Významný materiál **odkrývají nepřímo – řešení** -
 - **Vyjadřování** pocitů, potřeb, konfliktů, jejich zvládání a alternativní a symbolické řešení
 - Podpora **socializačního** procesu
 - Nastavování **cílů**, truchlení, vyrovnávání se se **ztrátou**, navazování nových a blízkých **vztahů**, stávání se **starostlivým** jedincem
 - **Metakomunikace** nemusí být otevřená či vědomá – projekce, volné asociace, sny -



Příběh z hlediska fáze terapie

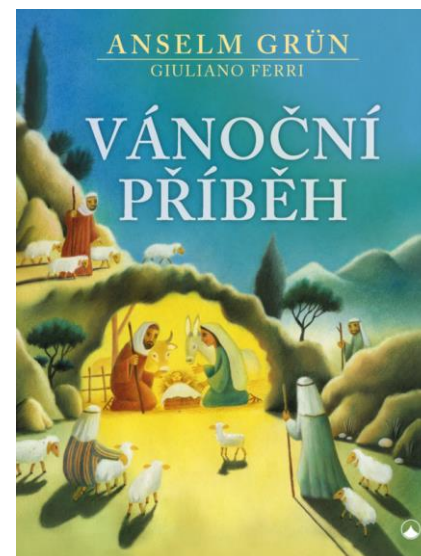


Krátké, opatrné,
necenzurovanost

Delší, určitá
témata, linie
příběhu větší
flexibilitu



Dlouhý a zdravý
příběh, mnoho
změn v něm, více
vnější svět



Terapeut naslouchá, zkoumá, pak intervenuje

Reaguje na
projevy dítěte s
respektem a
terapeuticky

Znovu vytvoří
podobný
příběh

Začlení jiné
možnosti, zdravější
řešení konfliktu
nebo pocitu, který se
objevuje v problému
dítěte

Upraví
ponaučení

- Technika napomáhá internalizaci změn bez verbalizace vzhledů či pochopení procesu změny

Typy vyprávění

Nezpracované emoce,
kognice

Objevný příběh



Sebepotvrzení
Napojení se

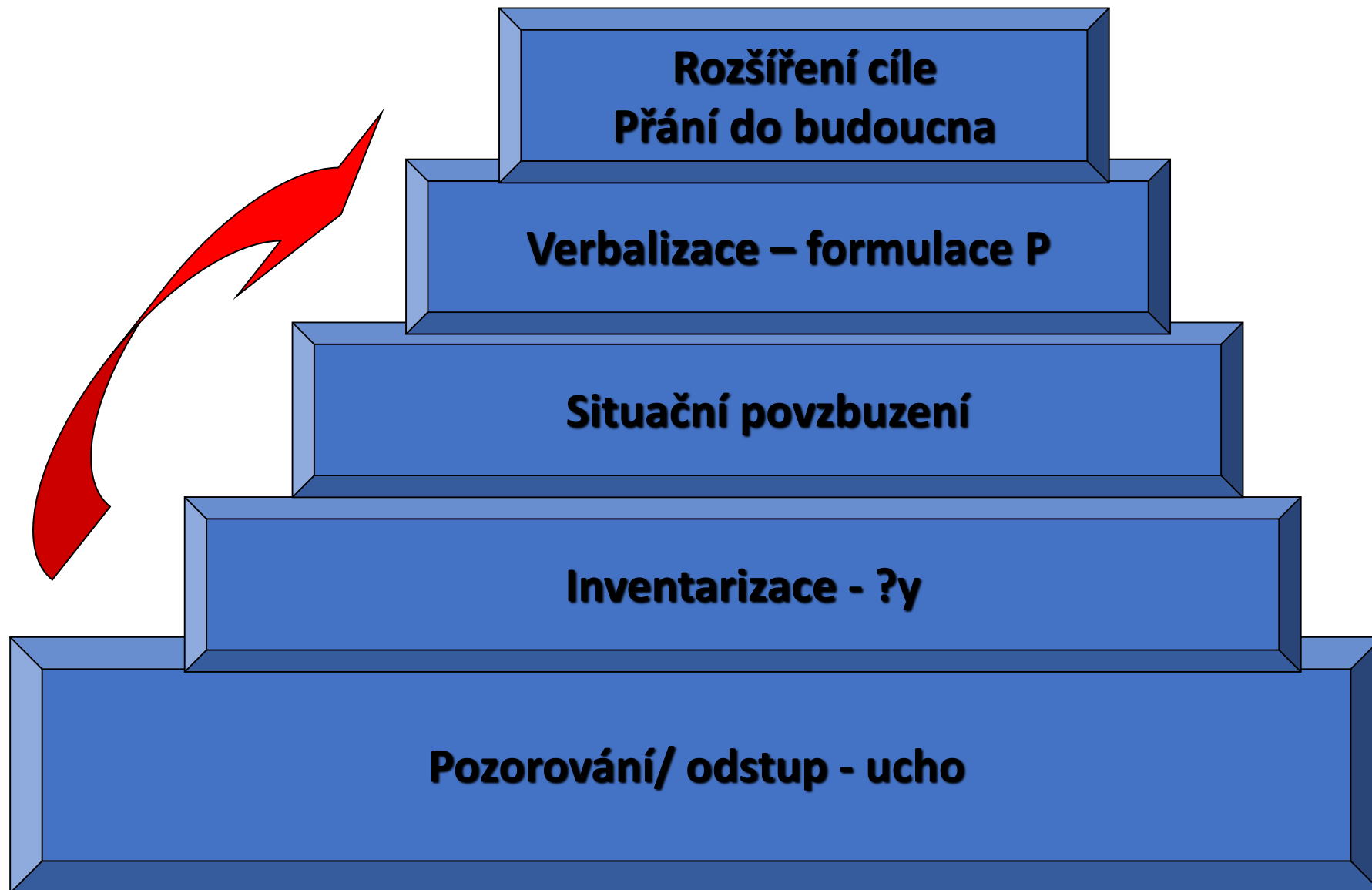
Neočekávaný
příběh

Prázdný příběh

„Stará písnička“

Rozpadlý příběh

5-stupňový postup v pozitivní psychoterapii



Výtvarné arteterapeutické techniky- 4 prekurzory

Prekurzorní aktivity – čmárání, patlání, zkoumání použitelnosti

Chaotické vybití – cákání, šplíchání, rozlévání výtvarných materiálů

Stereotypní aktivita – obrana – opisování, obkreslování, stereotypní opakování vzorců nebo témat – afekty zůstávají spíše neodkryté

Piktogramy – obrázky či modely nahrazující slova



Expresivní umění- proces důležitější než samotný produkt



Rozdíl mezi hrou a uměleckou tvorbou

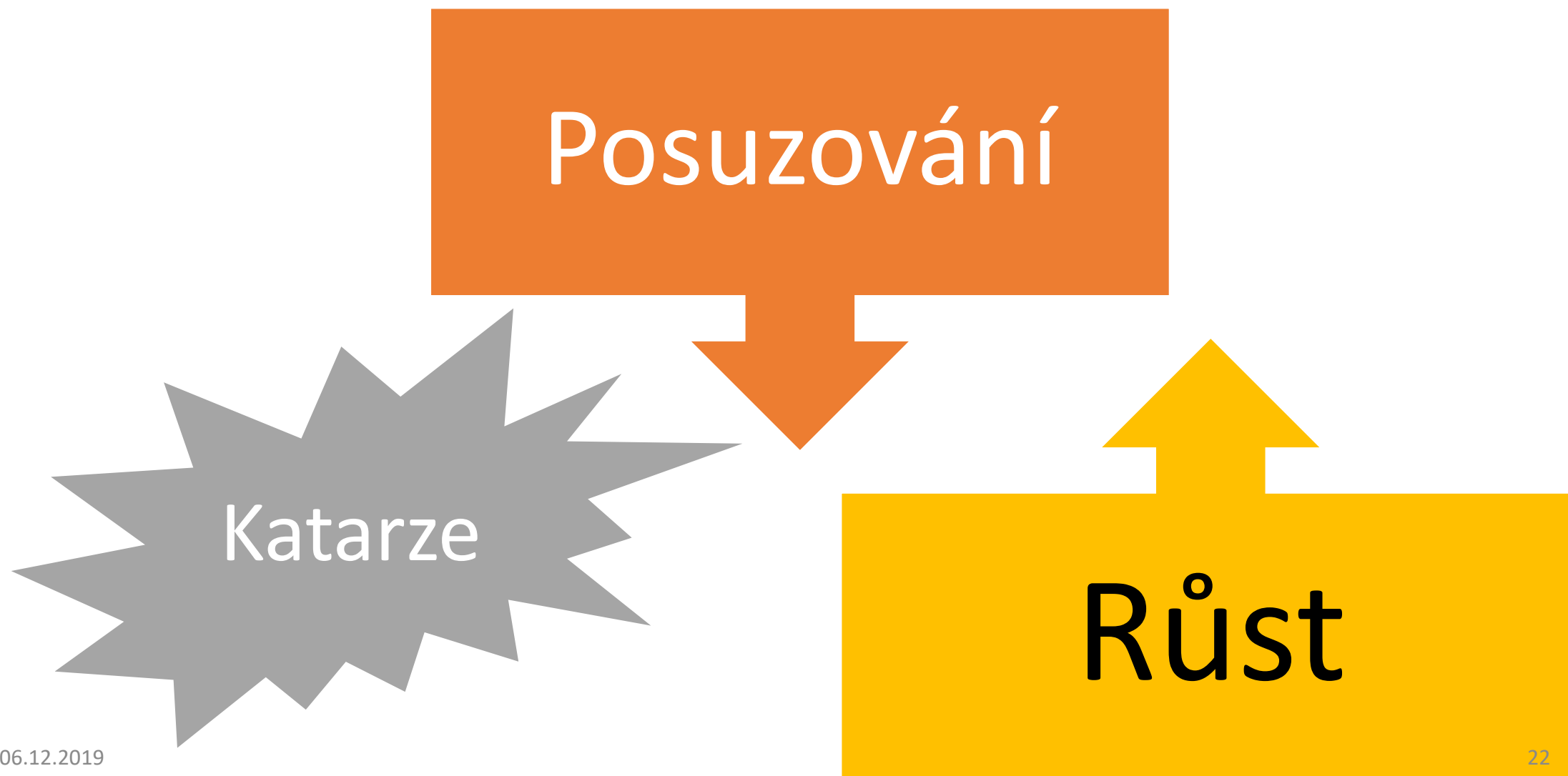
Hra

- Udržet rovnováhu
- Zobrazit ideální, fantazijní self
- Výsledek

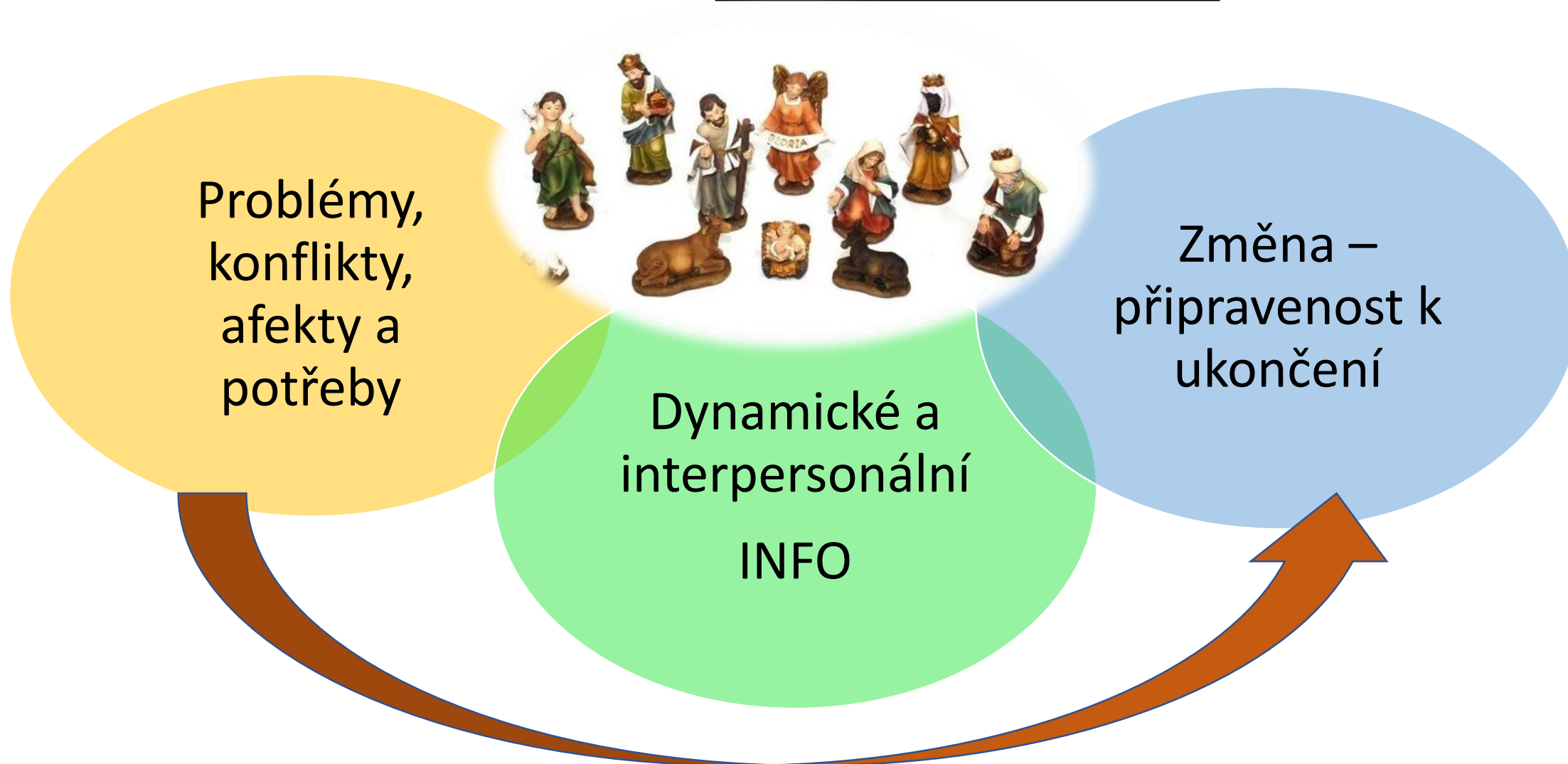
Umělecká tvorba

- Odkrývá problémy – vyobrazuje skutečné self či výsledek urč. Situace
- Vytváří ze staré situace něco nového – z chaosu řád
- Sublimace - přetváří svá přání, strachy, impulzy
- Uspokojuje potřebu zrcadlení, idealizace
- Prostředek pro učení a vývojové potřeby- sebe-explorace, struktury a rozvoj dovedností

Funkce arteterapie – naslouchání očima



Funkce arteterapie - Posuzování



Funkce arteterapie - Katarze

Bezprostřední zpracování událostí
z minulosti a současnosti a očekávaných událostí

Vyjádření afektů a potřeb

pak jejich zvládnání a řešení



Funkce arteterapie – Růst



Zvýšení zacílenosti

Zvýšení sebehodnocení a sebedůvěry

Učení schopnostem a rozvíjení talentů

Podpora kreativního řešení problémů, situací

Zkoumání alternativního řešení problémů

Navázání terapeutického vztahu



3 dimenze interpretace výtvoru

Proces – přístup
dítěte, zvládání
prostředků

Forma – celkový tvar,
stupeň organizace,
rozmístění, kompletnost,
jasnost, pohyb, barva,
relativní velikost

Obsah

Manifestní –
objekty, postavy,
vztahy

Asociativní –
názvy,
verbalizace

Latentní –
symbolika,
předměty, lidé

Symbolika v kresbě

Papírový drak – únik

Čarodějnice –
nepřátelství

Dům – matka,
rodina

Voda - nevědomí

Zvířata v díře stromu
– potřeba závislosti

Suky v kůře stromu
– trauma

Slunce – otec

Žebřík – napětí

Vozidla – nezávislost
a snaha o autonomii

Výtvary větších dětí



Kresba problémové situace, události

- Smysluplná internalizace a terapeutická změna **bez potřeby otevřené interpretace**
- Potřeba nad obrázkem **mluvit** – následkem může být další obrázek
- Někdy lepší **volný styl** - u rezistentních či nedobrovolných klientů
- Věkově přiměřený materiál



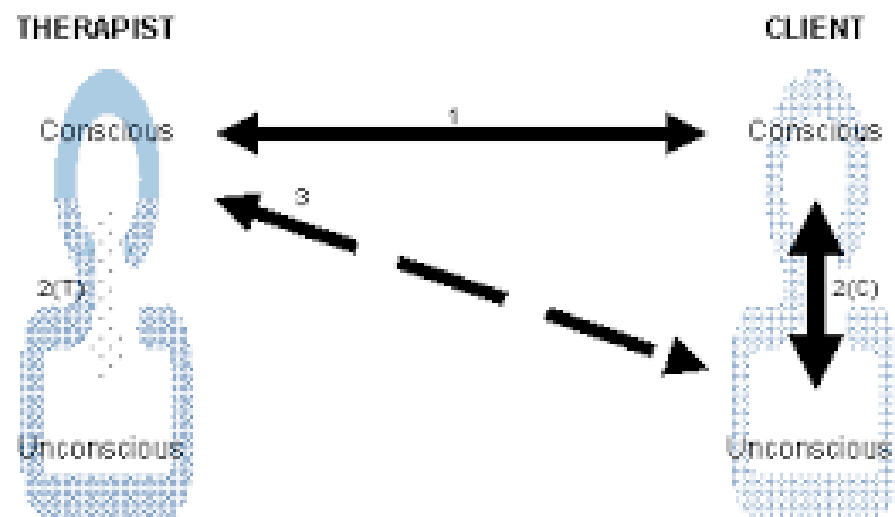
Důležité pojmy v psychoterapii



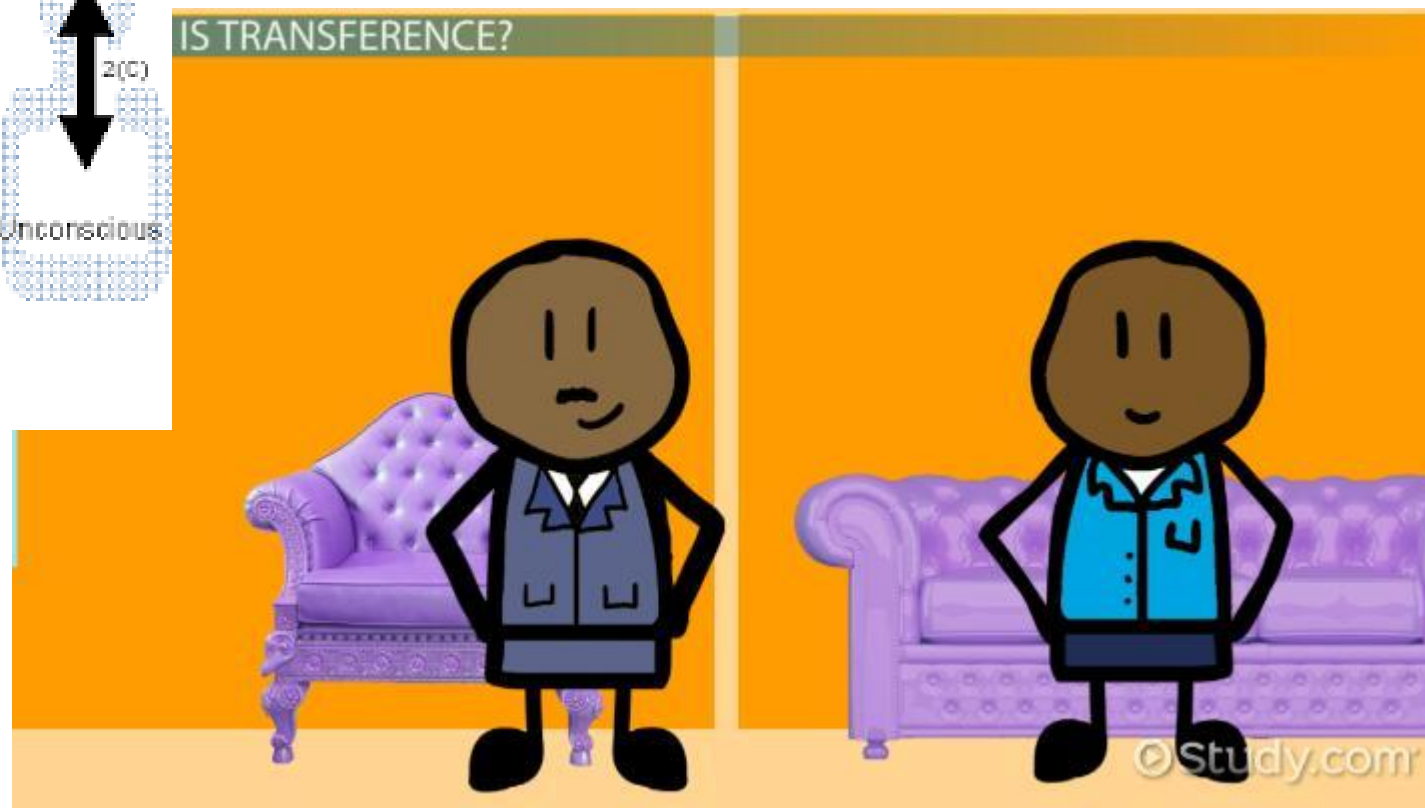
Projekce



Projekce ve vztahu - Přenos a protipřenos



THE CROSS DIAGRAM 3



Typy přenosů

Sadomasochistický

- Paranoidní a perzekuční

Idealizující/
devalvační

Prostý hostilní

Vzdorný

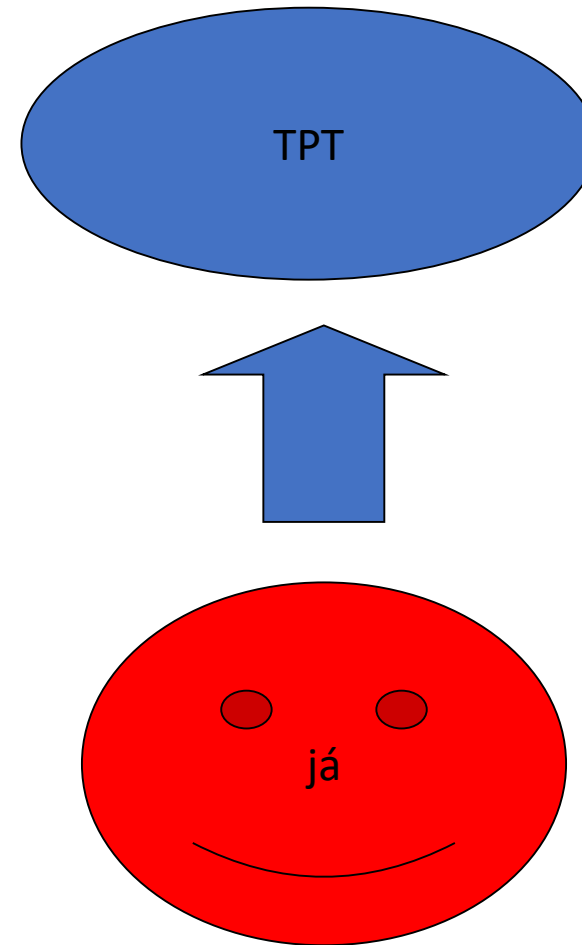
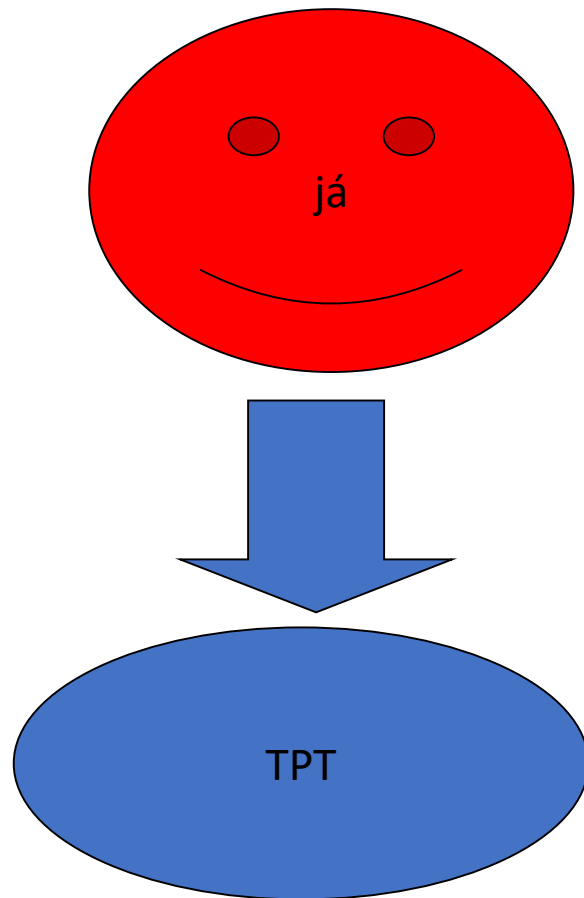
Svádivý

- Symbiotický

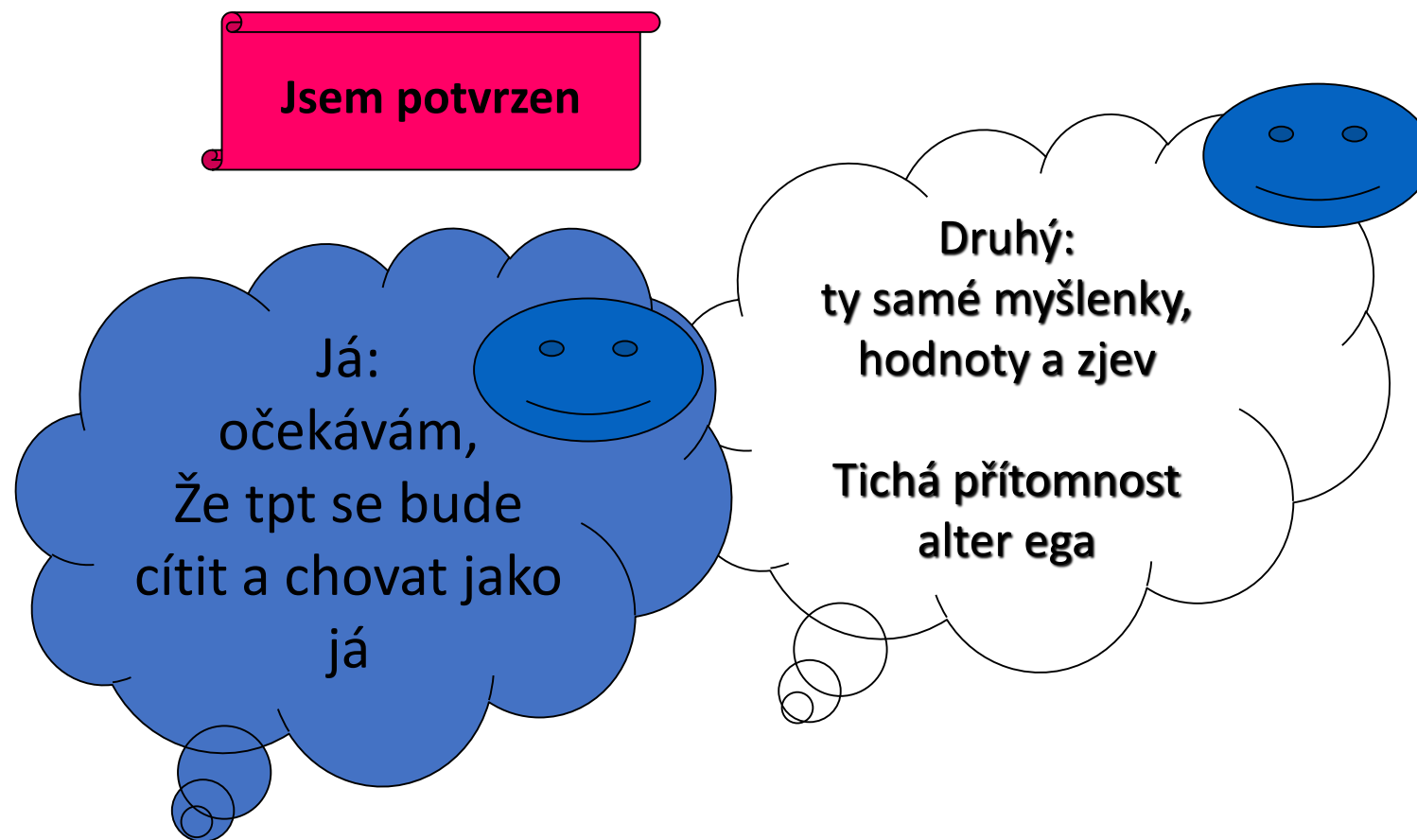
Zrcadlí

a
přenos

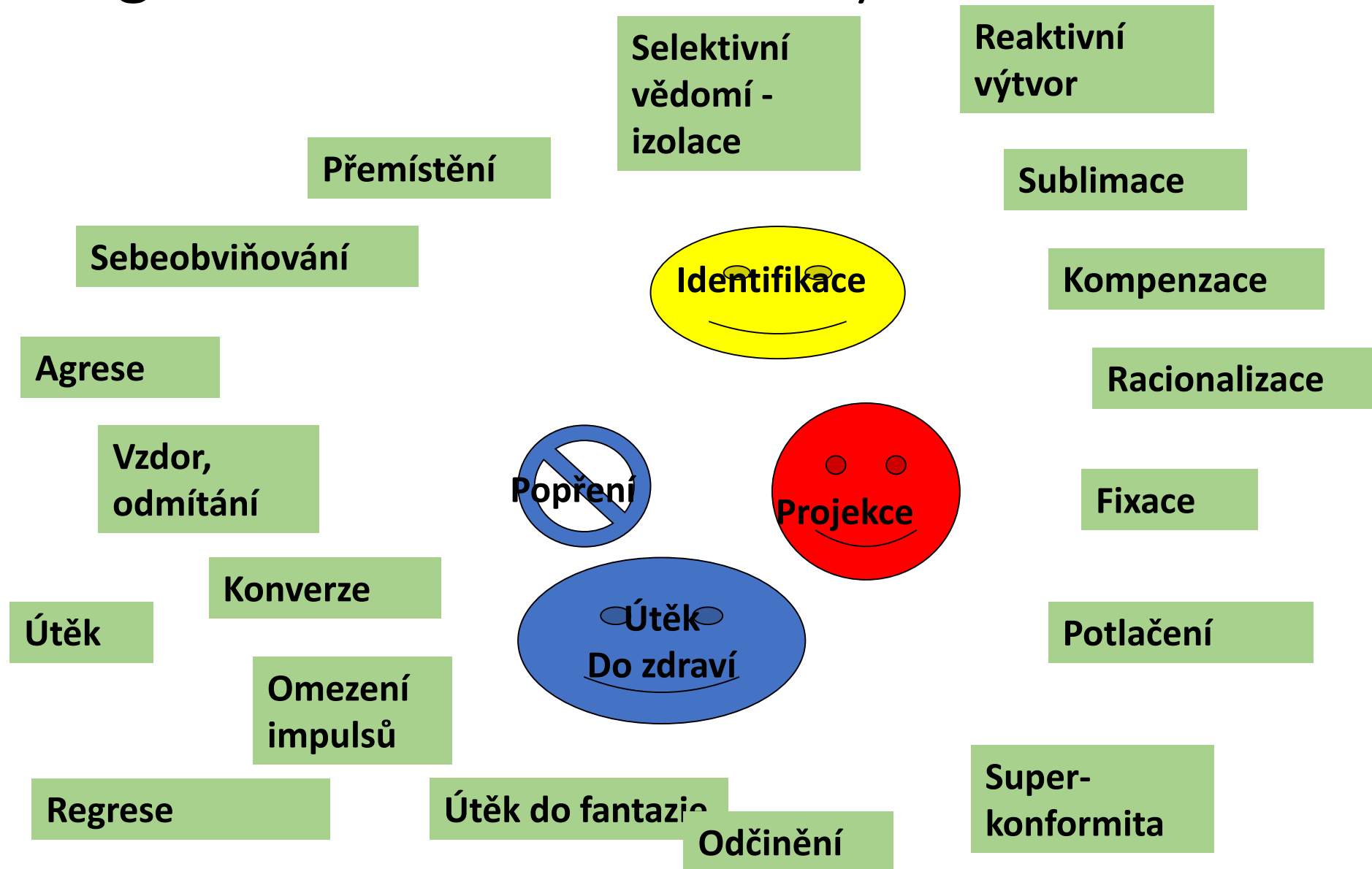
idealizující



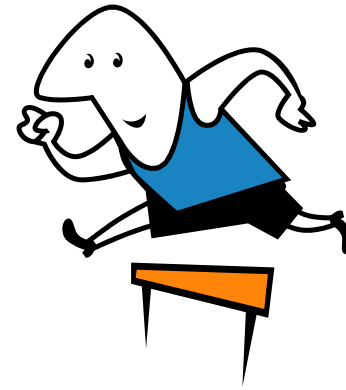
Twinship přenos (Kohut, 1984):



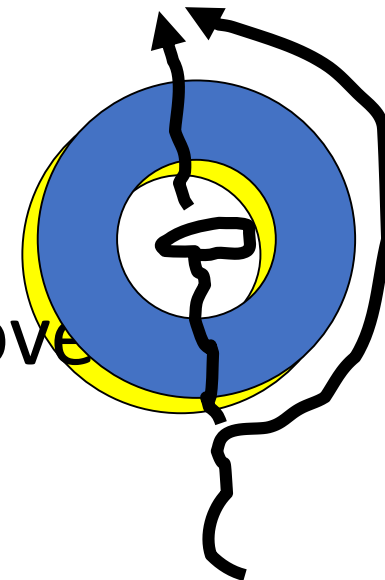
Ego obranné mechanismy



Zvládání obranných mechanismů



- **Obejdeme** je, jakoby ignorujeme
- **Paradoxní** přístup
- Částečně přijmeme a použijeme energii na samotný terapeutický proces
- **Zvědomíme**
- **Propracováváme** se jím
- Postupná explorace a pak nácvik nové



Projektivní identifikace

V terapii:

- Jedinec odštěpí negativní aspekty self a promítne je na druhou osobu ve snaze tuto osobu kontrolovat a přinutit ji jednat v souladu se svými vlastními potřebami
- Po projekci reintrojekce silných afektů – pro vyvíjející se self nebo osobnost nepředstavuje hrozbu



Projektivní identifikace



- Pomáhá jedinci se **zbavit se nežádoucích** nebo děsivých afektů
- Jako způsob komunikace pomáhá jedinci cítit se **druhými** **pochopen** tím, že je naplní svými vlastními pocity
- Jako způsob vztahování se k druhým představuje relativně **bezpečný způsob bytí s druhými**
- Cesta psychologické změny **zpřístupňuje jedinci těžké pocity**, které byly promítnuty ve změněné formě pro reintrojekci

Nemyslím,
že mi tohle
dělá dobře.



"I don't think this is doing me any good."

Kontejning

Ohrožující události

Dítě se identifikuje
se zpracovanou
událostí matkou



Dítě potřebuje,
aby matka vnitřně
zpracovala událost

Zpracování
matkou



Krátké kurzy v psychoterapii – KIP 2020 - Kurz integrativní psychoterapie

Jednoroční kurz Integrativní psychoterapie

V Centru integrativní psychoterapie, Praha 6, Bělohorská 93
Lektor: PhDr. Magdalena Frouzová

Kurz je určen pro ty, kteří se chtějí seznámit se základními, již integrovanými výdobytky psychoterapeutické praxe a pro ty, kteří se již seznámili s některým psychoterapeutickým systémem, ale cítí potřebu získat větší rozhled v současné psychoterapeutické praxi s integrativním přístupem.

V kurzu bude probíhat skupinová práce se vzájemnou výměnou svých názorů a zkušeností, přičemž teorie bude hojně prokládána sebezkušenostními nácviky dovedností. Bude používána kamera a vedeny diskuze nad video-záznamy relevantních významných psychoterapeutů. Frekventanti obdrží PP prezentace.

Náplní kurzu budou koncepční pohledy na psychoterapeutické systémy, obecné faktory a procesy v psychoterapii, technický eklecticismus, teoretická a asimilativní integrace, integrativní psychoterapie pro specifické poruchy a specifické populace, výzkum, výcvik a supervize v integrativní psychoterapii, formulace vlastního terapeutického stylu a možnosti dalšího rozvoje v této oblasti.

Magdalena Frouzová téměř 30 let vede psychoterapeutické výcviky (Skálův institut) a je členkou výboru Psychoterapeutické společnosti Lékařské společnosti JEP. Od mezinárodní Společnosti pro výzkum integrace v psychoterapii (SEPI) obdržela „Arkoff and Glass Award for Regional Network“.

Kurz bude probíhat v roce 2020 v deseti dvou dnech (sobota-neděle) jednou měsíčně kromě prázdnin. Celkem bude obsahovat 160 hod. 18.-19.I., 15.-16.II., 7.-8.III., 4.-5.IV., 16.-17.V., 13.-14.VI., 5.-6.IX., 3.-4.X., 7.-8.XI., 12.-13.XII.

Předplatné celého kurzu 20 000 Kč,
v případě volných míst je možné se přihlásit na jednotlivé víkendy - cena 2300 Kč.
Přihlášky a dotazy zasílejte na adresu: magdalena.frouzova@email.cz, platby na č. účtu 121166349/0800.

5tileté výcviky v
psychoterapii –
různé směry pod
ČPtS ČLS JEP



Skálův institut
Praha 2, Apolinářská 4

Skálův institut přijímá frekventanty do
5tiletého sebezkušenostního
VÝCVIKU VE SKUPINOVÉ
INTEGRATIVNÍ
PSYCHOTERAPII 2020-24

– souhlas komise pro zdravotnictví České lékařské společnosti. Garant programu Magdalena Frouzová, vedoucí skupin a lektori na www.skaluvinstitut.cz. Součástí programu sebezkušenost a nácvik dovedností (350 hod.) teorie (160 hod.), a supervize (130 hod.), široký nadstavbový program dalších nácviků dovedností (400 hod.). Roční kurzovné 27 500 Kč.

Kritérium přijetí 25 let, bakalariát humanitního směru, a zaslání
10tistránkového životopisu s přihláškou na
magdalena.frouzova@email.cz, tel.: 602 642 616.

Procesy vedoucí ke změně



Děkuji za pozornost!

www.skaluvinstitut.cz
www.psychoterapie.info

