



Integrativní psychoterapie a koncept práce s kruhy

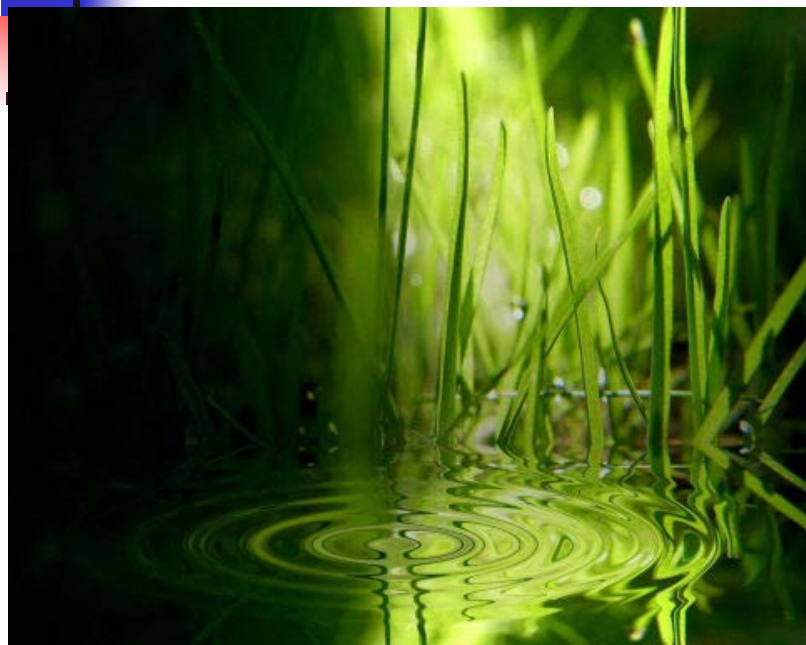
MUDr. Jan Kubánek

Priessnitzovy léčebné lázně a.s. Jeseník

Trenčianské Teplice 2013

Kruhy mají integrativní potenciál

- **Kruhy nás obklopují**



- **V přírodě**

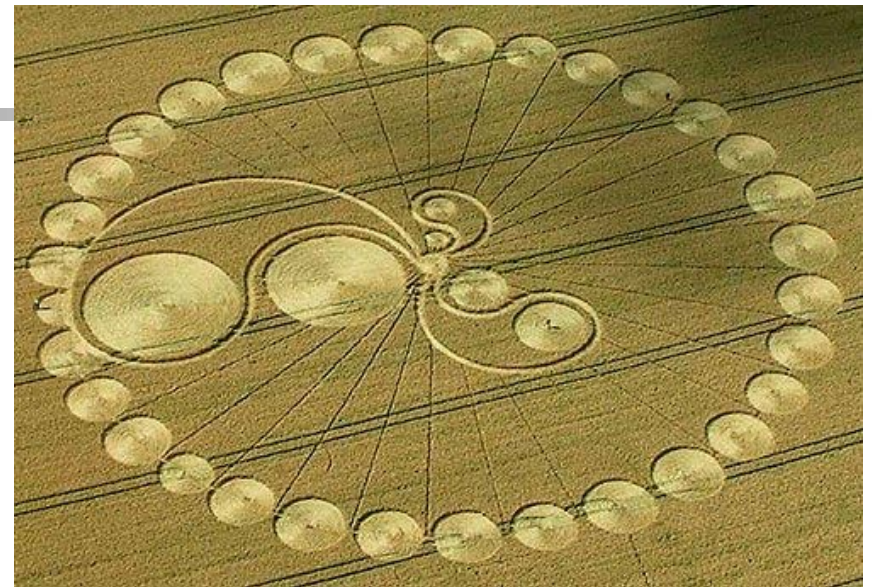
V lidských výtvořech



meta.



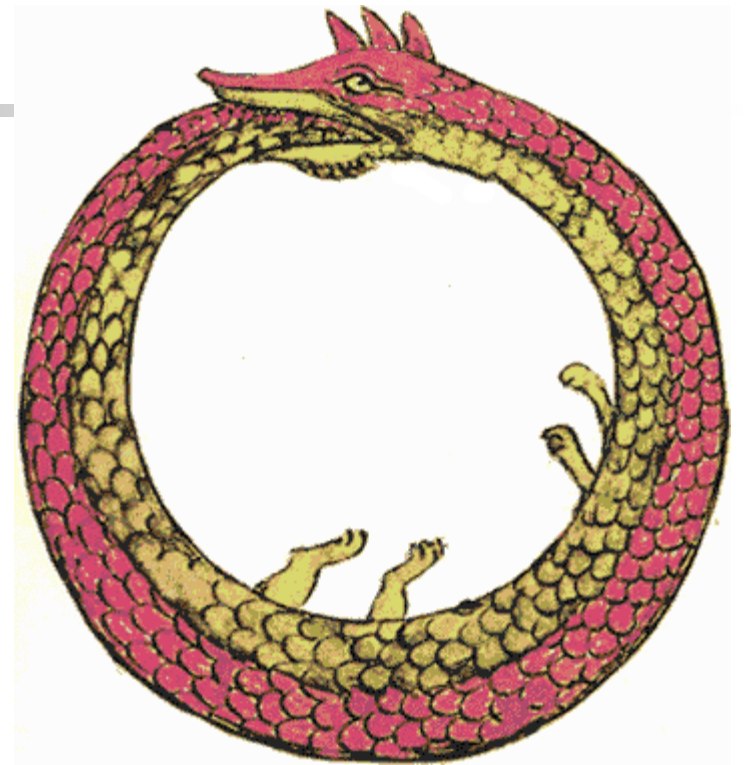
Ve výtvořech „mimozemšťanů“



V alchymii



Uroboros



V náboženství

Já jsem alfa a
omega, jsem
počátek i konec.



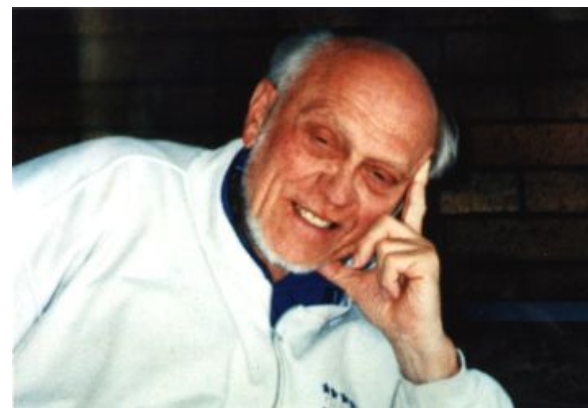
prostě drží...

Henkel

Kořeny kruhů:

Integrovaná psychoterapie (Knobloch)

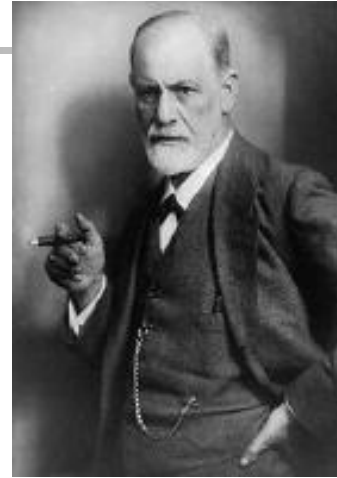
- Původní česká interpersonální psychoterapie (v širším pojetí x Klerman, Weissmanová)
- Kombinuje přístup interpersonální, dynamický a nácvik



F. Knobloch, *1916, český psychiatr, žijící v Kanadě

Sebepodrývající chování 1

- angl. *self-defeating behavior*,
- nutkání k opakování, osudová neuróza (Freud, 1933, cit. dle Knobloch, 1999)
- neurotický paradox (Mowrer, 1948, cit. dle Knobloch, 1999)
- cyklická psychodynamika (Wachtel, 1977, 1993, cit. dle Knobloch, 1999)
- „*Sebepodrývající chování je druh maladaptivního chování, kdy jedinec nevědomky dociluje opak toho, co si přeje uskutečnit ve svých vztazích k lidem (Knobloch, 1999).*“



S. Freud, 1856 – 1939, rakouský lékař a psychiatr českého původu



P. Wachtel, *1940, americký psychoterapeut

Sebepodrývající chování 2

- Schultz-Hencke (1942). bludný či ďábelský *kruh* neurozy.
- „Určitá porucha chování jedince provokuje druhé k takové reakci, jež podpoří utvrzení a zhoršení původní poruchy. Jestli se tato porucha zakládala na nějakém falešném názoru o lidech, tento falešný názor se tím ještě víc utvrzuje (Schultz-Hencke, 1942, cit. dle Knobloch, 1999)“.
- Dle Knoblocha = spirála

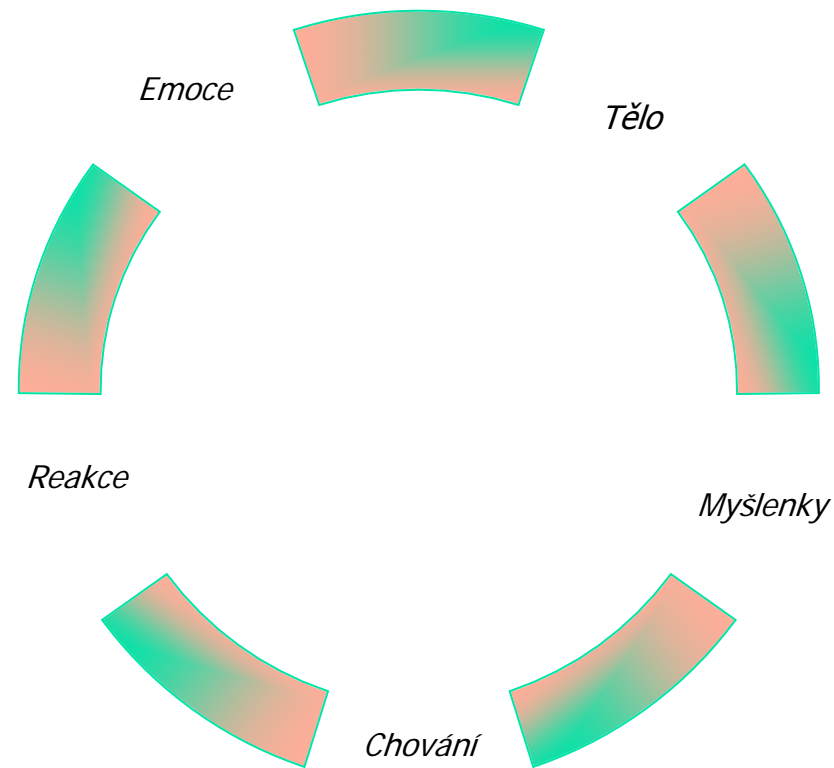


Schultz-Hencke, 1892 – 1953, německý psychoanalytik



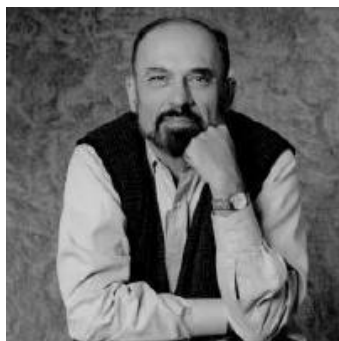
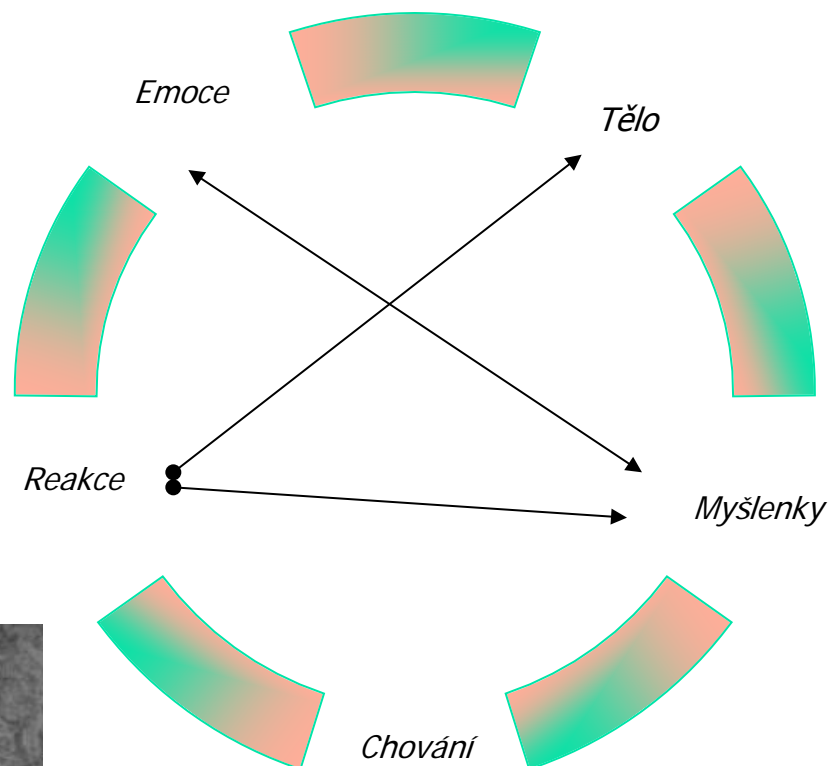
Kruh sebepodrávajícího chování

- Chování klienta vyvolává reakci okolí.
- Na základě těchto reakcí si klient vytváří, ale především si potvrzuje již obvykle v dětství vytvořené hypotézy o sobě a svém okolí.
- Následně se podle těchto hypotéz i chová a hypotézy se stávají pevnými přesvědčeními.
- Ve spojitosti s reakcí okolí klient také prožívá emoce a případně reaguje i klientovo tělo.
- Mohou se objevit tělesné reakce (např. bušení srdce, pocení) či tělesné příznaky (např. bolesti hlavy, bolest na hrudi, vyčerpanost).
- Práce s emocemi je jistě nedílnou součástí práce s klientem.
- "Emoce mají rozhodující úlohu v evoluci, ontogenezi, fungování a adaptaci na fyzikální a sociální prostředí (Izard in Valdés, Dagnino et al, 2010, str. 136)".
- Tělesné reakce a různé tělesné příznaky jsou zase to, co klienti často a rádi sdělují a co chtějí „řešit“.



Kruh sebepodrývajícího chování

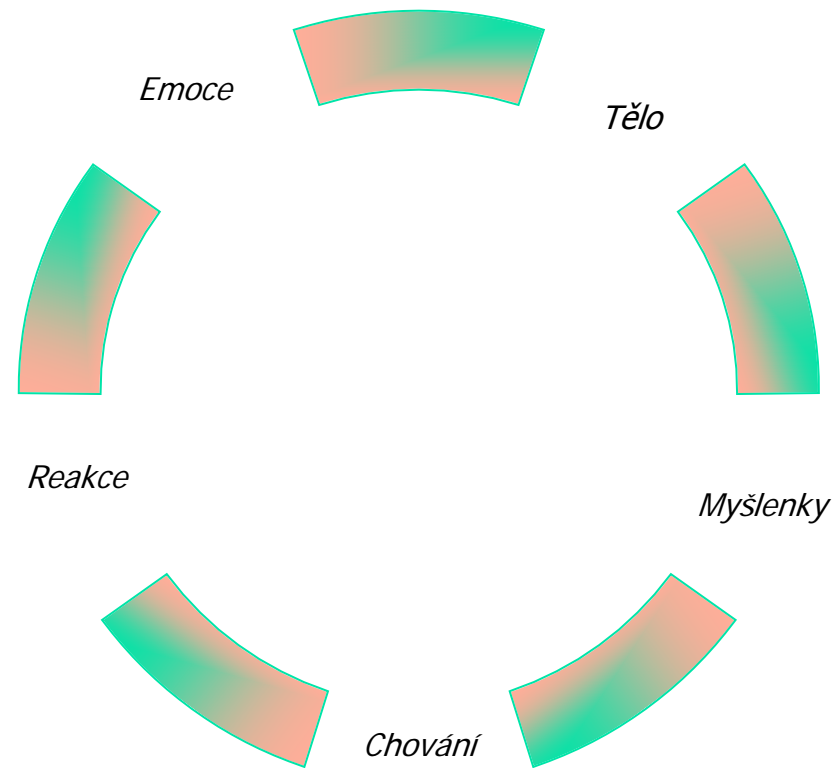
- Schultze-Henckeho schéma můžeme tedy doplnit o emoce a tělesné reakce a příznaky (ve schématu používám zjednodušené označení tělo).
- Máme tak před sebou doplněné cirkulární schéma, které má část intrapsychickou – emoce a myšlenky, má část somatickou – tělesné reakce a tělesné příznaky a má část interpersonální – chování a reakce druhé osoby či osob na toto chování.
- Pořadí může být i jinak.
- Schéma je vyjádřením cyklických interpersonálních dějů, ve kterých platí cirkulární kauzalita.
- „Tento mechanismus cirkulární kauzality bývá často nazýván jako sebenaplňující proroctví (Kiesler, Anchin in Yalom, 1999, str.42).“
- Názvy možné dle zaměření pozornosti.



I. Yalom, *1931, americký psychiatr a psychoterapeut ruského původu

Kruh sebepodrývajícího chování = mínus kruh

- Děj můžeme zkoumat a schematicky zachytit, jak probíhá v současnosti,
- ale i jak probíhal v minulosti,
- a kterých osob se týká nyní,
- a kterých se týkal v minulosti.

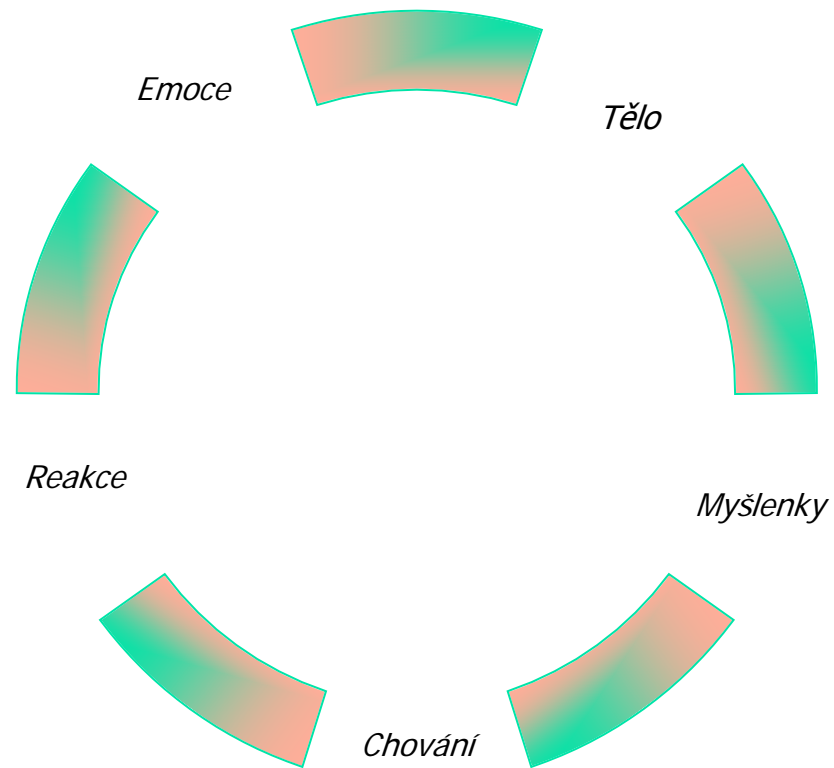


Osoby současnost:

Osoby minulost:

Mínus kruh

- Pokud tento kruh znázorní situace a prožívání, kdy se klientovi nedaří, prožívá emoce, které vnímá jako negativní, můžeme hovořit o mínus kruhu.
- Odpovídá to zaměření na problém.



Osoby současnost:

Osoby minulost:

Kruh „pozitivních vyjímek“ = plus kruh

- Je však možné vytvořit i kruh, který znázorňuje situace, kdy je klient spokojený a v mezilidských vztazích se mu daří (plus kruh; kruh „pozitivních vyjímek“).
- To je zaměření na zdroje.



Kvantifikace

- Součástí mapování a vykreslování kruhů je i subjektivní posouzení klienta, jak často se v % v jednotlivých kruzích pohybuje.
- Je to snaha o určitou subjektivní kvantifikaci a jednoduché porovnání kolik % života klienta tvoří jeho problémy a naopak kolik tvoří zdroje.



Osoby současnost:

Osoby minulost:



Osoby současnost:

Osoby minulost:

Prostorné terapeutické pole - různá místa pro intervenci

- Kruhy vymezují možná pole a především možné cíle terapeutických zásahů.
- Můžeme se snažit přerušit mínus kruh a posílit plus kruh.
- Podle zákonitostí cirkulární kauzality je jedno, kde se kruh přeruší.
- Nicméně různé psychoterapeutické školy kladou na různá místa kruhu větší význam a to dle své teoretické optiky.
- Např. KBT, EFT, systemické přístupy, lázeňská léčba



Osoby současnost:

Osoby minulost:



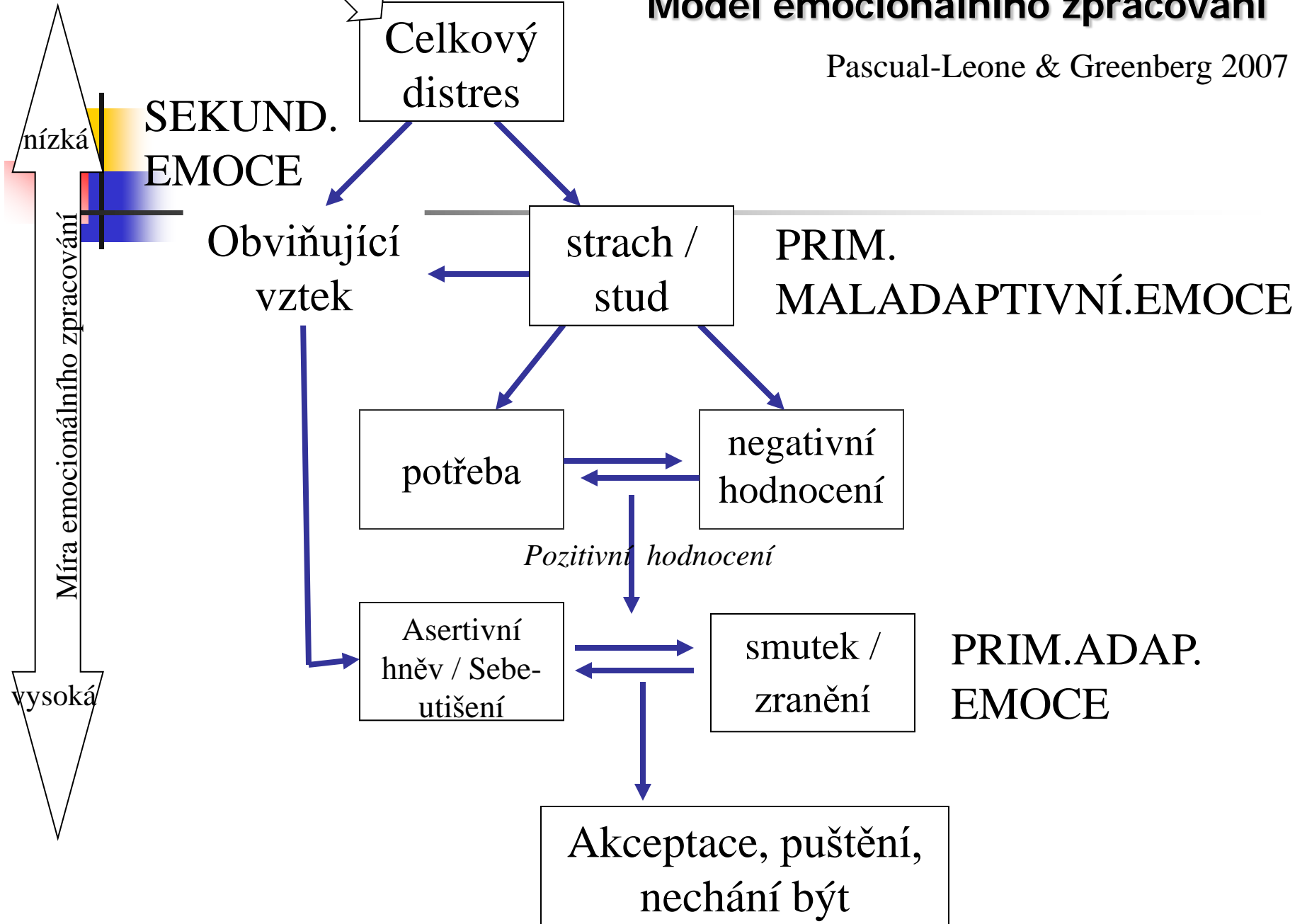
Osoby současnost:

Osoby minulost:

Model emocionálního zpracování

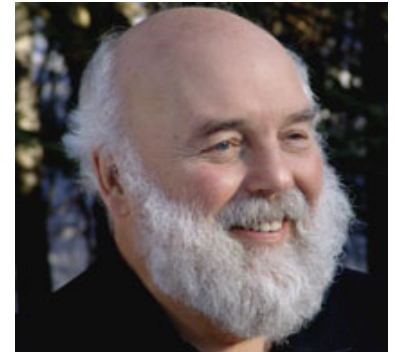
Pascual-Leone & Greenberg 2007

Start



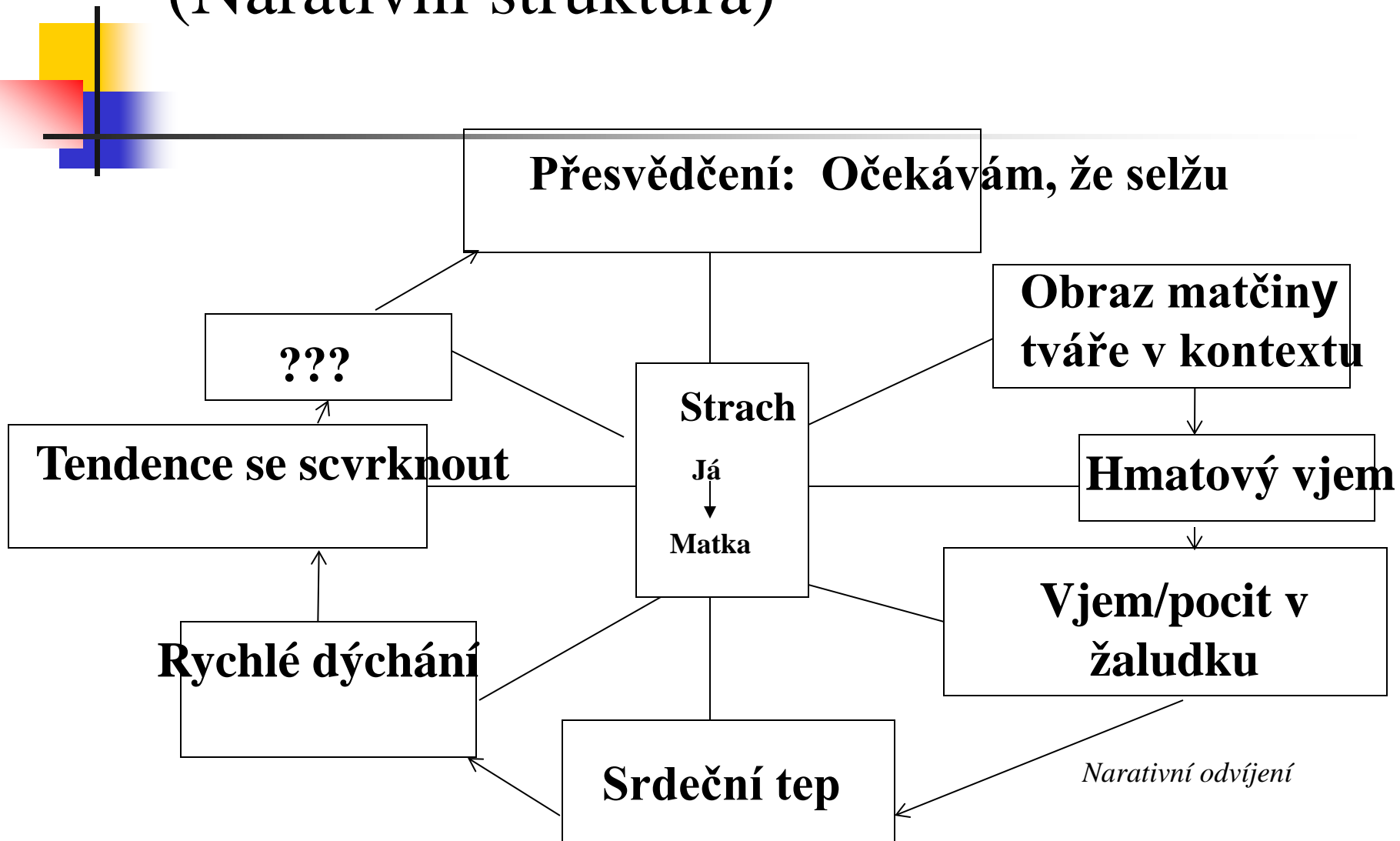
EFT: Emocionální schéma

- Schéma je vzor mentální organizace, který poskytuje implicitně vyšší řád organizace pro prožívání. Produkuje akce.
- Adaptivní emoce, které se spojí s negativními naučenými prožitky. Později reprezentují konceptuální (pojmové, abstraktní) učení a přesvědčení s naším emocionálním prožíváním.
- Výsledkem je „vysoce úroňová“ syntéza, která, když je evokována, poskytuje náš smysl věcem, jako je pocíťování nejistoty, sebevědomí, zranitelnosti, nebo „na vrcholu světa“.



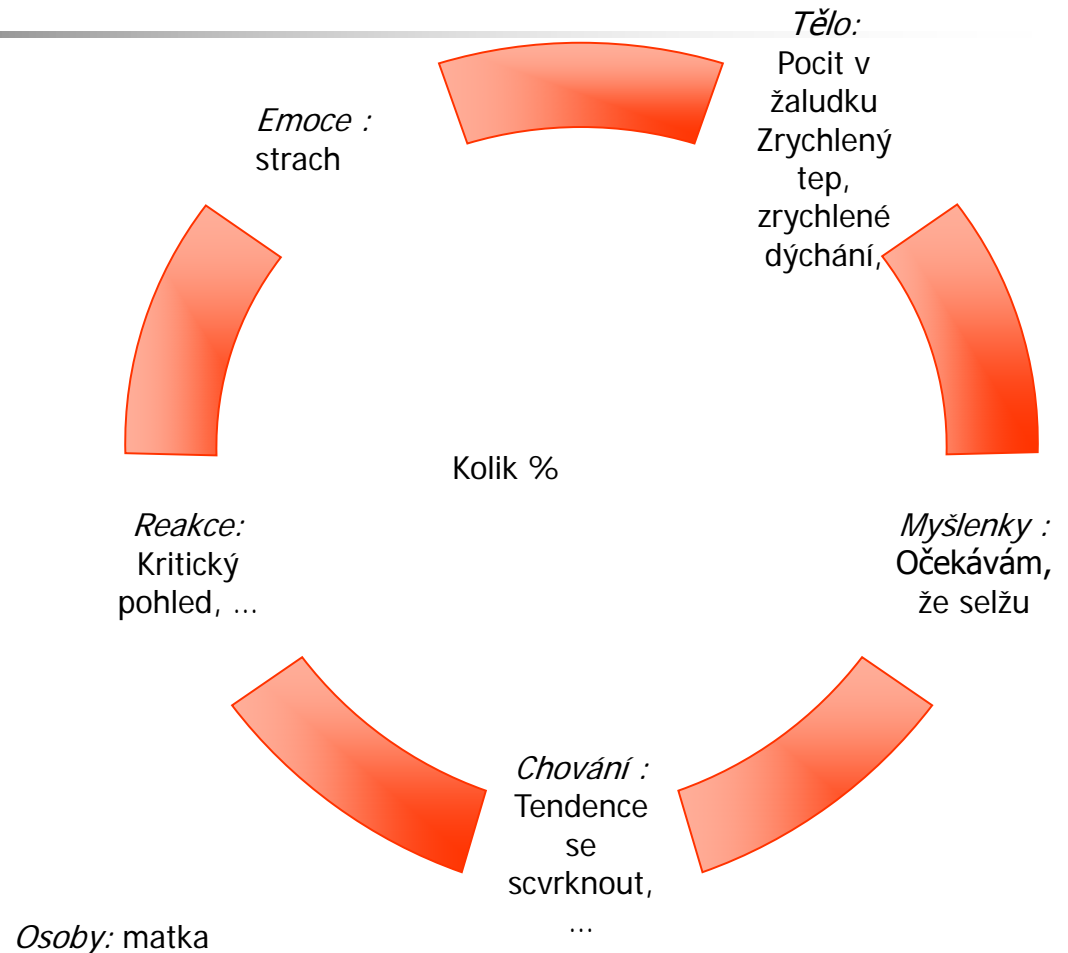
EFT: EMOCIONÁLÍ SCHÉMA

(Narativní struktura)



Přepis EFT narativní struktury do -kruhu

- Negativní kruh mapující vztah s matkou
- Domněnka: Kruhy je možné vnímat jako emocionální schémata.





Další možnosti

- Kruhy pro jednotlivé osoby klientova života
- Kruhy pro „jednotlivé emoce“
- Kruhy pro různé stavy ega (viz terapie zaměřená na schéma)
- Kruhy zachycující dynamiku změn



„Terapie zaměřená na schéma“

- Třetí vlna KBT
- Hraniční porucha osobnosti
- Módy schémat
- Schémata – zvládací reakce nebo zdravé reakce, které jsou u jedince právě aktivní; převládající stav, ve kterém se nacházím v určitém čase
- *Podosobnosti (Gestalt)*
- *Stavy ega (transakční analýza)*

Módy (podosobnosti, stavy ega) u hraniční poruchy osobnosti

■ Zraněné dítě

- *Stav (-kruh=emoce, tělo, myšlenky, chování a reakce) spojený s primární maladaptivní emocí (EFT);*

■ Rozzlobené dítě

- *stav (-kruh) spojený se sekundární emocí – obviňujícím vztekem (EFT)*

■ Trestající rodič

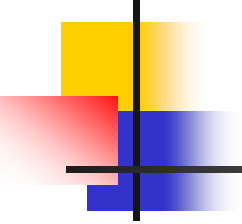
- *introjekt kritického rodiče, udržuje zraněné dítě (v -kruhu: reakce)*

■ Hyperkompenzátor

- *stav (-kruh) spojený s velkou snahou vyhnout se trestu kritického rodiče*

■ Odtahitý obránce

- *stav spojený se snahou vyhnout se prožívání emocí*

- 
-
- *U jiných klientů bychom mohli pojmenovat jinak, podle typu primární maladaptivní emoce (např. ustrašené dítě, nejisté dítě, osamělé dítě, ..., sekundární emoce (např. smutné dítě,...), introjekt podle převažující rodičovské reakce (např. vyčítavý rodič), atd.*
 - Široce použitelný koncept popsateľný jazykem kruhů

Možná mapa terapeutických přístupů – didaktický rozměr

- Kruhy vytvářejí i určitou mapu, do které můžeme zakreslit různé terapeutické směry a školy.
- V kruzích se můžeme přehledně a srozumitelně setkat s většinou psychoterapeutických systémů a škol, ne-li se všemi.
- Protože který přístup nepracuje s emocemi nebo myšlenkami nebo s tělem nebo s chováním nebo nezkoumá reakce na toto chování?
- Kruhy zahrnují minulost i přítomnost, negativa i pozitiva, osoby v současnosti nebo dávno mrtvé, skutečné nebo fantazijní.



Osoby současnost:

Osoby minulost:



Osoby současnost:

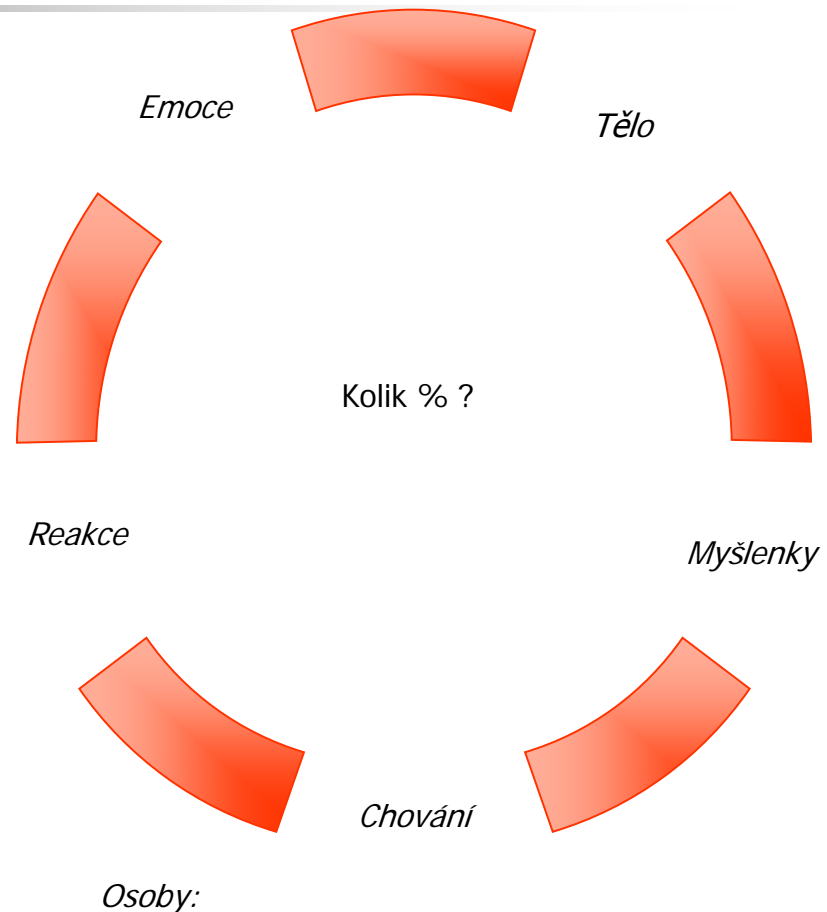
Osoby minulost:

Integrativní nebo eklektický model?

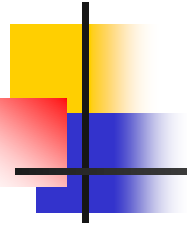
- Kruhy nabízejí jednoduchý integrativní model.
- Přinášejí staronové poznatky, ale dávají je do nové kvality.
- Nejdou cestou hledání společné složité a do nejmenších detailů propracované teoretické základny, ale cestou zjednodušení a obecných termínů.
- Kruhy mají jistě i eklektický rozměr.
- Tím, že nabízejí široký rámec a neposkytují detailní teorii pro jednotlivé segmenty kruhu, umožňují využít pro příslušný segment již existující teorie jiných směrů.
- Např. segment myšlenek jistě detailně zkoumá KBT, biosyntéza segment těla, či terapie zaměřená na emoce (EFT) popisuje segment emocí.

Podobnosti

- Různé psychoterapeutické školy – různé varianty kruhu nebo jen segmenty kruhu dle priorit svého zaměření.
- Kruhy přímo vykreslené nebo jen uvažované.
- Jiné termíny.
- *Interpersonální psychoterapie* – myšlenky – sebenaplňující předpověď
- *KBT* (behaviorální analýza) – myšlenky – automatické myšlenky, jádrová přesvědčení, vyhýbavé nebo zabezpečující chování;
- *komunikační psychoterapie*
- *Na emoce zaměřená terapie (EFT)*



Setkání v kruhu a možnosti další integrace



- Setkáme se s klientovým trápením v mínus kruhu.
- Setkáme se s jeho zdroji a nadějí v plus kruhu.
- K setkání můžeme pozvat i zástupce jiných směrů a psychoterapeutický škol.
- Děláme totiž dost věcí stejně nebo podobně nebo se doplňujeme.
- *Míst k pomoci klientovi je v jeho kruzích dost.*



Rammstein je německá hudební skupina, která vznikla v lednu 1994.

Integrativní psychoterapie s kruhy - praxe

- Skupinová a individuální psychoterapie
- Priessnitzovy léčebné lázně a.s.

- Dlouhodobý výcvik v integrativní psychoterapii
- Garance prof. Kratochvíl





Děkuji za pozornost

- Každý máme svůj kruh.
- Někdo větší, někdo menší.



- www.psychoterapieklubanek.cz
- kubanek@priessnitz.cz