

Psychoterapie – přednášky

2/2013

C.G.Jung – Analytická psychologie

- Základ terapie – projekce
 - Promítání nevědomých obsahů do snů, kresebného materiálu, druhých osob...
- Způsob práce – zvědomení nevědomého
 - Zpětné stahování projekce, interpretace a porozumění
- Příklady z praxe (Dr. Zezulka)
 - Pozor na zkratky!
- Arteterapie – přebírá Jungův pohled

Hanscarl Leuner – Katatymně imaginativní psychoterapie (KIP)

- Navázal na Jungův „vynález“ imaginace: pacientům nabízí obrazy, které jsou asociovány s nějakým nevědomým obsahem
 - Motiv řeky, hory apod.
- Tím, že si pacient projde imaginací, dochází k uzdravení; důraz na odžití určitých situací
- Díky Leunerovi se imaginace rozšířila začali ji využívat zástupci jiných terapeutických směrů a přístupů

Zaměření na tělo

- **Wilhelm Reich** (zastánce Freuda) – jediný doplněk k jeho teorii:
 - Konflikt principu slasti a principu reality se odráží i na tělesné složce
 - Nesprávné dýchání – svalový krunýř/pancíř
 - Tím, že ho odblokujeme, dochází k léčbě
- **Alexander Lowen** – bioenergetický přístup
 - Původně typologie podle vývojových období
 - Uzemnění (grounding) – ukotvení v realitě svého těla
 - Upozorňoval na řeč těla

Adlerovská psychoterapie

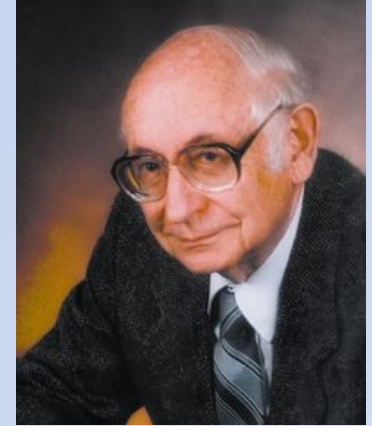
- Pro lidský vývoj je důležitý životní cíl – 2 faktory:
 - Potřeba začlenit se do společnosti (pocit sounáležitosti)
 - Potřeba uplatnit se ve společnosti (touha po moci)
- Terapie:
 - Poznat pacientův nerealistický životní plán
 - Vést pacienta ke změně životního stylu
 - Dodávat odvahu
- Sourozenecké konstelace

Karen Horneyová

Harry Stack Sullivan

- Význam pocitu bezpečí v dětství
- Důraz na vztahy a na sociální složku
- Horneyová – úspěšný pokus o změnu mužského modelu v psychoterapii

Behaviorální terapie



- **Joseph Wolpe** – behaviorální terapie
- Klasické a operantní podmiňování
- Později – učení nápodobou (Bandura)
 - Pozitivní zpevnění/oslabení – časté u BT – terapeut mívá „pytlíček sladkostí/odměn“
 - Dobře funguje pochvala; nejlepší odměna – pocit, že se něco podařilo
 - Negativní zpevnění – využívají se málo (dříve např. antabusová léčba)
 - Negativní oslabení – (př. zabránění činnosti)

Behaviorální terapie

- Systematická desenzibilizace
 - Princip vzájemné neslučitelnosti podnětů
 - Vysvětlení postupu
 - Nácvik relaxace
 - Seřazení nepříjemných podnětů
 - Postupné vystavování jednotlivým podnětům
 - In vivo, imaginace (podobná úspěšnost)
 - Následné zvládnání potíží v reálném životě – posilování

Behaviorální terapie

Kazuistika:

- Žena, cca. 30 let, vysoce specifické doktorské vzdělání
- Pracuje jako servírka v restauraci svých rodičů – zde také bydlí, prostor opouští s velkými obtížemi
- Nedokáže cestovat jinak než autem a to pouze s blízkým člověkem (sama sice vlastní ŘP, ale neřídí); úzkosti, panika
 - Měla psa – musela chodit ven
 - Bavila jí historie
 - Měla sen udělat si ŘP na motorku