

Praktikum v klinické psychologii

Mgr. Tereza Ševečková, jaro 2024

O čem to dnes bude?

- Kazuistika – klientka s BAP, rozbor domácí práce
- Motivace do kliniky
- Závěrečná doporučení zdrojů

Markéta, 35 let

V anamnéze: BAP

Markéta se ráno pohádala s druhým klientem. Oba jsou naštvaní a sdílí s personálem svoje rozhořčení, každý zvlášť. Zatímco druhý klient odjíždí do posilovny, aby ze sebe vybil vzteklé emoce, Markéta zůstává v domě. Je znatelně rozrušená. Přicházím za ní na zahradu, kde sedí ve společnosti dalších klientů. Chci jí nabídnout podporu a zklidnit situaci. Snažím se volit neutrální slova, abych zbytečně nepřilívala olej do ohně.

Markétina frustrace začne eskalovat. Stěžuje si na druhého klienta, že je bezohledný, sprostý a neumí se chovat slušně k ženám.

„Hraje si na personál! Myslí si, že tady tomu šéfuje. Ale není nic víc než my ostatní.“

Zlobí se na personál, že měří dvojím metrem.

V našem kroužku sedí dva klienti – indiáni (v angl. Natives). Klientka pokračuje:

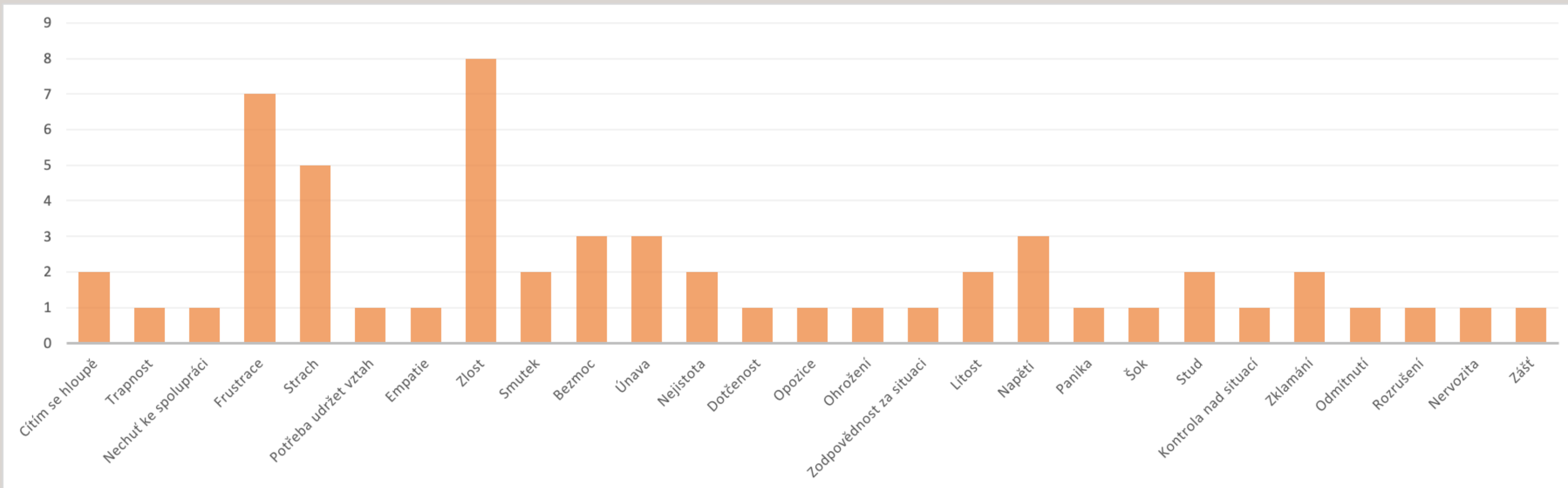
„A John (jeden z mých kolegů) je rasista! Všechny pomlouvá za jejich zády.“

Hrozím se, kam tohle může eskalovat. Je cítit hodně dusná atmosféra mezi námi všemi. Snažím se ji uklidnit a vysvětlit pár věcí. Klientka se mírně uvolnila. V tu chvíli přešlápnu:

„Snaž se uklidnit, bude zase dobře,“ říkám ji konejšivě.

„Neříkej mi tyhle sračky! Nesnáším, když mi tohle někdo říká!“ rozkřikne se na mě a práskne za sebou dveřmi.

Emoce personálu



Často se objevovalo

- “Stop pravidlo”
- Hlavní cíl: Pomoc klientce s jejími pocity
- Pomoc u kolegů, nadřízených, klientky samotné

Můj postoj

- STOP
- Odstup od situace: “Jsou dospělí. Vědí, co potřebují.”
 1. krok: Uklidnit sebe
 2. krok: Zklidnit klientku
 3. krok: Debriefing ve skupině
 4. krok: Debriefing s kolegy

Pravidla zacházení s agresivitou

- Realisticky odhadnout situaci - orientace dle stavu klienta, reakcí okolí, vlastních pocitů
- Klient je podrážděný, nadává - mimo jeho přítomnost dohodneme v týmu následný postup, scénář,...
- Soukromí - bezpečná místnost, otevřený prostor
- Strukturovat situaci - nezvyšovat klientovu úzkost nejasnostmi
- Co nejjednodušší a cílené úkoly
- Redukce rušivých podnětů
- Verbální kontakt - cíl: snížit úroveň vzrušení a úzkosti
- Před násilím chráníme nejen sebe, ale i klienta

Manická fáze

- Hyperventilace
- Potřeba navazovat kontakt s okolím
- Narušená koncentrace pozornosti, vysoká distribuce pozornosti
- Neefektivita
- Hledání bezpečí, podpory
- Zvýšený řečový tok
- Kompenzace vysokého emočního dyskomfortu = nadměrné jezení, kouření
- Myšlenkový trysk
- Zabíhavost myšlení - neschopnost “udržet nit”

Okamžitá intervence

- Uzemnění (dotek, držení ruky, sezení na zemi, ruka na stehno klienta)
- Minimalizovat podněty, které mohou poutat pozornost
- Bezpečné prostředí
- Dechová cvičení (hluboký výdech, sáček)
- Klidný hlas, nízko položený
- Zklidňujeme emoce
- Nechodit do opozice vůči klientovi
- Navodit pocit bezpečí a podpory

“Jsem tady s Vámi.”

“Nenechám Vás samotnou.”

Grounding

Mentální uzemnění

- Popište svoje prostředí (co nejvíce do detailu)
- Hrajte hru na “kategorie” (psí plemena, oblíbení umělci, značky aut)
- Popis některé každodenní aktivity, velmi do detailu
- Fantazie (změna TV programu, ujet na bruslích od vlastní bolesti)
- Čtení pozpátku (soustředit se na písmena, ne na význam)
- Humor
- Počítání, abeceda

(Najavits, 2001)

Fyzické uzemnění

- Ruce pod teplou nebo studenou tekoucí vodu
- Držet se podpěrek židle ze všech sil
- Dotýkat se předmětů, žmoulat je v ruce
- Tlačit paty do země
- Malý “uzemňovací” objekt v kapse (malý kámen, prstýnek,..)
- Skákání
- Body scanning
- Zatnout a povolit pěsti
- Pomalá chůze, počítání kroků

(Najavits 2001)

Zklidňující uzemnění

- Imaginace oblíbeného (barvy, zvířata, roční období, jídlo, denní doba,...)
- Imaginace lidí, které máš rád/a
- Vyprav si/ opakuj si hesla, slova, básně, které tě inspirují
- Imaginace bezpečného místa (s každým detailem, popiš je nahlas)
- Coping statement: “S tímhle se dokážu vypořádat. Tyto pocity odejdou.”
- Plánuj bezpečnou a příjemnou odměnu pro sebe
- Napiš si seznam aktivit, na které se těšíš v příštím týdnu

(Najavits, 2001)

**Co se dělo po klientčině
návratu?**

Markéta mě objala, když mě poprvé uviděla. Celý den byla nadšená, že je zpátky. Na psychiatrii ji jedna pacientka přivedla zpátky k malování. Je dost unavená, ale opravdu vděčná, že se mohla vrátit “domů”.

**Napadají vás otázky ke
kazuistice?**

Závislost je

Způsob, jakým zoufalí lidé řeší následující situace:

- Problém snést silnou emocionální bolest,
- nadměrný stres,
- ztráta spojení (např. vztahové),
- nedostatek kontroly, sebekontroly,
- značný diskomfort způsobený bolestí.
- **Závislost není:** volba, primární onemocnění

Ptáme se

“Kde se vzala ta bolest?”

Namísto:

“Proč trpíte závislostí?”

Finální tipy

- Film: Stutz (vztah terapeuta a jeho klienta)
- Kniha: V říši hladových duchů (Gabor Maté)
- Kniha: Diagnostika a terapie duševních poruch (Alena Večeřová-Procházková, Karel Dušek)

Děkuji za pozornost!

Seznam všech zdrojů

- Maté, G. (2018). In the Realm of Hungry Ghosts, Close Encounters with Addiction. Toronto: Vintage Canada.
- Popov, P. (2003). Závislost na alkoholu. Psychiatrie pro praxi 2003/1. retrieved from: solen.cz
- Dušek, K., Večeřová Procházková, A. (2015). Diagnostika a terapie duševních poruch. Praha: Grada.
- Najavits, L. M. (2001). Seeking Safety: A Treatment Manual for PTSD and Substance Abuse. New York: Guilford Publications