



# A pszichoterápiás osztály működése

Egy pszichoterápiás rezsim a Klinikán

Hajduska-Dér Bálint

# Osztály felépítése

- SE Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika A2 osztályon 18 ágy (3, 4, 5 és 6 ágyas kórtermek)
- 2 csoportszoba (A2, földszint csoportszoba), művészetterápiás foglalkoztató
- 4 szakorvos, 1 klinikai szakpszichológus, 1 művészetterapeuta, 1 főnővér/meseterapeuta, 6 ápoló
- pszichiáter szakorvosjelöltek, pszichoterapeuta szakorvos jelöltek (3 hónap)
- 4 hetes csoportterápiás turnusok, 2 csoportra osztva
- Kimenő csak hétvégén max 4 órára

# Pszichoterápiás osztályon folyó kutatások

- Sématerápia és kalandterápia (Kenézlői Eszter – Réthelyi János)
- Sématerápia hatásvizsgálat és genetikai markerek (Egervári Luca, Nemoda Zsófia)
- Személyiségzavarok dimenzionális mérőeszközeinek vizsgálata (Lévay Evelyn, Szabó Dominik)
- Döntéshozatal BPD-ben (Lévay Evelyn)
- Érzelemszabályozás és személyiségzavarok (Salgó Ella)
- Morális sérülés, trauma, személyiségvonások (Békés Vera, Szabó Dominik, Lévay Evelyn, Salgó Ella)
- Undor, önundor (Szabó Dominik)
- Önsértés és szuicidium prediktorai BPD-ben, meta-analysis (Balogh Dávid)
- Önéletrajzi emlékezet és tervezés jellemzői BPD-ben (Grúz László)
- Szexuális zavarok és személyiségzavarok összefüggései (Hosszú Noémi)
- Negatív kapcsolati priorok hatása a kogníció különböző aspektusaira BPD-ben (Kovács Zsanett)
- Komplex PTSD vizsgálata (Rácz Anna, Szabó Dominik)
- Érzelmi képek feldolgozása illetve Go-NoGo paradigma EEG vizsgálata (Czobor Pál, Baradits Máté)
- Döntéshozatal komputációs modelljei BPD-ben és ADHD-ban (Csukly Gábor, Réthelyi János)
- Depressziós akusztikai vizsgálata gépi tanuló eljárásokkal (Hajduska-Dér Bálint, Simon Lajos)

# Felvételi út



- Személyiségzavar, affektív zavar, szorongásos zavar
- Motiváció kérdése
- Kizárási kritérium: pszichotikus állapot, demencia, organikus pszichoszindróma, addikció (2 hónap absztinencia), külső motiváció

- Beutaló, labor, pszichodiagnosztika

# Órarend

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
9:30-12:00 Pszichoterápia I-II	9:00-11:30 Pszichoterápia I-II	9:00-9:45 Nagycsoport I-II.	9:00-11:30 Pszichoterápia I-II	9:30-11:00 Kommunikáció I-II
		10:00-11:00 Művészet th I 11:00-12:00 Művészet th II – Mese th I		
13:30-14:30 Művészet th I – Mese th II 14:30-15:30 Művészet th II	14:00-15:00 Relaxáció I-II			

# Pszichoterápia - Sématerápia

- Jeffrey E. Young által kidolgozott integratív terápiás módszer
- Alapvető szükségletek → 1. Biztonságos kötődés, 2. Autonómia, önállóság, 3. Biztonságos és kiszámítható keretek, 4. Gondolatok és érzések szabad kifejezése, 5. Spontaneitás, játékosság, önálló kezdeményezés
- Sémák kialakulása a veleszületett temperamentum vonások és a mindennapi, értalmas, gyerekkori, szülőkkel, testvérekkel, kortársakkal szerzett tapasztalatok összjátékának eredménye
- Jelentős mértékben képesek meggátolni, hogy alapvető szükségletek kielégüljenek
- Mélyen rögzült minták, önmagunk átélésének központjában. Többnyire önfenntartóak. Hagyományos technikákkal igen nehéz tartósan megváltoztatni.

# Maladaptív sémák

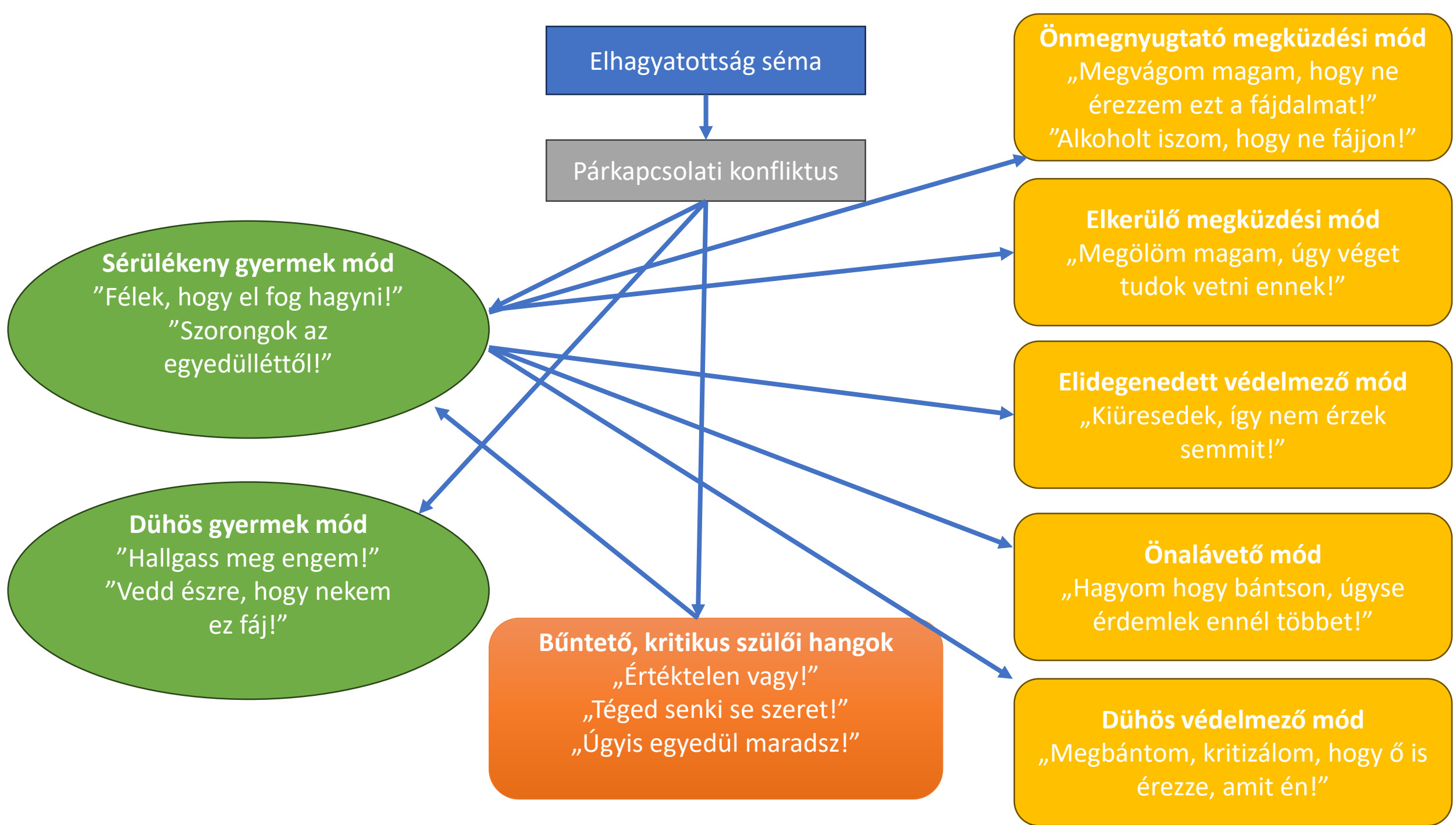
- Elutasítottság
  - Elhagyatottság
  - Bizalmatlanság/Abúzus
  - Érzelmi depriváció
  - Csökkentértékűség
  - Szociális izoláció
- Károsodott autonómia
  - Dependencia
  - Összeolvadottság
  - Kudarcraítéltség
  - Sérülékenység
- Károsodott határok
  - Feljogosítottság
  - Elégtelen önkontroll
- Kóros másokra irányultság
  - Behódolás
  - Önfeláldozás
  - Elismeréskeresés
- Aggályosság és gátlás
  - Negativizmus/Pesszimizmus
  - Érzelmi gátltság
  - Könyörtelen mércék
  - Büntető készenlét

# Sémamódok

- Pillanatnyi énállapotok, melyek háttérben az aktívvá váló sémák állnak
- Gyermekmódok (érzés)
  - Sérülékeny gyermek mód, Dühös gyermek mód, Boldog gyermek mód
- Büntető, kritikus, követelőző szülői hangok (gondolat)
- Ártalmas megküzdési módok (viselkedés)
  - Elkerülő megküzdési mód, Önmegnyugtató megküzdési mód, Elidegenedett védelmező mód, Önálvető megküzdési mód, Túlkompenzáló megküzdési mód, Dühös védelmező mód, Perfekcionista megküzdési mód
- Egészséges felnőtt mód







# Sématerápiás technikák

- Bemutató ülés, csoportképzés
- Alapvető szükségletek, sémák kialakulása csoportimaginációval (Ella és a vihar), korlátozott szülői újragondoskodás
- Saját büntető, kritikus szülői hangok feltárása, büntető hang effigy (képmás) készítése
- Affect bridge imagináció
- Sémamód edukáció, sémamód dráma bevezetés
- Egyéni sémamód drámák



# Relaxációs csoport

- Autogén tréning, progresszív relaxáció
- Feszültséggel, szorongással való adaptív megküzdés
- Imaginációs képek



# Művészet terápia

- Szavak szintjén nem kifejezhető élményekhez való hozzáférés
- A képi kifejezés új tapasztalataival, a spontaneitás, a tét nélküli játékos kísérletezés élményével segíti az önkifejezést
- Alkalmas belső feszültségek levezetésében, javítja az önészlelést és a kapcsolatot a saját testi és érzelmi állapotokkal



# Meseterápia

- Meseterápián mesehallgatást követően a mesét elemezve, a mese segítségével, megismerheti a páciens, hogy a mese hogyan hat egyénileg az emberekre.
- Abban a változási, fejlődési folyamatban, valamint létezési és gondolkodási módban van a gyógyító erő, amit a mese elindít.



# Nagycsoport

- Páciensek, kezelők, ápolók közösen vesznek részt benne, két nagy csoportvezetővel
- Osztályos közösség nehézségei, örömei, problémái tudnak megjelenni
- Hogy vagyunk együtt, egymással?



# Kommunikációs csoport

- Asszertív kommunikációt fejlesztő tréning
- Érzelem kifejezés (pozitív, negatív)
- Szükségletek mentén önérvényesítés
- Egymástól való kérések



# Összefoglalás

- Komplex 4 hetes pszichoterápiás rezsim
- Belső motiváció szerepe fontos a felvételnél, szükséges a terápiában maradáshoz
- Alapvető szükségletekkel, érzésekkel, megküzdésekkel való munka a terápia során
- Csoportdinamikai hatótényezők szerepe
- Szükség esetén további pszichoterápiára irányítás
- PhD lehetőség!



Köszönöm a figyelmet!

