

RAZVIJANJE I KORIŠTENJE TERAPIJSKE SURADNJE

dr. sc. DORIS ČURŽIK, klin. psih.

dobra terapijska
suradnja

loša terapijska
suradnja

ASPEKTI
TERAPIJSKE
SURADNJE


1. Pacijentova predviđanja o tretmanu

2. Strategije za razvijanje terapijske suradnje

3. Identificiranje i rješavanje problema vezanih uz terapijsku suradnju

4. Terapijska suradnja kao sredstvo postizanja terapijskih ciljeva

PACIJENTOVA PREDVIĐANJA O TRETMANU

- Kod klijenata s dobrim predviđanjima o tretmanu je relativno lako razviti dobru suradnju, za razliku od pacijenata s različitim negativnim setom predviđanja
-
- Klijenti s dobrim predviđanjima su optimistični, imaju pozitivne stavove o drugima pa obično i prema svom terapeutu („Moj terapeut će vjerojatno biti pun razumijevanja, brižan, kompetentan.”, ”Zbog terapije ću se osjećati bolje.”)
 - Klijenti s lošim predviđanjima imaju negativne stavove o terapeutu i tretmanu („Moj će me terapeut kritizirati.”, „Bit ću neuspješan.”) Kod ovih pacijenata treba znatno više vremena provesti gradeći povjerenje
- 

STRATEGIJE ZA RAZVIJANJE TERAPIJSKE SURADNJE

- **Aktivno surađivati s klijetom**

Terapeut i klijent trebaju djelovati kao tim, zajednički donositi odluke o terapiji, terapeut treba objasniti svoje intervencije, zajednički trebaju istražiti valjanost pacijentovih razmišljanja

Terapeutova greška: preizravan, prezapovjednički, suprostavljajući, prekontrolirajući

- **Pokazivati empatiju, brižnost i razumjevanje**

Terapeut mora posjedovati sve ključne vještine savjetovanja, tijekom seanse treba ugoditi stupanj pokazivanja tih kvaliteta pacijentima prateći njihovo afektivno iskustvo

STRATEGIJE ZA RAZVIJANJE TERAPIJSKE SURADNJE

- **Prilagoditi terapijski stil pacijentu**
- **Ublažiti uznemirenost (neugodu)**
- **Tražiti povratnu informaciju na kraju seanse**

IDENTIFICIRANJE PROBLEMA

IDENTIFICIRANJE I RJEŠAVANJE PROBLEMA VEZANIH UZ TERAPIJSKU SURADNJU

- Problemi terapijske suradnje nekad su teško vidljivi
- Negativne promjene ponekad može otkriti samo ton glasa, facijalna ekspresija, govor tijela klijenta – moguća automatska misao koja ometa tretman npr. Moj me terapeut ne sluša.
- Kako bi otkrili pacijentove emocije i automatske misli uputiti standardna pitanja: Kako se sada osjećate?, Što vam je prošlo kroz glavu?
- Promjene u raspoloženju mogu biti i rezultat automatskih misli o sebi, tretmanu ili o svojim teškoćama.


IDENTIFICIRANJE
I RJEŠAVANJE
PROBLEMA
VEZANIH UZ
TERAPIJSKU
SURADNJU

KONCEPTUALIZACIJA PROBLEMA I PLANIRANJE STRATEGIJE

- Određivanje širine i hitnosti problema
- Konceptualizacija uzroka problema (terapeutova greška, pacijentovo disfunkcionalno vjerovanje)

TERAPIJSKA SURADNJA KAO SREDSTVO POSTIZANJA TERAPIJSKIH CILJEVA

- OSIGURAVANJE POZITIVNOG TERAPIJSKOG ISKUSTVA

- Korištenje pozitivnog osnaživanja (Drago mi je..., Pohvalno je...)
 - Korištenje samootkrivanja
 - Postizanje ravnoteže u terapijskom odnosu
 - Neslaganje s pacijentovim negativnim vjerovanjima
 - Stvaranje atmosfere razumijevanja u kombinaciji s realnim optimizmom
 - Izražavanje žaljenja zbog terapijskih ograničenja
 - Pomaganje klijentima u prepoznavanju terapeutova osjećaja povezanosti
- 

RAD NA
PROBLEMIMA
TERAPIJSKE
SURADNJE I
GENERALIZIRANJE
NA ODNOS S
OSTALIM LJUDIMA

- klijentove teškoće u terapijskoj suradnji mogu biti povezane s pacijentovim disfunkcionalnim vjerovanjima
- Iskrivljeni način kojim klijent gleda terapeuta je vjerojatno način na koji gleda i druge ljude
- Terapeut tada pomaže klijentu u razvijanju funkcionalnijih odnosa izvan terapije

PACIJENTE UZNEMIRUJE TERAPEUT

RAD NA
PROBLEMIMA
TERAPIJSKE
SURADNJE I
GENERALIZIRANJE
NA ODNOS S
OSTALIM LJUDIMA

- Otkriti, zatim rezimirati klijentove iskrivljene automatske misli u kontekstu kognitivnog modela
- Pomoći klijentu provjeriti valjanost automatskih misli i alternativnih gledišta pomoću sokratovskog ispitivanja.
- Ohrabrivati klijenta da izravno pita terapeuta.
- Nuditi izravnu, iskrenu pozitivnu povratnu informaciju
- Koristiti tehniku rješavanja problema
- Identificirati/modificirati disfunkcionalne pretpostavke
- Vrednovati pretpostavku u kontekstu ostalih međuljudskih odnosa
- Neka klijent rezimira naučeno i zapiše kao podsjetnik

RAD NA
PROBLEMIMA
TERAPIJSKE
SURADNJE I
GENERALIZIRANJE
NA ODNOS S
OSTALIM LJUDIMA

KLIJENT TREBA POVRATNU INFORMACIJU O SVOM INTERPERSONALOM STILU

- Terapeut tijekom seanse može steći uvid o klijentovim teškoćama, ali i o načinu na koji reagiraju ljudi u njihovoj okolini na njih.
- Terapeut radeći tako na terapijskoj suradnji može naučiti klijenta važnim interpersonalnim vještinama (komunikacija kad se uznemiri)