

STRUKTURIRANJE SEANSI; PROBLEMI U STRUKTURIRANJU SEANSE

Lora Komljenović, mag.psych.

STRUKTURIRANJE SEANSI



Struktura seanse

Početni dio seanse

1. Provjeriti raspoloženje/lijekove
2. Odrediti početni dnevni red
3. Provjeriti akcijski plan
4. Određivanje prioriteta u dnevnom redu

Središnji dio seanse

1. Razgovor o postavljenom cilju 1 dnevnoga reda → sažimanje, intervencije, primjena intervencije na budući problem, raspravljanje o akcijskom planu
2. Razgovor o postavljenom cilju 2 i 3 dnevnoga reda (ako ima vremena)

Završni dio seanse

1. Završno sažimanje
2. Provjeriti akcijski plan za tjedan koji slijedi
3. Povratna informacija

Početni dio seanse

1. Provjeriti raspoloženje/lijekove
2. Odrediti početni dnevni red
3. Provjeriti akcijski plan
4. Određivanje prioriteta u dnevnom redu

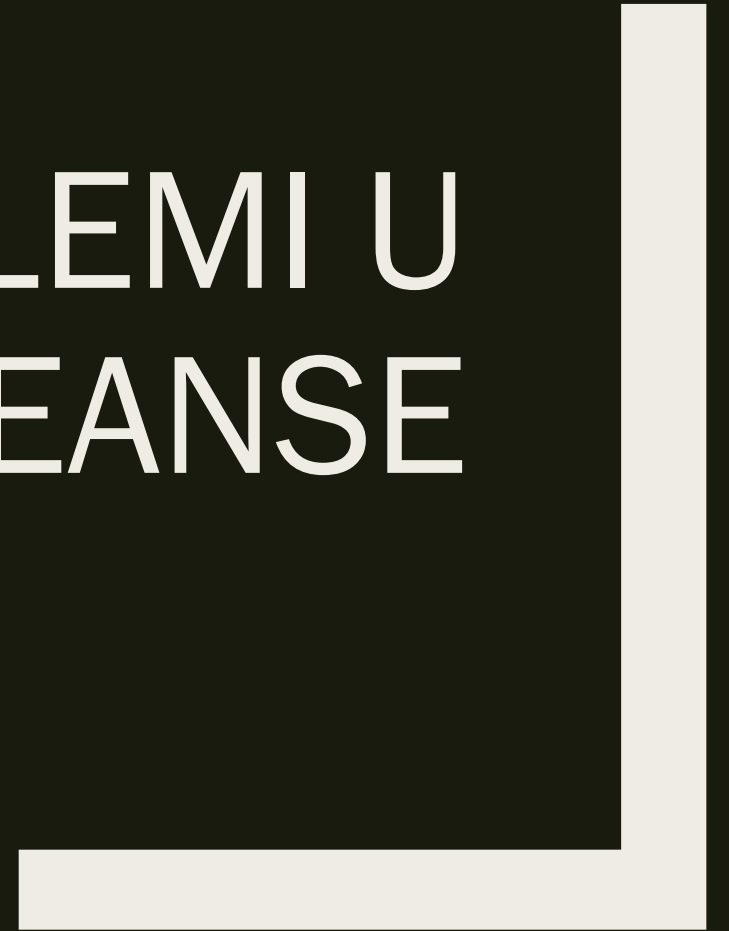
Središnji dio seanse

1. Razgovor o postavljenom cilju 1 dnevnoga reda →
sažimanje, intervencije, primjena intervencije na budući
problem, raspravljanje o akcijskom planu
2. Razgovor o postavljenom cilju 2 i 3 dnevnoga reda (ako ima
vremena)

Završni dio seanse

- Završno sažimanje → fokusirati klijenta na najvažnije trenutke seanse u pozitivnom obliku (što im je bilo najvažnije, što su naučili...)
- Provjeriti akcijski plan za tjedan koji slijedi → provjeriti što se do sada radilo
 - što se može dodati
 - biti sigurni da će zadaci biti izvršeni i da klijentu nije navedeno previše
- Povratna informacija → što misle o provedenoj seansi
 - što bi promijenili za buduću seansu

PROBLEMI U STRUKTURIRANJU SEANSE



Općenite teškoće u strukturiranju seanse

- Terapeutove kognicije
- Prekidanje klijenta
- Upoznavanje klijenta s KBT-om
- Uključivanje klijenta
- Osvrtanje na nefunkcionalne kognicije
- Provjera raspoloženja
- Poteškoće u postavljanju dnevnog reda
- Odmicanje od dnevnog reda

Zaključno

- Teškoće u strukturiranju seansi imaju svi terapeuti
- Važno je specificirati problem u strukturiranju seanse i otkriti zašto se pojavljuje
- Provjeravanje snimaka seansi može nam pomoći u samome početku

Literatura

- Beck, J.S. (2021). Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. *The Guilford Press*.