
Recenzia

Dieter Beck: Krátkodobá psychoterapia. Úvod z psychoanalytického aspektu

Vydavateľstvo F, Trenčín, 2005, 116 strán (www.vydav-f.wz.cz)

Útla ale hutná knižka Dietra Becka patrí medzi klasické diela krátkodobej psychoanalytickej psychoterapie (pôvodne vyšla v Berne v 1974 r.) Na Slovensku sa v sedemdesiatych rokoch šírila vďaka prekladu J.Hašta formou samizdatu. Minulý rok sa dočkala seriózneho vydania vo Vydavateľstve F. A tak popri ochytných rozstrapkaných voľných listoch –

niektorých príliš tmavých, iných bledých až takmer nečitateľných, popísaných rôznymi typmi písacích strojov a najskôr aj rôznymi ľuďmi (ktorých ale iste spájal spoločný cieľ a entuziazmus) ju získavame v sympatickom formáte A5 hrubšieho zošitu a so symbolickým obrázkom J. Činčára na obálke.

Venujme sa však obsahu. V úvode autor ponúka pohľad na históriu krátkodobých psychoterapií (KP), vznik ktorých vyplýval z potreby rozvíjajúcej sa psychoanalytickej scény.

KP sa od klasickej psychoanalýzy líši v určení cieľa, v indikáciách a v technike. Zahŕňa ohraničený počet sedení väčšinou v týždenných intervaloch. Od terapeuta vyžaduje „zmysel pre jasne koncipované myslenie a schopnosť svedomitej psychoterapeutickej aktivity“. Od pacienta zase očakáva relatívne silné ega, dobrú motiváciu k liečbe, možnosť ohraničenia terapeutického cieľa a schopnosť naviazať kvalitné pracovné spojenectvo.

D. Beck prirovnáva KP vzhľadom ku charakteristikám liečby ku stereotaktickej operácii – zameraním činnosti na ohraničenú poruchu (fokus), nedostatkom prehľadu o celej operačnej oblasti a stupňom obtiažnosti liečby. KP si kladie rovnako obmedzený cieľ a snaží sa o spracovanie vymedzeného konfliktu. Liečba sa deje v pozícii face to face, počet sedení je relatívne malý a intervaly medzi nimi sú dlhšie (zvyčajne 1 týždeň), nevylučuje sa podávanie psychofarmák.

Mimoriadny význam sa v KP kladie na prvé interview. Okrem informácií získaných od pacienta o symptóme, s ktorým pacient prišiel, spúšťajúcej situácii, pacientovej biografii, sile jeho ega, je nezameniteľnou a nenahraditeľnou scénická časť prvého interview. Terapeut má možnosť zachytiť prenos i svoje protiprenosové pocity v čistej podobe prvého kontaktu

s pacientom. Súčasťou 1. interview je aj probatórna interpretácia, ktorá umožňuje určiť vhodnosť pacienta pre KP.

Kľúčový význam v KP má stanovenie fokusu. „Fokus udáva smer a základnú líniu psychoterapeutickej práce“, píše Beck. Pri jeho koncipovaní a prepracovaní sa vyžaduje

aktívna interpretačná práca. Aj ďalšie pojmy ako – pozitívny vzťah pacienta k terapeutovi, prenos a odpor v línii fokusu, prehlbovanie fokusu, centrálna porucha dynamiky alebo prepracúvanie presahujúce rámec terapie – autor teoreticky rozoberá a doslova prešpikováva zacielenými minikazuistikami.

Dieter Beck neobchádza ani psychodynamické aspekty osobnosti analytika vo vzťahu ku KP a zdôrazňuje potrebu sebaakceptácie terapeuta aj s jeho obmedzeniami a nedokonalosťou.

Jedna kapitola knihy je venovaná klinickým aspektom KP – autor poukazuje na špecifiká KP pri depresiách, fóbiách, úzkostných stavoch, psychosomatických chorobách, primárne somatických ochorení a popisuje postupy vzhľadom na štruktúru osobnosti pacienta. D.Beck tiež upozorňuje na riziká nesprávneho vedenia liečby, kontraindikácie, chyby a zlyhania terapie. Venuje sa hodnoteniu výsledkov liečby z viacerých hľadísk. Na záver uvádza kazuistiku – rozbor 15 sedení liečby 38 ročného obchodníka, ktorý sa ocitol v manželskej kríze a následne depresii. Kto by mal stále pocit, že mu ešte niečo chýba, appendix prináša kontrolné otázky pre čitateľa a katamnestický dotazník pre pacienta.

Recenzovaná kniha Dietra Becka je textom, ktorému na sile určite vek neuberá. Sú

v ňom veľmi dôsledne zachytené základné princípy krátkodobej psychoanalytickej psychoterapie. Formulované sú jasne zrozumiteľne a s neustálym kontaktom na praktické skúsenosti z práce s pacientom.

*Prim. MUDr. Boris Čech
Psychiatrická klinika FN Nitra*

Recenzia

Krátka dynamická a interpersonálna psychoterapia**Stručný sprievodca****Levenson H., Butler S.F., Powers T.A., Beitman B.D.**Vydavateľstvo F, Trenčín, 2005, A5 formát, 174 strán (www.vydav-f.wz.cz)

Odhaduje sa, že asi 90 % všetkých pacientov opúšťa liečbu do 10. sedenia. Pacienti si vlastne sami volia možnosť krátkodobej liečby tým, že sa rozhodujú zostať v terapii priemerne 6–8 sedení a to bez ohľadu na typ ambulantnej liečby aká je im poskytovaná. Dôvody týchto odchodov nie sú presne známe, ale približne 50 % pacientov udáva zjavné zlepšenie po 8 sedeniach.

Počet sedení krátkodobých dynamických psychoterapií spadá do rozpätia 6–20 návštev. V poslednej dobe sa ale viac ako na počet začína klásť dôraz na časovo ohraničený postoj terapeuta i pacienta

Kniha štvorice autorov prináša pohľady na zisky i obmedzenia 8 modelov krátkodobých dynamických psychoterapií, ktoré vychádzajú zo všeobecných zásad dynamickej terapie. Modely predstavujú osvedčené krátkodobé prístupy s jasne vymedzenými intervenčnými technikami a stratégiami. Každý je rozdiskutovaný podľa všeobecného vzťažného rámca, kritérií výberu, cieľov, teoretických úloh a stratégií empirickej podpory, významu pre manažovanie starostlivosť a je ilustrovaný na klinickom prípade.