

---

*Recenzia*

---

**F. Busch, M. Rudden, T. Shapiro: Psychodynamická terapie depresií**

Vydavateľstvo F, Trenčín 2006, 203 strán (www.vydav-f.wz.cz)

Napriek všeobecne prijímanému biopsychosociálnemu modelu pretrvávajúca tendencia zdôrazňovať hlavne biologickú stránku etiológie depresie. To môže viesť k redukcionistickému prístupu k symptómom, v ktorom sa i subjektívne prežívanie môže javiť iba ako racionalizovanie vzniku choroby psychickým podnetom.

Sigmund Freud bol novátorom v tom, že začal pacientov pozorne počúvať. Predkladaná kniha významných amerických psychiatrov a psychoanalytikov sa hlási k jeho odkazu. Celým textom sa vinie základná myšlienka, že ťažkosti pacienta majú význam.

Najväčšou devízou knihy je jej zrozumiteľnosť a názornosť. Jej veľkú časť tvoria kazuistické úryvky živo ilustrujúce využitie teórie pri práci s pacientmi. Takmer za každým pojmom z teórie i techniky nasleduje kazuistika so stručným anamnestickým uvedením pacienta, popisom kontextu jeho ťažkostí a mikroanalýzou kľúčovej časti terapeutického dialógu s komentárom.

V tomto aspekte by mohla kniha slúžiť aj ako učebnica psychodynamickéj psychoterapie ako takej. Bez zložitej terminologickej záťaže sú na konkrétnych príkladoch vysvetlené jej základné pojmy: budovanie terapeutického spojenectva, techniky (klarifikácia, konfrontácia, interpretácia, prenos a práca s protiprenosom) a obranné mechanizmy dominujúce pri depresiách (popretie, projekcia, pasívna agresivita, identifikácia s agresorom, reaktívny výtvor, idealizácia a devalvácia). Tento prístup môže pomôcť vytvoriť si citlivosť voči pacientovej skúsenosti a vycibriť si terapeutické schopnosti. Dôrazom na jedinečnosť a hľadanie individuálnej verzie jadrovej depresívnej symptomatiky sa terapeut varuje pred možnou schematizáciou a mechanickým prístupom. Očakávanou samozrejmosťou by mala byť i vlastná skúsenosť vo forme absolvovania výcviku, alebo aspoň supervízia.

Autori ponúkajú zhrnutie najvýznamnejších psychodynamických teoretických modelov depresie, zdôraznené sú práve ich prieniky vytvárajúce konzistentný rámec na porozumenie a prístup k depresiám. Zameriavajú sa na ich terapeutickú hodnotu – ako skúmať, identifikovať a porozumieť jednotlivým ústredným témam.

Vychádzajú z narcistickej zraniteľnosti – sklону reagovať na znevažovanie a sklamanie výraznou stratou sebaúcty, ktorá

má základ v sklamaníach v raných vzťahoch (attachment) a neurofyziologickej dispozícii. Na ňu často nasadajú reaktívne fantázie kastrácie – ako výrazu zbavenia moci, smútku – ako znaku osobnej újmy až poškodenia. Môže vzniknúť presvedčenie, že človek je hlboko vo svojej podstate chybný. To vedie k stiahnutiu z oidipálneho súperenia, rivalita sa mu spája s deštruktívnou agresivitou. Hnev či už vo forme závidosti voči tým, ktorí sú vnímaní ako úspešnejší, alebo hnev na tých, pri ktorých zažíva pocit bezmocnosti, je nasledovaný vedomým, či nevedomým pocitom viny – sebatrestajúcim prísny „superegom“. Vysoké kultúrne normy spolu s perfekcionistickým egoideálom vedú k zlyhávaniu pri dosahovaní nadmerných očakávaní. Obrany slúžiace na ochranu pred bolestivým prežívaním túto dynamiku perpetujú a konzervujú, často vo forme charakterových čŕt, čo umožňuje chronicitu a rekurenciu depresie. Tu má význam prepracúvanie – skúmanie týchto dynamik v množstve foriem a kontextov, v snoch, fantáziách, správaní vzťahoch, s možnosťou experimentovať a skúšať si alternatívne metódy zvládania.

Klinicky pluralitne sú autori otvorení i súbežnej medikácii, psychoedukácii, kombinácii s inými psychoterapeutickými prístupmi. V prípade možného suicidálneho rizika je prioritou bezpečnosť. Cieľom je úzdrava v zmysle návratu k pôvodnému fungovaniu a redukcii symptómov. Vhodnou indikáciou je ľahká, stredne ťažká veľká depresia alebo dystýmia, ťažšie formy až po adekvátnom stabilizovaní antidepresívami.

Knihu možno odporučiť každému, kto prichádza do kontaktu s depresívnymi ľuďmi. Ocenia ju však hlavne terapeuti, začínajúci i skúsení a zrejme nebudú šetriť chválou, podobne ako psychiatri a analytici zvučných mien uvedení na zadnej strane obálky. Slová uznania patria i vydavateľstvu F (a samozrejme doc. Jozefovi Haštovi) za promptné vydanie diela, ktoré bolo v origináli vydané v roku 2004 a vôbec za zaplnenie prázdneho miesta v slovensky písanej psychoterapeutickej literatúre.

MUDr. Peter Bobovnik  
Psychosociální centrum Přerov