

## II. Tanulási egység: A pszichoterápia indikációi, a pszichoterápiás folyamat

Dr. Unoka Zsolt



A fejezet célja az, hogy a felhasználót megismertesse a pszichoterápiás kezelés indikációinak alapelveivel, és megismerje a pszichoterápiás folyamat lépéseit, illetve videók megnézésén keresztül benyomást szerezzen a pszichoterápiás folyamatról.

A fejezet meg tanulása után a hallgató képes lesz a szükségletek, a motiváció, az együttműködési készség, a megküzdési stratégiák felmérésére, alapvető eset-konceptualizáció kialakítására. A pszichoterápiás folyamat lépéseinek megtervezésére, a változás indikátorainak felismerésére.

### Bevezetés



Ebben a fejezetben megismerheti a pszichoterápia indikációit. Képet alkothat a pszichoterápiás folyamatról. A filmek révén betekintést nyerhet a pszichoterápiás folyamatba.

**Célcsoport:** Általános orvosok, pszichológusok, pszichológus hallgatók és orvostanhallgatók

#### Javasolt tanulási módszerek:

Olvassa el a szöveges részeket a linkelt dialógusokkal együtt. Illetve tekintse meg a hozzájuk tartozó videó részleteket is.

Ezt követően válaszoljon az összegző kérdésekre!

Amennyiben nem tudott mindegyikre válaszolni, a problémás részeket tekintse át ismét a szövegben!

Ezután oldja meg a video részletekhez tartozó feladatokat, majd végezze el az önellenőrző tesztet!

#### A tananyagot javasoljuk két külön részben áttekinteni:

- a.) II./1 – II./1.2. 2.7. részeket egyben, majd a
- b.) II.2.- II./3.1.4. részt egyben.

Az összes **tanulási időszükséglet:** 3 óra

**Kulcsszavak:** pszichoterápia indikációi, esetkonceptualizáció, pszichoterápiás folyamat, terápiás szerződés, változás indikátorai

### Ajánlott irodalom:

Perczel Forintos, D., Mórotz, K. Kognitív viselkedésterápia. Medicina Könyvkiadó Zrt. Budapest, 2010.

Szőnyi, G., Füredi, J., (szerk) A pszichoterápia tankönyve. Medicina, Budapest. 2008.

### A fejezet tartalma:



## **II./1. Az első szakasz. A pszichoterápia indikációi**

II./1.1. A pszichoterápiás beavatkozáshoz vezető fázis

II./1.1.1. Kapcsolatfelvétel

II./1.2. Diagnózis alkotás

II./1.2.1. Pszichiátriai diagnózis

II./1.2.2. Pszichoterápiás diagnózis fontosabb dimenziói

II./1.2.2.1. Alapvető szükségletek kielégítési képessége

II./1.2.2.2. Személyiségre jellemző megküzdési stílus

II./1.2.2.3. Együttműködési készség, ellenállás

II./1.2.2.4. A motiváció szintjének a felmérése

II./1.2.2.5. Pszichoterápiás első interjú

II./1.2.2.6. Esetkonceptualizáció

II./1.2. 2.7. A terápiás szerződés

## **II./2. A terápia második szakasza, a változtatás szakasza**

II./2.1. A terápia fókusza

II./2.2. Erőforrások feltárása, alternatív reagálások keresése

II./2.3. Mentalizációs problémák feltárása

II./2.4. Másképp látni a világot

II./2.5. Felszíni viselkedést meghatározó motivációk feltárása

II./2.6. Az egyedi esettől az életen átívelő mintákig

II./2.7. Rövidtávú és hosszú távú célok konfliktusa

II./2.8. A központi probléma történeti keretbe helyezése, a belsővé tétel

megfordítása

II./ 2.9. A szükségletekhez való viszonyulásmód adaptívabb formáinak feltárása

II./2.10. Visszatérés az alapproblémához

II./2.11. Az terápiás ülés lezárása, az eredmények összefoglalása

II./2.12. A kapcsolati sémába nem illő tapasztalatok gyűjtése

II./2.13. Viselkedéses kísérlet

II./2.14. Változás indikátorai

## **II./3. A terápia utolsó szakasza**

II./3.1. A pszichoterápia hatására bekövetkezett változás

megítélése

II./3.1.1. A tünetekben bekövetkezett változás

II./3.1.2. Adaptívabb magatartás kialakulása

II./3.1.3. Belátás fokozódása

II./3.1.4. Alap konfliktusok és sémák megoldódása