

I. Tanulási egység: Pszichoterápia szerepe az orvosi gyakorlatban és a betegség okozta stressz kezelése

Dr. Unoka Zsolt



A tanulási egység tananyagának elsajátításával Ön a következő ismeretekkel lesz gazdagabb:

Megismeri az orvosi alapkompenciák hat területét, és megismeri, hogy az egyes alapkompenciák hogyan kapcsolódnak a pszichoterápiához, illetve milyen pszichoterápiás készségeket igényelnek.

Megismeri a betegség okozta stressz modelljét, és a modell egyes elemére irányuló pszichoterápiás beavatkozásokat.

Képes lesz a betegség és a kezelés elemei által aktivált kognitív sémák, negatív kogníciók felmérésére, megkérdőjelezésére, és a betegség kiváltotta érzelmek kezelésére.

Felismeri a betegséggel való megküzdés tudatos, és tudattalan formáit.

Észreveszi az együttműködés zavarait, és azonosítani tudja az együttműködés zavarainak háttérében álló lelki folyamatokat.

Képes lesz az együttműködés zavarait okozó lelki folyamatok kezelésére, az együttműködés javítását célzó beavatkozások alapszintű végrehajtására.

Bevezetés



Az orvosi tevékenységünk két nagyon izgalmas feladattal találjuk szembe magunkat. Egyrészt betegségeket azonosítunk és kezelünk, másrészt a betegséget átélő egyedi emberrel kerülünk kapcsolatba. Az orvoscépzés során a tárgyak is eszerint oszlanak meg. Vannak a test felépítésével, működésével, illetve az egyes szervrendszerek betegségeivel foglalkozó tárgyak, illetve az ember személyével, lelki működésével, az orvos beteg kapcsolat szabályozásával foglalkozó tárgyak. Az orvosi pszichoterápia is ezen utóbbi csoportba tartozik.

Az alap orvosi kompetenciák között a pszichoterápiás tevékenység adja az orvosi tevékenység személyközi háttérét. A legtöbb orvosi beavatkozás valamilyen szerv, vagy az egész szervezet működészavarával foglalkozik, azt akarja helyrehozni. Azonban az orvosi beavatkozások során a szerveken túl az egész embert, a beteg személyiségét is figyelembe kell venni. A beteg személyisége fontos szerepet játszik az orvos-beteg együttműködésben, és ha a beteg személyiségében működészavar lép fel a betegség, a kezelés hatására, akkor pszichoterápiás beavatkozásra is szükség van az orvos részéről, azaz nem csak a szerveivel, hanem a beteg lelkével, érzelmeivel, elméjével is foglalkoznia kell.

Az orvosi munka során az orvos személyisége hat a beteg személyiségére. Az orvos személyisége az egyik gyógyító eszköz. Az orvosi karrier során a folyamatos személyiségfejlődés figyelhető meg. Azonban a különösen sok stresszrel, traumatikus élethelyzettel járó orvosi munkára nem mindenki van lelkiileg felkészülve az egyetem elvégzése után. Gyakran az orvosoknak is szükségük van pszichoterápiás támogatásra, hogy ha az orvosi munkával járó sok lelki teherrel nem tudnak önállóan megbirkózni. Mivel az orvosnak a saját személyisége az egyik gyógyító eszköze, saját személyiségét is

folyamatosan fejleszteni kell. Erre megfelelő eszközök az önismereti terápia, Bálint csoport, lelki kérdések megbeszélésében jártas kollégákkal rendszeres esetmegbeszélés. Mivel az orvosok körében rendkívül magas a mentális zavarok előfordulásának aránya alkalmanként szakpszichoterápiás segítségkéréssel, vagy pszichiáterhez fordulással lehet megelőzni a komolyabb bajokat.

FILOZÓFIATANÁR: ... az emberi kifejezőmódnak mindössze két fajtát ismerjük: a prózát és a verset.

JOURDAIN ÚR: Csak a prózát és a verset?!

FILOZÓFIATANÁR: Úgy van, uram. Mindaz, ami nem próza: vers. Mindaz, ami nem vers: próza.

JOURDAIN ÚR: Hát amikor csak úgy beszél az ember, az micsoda?

FILOZÓFIATANÁR: Próza.

JOURDAIN ÚR: Hogyhogy? Mikor azt mondom: "Nicole, hé! Ide a papucsom, meg a hálósipkám!" - ez próza?

FILOZÓFIATANÁR: Úgy van, uram.

JOURDAIN ÚR: Teringettét! Negyven esztendeje beszélek prózában, de azt se tudtam, mi az!

(II. 4.)

Molière, Úrhatnám polgár (1670)

Le Bourgeois gentilhomme (1670)

(Ford.: Mészöly Dezső)



Az orvosi munka során számos pszichoterápiás beavatkozást végeznek az orvosok. **A féléves képzés célja**, hogy az orvostanhallgatók, az eljövendő orvosok tudják, hogy munkájuk nagy részében pszichoterapeutaként működnek, és az orvosi tevékenységnek ezt a részét, ne csak ösztönösen, hanem tudatosan, szakmai eszközök birtokában, illetve a lehetséges fejlődési irányok ismeretében egyre nagyobb szakértelemmel tegyék. Képzésünk hatására reméljük, nem járnak majd úgy, mint Molière Úrhatnám polgára, Jourdain úr, aki rájön, hogy negyven éve prózában beszélt, de azt sem tudta, hogy mi az, hasonlóan a pszichoterapeuta képzésbe jelentkező idősebb kollégákhoz, akik rájönnek, hogy évtizedek óta végeznek, vagy végezhetek volna pszichoterápiát a mindennapi orvosi gyakorlatuk során, anélkül, hogy tudták volna.

A pszichoterápia oktatása több módszerrel folyik.

Didaktikus képzés: a pszichoterápia alapfogalmait tanítjuk meg

Tapasztalati tanulás: Videókon tapasztalt terapeuták mutatják be a pszichoterápiás intervenciókat, majd kommentálják a beavatkozásokat. Önöknek a videókon alkalmazott beavatkozásokat kell felismerni, megnevezni.

A gyakorlatokon szerepjátszással tanulják az egyes intervenciókat

A tanulás haladását folyamatosan mérjük az internetes tesztkérdésekkel, videóelemzésre alapuló feladatokkal.

Empátiát fokozó feladatokat kapnak, melyek során érzelmi állapotokat kell felmérniük képeken, videókon, történetekből.



A pszichoterápiás képzés orvosra gyakorolt hatásai:

A pszichoterápiás képzés az orvos személyét is érinti. A pszichoterápiás tevékenységben az orvos teljes személyiségével vesz részt, és személyét használja gyógyító eszközként.

A képzés során az orvos olyan ismeretekre tesz szert, melyek hatással lehetnek az önismeretére és befolyásolhatják az önképét. Olyan új társas készségeket sajátíthat el, amelyek megváltoztathatják a magatartását.

Az orvosnak olyan készségekre kell szert tennie, mint empátia, a saját érzéseinek, szándékainak differenciált érzékelése, megnevezési készsége, saját és a másik belső folyamatainak elkülönítése, saját érzelemszabályozásának fejlesztése, erős feszültséggel járó helyzetekben racionális döntési képesség, lelki mechanizmusok megértése.

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 videó részletekhez tartozó feladatokat, majd végezze el az önellenőrző tesztet!

A tananyag két külön részből áll, külön is elsajátíthatóak:

I./1.1.-I./1.6. részeket egyben, majd a

I./2.1. - I./2.10.1. részeket egyben.

Az összes tanulási időszükséglet: 6 óra

Ajánlott irodalom

Unoka, Zs., Purebl, Gy., Túry, F., Bitter, I. Pszichoterápia az orvosi gyakorlatban. Semmelweis Kiadó (megjelenés alatt)

A tanulási egység tartalma:

I./1. Orvosi alapkompenciák

I./1.1. Orvosi ismeretek

I./1.2. Beteg gondozás

I./1.3. Gyakorlat alapú tanulás és fejlődés

I./1.4. Ellátási rendszerekre épülő gyakorlat

I./1.5. Szakmaiság

I./1.6. Társas és kommunikációs készségek

I./1.7. Kulturális kompetencia



I./2. A betegségre adott pszichés válaszok és azok pszichoterápiás kezelése

I./2.1. A betegség okozta stressz

I./2.2. A betegség okozta stressz különféle személyiségstílusok esetén

I./2.3. A betegség és kognitív sémák

I./2.4. A betegség jelentései és betegség modell

I./2.5. A betegség okozta stresszel való megbirkózás tudatos, viselkedéses formái: megküzdési stratégiák

I./2.6. A betegség okozta stresszel való megbirkózás tudattalan formái, védekező mechanizmusok

I./2.7. A betegségre adott érzelmi válasz

I./2.8. A betegség okozta stresszre adott viselkedéses válaszok

I./2.8.1. Adaptív válaszok

I./2.8.2. Maladaptív viselkedéses válaszok

I./2.8.3. Az együttműködés zavarainak okai

I./2.8.4. Az együttműködés zavarainak

pszichopatológiai okai

I./2.9. Az együttműködést fokozó beavatkozások

I./2.10. Az osztályos kezelés orvosi javaslat ellenére történő megszakításának a leggyakoribb okai

I./2.10.1. Az osztályos kezelés orvosi javaslat ellenére történő megszakításának megakadályozása pszichoterápiás eszközökkel