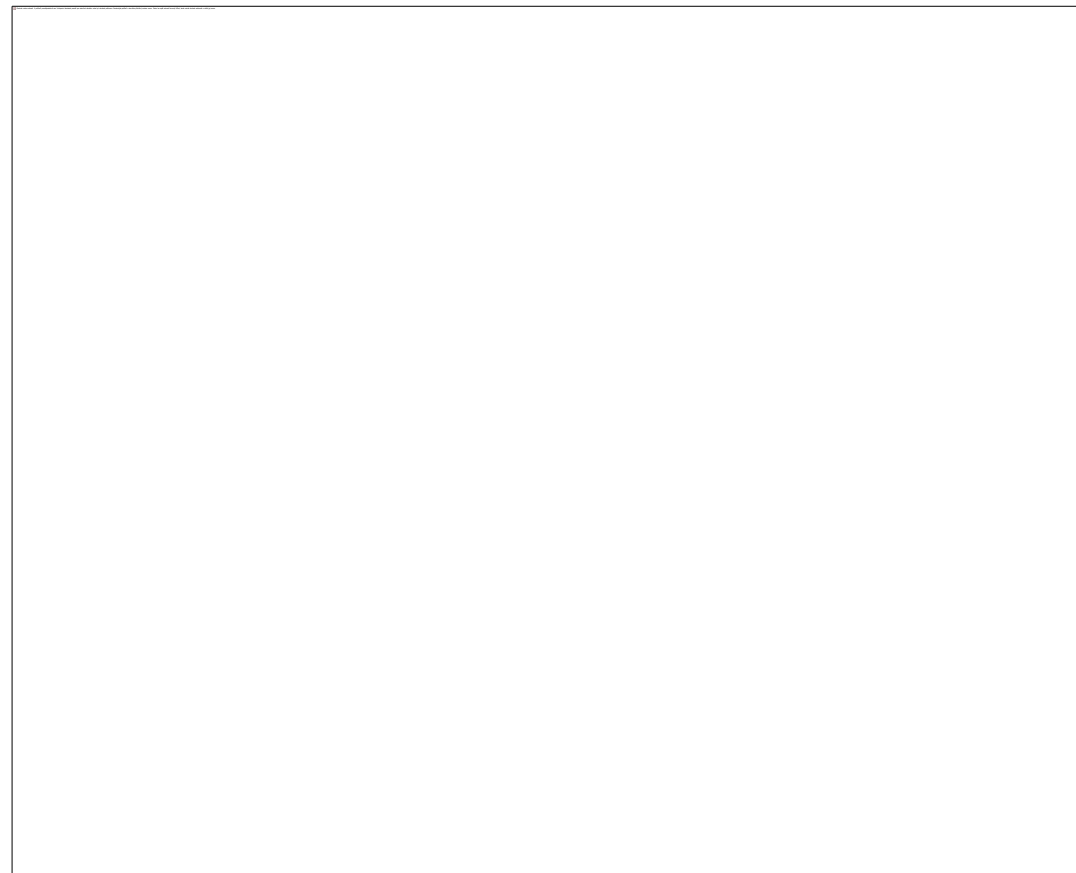


Specifika terapie s dospívajícími

Mgr. David Macek, Ph.D.

K čemu je dobrá
psychoterapie?



O kom tu mluvíme?

„Vyznačuje se velmi nejasnou představou o sobě samém, svých preferencích a pohybováním se v extrémeh. S tím souvisí značná nestálost, stejně jako nestálost vztahová, charakteristická velkými intenzity. ... Působí navenek silně citově prožívající a angažovaná, dlouhodobě prožívá pocit prázdnoty až nicoty. Vykazuje riziko sebečasté jsou úvahy o konci života.“

...definice hraniční poruchy osobnosti ze stránek Wikipedie



Osobnost adolescenta

Nové utváření:

Formování identity

Restrukturalizace mozku

Silnější prožívání / impulzivita

Hledání uspokojujících vztahů mimo rodinu



Nové výzvy:

- ▶ Vrací se „nevyřešené“ vývojové úkoly
- ▶ Vnitřní konflikty
 - touha po nezávislosti vs. Strach z ubližování
 - touha po intimitě vs. Úzkost z ponížení
 - touha po svobodě vs. Strach z neznámého
 - potřeba někam patřit vs. Strach ze ztráty individuality

Specifika terapie dospívajících

První společné setkání:

- s rodiči / s dospívajícím / společné

Vyjasnění důvěrnosti - zvláštní význam

Kompetence:

- více na klientovi
- rozhodnutí o nástupu a proběhu terapie

Protipřenos - Specifické výzvy pro terapeutovy vlastní úzkosti a témata

Dva důležité aspekty terapie dospívajících (Pöthe, 2023):

- 1) empatizace
- 2) Zodpovědnost

Terapeut by měl být „přátelský, ale ne kamarád“

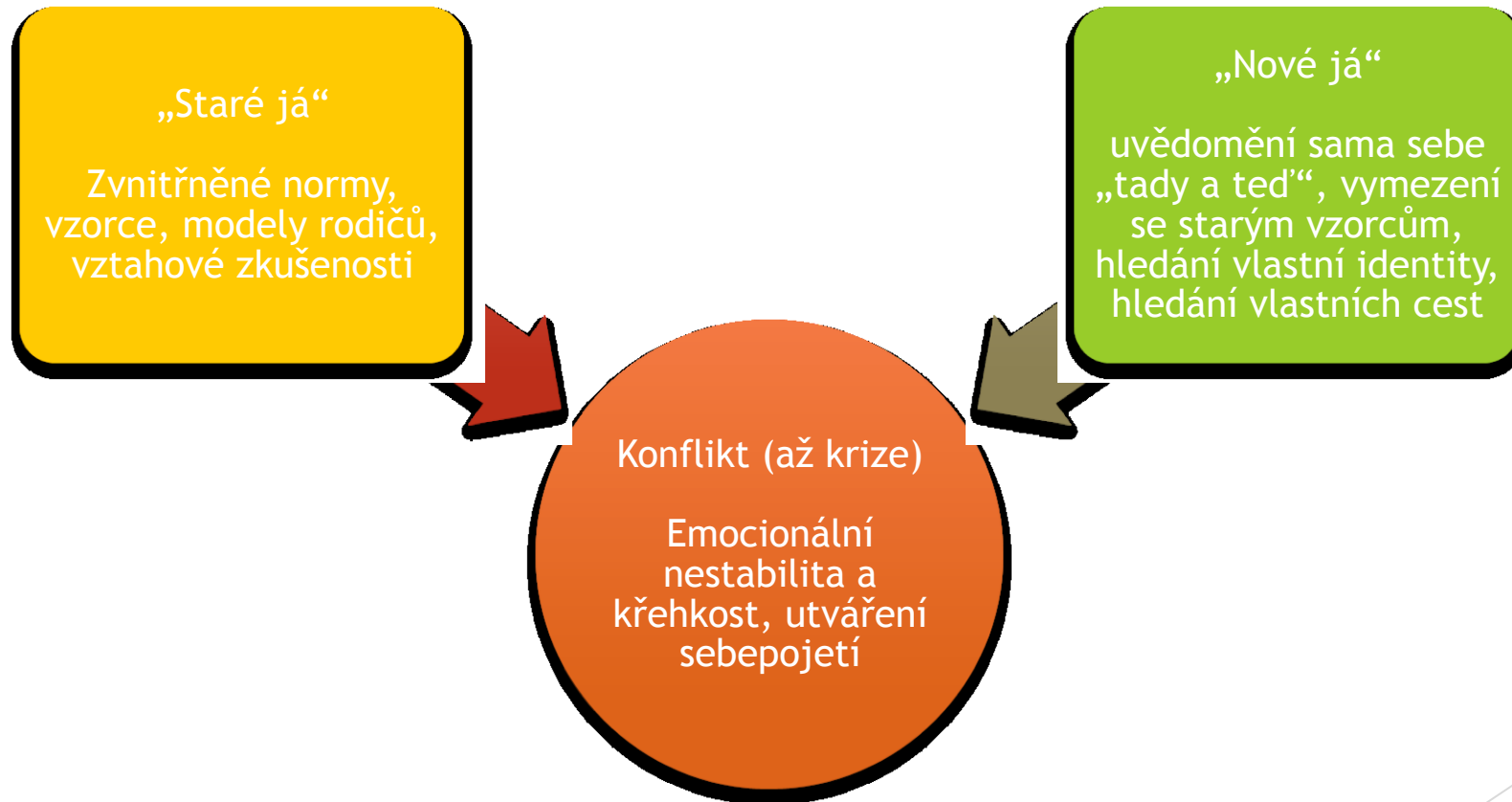
Průběh terapie

Citlivá práce s
obrannými
mechanismy

„Já“ jsem
důležitý

Posilování self

Práce s „krizí“



Častá témata v terapii dospívajících

- Témata spojená s dospíváním
- Sebeпоškozování
- Krize pohlavní identity
- Existenciální krize
- Sebevražedné myšlenky / pokusy
- Úzkosti
- Rizikové chování

Práce s rodinou

- ▶ Rozdílná od práce s dětmi
 - i děti nám jde spíš o vyšší angažovanost rodičů
 - u dospívajících je vhodná spíš nižší (poskytnout možnost „explorace“ a „safe haven“)
- ▶ K tomu, aby dospívající mohl bezpečně „odcházet za roh“, potřebuje, aby jeho rodiče byli v pořádku



Techniky vhodné pro dospívající

- ▶ Projektivní techniky - TAT, Růžový keř, Karty
- ▶ Práce s hlínou - „vymodeluj sebe“
- ▶ Pískoviště - „bezpečné místo/nebezpečné místo“, „tvůj vnitřní svět“, mandaly
- ▶ Roleplay - např. „favorit vs. outsider“
- ▶ Čtení knih
- ▶ Kresba komixu, čmáranice, části „já“, „mé dřívější já a mé současné já“...
- ▶ Imaginace „Lod' v bouři“

- ▶ A jiné....

