

## **Teória vo vzdelávaní SPS**

### **I.**

#### **Psychoterapia – história a základné paradigmy: Heretik, Šramová, 6 hod**

- Prehistória psychoterapie – magický, organický a psychologický prístup
- Vznik psychoanalýzy, filozofické a prírodovedné pozadie,
- Vznik dynamickej psychoterapie
- Začiatky behaviorálnej psychoterapie
- Humanistická psychoterapia a existencialistické smery
- Kognitívne behaviorálna psychoterapia
- Integratívna vs. eklektívna psychoterapia
- Predmet psychoterapie z pohľadu rôznych škôl
- Smery v psychoterapii (hlbinná/psychodynamická, KBT, humanistická, integratívna) – základné paradigmy

### **II.**

#### **Rané vývinové štádiá: Hašto, 4 hod**

- Základné piliere teórie vzťahovej väzby
- Rozdiel medzi pripútavacím správaním a vzťahovou väzbou
- Koncept bezpečnej základne, jemnocitného rodiča, vnútorných pracovných modelov. Vývin vzťahovej väzby prvých 9 mesiacov a jej formovanie vplyvom reálnych skúseností v interakcii s rodičom. Typológia vzťahovej väzby. Význam pre správanie sa v dospelosti a psychopatológiu
- Význam pre psychoterapiu vo všeobecnosti

#### **Vývinová psychológia: Obuch, 6 hod:**

- Kognitívny – emocionálny – interpersonálny vývin človeka
- Klasické vývinové teórie (Freud, Mahlerová, Piaget)
- Novšie vývinové teórie (Erikson, Stern)

### **III.**

#### **Osobnosť:**

#### **Biografická anamnéza a konceptualizácia prípadu: Hašto 2 hod**

- Životné udalosti a skúsenosť so vzťahmi – význam pre resilienciu, salutogénu a patogénu
- Aktuálny spúšťač konflikt a individualita pacienta
- Konfliktne konštelácie v rôznych oblastiach života (rodina, partnerstvo, nový vzťah, partnerské sexuálne problémy, rivalita v rodine, vlastnícke konflikty, vzťah k vlastným deťom, strata odlúčením, úmrtím, štúdiom, práca, narábanie s majetkom)
- Usporiadanie a interpretácia nálezov, vrátane zdrojov
- Konceptualizácia psychoterapeutického prípadu – integrácia a zmysluplné usporiadanie všetkých poznatkov o pacientovi ako vodítko pre plánovanie terapie

### **Štruktúry osobnosti: Uhrová, Obuch - 4 hod.**

- Štruktúry osobnosti ako typy charakteru: schizoidná, depresívna, obsedantná, hysterická (charakteristika)
- Kritériá štruktúrálnej úrovne: objektové vzťahy, štruktúra Ja a obranné mechanizmy, Nad-Ja, úroveň uzlosti, vzťah pacient - terapeut .  
Neurotická, stredná (narcistická), borderline úroveň.
- Popis osobnosti vzhľadom ku štruktúrálnej úrovni

### **Obranné mechanizmy: Kaščáková, Jánošková - 4 hod**

- Vedomé a nevedomé stratégie zvládania
- Obranné mechanizmy osobnosti, ako vnútorné spôsoby zvládania konfliktov
- Klasifikácia obranných mechanizmov
- Obranné mechanizmy z hľadiska ontogenézy
- Hierarchizácia obranných mechanizmov a ich definovanie i vo vzťahu k poruchám

## **IV.**

### **Psychopatológia: Vránová, Hašto 4 hod**

#### **Diagnostické systémy (2 hod)**

- Význam dg. Systému pre komunikáciu v odbornej komunite, pre popisovne pre konceptualizáciu prípadu
- ICD – 10 a DSM IV klasifikácia psychických a psychosomatických porúch

#### **Indikácie/kontraindikácie psychoterapie pri jednotlivých poruchách (1 hod)**

- „Na ziaciatku je diagnóza“
- Na dôkazoch založené indikácie k psychoterapii a jej forme pri rôznych dg. Jednotkách
- Čo nefunguje, alebo je škodlivé
- Význam podpornej/suportívnej psychoterapie u najťažších pacientov
- Meranie efektu psychoterapie

#### **Kombinácia psychoterapie s medikamentóznou terapiou (1 hod)**

- Psychoedukácia pacienta o poruche a terapeutických možnostiach založených na dôkazoch
- Princípy manažovania, keď je psychoterapia aj farmakoterapia „v jedných rukách“
- Princípy manažovania, keď je psychoterapia a farmakoterapia rozdelená medzi dvoch terapeutov
- Manažovanie kombinácií ako jedna z jadrových kompetencií psychoterapeuta

### **Základy psychotraumatológie: Ralaus, Vojtová - 2 hod**

- Koncept traumy
- Klinická symptomatika a diferenciálna diagnostika
- Neurobiologické základy
- Plánovanie liečby
- Stabilizácia
- Psychoedukácia
- Farmakologické možnosti liečby
- Techniky konfrontácie s traumou

## Prvá pomoc – zdravotnícka: 1 hod. (sprostredkuje Hašto)

### V.

#### Terapeutický vzťah: Štúrová, Bátovská, 4 hod

- Vzťah a jeho úroveň autentická úroveň  
pracovné spoločenstvo (terapeutická zmluva)  
prenos a protiprenos - definícia, vývoj pojmu,  
prenosová neuróza a práca s ňou ,  
protiprenosové riziká – mocenský protiprenos,  
narcistický, erotický, overprotektívny a pod.
- Účinné faktory v psychoterapii, prejavujúce sa vo vzťahu pacient, klient a terapeut, význam empatie, kongruencie
- Podmienky terapeutického procesu
- Vzťah teoretického východiska a metódy a indikácia vzhľadom k pacientovi, klientovi. Interakcia osobnostnej štruktúry terapeuta a pacienta/klienta

#### Špecifiká individuálnej, párovej, rodinnej, skupinovej psychoterapie

#### spolupráca psychoterapeutov. Indikácie: Ščibrányová, Jánošková - 2 hod

- Špecifiká a dĺžnosti medzi individuálnou, párovou, rodinnou a skupinovou psychoterapiou.
  - Zmysel a ciele individuálnej terapie, usporiadanie terapeutického procesu, terapeutický vzťah, používané metódy na zhodnotenie stavu pacienta a vedenie procesu zmeny, hodnotenie účinku a zmenového procesu, kotvenie a ukončovanie
  - Zmysel a ciele párovej terapie, usporiadanie terapeutického procesu s párom, terapeutický vzťah s dvoma klientmi, používané metódy na zhodnotenie jednotlivcov, vzťahu medzi nimi a vzájomného problému a spoločného cieľa terapie , vedenie procesu zmeny, hodnotenie účinku a ukončenie
  - Zmysel a ciele rodinnej terapie, rôzne formy práce s rodinou (spoločná rodinná terapia alebo práca s rodinným subsystémom), terapeutický vzťah, problém, individuálne a spoločné ciele, proces explorácie a zhodnotenia, kontrakt k terapeutickému práci s rodinou, metódy terapeutického práce na zmene, kotvenie, reflektovanie účinku a ukončovanie
  - Zmysel a ciele skupinovej terapie, výber do skupiny, terapeutický vzťah a skupinová dynamika, používané metódy (pozorovanie, proces interakcie komunikácie, modelovanie, ai), reflektovanie a kotvenie, ukončovanie
- Indikácie a kontraindikácie k voľbe určitej formy psychoterapie
- Spolupráca, etika a kolegiálnosť terapeutov praktizujúcich rôzne formy , spolupráca viacerých terapeutov u jedného prípadu

### VI.

#### Proces psychoterapie: Ščibrányová, Čech, Šramová - 4 hod

##### Vstupné interview

- Nadviazanie prvého kontaktu, očakávania klienta, jeho príp. skúsenosti s psychoterapiou, inou formou terapie
- Podpora vývoja terapeutického spojenectva
- Formovanie kontraktu o procese terapie (krátkodobá, dlhodobá, krízová intervencia, včítane dĺžky stretnutí, frekvencie stretnutí, spôsobe úhrady), zameranie terapeuta (prístup, primárna psychoterapeutická škola, filozofia práce psychoterapeuta).

Kritéria rôznych psychoterapeutických škôl.

### **Osobná, rodinná, pracovná anamnéza**

- Formy otázok (alternatívne, doplňujúce, zisťovacie, cirkulárne dotazovanie)
- Tvorba anamnézy:
- Tvorba stratégie, vytváranie stimulujúcej atmosféry
- Postupy uľahčujúce exploráciu ( prístupy rôznych škôl)
- Postupy uľahčujúce porozumenie

### **Formovanie cieľov psychoterapie z pohľadu klienta, z pohľadu terapeuta**

- Transformácia problémov do cieľov
- Krátkodobé a dlhodobé ciele terapie, možné zmeny cieľov alebo ich zmeny
- Formulovanie a overovanie cieľov

### **Terapeutický plán**

- Diagnostické zhodnotenie klienta
- Voľba metód, stratégie, časová plán, očakávané výsledky, postupnosť krokov-diferenciácia podľa psychoterapeutických škôl ( zameranie na vhlad, zmenu správania, zmenu stratégie...)

### **Teória zmeny**

- Terapeutické prístupy v procese terapie (čistenie priestoru, verbálne a neverbálne prístupy...)
- Proces individuálne, skupinovej, párovej, rodinnej terapie
- Spracovanie procesov zmeny – čo prináša zmena, vnímanie “neochoty” ku zmene, rôzne práce s hranicami klienta, identifikovanie nových funkčných prvkov, nových zručností, nových modelov, vytváranie podpory, spontánna remisia

### **Špecifické prejavy a ich spracovanie v priebehu psychoterapie**

- Práca so špecifickými prejavmi v procese terapie (napr. ticho, zmätenosť, zaplavujúce emócie, agresívne prejavy, synchronicity...)
- Kompetencie terapeuta, supervízia, intervízia
- Integrácia terapeutických zručností

### **Ukončovanie terapie**

- Zhodnotenie cieľov terapie a pozorovateľných zmien z pohľadu klienta a terapeuta ( zmeny komunikácie, sebapoznanie, vzťahy, sociálne fungovanie, somatický stav)
- Podpora a príprava klienta na odchod z terapie – fáza prechodu, príp. vytvorenie prechodnej podpory
- Predčasné ukončenie terapie, príčiny, zhodnotenie procesu

### **Hodnotenie efektu**

- Analýza procesu terapie z hľadiska pozitívnych, kritických, zlomových intervencií a procesov
- Hodnotenie efektu terapie v rámci procesu supervízie, intervízie, sebahodnotenia

## **VII.**

### **Legislatíva, vedecké a odborné spoločnosti, výcvik a vzdelávanie, supervízia, : Jachymovičová, Novosadová, Heretik – 3 hod**

- SPS – akreditovaná spoločnosť pre vzdelávanie v psychoterapii. Spolupracujúce inštitúty.
- Psychoterapia – certifikovaná pracovná činnosť. Podmienky získania certifikátu.
- Zákony a nariadenia týkajúce sa sústavného vzdelávania.
- EAP , vzdelávanie v európskych krajinách, možnosti získania európskeho certifikátu pre psychoterapiu.
- Supervízia – význam vo výcviku a sústavnom vzdelávaní, možnosti a formy supervízie

## VIII.

### Etika:

#### **Najčastejšie chyby v psychoterapii: Michlerová, Štúrová - 2 hod**

- Obecne o možnosti chýb v psychoterapii
- Typické chyby v úvodnom kontakte, v prebiehajúcej terapii, pri ukončovaní terapie.
- Kritéria úspešnosti alebo neúspešnosti v psychoterapii

## IX.

#### **Výskum v psychoterapii: Timulák, Hlavenka - 2 hod.**

- História výskumu v psychoterapii, základné metodologické východiská a základný prehľad oblastí, na ktoré sa výskum psychoterapie zameriava.
- Výskum efektu psychoterapie: znáhodňované klinické skúšky - metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum efektu psychoterapie: naturalistické, kvalitatívne a kazuistické štúdie – metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum efektu psychoterapie: metaanalýzy a prehľadové štúdie.
- Výskum efektu psychoterapie: skúmanie dávkovacieho efektu psychoterapie – metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum efektu psychoterapie: prediktory úspešnosti psychoterapie na strane terapeuta a na strane klienta – niektoré zistenia.
- Nástroje merania využívané vo výskume efektu a procesu psychoterapie.
- Výskum procesu psychoterapie: skúmanie vzťahu procesových premenných a efektu terapie - metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum procesu psychoterapie: deskriptívne a kvalitatívne štúdie - metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum procesu psychoterapie: intenzívna analýza jednotlivého prípadu - metodológia, niektoré zistenia a ich využitie v praxi.
- Výskum procesu psychoterapie: testovanie modelov terapeutickej zmeny.
- Realizácia výskum v psychoterapii.
- Využívanie získaných poznatkov pri práci s konkrétnym klientom.