PVŠPS, PPF 2022

Základy psychoanalytické psychoterapie

(PAPT)

Vývojové teorie

MUDr. Dana Holubová

Psychoanalytická teorie
obsahuje

1) Teorii lidské psychiky
-struktury
-dynamiky
- vývoje
-poruch (psychopatologie)

2) Teorii psychoterapeutické techniky

Využití psychoanalytické teorie

Psychoanalytická psychoterapie

-krátká (fokální)

- párová

- středně a dlouhodobá individuální, skupinová, dětská

Psychoanalytické porozumění situaci (pacienta/ klienta/ týmu) a jím poučené zvolení jiné intervence

-Balintovské skupiny pro praktické lékaře – vhodná podpora a vedení pacienta somatickým lékařem, psychiatrem

- poradenství, týmová supervize

➢Vývoj psychiky

- ***Vývojové linie***

- Pudový vývoj
- Vývoj „objektních“ vztahů (a vztahu k sobě - self); „objekty“ = lidé
- Narcistický vývoj – vývoj pocitu vlastní hodnoty a systému udržujícího vlastní hodnotu „zevnitř“ i díky podpoře zvěnčí

- ***Vývojová stadia***
- **Preverbální/preoidipský vývoj – „dyadický“ vztah** (dítě – primární pečovatel/všemocná „mateřská“ bytost, velmi přísné archaické základy superega – vnitřní autority)
- **Oidipský konflikt a komplex**, zdravá a patologická řešení

- **triangulace a „triadický“ vztah** (dva a více stejně důležité a blízké vztahy, typicky matka a otec, kteří zároveň mají vztah mezi sebou, z nějž je dítě vyloučeno; zároveň přináší více opory a bezpečí a rozložení, „zmenšení“ autority a moci každého z rodičů)
- **Další vývoj po vyřešení oidipského konfliktu**

- **E.Ericson – 7 věků člověka**
- **Sociální role, role v terapeutické skupině** (triáda je nejmenší lidská skupina, triangulací začínají sociální vztahy a role – teorie práce se skupinou)

Objektně-vztahový vývoj

Preverbální vývoj – Dyadický vztah

Literatura: M.Mahlerová: Psychologický zrod dítěte, Triton 2006

M. Mahlerová – Proces separace individuace

FÁZE:

1. **Autistická** **0-2 měs.**
2. **Symbiotická** **3-4 měs.**

- **dnes spíše považováno celé za symbiotické období, kojenci se vztahují od narození**
- **obtíže z nedosycené symbiózy** se dále projevují jako tendence a potřeba hledat symbiotické vztahy, které brání zralému vztahování se nebo naopak jako vyhýbání se vztahům jako ochrana před dalším zraněním a opuštěním

3. Separačně individuační

- **Diferenciační subfáze** **5-9měs.**
- **Praktikující subfáze** **9-18 měs.**
- **Znovusbližovací** **18-24 měs**

- obtíže v této fázi se projevují velkou ambivalencí ve vztazích, obtíží v rozlišení sebe od druhého blízkého (své potřeby, jeho potřeby, své pocity, jeho pocity), obtíží s přibližováním a vzdalováním se, důvěrou ve vztazích – že vztah nezmizí, pokud se vzdálím, druhý se vzdálí; hladem po blízkosti, agresí z jejího nenaplnění , chybí důvěra, že agrese ve vztahu je reparovatelná, nezničí mne, druhého ani vztah, velkým

PARANOIDNĚ SCHIZOIDNÍ POZICE M.KLEINOVÉ

Preverbální vývoj – Dyadický vztah

M. Mahlerová – separace individuace

4. **Objektní stálost** **3.-4. rok**

Dítě si v separačně- individuálním procesu zažíváním a experimentováním s blízkostí a vzdáleností, autono a poutem k druhému (závislostí), se zavržením („ničením“) a reparací ... ověří vlastní nezávislou existenci i podobně nezávislou existenci druhého. Zároveň se ujistí, že se **může na blízký vztah víceméně spolehnout, i když ono samo i blízká osoba jsou samostatní a nejsou pod vzájemnou absolutn kontrolou ani plně si vydáni na milost a nemilost**

- **Může si zachovat dobrý pocit vlastní hodnoty a láskyplný vztah zároveň**
- **Nevolí tdey mezi autonomií, ale samotou, nebo blízkostí, ale plnou závislostí**

Viz dále depresivní pozice

DEPRESIVNÍ POZICE M.KLEINOVÉ

ostní

organizace, často tři poruchou osobnosti

- ✓ **U všech pacientů se mohou přechodně objevit obtíže z preverbálního období**
- ✓ **Čím bližší vztahy, tím více v nich bojujeme s tématy preverbálního období, nejtěžší v tomto vztahy partnerské**
- ✓ **V individuální psychoterapii zacházíme nejvíce s problémy dyadického vztahu**

Preverbální vývoj – Dyadický vztah

M. Kleinová: Paranoidně-schizoidní/Depresivní pozice

- Paranoidně – schizoidní pozice

Opovídá přibližně prvním 3 stadiím M. Mahlerové

- není jasně rozlišené self a noself (já a ten druhý, svět); vnitřní prožitky, fantazie mohou zásadně ohrozit vnější svět a působení druhých a světa může smrtelně ohrozit self
- **dobré a špatné části sebe sama (self) a druhých (objektů)** nejsou integrované a integrovatelné, naopak jsou v mysli drženy odděleně, **aby špatné části sebe/ druhého (objektu) nezničily dobré**

buď jsou špatné, nepřátelské, pronásledující, ničivé, jedovaté – **špatný objekt/špatné self**

nebo jsou dobré, láskyhodné a láskyplné, velmi žádoucí, idealizované – **dobrý objekt, dobré self**

- Není-li dobrý objekt přítomen, neexistuje v mysli bezpečná vzpomínka na něj

SYMBIOTICKÁ A SEPARAČNĚ INDIVIDUAČNÍ FÁZE MAHLEROVÉ

Preverbální vývoj – Dyadický vztah M. Kleinová

- **Depresivní pozice**

Odpovídá přibližně fázi objektní stálosti Mahlerové

Zdravý vývoj v depresivní pozici:

- **odlišení sebe od druhých – míněno své psychiky od psychiky druhého**
- **integrace dobrých a špatných aspektů sebe i druhých** (světa) – mohou nadále existovat vedle sebe, aniž by špatné zničilo to dobré
- **poznání a uznání jedinečnosti a autonomie vlastní a stejně druhého, který není jednoduše zaměnitelný (za jiný zdroj lásky) a není plně kontrolovatelný**
- **„Dobrý“ = pečující, milovaný objekt zůstává v mysli přítomen, i když se reálně vzdálí**
- **Možnost reparace agrese ve vztahu. Truchlení nad ztrátami**

Neuspokojivé řešení depresivní pozice:

Deprese: Raději si udržím vztah, lásku a uznání druhých, za to, že se vzdám své autonomie, protože bez vztahu bych nepřežil

Mánie: Raději se obejdu bez lásky, podpory a uznání druhých a budu autonomní. Jsem tak silný, že mohu přežít sám bez jakékoliv podpory druhých

FÁZE IBJEKTNÍ STÁLOSTI M-MAHLEDOVÉ

Preverbální vývoj – dyadický vztah

Atachment, mentalizace – Bowbly, Fonágy

- **Do 4-5 let věku se utváří základní typ vztahové vazby atachmentu**, který je z cca 70% stabilní celý další život

- typy vazby: **bezpečná, úzkostná-vzdorující, úzkostná-vyhýbavá, dezorganizovaná**)

- cca do tohoto věku je možné vazebné chování dítěte přímo experimentálně zkoumat – separační situace)
- Nadále je překrytý systémem obran, často charakterových.

- Kolem 4-5 let věku **také velký zlom ve schopnosti mentalizace.** Dítě je schopné představit si psychiku druhého jinou, než je jeho vlastní, uvědomit si, že psychika druhého je motivací k jeho chování

(- experiment s promítáním videa – krabice s bombóny - malým dětem)

OBJEKTNÍ STÁLOST M.MAHLEROVÉ

DEPRESIVNÍ POZICE M.KLEINOVÉ

Preverbální vývoj – dyadický vztah Atachment –teorie vazby, mentalizace

- **Souvislost vztahové vazby s mentalizací**
  - **Dítě v bezpečné vazbě zkoumá se zvídavostí psychiku druhého** (a okolní svět)
  - **Čím méně je vazba dítěte bezpečná, tím větší jsou obrany proti** chápání blízkých druhých (příliš často nepřátelských) a jejich pohnutek, situace a reality dítěte – tj. **mentalizaci. Vztahové poškození vede tedy ke kognitivním nedostatkům**

- **Vývoj men**

Paranoidně schizoidní – Separačně individuační

  - **Modus psychické ekvivalence** – realita a fantazie nejsou odlišeny
  - **Pretend modus** – modus hry **-** dítě se pohybuje buď ve fantazijním světě předstírání, hry … nebo v realitě. **Buď předstí a, hraje si** (mizí realita) **nebo funguje v realitě** (mizí fantazie)
  - **Reflexivní modus** – vzniká postupnou integrací reality a fantazi hry dítěte – není dále nutné rozlišovat pouze hru nebo pouze fungování v realitě **je možné „hrát si s realitou“**

OBJEKTNÍ STÁLOST – DEPRESIVNÍ POZICE – „SMÍŘENÍ SREALITOU“

Preverbální vývoj – Dyadický vztah

Narcistický vývoj: Selpsychologie - H.Kohut

- Narcistický vývoj = vývoj stabilní **narcistické rovnováhy** tedy schopnosti **regulace a udržení dobrého pocitu vlastní hodnoty**
- Narcis byl dítětem svobodné matky pocházejícím ze znásilnění. Otec se o dítě a matku nezajímal – devalvoval je. Matka si dítě idealizovala (nekriticky zbožňovala). Zlepšila tak pocit vlastní hodnoty péčí o něj, zároveň jej chránila před vlastním vztekem a nenávistí. Narcis se nemohl přimknout k velkému, silnému, idealizovanému rodiči, který by jej miloval. Velký, silný se mohl zdát otec, který jej s matkou zavrhl, nemiloval. Matka jej milovala, ale nebyla velká, ani silná. Narcis musel být velký silný a ideální jedině sám pro sebe, přesto byl malé, slabé dítě.
- **vnitřní zdroje + vnější zdroje narcistického uspokojení (gratifikace)**
- V raném dětství jsme více odkázáni na vnější zdroje – **„lesk v očích matky“** dívající se se zalíbením umožňuje dítěti prožít, jak velkou má hodnotu
- **V dospělosti jsou vnější zdroje stále důležité, ale je možné udržet dočasné výkyvy z vnitřních zdrojů**, není třeba se tedy stále všem snažit zalíbit, vyhovět, stále se snažit být dokonalý
- **Narcistická rovnováha se převážně ustaluje také v preoidipském období –** (prázdná deprese kojenců a batolat, když postrádají milující blízkou osobu)
- **SELF – OBJEKT =** Blízká milující osoba (objekt) je v tomto období **není vnímána jako oddělená, autonomní, to by bylo příliš ohrožující. Je stále potřeba aby doplňoval ještě nezralou funkci self**

Preverbální vývoj – Dyadický vztah

Narcistický vývoj: Selpsychologie - H. Kohut

- Pro narcisticky narušeného člověka je **dokonalost povinností a normou, podmínkou přežití, boj o dokonalost je stálým úporným bojem o přežití**
- **Přestože je nejlepší, necítí se v hloubi duše „dost dobrý“**

- **Narcistické – SELF-OBJEKTNÍ přenosy**
- **zrcadlící přenos** - analytik zrcadlí (jako dost dobrá matka) skvělost pacienta, dodává tím narcistické uspokojení/ podporu
- **idealizující přenos** - terapeut je vnímán jako ideální, pacient se cítí silný a také ideální, protože patří k terapeutovi
- **blíženecký přenos - alter ego** – terapeut je vnímán jako podobný (stejný) a
- ✓ **Narcistické přenosy se poměrně dlouho neinterpretují, využívají se,** pacient z nich čerpá nezbytnou podporu k terapeutické práci, je nutné je někdy i dlouhou dobu vydržet.
- ✓ **Natržení přenosu – empatická selhání –** terapeut chybuje v empatii vůči pacientovi, udělá nebo řekne něco, co dočasně zkazí pacientovi možnost si jej idealizovat nebo se nechat zrcadlit. Pacient toto nesdělí a někdy ani neví. Začne se však chovat jinak, často zoufale. Chybu musí odhalit terapeut a citlivě o ní mluvit s pochopením zraňující situace, ale bez přehnaných výčitek svědomí. Tato selhání jsou nevyhnutelná a postupně umožňují pacientovi vidět terapeuta realističtěji. Také zjišťují, že terapeut může snést a přiznat své chyby, což narcističtí pacienti nemohou, mohou tuto schopnost od terapeuta identifikací získat

Vývojová stadia - Freud

- **Preverbální – preodipský vývoj**

Orální stadium

Anální stadium

Falické

- **Oidipský konflikt a komplex 4-6 let (3-5 let)**

- **stadium latence** – po vyřešení OK do počátku puberty, zaměření na „non-konflikt zones“ = výkon, srovnávání, schopnosti, znalosti, méně emočně – konfliktních vztahových témat

- znovuoživení oidipského konfliktu v pubertě
- **genitální stádium** – zralá dospělost, sexuálně i vztahově, intimita, vzájemnost

Freud: Oidipovský konflikt a komplex, zdravá a patologická řešení

- **Triangulace**
- **do vztahu dvojice matka – dítě vstupuje 3. důležitá/ žádoucí osoba**
- dítě samozřejmě vnímá otce i další lidi mnohem dříve, **v jeho mysli ale nenarušují nebo neovlivňují zásadně jeho dyadický vztah s matkou (respektive kýmkoliv, kdo o něj zrovna pečuje v mateřské roli**, i pokud se v ní rodiče střídají), **který je centrem jeho vesmíru**
- že zde si dítě uvědomuje, že pro matku je vztah k otci stejně důležitý, jako vztah k němu.
- učí se vyjít s tímto ohrožením a nejistotou, rivalitou, žárlivostí
- zároveň i pro něj se rozšiřuje svět – začíná tušit, že jsou v něm i jiné zajímavé a důležité osoby kromě matky

- **Trojice je nejmenší lidská skupina**
- schopnost **triadického vztahování se** umožňuje dítěti vstoupit do společnosti více lidí
- **rodina jako malá sociální skupina**
- X lidé s obtížemi v jakýchkoliv i malých skupinách, kteří preferují dyadické vztahy

- **Oidipovský konflikt**

- **Dítě touží po rodiči opačného pohlaví jako po ideálním partnerovi**, **rodič stejného pohlaví je nenáviděný rival,** kterého je třeba porazit
- **Dítě zároveň touží po podpoře a lásce rodiče stejného pohlaví, který je milovaný vzor**, potřebuje a touží se s ním identifikovat, je vzor a je třeba si zachovat jeho lásku i lásku k němu. Strach z jeho trestu není (kastrační strach) není nejdůležitější motivací.

- **Zdravé řešení Oidipovského konfliktu**

- **dítě akceptuje svou roli dítěte, které je vyloučeno z dvojice a ložnice rodičů, odloží uspokojení svých přání na pozdější dobu, až bude dospělé a partnerství schopno. Identifikuje se s rodičem stejného pohlaví a dále se rozvíjí, aby v budoucnu mohlo naplnit svou partnerskou touhu. Zároveň může vnímat a užívat si i partnerských poloh lásky rodiče opačného pohlaví beze strachu z trestu.**

- **Zdravé řešení Oidipovského konfliktu je vlastně schopnost vyjít ze střetu s realitou živ a zdráv a být schopen si život navzdory omezením užívat – skloubit princip reality a princip slasti (touhy, přání, fantazie)**

= Reflexivní modus – integrace hry/fantazie a reality (ATACHMENT)

= Objektní stálost – schopnost zažívat ambivalentní city ke stejné osobě

Patologická řešení Oidipovského konfliktu

- **Oidipovský vítěz/ vítězka – dítě se stává fiktivně (ve vztahové realitě rodiny),,lepším partnerem“** rodiče opačného pohlaví, než je rodič stejného pohlaví
- **Dítě si je ale dobře vědomé své méněcennosti** vůči stejno-pohlavnímu rodiči, je malé a nedostačivé, pokud dojde na „lámání“ chleba – realitu, ono nerozhoduje.
- (Malý chlapeček ve velkých papučích s nápisem „Pán domu“
- **Později v dospělosti se cítí stále jako „falešný“ dospělý**, podvodník, zažívá **strach z odhalení a těžkou poruchy sebehodnoty;, Neschopnost snášet rivalitu, vstupovat do triadických vztahů omezuje sociální fungování**
- **Rolí náhradního partnera je vždy přetíženo.** Představa dospělosti se pro něj stává nesnesitelným břemenem, což často zažívá i později, kdy by i zvládat mohl
- **K rodiči stejného pohlaví vzniká zášť a/nebo je devalvován**,tím **je poškozena možnost se o něj opřít jako o vzor k identifikaci, nevědomě vzniká špatný vztah a pohrdání k vlastnímu pohlaví, což je dalším zdrojem těžké poruchy sebeúcty**

- **Negativní Oidipovský komplex** – rodič stejného pohlaví a vztah k němu musí být chráněn natolik, že aby zůstal milovaným vzorem, je rodič opačného pohlaví jako nebezpečný tomuto vztahu různě devalvován, nenáviděn a pozitivní touhy k němu jsou popírány. Vede v dospělosti k poruchám partnerských vztahů.
- Obě patologické polohy uchopení konfliku obvykle existují zároveň, jedna z poloh může být vědomá, druhá nevědomá. Někdy se mohou v různých obdobích života střídat

Základy psychoanalytické teorie

- Vývoj psychiky
- Struktura – úroveň organizace osobnosti a osobnostní typy
- Dynamika – konflikty a obrany
- Psychopatologie – psychodynamické diagnózy

Základní literatura:

Susan Howard: „Psychodynamická psychoterapie – stručný přehled“, (Portál 2008, 152 str.)

G.O.Gabbard: „Dlhodobá psychodynamická psychoterápia“ (vydavať ělsvo F, Trenčín 2007, 208 str.)

F.N. Busch, M.Rudden, T.Shapiro: „Psychodynamická terapia deprese (Vydavať elstvo F, Trenčín 2007, 201 str.)

pro vážné zájemce

Nancy Mc Williams: „Psychoanalytická diagnóza“ (Portál 2015, 416str.)

P.Fonagy, M. Target: „Psychoanalytické teorie“ (Portál 2005, 400 str.)