

IZAZOVI PSIHOTERAPIJE U STOLJEĆU UMA

**Prvi hrvatski psihoterapijski kongres
Zadar, 22.-25. svibnja 2008.**

U organizaciji Klinika za psihološku medicinu Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, Instituta za psihosomatsku medicinu Zagreb i Hrvatskog društva za psihosomatiku HLZ-a, a pod Visokim pokroviteljstvom Predsjednika Republike Hrvatske gospodina Stjepana Mesića održan je Prvi hrvatski psihoterapijski kongres. Nakon »dekade mozga« koja je bila obilježena čitavim nizom otkrića u području neuroznanosti, organizatori su procijenili da je pogodno vrijeme da se ponovno otkriju vrijednosti psihoterapijskog pristupa u kliničkom radu i da se krene u »stoljeće čovjeka«. Cilj ovog kongresa bio je postizanje boljeg razumijevanja čovjeka i bolesti, ne samo kao odsustva zdravlja ili svih promjena koje se odvijaju na staničnoj razini, već upravo obrnuto, na mnogo široj razini od stanične. Psihoterapija dijeli dileme i pitanja o našem vlastitom psihološkom životu i više se ne shvaća isključivo kao metoda liječenja, već se u njoj može vidjeti i tražiti temeljni izvor spoznaja o samom čovjeku. Klinika za psihološku medicinu Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu prepoznala je potrebu psihoterapeuta za zajedničkim susretom i razmjenom znanja i iskustava, te je organizirala prvi psihoterapijski kongres u Hrvatskoj. Aktivnosti na ovom kongresu bile su usmjerene na pokušaj prevladavanja dihotomije između mozga i uma - prepoznavanje novih trendova u kojima okolina utječe na gene, psihosocijalni činitelji uzrokuju biološke promjene u mozgu, a lijekovi i psihoterapija zajedno dovode do promjena u moždanom funkcioniranju. Interdisciplinarnost nužno zahtijeva suradnju i međusobnu komunikaciju stručnjaka s ciljem

izbjegavanja izolacije i samozadovoljstva, a kongres je bio mjesto gdje se moglo vidjeti mnoge mogućnosti i domete, ali i greške i ograničenja.

Kongres je bio koncipiran u obliku pozvanih predavanja, usmenih izlaganja, mini-simpozija, okruglih stolova, radionica, poster-prezentacija, uz osobitosti kao što su bile »zornice« (jutarnje grupe od 7.30 do 8.30 h) i filmska večer - »vječni sjaj nepobjedivog uma«.

Organizirano je i predstavljanje dviju knjiga: Gilbert, M. C., Evans, K.: »Psihoterapijska supervizija« (u prijevodu Kozarić-Kovačić, D. i sur.) i Klain, E. i sur.: »Grupna analiza«.

Tijekom pozvanih predavanja i usmenih izlaganja bili smo upoznati s neurobiološkim osnovama emocionalnog razvitka (akademik Ivica Kostović), osobitostima kognitivno-bihevioralne terapije (prof. dr. sc. Nataša Jokić Begić, prof. dr. sc. Ivanka Živčić-Bečirević i dr.), s integrativnim psihoterapijskim pristupom (prof. dr. sc. Dragica Kozarić Kovačić), doprinosom psihoanalize psihoterapijskom liječenju i izobrazbi psihoterapeuta (prof. dr. sc. Eduard Klain), te mnogim drugim dosegima i djelovanjima psihoterapije u suvremenom društvu.

Kongres je obilovao i radionicama: o terapijskim teškoćama kod uspostavljanja ponovnih objektnih relacija i dobre komunikacije kod bolesnika oboljelog od shizofrenije, imago terapiji odnosa u svjetlu spoznaja o socijalnoj prirodi mozga, razini kontratransfera u interdisciplinarnom timu - prikaz 5 slika, o superviziji kao procesu u psihoanalitičkoj psihoterapiji i grupnoj analizi, te izuzetno zanimljive kreativne stvaralaonice pod nazivima »Bajkatorij Svileni bomboni« i »Ono što vidiš, dobiješ? - radionica u *fishbowl-u*«.

Sudionike je osobito privukao mini-simpozij na temu psihoterapije traumatizirane djece (doc. dr. sc. Gordana Buljan Flander i sur.) i okrugli stol »Psihoterapija socioterapija/ psihosocijalni postupci: sličnosti i razlike« (doc. dr. sc. Slađana Štrkalj-Ivezić). Iz izuzetnog izlaganja doc. dr. sc. Štrkalj-Ivezić izdvajam sljedeće odrednice: psihodinamska psihoterapija i socioterapija/psihosocijalni postupci imaju zajedničke korijene i zajedničke ciljeve. Ciljevi su okrenuti prema poboljšanju zdravlja i kvalitete života. Putovi do postizanja ciljeva izgledaju različiti, premda postoji dosta preklapanja. Psihoterapija je definirana kao tehnika orijentirana na razumijevanje unutrašnjeg psihološkog svijeta i odnosa s drugim ljudima kroz ranija iskustva koja specifično boje percepciju pojedinca i utječu na ponašanje. Spoznaje te povezanosti kroz specifično iskustvo u terapijskom odnosu dovode do promjene i poboljšanja zdravlja. Socioterapijski/psihosocijalni postupci baziraju se na učenju novih informacija, novih vještina ili novih ponašanja čijom primjenom se očekuje promjena u stavovima i ponašanju bez nužnosti spoznaje povezanosti ponašanja s prošlim iskustvima. Cilj psihoterapije je postizanje boljeg emocionalnog i socijalnog funkcioniranja i osobnog rasta. Cilj socioterapije je bolje socijalno funkcioniranje, oporavak, osnaživanje i povećanje kvalitete života. Patološki utjecaji okoline su važni i za psihoterapiju i socioterapiju. Psihoterapija je više okrenuta prošlim, a socioterapija sadašnjim iskustvima. Interpersonalni odnos, jačanje ega, emocionalni rast, psihosocijalno sazrijevanje i terapijski potencijal

članova grupe su bliski i psihoterapiji i socioterapiji. Grupna dinamika velike grupe i utjecaj obiteljske dinamike također su prisutni i u psihoterapiji i u socioterapiji. Dakle, psihoterapija i socioterapija imaju iste interese i ciljeve, a razumijevanja međusobnog odnosa, kao i izbor metoda i indikacija za primjenu značajna je za pojedinačnu sudbinu pacijenta i strukturu kao cjelinu. Cilj okruglog stola bio je povećanje razumijevanja uloge psihoterapije i socioterapije u liječenju pacijenata s različitim dijagnozama psihičkog poremećaja.

Od *noviteta* u poimanju psihoterapijskih pristupa izdvajam teme vezane za umjetnost i psihoterapiju, psihoterapiju i menadžment (psihomenadžment) te seksualnu terapiju.

Prof. dr. sc. Vlasta Štalekar i sur. u izlaganju o umjetnosti i psihoterapiji istaknuli su da se iskustvo umjetnosti može ugraditi u psihoterapijski proces jer je i umjetnost jedan od načina upoznavanja stvarnosti i sebe. U izlaganju su predstavili pregled razvoja kreativno-umjetničkih aktivnosti duševnih bolesnika čiji su radovi pohranjeni u brojnim umjetničkim zbirkama. Umjetnost i psihoterapija imaju dodirnih točaka: počivaju na odnosu i iskrenosti, koriste se interpretacijom, kreativnošću, imaginacijom - a to su sve oblici komunikacije. U svom djelovanju i umjetnik i psihoterapeut pored znanja i vještina unose svoju emocionalnost, intuiciju, empatiju, svjetonazor, te s godinama i iskustvom grade svoj stil. Ni umjetničko djelo ni psihoterapijski rad ne mogu biti odvojeni od osobnosti umjetnika i psihoterapeuta, duha vremena i životnog konteksta. Prof. dr. sc. Vladimir Gruden i sur. u izlaganju o psihoterapiji i menadžmentu (psihomenadžmentu) navode da samo zrela osoba može biti uspješan menadžer. Primijenjena psihoterapija predstavlja najveći doprinos u cilju poboljšanja životne kvalitete pojedinca. Šireći se iz uskih granica psihoterapijskih ambulanta, primijenjena psihoterapija pomaže školstvu, sudstvu, socijalnoj službi, psihijatrijskoj i ostaloj medicinskoj struci, a u zadnje vrijeme uspješno je primjenjivana i u poslovnom svijetu. Psihomenadžment je poseban oblik usvajanja psihoterapijskih znanja u njihovoj primjeni na uspješnost upravljanja ne samo ljudskim resursima, nego i u cjelokupnom poslovanju. Tijekom predavanja pod nazivom »Postoji li potreba za seksualnom terapijom u Hrvatskoj?« saznajemo da su seksualni problemi u Hrvatskoj jednako učestali kao i u drugim razvijenim zemljama. Procjenjuje se da oko 30% žena i 25% muškaraca ima poteškoća u seksualnom funkcioniranju. Prema provedenim istraživanjima, osobe sa psihičkim tegobama češće imaju probleme i na planu seksualnosti. Seksualno zdravlje kao bitan segment fizičkog i mentalnog zdravlja često je zanemarivana dimenzija unutar zdravstvenog i obrazovnog sustava. Zbog nedostatka stručnjaka za područje seksualnosti prije nekoliko godina započeo je edukacijski program iz područja seksualne terapije u cilju formiranja nacionalne mreže prve generacije licenciranih stručnjaka.

Osobni doprinos ovom kongresu dala sam u vidu aktivnog sudjelovanja u poster-sekciji s radom pod nazivom »Prikazi emotivnih stanja i raspoloženja putem crteža«.

Priredila: Daša Poredoš Lavor

