

A PRE-TERÁPIA GYAKORLATA

Garry F. Prouty

Chicago Counseling and Psychotherapy Center

A pre-terápia a kliensközpontú terápia elméleti és gyakorlati továbbfejlesztése. Rogers a terápiás kapcsolat első feltételeként írta le, hogy a terapeuta és a kliens pszichológiai kapcsolatban áll egymással, de a pszichológiai kapcsolatot sem elméletileg, sem gyakorlatilag nem határozta meg.

A pre-terápia (elő-terápia) a pszichológiai kapcsolat elmélete és gyakorlata, amelyet a terapeuta munkája (kapcsolati tükrözés), a kliens belső folyamatai (kapcsolati funkciók), és mérhető viselkedése (kapcsolati viselkedés) fogalmaival lehet meghatározni. A pre-terápiát akut és krónikus skizofréniával, értelmi fogyatékosokkal és dementálódott betegekkel alkalmazzák. Ezeknek az embereknek többnyire kapcsolati nehézségeik vannak, megközelíthetetlenek, leépültek, visszahúzódnak, vagy súlyosan autisztikusak.

A kapcsolati tükrözés Buber szóhasználata szerint "a konkrétumra mutat", és Prouty (1976) leírása szerint ötféle terápiás választ tartalmaz, amelyek empátiával alkalmazva a pre-terápia módszerét jelentik. A módszer az agykárosult és skizofrén betegek konkrét gondolkodásmódján alapul. Ebből következik a tükrözés rendkívül konkrét volta, amelynek az a célja, hogy a kliens élményét megragadja.

A helyzet tükrözése (HT) Egzisztencialista gondolkodók az embert gyakran "a helyzetben" ragadják meg, vagyis mint a létező világban kapcsolatilag beágyazottat. A helyzet tükrözése, a kliens folyamatait empatikusan követve, a kliens helyzetére, környezetére irányul. Az ilyen tükrözések például, mint "A földet nézed", vagy "Nyomod a labdát", a valósággal való kapcsolatot segítik elő.

Az arckifejezés tükrözése (AT) Krónikus, regrediált betegek arcán gyakran hamarabb jelennek meg érzések, mint hogy szóban ki tudják fejezni azokat, miután hosszú időt töltöttek pszicho-szociális izolációban, egészségügyi intézményekben, agyon-gyógyszerelve. Ennek következtében sok kliens fejez ki rejtett, másként kifejezhetetlen érzéseket az arcával. Egy példa az arckifejezés tükrözésére: "Könnyes a szemed", vagy "Rémültnek látszol". Vagy konkrétan, a terapeuta azt mondhatja "A szemed tágra nyílt". Ezek a tükrözések abban segítenek, hogy a kliens kapcsolatot találjon az érzéseivel.

Szóról szóra való tükrözés (ST) A szóról szóra való tükrözés a gátolt kommunikációjú, regrediált beteggel való kapcsolat-felvételi kísérlet. Ezek a pszichotikus, agykárosult, vagy fejlődésben visszamaradt emberek gyakran töredékes mondatokat, szavakat használnak, vagy olyan tüneteket mutatnak, mint az echolalia, neologizmusok, vagy szósaláta. Egy kliens pl. azt mondhatja "fa (érthetetlen) autó (érthetetlen) szem (érthetetlen)" A terapeuta ilyenkor tisztán mondja ki "fa autó szem", még ha a mondat értelme nem világos is számára. A legfontosabb a kliens kommunikatív erőfeszítése iránti empátia. Ezek a tükrözések azt az élményt jelentik a kliensnek, hogy őt, mint kommunikáló embert fogadták el. Időnként hangokat is tükrözünk. A szóról szóra való tükrözés elősegíti a klienssel való kommunikatív kapcsolatot.

Testi tükrözés (BT) Az empátikus testi tükrözés gyakran a kliens verbális kommunikációját indítja meg, különösen a katonán tüneteket mutató betegeknél. A testi tükrözésnek két fajtája van. Az egyik verbális, pl. "A karod a levegőben van". A másik sokkal közvetlenebb, a terapeuta a saját testével tükröz, pl. empátikus válaszként felemeli a kezét, a klienshez hasonlóan. A testi tükrözés az én és a testi érzetek, élmények integrációját segíti elő, és ezzel csökkenti a pszichotikus disszociációt.

Ismétlő tükrözés (IT) Az ismétlő tükrözés nem egy speciális technika, inkább a kapcsolat újra-felvételét jelenti. Ha egy bizonyos tükrözés sikeres, és választ vált ki, jó, ha a terapeuta megismétli ezt a tükrözést.

Ennek kétféle empátiás változata van, az egyik rövid-, a másik hosszú-távú. Egy példa a rövidtávú tükrözésre: Egy kliens csendben volt, és a homlokát fogta, amit a terapeuta tükrözött saját mozdulatával. Akkor a kliens azt mondta "nagymama", amiből a nagymamája halálával kapcsolatos érzelmek kifejezése bontakozott ki. A hosszú-távú tükrözés példája, amikor a terapeuta azt mondta: "A legutóbbi ülésen azt mondtad 'baba', és a hasadra mutattál." A folyamat lépésről lépésre egy valódi terhességről és az abortusz traumájáról szóló történethez vezetett.

A gyakorlat oldaláról tekintve erre a módszerre, a következőket lehet kiemelni:

1. A kapcsolati nehézségekkel küszködő kliens a terapeuta részéről egy 'kapcsolati hálót' tapasztal meg, és ez elősegíti a reális, érzelmi és verbális kapcsolatot.
2. A terapeuta a kliens kognitív szintjén lép kapcsolatba, és ezzel elősegíti a kölcsönös kapcsolatot.
3. A feltétel nélküli elfogadás, empátia és non-direktivitás kliensközpontú attitűdje állandóan jelen van a kapcsolatban, és az élményben.

Egy klinikai példa

A lengyel parasztcsaládból származó kliensnek 12 testvére volt. Anyja többször került kórházba skizofrénia miatt. A testvérek közül legalább egy pszichotikus tüneteket mutatott, bár kórházba eddig nem került. A család az USA-ba hozta a klienst vizsgálatra. Az előzetes megfigyelés azt mutatta, hogy a kliens valószínűleg jól reagál a pre-terápiára.

A pszichiátriai kórlap a következőkkel jellemezte a klienst: "néma", "autisztikus", "katatón", "nem létesít szemkontaktust", "transz-szerű állapotban van", "stuporos", "zavart", "kapcsolatképtelen", "téveszmék hatása alatt áll", "paranoid", és végül "gondolkodása súlyosan blokkolt".

Sokféle diagnózist kapott: mániás-depresszió, hisztériás reakció, hebefrén skizofrénia, paranoid skizofrénia, katatón skizofrénia, egyszerű skizofrénia és affektív típusú skizofrénia. Hat alkalommal kapott elektrosokkot, és sokféle gyógyszeres kezelést (Stelazin, Diazepam, Imipramin, Klórpromazin, Anafranil, Phenotiazin, Haldol és Trifluoperazin)

A kliens néhány hónapra hazatért, mialatt a felvételével és utazásával kapcsolatos ügyintézés folyt. Amikor terapeuta-társam megérkezett a beteg otthonába, azt találta, hogy a beteg az otthon töltött hónapok alatt pszichotikus állapotba került. A szülők nem juttatták őt kórházba. Súlyos katatón állapotban volt, a háromszintes ház alsó szintjére vonult vissza. Nem étkezett a családdal, csak éjszaka bújt elő, és evett a hűtőszekrényből. Erősen lefogyott, és a lába kék volt a mozgáshiány és a merev tartás következtében kialakult keringési zavartól.

A kapcsolati munka

Egy 12 órás, szokatlan folyamatot ismertetek az alábbiakban, amely a Kapcsolati Tükrözés alkalmazását mutatja be, amellyel egy katatón állapotot sikerült gyógyszerelés nélkül feloldanunk, és kapcsolatot építettünk ki a beteggel.

A páciens egy hosszú padon ült, nagyon mereven, karjait vállmagasságban széttárva. Mereven előre nézett, arca maszkos volt, keze és lábfeje szürkés-kék volt.

A terapeuta a pad másik végén ült, és nem nézett a páciensre. A megjegyzések öt-tíz percenként hangzottak el.

Rövidítések a leírásban:

HT Helyzet tükrözése

AT Arckifejezés tükrözése

ST Szóról szóra való tükrözés

TT Testi tükrözés

IT Ismétlő tükrözés

Első szakasz (kb. délután 2 óra)

Terapeuta (HT) Hallom, hogy a gyerekek játszanak

Terapeuta (HT) Nagyon hideg van itt lent

Terapeuta (HT) Hallom, hogy emberek beszélnek a konyhában

Terapeuta (HT) Itt ülök veled a ház alsó szintjén

Terapeuta (HT) Hallom, hogy a kutya ugat

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev

Terapeuta (TT) Teljesen mozdulatlanul ülsz

Terapeuta (TT) Egyenesen előre nézel

Terapeuta (TT) Egyenes tartással ülsz a padon

Terapeuta (TT) A tested meg sem mozdul. A karod a levegőben van.

Kliens (Semmi válasz, meg sem mozdul)

A terapeuta hozott egy széket, leült rá, közvetlenül a pácienssel szemben, és mozdulatával tükrözte a páciens testtartását.

2. szakasz (kb. délután fél négy)

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev. Ülsz a padon, és nem mozdulsz (kb. 15-20 perccel később)

Terapeuta Nem tudom tovább kinyújtva tartani a karomat. Elfáradt a karom.

Kliens (Semmi válasz, meg sem mozdul)

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev

Terapeuta (TT) Széttárod a karodat

Terapeuta (TT) A tested meg sem mozdul

Kliens (Mindkét kezével megfogja a fejét, mintha tartaná, és alig hallhatóan súgja) Fáj a fejem, amikor az apám beszél.

Terapeuta (ST) Fáj a fejem, amikor az apám beszél.

Terapeuta (TT) (A terapeuta úgy fogja a fejét, mintha tartaná)

Terapeuta (ST/TT) Fáj a fejem, amikor az apám beszél

Kliens (Folyamatosan tartja a fejét, 2-3 órán keresztül)

3. szakasz (kb. este 8 óra)

Terapeuta (HT) Este van. A ház alsó szintjén vagyunk

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev

Terapeuta (TT) Kezeddel fogod a fejedet

Terapeuta (ST/TT) Fáj a fejem, amikor az apám beszél

Kliens (Azonnal leejtette a kezét a térdére, és egyenesen a terapeuta szemébe nézett)

Terapeuta (TT) Levitted a kezedet a fejedről, és a térdedre tetted. Egyenesen a szemembe nézel.

Kliens (Mozdulatlanul ült órákig)

Terapeuta (IT/TT) A fejedről a térdedre ejtetted a kezedet

Terapeuta (HT) Egyenesen a szemembe nézel

Kliens (Azonnal megszólal, alig hallhatóan suttogva) A papok ördögök

Terapeuta (ST) A papok ördögök

Terapeuta (TT) A kezed a térdeden van

Terapeuta (HT) Egyenesen a szemembe nézel

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev

Kliens (Alig hallhatóan suttog) A testvéreim nem bocsátanak meg nekem

Terapeuta (ST) A testvéreim nem bocsátanak meg nekem

Kliens (Mozdulatlanul ült kb. egy óráig)

4. szakasz (kb. éjszaka háromnegyed kettő)

Terapeuta (HT) Nagyon nagy a csend

Terapeuta (HT) A ház alsó szintjén vagy

Terapeuta (HT) Éjszaka van

Terapeuta (TT) A tested nagyon merev

Kliens (Azonnal, kezét lassú mozdulattal a szívére teszi, és beszélni kezd) A szívem fából van

Terapeuta (TT/ST) (Kezét lassú mozdulattal a szívére teszi, és beszélni kezd) A szívem fából van

Kliens (Mozgatni kezdi a lábát)

Terapeuta (TT) A lábad mozogni kezd

Kliens (Több szemmozgás)

A terapeuta megfogta a páciens kezét, és felállította. Elindultak. A páciens a terapeutával bejárta a farmot, és egy normális, beszélgető stílusban beszélt neki a különböző állatokról. Újszülött kölykökhöz vitte a terapeutát, és kézbe vette az egyiket. Jó szemkontaktust tudtak tartani. A következő hat napban a kliens folyamatosan jó kapcsolatot tudott tartani, és az USA-ba utazva át tudott szállni egyik repülőről

a másokra, és a vámmellenőrzésen is megfelelően viselkedett. Végül bejelentkezett a bentlakásos kezelő intézménybe, ahol klasszikus kliensközpontú pszichoterápiát kapott.

Ez a példa bemutatja a pre-terápia funkcióját, hogy lehetővé teszi a terápiát azáltal, hogy helyreállítja a pszichológiai kontaktust a klienssel. Világosan látszik, hogy ennek a kliensnek a realitás-érzéke és kontaktusképessége eléggé helyreállt ahhoz, hogy elkezdhesse a pszichoterápiát.

Irodalom

- Prouty, G. (1976) Pre-Therapy: A method of treating pre-expressive psychotic and retarded patients. *Psychotherapy, Theory, Research and Practice*. 13(3) 290-294.
- Prouty, G. (1990) Pre-Therapy: A theoretical evolution in the Person-Centered experiential psychotherapy of the psychotherapy of schizophrenia and retardation. In: G. Lietaer, J. Rombauts & R. van Balen (eds.) *Client-Centered and Experiential Psychotherapy in the Nineties*. Leuven, Belgium, Leuven University Press
- Prouty, G. (1994) *Theoretical Evolutions in Person-Centered / Experiential Psychotherapy: Applications to Schizophrenic and Retarded Psychoses*. Westport, CT, Praeger (Greenwood)

G. Prouty cikkei alapján összeállította
Draskóczy Magdolna